ВЛАДИМИР ЛАВРОВ

Пробуждение разума

ФИЛОСОФИЯ ЙОГИ О ПРИРОДЕ СОЗНАНИЯ И СМЫСЛЕ ЖИЗНИ



Владимир Сергеевич Лавров

Пробуждение разума. Философия йоги о природе сознания и смысле жизни

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23932752
ISBN 9785448511134

Аннотация

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.В книге предельно просто и доступно изложены философские основы традиционной индийской йоги. В ней рассказывается о том, кто мы, ради чего мы живём, почему мы живём именно так, а не иначе и как успокоить свой вечно беспокойный ум.Книга рекомендуется всем, кто интересуется вопросами самопознания и саморазвития.

Содержание

Введение 5
Глава 1. Человек и жизнь 7
Что из себя представляет человек? 7
Устройство тонкого и тончайшего тел 10
Чем разум отличается от ума? 15
Пять простых методов поддержания разума в хорошей форме 17
Что из себя представляет человеческая жизнь? 21
Жизненные периоды 24
В чём смысл жизни? 27
Дхарма 31
Артха 37
Кама 39
Мокша 46
Глава 2. Судьба и законы судьбы 48
Судьба 48
Фундаментальные законы судьбы 50
Конец ознакомительного фрагмента. 53

Пробуждение разума Философия йоги о природе сознания и смысле жизни

Владимир Сергеевич Лавров

© Владимир Сергеевич Лавров, 2017

ISBN 978-5-4485-1113-4
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Мы живём в век избытка информации, однако несмотря на это, мы очень мало знаем о самих себе. Даже философам и психологам часто не хватает каких-то фундаментальных знаний о природе человека.

Речь идёт о самых важных, принципиальных вопросах, на которые у современной науки нет однозначных ответов: *кто такой человек? в чём предназначение человека? в чём смысл жизни? как работает ум? чем ум отличается от разума? что такое сознание? где находится источник сознания? что такое мысль? откуда берутся мысли и куда они уходят? что такое воля? как управлять своей волей? что является источником воли? что такое счастье? что является источником счастья? откуда приходят страдания? как оградить себя от страданий? откуда берутся болезни? почему кто-то рождается с неизлечимыми болезнями, а кто-то живёт до ста лет, не зная вкуса таблеток? что такое судьба? есть ли какие-то законы судьбы? что такое успех? как стать по-настоящему успешным человеком?*

Самое удивительное, что **ответы на все эти вопросы в принципе есть**. Однако современная западная академическая наука не занимается исследованиями в этих областях! А те знания, которые немного приоткрывают завесу тайны, часто объявляются академической наукой псевдона-

учными. Отчасти, разумеется, это справедливо. Настоящие знания дошли до нас из глубины веков и обросли мифами, легендами, иносказаниями и заблуждениями. Однако если отбросить всё мракобесие и посмотреть на древние знания как на остатки древней науки, то, при желании, можно найти ответы на самые фундаментальные вопросы, не дающие покоя многим учёным и философам.

Собственно, с позиций древней восточной философии, лежащей в основе традиционной индийской йоги, я и предлагаю посмотреть на то, кем мы являемся и куда идём. Поскольку восточная философия базируется на древних и средневековых трактатах, – таких как Веды, Пураны, Упанишады и Сутры, написанные на санскрите, – в книге встречается много терминов на этом древнем языке, а в конце книги даётся пояснительный словарь. Однако там, где можно, я старался использовать понятный русский язык.

Глава 1. Человек и жизнь

Что из себя представляет человек?

Если отбросить распространённую западную аксиому о том, что человек – это туловище с мозгом, то **человек представляет из себя матрёшку, включающую в себя грубое тело (туловище с мозгом), тонкое тело (чувства, ум, разум, самосознание) и тончайшее тело (душа, являющаяся источником сознания)**. Все три тела соединяются друг с другом с помощью потоков жизненной силы (Праны), которая связывает их в определённых местах. По этой причине, **воздействуя на грубое тело, можно влиять на тонкое и наоборот**. Так, в традиционной индийской йоге существует известная практика выполнения определённых поз (асан), когда человек, принимая определённые позы, заставляет свои мысли течь в определённом направлении, и этим тренирует одновременно тело и сознание.

У грубого тела существует *четыре основные потребности*: питание, сон, секс и оборона. Эти потребности присущи любому живому существу. Однако для человека характерны также более глубокие потребности: потребности его тонкого и тончайшего тел, которые нуждаются в знаниях, положительных эмоциях, любви, счастье и творческом самовыраже-

нии. Именно эти потребности отличают человека от животных.

Западные учёные исследуют преимущественно грубое тело, практически не касаясь тонкого тела и вообще не подозревая о существовании тончайшего. Восточные же мудрецы в первую очередь интересуются тонким и тончайшим телом. В этом принципиальная разница между западным и восточным подходами к пониманию того, кем является человек по своей природе.

Интересно, что и в западной науке, и в восточной философии **человек противопоставлен животному, являя собой особое разумное существо, сознательно выходящее за пределы действия врождённых инстинктов**. Однако критерии отличия человека от животного в двух моделях знаний незначительно различаются. В западной модели главный критерий отличия человека от животного – это наличие разума (хотя в западной науке нигде не поясняется, что такое разум и его часто путают с умом, который у животных, разумеется, тоже есть), а в восточной модели – это самообладание, умение контролировать свои чувства (одна из основных функций разума).

В «Бхагавата-пуране» (книга 7, глава 11, стихи 8—12) поясняется, что на самом деле есть целых 30 добродетелей, которые характерны для человека и не характерны для животных (включая в их число и животных в телах людей). Этими добродетелями являются: правдивость; мило-

сердие; аскетичность; чистоплотность; терпеливость; добропорядочность; контролирование ума и чувств; неприятие зла; преданность; целомудренность; умение обуздывать гнев; отказ от насилия; щедрость; тяга к самопознанию; интерес к поучениям мудрых людей; прямодушие; довольство тем, что есть; уважение к старшим; спокойствие; стремление помогать другим; уединённость; немногословность; неприятие праздных занятий; избегание пустых разговоров; дружелюбность ко всем живым существам; желание слушать о деяниях и учении Всевышнего; желание прославлять Всевышнего, всегда помнить о Нём, посвящать Ему молитвы и выражать Ему почтение.

Устройство тонкого и тончайшего тел

Кроме грубого физического тела, у человека есть ещё тонкое и тончайшее (причинное) тело, которые соединены друг с другом потоками праны.

Тонкое тело состоит из чувств, ума, разума и самосознания (которое иногда ещё называют ложным Эго), представляя собой смесь чувств, эмоций, мыслей и желаний. Всё то, что в современной психологии принято называть личностью – в восточной философии называется «тонким телом».

Чувства (индрии)

У человека есть пять чувств – зрение, слух, обоняние, осязание и вкус. Им соответствуют пять органов чувств – глаза, уши, нос, кожа и язык. Их задача – получать информацию из окружающего мира, чтобы нормально ориентироваться в нём.

Ум (манас)

Информация, поступающая от органов чувств, концентрируется в уме, и ум определяет, что делать дальше. Например, если глаза видят что-то неприятное (например, какашку на дороге), – ум тут же реагирует на это отторжением («Фу! Это неприятно! Об этом я не хочу думать!»). Если же глаза видят что-то приятное (например, красивый цветок), – ум тут же реагирует на это принятием («Вот, это приятно! Об этом я хочу поразмышлять!»). Таким образом, **основная**

функция ума – принимать то, что приятно и отвергать то, что неприятно.

Управляя чувствами, познающими мир (зрение, слух, обоняние, осязание, вкус) и органами действия (две руки, две ноги, анус, гениталии), именно ум чаще всего решает, – куда человеку идти, на что смотреть, кого слушать, о чём думать и что делать.

По своей природе **ум очень подвижный** и именно благодаря этому качеству мы можем:

– быстро реагировать на опасность

– испытывать эмоции

– загораться какими-то идеями

– менять своё мнение в процессе размышлений

В более широком смысле *ум осуществляет пять основных функций*:

– чувствует;

– думает;

– желает;

– планирует;

– испытывает эмоции (радуется или огорчается).

Любая информация, которая попадает в ум, становится предметом для размышлений. Размышления могут продолжаться от доли секунды и до бесконечности. Заканчиваются размышления определённой реакцией ума: либо отвержением, либо желанием. Если появляется желание, то ум начинает планировать пути к достижению желаемого.

Если он не достигает желаемого, то огорчается и заставляет человека страдать. Если же ум достигает того, что желал, то он успокаивается и переключается на что-то другое.

При этом, ум обладает набором качеств, пять из которых являются благоприятными и ещё пять – неблагоприятными:

Благоприятные качества ума:

– чистота
– ясность
– сила
– умиротворённость
– обузданность

Неблагоприятные качества ума:

– загрязнённость (загрязнённый ум во всём видит недостатки)
– эгоистичность
– слабость (тупость)
– беспокойство
– необузданность

Ум необходимо обуздывать, иначе он склонен заставлять своего хозяина страдать от непомерных желаний, раздутых амбиций, разочарований и обид.

Методы обуздания ума:

– смирение
– послушание
– уважение старших
– служение

– сосредоточение

Признаки обузданного ума:

1. первый признак: человек счастлив, в каких бы условиях не находился.

2. второй признак: человек спокойно относится к еде, испытывая насаждение от самой простой пищи, без изысков.

3. третий признак: человек не беспокоится о своём внешнем виде (достаточно, чтобы одежда и обувь были чистыми и соответствовали месту, времени и обстоятельствам).

4. четвертый признак: человек радуется тому, что есть и не беспокоится о том, чего нет.

Разум (буддхи)

Между умом и разумом есть существенная разница. Ум – это мир мыслей и эмоций, а разум – это мир знаний и воли. Ум – это способность думать и придумывать что-то новое, а разум – это способность заставлять себя действовать и предвидеть последствия. Умный человек – это тот, кто может придумать какую-либо идею, а разумный – тот, кто её может воплотить в жизнь.

Именно ум является основным инструментом для самопознания, учёбы и интеллектуальной деятельности. Разум только направляет его и не даёт ему отвлекаться на посторонние вещи. По этой причине люди иногда считают, что ум важнее разума. Ничего подобного. **Ум только инструмент и им можно воспользоваться как на благо себе, так и во вред**. Ум, если он не находится под контролем разума,

может натворить много глупостей. Но под контролем разума он способен на чудеса.

Поэтому **основная функция разума – контролировать ум**. Если ум хочет принять что-то приятное на вкус, но вредное для организма, то разум его останавливает. Например, ум видит коробку конфет. Он помнит, что конфеты вкусные и он тут же желает скушать всю коробку. Вкусно же! Но разум его останавливает: «Вредно». То есть, разум оценивает то, что поступает в ум от органов чувств не по принципу приятно/неприятно, а по принципу полезно/вредно.

В более широком смысле *разум осуществляет пять основных функций*:

– правильно понимает;
– неправильно понимает;
– сомневается;
– помнит;
– отдыхает (спит).

Чем разум отличается от ума?

У разума *две основные функции*:

1. разум выбирает то, что полезно для развития;

2. разум отвергает то, что вредно.

(В отличие от разума, ум выбирает то, что нравится и отвергает то, что не нравится).

Разум всегда опирается на знания (тогда как ум опирается на чувственный опыт). При этом разум извлекает из всего положительный, позитивный опыт, а ум – негативный. Ум не может на чём-то сосредоточиться и постоянно мечется, а разум имеет волевую функцию и когда ум впечатляется какими-то идеями и ставит какие-то цели, разум способен доводить их до конца.

Вообще, для ума большая проблема сосредоточиться на чём-то хорошем. А для разума это раз плюнуть. Из этого можно сделать вывод о том, что **человек, который неспособен сосредоточиться на хороших качествах других людей, неразумен**.

Для того, чтобы развивать разум, нужно:

1. Ставить перед собой цели и достигать их.

2. Брать на себя ответственность за тех, кто слабее (дети, женщины, старики).

3. Совершать аскезы (сознательно ограничивать себя в каких-то удобствах, не способствующих достижению постав-

ленных перед собой целей).

Пять простых методов поддержания разума в хорошей форме

Разум имеет свойство работать эффективно только в том случае, если постоянно тренируется, и само собой, его нужно постоянно тренировать. Однако его нужно не только тренировать и развивать, но и уметь сохранять достигнутый уровень на протяжении длительного времени. Иначе какой смысл вообще тренировать свой разум, если моментально терять все свои достижения? Итак, что нужно делать, чтобы сохранять свежесть мышления и поддерживать свой разум в хорошей форме?

Существует пять хороших методов, которые в сочетании друг с другом дают превосходный результат.

1 метод. **Рано ложитесь и рано вставайте**. Ничто так не разрушает разум, как отсутствие полноценного сна ночью (в период с 22 часов до 6 утра) и непродуктивный сон в утренние часы (с 6 утра до полудня), когда организм уже должен бодрствовать. Если вы не научитесь вставать рано утром, разум всегда будет вялым, а тело – ленивым, потому что именно рано утром организм получает вместе с восходом солнца заряд бодрости на весь день. А если вы в это время спите, то в перспективе получите только проблемы и болезни. Само собой, для того, чтобы рано вставать, нужно не от сна время отрывать, а просто раньше ложиться и пол-

ноценно высыпаться.

Кстати, ранние утренние часы считаются самыми продуктивными для размышлений, занятия йогой и творчества.

2 метод. **Сведите к минимуму время, которое вы уделяете телевизору, телефону, компьютеру, автомобилю и прочим техническим изобретениям (при условии, что они не используются для зарабатывания на жизнь)**. Вместо этого читайте больше бумажных книг, общайтесь с людьми в реальной жизни и путешествуйте. Запишитесь в хорошую библиотеку, посещайте музеи, выставки, обучающие семинары. Среди книг предпочтение отдавайте той литературе, в которой описывается жизнь успешных людей. Избегайте книг, в которых присутствует насилие, грубость, пошлость. Людей для общения выбирайте по тому же принципу, что и книги, – общайтесь с радостными, улыбчивыми, светлыми людьми и избегайте общения с грубыми, невоспитанными, ленивыми людьми.

3 метод. **Регулярно занимайтесь физическими упражнениями, йогой**. Как минимум, каждое утро начинайте с небольшой утренней гимнастики, а ещё лучше – старайтесь хотя бы полчаса в день уделять тренировке своего тела. Помните, что любые неэкстремальные физические упражнения, не сбивающие дыхание и не заставляющие падать от усталости (в первую очередь это потягивания и растягивания) приводят к росту производительности умственного труда. И наиболее продуктивный подход – 10 минут гимна-

стики утром (лучше всего подходит такой комплекс упражнений из йоги, как «Сурья-намаскар» или одна из его разновидностей) и полчаса хатха-йоги вечером, после работы (с упором на такие асаны, которые требуют растяжки и сохранения равновесия).

4 метод. **Питайтесь свежей, домашней пищей и пейте достаточное количество чистой воды**. То, что вы едите и пьёте – очень сильно влияет на ваше сознание, поэтому старайтесь питаться только свежей, с любовью приготовленной пищей. И предпочтение отдавайте фруктам, овощам, кашам с сухофруктами и молочным продуктам (желательно не смешивая разные категории продуктов за один приём пищи). Почаще кушайте орехи, мёд, домашнюю выпечку и не забывайте тщательно пережёвывать пищу.

5 метод. **Ни о чём не беспокойтесь и не суетитесь**. Оставайтесь всегда спокойным внутри, что бы не происходило вокруг. Это не значит, что нужно быть равнодушным ко всему, – просто старайтесь не давать волю своим чувствам и сохраняйте внутреннее спокойствие. А внешне делайте всё, что должен делать разумный человек, попавший в какую-то конкретную ситуацию.

Для того, чтобы сохранять внутреннее спокойствие, почаще повторяйте одну древнюю мантру из «Ишавасья упанишады»: «Всё принадлежит Богу!»; как только ум начинает о чём-то беспокоиться, кому-то завидовать, о чём-то переживать, – просто повторяйте: «Всё во власти Всевышнего!»

и ум успокоится.

Самосознание (ахамкара)

Человек не просто умеет реагировать, думать, испытывать эмоции. Он ещё и осознаёт сам себя. Осознаёт, что он не туловище с мозгом, а что-то большее. Что-то, что имеет туловище с мозгом. Что-то, что имеет чувства, ум и разум. Нечто, что осознаёт само себя.

При этом, если тонкое тело можно свести к интеллектуальным и эмоциональным способностям, то тончайшее (или причинное) тело вообще не имеет прямого отношения к миру мыслей и эмоций. **Тончайшее тело состоит из индивидуальности (дживы), сознания (читты) и сверхсознания (турьи), представляя собой хранилище эмоциональных впечатлений из прошлого (самскар), устремлений (васан) и намерений (санкальп)**. Именно тончайшее тело является носителем кармы.

Что из себя представляет человеческая жизнь?

Жизнь – это Школа, в которой человек учится ответственности, осознанности и мудрости . Это обучение проходит не в виде лекций, а виде определённых ситуаций, с которыми сталкивается человек. Пока человек не усвоит необходимый урок – он так и будет проходить его с разными людьми, пока не поумнеет.

В Школе жизни существует *два основных способа обучения*:

1. работа
2. семья

Другие люди (как на работе, так и в семье) неосознанно беспокоят нас своими поступками, словами, желаниями или претензиями, заставляя страдать и испытывать негативные эмоции. Именно эти моменты являются обучающими ситуациями, в которых мы должны научиться самообладанию, уважению и принятию.

Работая, мы получаем урок за уроком, задача которых – помочь нам стать более ответственными, осознанными и мудрыми людьми.

Такие же уроки мы получаем и в семейной жизни.

Проходить уроки жизни довольно трудно и редко кому удаётся проходить их с первого раза. Многие люди бегают

словно по замкнутому кругу: устраиваются на одну работу – увольняются – устраиваются на другую работу – снова увольняются – и снова ищут работу… женятся – разводятся – снова женятся – снова разводятся – и снова женятся… В итоге разочаровываются и страдают. Но когда люди учатся понимать друг друга и гармонично жить, учитывая потребности друг друга – они начинают прогрессировать в своём развитии.

В действительности, любые жизненные трудности предназначены только для того, чтобы человек учился. А **страдания всегда говорят о том, что человек не хочет учиться и предпочитает убегать от трудностей, вместо того, чтобы преодолевать их**.

О том, что человек прилежно учится в Школе жизни и не склонен избегать уроков, говорят его качества:

- смирение;
- терпение;
- ответственность;
- уважение;
- служение.

Если у человека есть эти качества, значит он хороший ученик. А если он хороший ученик – значит он не будет страдать, так как страдания – это палка, с помощью которой жизнь стимулирует только нерадивых учеников.

Как понять, что урок, который вы получаете в этой жизни, усвоен?

Моменты страданий и моменты счастья – это экзамены в Школе жизни. Когда человек наслаждается жизнью, но не совершает добрых дел, не изучает, как правильно жить и не стремится помогать другим – он очень быстро теряет всё, что у него есть и начинает страдать. То есть, страдания возникают тогда, когда человек наслаждается, забыв о других. Страдания отрезвляют человека и избавляют его от иллюзий, среди которых главная – это иллюзия того, что человек никому ничего не должен и может поступать так, как захочет, не думая о последствиях.

Урок усвоен, если после преодоления какой-то трудности ощущается радость и благодарность по отношению к человеку, который (чаще всего сам того не желая) заставлял вас страдать.

Жизненные периоды

Восточная философия делит жизнь человека на *4 жизненных периода*. Но это не те периоды, через которые проходит каждый человек, а те периоды, которые в идеале рекомендуется пройти каждому человеку. В реальности большинство людей проходит часть первого периода и не успевая полностью его завершить, переходят ко второму периоду, после чего страдают всю оставшуюся жизнь. Страдают, потому что не научились правильно строить взаимоотношения, но взялись их строить. В результате у них ничего не получается и они вынуждены либо возвращаться к первому периоду уже в зрелом возрасте и учиться, либо продолжают страдать и заставляют страдать своих близких. Большинство людей выбирает второй вариант.

Итак, *4 периода жизни*.

1. **Период ученичества** (на санскрите – брахмачарья). В этот период человек должен учиться правильно жить, зарабатывать себе на жизнь и воспитывать в себе определённые качества характера. Мужчина должен воспитывать разум, силу, целеустремлённость, ответственность и т. д. Женщина должна воспитывать интуицию, мягкость, нежность, податливость и т. д. Для мужчин этот период длится с рождения до приблизительно 25—30 лет. Для женщин – с рождения до приблизительно 18—20 лет. В этот период мужчи-

нам и женщинам восточная философия (в отличие от западной) рекомендует как можно реже общаться друг с другом, иначе между ними быстро вспыхивает влюблённость и они уже не желают ничему учиться, а вместо этого вступают в отношения и довольно быстро разрушают их, потом вступают в новые и снова разрушают их силой своего невежества. Чтобы этого не было, нужно учиться взаимоотношениям. Это целая наука.

2. **Период семейной жизни** (на санскрите – грихастха). В этот период люди создают семьи и воспитывают детей. Для мужчин наиболее благоприятно создавать семью к 30 годам, для женщин – к 20—25. При этом разница между мужчиной и женщиной в 5—10 лет (при условии, что мужчина старше) наиболее благоприятна для семьи, поскольку женщина к 20 годам уже полностью созревает как женщина, а мужчина в этом возрасте может оставаться всё ещё ребёнком. Только к 30 годам среднестатистический мужчина вырабатывает в себе такие качества, как ответственность за близкого человека, терпение, понимание, заботливость и т. д. То есть, становится человеком, способным не разрушить семью. В более раннем возрасте для мужчины трудно выработать в себе такие качества, хотя бывают исключения.

3. **Период духовных исканий** (на санскрите – ванапрастха). Когда человек выполнил свой семейный долг и воспитал детей, самое время вернуться к обучению, но совершенно на другом уровне. В этот период человек должен ду-

мать не о том, как заработать деньги, а о том, что он после себя оставит. Этот период начинается после 50 лет и в это время идеально думать о смысле жизни, писать мемуары, передавать свой опыт тем, кто проходит первый период своей жизни, – период ученичества.

4. **Период отречения** (на санскрите – санньяса). Это период, когда человек уходит от мирских дел и полностью посвящает себя служению на благо общества. Очень редкое явление в современном мире, тем не менее после 65—70 лет это самое лучшее для человека (вне зависимости от того, мужчина он или женщина).

В чём смысл жизни?

Если в двух словах, то **смысл человеческой жизни – обретение полноценной свободы**, как в материальном, так и в нематериальном смысле. Свобода в материальном смысле – это финансовая независимость, а свобода в нематериальном смысле – это независимость от дурных привычек, негативных эмоций и мнений других людей.

Свобода может быть полноценной только тогда, когда материальное и духовное гармонично дополняют друг друга. Невозможно быть духовно свободным и одновременно с этим зависимым материально. И наоборот. Духовная и материальная свобода – это два равнозначных крыла. На одном крыле летать невозможно. Для полёта нужны оба крыла. Смысл жизни в том, чтобы найти гармонию духовного и материального, чтобы стать действительно свободным. Потому что зависимость в чём-то одном всегда ведёт к зависимости во всём остальном.

Многим людям кажется, что они и так абсолютно свободны в этом мире. Однако это чаще всего иллюзия. Разумеется, некоторая степень свободы есть у каждого человека с самого рождения. Но **по-настоящему свободный человек не зависит от денег, и при этом зарабатывает столько, сколько ему нужно, не прикладывая к этому сверхусилий; кроме этого, он не имеет дурных привычек,**

не подвержен никаким негативным эмоциям, ни о чём не беспокоится, ничего не боится, всем доволен и ни от кого не зависит. Достижение именно такого уровня свободы в этом мире и является смыслом жизни.

Единственным надёжным инструментом обретения полноценной свободы в этом мире является безграничная любовь, распространяющаяся на всех живых существ и весь окружающий мир.

Поскольку любовь многие путают с вожделением, тут требуется небольшое пояснение. Вожделение (кама) и любовь (према) отличаются друг от друга так же, как железо отличается от золота, поскольку под вожделением понимается желание услаждать собственные чувства, тогда как под любовью понимается желание услаждать чувства окружающих людей. **В начальном своём проявлении любовь (према) выражается как бескорыстная забота о близком человеке (муже, жене, детях, родителях) и имеет пять проявлений: внимание, забота, подарки, ласковые слова и прикосновения** [в западной популярной психологии они называются «пятью языками любви»]. В высшем же своём проявлении любовь выражается как служение Всевышнему в лице всех живущих на Земле живых существ.

Иногда у людей возникает закономерный вопрос: зачем вообще кому-то служить, если можно жить ради себя, в своё удовольствие? Дело в том, что этому всегда противится внутренняя природа самого человека. И когда человек начинает

жить в своё удовольствие, его чувства быстро насыщаются, потом пресыщаются и вслед за этим появляется отвращение ко всему, что он делает. И чем больше человек живёт для себя, тем сильнее его мучают страхи, обиды, депрессии и болезни. А чем больше человек делает для других – тем больше в его жизни становится радости, любви, счастья и благополучия. То есть, жизнь ради себя сужает свободу человека, тогда как жизнь ради других – расширяет его свободу и даёт неограниченные возможности жить интересной, полноценной и насыщенной жизнью.

Единственное, что нужно отметить, – это то, что жить ради других не означает, что это должно быть в ущерб себе. Наоборот. Мудрец Видура в «Махабхарате» говорил царю Дхритараштре: «*Кто, оставляя в стороне свои интересы, заботится об интересах других и кто по отношению к своим друзьям поступает вероломно, тот называется глупым*» (том 5, глава 33). Поэтому прежде чем делать что-то для других, нужно понять, к чему у вас есть склонности, какие есть таланты и исходя из них выбрать себе какую-то сферу деятельности, направив свои усилия на благо других людей. Тогда все будут довольны.

Разумеется, жизнь не должна ограничиваться исключительно стремлением сделать какое-то благо для других. Это не должно быть самоцелью, это должно получаться попутно, само собой. И в этом смысле, нужно знать, что в жизни каждого человека есть *4 основные жизненные цели*, соответству-

ющие четырём периодам жизни, которые нужно последовательно достичь:

• **дхарма** (предназначение), – нужно понять, ради чего я живу; на достижение этой цели человеку предоставляются первые 25—30 лет его жизни (период ученичества).

• **артха** (процветание), – нужно обеспечить себя и своих близких всем необходимым; на достижение этой цели человеку предоставляются вторые 25—30 лет его жизни (период семейной жизни).

• **кама** (наслаждение), – нужно научиться правильно наслаждаться жизнью; на достижение этой цели человеку предоставляются третьи 25—30 лет его жизни (период духовных исканий).

• **мокша** (освобождение), – нужно освободиться от привязанности к чему бы то ни было и больше не беспокоиться ни о чём; на достижение этой цели человеку предоставляются последние 25—30 лет его жизни (период отречения).

Дхарма

Согласно философии йоги, первая цель жизни – это **дхарма**. В первую очередь, человеку необходимо найти любимое дело, реализовать в этом деле свой творческий потенциал и, идя по этому пути, помогать другим. Это можно выразить как правильное отношение к своим обязанностям.

Только занимаясь любимым делом, вы будете полны энергии, сил и энтузиазма. Если вы будете заниматься не тем, ради чего пришли в этот мир, – с очень большой долей вероятности вы не добъётесь успеха и останетесь до конца жизни разочарованными.

Правильное исполнение своих обязанностей – прямой путь к счастью и процветанию. Поэтому важно как можно раньше разобраться в том, кто вы и ради чего живёте, понять своё предназначение, добровольно взять на себя какие-то обязанности и определиться с тем, каких принципов следует придерживаться. На санскрите всё это кратко называется словом «дхарма».

Дхарма – это индивидуальный жизненный путь, придерживаясь которого человек в максимальной степени проявляет свои таланты и способности, и в минимальной степени испытывает лишения и страдания. Лучше всего дхарму характеризует слово служение. И хотя довольно часто под дхармой понимается при-

звание или жизненная миссия, дхарму нельзя свести только к призванию, поскольку дхарма – более широкое понятие, включающее в себя и путь служения вместе с законами нравственности, которых человек должен придерживаться в своём служении, чтобы в максимальной степени избежать трудностей на пути.

Как найти свой путь служения? Как понять, какая из миллионов дорог – ваша? Как найти своё призвание в этом странно устроенном мире?

Надо искать. Это непросто. Но, тем не менее, это возможно. Надо внимательно смотреть по сторонам и прислушиваться к своему сердцу. **То, что ваше – всегда найдёт живой отклик в вашем сердце**. Когда вы прикасаетесь к тому, что действительно ваше, – в этот момент ваше сердце искренне радуется! Подумайте, должно же быть что-то в вашей жизни, что заставляет ваше сердце ликовать! Какое занятие заставляет трепетать ваше сердце? Какое дело заряжает вас положительными эмоциями и энтузиазмом? Что вы делаете с удовольствием?

Возможно вам трудно будет сразу ответить на эти вопросы. Но не спешите, подумайте. Вас никто не торопит. Если не получается, то попробуйте письменно ответить на следующие вопросы:

1. **Что способно взволновать вас?** Может быть, это любовь. Или красивая музыка. Или живопись. Или какой-то вид спорта. Или что-то ещё… Запишите всё, что вам кажет-

ся самым чарующим и самым волнующим. Запишите всё то, отчего замирает ваше сердце. Запиши даже то, что кажется вам какой-то несущественной мелочью. И запомните, – то, что заставляет ваше сердце учащённо биться – это не мелочь. Даже если это коллекционирование фантиков.

2. **В чём вы лучше остальных?** У вас непременно есть определённые таланты, способности и навыки. В каких делах вы могли бы достичь лучших результатов, нежели остальные люди? Может быть, вы хорошо рисуете или быстро бегаете? Может быть, вы интересно рассказываете истории или метко стреляете? Может быть, у вас хорошо получается организовать праздник или отремонтировать сломанную вещь? Вспомните, чем вам нравилось заниматься в детстве, во что вы играли, какие у вас были увлечения. Может быть, ваше детское увлечение – это и есть ваше призвание?

3. **О чём вы мечтали в детстве?** И о чём вы мечтаете сейчас? Может быть, в детстве вы мечтали что-то изобрести или сконструировать автомобиль? Или, может быть, вы мечтали стать выдающимся артистом? Или, может быть, вы вынашивали и мечтали воплотить в жизнь какие-то интересные идеи? Вспомните и запишите все свои детские мечты, независимо от того, насколько они кажутся реалистичными. А потом запишите свои нынешние мечты и сравните их со своими детскими мечтами. Изменилось ли что-то? Нет ли среди ваших детских мечтаний чего-то такого, что до сих пор заставляет ваше сердце учащённо биться?

4. **О чём вы читаете?** На что вы обращаете внимание, покупая книгу или журнал? В каком отделе книжного магазина вы дольше всего задерживаетесь? Какого рода темы вас интересуют? О чём вы разговариваете с друзьями? Запишите весь список тем, которые вас интересуют и подумайте, какие из них вам просто интересны, а какие находят отклик в вашем сердце. Выберите из своего списка одну-две темы – те, что волнуют больше всего и подумайте: не в них ли скрывается ваше призвание? И, в случае необходимости, примитесь за глубокое изучение этих тем. Найдите людей, которые уже занимаются или раньше занимались этими темами (это легче всего сделать через социальные сети в Интернете), и попросите их посвятить вас в некоторые профессиональные тонкости. Если это ваша дорога, то вы найдёте немало замечательных людей, которые вам непременно помогут.



Три вопроса к себе

Признаки того, что вы занимаетесь своим делом:

– у вас есть потребность заниматься выбранной деятельностью в любое время дня и ночи, даже если за это не платят или платят очень мало;

– вам не требуется отдых от работы, поскольку сама работа является отдыхом;

– вы способны забыть о еде или сне, если работаете;

– вы чувствуете прилив сил, занимаясь выбранной деятельностью;

– окружающие люди чувствуют энтузиазм и позитив, общаясь с вами.

На своей дороге у вас всё должно получаться легко и непринуждённо! Если этого нет – значит это не ваша дорога! На своей дороге вы должны ощущать лёгкость и радость. Если этого нет – значит вы сбились с пути! На своей дороге вы непременно будете успешным, обеспеченным и счастливым человеком! Если этого нет, – значит вы пока ещё не нашли свою дорогу и идёте по чужой! Однако это не значит, что на своей дороге вы не встретите никаких трудностей. Наоборот, трудностей будет достаточно, но любые трудности на своей дороге легко преодолимы!

Возможно, вам придётся потратить немало времени для того, чтобы найти свою дорогу. Но, найдя свою дорогу, вы обретёте то, ради чего стоит жить. Следуя своей дорогой, вы обретёте радость, счастье и успех. Ваша жизнь совершенно изменится, как только вы поймёте, что является вашей дхар-

мой. И вместо унылого существования вы обеспечите себе полноценную интересную жизнь.

Артха

Вторая цель жизни – это **артха**. Найдя свой путь, свою дхарму, человеку необходимо достичь успеха в выбранной сфере деятельности и превратить её в источник постоянного дохода, обеспечив себе и своей семье процветание.

Ключевой момент процветания, с точки зрения философии йоги, – это **прана**, наша жизненная сила. Если у нас жизненных сил в избытке – мы будем во всём преуспевать. Если у нас мало жизненных сил, то нам будет очень тяжело жить: даже если у нас появятся деньги, мы не сможем их удержать и они быстро уйдут.

Деньги – это эквивалент праны в материальном мире. Если уровень праны не соответствует количеству денег, то Вселенная будет это компенсировать. Как? Потерей денег, естественно. Поэтому надо копить прану, чтобы её было в избытке. **Чем больше у вас праны, тем больше у вас будет возможностей для зарабатывания и удержания денег честным путём**. При этом, прану очень легко и быстро можно набрать с помощью практики йоги, но для того, чтобы удержать её – требуется поддерживать хорошие отношения с окружающими людьми, особенно с родителями и наставниками. Ибо только они своими благословениями и добротой могут помочь добиться долговременного успеха. Их влияние можно сравнить с полноводной рекой, кото-

рая наполняет какое-нибудь озеро своими водами: как только река перестаёт это делать, озеро тихонько начинает высыхать или превращается в болото. Точно также и потоки праны поддерживаются теми людьми, которые желают нам блага и именно эти потоки являются для нас источником денег.

В философии йоги считается, что потоки праны пронизывают всю Вселенную и каждый человек связан потоками праны со всеми окружающими людьми. Но если со случайными людьми эти потоки слабенькие, то с близкими людьми эти потоки становятся очень крепкими, неразрывными. И поскольку со всеми нашими предками мы соединены через наших родителей крепчайшими невидимыми связями, они 24 часа в сутки влияют на нас и наше благополучие, помогая нам стать либо сильнее, либо слабее.

Разумеется, не надо забывать и о собственных усилиях. **Если вы будете делать всё от вас зависящее – вы преуспеете в чём угодно**. И это потянет за собой успех, достаток и богатство.

Кама

Третья цель жизни – это **кама**. Добившись процветания, необходимо научиться получать естественное наслаждение и радость от выбранного дела (в узком смысле слова) и от жизни в целом.

Наслаждаться можно чем угодно. Можно наслаждаться вкусом изысканной пищи (это называется чревоугодием и такое наслаждение привлекает глупых людей), а можно наслаждаться чтением мудрых книг (это называется просвещением и такое наслаждение привлекает разумных людей). В зависимости от того, что приносит человеку наслаждение, можно сказать о его разуме и уровне развития.

Чтобы узнать, глуп человек или разумен, нужно посмотреть, на что он тратит два своих основных ресурса – время и деньги. Если он их тратит на низменные вещи, на развлечения или пускает их на ветер – то это говорит о его глупости. Если же человек тратит своё время и деньги на учёбу, книги, на благотворительность и путешествия – это говорит о его разумности.

А почему один человек более разумен и стремится к одним наслаждениям, а другой – менее разумен и стремится к другим наслаждениям? Ведь внутренняя природа у каждого человека приблизительно одинакова. Почему один человек осознаёт себя только как туловище с мозгом, а дру-

гой – осознаёт себя как душу, у которой есть тело с мозгом. Так происходит потому, что **на любого человека постоянно действуют три силы материальной природы – сила инертности (тамас), сила активности (раджас) и сила стабильности (саттва)**.

В зависимости от того, какая из этих сил имеет большее влияние на человека, будет строится его мировосприятие.

Человек, находящийся под влиянием силы инертности будет думать о себе как о туловище с мозгом и отрицать свою духовную природу. Это начало невежества, поэтому эту силу иногда называют гуной невежества.

Человек, находящийся под влиянием силы активности будет думать о себе как о личности, у которой есть не только тело с мозгом, но и разум, с помощью которого он будет ставить перед собой цели и достигать их. Поскольку в основе любой активности лежит страсть, иногда эту силу называют гуной страсти.

Человек, находящийся под влиянием силы стабильности будет думать о себе как о вечной душе, наделённой сознанием и имеющей временное тело с мозгом и разум. Поскольку в основе стабильности лежит блаженство, то иногда эту силу называют гуной благости.

Почему на одного человека действует преимущественно сила инертности, а на другого – сила активности или стабильности? Как правило, это волеизъявление самого человека. Если человек волеизъявляет ничего не знать о своей ду-

ховной природе, о своём предназначении, о своих обязанностях в этой жизни и не ставит перед собой никаких целей, то на него, хочет он этого или нет, начинает влиять тамас, наделяя человека ленью, безумием и принося ему страдания. Если человек волеизъявляет то же самое, что и предыдущий, но ставит перед собой какие-то цели, к чему-то стремится и желает что-то получить, то подпадает под влияние активности, которая наделяет человека алчностью, жадностью и заставляет его бежать к каким-то целям, не останавливаясь ни на секунду. Если же человек волеизъявляет знать о своей духовной природе, о своём предназначении, о своих обязанностях в этой жизни и ставит перед собой какие-то высокие цели, то он неизбежно попадает под влияние силы стабильности, которая наделяет человека жаждой к знаниям, разумностью и привязывает его к естественным источникам наслаждения.

Есть немало естественных путей для получения наслаждения без вредных последствий – любимое дело, свежая пища, чистая вода, физические упражнения, массаж, прогулки на природе, общение с единомышленниками и мудрыми людьми, любовные отношения с супругой (ом), получение знаний, чтение полезных книг, совершение паломничеств, восхождение в горы и т. д. Всё это приносит радость и счастье в нашу жизнь.

Человеку не нужно много вещей для счастья. В философии йоги считается, что есть несколько простых потребно-

стей: воздух, вода, еда, одежда и крыша над головой. Если у вас всё это есть, то вы можете относительно комфортно жить в этом мире.

Чем проще будут ваши потребности, тем счастливее и радостнее вы будете. Не верите? Посмотрите на буддийских монахов. Что они имеют? Всего лишь посох, миску для еды и кусок ткани, который служит им одеждой. В день они довольствуются горсткой риса, а домом им служат многочисленные храмы или временные пристанища. При этом они всегда счастливы, радуются жизни, улыбчивы и отзывчивы. Сравните их с преуспевающими бизнесменами, которые имеют дорогие автомобили, живут в шикарных апартаментах, обедают в роскошных ресторанах, качают мышцы и сгоняют лишний вес в элитных фитнес-клубах, но при этом всегда хмурые (несмотря на натянутую улыбку), задумчивые и разучившиеся радоваться.

Нет ничего плохого в том, чтобы строить собственный бизнес. Но вы должны понимать, что вы не обязаны этого делать, если вам этого не хочется. И работать на кого-то вы тоже не обязаны. Вы можете просто жить и наслаждаться жизнью, попутно выстраивая собственный бизнес или работая на богатого дядю. Или можете просто жить и наслаждаться жизнью, сократив свою работу до нескольких часов в день. Да, получать вы будете немного, но сократив свои потребности до минимума, вы всегда обеспечите себе комфортное существование.

Сократить свои потребности до минимума – это не значит, что нужно вернуться к первобытной жизни. Просто поймите, что **ваши настоящие потребности очень просты и удовлетворяются простыми, всем понятными и не требующими семи пядей во лбу способами**.

Телесные (физиологические) потребности:

– потребность в свежем воздухе (удовлетворяется с помощью дыхания);

– потребность в чистой воде (удовлетворяется разумным потреблением чистой воды);

– потребность в здоровой пище (удовлетворяется разумным питанием);

– потребность в отдыхе (удовлетворяется сном и различными видами хобби);

– потребность в чистоте (удовлетворяется соблюдением гигиены);

– потребность в сексуальном удовлетворении (удовлетворяется в семейных отношениях);

– потребность в мышечной радости (удовлетворяется с помощью массажа, потягиваний или занятий йогой);

– потребность в комфорте (удовлетворяется правильным подбором одежды, обуви и места для сна).

Поскольку эти потребности естественны и насущны, то их нужно удовлетворять полностью, чтобы они не мешали вам думать о вечном.

Духовные (надфизиологические) потребности:

– потребность в ощущении безопасности и спокойствии (удовлетворяется доброжелательным отношением к людям)

– потребность в уважении и признании (удовлетворяется в общении с единомышленниками)

– потребность в любви и заботе (удовлетворяется в семейных отношениях)

– потребность в самопознании (удовлетворяется с помощью непрерывного самообразования)

– потребность в самовыражении и самореализации (удовлетворяется с помощью различных видов творчества)

Когда все эти потребности удовлетворяются, это делает человека счастливым.

Обратите внимание, деньги и вещи не являются вашей потребностью! Они вам нужны только для того, чтобы удовлетворить свои телесные и духовные потребности! Сами по себе они ничего не дают. Поэтому если вы в поте лица зарабатываете деньги и тратите их на вещи, это не сделает вас счастливыми. Наоборот, вы будете чувствовать постоянную неудовлетворённость.

Почему? Потому что, как говорят на Востоке, *мешок желаний не имеет дна*. Сколько бы вы не получили, вам всегда будет мало, если речь идёт о деньгах или вещах. Поэтому если деньги или вещи становятся смыслом жизни – жизнь становится страданием!

Успешный человек – это тот, кто понимает, во что на самом деле нужно вкладывать время и деньги, что-

бы они возвращались в виде хорошего настроения, радости и счастья, а не грусти, тоски и неудовлетворённости.

Разумеется, время и деньги нужно вкладывать не только в удовлетворение своих потребностей, но и в удовлетворение основных потребностей окружающих людей. Заботясь о других людях вы получите намного больше, чем думаете.

Мокша

Четвёртая цель жизни – это **мокша**. Научившись наслаждаться самыми простыми вещами, необходимо освободиться от привязанности к этим вещам, чтобы стать свободнее и избавиться от любых беспокойств.

Йога призывает любыми разумными средствами стремиться к свободе от любых видов привязанностей, зависимостей и обусловленностей, поскольку именно это является источником всех наших беспокойств и страданий.

Интересно, что любые материальные вещи так или иначе делают нас своими рабами (а ведь у всех есть телефон, компьютер, велосипед, автомобиль, дом – подумайте, насколько вы от них зависите!). Однако йога не призывает отказываться от вещей, особенно если в них есть необходимость. Йога – это соединение грубого материального и высочайшего духовного. Поэтому йога призывает научиться правильно относиться к вещам, а не отказываться от них.

Отказ от полезных вещей, так же как и зависимость от бесполезных вещей, – это результат невежества. Поэтому необходимо в первую очередь устранить своё невежество, чтобы понимать, от чего следует отказываться, а от чего – не следует. Именно **невежество является той труднопреодолимой силой, которая заставляет человека привязы-**

ваться к вещам, людям, привычкам и страдать от своих привязанностей. Однако преодолев в себе невежество и разобравшись в том, кто вы есть на самом деле и как на самом деле устроен наш мир, вы неизбежно лицом к лицу столкнётесь с такими явлениями, как заблуждения и желания.

От их влияния освободиться куда сложнее, чем от невежества. Даже понимая, как вам подсовывает иллюзии хитрая Майя и как распаляет ваши желания всесильная Карма, не очень-то легко освободиться от их влияния.

Конечной целью человеческой жизни является ничем не ограниченная свобода от влияния трёх могущественных сил материальной природы – инертности, активности и стабильности. Став свободным от невежества, привязанностей, заблуждений, желаний и постороннего влияния, вы сможете стать не просто выдающимся человеком, а Божеством в человеческом теле.

Глава 2. Судьба и законы судьбы

Судьба

Судьба – это совокупность всех событий и обстоятельств, которые происходят с человеком и влияют на его будущее. Действует судьба всегда через других людей – через родственников, друзей и случайных людей. По этой причине, что бы ни делали другие люди, обижаться на них не имеет смысла – они лишь подчиняются судьбе и выполняют свою скромную роль, чаще всего не отдавая себе в этом отчёта. Образно говоря, другие люди в вашей жизни – обыкновенные почтальоны, доставляющие вам такие посылки, которые вы заслужили в прошлом. Поэтому **с другими людьми нужно вести себя не так, как они ведут себя с вами, а так, как вы хотели бы, чтобы они вели себя**. Так можно заслужить более хорошее отношение к себе со стороны других людей. Это есть механизм влияния на судьбу.

Несмотря на то, что человек – творец своей судьбы, далеко не всё нам подвластно. Существует **несколько вещей, которые запрограммированы ещё до нашего рождения и мы, как правило, не можем их изменить**:

– время, место и обстоятельства рождения;

– предрасположенность к определённому роду деятельно-

сти;

– уровень развития разума;

– уровень благосостояния;

– качество и продолжительность жизни;

– время, место и обстоятельства смерти.

Разумеется, в каких-то небольших пределах мы можем что-то изменить, прилагая к этому определённые усилия. Но кардинально изменить вышеперечисленные вещи невозможно. Как невозможно, посадив морковь, вырастить капусту. Ваше тело, обладая определёнными врождёнными характеристиками, и обстоятельства вашей жизни всегда будут ограничивать ваши возможности в той или иной степени. Вопрос только в какой.

Однако йога утверждает, что **то, что мы не можем изменить не является препятствием для того, чтобы быть счастливым и радоваться жизни**. Научитесь принимать жизнь такой, какая она есть, не обижаясь на неё, если она не вполне соответствует вашим ожиданиям – и вы будете жить в относительном комфорте.

Считается, что тот, у кого послушный сын, верная жена и спокойный, независтливый ум при любом раскладе живёт как в раю, поскольку для счастья многого не нужно.

Фундаментальные законы судьбы

Жизнь строится по определённым фундаментальным законам и судьба подчиняется этим законам.

Один из наиболее фундаментальных законов – *закон свободы*. Он гласит, что человек, созданный по образу и подобию Абсолюта (или Всевышнего) точно так же свободен и может двигаться в ту сторону, в какую захочет. Но в какую бы сторону он не стал двигаться – его ждут определённые последствия. И это уже *закон последствий* (или закон причинно-следственных связей, закон кармы), который прямо выводится из закона свободы. Закон последствий звучит так: **каждое действие приводит человека к тем или иным последствиям и эти последствия могут быть как плохими, так и хорошими, – в зависимости от совершённого поступка и мотива**. Поскольку каждый человек свободен и каждый распоряжается своей свободой по-разному, то и последствия от совершаемых поступков у всех разные. А поскольку люди находятся рядом, заслуживая при этом разных условий, – из этого вытекает следующий закон – *закон иллюзии* (или закон майи), который говорит о том, что **каждый человек видит жизнь через собственный ум и интерпретирует любое событие в меру своего понимания**. Поэтому в одной и той же ситуации один человек может страдать, а другой – радоваться.

Из закона иллюзии вытекает следующий закон – *закон гармонии* (или закон уравновешивания сил). Поскольку каждый живёт в своих иллюзиях, то, сталкиваясь с другими людьми, испытывает определённые страдания от разрушения своих иллюзий. С кем бы человек не заводил отношения – их иллюзии будут постоянно сталкиваться друг с другом, вызывая у обоих страдания. И страдания прекращаются только тогда, когда человек начинает понимать, что другой человек имеет право по-своему смотреть на мир (именно в этом смысл создания семьи – когда мужчина перетирает и разрушает женские иллюзии, а женщина – мужские). Так действует закон гармонии, разрушающий заблуждения людей и выводящий их разум из сна.

Поскольку так или иначе каждый принимает участие в разрушении иллюзий других людей (особенно, близких людей), то отсюда вытекает *закон призвания* (или закон ответственности, дхармы). Он гласит, что человек должен понять свою внутреннюю природу и жить в соответствии с ней, принося тем самым максимум пользы окружающим людям и нанося минимум вреда. И из закона ответственности вытекает *закон процветания*, говорящий, что человек, отказывающийся жить в соответствии со своей внутренней природой, обречён на бедность и страдания, а следуя своей природе – становится богатым и счастливым [под богатством в восточной философии понимаются не только деньги, но ещё и здоровье, знания, хорошие взаимоотношения].

Из закона процветания вытекает следующий закон – *закон притяжения*, который гласит, что **человек притягивает в свою жизнь то, чем сам делится с другими и привлекает к себе таких же людей, как он сам**. То есть, если человек эгоист – то он начинает видеть вокруг себя только эгоистов и оказывается среди них, а если человек альтруист – то он начинает видеть вокруг себя альтруистов и оказывается среди них. Этот же закон – закон притяжения – гласит, что каждый привлекает в свою жизнь именно то, о чём думает. И поскольку человек волен думать о чём хочет и волен с помощью разума делать выбор, о чём думать и что привлекать в свою жизнь, то из этого вытекает уже упоминавшийся *закон свободы*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.