

Катерина О.

МАЙСТЕР

В цій книзі йдеться про досвід просування по духовному Шляху: не абстрактні розумування на цю тему, а живий досвід реальної людини. Ця людина — я сама, і ніщо з того, про що я розповідаю, не є художньою вигадкою.

Для мене ця книга є своєрідним підбиттям підсумків, а також способом поділитися з іншими людьми здобутими знаннями та досвідом. Для тих читачів, котрі ще не шукають Істину, книга може стати приводом замислитися про це. А для тих, хто вже стали на Шлях, вона може слугувати орієнтиром, зокрема, попереджаючи про імовірні небезпеки, що можуть чекати на духовних шукачів.

Зміст

Про духовний Шлях.....	4
Життя до зустрічі з Майстром	9
Зустріч із Майстром.....	17
«Незграбний прибулець».....	22
Бог — чистий! А я?	28
Потрясіння нових відкриттів!	33
Розчистимо собі шлях до Бога!	37
Про любов «земну» та духовну.....	44
Твоя битва за мене	48
Як ще можна ненавмисно стати дияволом?.....	50
Нове чисте життя	52
Чого ж вчить Майстер?	53
З висловлювань Майстра.....	58

Про духовний Шлях

Що таке «духовний Шлях»? Кого можна назвати «Майстром Шляху»? І кого я сама так називаю?

Кожна достатньо розвинена інтелектуально втілена людина в належний час усвідомлює скороминущість свого земного життя та замислюється про його сенс і цілі.

Коли така людина розуміє, як безглуздо витрачати відпущений їй час на примарні земні задоволення, вона перестає потрапляти в їхні пастки. І їй стає очевидно, що лише одна мета для неї є істинною, це — Бог. А сенс людського життя полягає в тому, щоб пізнати Його і стати з Ним *Одне*. Для того ж, щоб це стало можливим, потрібно розвивати себе як душу, максимально наближаючись за якістю до стану Бога.

Цей процес розвитку себе-душі, пошук та пізнання Бога — і є духовний Шлях. Людей, що стали на нього, називають по-різному: духовними подвижниками чи подорожніми, духовними воїнами, шукачами Істини, монахами... Втім, не так вже й важливо, як саме називати цих людей. Головне, що єдиною їхньою Метою раз і назавжди стає Бог, а все їхнє життя чесно відповідає цій Меті і не містить в собі нічого зайвого.

Той же, Хто пройшов цей Шлях до кінця, досягнувши цілковитої Самореалізації Себе в Богові, а потім повернувся до людей або залишився з ними заради допомоги їм, є Майстром духовного

Шляху. Таку Людину називають ще Аватаром, Христом, Месією, Сином або Дочкою Бога. Ці слова означають, що Людина є *Одне* з Богом, говорить і діє не сама від себе, але від Нього, виконує в усьому лише Його Волю. Зустріти таку Людину, а тим більше у Неї вчитися, — це є рідкісна можливість, найвищий дар, який тільки може випасти комусь на долю.

Можна прийти на Землю Аватаром — і майже відразу правильно усвідомлювати Себе і Свою Місію. Такими, наприклад, були Ісус, Бабаджі та Сатья Саї Баба́. Проте, можна і розвинути себе до цього стану, починаючи свій особистий духовний Шлях з позицій звичайної інтелектуально розвинутої людини. Реалізувати це за одне втілення можуть ті, хто і минулі свої земні життя присвячували пошукові Бога. Такий Майстер після досягнення Злиття з Богом може зберегти своє матеріальне тіло. Таким чином, Він залишається на Землі задля духовної допомоги людям. Він добре знає людську природу та всі шаблі Шляху, починаючи від початкових, оскільки Сам нещодавно освоював їх. Тому Його допомога може бути найбільш ефективною — за умови, звісно, що люди її приймають.

Як розпізнати істинного Майстра? Адже стільки людей зараз називають себе духовними вчителями (гуру), мають сотні, або навіть тисячі послідовників. І всі ці «гуру» досить переконливо брешуть про свій досвід пізнання Істини, пропонуючи власний варіант просування до Неї. Кожна людина нехай вирішує для себе в кожному певному випадку: вірити чи ні, спираючись на власний життєвий досвід та особисті переконання.

* * *

В моєму випадку було так. Спочатку я ознайомилася з методологією просування людини по духовному Шляху через книгу «Екопсихологія». Її написала Людина, Котру я називаю Майстром. Матеріал було викладено простою, доступною для розуміння більшістю російськомовних людей мовою. Відразу було зрозуміло, що це — праця вченого-практика, котрий присвятив цій темі все Своє життя, а не поверхнева компіляція уривків з різних книг на цю тему. Зрозумілість Мети Шляху, чітка, логічно вибудована послідовність шаблів її досягнення та високі етичні вимоги до тих, хто бажають ступити на Шлях, — ось головні критерії, за якими я визнала запропоновану методологію як істинну.

Також важливим для мене було те, що книга не спиралася на якесь певне релігійне вчення, але містила в собі те найкраще, що є в кожному з них. Це дає можливість вчитися за нею усім без винятку охочим, незалежно від їхніх початкових релігійних переконань, без обмежень та дискримінації.

Дослідивши головні духовні книги людства, автор «Екопсихології» дійшов висновку, що в своїй основі всі релігійні вчення однакові та не суперечать одна одній. Це єдине Вчення Бога, викладене різними мовами, з урахуванням різних умов життя людей у різних частинах Землі та в той чи інший історичний час, — про те, якими Бог хоче нас бачити і чому нам слід присвячувати свої життя.

... Потім Дао-Де-Цзин і Бхаґавад-Ґіта, в редакції та з коментарями Майстра до цих книг — насправді безцінні! Він повернув їх читачам, очис-

тивши від викривлень, що з'явилися через некомпетентність попередніх перекладачів та упорядників. Також — «Вчення Ісуса Христа про наш сенс життя та як його реалізувати»...

Під час особистого спілкування з Майстром, що відбувалося пізніше, для мене було важливим побачити відповідність Його життя тому, що Він говорить і пише. Це стосувалося і зовнішнього вигляду, і побуту, і манери спілкуватися з людьми, і його ласкавого та співчутливого ставлення до всього живого, включно з рослинами, і глибини висвітлення Ним обговорюваних тем. Та головне — це Його здатність *показувати* Собою-Свідомістю Бога в різних Його Аспектах. А також — навчити інших спочатку відчувати, а потім і відтворювати Божественні Стани самостійно. Тобто, Його здатність *провести* за Собою до головної Мети. Якщо хтось лише говорить, що це необхідно зробити, але не здатен *показати*, — то такій людині вірити не можна, нехай хоч тисячі людей назвуть її *гуру*.

Ще один дуже важливий момент — це вміння Майстра вказати учневі на його пороки та недосконалості таким чином, щоб він не образився і не пішов геть, але зумів тих пороків позбутися. Адже побачити їх в собі самостійно — буває досить важко.

З точки зору «звичайної» людини, дізнаватися від когось про свої вади, та ще й часом в доволі жорсткій формі, — неприємно та «відштовхує» від того, хто тобі про них сказав.

Але для духовного подвижника це — щастя: адже в такий спосіб він отримує можливість очиститися, а значить — підійти до Бога за якістю душі

ще ближче.

Саме відчуття *щастя очищення* супроводжує уроки, отримані від справжнього Майстра!

Так, це буває (на короткий час) болісним, але про жодні образи на Майстра — не може бути й мови! Сама здатність ображатися у подвижника в певний момент зникає, *має зникнути!* Але має бути розуміння, що цей урок — від Бога, і Він дає мені його через Майстра!

Має сенс уявити себе на місці Майстра і подумати: а як ведеться Йому самому? Хіба легко знати про людей їхні страшні таємниці, бачити всі пороки та потворність душ — і все одно продовжувати з ними спілкуватися, терплячи та пробаваючи, і навіть продовжувати вести їх до Бога? Така — робота Майстра. І слід хоча б спробувати не ускладнювати для Нього цю роботу.

Варто також згадати і про інший спосіб «боротьби з пороками», що подекуди практикується. Буває, що викладачі духовних практик самі власних пороків ще не позбулися, і в роботі зі своїми учнями вони діють не від Бога, а від свого недосконалого розуму. Зловживаючи отриманою ними владою над людьми, такі викладачі перетворюють процес «викриття пороків» на суцільне знущання, задовольняючи в такий спосіб свої садистські потреби. Таке «очищення» — лише шкодить! Адже уроки *не від Бога, а від порочної людини, що вважає себе «Вчителем»*, важко прийняти: невідворотно виникає спротив, а відтак, і від показаного тобі твого пороку навряд чи позбавишся.

Подібне поводження з учнями, окрім іншого, небезпечною можливістю скоєння суїцидів — тими з учнів, хто мають нестійку психіку та суїцидальні

нахили. Тому кожному так важливо навчитися *розрізненню людей*, перш ніж вирішувати: в чії руки довірити свій розвиток, життя та долю.

Викладання духовних практик несумісне з особистим збагаченням викладача («Задарма одержали — задарма давайте» (Мф 10:8) та з будь-якими іншими проявами його егоцентризму.

Енергетична чистота викладача так само важлива, як і етична. Адже під час спільної медитативної роботи відбувається об'єднання свідомостей учасників. Викладач, котрий має грубу та брудну свідомість, «заливає» цим брудом своїх учнів — і душі, і тіла. Результатом стають хвороби, як тілесні, так і психічні, що з'являються «раптом» та «невідомо, звідки».

Лікарі в таких випадках лише розводять руками: «Як це все лікувати?»

Адже без розуміння механізму виникнення таких захворювань — позбутися їх неможливо!

Щобвилікувати певну хворобу, необхідно знати її причину та дистанціюватися від хвороботворчого джерела! А може трапитись і так, що таким джерелом виявляється... викладач...

Життя до зустрічі з Майстром

Оглядаючись назад з нового чистого життя, чи то подарованого мені Тобою, чи відвойованого Тобою для мене, — що я бачу?

Безпорадне блукання навмання, наполегливий та болісний пошук Істини, пошук виходу з глухого кута незнання та нав'язливо повторюваних власних помилок... Я бачу брехню, що пробрала-

ся глибоко в саму мою суть, пронизавши її наскрізь... Я бачу прагнення, насущну потребу очиститися від цієї брехні! Очиститися — будь-що-будь, за всяку ціну! Щоб залишилося — лише *справжнє!* Та й треба ще зрозуміти, що саме — в моєму житті, в мені самій — *справжнє!*

Те, що я пишу, — мій спосіб висловити Тобі мою вдячність! Хоч знаю, що адекватним проявом вдячності та любові мають бути не слова, а саме життя, котре я проживу, здійснюючи все, чого Ти мене вчив!

* * *

Пам'ятаю, що в дитинстві я відчувала себе сумним, нікому непотрібним створінням, що помилково потрапило саме в цю сім'ю, до цих людей. Я відчувала: «Я маю бути не тут!»

Мої батьки, обидва з “неблагополучних” сімей, кожен маючи за плечима власну біду, давали собі раду, як могли. І вони дали мені максимум того, що вміли. І не їхня провина, що це було не те, що мені потрібно. Того, що мені було потрібно, вони не могли мені дати, оскільки *не вміли любити*. Та чи багато хто це вміє?

Гостро відчуваючи людей, їхні біль та біди, в певний момент я почала все життя людське сприймати, як біду, з якої треба виручати інших і рятуватися самій.

Та це було наслідком нерозуміння мною законів, за якими влаштовано Світобудову.

Зокрема, «що посієш, те пожнеш!» І чи те ми сіяли, якщо в результаті доводиться пожинати біль?...

В дитинстві, у віці років п'яти, зі мною стався

випадок, що зумовив, напевно, моє подальше життя. Наша сусідка, літня жінка, готувала щось на кухні і вийшла надвір, залишивши сковорідку на вогні. Чи то двері захлопнулися, чи то її внучка, дворічна Юлька, бешкетуючи, защепила їх зсередини на защіпку, — та потрапити знову в дім її бабуса вже не змогла. Вміст сковорідки горів, кухня і поступово весь дім наповнювалися димом.

Вихід з цієї ситуації наші бабусі — моя та Юлькина — знайшли такий: мене, як підходящу за розмірами, просунути крізь квартиру до будинку, і я відчиню двері зсередини.

Пам'ятаю, як моє тіло провалюється кудись вперед донизу, в страхітливу невідомість, шукаючи опори. І це триває, здається, безкінечно. Удар об щось. Напевно, це — підвіконня. Півтемрява незнайомої кімнати, густий дим. Кухня, а потім і коридор, де через дим вже зовсім немає чим дихати і нічого не видно. Тремтячі руки обмацують двері в пошуках защіпки — ще одна безкінечність...

Защіпка, нарешті, піддається, двері розчахуються і я вивалююсь назовні, в сліпуче сяйво сонячного дня. Світло — від жовтого листя, синього неба, сонця! Свіже, живе повітря! І я можу дихати! І — бачити!

Відтоді незліченну кількість разів мені доводилося знову і знову провалюватися в яку-небудь безвихідь, судомно шукаючи, як з неї вибратися. Здавалося навіть, що я сама навмисно потрапляю в такі ситуації. І тільки зовсім нещодавно, а мені зараз 37, я стала відчувати, що це — вже занадто для однієї людини! Це — занадто для мене! Сама я не впораюся! Мені потрібна допомога!

І вихід знайшовся. І я виявилася не сама! І сама — більше ніколи не буду!

*** * ***

Мене дуже рано навчили читати. І книги стали для мене усім: друзями, вчителями, а часто і придулом. Однією з рис мого характеру було невтомне прагнення вчитися, пізнавати нове. Звідси — і нетерпіння чимшвидше потрапити спочатку до школи, потім — до інституту, а потім — до так званого дорослого життя. І це моє нетерпляче прагнення поступово розбивалося об реальність: і в школі, і в студентстві, і на роботі. Дуже швидко приходило усвідомлення, що вчать *не того*, що все — *не те і не так, як потрібно!*

Втім, де — *те*? І як — *потрібно*?

... В скільні роки кожне літо наша сім'я проводила на дачі, в сільському будинку на березі великої річки. Вітер у волосі, коли мчиш щодуху на велосипеді, хвилі степового моря ковили, на які скільки не дивись, не можеш надивитися, чиста і смачна вода з колодязя, тиша заходів сонця... І — небо, небо — всюди: і над головою, і — віддзеркалене — в річці. Все це давало розуміння, що отаке і є справжнє життя — для мене в ті дитячі роки. І щоразу було нестерпно, коли воно, як здавалось, закінчувалося, і було потрібно повертатися в місто перед початком чергового навчального року.

Саме серед простору та привілля дитячої свободи в мені народилося те, що можна назвати здатністю *відчувати Бога*. Всі дорослі довкола мене були далекими від релігії. Та і я, через свою замкнутість, не наважувалася запитувати їх про це.

Тому чіткого образу Його — який Він? де Він? чого Він від мене хоче? — у мене не було. Була тільки впевненість, що Він, звісно ж, є, і тому соромно чинити погано.

В якомусь журналі я знайшла молитву «Отче наш», вирізала її і потай тримала під подушкою, поки не вивчила напам'ять. Мені чомусь здавалося, що все, пов'язане з Богом, має бути в таємниці. Чи розуміла я що-небудь з «єси на небесіх» чи «даждь нам днесь»? Чи не адекватніше для дитини було слухати вечірню тишу, милуватися туманом над річкою на світанку чи дихати запахом квітів акацій?... Все це також було. Як було і відчуття, що оці слова, нехай поки що незрозумілі, — це правильно і добре, і що їх слід пам'ятати й берегти в серці. В подальшому це відчуття не раз допомагало мені, не даючи пройти повз правильні й хороші слова, книги та людей, навіть якщо спочатку я чогось не розуміла і з чимось була незгодна.

Після закінчення школи я залишила батьківський дім та місто, щоб вчитися далі. В свободі, що звалилася на мене, з різноманіття вибору можливостей — я зупинилася на журналістиці. Мені тоді здавалося, що навколо так багато несправедливості та горя — тому, що кожен живе сам-на-сам зі своїми бідами. Але якщо про це дізнається якомога більше людей, то вони не залишаться осторонь і обов'язково прийдуть і допоможуть...

Працюючи спочатку в газеті, а потім репортером у програмі телевізійних новин, я збирала історії людських бід, обростаючи ними, як снігова куля. Набираючи обертів, вона ставала дедалі більшою і відносила мене все далі від мети — допомагати людям. У своїй засліпленості та щоден-

ній оглуплюючій рутині — я зовсім не помічала: те, що я роблю, — дуже поверхнево, і бід від цього менше не стає. Якщо і зуміла комусь допомогти, то допомога ця — хвилева, ситуативна, і нічого принципово в житті людини вона не змінила.

Майже десять років мені знадобилося на те, щоб зрозуміти очевидне: говорити про допомогу людям і допомагати насправді — це різне. Так само, як і розповідати про життя, нічого достеменно не знаючи про нього. Я не змогла більше залишатися в так необачно обраній професії. І я залишила її, щоб — нарешті — дізнатися: *що ж таке життя?*

Спробувавши себе в різних видах діяльності, я зупинилася на викладанні іноземних мов дорослим та дітям. Саме у взаємодії з дітьми мені вдалося знайти те справжнє, живе, щире, що приносить задоволення і радість. І хоча в мене постійно траплялися рефлексії на тему: «Хто я така, щоб вчити?» і «Чого я можу їх навчити? Що я сама знаю?» — ця робота мала сенс. Адже я бачила її результати! А регулярне тривале спілкування з дітьми та їхнім близьким оточенням навчило мене краще розуміти людей. Навчило того, що найчастіше причина бід та нещастя людини — в ній самій, в її вчинках. І поки вона сама не зрозуміє цього і не зміниться, ніхто не зможе їй допомогти.

* * *

Що ж стосується головного — пошуку Бога — я не була оригінальною, почавши шукати Його в православній церкві. Сама з сім'ї, де не дотримувалися церковної традиції, в студентські роки я прагнула спілкуватися з тими однокурсниками та

колегами, в котрих була протилежна ситуація. Це були ті, хто називали себе «віруючими» і були з дитинства виховані в церковних традиціях. Я намагалася якомога більше часу проводити з такими людьми, спостерігаючи за їхнім життям, прагнучи від них навчитися і самій зрозуміти те, що, як мені здавалося, вони розуміють.

І ось — те, що я зрозуміла: не знали ті «віруючі» Бога! І в них, як і в мене, не було відповідей на головні запитання життя! І жили вони, як усі: і ті, хто називають себе християнами, і ті, хто не називають. Різниця була лише в тому, що «віруючі» щонеділі та у свята ходили до церкви та іноді дотримувалися посту. Втім, усе це було ніби окремо від щоденного життя, десь далеко від нього і насправді незрозуміло — навіщо? Я теж довго так жила, вважаючи, що так і має бути, що і непотрібно нічого більше...

Але *більше* стало мені невдовзі потрібно — як повітря! І ця потреба повела мене далі.

Досвід причасть, а іноді й домашніх молитов, дозволив душі доторкнутися до вищих станів, до чогось, що приголомшувало, перевищувало мою здатність вмістити. І, хоча ці стани не вдавалося надовго втримувати, вони дали відчуття *реальності буття Бога* і — не дозволили зупинитися.

За це я вдячна православ'ю. Та в певний момент мені стало очевидно, що в сучасному своєму вигляді воно лише відвертає від Істини, сховавши Вчення Ісуса за безліччю незрозумілих і часто суперечливих слів, дивних обрядів, правил та заборон. І — воно залишає без відповідей запитання, ключові для будь-якої релігійної концепції.

«Любіть ворогів ваших» (Мт 5:44). Але як же

цього навчитися? Адже навіть ближніх любити не завжди виходить!

«Будьте досконалі, як досконалий Отець ваш Небесний» (Мт 5:48). Та хіба цього можна досягнути? І головне — яким чином? Та й церква називає прагнення людини стати краще... гординею...

«Отець *ваш...*» — отже, і *мій* теж? Значить, «Я і Отець — Одне» (Ін 10:30) — можливо і для мене? І знову — яким чином?

А найголовніше, хто ж — цей Отець? І де Його знайти? І що означають слова: Син, Святий Дух, Воскресіння? В чому сенс людського життя, якщо на всіх чекає одне — смерть тіла? І що відбувається з людиною далі? Немає в православ'ї чітких відповідей!

Також бентежив пропонований церквою спосіб спілкування з Богом: постійно Його про щось просити: «Подай, Господи!», «Господи, помилуй!» Хотілося ж — навчитися особисто бачити і розуміти Бога! І знову — яким чином? Без цих відповідей релігія є просто набором обрядів захисної магії... І, напевно, люди в більшості своїй дотримуються релігійної обрядності саме задля того, щоб не так страшно було і жити, і помирати...

Навіщо ж мені жити, працювати, вчитися чогось? Навіщо давати життя дітям, якщо вони, як і я, приречені на одне: чекати смерті? І, на жаль, дуже багато людей іде до кінця в таких міркуваннях, добровільно залишаючи життя... Тільки завдяки щасливому збігові обставин я не стала однією з них. А можливо, ще й тому, що душею завжди знала: не може не бути відповідей на ці запитання, просто я не можу їх знайти!

Відповіді знайшов для мене і для всіх нас —

Ти!

Зустріч із Майстром

Для мене зустріч із Тобою відбулася не цього літа в електричці, коли Ти на знак привітання поклав мені руку на плече і сів навпроти. На запитання, чи була я раніше в Твоєму місті, я відповіла, що так, була в дитинстві під час шкільної туристичної поїздки. І навіть почала розповідати про свою класну керівницю, котра запам'яталася словами: “Я вас усіх винищу!” та “Я навчу вас жити красиво!” Ти ж згадав про Свою бабусю, теж вчительку, котра ненавиділа дітей та людей усіх в цілому, ще — про щось із Твоєї автобіографії, «Нарисів про головне» та інших книг.

Я розуміла, що це своєрідна перевірка: чи я їх читала. І хоча я прочитала, напевно, все, що Ти написав, у мене був стан цілковитої втрати пам'яті: я не могла згадати взагалі нічого з прочитаного! Я чесно відповідала, що — не пам'ятаю. Подібні ситуації зазвичай бентежили мене та змушували ніяковіти. Тоді ж я чомусь відчувала... абсолютний спокій. Я дивилася на Тебе, на Твій велетенський рюкзак, поношену куртку, старі залатані кеди і розуміла, відчувала, що ось — я вдома і все тепер буде добре!

І так і сталося! Так — і є!

Не дивлячись на те, що під час тієї особистої зустрічі я забула, здавалося, все, прочитане в Твоїх книгах, — своєю першою зустріччю з Тобою я вважаю саме знайомство з тими книгами. Це було три роки тому, але здається, що відтоді минули

десятиліття. Книжковий фестиваль в південному місті на березі моря. «Духовна робота з дітьми» — назва, що не дала мені пройти повз. Я тоді тільки починала працювати з дітьми й гостро розуміла, що самого лише знання предмету та педагогічних прийомів — недостатньо. Не вистачає найголовнішого: основи, а значить, і цілісності в самому загальноприйнятому підході до навчання та виховання дітей.

Оце — найголовніше — я й шукала!

Втім, читати я почала не цю книгу, а «Екопсихологію». Я навіть не читала, а всотувала її, як людина, що дуже довго потерпала від спраги, — рятівну воду. Багато в ній мені здавалося поки що незрозумілим та дивним. Але було усвідомлення, що все це — правда, здобута і перевірена життєвим досвідом, виконана, втілена в життя автором цієї книги. Ось вони — прості та зрозумілі відповіді на всі мої запитання! Ось же Він — Бог, і Він — отакий! І пряме пізнання Його — і є сенс і мета мого життя! Він пізнаваний і досяжний — щоб злитися з Ним, влитися в Нього! Втім, щоб це стало можливим, потрібно змінити, виправити своє життя, змінити саму себе. І ось — відповіді крок за кроком, щабель за щаблем: що задля цього потрібно робити. І я, раз повіривши і прийнявши, почала все це робити, як вміла і як виходило.

Не меншим за значимістю, ніж ця книга, стало для мене знайомство із Твоїм учнем. Він говорив не про себе та своє, не заради чогось для себе самого, як так багато хто, кого мені доводилося слухати раніше. Було стільки любові в його словах про Тебе і про справу Твого життя, що я повірила цим словам, точніше навіть, любові, що міс-

тилася в них. І стала в нього вчитися. Зазвичай я приїздила до нього на певний час раз на кілька місяців. Він давав мені нові медитативні прийоми, з котрими я потім працювала вдома самостійно.

Головне ж, чого я завдяки йому навчилася, це — любити. З нашої першої зустрічі я закохалася в нього. І всі наступні три роки намагалася подолати свої почуття, вважаючи їх мало не дошкульною перешкодою на шляху до Бога, звинувачуючи себе за них.

* * *

Наша особиста зустріч із Тобою відбулася у зламний для мене момент. Мої сили — як тіла, так і душі — були виснажені боротьбою з хворобою, що тривала вже півроку. Я спробувала безліч засобів, котрі, один за одним, пропонували різні лікарі. Кожен з них давав власне пояснення того, що зі мною відбувалося. Та жоден не гарантував, що хвороба відступить. Мені натякали, що наступна її стадія може бути онкологічною.

Така ситуація — це завжди серйозний сигнал людині від Бога. І тим більше — для того, хто іде по духовному Шляху. Я намагалася зрозуміти: в чому моя помилка? Що Бог хоче мені цим сказати? І... не розуміла.

Як це нерідко буває, саме в найтяжчі моменти життя Бог пропонує нам пройти тест на нашу етичну спроможність. Адже, як би не було погано, не можна зраджувати Його, виходячи зі стану любові! Саме в цьому полягає більшість Його уроків!

Я не пройшла тоді той тест від Бога і... здалася...

Я, бувало, і раніше опускала руки, адже «про-

валила» далеко не єдиний Його іспит! Проте, раніше мені завжди вдавалося знайти в собі сили підвестися, виправити допущені мною помилки та — рухатися далі. Тепер же, напевно, вперше в житті, я здалася по-справжньому і просто перестала боротися. Я відчувала, що в мене більше ні на що немає сил і що треба чесно визнати: оце і є кінець... Я більше не можу! Я більше не підведуся!...

Найтяжче мені було від... сорому. Мені було соромно перед Богом, перед Тобою. Адже виходило, що я просто перекреслила, звела нанівець усе, чого вдалося навчитися завдяки Тобі, завдяки Знанням, так тяжко здобутим Тобою. Напевно, саме це відчуття сорому і стало моїм проханням про допомогу. Якщо воно в мене ще було, значить, була і надія...

І Ти на це прохання, навіть не висловлене вголос, відразу ж відгукнувся, запросивши приїхати до Тебе! Ти підняв мене, як дитячий паперовий літачок, що невдало приземлився, полагодив — і запустив мене знову в політ. І от — я знову вмю літати! І як же я вдячна усім своїм та чужим помилкам! Вони привели мене до Тебе, привели туди, де Ти є.

* * *

Що б ми не робили разом: ходили по лісі, їздили в електричці до нових *місць сили*, медитували там, пізнаючи нові (для мене) Божественні стани, грілися біля вогнища, пили каву, їли макарони з грибами просто з пательні, читали чи слухали музику — простота цих дій не вкладалася в моїй голові з думкою, що поруч зі мною — Людина,

котра знайшла Сама і показала іншим прямий і найкоротший шлях до Бога, з'єднала Собою два світи, що виявилися розділеними, дозволила людям доторкнутися до Бога і пізнати Його, дала їм можливість прийти Додому.

В усьому, що Ти робив, ніколи не було нічого особистого. В усьому був лише прояв Бога, тому все було уроком для мене, навіть миття посуду в домашніх умовах. Не говорячи вже про те, як Ти живеш: який одяг носиш, як поводишся з людьми, з речами, чим заповнено час Твого життя. Чи зумію коли-небудь зрозуміти всі Твої уроки? Почати зрозуміти для мене стало можливим тільки тоді, коли я навчилася сприймати Тебе як Любов, а все, що Ти говориш і робиш, — як необхідне для того, щоб і я свого часу такою Любов'ю могла б стати.

* * *

Мені часто доводилося чути від різних людей: «Напиши книгу!» Моя відповідь незмінно була такою: спочатку мені потрібно її прожити!

Я послухалася лише Тебе, коли Ти мені про це сказав. І от — я пишу. І мені, і насправді, довелося її спочатку прожити.

Якби не Ти, моє життя виявилось б на кілька розділів коротшим. А я так би і не дізналася, що означає — розповідати про Шлях до Бога.

Зараз, оглядаючись на все, що залишилося позаду, я намагаюся осмислити всі пройдені мною етапи Шляху.

Мені так важливо зрозуміти: чому, коли настав час справжньої битви, я виявилася до неї не готовою?

«Незграбний прибулець»

Початок Шляху був для мене дуже щасливим! Як ніколи раніше, мене переповнювала радість: адже я вирушала на пошук Бога! І якщо вже я зустріла людей, що знайшли та пізнали Його, — то обов'язково знайду Його і я! В мене не було в цьому сумнівів: я це *знала*.

Спочатку я засвоїла короткий курс вправ із психофізичної саморегуляції та з розкриття чакри анахати, в котрій зароджується духовне серце. Було цікаво вчитися працювати свідомістю, тобто, медитувати. І як чудово було бачити результати цієї роботи!

Виконання таких простих, здавалося б, прийомів призводило до величезних змін і в самовідчутті, і в моєму ставленні до людей. Спочатку було незвично дивитися на них і на все живе — з духовного серця. З'являлося відчуття сердечної теплоти, доброзичливості, співчуття до всіх. А світ, що здавався мені раніше таким ворожим, ніби... підмінили. “Раптом” виявилось, що він — прекрасний!

Освоєння медитації «Пранава» подарувало блаженство перших контактів з Богом — в якості Святого Духа, поки що без розділення на певних Його Представників. Знайомство з Ними на мене ще тільки чекало в майбутньому.

Яке це було диво для мене — відчувати Любов Бога — Живого! — і самій вчитися любити Його і все, що Він створив.

Здавалося: щό може бути природнішим для людини, ніж жити в любові? Адже всі ми, люди, створені Богом саме для цього... Втім, мені дове-

лося саме звикати так жити! Звикати — і до того, що я сама люблю, і до того, що люблять мене. Причому останнє давалося мені чомусь найважче. Було враження, що я пристосовуюся до життя на новій (для мене) планеті, де все — незвично, де я сама — «незграбний прибулець».

Спочатку жити з концентрацією себе-свідомості в чакрі анахаті в мене виходило тільки короткі проміжки часу. Ця навичка, якої так легко було досягнути в медитаціях, відразу ж «випарувувалася» за несприятливих обставин. Доводилося постійно пильнувати: знаходжусь я в анахаті чи звично повернулася до чакр голови.

Це ставало зрозумілим за моєю реакцією на стресові ситуації, особливо на несправедливість, проявлену стосовно мене чи інших людей. Зазвичай я реагувала на подібне дуже різко та грубо. Впевнена у власній правоті, я навіть не замислювалася про те, чи розумію суть того, що відбувається. Адже саме моє власне розуміння справедливості я завжди вважала єдино правильним!...

З духовного серця сприймаєш будь-які обставини спокійно, зберігаючи розуміння того, що все, що відбувається, — від Бога. Також домінує доброзичливе ставлення до людей, нехай навіть вони і поведуться негідним чином. Якщо ж на чиюсь агресію, ворожість ще вдається відповідати роздратуванням, гнівом чи образою, — значить, стійкого буття духовним серцем поки що не досягнуто.

І Бог надавав мені дуже багато можливостей цього вчитися, причому на кожному наступному щаблі просування — ситуації були щоразу нові.

* * *

Медитативні тренування відбувалися переважно серед живої природи. Я стала проводити там дуже багато часу і з подивом усвідомила, що раніше майже не помічала її краси! Хіба що... дуже давно — в дитинстві... Наскільки ж багатшим стало моє життя, коли морські простори, річки та озера, тиша лісу, ніжність квітів, сила та чистота дерев, птахи — стали його невід'ємною частиною!

Завдяки цьому ще одним відкриттям для мене стало... моє надзвичайне невігластво в тому, що стосується природи! Я тепер усвідомила, що живу в чудовому світі, створеному Богом — в тому числі, для мене! Причому — нічого про нього не знаю! Як називається ця квітка? Що це за гриб? Який птах так гарно співає? В кого запитати?... Щоб хоч трохи це невігластво подолати, я стала шукати інформацію в інтернеті, дивитися фільми про нашу планету та її мешканців.

Радістю було вчитися спілкуванню з живою природою: *співналаштуватися та зливатися з її красою, освоювати її тишу* — щоб поступово вони могли стати красою і тишею мене-душі. Все це допомагає витонченню свідомості, без чого неможливо наблизитися до Бога — *Найтоншої у всесвіті Свідомості*.

Співналаштууючись із найкращим, що є в Його Творінні, ми вчимося відчувати і Його Самого, стаючи дедалі чутливішими до Його Думок.

Злиття з красою Творіння — це перші кроки до Злиття з Ним. А Він постає перед нами спочатку в якості Святих Духів, а потім — в якості Їхнього *Єдиного Ми*, Котре ми називаємо Творцем, Богом-Отцем та іншими відповідними іменами.

**Бог — великий! Він — безкінечно величезний!
І Він є Любов!**

Щоб спілкування та Злиття з Ним стали для нас можливими, нам необхідно стати також величезними чистими душами, перетвореними на таку ж Любов.

Чи можливо душі такою стати? Так! Хоча це важко і на це підуть роки, та й усе земне життя до кінця. А можливо — і не одне.

Спочатку ж душі необхідно очиститися від усього бруду пороків, що обліпив та просотав її всю, спотворивши її, скувавши, позбавивши належного їй права любити.

*** * ***

Коли я починала власний довгий шлях очищення, моє тіло було у плаченому стані. Список хронічних захворювань був довгим. Та і я не надто прагнула їх позбутися: чи то вже втопившись від цього, чи тому, що в мене просто не було звички піклуватися про здоров'я тіла. Я ставилася до нього як до чогось «вторинного», що навіть «заважає». Воно «відволікало» мене від «духовного»!

Але яке ж може бути серйозне духовне просування при наскрізь хворому тілі? Чомусь на те, щоб зрозуміти саме це очевидне, в мене пішло стільки часу...

Очищення почалося для мене з усвідомлення: причина хвороб — в енергетичних забрудненнях тіла, що є наслідком моїх етичних помилок в минулому. Це — в тому числі, не вегетаріанське харчування. (Пам'ятаю, як я ридала, з жахом усвідомивши, що через мене в муках гинули тварини, і цього — вже не виправиш!) Також — звичка жити в

негативних емоціях. Також — близьке спілкування з енергетично грубими людьми; особливо це стосується сексуальних відносин.

Можливості для боротьби з енергетичними забрудненнями тіла надає щабель раджа-йоги. На цьому етапі відбувається очищення та розвиток енергоструктур організму — чакр, меридіанів, сегментів.

Для мене хороші результати на цьому етапі дали очищення чакр за допомогою образу тетраедра, «моржування», медитативний біг. Я слухала під час тренувань аудіо-записи інструкцій, наведених в «Екопсихології».

Раніше я дуже рідко систематично займалася спортивними тренуваннями, і це завжди давалося мені важко. Загартованою людиною мене теж тоді неможливо було назвати: від кожного прохолодного подмуху вітру — відразу застуда. Яким же було моє здивування, коли виявилось, що я здатна — за будь-якої погоди, навіть в мороз — бігати по кілька годин! Бігати — з задоволенням та без втоми тіла!

Від занять медитативним бігом відчутно покращало здоров'я. Тренування сприяли набуттю рухливості свідомості. Я навчилася легко переміщуватися концентрацією свідомості спочатку в межах тіла та його енергоструктур, потім — і за його межами. Крім того, такі медитації, як «Хрест Будди», «Віддавання», «Пранава», робота з образом тетраедра — на фоні медитативного бігу — виходили ефективніше, ніж при виконанні їх у звичний спосіб.

Освоїти «моржування» було набагато складніше. В мене завжди були непрості взаємини з хо-

лодом. Я примудрялася змерзнути навіть сонячного дня на пляжі! Коли ж мені вперше довелося ступити босоніж на сніг, перш ніж зануритися в крижану воду, я мала великі сумніви щодо того, чи тіло після цього виживе. Напевно, я тоді припустилася усіх можливих помилок — адже замість радості та блаженства, про які я читала, результатом був... протилежний стан...

Тільки з часом я навчилася «моржуватися» правильно: заходити у воду в стані «розлитості» духовного серця, перебуваючи у спокої та любові. Отоді ефектом стали і радість, і блаженство!

Купання у крижаній воді допомагало закріплюватися в нових станах свідомості, що набувалися на чергових щаблях. А також — вчило не втрачати цих станів в екстремальних для тіла умовах. Та і я перестала так часто, як раніше, відвідувати аптеки: тому що тіло — о диво! — більше майже не хворіло! Помітила, що коли я перестала систематично «моржуватися» (змінила місце роботи, і новий графік не залишав для цього ні часу, ні сил), стан здоров'я відразу погіршився.

Напевно, багато людей не наважується на «моржування» — такий ефективний та доступний спосіб набути здоров'я! — через побоювання, що їм це не під силу. Вони вважають, що зануритися в крижану воду здатні лише виключно героїчні люди. Але ось живий приклад, що доводить протилежне: якщо це вдалося освоїти такій хирлявій, хворобливій колись та, м'яко кажучи, не найхоробрішій людині, як я, — то це можливо для всіх!

* * *

Зараз мені смішно згадувати про своє «відк-

риття» на початкових етапах раджа-йоги. «Виявилося», що переходячи на кожен наступний щабель, потрібно знову й знову очищувати тіло — вже на новому рівні, працюючи з новою якістю енергій. А я гадала, що ось, один раз зроблю «генеральне прибирання» — і цього вже досить! Та це все одно, що лише раз навести лад у своєму житті і більше ніколи не братися за віник та ганчірку. Або ж — усього єдиний раз в житті почистити зуби...

Робота з підтримання енергетичної чистоти тіла спочатку відбирає багато сил і здається дуже важкою. Але — по мірі зростання об'єму свідомості — це виходить дедалі легше.

А от що справді дається непросто — це досягнення етичної чистоти.

Бог — чистий! А я?

Святі Духи, що складають — у Їхній сукупності — Творця, тому й називаються Святими, що Вони досягнули цілковитої Чистоти: і граничної витонченості Себе-Свідомостей, і етичної бездоганності.

І слід завжди пам'ятати, що всі ми втілені Богом у нинішні наші матеріальні тіла саме з тією метою, щоб постаратися стати такими, як Вони.

Не менш важливо, ніж очистити та привести до ладу своє тіло, очистити й душу. Чи, точніше сказати, очиститися самій (як душі) від здійснених мною в минулому етично значимих помилок. Покаянна робота (*переперегляд*, в термінах Хуана Матуса) це те, що дозволяє просуватися далі по Шляху духовного вдосконалення. І якщо трапля-

ються зупинки й затримки, глухі кути та «повороти не туди», то це — сигнал того, що в мене не все гаразд із етикою.

Що ж таке покаянна робота? І як правильно каятися?

Досвід покаюння в православ'ї лише заважав цього вчитися! Адже там я-душа ніби «очищувалася»... в магічний спосіб, завдяки заклинанню, здійснюваному священником. Сповідник ніби знімав з мене в магічний спосіб відповідальність за мої гріхи, і це ж зовсім не було правдою. Моє каяття та бажання не повторювати помилок часто були дуже щирими, чому ж бажаної чистоти — роками! — так і не вдавалося досягнути?

Відучив мене від такого «покаяння» наступний випадок. Під час сповіді виявилось, що я маю справу зі сповідником, котрий і сам був доволі грішним! З питань, що він ставив мені, я зрозуміла, що його цікавить далеко не моя совість, а дещо зовсім інше. А йшлося про сексологічну тематику. Він просто задовольняв свою нездорову цікавість... І, замість допомоги та поради, накричав на мене, не добираючи слів, при всіх присутніх...

Втім буває, що людина приходить на сповідь, вбачаючи в цьому останню надію знайти вихід з незносної для неї ситуації, що здається безнадійною. І від слів, що вона почує у відповідь, залежить: житиме вона далі — чи здійснить непоправне вже сьогодні... Не у всіх же вистачає інтелекту відразу зрозуміти, що, значить, вихід слід шукати в іншому місці та запитувати поради в інших людей!

А ще краще — у Бога! Хто ж краще від Нього знає, як вибратися з ситуації, котру Він сам поси-

лає в мою долю з навчальною метою? І, можливо, якраз для того Він це зробив, щоб я до Нього, на решті, звернулася...

Говорити з Богом?... Так, це цілком реально! Але — тільки тоді, коли ми вже достатньою мірою наблизилися до Нього за якістю душі. А поки що — треба читати достойні того книги!

* * *

Яким же, все ж, має бути покаяння? І чи потрібен для цього хтось іще, крім мене самої та Бога?

Мені не відразу вдалося зрозуміти, що головна мета покаяння — це *втрата самої здатності грішити!*

І недостатньо — просто згадати свої помилки та «попросити пробачення» — хоча б подумки, якщо немає іншої можливості, — в тих, перед ким я завинила. І — що найголовніше — більше не повторювати ніколи таких помилок!

Мені допомагає вчитися цього — проживання наново, правильно, — тих ситуацій, в котрих я повелася етично невірно.

Це дозволяє саме *звикнути* чинити етично правильно.

Зізнаюся, що брехати та легковажно ставитися до даного мною слова — це була саме моя *звичка*, притаманна мені з самого дитинства. Хоча я при цьому завжди примудрялася вважати себе чесною людиною!

Мені дуже довго не вистачало того, хто вказав би мені на цю мою сліпоту!

Добре, коли є з ким обговорити особливо складні випадки, в яких не знаєш, як поведетися етично правильно! Найкраще, якщо це — супутни-

ки на Шляху: вони можуть мати схожий життєвий досвід. А спільний пошук рішень може виявитися корисним для всіх, розширивши їхній світогляд.

Також корисно проговорювати певні ситуації вголос перед друзями чи другом. Часом лише це допомагає розібратися з тим, чого раніше ніяк не вдавалося зрозуміти.

Напевно, лише в таких випадках в покайній роботі потрібна інша людина. Загалом же, ця робота має бути самотійною, сам на сам із Богом.

Коли мені не вдається самій пригадати свої помилки, я звертаюся за допомогою до Бога. У відповідний час Він показує мені, в чому я була неправа, що і як можна виправити.

Такі *відповіді від Бога* приходять ніби «самі собою» — при розслабленому стані свідомості. Адже іноді для того, щоб впоратися з отриманими в такий спосіб знаннями, потрібен час та сили душі.

Навіщо потрібно все це робити? Тому, що Бог — чистий, і на зустріч із Ним належить приходити чистими! Інакше — Він просто «не відчинить двері»!

* * *

Покаянна робота, як і підтримання енергетичної чистоти тіла, триває протягом усього Шляху. На кожному новому етапі, шар за шаром, поступово відбувається дедалі глибше очищення душі.

Битва зі своїми пороками: пошук їх та викорінення — це те, що було і залишається для мене найважчим. Після перемоги над одними пороками, мені відразу ж відкривалися інші, про існування яких у собі я навіть не підозрювала! Часом зда-

ється, що їм немає кінця! І раніше це приводило мене у відчай: чи зможу я їх усі коли-небудь подолати?!

Пам'ятаю, як неймовірно складно мені було, коли я починала відучувати себе від звичних емоційних та поведінкових реакцій на несприятливі ситуації. А їх, здавалося, стає дедалі більше! Це тривало, доки я, нарешті, не зрозуміла, що вони — тести від Бога, котрі Він пропонував мені пройти після кожного чергового щабля розвитку, який я подолала. Тоді я стала ставитися до них відповідно: готуватися, щоб «здати» кожен з таких «іспитів» — інакше потім доведеться «перездавати», якщо не вдалося з першого разу. Мені — дуже часто «здати відразу» не вдавалося!

Як би добре, здавалося, не вивчила теорію, та не так легко навчитися застосовувати її в повсякденному житті.

Такими випробовуваннями Бог перевіряє, наскільки новий отриманий стан дорогий для мене і чи став він насправді моїм.

Адже легко бути спокоєм та любов'ю, перебуваючи серед спокою та краси природи, в колі однодумців. І зовсім інше — залишатися такою в метушні багатомільйонного міста, часто — в оточенні агресивних людей, в непростих матеріальних умовах, при необхідності спілкуватися з колегами та родичами, які мене не розуміють.

Мені не відразу вдалося привчити себе до постійного самоконтролю та пильності. І я не відразу зрозуміла, що причина небажаних подій — не в інших людях, не в тому, що вони «не такі, як треба», — а саме в мені.

Та й зараз я не можу сказати, що більше не

припускаюся етичних помилок. Втім хоча б вже вдається — помічати їх та відразу намагатися виправити.

* * *

Добре, якщо є час та можливість «перездати провалений іспит від Бога». А що, як він відбувається у вигляді, приміром, болісної насильницької смерті від рук негідників, котрі «не розуміють, що чинять»? Хто гарантує, що через це не доведеться пройти?

І хто зможе в такій ситуації залишитися любов'ю, прийняти те, що відбувається, спокійно та зі смиренням і — пробачити?

Тобі, мій Майстре, це вдається, і вже стільки разів!

Потрясіння нових відкриттів!

Моє життя поступово наповнювалося усвідомлюваним змістом. В ньому ставало дедалі більше щастя від спілкування з Богом.

Головні якості Бога — Любов, Мудрість та Сила. І, щоб стати такими, як Він, всі ці якості нам необхідно розвинути в собі.

Перше і головне з них — Любов.

Наведу деякі медитативні замальовки, що допомагали мені цього вчитися. А також — деякі записи, зроблені на різних етапах мого духовного просування. Вбачаю їхню цінність, зокрема, в тому, що вони дозволяють відстежити зміни, що поступово відбувалися в мені.

* * *

Сліпуче сяйво сонці «лоскітною» радістю заливає анахату, а потім і все тіло. Блиск хвиль, білі хмаринки на небі, квіти яблунь, радість розкуйовдженого, мокрого від ранкової роси шпака, вітер у траві: все це заповнює мене зсередини, як повітряну кульку. Я пливу в загальному потоці весни, життя, радості, любові... Розчиняюся в ньому...

* * *

Я — на вершині гори. Скільки може охопити погляд, всюди — гірські вершини, небосхил. Широко розкриваю руки свідомості, вони перетворюються на величезні потужні крила. Застигаю в густому, прозорому спокої, а потім — лечу. Лечу — крізь простір всередині та зовні Творіння.

* * *

Тиша. Спокій. Розуміння суті Еволюції Свідомості. Звільнення від хибних шаблонів мислення та поведінки, від хибних цілей та даремного відчуття провини. Прийняття своєї долі: з тим, яка вона прекрасна, з тим, що ще вчора в ній жахало. Розуміння, навіщо все відбувається саме так. Вдячність Творцеві!

* * *

Безкінецьна тепла Ніжність, Любов Бога. Обіймаю собою-душею все, що бачу, над чим знаходжуся: дерева, траву, квіти, птахів, тварин. Просочуюся тонким світлом під поверхню Землі. На-

ближаюся — долонями свідомості — знизу до дерев. Підіймаюся, перетворившись на *світло*, їхніми стовбурами, гілками, листям. Розпускаюся запашними квітами. Обіймаю собою людину, що заривається обличчям у ці квіти. Люблю їх усіх!

Наближатися знизу до дерев, до квітів і трави, жити їх своєю силою любові, а потім ставати ними — витонченими й ніжними, проростаючи та розпускаючись! Як чудово!

* * *

Я — кульбабка зі стиглим насінням: біла, крихка, проста, напевно, потрібна в цій траві. Порив вітру — і я злітаю насінням: легка, невагома! Без жалю, легко — відриваюся від стебла, лечу, пливу в теплому сонячному світлі: туди, куди вітер несе мене, туди, де мені потрібно бути! Довіра до Любові Бога!

* * *

Як знайти спосіб висловити мою любов? Її — так багато! Вже звикла сама любити, бути любов'ю, дарувати її по мірі моїх сил — усім, навіть тим, кого раніше любити мені було нелегко! Часом здається, що так любила завжди. Але ж ні! До того ж, що люблять і мене, я ніяк не можу звикнути! А на мене обрушилася лавина любові, ніжності, теплоти — від людей, від Бога.

Я не знаю, що з цим робити!...

* * *

Розчиняюся у спокої. Він — глибокий, ніжний!
Тиша — надзвичайна — заповнює тіло і весь простір навколо. І тіло губиться, зникає зі сприйняття. Я ж — залишаюся, усвідомлюючи себе тепер як море цієї тиші та спокою.

* * *

На шляху до нового для мене *місця сили* слухала Майстра: про те, що слід прикладати усі заповіді Бога — до себе. Як ще далеко мені до бездоганності, наскільки вона безкінечно далека від мене! Я не розумію, зо що мені дається все це: такі скарби для душі — при всіх моїх недоліках!

Величність Божественного Світла Бога! Його сяюча Любов, з Її незліченим різноманіттям відтінків та граней, заливає зсередини, змітає кордони того, що я звикла вважати собою. Хотілося б, щоб цей стан буття не припинявся!...

* * *

Згадалися сказані мені Богом колись слова: «Невже тобі всього ЦЬОГО — мало? Мало — Мене?! Мало — всього, що Я дав тобі? Невже тобі потрібно щось іще?»

Прийшло глибоке розуміння, що мені й насправді нічого більше не потрібно, крім Бога! Я більше не захищаюся, не чекаю, не боюся! Я — живу з Тобою! І я більше не я. Замість мене — тепер Ми!

* * *

Запитала у Бога: «Чого Ти від мене чекаєш? Що мені потрібно робити, щоб проявляти Тебе — собою, своїм життям?»

Відповідь була несподіваною: «Люби!»

* * *

Вчуся жити наодинці з Богом, носити в собі Його Тишу, відчувати Його, слухати, радіти, коли Його розумію.

Майже щодня — тихі потрясіння все нових та нових відкриттів! І нікому ж не розказати!

Розчистимо собі шлях до Бога!

Взаємодія з Богом, що стає (має стати!) майже безперервною, — це найкращий спосіб вчитися Його Мудрості. Поки ж стійкого зв'язку із Ним немає, «вчителями» стають власні помилки. В моєму випадку було саме так.

Говорити про свої помилки мені здається важливим. Це може допомогти комусь із читачів не здійснювати подібного. Хоча я сама про багато з них неодноразово читала та чула, проте, мені так і не вдалося їх уникнути. Чому? Відповідь я знайшла у Майстра:

«Одна з типових помилок початківців полягає в тому, що, читаючи, вони погоджуються з усім написаним, втім при цьому не прикладають це до себе. А потім здійснюють якраз саме ті помилки, про які читали, які бачили в інших, але не замис-

лювалися, що самі можуть їх здійснити». (В.Антонов. Як це — зливатися з Богом? // Життя для Бога. «New Atlanteans», 2014)

Якось я отримала таку пораду від Бога: «Дивися на людину — разом зі Мною, Моїми очима! І ти розумітимеш її!»

На самому початку Шляху я цього не вміла. Тому і самої себе добре не розуміла, не говорячи вже про інших людей.

* * *

Життя моє тоді не було цілісним. Воно було ніби таким, що розпалося на окремі складові, майже ніяк не пов'язані між собою.

Більшу його частину було присвячено моєму власному розвитку: медитаціям, читанню книжок, етичній самокорекції.

Ще була робота — і заради того, щоб мати засоби до існування, і заради реалізації особистих амбіцій та прагнень, котрі в мене тоді ще були. Наприклад, для мене завжди було важливим, щоб моя діяльність приносила людям користь. Тоді виходило, що я «недаремно живу на Землі»...

Та чи розуміла я тоді, в чому вона була — ця користь?

Я намагалася знайти спосіб «впровадити Бога» в мою професійну діяльність. І не вигадала нічого кращого, ніж за будь-якої нагоди розповідати мало не всім поспіль про методологію пізнання Бога — без урахування готовності людей сприймати цю інформацію. Мені знадобився час, щоб навчитися обачності. Тобто, недоречно, а іноді навіть небезпечно — відкривати людям, що не розуміють мене, особливості власного життя. Крім то-

го, можна заподіяти комусь шкоду, передчасно «зваливши» на нього непосильні та непотрібні йому поки що знання. Це може відвернути людину від власних пошуків Істини в майбутньому.

А ділитися з іншими тим, що я пізнаю, можна ж і в такий спосіб: щодня приходити вчасно на роботу та виконувати свої обов'язки, перебуваючи в стані любові. Хіба цього замало? Хто має досвід роботи з дітьми, той розуміє, скільки вона надає ситуації для виходу з цього стану.

А щоб розповідати людям про пізнання Бога — крім того, що це має бути доречно в кожному конкретному випадку, — потрібно мати на це право. Чи відповідає в усьому життя того, хто говорить, — його чи її словам? Поки це хоча б у чомусь не так, краще б такій людині мовчати.

* * *

Все, що не допомагає тому, хто йде до Бога, — заважає, затримує і навіть може змусити звернути зі Шляху. Це стосується всього: побуту, кола спілкування, способу життя. «Звичайним» людям такий підхід може здатися невинувато радикальним. Та шукач Істини — рано чи пізно розуміє значимість цього правила, побачивши певного часу, якими серйозними можуть бути наслідки його порушення.

Для мене «ревізія» життя почалася з мого побуту. Я ніколи не прагнула ані до надлишкового комфорту, ані до накопичення речей, що мають зазвичай для людей велике значення. Та навіть при цьому виявилось, що весь простір, в якому я жила, захаращено зайвим! Гора непотрібного одягу та посуду, побутова техніка, котрої я навіть ні-

коли не вмикала, давно прочитані книги, домашні рослини, навіщось акваріум з рибками та багато іншого. Все це *займало місце* — і не лише в моєму помешканні, але в *моєму житті!*

Витирати пил, поливати, вкотре перекладати щось з однієї полиці на іншу з думкою, що коли-небудь це може знадобитися... А вирушаючи у тривалі поїздки — обтяжувати когось проханням подбати про моїх підопічних. Адже виконання усіх цих дій вимагає купи часу, котрий можна було б витратити на роботу для Бога!

І квіти на підвіконні полити — важливо: це — живі створіння, за котрі я відповідаю. Проте — для духовного шукача — чи не важливіше, наприклад, щось корисне прочитати, освоїти нову медитацію чи закріпитися в тому, що вже пройдено? Або ж — комусь допомогти? На що ж я витрачаю відпущений мені час?

Куди ж дівати усі ці «багатства»? Завжди знайдуться люди, котрим може знадобитися те, чим я вже не користуюся. Є багато добродійних організацій, що з радістю це приймуть. А для домашніх улюбленців та рослин можна знайти нових підходящих власників.

Коли в моєму розпорядженні, нарешті, залишилося тільки необхідне: те, без чого насправді не обійтися, — здавалося, що навіть дихати в будинку стало легше! Такий лад в життєвому просторі допомагає навести лад і в думках! І — більше ні на що не відволікатися від Головної Меті!

Ще один фактор, що від Неї відволікає, — це порожнє спілкування з людьми, що роками залишаються в наших життях за інерцією, а не через спільні інтереси чи духовну близькість. Коли я

критично поглянула на своє оточення, то зрозуміла, що ніхто з цих людей (а я вважала їх «близькими») насправді не є мені другом. Адже вони не вибрали своїм другом Бога! Навіщо ж нам зустрічатися? Про що говорити? Поступово моїми друзями стали лише найближчі супутники на духовному Шляху. І це — істинна радість: спілкування з тими, кому потрібен Бог.

* * *

Коли з життя духовного шукача йдуть хибні друзі, в ній з'являється місце для Друзів Справжніх — наших Божественних Вчителів: передусім — Святих Духів. Спілкування з Ними стає невід'ємною частиною буття. Сама можливість цього може здатися початківцям — дивом. Втім, людина з часом до такого спілкування... звикає, сприймаючи *як належне* те, про що раніше і помислити було неможливо.

Святі Духи — це невтлені Представники Творця, Котрі стали з Ним *Одне* під час втілення на Землі. Сходячи Частиною Себе з цієї Єдності в якості Святих Духів («Святий Дух» — це їхнє збірне найменування), Вони допомагають втіленим людям просуватися до Досконалості.

Щоб їхню допомогу зуміти адекватно приймати, потрібно навчитися *бачити* й *чути* їх. Що це означає? Ми звикли сприймати такі слова матеріально: «бачити» — очима тіла, а «чути» — його вухами. Втім є зір та слух душі. Їх можна розвивати в собі. Так набувається вміння бачити *суть того, що відбувається* всередині себе та назовні.

Бог — всюдисущий! І Божественним Вчителям не складно проявляти Себе де завгодно, в

будь-якому місці. Та щоб нам було легше їх сприймати, особливо на початку Шляху, Вони створюють на поверхні Землі спеціальні місця для медитативної роботи та спілкування нас — із Ними. Це — особливі *місця сили*. Їх можна навчитися відчувати розвиненою свідомістю.

Святі Духи постають на таких місцях, зазвичай набуваючи антропоморфної форми, з рисами, притаманними їм за їхнім останнім втіленням. Загальна назва таких антропоморфних форм — Махадублі.

Також це можуть бути й інші форми: наприклад, гора, вулкан, піраміда чи купол. Це залежить від тієї медитативної цілі, що стоїть перед шукачем на кожному певному *місці сили*.

Робота на *місцях сили* дає багаті можливості для розвитку свідомості. Це — і розвиток вміння набувати собою-свідомістю різних форм, і освоєння функціональних станів Бога (Світла чи Божественного Спокою), і витончення та зростання свідомості, і поступове пізнання структури Абсолюту. Спочатку ми вчимося заповнювати собою-свідомістю Махадубль Божественного Вчителя. І поступово цей Божественний Вчитель дозволяє нам пізнати ту *Глибину*, звідки Він до нас сходить, являючи Собою певні Сходи, що складаються зі все більш витончених щаблів, котрі вдається осягати по мірі власного витончення.

Така робота — це цілий новий світ, що відкривається перед людиною! Його потрібно вивчити. Поступово він стає близьким, зрозумілим, рідним.

Для мене найцікавішим було вчитися розрізняти та впізнавати Божественних Вчителів за певними їхніми якостями. Може виникнути запитання:

які ж можуть бути відмінності між Ними? Адже всі Вони — Любов! Це так. Втім Любов має велику кількість граней та відтінків, що є якостями Досконалих Людей обох статей, Котрі стали Частинами Єдиного Бога та збагатили Його Собою. Ці якості стали притаманними Святим Духам під час Їхнього життя в земних тілах. Їх має сенс прикласти, «приміряти» і до себе, зробити їх своїми власними якостями.

Але як?

Це відбувається поступово. Обіймаючи собою-душею Божественного вчителя, розчиняєшся в Ньому. Хто ж у такому випадку залишається? Тільки Він чи Вона. І нехай навіть ці стани спочатку короточасні, та в результаті таких медитацій вони призводять до того, що свідомість закарбовує та «переймає» Божественні якості Вчителя. Саме таким чином і стає можливим те, що духовний шукач, крок за кроком, наближається за якістю себе-душі до Бога.

* * *

Набути вміння спілкуватися з невтіленими Божественними Душами, *бачити* їх — дуже важливе досягнення! Водночас це дозволяє сприймати і втілених людей, як «голі душі» з оголеними їхніми якостями. А значить — і *бачити* їхню справжню суть. Якби люди саме *так* дивилися одне на одного, а не на риси обличчя чи одяг — то як би змінилося їхнє ставлення одне до одного! Як змінився б світ!...

Про любов «земну» та духовну

Коли люди чують слово *любов*, що їм спадає на думку? Найчастіше — стосунки сексуальної любові. Та для шукача Істини це слово має інше, ширше, всеохопне значення: адже Головним Об'єктом любові стає (чи має стати) Бог.

На духовному Шляху так званій «земній» любові теж є місце. Адже саме через неї ми вчимося любові всеохопній, духовній. Вона може дуже допомогти в просуванні по духовному Шляху (незважаючи на протилежну думку збочених сект, де її називають «гріхом»). Адже як полюбити «далекого» та «непізнаного» (на їхню думку) Бога, якщо не вмієш любити навіть людину, котра — поруч із тобою? Як навчитися приймати Волю Бога, якщо у стосунках з людиною так важко поступитися та не наполягати на своєму — навіть у дрібницях? Як навчитися *дарувати* свою любов, а не чекати її егоцентрично від іншого? Як навчитися ніжності, ласки, турботи, якщо ще не було ситуацій, де цього можна було б учитися?

Стосунки сексуальної любові сприяють етичній та інтелектуальній досконалості. Зокрема, кожному корисно чесно відповісти собі: що для мене на першому місці: отримати насолоду чи подарувати її іншому? Чи не маю я досі здатності заподіяти шкоду своєму партнерові в який-небудь спосіб? І — якщо так сталося — чи вистачить у мене мужності взяти на себе відповідальність за наслідки?

Важливо також сформувати в собі адекватне ставлення до «групового сексу» та інших «нововведень», що зараз культивуються задля, нібито,

«розвитку сили свідомості» («особистої сили»). Вони запрошують всіх без різниці охочих, пропонуючи навіть тим, в кого немає постійного партнера, знайти його прямо на такому «духовному ретриті».

Існує термін «перелюб». Що це означає? Це — *перелюбодіяння*, тобто, саме *надмірне* захоплення сексом. При цьому зникає з поля зору Бог — як мета. Він замінюється сексуальними мріями та концентрацією більшої частини уваги на сексі, на сексуальних партнерах. Розвиток в собі витончених емоцій на фоні взаємної ніжності — це виключається. Розвиток «особистої сили»? Так, це відбувається, втім, розвивається при цьому груба «особиста сила», що наближає до пекла, а не до Творця. Таким є результат «змішання гун», тобто, об'єднання та перемішування енергій людей із принципово різним рівнем енергетики за шкалою «витонченості — грубості». Адже в таких «ретритах» домінують люди з невитонченою енергетикою: духовно просунуті люди ні за що не будуть брати участь в таких заходах!

І не будемо забувати про загрозу поширення відповідних захворювань.

Така думка Майстра, а також і моя.

Те, що відбувається між двома людьми, що люблять одне одного, — сокровенне. І при цьому доречний лише один свідок — Бог, що створив людей, зокрема, і задля такої любові — заради розвитку в них відтінків любові великої.

Кожен, хто став на духовний Шлях, повинен знайти для себе відповідь на головне запитання, що ставить ситуація закоханості в людину: чи не люблю я її чи його більше, ніж Бога, Котрий нас

усіх створив? Чи не стоїть він чи вона перешкодою між мною та моєю Головною Метою? І якщо відповідь «так», то який же я в цьому випадку «шукач Істини»?

Відповідь на всі ці запитання шукала і я. І — знайшла.

* * *

Материнство та виховання дітей — ще один спосіб розвинути в собі вміння любити. Можна, напевно, назвати це найсуворішою школою любові. Адже істинна любов вимагає усіх сил душі! І як же часто хибне розуміння «любові до дітей» — тяжко калічить їхні долі: з них виростають непристосовані до життя, егоїстичні «дорослі». Кого ж вони самі виховують свого часу?...

Безмірно балуючи та «шкодуючи» дитину, погоджуючись із її примхами, ми калічимо її, роблячи непристосованою до життя. Однією ж з мотивацій у вихованні має слугувати постійна пам'ять про те, що — рано чи пізно — дитина залишиться сам на сам зі своїм життям, без мене. Що вона робитиме тоді? І що я відповім Богові, Котрий довірив мені ростити її — *Його дитину*?

Усі ми — кожен з нас — матимемо відповіді Йому і за те, що ми зробили з безліччю й інших Його створінь: тварин, рослин, з усією планетою, на якій ми живемо. Скільки ж людей, щиро вважаючи, що «люблять тварин», — здатні... їсти їхні вбиті заради нашої обжерливості тіла... І навіть після того, як люди дізнаються про страшні умови їхнього вбивства, вони продовжують насолоджуватися смаком їхніх тіл...

І чому так відбувається? Тому що «всі так жи-

вуть»! Нас усіх привчили з дитинства, що вбивати... — це нормально! І ми всі при цьому вважаємо себе й одне одного... «хорошими людьми»! Та Бог — іншої думки. І Він намагається пояснити, що таке чужий біль, даючи тим, хто прожили в гріху, випробувати власний біль — через хвороби, через тяжке помирання...

На духовному Шляху дуже важливо навчитися турботливому, ласкавому ставленню до всього (не агресивного) живого. Той, хто насправді любить, — не здатен «просто так» навіть зірвати травинку чи листочок! Така людина відчуває чужий біль — як власний. Ставши розвиненим духовним серцем, вона сприймає як *любе* — все, що її оточує.

* * *

Тільки якщо дивитися на все живе так, як на нього дивиться Творець, розумієш, що любити — це значить розвиватися духовно та допомагати в цьому іншим втіленим душам.

Життя Бога — це постійний розвиток! Саме задля цього, задля Власної Еволюції, Він і створив Своє Творіння. Тому, з точки зору Бога, *любити людину* — це значить допомагати їй розвинути в собі все найкраще і позбуватися від поганого та просто зайвого.

* * *

Ти завжди, скільки я Тебе знаю, залишався Тим, Хто Ти є: Любов'ю та Світлом. Ти — переміг в усіх битвах!

Ти не відступив і тоді, коли п'ятьма оточила

мене, коли здавалося, що окрім неї — більше й немає нічого і ніколи вже не буде!... Ти встояв навіть тоді, коли так сталося, що цією п'ятою... стала я сама...

Ти показав мені тоді — що ж означає *любити людину!* Ти проявив тоді істинний, найвищий сенс цих слів!

Твоя битва за мене

Як важко мені писати зараз ці слова! Ніби доводиться знову все пережити.

Читати ці рядки теж, напевно, буде нелегко.

Та чи легко було все це *бачити* Тобі, в чийх руках я стільки разів переставала дихати?...

Ти бачив, як я йду, хитаючись та тримаючись за стіну, щоб не впасти, як моє тіло все ж падає на підлогу, коли я втрачаю свідомість, як намагаюся їсти — і не можу тримати ложку: так сильно тремтять руки. Або — починаю задихатися та кричати, зігнувшись навпіл від болю. Чи легко Тобі було чесно відповідати мені: «Я не знаю...», коли я запитувала, на короткий час приходячи до тями: «Коли це закінчиться?»...

... Я не пам'ятала, скільки так тривало, скільки минало часу — години чи дні? А *там* було пекло! Я вже не пам'ятала, який зараз день, місяць, рік. І мені було... все одно... Просто... нехай все швидше закінчиться! Щоб не потрібно було більше розплющувати очі — і знову — вже вкотре! — важко помирати. А що ще важче — розплющувати очі, не знаючи... їх розплющила я чи... *хтось інший!* *Інші...* Скільки ж *їх!*... Чого вони від мене хо-

чуть?!... І — де ж я сама?!...

Де ж Бог? Чому Він залишив мене? Чи, можливо, — це зробила я сама, коли відвернулася від Нього, не згадала про Нього, забула запитати Його: що ж мені слід зробити, чого Ти від мене чекаєш?

Я відчувала себе сам на сам — із цим жахом...

А я ж була — не сама! Поруч із моїм помираючим тілом був Ти!

І чи легко було Тобі — бачити, що моїми очима дивлюся на Тебе — *не я*? Як Ти зробив так, що *вони* — одне за одним — пішли? Через що довелося проходити Тобі самому, коли Ти шукав мене в глибинах пекла? Коли Ти зрозумів, що я програла битву, що перевищувала мою здатність боротися, — тоді Ти зробив її Своєю битвою та виграв її для мене! Тоді Ти відкрив мені очі, щоб я зрозуміла, як же так сталося, що я опинилася в пеклі — ідучи до Бога! — і стала однією з *них*... Тоді Ти мене знайшов і, тримаючи міцно за руку, вивів звідти... Тоді Ти сказав мені: «Встань та йди!» — і це стало можливим... Ти зцілив і тіло моє, вже майже зруйноване хворобою: адже в ньому не було «живого місця»... Ти дав мені сили — розказати про це іншим, щоб через таке більше нікому не довелося проходити!

Адже так багато зла чиниться людьми — тільки лише через незнання! І ким же потрібно бути, щоб *знати* — і продовжувати чинити зло?

Як Ти зараз?...

* * *

Потім Майстер пояснив мені механізм того, що сталося: це не я сама провалилася до пекла,

але мене занурив туди мій колишній друг, що зійшов зі Шляху і перетворився на «диявола у плоті», шукаючи не Бога, а «земний» комфорт і ту саму «особисту силу». І — в полеміках із Майстром — він наполягав на своєму праві на те саме «змішання гун»...

Огрубіння свідомості, дияволізація — зазвичай відбувається поступово та непомітно. А задля того, щоб цього не сталося, потрібно постійно порівнювати свій стан — із Божественними Еталонами, Котрими для нас є Святі Духи.

... А той мій «друг» не навмисно загнав мене до пекла. Ні, просто він згадав про мене, став подумки «розглядати», «наїхав» на мене чорною хмарою диявольської свідомості... Я ж дозволила собі з ним співналаштуватися, не підозрюючи нічого поганого...

Як ще можна ненавмисно стати дияволом?

Три роки, що минули між нашою з Тобою зустріччю через книги та особистим знайомством, — це був нелегкий, але дуже щасливий для мене час: час пошуку та відкриттів, коли Бог — одну за одною — довіряв мені Свої таємниці, все далі, все глибше впускаючи мене в Себе. Він розкривався переді мною в різних Своїх Аспектах: спочатку — як Святі Духи, потім і в найвищому Своєму Прояві — в якості Бога-Отця, тобто Їхнього вселенського *Єдиного Ми*. Він давав мені стільки Знань та Любові, скільки я могла вмістити, і навіть, здавалося,

більше. Залишалося закріпитися в пізнаних вищих станах, щоб Єдність із Ним стала стійкою, постійною, незалежною від зовнішніх обставин. Здавалося б — так просто: лише ще один крок...

* * *

Колись значимою для мене подією на Шляху стало знання про моє попереднє втілення. Воно було відкрито мені на самому початку Шляху. Було нелегко впоратися з цим знанням. Воно і допомагало мені, і водночас заважало.

Допомагало, оскільки тепер мені було відомо про трагічну долю чоловіка, котрим я була у своєму попередньому земному житті. Він також шукав Істину, але не встиг знайти, хоча й підійшов дуже близько. В часи випробовувань на Шляху згадка про нього не раз допомагала мені знаходити сили впоратися з труднощами та — йти далі, більше навіть заради «нього», ніж заради «себе», щоб «його» пошук, «його» Шлях — було завершено.

Заважало ж це знання тим, що в певний момент я занадто захопилася своїм «минулим»: пошуком закономірностей та зв'язків із ним та моїм нинішнім життям та долею. Особливо — коли стала «впізнавати» в своєму оточенні людей з мого попереднього втілення. Так до сокровеного знання, необхідного лише для самоаналізу та можливості виправити припущені помилки, я поставилася, як... до детективної історії, до гри. І мені знадобилося дуже багато часу, щоб припинити в неї грати. Потрібно було залишити цей «вантаж» там, де йому й місце, — в минулому.

Втім «залишити» його там — буває не так вже й легко! Адже такі «ігри» можуть бути небезпечні

ще й тим, що там, у власному минулому, можна знайти пекло із його мешканцями.

І поруч із моїм тілом може виявитися втілена зараз рідна колись душа. Та людина, можливо, — просто зараз — поруч зі мною: адже я сама шукала спілкування з нею чи з ним!... Я прагну продовжити з тією людиною колишні стосунки, що дісталися мені у спадок від попереднього втілення. Вони залишили в мені-душі глибокий відбиток — і я тепер сліпо продовжую «любити»... пекельне створіння! І — день за днем — переймаю його чи її якості та стаю... такою ж! І не знаю про це!...

Втілені пекельні душі можна зустріти, і без занурення в «попередні життя». Таких людей — чимало в будь-якому суспільстві. Цього — не уникнути. Важливо ж — особливо для тих, хто йде по духовному Шляху — навчитися *впізнавати їх*, щоб уникати будь-яких взаємин із ними: сексуальних, емоційного спілкування, ситуацій спільної медитації. Адже при цьому відбувається «перемішування» свідомостей. А ми — стаємо *одне* з усіма, з ким співналаштуємося та зливаємося собою-свідомістю! І всі якості кожного з нас (як душ) — стають спільними!

Нове чисте життя

Яке ж воно — моє нове чисте життя? Воно — тихе, розмірене, сповнене усвідомленості, спокою та праці. Я більше нічого не відкладаю «на потім», оскільки дуже добре зрозуміла, що цього «потім» може більше й не бути. Все в моєму новому житті — і справді нове: від зубної щітки до... міста, в

якому я тепер живу. Переїхати до маленького тихого містечка — давній план, що чекав на це «потім» стільки років!

Я ходжу його незнайомими вулицями, вітаючи з вдячністю сонячне світло, ласкаве море, кожен новий день. Я знову... «прибулець» в новому — поки що — для мене світі. Мені треба освоїти його, зробити рідним та зрозумілим, — навчившись жити з Богом... серед людей.

Що з усього пережитого залишиться в пам'яті, можливо, через багато років? Якими словами я зможу розповісти про Тебе іншим людям? Напевно, найкраще, щоб це були — Твої слова, Майстре.

Чого ж вчить Майстер?

В Нього часом запитували: «В чому полягає Ваше Вчення?» Він відповідав: «Але ж я не створював жодного нового Вчення! Я, всього лише, підсумував та скомпонував у логічній послідовності вже відоме. Плюс те, що Святі Духи пропонували в останні роки мого власного учнівства в Них. І це — чудово працює!

Це — аж ніяк не моє Вчення, але Вчення Бога.

Воно містить в собі Знання про сенс людського життя на Землі та про його реалізацію. А вершина реалізації полягає в прямому пізнанні Бога та Злитті з Ним в *Одне*.

Хто ж Він — Бог?

Саме слово *Бог* має кілька значень:

— Творець (Первинна Свідомість, Бог-Отець, Дао, Ішвара, Аллах, Сварог та ін.),

— Абсолют (Творець, єдиносущний з Його

Творінням, котре Він «породив» з Себе),

**— і численні Святі Духи, Кожен та Кожна з Ко-
трих єдиносущні Творцєві.**

**Абсолют багатовимірний. Він складається з
різних за рівнем витонченості пластів (еонів, лок).
Найвищий з них, що перебуває в самій глибині ба-
гатовимірності, — початковий Пласт. Він єдиний в
усьому всесвіті (в усьому Абсолюті).**

**Одна з головних якостей Бога — безперерв-
ний розвиток. Все Творіння створено Творцем — з
метою Його власної Еволюції. Саме задля цього
душі і втілюються Ним в матеріальні тіла: спочат-
ку рослин, тварин, а потім — людей. Завдання ж
людини — стати Частиною Бога, влившись у Ньо-
го.**

**Але задля цього нам необхідно стати Доско-
налыми.**

**Щоб наблизитися за якістю себе-душі до Бога
та влитися в Нього, збагативши Його собою-
свідомістю, людині потрібно прожити багато зем-
них життів. Перетворення примітивного, егоцент-
ричного створіння в людському тілі — на людину,
багату на розум, доброту, любов, що безкорисли-
во служить людям, а також чиєю Метою є Злиття з
Богом, — відбувається дуже поступово.**

**Причина суттєвих відмінностей між людьми в
будь-якому суспільстві — в тому, що всі люди
(саме як душі) кожної певної миті перебувають на
різних рівнях свого еволюційного розвитку. Особ-
ливості їхньої поведінки залежать від того, на
якому щаблі особистої еволюції вони перебува-
ють: на початковому, тільки лиш почавши освою-
вати життя в людському тілі, чи на більш просуну-
тих, маючи багато успішних — в сенсі духовного**

просування — втілень.

Умови земного життя, в котрих відбувається кожне чергове втілення, залежать не від «положення зірок» в момент народження і не від «примх» Бога, але від самої людини. Кожен її етично значимий вчинок визначає наперед її подальшу долю — і не лише в нинішньому, але й у наступних втіленнях. Невиправлені етичні пороки продовжують своє існування у багатьох втіленнях — поки людина їх не переможе в собі. Люди самі будують власні долі — в прямому сенсі цих слів.

Тяжка доля — це «виховна міра», до котрої вдається Бог: щоб ми — на собі — відчули, як було жертвам наших злочинів (включно з убивством тварин та зі співучастю в таких убивствах) і навчилися б співчуття.

Наявність сприятливих для духовного розвитку умов — наслідок невідступного та наполегливого пошуку людиною Істини як у попередніх земних життях, так і в нинішньому. Це — можливість успішно завершити свою особисту еволюцію, досягнувши Досконалості та влившись в *Єдине Ми Святих Духів*, ставши Його Невід'ємною Частиною. Потім Досконалі Душі зможуть сходити з цієї *Єдності* — вже теж в якості Святих Духів: заради допомоги втіленим людям в їхньому духовному розвитку.

Вони можуть виконувати цю роботу — також і перебуваючи у втіленому стані. В такому випадку їх називають Аватарами, Месіями, Христами, Синами чи Дочками Бога. Ці слова означають одне й те саме різними мовами. Така Людина є Посланцем Бога-Отця на Землю і в усьому виконує Його Волю. Його Місія — донести до людей істинне

Вчення Бога, що вони втратили або ж хибно розуміють, — і провести з Собою до Мети тих, хто зараз готовий для цього.

Протягом історії людства Бог не раз посилав Своїх Дітей на Землю — щоб навчити людей Головної Своєї Якості — Любові. Чому ж — протягом тисячоліть — більшість людей відкидає Його Вчення? Чому завжди знаходяться ті, хто «перекроє» його під власні поточні корисливі потреби?

Творець є найтонша в усьому всесвіті Свідомість. Він — безкінечний за розмірами. Він являє Собою Досконалі Любов, Мудрість та Силу. Шлях до Творця — це, передусім, наближення до Нього себе-душi через витончення себе. Також слід — паралельно — очищувати себе-душу від етичних пороків.

Аватар допомагає людям, в тому числі, тим, що вказує їм на їхні пороки — щоб люди змогли їх позбутися. Адже самостійно свої пороки не завжди вдається усвідомити.

Аватар не містить в Собі нічого особистого, Він є лише інструментом в Руках Творця. Він говорить і робить лише те, що Бог хоче, щоб відбувалося чи було вимовлено кожної конкретної миті.

* * *

Головні щаблі на Шляху до Досконалості такі:
— істинне розуміння того, що є Бог, людина і сенс наших земних життів;

— розвиток себе-душi (свідомості) в якості духовного серця; першим кроком до цього є очищення та розвиток чакри анахати, а також інших енергоструктур тіла, включно з чакрами, даньтянами, меридіанами, сегментами; паралельно —

етична робота над собою: викорінення в собі пороків (гніву, дратівливості, насильництва, ревностей, заздрості, брехливості, образливості, лінощів та ін.) і розвиток позитивних якостей: ніжності, витонченості свідомості, смирення, мудрості, порядності, доброзичливості до всіх, прагнення дарувати свою любов, готовність допомагати тим, кому необхідна допомога;

— досягнення *внутрішньої тиші* («мовчання розуму», ісихії), що дозволяє, в перспективі, навчитися сприймати безпосереднє Керівництво Бога; шлях до цього починається з набуття здатності жити з концентрацією себе-свідомості в чакрі анахаті;

— витончення себе як свідомості через спіналаштування з найкращими проявами природи та мистецтва, адекватні та бездоганні в етичному ракурсі сексуальні стосунки, спілкування з Божественними Вчителями;

— розвиток інтелекту через читання відповідних книг, різноманітні види діяльності в соціумі, допомогу конкретним людям, творчу активність;

— розвиток силового аспекту свідомості, що здійснюється за допомогою спеціальних медитативних технік і обов'язково — після досягнення відповідного рівня чистоти та витонченості свідомості; важливо пам'ятати, що силу слід розвивати саме в тонкості; наше проміжне завдання — стати величезними люблячими духовними серцями; а розвиток саме грубої сили веде у протилежний від Бога бік;

— пряме пізнання собою-свідомістю багатовимірності Абсолюту;

— освоєння Божественних Станів свідомості

та закріплення в них (критерієм досягнення цілковитого успіху є набуття здатності не втрачати їх за жодних обставин, навіть в ситуаціях загрози для життя тіла);

— освоєння стану свідомості «не-я» («тотальна реципрокальність») та інших медитативних прийомів, що дозволяють злитися (розвиненою свідомістю) з Початковою Свідомістю;

— допомога в освоєнні вищепереліченого достойним цього людям.

Освоєнню кожного наступного щабля медитативного вдосконалення можуть успішно слугувати відповідні *місця сили*.

Детальніше познайомитися зі створеною Майстром системою духовного вдосконалення можна на сайті: www.swami-center.org.

Цю систему, що включає в себе етичний, інтелектуальний та психоенергетичний компоненти вдосконалення, я розглядаю в якості вершини всіх таких напрямків духовної думки, як ісихазм, суфізм, йога. Кожен може познайомитися з матеріалами на цю тему та визначитися для себе.

3 висловлювань Майстра

Є така православна молитва до Святого Духа: «І очисти ни от всякія скверни...» («І очисти нас від усілякої скверни...»). Але ж ні: це ми повинні самі очиститися від скверни в собі!

Кому Бог пропонує Свою максимальну допомогу? Тим, хто став уже майже таким, як Він, — за якісним критерієм. Це дозволяє злитися з Ним, стати Ним. Для цього потрібно, очистившись від

етично хибних вчинків, від усієї скверни пороків, виростити себе поступово до розмірів, співставних із розмірами Святих Духів. Теоретично — все просто...

Будемо старатися обіймати Бога собою-душею — і тоді будемо успішно рости.

* * *

Навіщо тобі дано втілення? Потрібно постаратися максимально наблизитися до стану Творця: напрацювати в собі якості, яких бракує, та позбутися зайвих.

* * *

Нехай буде загальна мета усіх наших вчинків на духовному Шляху — пізнання Бога та злиття з Ним, а також допомога в цьому іншим — достойним.

Програма-мінімум: стати такими, як наші Вчителі — Святі Духи. Програма-максимум: злитися назавжди з Богом в Аспекті Творця.

* * *

Духовна революція на Землі звершується зусиллями героїв!

Образ такого героя — Данко із оповідання Горького «Стара Ізергиль». Він — ціною власного життя — освітив людям Шлях. Так чинять справжні герої, котрі не впускають в себе страх перед темрявою. Вони проводять за собою тих, хто зараз готовий іти!

Звідки взяти сили, щоб звершувати такі подвиги? Їх дає Бог. Ми тоді звершуємо спільну роботу з Ним.

Потрібно досягнути стійкого стану єдності *Я* Бога та *я* людини. Тоді — звершується справжня спільна робота Бога та людини на Землі.

* * *

Дуже перспективна медитація — «Тримання усіх — на долонях любові». Зі *Світла*, на своїх руках я тримаю все живе, наповнюючи його своїми ніжністю та любов'ю.

Що з цього виходить? Центр мене опиняється у Світло-Вогненному *Єдиному Ми* Святих Духів. *Я* в Ньому розчиняюся.

Можна усвідомити Його розміри.

* * *

Які існують основні правила поведінки для шукачів Бога? Свобода від мирської суєти та невибагливість. Що мав, подорожуючи, Ісус? Плащ, щоб вкриватися від дощу та холоду. А голову Він на ніч клав на камінь. Так Він показав нам приклад: цього — досить! Плюс ще їжа потрібна.

* * *

Потрібно побачити основу пороків людини: це — егоцентризм!

* * *

Люди часто живуть, «чіпляючись» за спогади: як хтось колись погано зі мною вчинив і т.д. Якщо я-свідомість — груба та велика, то такі спогади наповнюють злом весь простір, всередині та зовні мого тіла. Така груба енергетика є хвороботворною. До того ж — і для інших створінь, що опинилися всередині такого енергетичного поля.

Тому потрібно жити не у своєму минулому, а в теперішньому, заповненому пошуком Бога та служінням Йому!

А якщо відразу не виходить — займіться освоєнням психічної саморегуляції за методикою, викладеною, наприклад, в «Екопсихології».

* * *

А Бог — який?

«Дао — Створіння ніжне». (див. «Дао-Де-Цзин»)

Потрібно вмикати *слух душі*, бути чутливими в духовному світі: що Бог хоче мені підказати зараз? Що Він хоче, щоб ми зробили?

* * *

«Дихайте свободою!» — це Бабаджі нам пропонує. — «Дихайте пахощами лісу разом зі Мною, вдихайте їх та Мене!»

Як вільно живеться тим, хто пізнав Бога! Їх більше не бентежить суєта «світу цього»!

* * *

В чому призначення наших життів, поки ми маємо живі тіла? В прямому пізнанні Бога!

Медитативно ми пройшли по всьому Шляху: від звичайної людини — до Творця. Одна з найважливіших Його якостей — прагнення дарувати Любов, Знання.

А як можемо це робити ми?

* * *

Всі люди, що стали на духовний Шлях, мають навчитися безкорисливо дарувати свою любов: ніжність, світло, радість! Що і в який момент кому дарувати — це знання приходить із досвідом. Ми маємо стати — як Святі Духи щодо цього!

* * *

Метою життя духовного подвижника є Бог, а конкретно — Святі Духи, в тому числі — у вигляді Їхнього *Єдиного Ми*. Потрібно витончити себе до Їхнього стану, щоб легко сприймати Їх.

* * *

Наші Божественні Вчителі, спілкуючись із нами, часто жартують. Про що це свідчить? Вони — в минулому — *Люди*, тільки вже такі, що розвинули себе за життя в тілах до *Божественної Досконалості*.

Чим ми відрізняємося від Них? Адже Їхні стани ми вже пізнали. Відрізняємося — лише відсут-

ністю нашої стійкості в цих вищих станах.

* * *

Головний докір тобі — що ти дієш *від себе*, не узгоджуючи своїх вчинків з Богом.

Як сприймати Волю Бога? Якщо запитання поставлено конкретному Святому Духові, а не у «простір», і Ти Його чи Її відчуваєш, — відбувається ваше Злиття в любові, ти із тим Святим Духом стаєш *Одне*. І тоді — відповідь буде істинною.

Цього треба вчитися, це набувається з досвідом.

* * *

Люди, коли вони дізнаються, що є можливість чути Бога, вважають, що Він завжди щось безперервно говорить. Втім, це — не так. Бог перебуває у Спокої і говорить лише тоді, коли Йому необхідно щось сказати.

Примусити Його говорити — немає можливості.

* * *

З часом, спілкування зі Святими Духами відбуватиметься навіть більш природно, ніж із втіленими людьми. Ти — раптом — це усвідомиш.

Цей стан цілком зворотний.

Світ втілених людей — це життя «серед предметів». А коли ти дедалі більше пізнаєш світ «по той бік від смерті», то він стає все більш явним та звичним. І потрібно навіть здійснювати певне зу-

силля, щоб переключитися на світ втілених людей.

* * *

Під час медитацій я сприймаю лише світ Святих Духів, стаючи *Одне* з Ними, стаючи Любов'ю, котра дарує і котру дарую. Потрібно зафіксувати, запам'ятати цей стан, «закарбувати» його в душі, щоб у будь-якій ситуації зуміти його відтворити. Навіть — коли люди зла мучитимуть і вбиватимуть моє тіло.

Якщо Бог створює таку ситуацію — я приймаю її. Це означає, що матеріальне тіло мені більше не потрібне. Мені потрібен тільки Бог!

Досвід медитацій повністю виганяє страх смерті: адже зі смертю тіла я не перестаю існувати!

* * *

Говорячи про *місця сили*, потрібно розрізняти: є серед них *місця*, що виникли природно, їх створюють Святі Духи там, де, наприклад, Вони любили працювати з учнями чи відпочивати — ще за життя в тілах.

А є — «штучні» *місця сили*, що Вони створюють в місцях, зручних для їхніх втілених учнів — з метою допомоги еволюції тих душ, тобто, спеціально для тієї чи іншої медитативної роботи.

Є також негативні *місця сили*. Їх може бути створено пекельними душами.

* * *

Навіщо в природі потрібні хижаки? І не лише серед тварин: серед людей — також. Це — щоб навчити перспективні втілені душі обачності: навчити їх або уникати небезпеки, або приймати свою долю.

* * *

Навіщо праведники зустрічаються зі злом в інших людях? Щоб вчитися бачити зло та розрізняти людей.

В російському перекладі Нового Заповіту слова про те, що Бог-Отець дав Ісусові здатність *розрізняти людей*, переклали, як «судити людей».

Так Ісуса «перетворили» на «Чудовисько», котре відсилає людей до пекла за мізерні або й зовсім надумані провини.

Але от — Ісус до нас прийшов, як тільки ми про Нього почали говорити! І який Він *ніжний!*...

* * *

В усіх на духовному Шляху буває час, коли Бог випробовує нас, і ми не знаємо, куди йти далі. В такому випадку потрібно звернутися до своїх попередніх записів. І ти раптом розумієш: «Ось же воно!»

* * *

Бог — це Мета, це — Вчитель і, в тому числі, — Спокусник.

Спокусами Він перевіряє готовність кожного учня йти далі.

* * *

Правильне рішення духовного воїна: сприймати світ як поле битви зі своїми пороками, зі своїм невіглаством!

* * *

Ти говориш, що в людській мові недостатньо слів, щоб описати твої «екскурсії до Царства Небесного». Слів, так, нехай — недостатньо. Але ж ми — дійшли!

І є Інші, Котрі дійшли — давно чи недавно, і ми з Ними спілкуємося.

Ти — свідок Бога!

* * *

І ось, як все це жалюгідно: усе те, що було раніше, — порівняно з тим, що ми воскресли в Богові! І як важливо укріпитися, втриматися в цьому стані! І — допомагати іншим пізнати те, що пізнали ми!

Допомагати потрібно, передусім, — найбільш достойним!

* * *

Як втриматися в потрібних станах на Шляху? Триматися — Прямого Шляху!

Така — загальна відповідь. А що далі? — ко-

жна людина сама нехай визначається для себе.

*** * ***

Прямий Шлях — для всіх людей, незалежно від відмінностей за національністю, вірою, статі чи інших незначних відмінностей.

І той, хто бездоганний, увійде та втримається, — той залишиться з Богом назавжди.

Оце й усе! Це — так просто зрозуміти!...

*** * ***

Шлях — широкий та прекрасний, якщо розумієш Задум Бога! «Вушко голки» — це для тих, хто накопичує земні багатства, котрих неможливо взяти з собою при переході до «того світу».

*** * ***

На любов можна реагувати тільки любов'ю! Втім, і на всі інші емоції — також!

*** * ***

Кожне слово має бути вагомим! Не слід промовляти малозначущих слів!

Не можна брехати: має бути абсолютна чистота в словах, вчинках, думках та емоціях!

Хто бреше — той втрачає довіру та повагу як втілених людей, так і Святих Духів.

Брехати припустимо лише у виключних випадках: заради спасіння достойних.

*** * ***

Обіцяне має бути виконано! Порушення даної комусь обіцянки — гріх перед Богом!

*** * ***

Увагу має бути розподілено між Творцем та Творінням. Не можна забувати ні про те, ні про інше.

*** * ***

Потрібно вчитися дивитися на долі людей — з позиції Бога.

Ми не повинні заважати здійсненню Його планів — наприклад, своєю жалістю до когось.

Щоб вчити людей, Йому іноді доводиться робити їм боляче.

*** * ***

Бог дає людям відчуття закоханості одне в одного.

Він же і забирає закоханість, розводячи пари, що склалися, коли кожному буде правильно далі розвиватися в інших умовах.

*** * ***

Любов має багато аспектів: любов-ніжність та ласка, любов-співчуття, любов-захоплення... Є й любов-вдячність, любов-самовідданість заради допомоги іншим.

**Не забувай дякувати Богові за Його допомогу
тобі!**