

СЕКРЕТЫ МОТИВАЦИИ

УОЛЛЕС Д. УОТТЛЗ

НАУКА О ТОМ, КАК СТАТЬ БОГАТЫМ
НАУКА О ТОМ, КАК БЫТЬ ЗДОРОВЫМ
НАУКА О ТОМ, КАК БЫТЬ ВЕЛИКИМ



MOTIVATION



Всі три легендарні книги про те, як стати багатим, здоровим і успішним — у цьому збірнику:

Наука про те, як розбагатіти

Наука про те, як бути здоровим

Наука про те, як бути великим

Секрети мотивації і наука про те, як мотивацію втілити в реальні досягнення. Просто, доступно і практично.

У сучасному адаптованому перекладі з англійської.

Уоллес Делоїс Уоттлз — засновник мотиваційної літератури, автор книжок, присвячених досягненню успіху. Його твори були популярні серед прихильників «Нової думки» та інших рухів, які пропагують самовдосконалення.

Уоллес Д. Уоттлз СЕКРЕТИ МОТИВАЦІЇ

*Переклад з англійської
Юлії Шматько.*

НАУКА ПРО ТЕ, ЯК РОЗБАГАТИТИ

ПЕРЕДМОВА

Ця книга виключно прагматична, а не філософська. Це практичний посібник, а не трактат з теоріями. Ця книга призначена для людей, які найбільш гостро потребують грошей, для тих, хто хоче спочатку розбагатіти, а потім вже філософствувати. Вона для тих, хто досі не знаходив ні часу, ні коштів, ні можливості заглибитися в вивчення метафізики, але хто хоче бачити результати і почати діяти на основі наукових висновків, не переймаючись у подробиці всіх тих процесів, за допомогою яких були зроблені ці самі висновки.

Ідея в тому, що читач має просто повірити у наведені тут основні твердження так само, як він вірить в закон електричного імпульсу, віднайдений

такими авторитетними науковцями, як Марконі та Едісон. І завдяки цій вірі він доведе істинність цих тверджень, дотримуючись їх без страху і вагань. Кожна людина, яка буде дотримуватися наведених тут інструкцій, обов'язково розбагатіє, оскільки це все точна наука, тому невдача тут виключається. Однак, для тих, хто хоче все ж дослідити філософські теорії і тим самим забезпечити логічне підґрунтя для своєї віри, в мене є для вас ряд обґрунтувань.

Моністична теорія всесвіту (а саме, теорія, що Один — це Все, а Все — це Один, і що одна Субстанція проявляє себе у вигляді безлічі елементів матеріального світу) має індуїстське походження і ось уже протягом двохсот років впевнено завойовує мізки західного світу. Це основа всіх східних філософій, а також філософії Декарта, Спінози, Лейбніца, Шопенгауера, Гегеля і Емерсона.

Читачеві, який все ж таки вирішить розібратись в філософських основах, рекомендую почитати Гегеля і Емерсона; а ще «Вічні новини» Джона Джозефа Брауна (прекрасна книга, видана в Шотландії у 1889 році). Читач також може знайти щось корисне для себе у серії статей, написаних мною і опублікованих в журналі *«Наутілус»* (Холіоке, штат Массачусетс) навесні і влітку 1909 року під заголовком «Що є істина?»

При написанні цієї книги я перш за все намагався викладати матеріал чітко та простими словами, щоб все було максимально зрозуміло. До плану дій, викладеного тут, я прийшов на основі філософських висновків. Цей план був ретельно перевірений і пройшов випробування на практиці. І він дійсно працює. Якщо ви хочете знати, як я дійшов цих висновків, почитайте праці авторів, згаданих мною вище. Ну, а якщо ви хочете відразу отримувати результати їх філософій на практиці, просто прочитайте цю книгу і робіть безумовно так, як в ній написано.

Автор.

ГЛАВА I

Право бути багатим

Як би високо деякі не підносили бідність, факт залишається фактом: неможливо жити по-справжньому повним та успішним життям, якщо ти не багатий. Жодна людина не може піднятися до свого максимально можливого рівня у розвитку таланту або душі, якщо у неї немає грошей. Для того, щоб розкрити душу і розвинути талант, потрібно використовувати багато речей, а без грошей ці речі недоступні.

Людина розвиває розум, душу і тіло, використовуючи речі, а суспільство організовано так, що у людини повинні бути гроші, щоб стати володарем цих речей. Отже, основою прогресу для людини повинна бути наука про те, як стати багатим.

Метою всього життя є розвиток. І все живе має невід'ємне право на максимальний розвиток, якого воно здатне досягти.

Право людини на життя означає її право на вільне і необмежене використання всіх речей, які можуть бути необхідні їй для повного розумового, духовного і фізичного розвитку. Або, іншими словами, це її право бути багатим.

У цій книзі я не буду говорити про багатства у переносному сенсі. Бути по-справжньому багатим не означає просто радіти дрібницям. Жодна людина не повинна задовольнятися малим, якщо у неї є можливість використовувати і насолоджуватися великим. Метою Природи є розвиток і примноження життя. Кожна людина повинна мати в своєму розпорядженні все, що може розвинути її силу, елегантність, красу і багатство життя. Бути задоволеним дрібницями — грішно.

Людина, яка володіє всім необхідним, щоб жити повним життям, багата. Людина, у якої немає грошей, не може отримати від життя все, що хоче. Життя зробило настільки великий крок уперед і

стало настільки багатогранним, що людям потрібна величезна кількість грошей, щоб хоч трохи наблизитися до поняття «жити на повну». Для кожної людини природно досягати піку свого розвитку. Бажання реалізувати вроджені здібності — це невід'ємна частина людської природи. Ми не можемо не хотіти стати кращою версією себе. Успіх стає нашою життєвою метою. Ви можете стати тим, ким хочете, тільки використовуючи необхідні для цього речі, а вільно їх використовувати ви зможете лише тоді, коли станете досить багатими, щоб купити їх. Тому розуміння науки про те, як розбагатіти, є найважливішим з усіх знань.

Немає нічого поганого в бажанні стати багатим. Прагнення до багатства — це дійсно прагнення до більш багатого, повного і благодатного життя. І це бажання варте похвали. Людина, яка не бажає жити в достатку, ненормальна. Людина, яка не бажає мати достатньо грошей, щоб купити все, що вона хоче, теж ненормальна.

Є три принципи, за якими ми живемо: ми живемо для тіла, ми живемо для розуму, ми живемо для душі. Жоден з них не кращий і не святіший за інший, всі вони однаково бажані, і ніщо з трьох — ні тіло, ні розум, ні душа — не може існувати повноцінно, якщо їх позбавити повного життя та самовираження. Неправильно і навіть неблагородно

жити тільки для душі, відкидаючи розум або тіло. Але також неправильно жити тільки для розуму, відкидаючи тіло і душу.

Ми всі знайомі з огидними наслідками життя тільки заради тіла, нехтуючи розумом і душею. Справжнє життя означає всебічний розвиток тіла, розуму і душі. Що б там не казали, жодна людина не може бути по-справжньому щасливою і задоволеною, якщо її тілу чогось не вистачає. Також це стосується розуму і душі. На місці невикористаної можливості або невиконаного завдання виникає незадоволене бажання. Бажання — це можливість, яка шукає шлях до реалізації або ж завдання, яке шукає шлях до виконання.

Тіло людини не може існувати повноцінно без хорошої їжі, зручного одягу та теплого укриття, а також без відпочинку від надмірної праці. Відпочинок та оздоровлення йому необхідні.

Розум людини не може існувати повноцінно без читання книжок і роздумів над прочитаним, без можливості подорожувати і спостерігати, а також без інтелектуального спілкування. Щоб наш розум жив повним життям, йому потрібні інтелектуальні розваги, а ще він повинен оточувати себе всіма предметами мистецтва і краси, які він здатний пізнати і оцінити.

Щоб душа людини відчувала себе добре в повній мірі, людині потрібна любов, а любов не

може проявити себе повністю в бідності.

Найбільше щастя людини проявляється в даруванні благ тим, кого вона любить. Любов знаходить свій найприродніший прояв у даруванні. Людина, якій нема чого дати, не може проявити себе як чоловік або батько, як громадянин або просто як особистість. Саме використовуючи матеріальні речі, людина забезпечує повноцінне існування свого тіла, розвиває свій розум і розкриває свою душу. Тому для неї вкрай важливо бути багатою.

Бажання бути багатим абсолютно правильне. Це природне бажання нормальної людини. Треба приділяти увагу науці збагачення, оскільки вона є найбагороднішою і найнеобхіднішою з усіх наук. Якщо ви нехтуєте цією наукою, ви не виконуєте свої обов'язки перед самим собою, перед Богом і перед людством. Адже найкращий спосіб послужити Богу і людству це максимально реалізуватися самому.

ГЛАВА II

Є наука про те, як стати багатим

Є наука про те, як стати багатим. Це точна наука, як алгебра або арифметика. Є певні закони, які регулюють процес примноження багатства. Як тільки людина вивчить ці закони і почне їх

дотримуватися, вона стане багатою з математичною точністю.

Гроші та власність з'являться у вас в результаті певних дій. Той, хто діє Певним чином, свідомо або ні, стає багатим. У той час як той, хто цього не робить, незалежно від того, наскільки ретельно він працює або наскільки талановитий, залишається бідним.

Це природний закон, що відповідні причини тягнуть за собою відповідні наслідки. Отже, будь-яка людина, яка навчиться дотримуватися Певного принципу дій, розбагатіє.

Те, що наведене вище твердження вірне, підтверджується наступними фактами:

Багатство — це не питання навколишнього середовища, тому що якби це було так, то люди в певних кварталах автоматично стали б багатими; всі жителі одного міста автоматично були б багатими, а жителі інших міст — бідними; або жителі однієї держави усі розбагатіли б, а іншої — зубожіли у злиднях.

Але ж всюди ми бачимо багатих і бідних, які живуть пліч-о-пліч, в одному і тому ж середовищі. І часто буває, що працюють вони теж в одному середовищі. Коли двоє людей знаходяться в одній місцевості і займаються одним і тим же ділом, але один стає багатим, а другий залишається бідним, це як раз і показує, що багатство — це, перш за все, не

питання навколишнього середовища. Так, деякі умови можуть бути більш сприятливими, ніж інші, але коли двоє людей працюють в одному бізнесі і в одній місцевості, але один збагачується, а інший зазнає невдачі, це вказує на те, що збагачення є результатом того, що один з них діяв Певним чином? а інший ні. І, крім того, здатність діяти таким Певним чином обумовлена не тільки наявністю таланту, оскільки багато людей, що володіють великим талантом, залишаються бідними, в той час як інші, у яких талантів геть немає, стають багатими.

Вивчаючи людей, які розбагатіли, ми виявляємо, що вони середні за всіма показниками, і не володіють більшими талантами і здібностями, ніж інші люди. Очевидно, що цих людей збагатили не їхні видатні таланти, а те, що вони робили Певні дії Певним чином.

Щоб стати багатим, не обов'язково на всьому економити і відмовляти собі у всьому. Адже часто буває, що скупі люди бідні, в той час як марнотратні багаті.

Щоб стати багатим також не обов'язково вміти робити речі, які не під силу іншим. Дві людини в одному бізнесі часто роблять майже одні й ті ж самі речі, але один стає багатим, а другий залишається бідним або взагалі стає банкрутом.

З усього цього можна зробити висновок, що

збагачення — це результат Певних дій.

Якщо збагачення є результатом Певних дій, а відповідні причини завжди тягнуть за собою відповідні наслідки, то будь-яка людина, яка буде діяти таким чином, може стати багатою — тобто все знову ж таки зводиться до точної науки.

Тут виникає питання — а, може, цей Певний шлях настільки складний, що слідувати ним можуть лише обрані? Як ми вже переконалися, від природних здібностей це не залежить. Багатими стають як талановиті люди, так і телепні; як розумні, так і дурні; як фізично сильні, так і слабкі і хворобливі люди.

Звичайно, хоча б без мізерної здатності мислити і розуміти не обійтися, але в тому, що стосується якихось природних здібностей, будь-яка людина, яка здатна прочитати і зрозуміти ці слова, безумовно, може розбагатіти.

Крім того, ми переконалися, що навколишнє середовище теж не показник. Так, місцевість може грати якусь роль, але ж ніхто не піде, наприклад, в самісіньке серце пустелі Сахара продавати гарячі пиріжки в надії зробити з цього успішний бізнес.

Щоб розбагатіти, необхідно контактувати з людьми і бути там, де є люди, з якими можна встановити контакт. І якщо ці люди також готові йти з вами на контакт, це ще краще. Але, мабуть, це все, що стосується навколишнього середовища.

Якщо хтось у вашому місті зміг розбагатіти, то і ви зможете; якщо хтось у вашій країні зміг розбагатіти, то і ви зможете.

Знову ж таки, тут справа не у виборі якогось конкретного бізнесу або професії. Люди стають багатими в будь-якому бізнесі і в будь-якій професії, в той час як їхні найближчі сусіди, займаючись тим же ділом, залишаються бідними.

Так, це правда, що ви досягнете кращих результатів в бізнесі, який вам до душі. І якщо у вас є певні таланти, які добре розвинені, ви досягнете успіху набагато швидше в справі, яка передбачає використання цих талантів.

Також, звичайно, у вас більше шансів на успіх у бізнесі, який більше підходить для вашої місцевості. Кафе-морозиво матиме більший успіх у теплому кліматі, ніж у Гренландії, а вилов лосося буде набагато успішніший де-небудь в Норвегії, ніж у Флориді, де того лосося просто немає.

Але, крім цих загальних нюансів, збагачення залежить не від вашої участі в якомусь конкретному бізнесі, а від того, як ви навчитесь діяти Певним чином. Якщо ви зараз займаєтесь бізнесом, і хтось у вашій місцевості розбагатів в такому ж бізнесі, а ви *ні*, то це тому, що ви дієте не так, як це робить та інша людина.

Брак капіталу також не перешкодить вам стати багатим. Звичайно, коли у вас є капітал, це

спростить і прискорить ваш підйом. Але той, у кого є капітал, вже багатий, і йому не потрібно думати, як стати таким. Незалежно від того, наскільки ви бідні, якщо ви почнете діяти Певним чином, ви почнете багатіти. І ви почнете примножувати свій капітал. Примноження капіталу є частиною процесу збагачення. І це частина того результату, який незмінно слідує за діями Певним чином.

Ви можете бути найбіднішою людиною на землі, бути по вуха в боргах, у вас може не бути ні друзів, ні впливу, ні ресурсів, але, якщо ви почнете діяти Певним чином, ви без сумніву почнете багатшати, бо відповідні причини тягнуть за собою відповідні наслідки. Якщо у вас немає капіталу, ви можете його заробити. Якщо ви займаєтеся не тим бізнесом, ви можете просто знайти той бізнес, який вам підійде. Якщо ви відчуваєте, що перебуваєте не на тому місці, ви можете перейти в інше. І ви можете почати це все робити вже зараз, можете навіть почати зі свого теперішнього бізнесу і на своєму теперішньому місці. Просто почніть діяти Певним чином і фортуна вам посміхнеться.

ГЛАВА III

**А з яких це пір у нас монополія на
можливості?**

(або Монополія на можливості? — Ні, не

чув)

Бідною людина залишається не тому, що у неї відібрали можливості, і не тому, що інші люди монополізували багатство і огородили його парканом. Може, вас і позбавили можливості займатися бізнесом в деяких сферах, але ж є й інші напрямки, які відкриті для вас. Так, можливо, вам буде важко отримати контроль над якоюсь великою системою залізниць, адже ця галузь досить сильно монополізована. Але, до речі, бізнес у сфері електричних залізниць все ще перебуває в початковому стані і пропонує багато можливостей. Мине лише кілька років, і повітряний транспорт стане дуже прибутковою та затребуваною сферою промисловості, і в усіх її галузях будуть працевлаштовані сотні тисяч, а, можливо, і мільйони людей. Чому б не звернути увагу на розвиток повітряних перевезень, замість того, щоб конкурувати з такими магнатами, як Дж. Дж. Хілл та іншими за якусь примарну можливість у світі парових залізниць?

А й справді, якщо ви працюєте на сталеплавильному концерні, у вас дуже мало шансів стати його власником. Але також вірно і те, що, якщо ви почнете діяти Певним чином, ви незабаром зможете залишити роботу на цьому концерні. Як варіант, ви можете купити ферму на

10–40 гектарів і почати освоювати продуктивний бізнес. Зараз для людей, які живуть на невеликих ділянках землі, з'явилася прекрасна можливість почати їх обробляти і інтенсивно освоювати; такі люди напевно розбагатіють. Ви можете сказати, що ви не зможете мати таку ділянку землі, але я збираюся довести вам, що це можливо, і що ви, безумовно, можете стати власником ферми, якщо почнете діяти Певним чином.

У різні періоди вітер можливостей дме в різних напрямках, відповідно до потреб Цілого і конкретним етапом існуючої соціальної еволюції. В даний час в Америці акцент робиться більше на сільське господарство і суміжні галузі та професії. Сьогодні у фермера більше перспектив у своїй справі, ніж у працівника фабрики. У бізнесмена, чий бізнес орієнтований на забезпечення фермера, більше перспектив, ніж у бізнесмена, який забезпечує працівника фабрики.

Людину, яка послідує за попутним вітром можливостей, чекає безліч можливостей, на відміну від того, хто піде проти цього вітру.

Таким чином, промислові працівники, і як індивідууми, і як клас, не позбавлені можливостей. Їх не «сковують» їх господарі, їх не «прив'язують до місця» їх концерни і наявність або відсутність у них капіталу. Як клас, вони там, де вони є, тому що вони не діють Певним чином. Якби працівники

Америку захотіли цього, вони могли б наслідувати приклад своїх побратимів з Бельгії та інших країн та почати створювати прекрасні універмаги і кооперативні підприємства. Вони могли б обирати чиновників зі свого ж класу і приймати закони, що сприяють розвитку таких кооперативних галузей. І через кілька років вони могли б спокійно заволодіти промисловою галуззю.

Робочий клас може стати пануючим, коли почне діяти Певним чином. Закон багатства для них такий самий, як і для всіх інших — ось що вони повинні засвоїти. Інакше вони будуть залишатися там, де вони є, до тих пір, поки не змінять принцип дій. Кожен окремо взятий працівник не скутий невіглаством або загальмованістю свого класу, він може податися за вітром можливостей і розбагатіти, і ця книга розповість йому, як це зробити.

У бідності ми залишаємося не через брак багатств, їх якраз більш ніж достатньо для всіх. З будівельних матеріалів, вироблених в одних лише Сполучених Штатах, можна було б побудувати палаців розміром з Капітолій (будівля Конгресу США у Вашингтоні) для кожної сім'ї на землі. А при інтенсивному режимі виробництва, ця країна могла б виробляти стільки вовни, бавовни, льону і шовку, що вистачило б, щоб одягнути кожну людину в світі краще, ніж царя Соломона з усією його розкішшю. А їжі вистачило б, щоб нагодувати

всіх людей найвишуканішими стравами. Очевидний запас буквально невичерпний. Та й неочевидний теж.

Все, що ви бачите на землі, зроблено з однієї Первинної Субстанції, з якої виникають всі речі.

Постійно створюються нові форми, а старі розчиняються. Але всі вони є формами, що з'явилися з Єдиного.

Немає ніяких обмежень на поставку Безмежного Матеріалу, або Первинної Субстанції. З цього матеріалу був створений Всесвіт, але не все було витрачено при його створенні. Простір всередині, крізь і між формами видимого всесвіту пронизаний і заповнений Первинною Субстанцією, цим Безмежним Матеріалом, сировиною для створення всіх речей. Можна зробити ще в десять тисяч разів більше, ніж вже було зроблено, і навіть тоді ми ще не вичерпаємо запаси цієї Мега-сировини.

Тому це неправда, що людина бідна через те, що природа навколо неї бідна, або через те, що їй чогось не вистачило.

Природа — це безмежний і невичерпний запас багатств. Первинна Субстанція сповнена живої творчої енергії і постійно народжує нові форми. Коли вичерпається запас цього будівельного матеріалу, буде створено новий. Коли вичерпається ґрунт, з якої вирощують продукти і матеріали для

виробництва одягу, буде створено ще більше нової родючої землі. Коли все срібло та золото буде видобуто з надр землі, але на своєму етапі соціального розвитку людина все їх потребуватиме, тоді з Безмежного матеріалу з'явиться ще більше срібла і золота.

Все це істинно для всіх людей. Рід людський назавжди забезпечений безмежним багатством, а якщо якісь індивідууми бідні, то це тому, що вони не дотримуються Певного принципу дій, який кожного може зробити багатим.

Безмежний матеріал розумний, це Мисляча Субстанція. Вона жива і запрограмована постійно створювати ще більше життя.

Це природна і невід'ємна потреба життя — прагнути жити довше і більше. Сама природа велить постійно розвиватися і розширюватися, а свідомість постійно прагне розширити свої кордони і знайти більше шляхів до самовираження. Всесвіт форм був створений з Безмежної Живої Субстанції, яка і сама прийняла певну форму, щоб більш повно себе виразити і позначити.

Всесвіт — це велика Жива Присутність, яка завжди рухається в напрямку створення нового життя і досягнення більшої функціональності.

Природа створена для примноження життя, її мотивом є поліпшення рівня цього життя. І тому все, що може послужити для життя, є в достатку.

Чогось може забракнути тільки якщо Бог почне суперечити сам собі і вирішить перекреслити всі свої труди і творіння.

Причина вашої бідності не в тому, що вам не вистачило багатства. І це я доведу і продемонструю трохи далі. Зокрема, я доведу вам, що навіть ресурси Безмежного Джерела Всесвіту знаходяться під управлінням самих же людей, які діють і мислять Певним чином.

ГЛАВА IV

Перший принцип Науки збагачення

Думка — це єдина сила, яка здатна створити матеріальні багатства безпосередньо з Безмежною Субстанцією. Матеріал, з якого зроблені всі речі, є мислячою субстанцією, і в роздумах про форму, вона цю форму і створює.

Первинна Субстанція рухається у відповідності зі своїми думками. Кожна форма і процес, які ви бачите в природі, є видимим проявом її думки. У міру того, як Безмежний Матеріал думає про форму, він приймає цю форму. Коли він думає про рух, він робить цей рух. Так і були створені всі речі. Ми живемо в світі думок, який є частиною більш широкого всесвіту думок.

Думка про живий всесвіт поширювалася всередині Безмежною Субстанцією, і Мисляче Щось,

рухаючись відповідно до цієї думки, прийняло форму галактик і підтримує цю форму. Мисляча Субстанція приймає форму своєї думки і рухається відповідно до неї. Утримуючи ідею обертання систем сонць і світів, Субстанція приймає форму цих небесних тіл і керує ними за допомогою думки. Думаючи про форму повільно зростаючого дуба, вона рухається відповідно і створює дерево, хоча для виконання цієї роботи можуть знадобитися століття. У процесі створення Безмежне Щось рухається відповідно до ліній руху, які воно собі накреслило. Думка про дуб не викликає миттєвого формування дорослого дерева, але вона запускає сили, які будуть створювати дерево згідно встановлених ліній зростання.

Кожна думка про форму, що міститься в мислячої субстанції, викликає створення цієї форми, але завжди або, принаймні, зазвичай, за попередньо визначеними лініями зростання і дій.

Думка про будинок певної конструкції, якщо вона зародилася в Безмежній Субстанції, можливо, не відразу ж відтворить цей будинок, але вона спрямує потоки творчої енергії в торгівлі та комерції в такі канали, через які процес будівництва цього будинку значно прискориться. А якщо таких каналів для потоку творчої енергії поки не існує, тоді будинок трансформується безпосередньо з Первинної Субстанції так, що навіть не доведеться

чекати якихось процесів органічного та неорганічного світу.

Будь-яка думка про форму, закладена в Первинну Субстанцію, обов'язково призведе до створення цієї форми.

Людина — це механізм, який породжує думки. Все, що людина створює своїми руками, спочатку виникає в її думках. Вона не може надати чомусь форму, поки не подумає про це.

Донині людина використовувала свої розумові здібності виключно для створення якихось матеріальних речей так би мовити, власними руками. Вона застосовувала ручну працю до світу форм, прагнучи змінити або модифікувати вже існуючі речі. Але вона ніколи не думала про те, щоб спробувати викликати створення нових форм, вкладаючи свої думки в Безмежну Субстанцію.

Коли в голові людини зароджується думка про певну форму, вона бере матеріал, який вже існує (має форму) в природі і створює ту форму, яку вона уявила. Але до сих пір вона або докладала вкрай мало зусиль, а то і зовсім їх не докладала, для співпраці з Безмежним Розумом Всесвіту, для спільної роботи з «Отцем». Вона і не мріяла, що може «робити те саме, що робить Отець». Людина завжди змінювала і модифікувала існуючі форми власними руками. Але вона зовсім не звертала увагу на те, що може також створювати речі прямо

з Безмежної Субстанції, посилаючи їй свої думки. І ось ми пропонуємо довести, що це можливо. Довести, що будь-якій людині це під силу. І ми покажемо, як. Для початку, ми повинні сформулювати три основні положення.

По-перше, ми стверджуємо, що існує єдине Первинне Безмежне Щось, іншими словами Субстанція, з якої зроблені всі речі. Все, що здається безліччю різних елементів, насправді є ні що інше, як різні відтворення Єдиного елемента. Всі численні форми, знайдені в органічній та неорганічній природі — це ні що інше, як різні форми, зроблені з однієї і тієї ж субстанції. І ця субстанція вміє мислити. Думка, що міститься в ній, трансформується в уявну форму, яка в свою чергу створює форму реальну, матеріальну. Людина — це механізм, який здатний породжувати думки. Якщо людина може передати свою думку первинній мислячій субстанції, вона може викликати створення або формування того, про що думає. Отже, підіб'ємо підсумок вище сказаного:

Є мисляче щось, з якого зроблені всі речі, і яке в своєму первинному стані пронизує, проникає і заповнює геть усе у всесвіті.

Думка в цій субстанції створює те, образ чого вона сама собі намалювала.

Людина може формувати образи речей в своїх думках, направляючи їх безмежній субстанції,

і тим самим, викликати створення того, про що вона думає.

Ви звичайно ж можете запитати, чи можу я довести ці твердження. А я відповім вам, не заглиблюючись поки що в деталі, що можу зробити це, ґрунтуючись як на логіці, так і на досвіді.

Розмірковуючи про поняття форми і думки, я приходжу до висновку про існування єдиної первісної мислячої субстанції. І відштовхуючись від цього, я приходжу до висновку про те, що людина здатна створювати матеріальні форми зі своїх думок.

В ході експерименту я знаходжу підтвердження своїм міркуванням — і це мій найвагоміший доказ.

Якщо навіть одна людина, яка прочитає цю книгу, стане багатою, виконуючи те, про що тут йдеться, це вже буде доказом на підтримку мого твердження. Але якщо кожна людина, виконавши вказівки цієї книжки, розбагатіє, це буде прямим доказом моїх слів до тих пір, поки хтось не пройде через весь цей шлях і в результаті зазнає поразки. Теорія моя буде вірна, поки процес не зазнає невдачі. Але цей процес не може бути невдалим, бо кожна людина, яка послідує порадам, даним в цій книзі, стане багатою.

Як я вже говорив, люди стають багатими, діючи Певним чином. Але для цього люди також

повинні навчитися і мислити Певним чином.

Те, як людина діє, є прямим результатом того, як вона мислить.

Щоб все було так, як ви хочете, ви повинні навчитися думати так, як ви хочете — це перший крок до збагачення.

Думати так, як ви хочете думати, означає думати ЩИРО, незалежно від примарної ймовірності.

Кожна людина має природну силу «намислити» собі те, що вона хоче, але для цього потрібно набагато більше зусиль, ніж для того, щоб міркувати про видиме і ймовірне. Думати про ймовірне легко. Мислити щиро незалежно від видимої ймовірності це робота не з простих і вона вимагає великих затрат енергії, більше, ніж будь-яка робота, яку можуть доручити людині.

Немає такої праці, від якого людина ухиляється більше, ніж безперервне і послідовне мислення. Це найважча робота в світі. Це особливо вірно, коли істина суперечить видимій ймовірності. Кожна ймовірність у видимому світі має тенденцію нав'язувати відповідні думки розуму, який спостерігає за нею. Цього можна уникнути, тільки думаючи ЩИРО.

Думки про ймовірність настання хвороби провокують появу відповідних форм в вашому розумі і, в кінцевому рахунку, в вашому тілі, якщо

ви не будете щиро думати про те, що ніякої хвороби немає, і що все це лише примарна можливість, а реальність полягає в тому, що ви здорові.

Думки про ймовірну бідність провокують появу відповідних форм в вашому розумі, якщо ви не будете щиро думати про те, що ніякої бідності немає, а є тільки достаток.

Думати про здоров'я, коли вас оточує ймовірність хвороби, або думати про багатство, коли ймовірність бідності висока, вимагає сили і енергії. Але той, хто знайде цю силу, стане господарем свого життя. Він зможе перемогти долю, він зможе мати те, що захоче.

Цю силу можна знайти, тільки усвідомивши і прийнявши той основний принцип, який стоїть за всіма можливостями. І він полягає в тому, що існує єдина Мисляча Субстанція, з якої зроблені всі речі.

Також ми повинні прийняти істину, що кожна думка, що міститься в цій субстанції, знаходить форму, і що людина може настільки «вселити» їй свої думки, що вони приймуть матеріальну форму і стануть частиною видимого світу.

Коли ми усвідомлюємо це, ми відкидаємо всі сумніви і страхи, тому що ми знаємо, що можемо створити те, що хочемо, ми можемо отримати те, що хочемо, і стати тим, ким хочемо. В якості першого кроку до збагачення ви повинні вірити в істинність основних тверджень, наведених вище. І

щоб ще раз наголосити на них, я їх повторю для вас:

Є мисляче щось, з якого зроблені всі речі, і яке в своєму первинному стані пронизує, проникає і заповнює весь всесвіт.

Думка в цій субстанції створює те, образ чого вона сама собі намалювала.

Людина може формувати образи речей в своїх думках, направляючи їх безмежній субстанції, і тим самим, викликати створення того, про що вона думає.

Ви повинні відкласти в сторону всі інші концепції будови Всесвіту, крім цієї моністичної. Ви повинні думати про неї, поки вона не укоріниться в вашому розумі і не стане вашою звичною думкою. Прочитайте ці твердження знову і знову. Зафіксуйте кожне слово в своїй пам'яті і розмірковуюйте про них, поки ви твердо не повірите в те, що вони говорять. Якщо вас починає долати сумнів, відкиньте його, немов гріх. Не слухайте аргументи проти цієї ідеї, не ходіть на лекції або до церкви, де викладається або проповідується протилежна концепція речей. Не читайте журнали або книги, які вчать інших ідей. Якщо ви заплутаєтесь у своїй вірі, всі ваші зусилля будуть марними.

Не питайте, чому ці твердження є правдою, і не займайтеся домислами, як вони можуть бути

правдою. Просто візьміть і повірте в них.

Наука про те, як розбагатіти починається з абсолютного прийняття цієї віри.

ГЛАВА V

Поширюючи життя

Ви повинні повністю позбутися старої ідеї про те, що є якесь Божество, з чієї волі ви залишаєтеся бідними або що вас тримають в бідності, щоб прислужитися цьому Божеству.

Розумна Субстанція, яка є Всім і у всьому, яка живе у Всьому, живе в вас, є свідомою Живою Субстанцією. Будучи такою, вона повинна мати природне і притаманне кожному живому розуму прагнення до поширення життя. Кожна жива істота має постійно прагнути до примноження свого життя, тому що життя саме по собі повинно поширюватись.

Насіння, що впало у землю, починає діяти і в процесі життя виробляє ще сто насінин. Життя, живучи, примножується. Це закон постійного Примноження всього. Так і повинно бути, допоки все буде існувати.

Інтелекту також необхідно постійно рости і розвиватись. Кожна наша думка провокує наступну, свідомість постійно розширюється. Кожен факт, який ми дізнаємося, приводить нас до вивчення

іншого факту, знання постійно збільшується. Кожен талант, який ми розвиваємо, привносить в наш розум бажання розвивати ще якийсь талант. Нас несе бурхливий потік життя, прагнучи вистрілити фонтаном самовираження, яке знову спонукає нас дізнаватися більше, робити більше і самим ставати чимось більшим.

Щоб знати більше, робити більше і самим ставати чимось більшим, ми повинні мати більше. У нас повинні бути речі, які ми можемо використовувати, тому що ми вчимося, робимо і стаємо кимось, тільки використовуючи речі. Ми повинні багатіти, щоб наше життя стало більше.

Прагнення до багатства — це просто спосіб реалізації функції життя до розмноження і поширення. Кожне бажання — це спроба можливості проявити себе у дії. Це сила, яка, прагнучи проявити себе, викликає бажання. Те, що змушує вас хотіти більше грошей, це те ж саме, що змушує рослину рости. Це Життя, яке шукає більш повного самовираження.

Єдина Жива Субстанція, мабуть, теж підкоряється цьому невід'ємного закону життя, вона пронизана бажанням жити більше. Ось чому їй так необхідно щось створювати.

Єдина Субстанція бажає жити і в вас. Отже, вона хоче, щоб у вас було все необхідне.

Бог бажає, щоб ви розбагатіли, щоб у вас було

всього в достатку, адже так він зможе через вас краще виразити себе. Він зможе більше заповнити вас собою, якщо у вас буде більше необхідних для повного життя речей.

Всесвіт бажає, щоб у вас було все, що ви хочете.

Природа прихильна до ваших планів.

Все природно для вас.

Прийміть вже, нарешті, те, що це правда.

Однак важливо, щоб *ваша мета була в гармонії з метою Всесвітнього Всього.*

Ви повинні хотіти реального життя, а не просто розваг або чуттєвого задоволення. Життя — це дія, і людина дійсно живе лише тоді, коли вона діє щосили — фізично, розумово і духовно.

Ви хочете розбагатіти не для того, щоб жити по-свинськи і задовольняти свої тваринні бажання. Це не життя. Однак, задоволення фізичних потреб теж є частиною життя, і той, хто відкидає нормальний і здоровий прояв імпульсів тіла, не живе повним життям.

І ви хочете розбагатіти не лише для того, щоб балувати свій розум, отримувати знання, задовольняти амбіції, затьмарювати інших, бути знаменитими. Все це теж закономірна частина життя, але у людини, яка живе тільки заради інтелекту, буде не повне життя, і ця людина ніколи не буде задоволена своєю долею.

Також ви хочете розбагатіти не тільки для блага інших, ви не хочете втратити себе в ім'я порятунку людства, жити тільки заради благодійності і постійно чимось жертвувати. Радощі душі — це теж лише частина життя, і вона зовсім не краща і не шляхетніша, ніж будь-яка інша частина.

Ви хочете розбагатіти, щоб мати можливість їсти, пити і веселитися, коли для цього буде відповідний час; мати можливість оточити себе прекрасними речами, побачити далекі землі, плекати свій розум і розвивати свій інтелект; для того, щоб любити ближнього свого і робити добрі справи, мати можливість зробити свій внесок, допомагаючи світу пізнати істину.

Але пам'ятайте, що крайній альтруїзм нічим не кращий і не шляхетніший крайнього егоїзму, обидва шляхи помилкові.

Позбавтесь ідеї, що Бог хоче, щоб ви тільки жертвували собою заради інших і що тільки так ви досягнете його милості. Бог не вимагає нічого подібного. Він хоче, щоб ви максимально реалізовували себе, заради себе і заради інших. І найкращий спосіб допомогти іншим — це максимально реалізувати себе. А зробити це ви зможете, лише розбагатівши. Так що це правильно і гідно похвали, якщо ви в першу чергу подбаєте про те, як досягти багатства.

Пам'ятайте, однак, що бажання Субстанції єдине для всіх, і її дії повинні бути спрямовані на розвиток життя для всіх; її не можна змусити працювати заради погіршення життя для кого-то, тому що вона прагне тільки пошуку блага і поширення життя.

Розумна Субстанція створить для вас речі, але вона не відніме речі у когось іншого, щоб віддати вам.

Ви повинні позбутися думки про суперництво. Ви повинні створювати, а не боротися за те, що вже створено для когось іншого.

Вам не потрібно нічого віднімати у когось.

Ви не повинні йти на небезпечні угоди.

Ви не повинні обманювати або експлуатувати когось. Вам не потрібно дозволяти комусь працювати на вас за меншу винагороду, ніж він заслуговує.

Вам не потрібно бажати чужого майна або дивитися на нього жадібними очима. Такого не може бути, щоб у якоїсь людини було б щось таке, чого не може бути у вас. Тому не потрібно нічого ні у кого забирати.

Ви повинні стати творцем, а не суперником. Ви отримаєте те, що хочете, але таким чином, що, коли ви це отримаєте, то і в іншій людини прибуде благ.

Я знаю, що є люди, які отримують величезні

суми грошей, діючи прямо протилежно тому, що я тільки що описував абзацом вище, і цьому я теж можу дати пояснення. Люди плутократичного типу, які стають дуже багатими, досягають цього іноді виключно завдяки своїм незвичайним здібностям до суперництва. І іноді вони несвідомо пов'язують себе з Субстанцією в плані її великих цілей і дій для загального розвитку людства за допомогою індустріальної еволюції. Рокфеллер, Карнегі, Морган та інші були несвідомими виконавцями Всевишнього в необхідній роботі по систематизації і організації продуктивної промисловості. І в кінці їх робота зробить величезний внесок у підвищення якості життя для всіх. Їх дні майже добігають кінця. Вони організували виробництво, і незабаром їх замінить безліч інших виконавців, які будуть уже організовувати механізм розподілу.

Мультимільйонери схожі на динозаврів з доісторичних епох. Вони грають необхідну роль в еволюційному процесі. Але та ж Сила, яка створила їх, їх і знищить. І треба мати на увазі, що вони ніколи не були по-справжньому багатими. Поглянувши уважніше на їх особисте життя, ви побачите, що воно була жалюгідним і вбогим.

Багатство, отримане за допомогою суперництва, ніколи не буває задовільним і постійним. Сьогодні воно у тебе є, а завтра немає. Пам'ятайте, якщо ви збираєтеся стати багатим за

допомогою наукового підходу, ви повинні повністю відкинути думки про суперництво. Ви ні на хвилину не повинні дозволяти собі засумніватися, що багатство обмежене. Як тільки ви починаєте думати, що всі гроші «загнані у кут» і контролюються банкірами та іншими особами, і що ви повинні домогтися прийняття законів, щоб припинити це, в цей момент ваш розум охопить дух суперництва і ваша сила творити на деякий час зникне. І що ще гірше, ви, ймовірно, загальмуєте ті творчі рухи, які вже запустили.

ЗНАЙТЕ, що є ще дуже багато не видобутого золота на незліченні мільйони доларів. І також знайте, що навіть якби його і не було вже, то Розумна Субстанція все одно б створила його для задоволення ваших потреб.

ЗНАЙТЕ, що гроші, які вам потрібні, придуть до вас, навіть якщо для цього знадобиться вже завтра ж задіяти тисячу осіб для відкриття нових родовищ золота.

Ніколи не звертайте уваги на видимий запас; завжди думайте про безмежні багатства Субстанції та ЗНАЙТЕ, що вони придуть до вас саме тоді, коли ви будете готові їх отримати і використовувати. Ніхто, не може перешкодити вам отримати те, що належить вам, навіть якщо здається, що воно замкнене на замок.

Тому ніколи не дозволяйте собі ні на секунду

думати, що якщо ви не поквапитеся, то всі найкращі місця для будівництва будуть вже зайняті, поки ви будете готові нарешті будувати свій будинок. Ніколи не турбуйтеся через концерни і комбінати, і не переживайте, що скоро вони заволодіють усім світом. Ніколи не бійтеся, що ви втратите те, що ви бажаєте, тому що хтось інший «обійде вас в цьому». Цього не станеться, адже ви не прагнете заволодіти чимось, що належить іншому. Ви створюєте те, що ви хочете створити з Безмежної Субстанції, а запаси її безмежні. Дотримуйтеся наступних тверджень:

Є мисляче щось, з якого зроблені всі речі, і яке в своєму первинному стані пронизує, проникає і заповнює геть усе у всесвіті.

Думка в цій субстанції створює те, образ чого вона сама собі намалювала.

Людина може формувати образи речей в своїх думках, направляючи їх безмежній субстанції, і тим самим, викликати створення того, про що вона думає.

ГЛАВА VI

Як багатство приходить до вас

Коли я говорю, що вам не потрібно йти на небезпечні угоди, я не маю на увазі, що вам взагалі не потрібно щось робити або що ви не вам не

потрібно будувати відносини з оточуючими. Я маю на увазі, що вам не потрібно буде поводитись з ними несправедливо; ви не повинні прагнути отримувати щось даром, але *ви, в свою чергу, можете дати іншій людині більше, ніж ви берете в неї.*

Ви можете не давати кожному більше грошей, ніж берете в нього, але ви можете дати йому більше, ніж берете в не матеріальному плані. Папір, чорнило та інші матеріали для видання цієї книги можуть не коштувати тих грошей, які ви заплатили за неї, але якщо запропоновані нею ідеї принесуть вам тисячі доларів, тоді ті, хто вам її продав, вас не обдурили. Вони дали вам велику цінність за невеликі гроші.

Припустимо, мені належить картина одного з великих художників, яка в будь-якому цивілізованому суспільстві варта тисячі доларів. Я везу її до берегів моря Баффіна в Льодовитому океані і, завдяки вмінню рекламувати свій товар, мені вдається вмовити ескімоса купити її за купу хутрових шкур вартістю 500 доларів. По суті, я дійсно обдурив його, тому що для нього ця картина нічого не варта, вона не принесе йому ніякої користі, нічого не привнесе в його життя.

Але припустимо, що я дам йому пістолет вартістю 50 доларів за його хутро. Тоді він заключив вигідну угоду. Йому є як

використовувати цей пістолет. Це принесе йому багато хутра і багато їжі. Це поліпшить його життя в усіх відношеннях. Це зробить його багатим.

Коли ви переходите з суперницької в творчу площину, ви можете переглянути свій бізнес з усією необхідною суворістю, і якщо ви продасте якійсь людині щось, що не привносить в її життя більше, ніж те, що вона дає вам замість, ви можете дозволити собі припинити це робити. Вам не потрібно нікого обставляти в бізнесі. І якщо ви займаєтесь таким бізнесом, негайно припиняйте таким займатись.

Коли ви даєте людині більше корисного, ніж отримуєте від неї в грошовій формі, тоді з кожною такою діловою угодою ви покращуєте життя всього світу.

Якщо на вас працюють люди, логічно, що ви повинні заробляти на них більше в грошовому плані, ніж ви платите їм заробітної плати. *Але ж ви також можете організувати свій бізнес таким чином, щоб він дотримувався принципу сприяння розвитку, тобто щоб кожен ваш співробітник, який бажає цього, міг трохи розвиватися кожен день.*

Ви можете направити свій бізнес так, щоб він робив для ваших співробітників те, що ця книга робить для вас. Ви можете зробити свій бізнес свого роду сходами, по яких кожен співробітник, який

готовий працювати, може сам піднятися і розбагатіти. І якщо така можливість є, але він цього не робить, це вже буде не ваша провина.

І, нарешті, те, що ви повинні створювати свої багатства з Безмежної Субстанції, яка пронизує все ваше оточення, не означає, що багатства повинні виникнути на ваших очах прямо з повітря.

Наприклад, якщо вам потрібна швейна машина, я не кажу вам, що ви повинні вкласти думку про швейну машину в Розумну Субстанцію і чекати, поки вона не з'явиться сама по собі у вашій кімнаті. Але якщо вам потрібна швейна машина, тримайте її уявний образ з найбільш позитивною впевненістю в тому, що вона кимось десь створюється або вже знаходиться на шляху до вас. Одного разу сформувавши думку, вірте абсолютно і беззастережно в те, що швейна машина вже створюється для вас. Ніколи не сумнівайтеся подумки або вголос в тому, що ви її отримаєте. Думайте про неї як вже про вашу власність.

Вищий Розум дасть її вам, впливаючи на розуми інших людей. Якщо ви живете в штаті Мен, можливо, з Техасу або Японії вже їде людина, яка посприє тому, що ви отримаєте бажане. І в цьому випадку, від цього всього виграєте як ви, так і та людина.

Не забувайте ні на мить, що Мисляча Субстанція є в усьому, вона тримає зв'язок з усім

навколо і може впливати на все. Її прагнення до більш повноцінного і кращого життя вже призвело до створення всіх існуючих швейних машин і призведе до створення ще мільйона, якщо своїми бажаннями, вірою і діями Певним чином люди запустять механізм їх створення.

Звичайно ж, швейна машинка може з'явитися в вашому домі. Точно так само, як і може з'явитися будь-яка інша річ або речі, які ви захочете, і які ви будете використовувати для поліпшення свого власного життя і життя інших.

Вам не потрібно соромитися просити багато. «Твоєму Отцю буде в радість подарувати тобі Царство», — сказав Ісус.

Первинна Субстанція хоче жити повноцінно в вас і хоче, щоб у вас було все, що ви можете або будете використовувати для свого багатого життя.

Якщо ви закріпили в своїй свідомості той факт, що ваше бажання володіти багатством збігається з бажанням Всемогутньої Субстанції прагнути до більш повного самовираження, ваша віра стане непереможною.

Одного разу я побачив маленького хлопчика, який сидів за піаніно і марно намагався зіграти мелодію правильно. Я побачив, що він був засмучений через те, що у нього це не виходило. Я запитав, чому він сумує, і він відповів: «Музика грає ідеально у мене в голові, але руки мене не

слухаються». Музика в його голові була ПОТРЕБОЮ Первинної Субстанції, в ній було саме життя, яке шукало самовираження через цю дитину.

Бог, Єдина Субстанція, намагається жити, робити і насолоджуватися речами через людство, немов кажучи: «Я хочу, щоб руки будували прекрасні будівлі, грали божественні мелодії, писали чудові картини. Я хочу, щоб ноги встигали за прагненнями, очі бачили красу, а з ротів щоб лунали великі істини і чудові пісні».

Все, що є можливим, шукає прояву через людей. Бог хоче, щоб у тих, хто вміє грати музику, був інструмент для її відтворення, і щоб вони могли в повній мірі розвивати свої таланти. Він хоче, щоб ті, хто вміє цінувати красу, могли оточувати себе красивими речами. Він хоче, щоб ті, хто може бачити істину, мали можливість подорожувати і спостерігати. Він хоче, щоб ті, хто вміє цінувати одяг, були красиво одягнені, а ті, хто вміє цінувати хорошу їжу, були розкішно нагодовані. Він хоче всього цього, тому що він Сам насолоджується і цінує це. Це Бог хоче грати і співати, насолоджуватися красою і проголошувати істину, носити гарний одяг і їсти хорошу їжу.

«Бог діє в вас, направляючи і вашу волю, і ваші вчинки», — так говорив апостол Павло в своєму «Посланні до Філіпійців».

Бажання багатства — це Безмежність, яка

прагне проявити себе в вас, як тоді Вона прагнула проявитися в маленькому хлопчику за піаніно.

Так що вам не потрібно соромитися просити багато.

Ваше завдання — сфокусуватися і висловити бажання Богу.

Це складно для більшості людей, тому що вони чіпляються за ту стару ідею, що Бог бажає від них бідності і самопожертви. Вони розглядають бідність як частину Його задуму, необхідність природи. Вони чіпляються за ідею, що Бог завершив Свою роботу і вже створив все, що міг, і що більшість людей повинні залишатися бідними, тому що на них багатства не вистачило. Вони дотримуються такої хибної думки і тому їм соромно просити про багатство. Вони намагаються не хотіти чогось більшого і задовольняються тим малим, якого вистачає тільки, щоб вижити.

Я згадую випадок з одним студентом, якому сказали, що він повинен уявити собі чітку картину того, що він бажає, щоб творча думка про це змогла відобразитись в Безмежній Субстанції. Він був дуже бідним, жив в орендованому будинку і грошей йому вистачало тільки щоб зводити кінці з кінцями. Він ніяк не міг прийняти той факт, що все багатство належить йому. Але, досконально обдумавши все, він все-таки вирішив, що може обґрунтовано попросити новий килим для своєї кімнати, а також

обігрівач? щоб йому було тепло у будинку будинку в холодну погоду. Дотримуючись інструкцій, наведених в цій книзі, він отримав ці речі за кілька місяців. І тут до нього дійшло, що він недостатньо просив. Він обійшов будинок, в якому жив, і спланував всі поліпшення, які хотів би зробити в ньому. Він подумки додав еркер ось тут і кімнату он там, поки в його голові будинок не став ідеальним. А потім він спланував, як розставити в ньому меблі.

Тримаючи в голові всю картину, він почав жити Певним чином і рухався до того, чого хотів. Тепер він володіє будинком і відновлює його згідно свого ментального образу. І тепер, з ще більшою вірою, він збирається отримувати більше. Це сталося з ним завдяки його вірі. Так само буде з вами і з усіма нами.

ГЛАВА VII

Вдячність

Приклади, наведені в попередній главі, доводять читачеві той факт, що першим кроком до збагачення є передача ваших бажань Безмежній Субстанції.

Це правда. І ви побачите, що для цього необхідно гармонійно пов'язати себе з Безмежним Розумом. Це є питанням першочергової і життєво

важливої необхідності, тому я трохи зупинюся тут на роздумах і поясненнях, і дам вам інструкції, дотримуючись яких, ви обов'язково досягнете єдності вашого розуму з Богом.

Весь процес розумового пристосування і налаштування можна висловити одним словом: *вдячність*.

По-перше, ви вірите, що є єдина Розумна Субстанція, з якої все народжується. По-друге, ви вірите, що вона дає вам все, чого ви бажаєте. І, по-третє, ви пов'язуєте себе з Нею через почуття глибокої і щирої вдячності.

Багато людей, які наполегливо будують своє життя іншими шляхами, залишаються в бідності через відсутність вдячності. Отримавши один дар від Бога, вони обривають ниточки, що з'єднують їх з Ним, забуваючи про Вдячність.

Нескладно зрозуміти, що чим ближче ми живемо до джерела багатства, тим більше багатства ми отримуємо. І також нескладно зрозуміти, що душа, яка завжди вдячна, живе в більш тісному контакті з Богом, ніж та, яка ніколи не дивиться на Нього з вдячним визнанням.

Чим з більшою вдячністю ми зосереджуємо свій розум на Всевишньому, коли блага приходять до нас, тим більше благ ми отримуємо взамін і тим швидше вони прийдуть. Причина цього в тому, що вдячність, яку випромінюється нашим розумом,

зближує нас із джерелом, з якого приходять благословення.

Якщо твердження, що вдячність налаштовує весь ваш розум на більш тісну гармонію з творчими енергіями всесвіту, для вас нове і незвичне, добре обдумайте його, і ви побачите, що це правда. Хороші речі, які ви вже отримали, прийшли до вас шляху дотримання вами певних законів. Вдячність поведе ваш розум шляхом, яким приходять блага, і це буде тримати вас в тісній гармонії з творчою енергією і не дасть вам зануритися в думки про суперництво.

Одна лише вдячність може утримати вашу віру у Все і запобігти появі помилкових думок про те, що запас благ обмежений, адже такі думки будуть фатальними для ваших сподівань.

Існує Закон Вдячності, і абсолютно необхідно, щоб ви дотримувалися цього закону, якщо хочете отримати ті результати, до яких прагнете.

Закон вдячності — це природний принцип, згідно з яким дія і реакція завжди рівні і спрямовані в протилежні сторони.

Вдячне звернення вашого розуму з похвалою Всевишньому — це вивільнення сили, яка завжди досягає мети; а реакція — це миттєвий рух у напрямку до вас.

«Наблизьтеся до Бога, і Він наблизиться до вас». Це твердження, яке містить психологічну

правду.

І якщо ваша вдячність сильна і постійна, реакція Безмежної Субстанції теж буде сильною і безперервною. Рух речей, які ви хочете, завжди буде направлений в вашу сторону. Зверніть увагу, з якою вдячністю до всього ставився Ісус, як Він завжди говорив: «Дякую Тобі, Отче, що Ти мене чуєш». Без вдячності сила ваша буде марною, тому що саме вдячність підтримує ваш зв'язок з Вищою Силою.

Але цінність вдячності полягає не тільки в тому, щоб отримати більше благословень в майбутньому. Без неї ви не зможете довго утримуватися від незадоволених думок про оточуючі вас речі. У той момент, коли ви дозволите своєму розуму перебувати у невдоволенні щодо оточуючих речей, ви почнете втрачати сили. Ви почнете зосереджувати увагу на примітивному, звичайному, бідному, убогому і підлому. Як наслідок, ваш розум прийме форму цих речей. Потім ви передасте ці уявні форми Безмежній Субстанції, і до вас прийдуть примітивні, бідні, убогі і злі речі.

Дозволити вашому розуму зануритися в низькі думки — означає самому стати неповноцінним і оточити себе нижчими речами.

З іншого боку, зосередити увагу на кращих думках — означає оточити себе кращими речами і

самому стати кращим.

Творча Сила всередині нас перетворює нас в образ того, чому ми приділяємо нашу увагу.

Ми самі — це і є Мисляча Субстанція, яка завжди приймає форму того, про що вона думає.

Вдячний розум постійно зосереджений на кращому, тому він і прагне стати кращим. Він приймає форму кращого і отримує в результаті краще.

Віра теж народжується з вдячності. Вдячний розум постійно очікує хороших речей, і це очікування стає вірою. Вдячна реакція власного розуму породжує віру, і кожна хвиля вдячності збільшує її. Той, у кого немає почуття вдячності, не може довго зберігати живу віру. А без живої віри ви не зможете розбагатіти творчим способом — в цьому ми переконаємось у наступних главах.

Тому необхідно розвивати звичку бути вдячним за все хороше, що приходить до вас, і постійно дякувати.

І оскільки всі речі, які до вас приходять, сприяють вашому розвитку, ви за всіх них бути вдячні.

Не витрачайте час на роздуми або розмови про недоліки або неправильні дії плутократів, багатіїв або магнатів, які володіють концернами. Їх побудова світу принесла можливості вам. Все, що ви отримуєте, дійсно приходить до вас через них.

Не зліться на корумпованих політиків. Якби не вони, ми б впали в анархію, і ваші можливості значно зменшилися б.

Бог працював дуже довго і дуже терпляче, щоб привести нас туди, де ми знаходимося в промисловості і способі правління, і Він все ще продовжує свою роботу. Немає жодного сумніву в тому, що Він покладе край плутократам, власникам концернів, промисловим магнатами і політикам як тільки в них більше не буде потреби. Але поки що всі вони дуже потрібні. Пам'ятайте, що всі вони допомагають організувати лінії передачі, за якими ваші багатства прийдуть до вас, і будьте вдячні їм всім. Це приведе вас до гармонії і знаходженню хорошого в усьому, і це хороше буде рухатися у вашому напрямку.

ГЛАВА VIII

Вчимося думати Певним Чином

Поверніться до глави VI і прочитайте знову історію про людину, яка сформувала образ свого будинку, і ви отримаєте правильне уявлення про перший крок до збагачення. Ви повинні сформувати ясну і чітку уявну картину того, що ви хочете. Адже ви не зможете передати Субстанції ідею, якщо у вас її немає.

Ви повинні сформувати її перш, ніж зможете

передати її. Багато людей не можуть надихнути мислячу субстанцію, тому що у них є тільки неясне і туманне уявлення про те, що вони хочуть зробити, мати або ким стати.

Недостатньо мати просто загальне бажання стати багатим, щоб «було добре», адже таке бажання є у кожного.

Недостатньо просто хотіти подорожувати, бачити речі, жити більше і тому подібне. У всіх теж є ці бажання. Якщо ви збираєтеся відправити бездротове повідомлення другу, ви не будете відправляти йому просто літери, з яких він сам повинен буде скласти для себе повідомлення, також ви не будете відправляти якісь взяті навмання слова зі словника. Ви б відправили зв'язне речення, яке має сенс. Коли ви намагаєтеся надихнути Субстанцію на виконання ваших потреб, пам'ятайте, що це повинно бути зроблено послідовним чином. Ви повинні знати, чого ви хочете, і чітко це сформулювати.

Ви ніколи не зможете розбагатіти або привести механізм творчої сили в дію, посилаючи не чіткі і туманні бажання.

Пройдіть по своїм бажанням так само, як людина, яку я описував, пройшлася по своєму будинку. Подивіться, що ви хочете, і побудуйте чітку уявну картину, подумайте, як вона повинна виглядати, коли ви її отримаєте.

Цю чітку уявну картину ви повинні завжди тримати в голові, як моряк тримає в голові порт, в який він пливе. Ви повинні постійно тримати її в полі вашого зору. Ви не повинні більше випускати її з поля зору, як керманіч, який не втрачає з поля зору компас.

Немає необхідності йти кудись на курси і вчитися концентрувати увагу, не потрібно спеціально виділяти час для молитов і самонавіювання, не потрібно «брати обітницю мовчання» або робити якісь окультні трюки. Все це добре, звичайно, але все, що вам потрібно — це знати, чого ви хочете, хотіти цього досить сильно і утримувати в ваших думках.

Витратьте якомога більше свого вільного часу на деталізацію бажаного образу. І зовсім немає необхідності робити якісь спеціальні вправи, щоб зосередити свій розум на тому, чого вам дійсно хочеться. Спеціально вчитися концентрувати увагу на чомусь доводиться лише тоді, коли це щось вам байдуже.

Якщо ви дійсно хочете розбагатіти, ваше бажання повинно бути достатньо сильним, щоб ваші думки були спрямовані до мети, подібно до того, як магнітний полюс утримує стрілку компаса. Якщо ж це не так, то вам навіть не варто гаяти час і намагатися виконувати інструкції, написані в цій книзі.

Методи, викладені тут, призначені для людей, чиє прагнення до багатства досить сильне, щоб подолати розумову і фізичну ліню і змусити їх працювати.

Чим ясніше і чіткіше ви сформулюєте картину в своїй голові, і чим більше ви будете її обмірковувати, розкриваючи всі її прекрасні деталі, тим сильніше буде ваше бажання. А чим сильніше ваше бажання, тим легше буде зосередитися на уявленні того, що ви хочете.

Однак, необхідно щось більше, ніж просто ясно бачити картину. Якщо це все, що ви робите, ви всього лише мрійник, і у вас буде мало або зовсім не буде сили досягти бажаного.

За вашим ясним баченням має бути намір реалізувати це.

І за цим наміром повинна стояти непереможна і непохитна ВІРА, що ця річ вже ваша, що вона «під рукою», і вам залишається тільки заволодіти нею.

Живіть у новому будинку в думках, поки він не набуде форму навколо вас фізично. У ментальному світі відразу ж пориньте в те, що вам потрібно.

Ісус казав: «Все, про що ви молитесь і просите, віруйте, що одержите — і воно буде у вас».

Уявляйте речі, які ви хочете так, ніби вони весь час знаходяться навколо вас. Уявляйте себе їх

володарем, уявляйте, як уже користуйтеся ними. Використовуйте їх в уяві так само, як будете використовувати їх, коли вони стануть вашими в реальності. Прокручуйте в голові картинку, поки вона не стане чіткою і виразною, а потім застосуйте Метод Ментального Володіння до цієї картинці. Опануйте всім цим у вашому розумі, повністю повірте, що це все вже вам належить. Дотримуйтесь цієї думки про володіння і ні на мить не сумнівайтесь, що це вже реально.

І пам'ятайте, що було сказано в попередній главі про вдячність. Дякуйте за це все так, як будете вдячні, коли воно набуде реальної форми. Людина, яка може щиро дякувати Богові за те, що поки належить йому лише в уяві, володіє справжньою вірою. Вона розбагатіє, вона зможе викликати створення всього, що захоче.

Вам не потрібно багато разів молитися про те, що ви хочете. Немає необхідності говорити про це Богу кожен день.

Ісус застерігав своїх учнів такими словами: «А як молитесь, не використовуйте марні повторення, як язичники, ваш Отець вже знає, чого ви потребуєте ще до того, ніж ви просите Його про це» (Мат. 6:7).

Ваше завдання полягає в тому, щоб розумно сформулювати ваші бажання, які будуть сприяти збільшенню життя, і об'єднати ці бажання в єдине

ціле. А потім надихнути цим Цілісним Бажанням Безмежну Субстанцію, що володіє силою і волею, щоб принести вам те, що ви хочете. І надихаєте ви Її не промовляючи постійно словесні комбінації, а утримуючи бачення з непохитним НАМІРОМ досягти бажаного і твердою ВІРОЮ, що ви дійсно цього досягнете.

Відповідь на молитву приходить не в той момент, коли ви її проговорюєте, а в той, коли ви працюєте, щоб вона збулася.

Ви не зможете надихнути розум Божий, просто виділивши певний день, в який будете розповідати Йому, чого ви хочете, а потім просто забувати про Нього на іншу частину тижня. Ви не зможете надихнути Його, просто виділивши певні години протягом дня на молитви в коморі, а потім просто забувати про це, поки знову не наступить час молитви.

Усна молитва це добре і вона має свій вплив, зокрема на вас самих, в проясненні вашого бачення і зміцненні вашої віри. Але не ваші усні петиції дають вам те, що ви хочете. Щоб розбагатіти, вам не потрібен «благий час молитви», вам потрібно «молитися постійно». І під молитвою я маю на увазі твердо вірити і дотримуватися свого бачення, щоб викликати творіння і трансформацію його в реальну форму.

«Вірте, що ви *отримаєте* бажане».

Все почне рухатися у напрямку до вас, як тільки ви чітко сформулювали своє бачення. Коли ви *сформулюєте* його, можна буде зробити вже і усну заяву, звертаючись до Всевишнього в побожній молитві. І з цього моменту ви повинні тримати в голові те, що ви просите — жити в новому будинку, носити гарний одяг, їздити на автомобілі, їхати у подорож і впевнено планувати ще більші подорожі. Думайте і говоріть про всі речі, які ви просили, ніби вони вже у вас є. Уявіть собі навколишнє середовище і фінансовий стан в точності так, як ви цього хочете, і постійно живіть в них. Майте на увазі, однак, що ви не робите це просто як мрійник і фантазер. Дотримуйтесь ВІРИ, що уявне реалізується, і НАМІРУ це все реалізувати. Пам'ятайте, що саме наявність віри і наміру в уяві і відрізняють вченого від простого мрійника. І, завчивши це правило, тепер ви повинні навчитися правильно використовувати свою ВОЛЮ.

ГЛАВА ІХ

Як використовувати волю

Щоб почати багатіти, так би мовити, по науці, не намагайтеся застосовувати силу волі до когось, крім себе. У будь-якому випадку, ви не маєте права робити це.

Неправильно застосовувати вашу волю до інших людей, щоб змусити їх робити те, що ви хочете. Так само грубо і неправильно примушувати людей до чогось за допомогою своєї сили, ментальної або фізичної. Примус людей за допомогою фізичної сили перетворює їх на рабів. Примушування їх розумовими засобами робить з ними те ж саме, єдина різниця полягає в методах. Забирати речі у людей за допомогою фізичної сили — це грабіж, але забирати у них речі за допомогою розумової сили — це той самий грабіж; немає принципової різниці.

Ви не маєте права використовувати свою силу волі по відношенню до іншої людини, навіть «для її ж блага»; бо ви не знаєте, що для нього є благо.

Наука розбагатіти не вимагає, щоб ви застосовували психологічну або фізичну силу до іншої людини. Для цього немає ні найменшої необхідності. Більш того, будь-яка спроба підпорядкувати інших вашій волі буде тільки зводити нанівець ваші наміри досягти бажаного. Вам не потрібно застосовувати свою волю до речей, щоб змусити їх прийти до вас.

Це буде рівнозначно спробі примусити Бога, а це нерозумно і марно, та ще й нешанобливо.

Вам не потрібно змушувати Бога давати вам хороші речі, так само як і вам не потрібно використовувати свою силу волі, щоб змусити

сонце зійти.

Вам не потрібно використовувати свою силу волі, щоб перемогти якесь примарне недружнє божество або змусити вперті і бунтівні сили виконувати ваші накази.

Субстанція дружелюбна до вас і більше прагне дати вам те, що ви бажаєте, ніж навіть ви самі.

Щоб розбагатіти, вам потрібно тільки застосувати силу волі до себе.

Коли ви усвідомлюєте, що вам потрібно думати і робити, тоді ви повинні використовувати свою волю, щоб змусити себе думати і робити правильні речі. Саме це і є правильне використання волі, щоб отримати те, що ви хочете — використовувати її, щоб дотримуватися правильного курсу.

Використовуйте свою волю, щоб змусити себе думати і діяти Певним чином.

Не намагайтесь спроектувати свою волю, свої думки або свій розум в космос, щоб «впливати» на речі або людей.

Тримайте свій розум «вдома», там він може досягти більшого, ніж будь-де.

Використовуйте свій розум, щоб сформувати уявний образ бажаного і дотримуйтесь цього бачення з вірою і наміром. Використовуйте свою волю, щоб ваш розум працював правильно.

Чим стійкіші ваша віра і наміри, тим швидше ви розбагатієте, тому що ви відправляєте тільки ПОЗИТИВНІ імпульси до Субстанції. І ви не будете нейтралізувати або заміняти їх негативними.

Картина ваших бажань, під захистом віри і наміру, надихає Безмежну Субстанцію і пронизує її, незважаючи на великі відстані — по цілому світові. У міру поширення цього натхнення все рухається до реалізації ваших бажань. Кожна жива річ, кожна нежива річ і речі, які ще не створені, прагнуть втілити в життя те, чого ви бажаєте. Сила починає працювати в цьому напрямку. Всі речі починають рухатися до вас назустріч. Розуми людей, всюди, знаходяться під впливом того, що вони роблять те, що необхідно для виконання ваших бажань. І вони працюють на вас, хай і несвідомо.

Але ви можете перекреслити все це, просто почавши відправляти негативні імпульси в Безмежну Субстанцію. Сумнів і відсутність віри відводить від вас бажане. А ось віра і намір, навпаки, скеровують його до вас. Не розуміючи цього, більшість людей, які намагаються використовувати «ментальну науку» для збагачення, зазнають невдачі. Кожного разу, коли ви марнуєте час на сумніви і страхи, кожного разу, коли ви перебуваєте в неспокої, кожного разу, коли вашу душу охоплює недовіра, це відводить від вас потік творчої енергії Розумної Субстанції. Все

дістається тільки тим, хто вірить, і тільки їм. Зверніть увагу, наскільки цілеспрямованим був Ісус у своїй вірі. І тепер ви знаєте, чому.

Оскільки віра найважливіша, вам слід берегти свої думки. І так як ваші переконання будуть дуже сильно залежати від того, що ви спостерігаєте і думаєте, важливо, щоб ви вміли керувати своєю увагою.

І тут вступає в дію сила волі. Бо саме ваша воля визначає, на які речі слід звертати свою увагу.

Якщо ви хочете стати багатим, ви не повинні думати про бідність.

Речі не створюються, коли в повітрі літають роздуми про їх протилежності. Не вийде бути здоровим, постійно думаючи про хвороби. І не вийде бути праведним, постійно розмірковуючи про гріх. І ніхто ще не розбагатів, постійно думаючи про бідність.

Медицина як наука про хвороби збільшила захворюваність. Релігія як наука про гріх сприяла його поширенню. А економіка як наука про бідність наповнює світ убогістю і нуждою.

Не говоріть про бідність, не досліджуйте її і не турбуйтеся через неї. Не беріть в голову, які її причини, нехай це вас не турбує. Нехай вас турбує те, як ви станете багатим.

Не витрачайте час на благодійність. Будь-яка благодійність тільки підкреслює убогість, яку вона

прагне знищити.

Я не кажу, що ви повинні бути черствими та ігнорувати заклики про допомогу. Але ви не повинні намагатися викорінити бідність традиційним способом. Залиште бідність позаду себе, залиште позаду себе все, що має до неї відношення, і просто «творіть добро».

Станьте багатими, це кращий спосіб допомогти бідним.

Ви не зможете утримувати в голові образ того, як ви розбагатієте, якщо будете забивати свій розум картинами бідності. Не читайте книги або газети, де пишуть про убогість жителів трущоб, про жахи дитячої праці і так далі. Не читайте нічого, що наповнює ваш розум похмурими образами потреб і страждань.

Ви не зможете допомогти бідним, думаючи про ці речі. І те, що всі будуть знати про бідність навколо, зовсім не допоможе покінчити з нею. Те, що допоможе покінчити з бідністю — це не врізання в свій розум картин про неї, а наповнення голів бідних образами і думками про багатство.

Ви не зраджуєте бідних з їх стражданнями, блокуючи свій розум від споглядань за цими стражданнями.

З бідністю можна покінчити не шляхом збільшення числа заможних людей, які думають про бідність, а шляхом збільшення числа бідних

людей, які вірять в те, що розбагатіють.

Бідним не потрібна благодійність, їм потрібне натхнення.

Благодійність лише посилає їм буханку хліба, щоб підтримувати їх у злиднях, або дає їм розраду, щоб змусити їх забутися на годину або дві. Але натхнення змусить їх відкинути страждання. Якщо ви хочете допомогти бідним, продемонструйте їм, що вони можуть стати багатими. Доведіть це, розбагатівши самі.

Єдиний спосіб позбавити цей світ від бідності — це змусити велике число людей практикувати вчення цієї книги.

Людей треба вчити багатіти створюючи щось, а не змагаючись за щось.

Кожна людина, яка стає багатою завдяки суперництву, відкидає драбину, по якій вона піднялась, та ще й утримує знизу інших. Але кожна людина, яка стає багатою завдяки створенню чогось, відкриває шлях багатства і надихає тисячі людей слідувати за нею.

Це не ознака черствості і бездушності, коли ви відмовляєтеся жаліти бідних, спостерігати за ними, читати, думати і говорити про них, або ж слухати тих, хто говорить про них. Використовуйте свою силу волі, щоб **ЗАБЛОКУВАТИ** свій розум від теми бідності і **ВІДКРИТИ** його лише для віри і наміру отримати те, що ви бажаєте.

ГЛАВА Х

Подальше використання Волі

Ви не зможете зберегти справжнє і чітке бачення багатства, якщо будете постійно звертати свою увагу на протилежні картини, будь то реальні чи уявні.

Не розказуйте про свої минулі проблеми фінансового характеру, якщо у вас такі були, не думайте про них взагалі. Не кажіть про бідність своїх батьків або про труднощі своєї молодості. Робити це — означає на деякий час подумки віднести себе до бідних, а це, безумовно, перекреслить рух речей у вашому напрямку.

«Нехай мертві ховають своїх мерців», — казав Ісус.

Залиште позаду бідність і все, що з нею пов'язано.

Ви прийняли певну теорію порядку у всесвіті як істинну, і всіма силами сподіваєтеся, що вона правильна. Чого ви досягнете, звертаючи увагу на те, що суперечить цій теорії?

Не читайте релігійних книг, які говорять вам, що скоро настане кінець світу, не читайте писанину любителів сенсаційних викриттів і песимістичних філософів, які говорять вам, що світ котиться під три чорти.

Світ котиться зовсім не до біса, він крокує до Бога.

І це Прекрасно.

Так, це правда, що в існуючих умовах життя може бути досить багато неприємних речей. Але яка користь від таких думок, якщо ці речі, безсумнівно, пройдуть? А ось прокручуючи в своїй голові негативні думки, ми тільки будемо затримувати ці неприємності і притягувати їх до себе. Навіщо витрачати свій час і увагу на речі, які все одно згинуть під впливом еволюції? До того, ви самі можете прискорити цей процес.

Якими б жахливими не здавалися умови в деяких країнах і регіонах, зациклюючись на роздумах про це, ви марнуєте свій час і втрачаєте свої шанси отримати блага.

Ви повинні бути зацікавлені в тому, щоб світ став багатим.

Подумайте про багатства, які приходять у цей світ, а не про бідність, яка з нього проростає. І майте на увазі, що єдиний спосіб допомогти світу розбагатіти — це розбагатіти самому за допомогою творення, а не суперництва.

Приділяйте всю свою увагу багатству та ігноруйте бідність.

Кожного разу, коли ви захочете подумати або поговорити про бідняків, думайте і говоріть про них як про тих, хто стає багатими, як про тих, кого

можна вітати, а не жаліти. Тоді вони підхоплять хвилю натхнення і почнуть шукати шлях до багатства.

Радячи вам присвячувати весь свій час, розум і думки багатству, я не маю на увазі, що ви повинні бути корисливим або підлим.

Стати по-справжньому багатим — найблагородніша мета, яку ви можете мати в житті, оскільки вона включає в себе і все інше.

При суперництві, боротьба за багатство — це безбожна боротьба за владу над іншими людьми. Але коли ми переходимо на шлях творення, все змінюється.

Все, що пов'язано з величчю і розкриттям душі, служінням і піднесенням прагненням, веде до збагачення. І все стає можливим завдяки використанню речей.

Якщо вам не вистачає фізичного здоров'я, ви виявите, що його набуття пов'язане з набуттям вами багатства.

Тільки той, хто вільний від фінансових проблем, має можливість жити безтурботно і дотримуватися правил гігієни, може мати і зберігати здоров'я.

Моральне і духовне піднесення доступне лише тим, хто вище конкурентної боротьби за існування. І тільки ті, хто стають багатими завдяки творчій енергії, вільні від принизливого впливу

суперництва. Якщо ваше серце прагне щастя, пам'ятайте, що любов процвітає найкраще там, де панує витонченість, піднесене мислення і відсутній згубний вплив. А це все можливо лише там, де багатство досягається шляхом творчого мислення, без боротьби і суперництва.

Я повторюю, немає більш великого і благородного прагнення, ніж прагнення стати багатим. Ви повинні зосередити свою увагу на своїй ментальній картині багатства і відкинути всі думки, які можуть затуманити її.

Ви повинні навчитися бачити основну істину у всіх речах. Ви повинні бачити під усіма, здавалося б, неправильними умовами Велике Єдине Життя, яке постійно рухається вперед до більш повного вираження і абсолютного щастя.

Немає такого поняття, як бідність, це правда. Є тільки багатство.

Деякі люди залишаються бідними, тому що не знають про те, що для них десь призначене багатство. І найкращий спосіб довести їм це — показати їм шлях до достатку на власному прикладі.

Інші бідні, тому що, хоча вони і відчують, що вихід з такого становища є, вони занадто інтелектуально ліниві, щоб докласти розумові зусилля, необхідні, щоб його відшукати і слідувати за ним. І найкраще, що ви можете зробити для

таких людей — це пробудити в них бажання, показавши їм щастя, яке приносить справжнє багатство.

Інші все ще бідні, тому що, хоча у них є певне уявлення про науку збагачення, але вони настільки загубилися в лабіринті метафізичних і окультних теорій, що не знають, який шлях обрати. Вони пробують суміш багатьох систем і зазнають невдачі у всіх. Для таких людей, знову ж таки, найкраще, що можна зробити — це своїм прикладом показати вірний шлях. Одна добре зроблена справа краща за сотню розмов.

Найкраще, що ви можете зробити для всього світу — це максимально реалізувати себе.

Найкращий спосіб послужити Богу і людству — це стати багатим. Але мова йде тільки про творчу методику, не про суперництво.

І ще дещо. Ми стверджуємо, що в цій книзі детально викладені принципи науки про збагачення. Тобто вам вже не потрібно буде читати інші книги на цю тему. Це може здатися корисливим і егоїстичним, але зауважте: в математиці немає більш наукового методу обчислень, ніж додавання, віднімання, множення і ділення; інший метод неможливий. Між двома точками може бути тільки одна найкоротша відстань. Існує тільки один спосіб наукового мислення, а саме мислити так, щоб йти до своєї

мети самим прямим і простим шляхом. Жодна людина ще не сформулювала більш коротку і доступну для розуміння «систему», ніж викладена тут. Ми відкинули все зайве і неістотне. Коли ви почнете діяти за цією системою, відкладіть всі інші в сторону, викиньте їх з голови.

Читайте цю книгу кожного дня, тримайте її при собі, вивчіть напам'ять її постулати і не думайте про інші «системи» та теорії. Тому що якщо ви будете про них думати, вас почнуть долати сумніви і ви будете вагаться у своїх думках. І тоді ви почнете робити помилки, які призведуть до невдач.

Після того, як ви вже досягнете успіху і станете багатими, ви можете вивчати інші системи скільки забажаєте. Але поки ви не будете точно впевнені, що отримали те, що хотіли, не читайте нічого з цієї тематики, крім цієї книги. Ну, хіба що можете почитати роботи авторів, згаданих в Передмові.

І читайте тільки найоптимістичніші коментарі до світових новин, ті, що будуть в гармонії з вашою картиною бажань.

Крім того, відкладіть ваші окультні дослідження. Не грайтеся з теософією, спіритизмом і схожими заняттями. Цілком ймовірно, що мертві все ще живуть і перебувають поруч. Якщо це так, дайте їм спокій і займіться вже нарешті своїми

справами.

Де б не знаходилися духи мертвих, у них є своя власна робота і свої власні проблеми, які потрібно вирішувати, і ми не маємо права втручатися в них. Ми не можемо їм допомогти, і навряд чи вони можуть допомогти нам. А якщо і можуть, то яке право ми маємо віднімати у них для цього час? Залиште мертвих у спокої і вирішуйте свої проблеми самі — станьте багатими. Якщо ви почнете зв'язуватися з окультизмом, ви спровокуєте появу ментальних перехресних потоків і течій, які, напевно, в результаті потоплять корабель ваших сподівань. Отже, ця і попередні глави привели нас до наступного формулювання основних фактів:

Є мисляче щось, з якого зроблені всі речі, і яке в своєму первинному стані пронизує, проникає і заповнює геть усе у всесвіті.

Думка в цій субстанції створює те, образ чого вона сама собі намалювала.

Людина може формувати образи речей в своїх думках, направляючи їх безмежній субстанції, і тим самим, викликати створення того, про що вона думає.

Щоб цього досягти людина повинна перейти від суперницького до творчого стану розуму. Вона повинна сформувати чітку уявну картину того, що хоче, утримувати її в своїх думках з чітким

НАМІРОМ і непохитною ВІРОЮ отримати бажане, захистити свій розум від усього, що може похитнути цей намір, затуманити бачення бажання або придушити віру.

На додаток до всього вищесказаного, далі ми побачимо, що людина також повинна жити і діяти Певним чином.

ГЛАВА XI

Дійте Певним чином

Думка — це творча сила, або, принаймні, це імпульс, який приводить творчу силу в дію. Мислення Певним чином принесе вам багатство, але ви не повинні покладатися тільки на думку, забуваючи про свої дії. Це та сама скеля, при зіткненні з якою багато вчених-метафізиків і мислителів зазнають краху — тобто вони не здатні безпосередньо зв'язати думку з діями.

Звичайно, ми ще не досягли тієї стадії розвитку, щоб навіть припускати, що людина може створювати реальні форми безпосередньо з Безмежної Субстанції, без участі процесів природи або безпосередньої ручної праці самої людини. Людина повинна не тільки думати, її думки повинні доповнюватись діями.

Думкою ви можете змусити золоту глибоко всередині гори почати рухатися назовні, назустріч

до вас. Але воно саме себе не добуде, не очистить, чи не перетвориться на дорогоцінні монети, які посипляться прямо до вашої кишені.

Під впливом імпульсу Вищого Духу справи людей будуть настільки впорядковані, що когось Він направить добувати для вас золото, а хтось буде вести бізнес таким чином, щоб золото потрапило до вас. І ви теж, в свою чергу, повинні так організувати свої справи, щоб бути готовими отримати це золото, коли воно прибуде до вас. Ваша думка змушує всі речі, живі або штучні, працювати таким чином, щоб принести вам те, що ви хочете. Але і ваші власні вчинки повинні бути спрямовані так, щоб ви отримали бажане, коли воно досягне вас. Ви не повинні сприймати це як благодійність або вдаватися до крадіжки. Ви повинні принести кожній людині користь нематеріального характеру більше, ніж вона дає вам в грошовому еквіваленті.

Наукове використання думки полягає в формуванні ясного і чіткого ментального образу того, що ви хочете, в твердості ваших намірів отримати те, що ви хочете, в усвідомленні з вдячною вірою, що ви обов'язково отримаєте те, що хочете.

Не намагайтеся «спроектувати» свою думку якимось таємничим або окультистичним способом, сподіваючись, що абсолютно все буде зроблено за

вас кимось і чимось іншим. Це марна трата зусиль, яка послабить вашу здатність мислити тверезо.

Про те, як працює сила думки в плані набуття багатства ми детально розповідали в попередніх главах. Ваша віра і намір надихають Безмежну Субстанцію, чиє **БАЖАННЯ ЖИТИ КРАЩЕ СПІВПАДАЄ З ВАШИМ**. І це образ бажаного вами змушує всі творчі сили діяти **ЧЕРЕЗ ЇХ ЗВИЧАЙНІ КАНАЛИ ДІЙ**, але вже конкретно для досягнення вашої мети.

Це не ваша турбота, направляти і контролювати творчий процес. Все, що вам потрібно зробити, це зберігати своє бачення, дотримуватися своїх намірів і підтримувати свою віру і вдячність.

Але ще ви повинні діяти Певним чином, щоб бути готовим прийняти те, що ви бажали, коли для цього настане час. Тобто щоб коли той образ, який ви збудували у себе в голові прийде до вас у реальності, ви змогли все розставити по своїх місцях, як і було задумано вами в ваших мріях.

Ви можете легко переконатися в істинності цих тверджень. Коли бажані речі досягнуть вас, вони виявляться в руках інших людей, які щось за них попросять. І ви зможете отримати те, що належить вам, тільки давши іншій людині те, що належить отримати їй.

Ваш гаманець не перетвориться на

невичерпне джерело багатств, який завжди буде сповнений грошей без зусиль з вашого боку.

Це важливий момент в науці про те, як розбагатіти — саме в цій точці повинні синхронізуватися ваші думки і дії. Є дуже багато людей, які свідомо чи несвідомо сприяють руху творчої енергії силою і наполегливістю своїх бажань, але залишаються бідними, бо виявляються не готовими прийняти бажане, коли воно нарешті приходить до них.

За допомогою думки, бажане доставляється вам. Але тільки за допомогою дії ви можете це по-справжньому прийняти.

Якими б не були ваші дії, очевидно, що ви повинні діяти ЗАРАЗ. Ви не можете діяти в минулому, і для ясності вашого ментального бачення важливо, щоб ви викинули думки про минуле зі свого розуму. Ви не можете діяти в майбутньому, тому що майбутнє ще не настало. До того ж, ви не можете сказати, як ви будете діяти в майбутньому, до тих пір, поки воно не настане.

Те, що ви перебуваєте в невідповідному бізнесі або в невідповідному середовищі зараз, не означає, що ви повинні відкласти свої дії до тих пір, поки не потрапите в правильний бізнес або середовище. Не марнуйте час в сьогоднішні, думаючи про те, як краще вчинити в можливих майбутніх екстрених ситуаціях. Просто вірте в

свою здатність впоратися з будь-якою надзвичайною ситуацією, коли вона прийде.

Якщо ви дієте в сьогоднішній, але думаєте про майбутнє, ваша теперішня дія не буде ефективною, тому що ваш розум буде розриватися між думками. Зосередьте весь свій розум на цій дії.

Не треба посилати творчий імпульс Первинній Субстанції, а потім сидіти склавши руки і чекати результатів. Якщо ви так зробите, ви ніколи не побачите результатів. Дійте прямо зараз. Є тільки зараз і кращого часу для дій не буде. Якщо ви збираєтеся почати готуватися до отримання того, що хочете, починайте вже зараз.

І ваші дії, якими б вони не були, швидше за все, будуть пов'язані з вашим нинішнім бізнесом або роботою, і будуть спрямовані на людей і речі у вашому нинішньому середовищі.

Ви не можете діяти там, де вас немає; ви не можете діяти в минулому і ви не можете діяти в майбутньому. Ви можете діяти тільки там, де ви є зараз.

Не турбуйтеся про те, чи була вчорашня робота добре виконана або погано. Робіть добре сьогоднішню роботу.

Не намагайтеся робити завтрашню роботу зараз. У вас буде достатньо часу для цього, коли прийде її час.

Не намагайтеся окультними і містичними

засобами впливати на людей або речі, недоступні вам.

Не чекайте зміни обстановки, перш ніж діяти. Змініть обстановку самі за допомогою своїх дій.

Ви можете впливати на навколишнє середовище, в якому ви перебуваєте зараз, таким чином, щоб змусити себе перенестися в краще середовище.

Зберігайте віру і намір побачити себе в кращому оточенні, але при цьому дійте в своєму нинішньому оточенні якнайкраще, з усією своєю енергією і розумом.

Не марнуйте час на порожні мрії. Дотримуйтеся єдиного бачення того, що ви хочете, і дійте ЗАРАЗ.

Не вигадуйте, що б зробити такого нового або дивного, незвичайного або чудового в якості першого кроку до збагачення. Цілком ймовірно, що ваші дії, принаймні, протягом деякого часу, будуть цілком буденними. Просто ви повинні почати виконувати їх Певним чином, і це, безсумнівно, зробить вас багатим.

Якщо ви займаєтеся якимось бізнесом і відчуваєте, що він вам не підходить, не чекайте, поки ви почнете займатися правильним бізнесом, перш ніж почати діяти.

Не засмучуйтесь, не сидіть і не жалійте себе, тому що ви не на своєму місці. Не жалійтесь, що

ніхто ніколи не був таким недоречним, як ви, і що жодна людина ніколи не займалась таким не підходящим їй бізнесом, як ви.

Тримайте в голові образ того, що ви займаєтеся підходящим вам бізнесом, дотримуйтеся твердого наміру і віри зайнятися їм — і в підсумку ви їм займетесь. Але ПОЧНІТЬ ДІЯТИ вже в свої нинішній справі. Використовуйте її в якості засобу для отримання чогось кращого, і використовуйте своє нинішнє середовище в якості засобу для досягнення чогось вищого. Ваше бачення правильного бізнесу, якщо дотримуватися віри і наміру, змусить Всевишнього направити правильний бізнес до вас. І ваші дії, якщо вони виконувалися Певним чином, теж змусять вас рухатися назустріч цьому бізнесу.

Якщо ви найманий працівник і відчуваєте, що повинні поміняти місце роботи, щоб отримати те, що хочете, не просто «проектуйте» свою думку в космос, покладаючись тільки на неї в надії отримати іншу роботу. Це, ймовірно, вам не вдасться. Зберігайте бачення себе на інший, бажаний роботі в той час як ДІСТЕ, сповнені вірою і наміром вже на тій роботі, яка у вас є зараз, і ви неодмінно отримаєте ту роботу, про яку мрієте.

Ваше бачення і віра запустять механізм творчої енергії, яка принесе бажану роботу прямо до вас. А ваші дії, зі свого боку, змусять сили у

вашому власному оточенні підштовхнути вас до того місця, куди ви хочете. Ну, і на завершення цього розділу, ми додамо ще одне твердження до нашого плану:

Є мисляче щось, з якого зроблені всі речі, і яке в своєму первинному стані пронизує, проникає і заповнює геть усе у всесвіті.

Думка в цій субстанції створює те, образ чого вона сама собі намалювала.

Людина може формувати образи речей в своїх думках, направляючи їх безмежній субстанції, і тим самим, викликати створення того, про що вона думає.

Щоб цього досягти людина повинна перейти від суперницького до творчого стану розуму; вона повинна сформувати чітку уявну картину того, що хоче, утримувати її в своїх думках з твердим НАМІРОМ і непохитною ВІРОЮ отримати бажане, захистити свій розум від усього, що може похитнути цей намір, затуманити бачення бажання або придушити віру.

І щоб бути наготові прийняти бажане, коли воно прийде, людина повинна вже ЗАРАЗ почати діяти по відношенню до людей і речей в її нинішньому оточенні.

ГЛАВА XII

Ефективне дію

Ви повинні використовувати своє мислення, як зазначено в попередніх главах, і почати робити все можливе там, де ви зараз перебуваєте — так, так, саме ВСЕ можливе.

Ви можете рости, тільки стаючи вище і більше, ніж ваше нинішнє місце. Цього не досягти, відкладаючи сьогоднішню роботу на потім.

Світ росте тільки завдяки тим, хто стає вище і більше, «переростає» своє нинішнє місце. В іншому випадку, починається рух назад, деградація. І тоді людина стає мертвим вантажем для суспільства, уряду, торгівлі і промисловості, і її доводиться тягнути іншим людям, що обходиться їм досить дорого. Прогрес світу гальмується тими, хто не заповнює собою займане місце. Вони належать минулому століттю і знаходяться на нижчій стадії життя, і, відповідно, стоять на шляху до занепаду. Жодне суспільство не могло б розвиватися, якби кожна людина була менше свого місця. Соціальна еволюція керується законом фізичної і психологічної еволюції. У тваринному світі еволюція викликана надлишком життя. Коли у якогось організму більше життя, ніж він може використовувати з користю, у нього розвиваються органи вищого рівня, і виникає новий вид.

Ніколи не було б нових видів, якби не було організмів, які «виростали» зі своїх місць. Для

людини діє точно такий часий закон — ваше збагачення залежить від того, чи застосовуєте ви цей принцип в своїх власних справах.

Кожний день — це або вдалий день, або день невдачі. Саме в успішні дні ви отримуєте те, що ви хочете. Якщо кожен день невдалий, ви ніколи не зможете розбагатіти. Якщо кожен день успішний, ви не можете не розбагатіти.

Якщо є щось, що може бути зроблено сьогодні, але ви цього не робите, вважайте, що ви зазнали невдачі. І наслідки можуть бути більш катастрофічними, ніж ви думаєте.

Ви не можете передбачити результати навіть найтривіальнішої дії. Ви не знаєте, як працюють всі ті сили, що діють заради вас. Багато що може залежати від того, як ви робите просту дію, це може бути саме те, що відкриє двері дуже великим можливостям. Ви ніколи не зможете дізнатися всіх комбінацій, які Вищий Розум створює для вас у світі речей і людських справ. Ваше нехтування або нездатність зробити щось маленьке може призвести до довгої затримки в отриманні бажаного.

Робіть кожен день ВСЕ, що можна зробити у цей день.

Однак існують обмеження і уточнення вищесказаного, які ви повинні взяти до уваги.

Ви не повинні перевтомлюватися або з головою поринати в роботу, намагаючись зробити

якомога більше в найкоротші терміни.

Ви не повинні намагатися виконувати роботу завтрашнього дня або переробити всю роботу на тиждень вперед за один день.

Справа не в кількості речей, які ви робите, а в ЕФЕКТИВНОСТІ кожної окремої дії, саме це має значення.

Кожна дія сама по собі є або успіхом, або невдачею.

Кожна дія сама по собі або ефективна, або неефективна.

Кожна неефективна дія — це невдача. І якщо ви витратите своє життя на неефективні дії, все ваше життя стане невдачею.

Якщо всі ваші дії неефективні, то чим більше ви їх робите, тим гірше для вас.

З іншого боку, кожна ефективна дія сама по собі є успіхом. І якщо кожна дія у вашому житті є ефективною, все ваше життя **ПОВИННЕ** бути успішним.

Причиною невдачі є занадто велика кількість неефективних дій, а також недостатня кількість ефективних.

Ви самі переконаєтесь в очевидності того, що якщо ви не будете здійснювати неефективних дій і зробите достатню кількість ефективних, ви станете багатими. І ось якщо тепер можна кожну дію зробити ефективною, щоб розбагатіти, то вся наука

багатства зводиться до точної науки, наче та математика.

У зв'язку з цим виникає питання, чи можете ви зробити кожну окрему дію успішною? Відповідь: безумовно. Ви можете зробити кожну дію успішною, тому що Вся Енергія Всесвіту з вами, а Вона не може зазнати невдачі. Вона до ваших послуг. І щоб зробити кожну дію ефективною, вам потрібно лише наповнити свою дію цією Енергією.

Кожна дія є сильною або слабкою. І коли кожна дія сильна, це означає, ви дієте Певним чином, і це зробить вас багатими.

Кожна дія може бути зроблена сильною та ефективною, якщо ви будете утримувати своє бачення бажаного, коли будете здійснювати дію, і при цьому вкладати в неї всю силу вашої ВІРИ і НАМІРУ.

Люди зазнають невдачі в той момент, коли відокремлюють розумову силу від дій. Вони використовують силу розуму в одному місці та в один час, а діють в іншому місці та в інший час. Таким чином, їх дії не є успішними самі по собі, і дуже багато з них залишаються неефективними. Але якщо Енергія Всесвіту наповнить кожен їх вчинок, яким би посереднім він не був, він сам по собі стане успішним. І так уже заведено, що кожен успіх відкриває шлях іншим успіхам, і ваш прогрес

в отриманні бажаного стає все швидшим.

Пам'ятайте, що успішна дія має накопичувальний характер. Оскільки прагнення до більшого життя притаманне всім, то коли людина починає рухатися до більшої і кращої долі, до неї приєднуються все більше речей, і вплив її бажання збільшується.

Робіть кожен день все, що ви можете зробити в цей день, і виконуйте кожную дію ефективно.

Говорячи про те, що ви повинні дотримуватися свого бачення при виконанні кожної дії, незалежно від того, наскільки вона банальна та повсякденна, я не маю на увазі, що прямо завжди-завжди необхідно уявляти картинку бажаного в найдрібніших деталях. Продумування деталей залиште на вільний час, щоб тоді зосередити всю свою уяву на цих деталях, ретельно їх опрацювати, поки вони не будуть міцно закріплені у вашому розумі. Якщо ви хочете швидких результатів, витрачайте практично весь свій вільний час на це. Завдяки безперервному прокручування бажаного образу в голові, ви отримаєте точне уявлення про те, що ви хочете, в найдрібніших деталях, настільки міцно зафіксованих в вашому розумі і настільки точно перенесених у розум Безмежної Субстанції, що в робочий час вам потрібно буде лише подумки звернутися до картини бажаного, щоб «увімкнути»

вашу віру і намір, і цим спонукати вас зробити все можливе. Прокручуйте в голові образ бажаного в години дозвілля, поки він не заповнить вашу свідомість настільки, що ви зможете миттєво викликати цей образ у пам'яті. Ви будете настільки захоплені своїми перспективами, що одна лише думка про це буде викликати сильні припливи енергії в усього вашого єства.

Давайте знову повторимо наш навчальний план і, злегка змінивши заключні твердження, доведемо його до того рівня, якого ми зараз досягли.

Є мисляче щось, з якого зроблені всі речі, і яке в своєму первинному стані пронизує, проникає і заповнює геть усе у всесвіті.

Думка в цій субстанції створює [118] те, образ чого вона сама собі намалювала.

Людина може формувати образи речей в своїх думках, направляючи їх безмежній субстанції, і тим самим, викликати створення того, про що вона думає.

Щоб цього досягти людина повинна перейти від суперницького до творчого стану розуму; вона повинна сформувати чітку уявну картину того, що хоче, і робити все можливе, з твердим НАМІРОМ і непохитною ВІРОЮ, кожен день, при цьому кожна окрема дія повинна бути ефективною.

ГЛАВА XIII

Починаємо своє Правильне Діло

Успіх у будь-якій конкретній справі залежить, з одного боку, від того, наскільки добре у вас розвинені ті здібності, які для неї необхідні.

Без гарного музичного таланту ніхто не зможе стати хорошим вчителем музики; без ремісничого таланту ніхто не зможе досягти великих успіхів у слюсарній справі; без такту і комерційних здібностей ніхто не зможе домогтися успіху в торгових справах. Але наявність добре розвинених здібностей, необхідних у вашому конкретному покликанні, не гарантує, що ви розбагатієте. Є музиканти, в яких є прекрасний талант, але вони залишаються бідними; є ковалі, теслі і т. д., які є прекрасними ремісниками, але вони не багатіють; і є торговці з хорошими здібностями спілкуватися з людьми, але які, тим не менш, зазнають невдачі.

Різні здібності — це лише інструменти. Так, важливо мати хороші інструменти, але також важливо, щоб інструменти використовувалися Правильно. Одна людина може взяти гостру пилку, кутник, рубанок, і виготовити красивий предмет меблів. А інша людина може взяти ті ж інструменти і почати копіювати виріб першого, але її робота буде невдалою. Вона не знає, як успішно використовувати хороші інструменти.

Різні можливості вашого розуму є інструментами, за допомогою яких ви повинні виконувати роботу, яка і повинна зробити вас у підсумку багатим. Безумовно, вам буде легше досягти успіху, якщо ви будете займатися справою, для якої ви добре забезпечені розумовими інструментами. Говорячи простіше, ви досягнете найбільшого успіху в тій справі, яка буде задіювати ваші найсильніші сторони, в тій справі, для якої ви, так би мовити, «створені» природою. Але і для цього твердження є свої «але». Жодна людина не повинна розглядати своє покликання як безповоротно закріплене за нею при народженні. Ви можете розбагатіти, займаючись БУДЬ-ЯКОЮ справою, тому що, якщо у вас немає відповідного таланту, ви просто можете розвинути цей талант. Це означає, що вам просто доведеться створювати собі інструменти по мірі необхідності, а не обмежуватися використанням тих, з якими ви народилися. Вам буде ПРОСТІШЕ досягти успіху в професії, для якої у вас вже є добре розвинені таланти. Але ви також МОЖЕТЕ досягти успіху в будь-якому покликанні, оскільки можете розвинути будь-який талант. Адже немає такого таланту, якого б не було в людині хоча б у зародковому стані.

Найпростіше вам буде розбагатіти, роблячи те, що вам найбільше підходить. Але найбільше задоволення ви отримаєте, якщо розбагатієте,

роблячи те, що ХОЧЕТЕ.

Робити те, що ти хочеш — це і є життя. У нас не вийде досягти реального задоволення в житті, якщо ми будемо змушені вічно робити те, що нам не подобається, і ніколи не зможемо робити те, що хочемо. Але, без сумніву, ви можете робити те, що хочете. Саме бажання цього вже є доказом, що в вас є сила це зробити.

Бажання — це прояв сили.

Бажання грати музику — це сила, яка може грати музику, і вона шукає вираження та розвитку. Бажання виготовляти якісь вироби і предмети — це ремісничий талант, який шукає вираження та розвитку.

Там, де немає сили (розвиненої або ні) що-небудь робити, ніколи не виникне і бажання що-небудь робити. А там, де є сильне бажання зробити щось, є і сила, щоб це зробити, її потрібно тільки розвивати і застосовувати Правильно.

За інших рівних умов краще всього вибрати справу, для якої у вас найбільш розвинений талант. Але якщо у вас є сильне бажання працювати в якомусь конкретному напрямку, ви повинні вибрати цю роботу в якості кінцевої мети і рухатись до неї.

Ви можете робити те, що хочете, це ваше право і привілей вибрати собі справу або професію до душі.

Ви не зобов'язані робити те, що вам не подобається, і не повинні робити це, якщо тільки це не необхідний етап на шляху до бажаного результату.

Якщо в минулому були помилки, через які ви були зайняті в небажаній справі або потрапили в небажане середовище, можливо, вам все ж доведеться протягом деякого часу робити те, що вам не подобається. Але ви можете підбадьорити себе на деякий час, думаючи про те, що це дозволяє вам прийти до того, що ви хочете робити у майбутньому.

Якщо ви відчуваєте, що обрали неправильне покликання, не поспішайте відразу ж міняти його на інше. Як правило, кращий спосіб змінити заняття або середовище — це перерости їх.

Якщо випадає можливість щось раптово і радикально поміняти, не бійтеся цих змін, але перш, ніж прийняти рішення все змінити, ретельно все обміркуйте і прислухайтесь до себе, чи дійсно це буде правильно. Ніколи не робіть раптових або радикальних дій, якщо сумніваєтесь в їх доцільності.

Поспіху немає місця в процесі творення. Немає в ньому і нестачі можливостей.

Коли ваш розум припинить прагнути до суперництва, тоді ви зрозумієте, що вам ніколи не потрібно було діяти в поспіху. Ніхто не буде

намагатися відібрати у вас те, що ви хочете робити. Всього на всіх вистачить. Якщо одне місце буде зайнято, для вас відкриється інше, ще краще місце, просто трохи пізніше — часу у вас предостатньо. Якщо ви сумніваєтесь у чомусь, краще почекайте. Поверніться до опрацювання свого бажання в голові, зміцніть свою віру і намір. І як би там не було, у часи сумнівів і нерішучості все одно будьте вдячні.

День або два, витрачені на роздуми і опрацювання деталей свого бажання і щиру вдячність за те, що ви його отримаєте, настільки тісно пов'яжуть ваш розум з Всевишнім, що ви не зробите помилку, коли будете діяти. Адже є розум, який знає все, що потрібно знати, і ви можете прийти до тісної єдності з ним за допомогою своєї віри і наміру робити життя кращим і більшим, а також за допомогою незгасного почуття вдячності.

Помилки відбуваються через поспішні дії, через страх або сумніви, або якщо ви забули Істинний Мотив, який полягає у примноженні і поліпшенні життя для всіх.

У міру того, як ви будете жити Певним чином, вам будуть відкриватися нові можливості. При цьому вам потрібно буде надійно оберігати свою віру і намір, і підтримувати тісний контакт зі Все-розумом і благоговійно йому дякувати.

Щодня робіть все так добре, як тільки можете,

але робіть це без поспіху, занепокоєння і страху. Ідіть так швидко, як можете, але ніколи не поспішайте. Пам'ятайте, що в той момент, коли ви починаєте поспішати, ви перестаєте бути творцем і стаєте суперником — тобто ви знову ступаєте на старий неправильний шлях.

Всякий раз, коли ви поспішаєте, зупиніться, зосередьте свою увагу на уявному образі того, що ви хочете, і почніть дякувати Всесвіту за те, що ви це отримаєте. ВДЯЧНІСТЬ завжди буде зміцнювати вашу віру і надавати наснаги вашому наміру.

ГЛАВА XIV

Натхнення на розвиток і зростання

Поміняєте ви своє покликання чи ні, ваші дії на даний момент повинні відповідати справі, якою ви зараз займаєтеся.

Ви зможете зайнятися бажаною справою, конструктивно використовуючи те, що у вас є зараз, зокрема, виконуючи свою щоденну роботу Певним чином.

А оскільки ваша справа передбачає спілкування з іншими людьми, будь то особисто або віддалено, основний зміст всіх ваших зусиль повинен полягати в тому, щоб надихнути їх розуми на розвиток і зростання.

Розвиток і зростання — це те, що шукають всі

люди, це потреба Безмежного Розуму всередині них, що шукає більш повного самовираження.

Прагнення до зростання притаманне всій природі, це фундаментальний імпульс всесвіту. Вся людська діяльність заснована на прагненні до росту. Люди шукають більше їжі, більше одягу, більше житла, більше розкоші, більше краси, більше знань, більше задоволення — більше всього, більше життя. Кожна жива істота має потребу в цьому для безперервного просування вперед. Там, де припиняється ріст життя, відразу ж починається занепад і смерть.

Людина інстинктивно знає це, і тому завжди шукає більшого. Цей закон вічного зростання викладено Ісусом в притчі про таланти: «Всякому, хто має, дасться та примножиться, хто ж не має, буде позбавлений і того, що мав».

Нормальне прагнення до збільшення багатства не є чимось негожим або ганебним. Це просто прагнення до більш багатого життя, це амбіція. І оскільки це найголовніший інстинкт людської природи, цього прагнуть усі люди.

Слідуючи по Певного шляху, як описано в попередніх розділах, ви досягнете постійного розвитку і розповсюдите його на всіх, з ким маєте справу.

Ви — творчий центр, який всім дарує зростання і розвиток.

Будьте впевнені в цьому і передайте впевненість у цьому кожному чоловікові, жінці і дитині, з якими ви спілкуєтесь. Неважливо, наскільки незначна ваша взаємодія, нехай це буде навіть продаж льодяника маленькій дитині, подумайте про розвиток і переконайтеся, що клієнту передалася ця думка.

Вдихайте розвиток і зростання в усе, що ви робите, щоб всі оточуючі вас люди зрозуміли, що ви — Людина Розвитку та Зростання, і що цей розвиток і зростання передається від вас усім, хто має з вами справу. Навіть у повсякденному житті, не в діловому плані, а в простому людському спілкуванні, думайте про розвиток і зростання.

Ви можете поширювати Розвиток, дотримуючись непохитної віри в те, що ви самі перебуваєте на Шляху Розвитку та Зростання. І нехай ця віра надихає, наповнює і пронизує кожний ваш вчинок.

Робіть все з твердим переконанням, що ви прогресуюча особистість і ваш прогрес і успіх передається оточуючим.

Відчуйте, як ви стаєте багатими, і таким чином ви також зробите інших багатими і принесете користь всім.

Не вихваляйтесь своїм успіхом, не говоріть про це без необхідності. Справжня віра ніколи не буває хвалькуватою.

Усередині кожного хвалька сидить перелякана і повна сумнівів людина.

Просто відчуйте віру і дайте їй проявлятися в кожному вашому вчинку. Нехай кожна ваша дія, тон і погляд висловлюють тиху впевненість у тому, що ви стаєте багатим, що ви вже багаті. У словах не буде необхідності, щоб передати це почуття іншим, вже просто ваша присутність буде випромінювати розвиток і зростання, і люди будуть до вас тягнутися.

Ви повинні настільки випромінювати і передавати це почуття зростання іншим, щоб вони відчували, що, спілкуючись з вами, вони розвиваються і ростуть самі. Зверніть увагу, що ви даєте їм більше, в не матеріальному плані, ніж вони дають вам, в матеріальному.

Пишайтеся цим і нехай усі це відчують. Тоді у вас не буде нестачі в клієнтах. Люди будуть йти туди, де отримують розвиток. І Всевишній, який жадає розвитку в усьому і знає все, направить у вашу сторону людей, які навіть ніколи про вас не чули. Ваш бізнес буде швидко зростати, і ви будете здивовані несподіваними благами, які зійдуть на вас. Ви зможете день за днем будувати все більші плани, отримувати ще більше благ, і, якщо захочете, звичайно, зайнятися більш бажаною і приємною справою.

Але роблячи все це, ви ніколи не повинні

забувати своє бачення, віру і намір отримати те, що ви хочете.

Дозвольте мені тут ще раз застерегти вас щодо мотивів.

Остерігайтесь підступної спокуси шукати влади над іншими людьми.

Немає нічого більш приємного для несформованого або частково сформованого розуму, ніж прояв влади або панування над іншими. Бажання правити для задоволення егоїстичних потреб — це прокляття всього світу. Протягом незліченних століть королі і правителі заливали землю кров'ю в битвах за розширення своїх володінь. Це не було прагнення збільшити і поліпшити життя для всіх, це було бажання отримати більше влади для себе.

Сьогодні основний мотив у світі бізнесу і промисловості однаковий — люди лопатою загрибають гроші і розоряють життя і серця мільйонів в одній і тій самій божевільній боротьбі за владу. Комерційні королі, як і політичні, одурманені жагою до влади.

У прагненні панувати над кимось Ісус бачив рушійний імпульс того злого світу, який Він прагнув повалити. Прочитайте двадцять третій розділ Євангелія від Матвія і подивіться, як Він зображує жагу фарисеїв називатися «Господарями», сидіти на високих тронах, панувати над іншими,

поневолювати і пригнічувати менш щасливих. Зверніть увагу, як Він протиставляє цій жадобі панування дружнє, братерське прагненням до Загального блага, до якого Він закликає своїх учнів.

Остерігайтеся спокуси прагнути влади, стати «господарем», вважатися вищим за інших людей, справляти враження на інших за допомогою показної щедрості.

Розум, який прагне до панування над іншими — це суперницький розум. А такий розум не здатний до творення. Щоб привести своє оточення і долю до бажаного стану, зовсім необов'язково управляти своїми побратимами. Насправді, коли ви потрапляєте в світову боротьбу за «високі трони», ви починаєте прогинатися під гнітом долі і навколишнього середовища, і ваше збагачення стає всього лише справою шансу.

Остерігайтеся суперницького розуму! Ніхто поки краще не висловився з цього приводу, ніж покійний вже Семюел Джонс, мер міста Толедо, штат Огайо, також відомий як Джонс «Золоте правило»: «Те, що я хочу для себе, я хочу для всіх».

ГЛАВА XV

Людина Розвитку

Те, про що я говорив в попередньому розділі, стосується і професійного працівника, який буде

кар'єру, до найманого працівника, який виконує окремі завдання, і людини, яка займається торгівлею.

Неважливо, лікар ви, вчитель або священнослужитель, якщо ви можете поліпшити життя інших людей і дати їм це відчуття, вони будуть тягнутися до вас, а ви будете багатіти. Лікар, який мріє стати великим і успішним цілителем і переповнений вірою і твердим наміром цього досягти, як і описано в попередніх розділах, настільки наблизиться до Джерела Життя, що буде мати феноменальний успіх, пацієнти будуть у чергу до нього ставати.

Практикуючий лікар як ніхто інший має можливість втілити в життя вчення цієї книги. Не має значення його спеціальність, оскільки принцип зцілення є загальним для всіх докторів і може бути досягнутий всіма. Людина Розвитку в медицині, яка має в голові чіткий образ себе як успішного лікаря і яка підпорядковується законам віри, наміру і вдячності, вилікує будь-який виліковний недуг, за який візьметься, незалежно від того, як вона буде його лікувати.

В релігії світ закликає священнослужителя навчити свою паству істинній науці про багате життя. У того, хто пізнав деталі науки про те, як розбагатіти, разом із суміжними науками про те, як бути здоровим, бути великим і завойовувати любов,

і хто передає ці знання з кафедри, завжди буде багато слухачів. Це та проповідь, яку потребує світ, вона призведе до розвитку життя, і люди з радістю будуть слухати про це, а людині, яка їм про це розкаже, сторицею повернеться їх підтримка.

Що зараз потрібно, так це демонстрація науки про життя з кафедри. Нам потрібні проповідники, які можуть не тільки на словах розповісти нам як жити в достатку, а й показати це на своєму прикладі. Нам потрібен проповідник, який сам буде багатим, здоровим, великим і люблячим, щоб навчити нас, як цього досягти. І коли він прийде, він знайде численних і відданих послідовників.

Те ж саме стосується і вчителя, який може надихнути дітей вірою і наміром досягти кращого життя. Він ніколи не залишиться без роботи. І будь-який вчитель, який сповнений віри і наміру, може передати їх своїм учням. По-іншому він і не може вчинити, бо це є частиною його власного життя і практики.

Те, що вірно для вчителя, проповідника і лікаря, вірно і для адвоката, дантиста, агента з нерухомості, страхового агента — для всіх.

Об'єднані і синхронізовані розумові та фізичні дії, які я описав, безпомилкові, вони обов'язково матимуть успіх. Кожна людина, яка буде дотримуватися цих інструкцій неухильно, наполегливо і буквально, розбагатіє. Закон

Розвитку Життя так само математично точний, як і закон гравітації. Наука про те, як розбагатіти — це точна наука.

Найманий працівник зрозуміє, що це вірно як для його справи, так і для будь-якої іншої з вищезгаданих. Не думайте, що у вас немає шансів розбагатіти, тому що ви працюєте там, де немає видимих перспектив для просування по службі, де заробітна плата мала, а вартість життя висока. Сформулюйте в своїй голові чітке бачення того, що ви хочете, і почніть діяти з вірою і наміром.

Виконуйте всю роботу, яку ви можете зробити, кожен день, і виконуйте її ідеально. Вдихніть енергію успіху і намір розбагатіти в усе, що ви робите.

Але не робіть цього просто, щоб вислужитися перед вашим роботодавцем в надії, що він або ті, хто вище вас за посадою, побачать вашу хорошу роботу і просунуть вас по службі, бо мало ймовірно, що вони це зроблять.

Людина, яка є просто «хорошим» працівником і робить на своїй ділянці все, що може в міру своїх можливостей, і задоволена цим, цінна для свого роботодавця. І не в інтересах роботодавця просувати таку людину по службі, адже для нього вона більш цінна там, де вона є.

Щоб розвиватися, потрібно щось більше, ніж просто «перерости» своє місце.

Людина, яка обов'язково виросте і буде розвиватися, це та, яка не тільки «переростає» своє місце, а й ще й має чітке уявлення про те, ким хоче стати, яка знає, що може стати тим, ким хоче, і яка сповнена рішучості БУТИ тим, ким хоче.

Не намагайтеся «перерости» своє місце, тільки щоб догодити вашому роботодавцю. Зробіть це заради розвитку. Плекайте віру і намір розвиватися і рости, в робочий час, після робочого дня і перед ним. Нехай кожен, хто вступає в контакт з вами, будь то керівник, колега по роботі або просто знайомий, відчує силу наміру, яку ви випромінюєте, і нехай кожному з них передається від вас почуття прогресу і зростання. До вас будуть тягнутися люди, і якщо на вашій нинішній роботі немає можливості зростання, вам дуже скоро випаде можливість влаштуватися на іншу роботу.

Існує Сила, яка завжди дарує можливості Людині Розвитку, яка рухається відповідно до закону.

Бог обов'язково допоможе вам, якщо ви дієте Певним чином. Можна сказати, що по суті Він допоможе Собі.

Ніякі обставини не можуть вас зупинити. Якщо ви не можете розбагатіти, працюючи на сталеливарному заводі, ви зможете розбагатіти, ставши фермером. І якщо ви почнете рухатися і діяти Певним чином, ви неодмінно зможете

вирватись з «лещат» свого сталеливарного заводу і потрапити на ферму, або куди ви там ще захочете.

Якщо кілька тисяч співробітників цього заводу стануть на «Певний шлях», то найближчим часом цей сталеливарний завод опиниться в скрутному становищі, він повинен буде або дати своїм робітникам більше можливостей для розвитку, або піти з бізнесу. Люди не повинні працювати на заводах. Заводи і концерни зможуть утримувати людей в так званих безнадійних умовах лише до тих пір, поки є люди, які відмовляються пізнати науку про те, як стати багатим, або занадто інтелектуально ліниві, щоб слідувати їй.

Спробуйте цей спосіб мислення і дій, а ваша віра і намір допоможуть вам швидко побачити можливість поліпшити свій стан.

Такі можливості швидко з'являться у вашому житті, тому що Всевишній, який є у всьому і який працює заради вас, подарує їх вам.

Не чекайте можливості в один момент стати тим, ким ви хочете. Коли випаде можливість стати кимось більшим, ніж ви є зараз, і ви відчуєте, що ваш час прийшов, скористайтеся цією можливістю. Це буде перший крок до ще більшої можливості.

У цьому всесвіті завжди буде достатньо можливостей для людини, яка прагне розвитку і зростання життя.

Так влаштований всесвіт, що все в ньому

створено для людини і буде працювати спільно для її блага. І вона обов'язково розбагатіє, якщо буде діяти і мислити Певним чином.

Тож, шановні наймані працівники, вивчайте цю книгу дуже уважно, і впевнено почніть діяти, як вона вчить — і вдача вам посміхнеться.

ГЛАВА XVI

Деякі застереження та заключні положення

Багато людей будуть сміятися над ідеєю, що існує точна наука про те, як стати багатим. І, дотримуючись думки, що багатство обмежене, вони будуть наполягати на тому, що соціальні та урядові інститути повинні бути змінені, перш ніж більш-менш значна кількість людей зможе розбагатіти.

Але це не так.

Так, це правда, що існуючі уряди тримають маси в бідності, але це тому, що маси не думають і не діють Певним чином.

Якщо маси почнуть рухатися вперед, як радить ця книга, то ні уряди, ні промислові системи не зможуть їх зупинити, це їм доведеться підлаштовуватися під цей рух уперед.

Якщо люди налаштують своє Мислення на Розвиток і зосередять свою Віру і твердий Намір на

тому, щоб стати багатими і рухатися вперед, ніщо не зможе утримати їх у злиднях.

Люди можуть стати на Певний шлях в будь-який час і при будь-якому уряді, і стати багатими. І коли багато людей так зробить, система сама зміниться настільки, що відкриє шлях для інших.

Але чим більше людей розбагатіють через суперництво, тим гірше буде для інших людей. І навпаки, чим більше людей розбагатіє, створюючи щось, тим краще буде для інших.

Економічний порятунок для мас настане лише завдяки тому, що велика кількість людей буде практикувати науковий метод здобуття багатства, викладений в цій книзі. Вони вкажуть іншим шлях і надихнуть їх прагнути повного життя, наповнять вірою і наміром досягти цього.

Однак на даний момент вам досить просто пам'ятати, що ні ваш уряд, ні капіталістична система не зможуть утримати вас від збагачення. Коли ви налаштовуєте своє мислення на шлях творення, ви піднімаєтеся над усім цим і стаєте громадянином іншого царства.

Але пам'ятайте, що ваше мислення завжди має бути налаштоване на творення. Не дайте себе обдурити думками про те, що багатство у всесвіті обмежене, і не переходьте на шлях суперництва.

Щоразу, як ви починаєте думати

«по-старому», негайно відкидайте ці думки, тому що через це ви втрачаєте зв'язок із Вселенським Розумом.

Не марнуйте час на планування того, як будете поводити себе в можливих екстрених ситуаціях в майбутньому, якщо тільки це не впливає на ваші дії сьогодні. Ваше головне завдання — це виконувати роботу ідеально саме сьогодні, а не в ситуаціях, які можуть виникнути завтра. З ними ви розберетеся, коли прийде їх час.

Не турбуйтеся про те, як долати перешкоди, які можуть з'явитися на горизонті вашої діяльності, якщо тільки ви не впевнені, що потрібно щось змінити сьогодні, щоб уникнути їх завтра.

Незалежно від того, наскільки величезною може здаватися перешкода в майбутньому, ви повинні пам'ятати, що якщо ви продовжите діяти Певним чином, вона просто зникне або ж з'явиться шлях, щоб її взагалі уникнути.

Ніяка можлива комбінація обставин не здолає людину, який йде шляхом точної науки збагачення. Жодна людина, яка слідує закону збагачення, не зазнає невдачі в своїй справі. Це також точно і незмінно, як те, що два помножити на два завжди дорівнюватиме чотирьом.

Не турбуйтеся про можливі лиха, перешкоди, паніку або несприятливі обставин. У вас буде достатньо часу підготуватися до зустрічі з ними,

коли вони прийдуть. Більш того, ви виявите, що кожна перешкода несе з собою необхідні засоби для її подолання.

Слідкуйте за тим, що говорите. Ніколи не кажіть про себе, свої справи або про ще щось з песимізмом.

Ніколи не допускайте ймовірність невдачі ні у ваших думках, ні на словах.

Ніколи не кажіть, що у вас важкі часи в житті або в бізнесі. Часи можуть бути важкими для тих, хто знаходиться в суперницькій боротьбі, але вони ніколи не можуть бути такими для вас. Ви можете створювати те, що хочете. Ви вище страху.

Коли у інших будуть важкі часи і поганий бізнес, вам відкриються найбільші можливості.

Привчіть себе думати і дивитися на світ як на щось, що розвивається, росте, і розглядати видиме зло як щось, що ще не ступило на лях розвитку. Завжди говоріть про розвиток і зростання. Вчиняти інакше — означає заперечувати вашу віру, а заперечувати вашу віру — означає втратити її.

Ніколи не дозволяйте собі відчувати розчарування. Ви можете очікувати, що отримаєте певну річ у певний час, але не отримати її в цей час, і це буде здаватися вам невдачею. Але якщо ви дотримуетесь своєї віри, ви побачите, що це тільки на перший погляд здається невдачею. Живіть Певним чином, і якщо ви не отримаєте цю річ, ви

отримаєте щось набагато краще. Ви побачите, що удавана невдача принесла великий успіх.

Одна людина, яка жила за цією наукою, вирішила створити певний бізнес, який в той час здавався їй дуже бажаним, і кілька тижнів працювала над цим. Коли настав вирішальний момент, її задумка зазнала невдачі абсолютно незрозумілим чином, ніби щось невидиме діяло таємно проти неї. Але людина не засмутилася. Навпаки, вона подякувала Богу за те, що її бажання було відкинуто, і впевнено продовжила діяти далі. Через кілька тижнів перед нею з'явилася ще більша можливість. І вона зрозуміла, що Розум, який знав більше, ніж вона сама, не дозволив їй втратити більше благо, пов'язуючи себе з меншим.

Саме так кожна уявна невдача працює для вас, якщо ви зберігаєте свою віру, дотримуєтеся свого наміру, висловлюєте вдячність і робите кожен день все, що можна зробити в цей день, виконуючи кожен окрему дію максимально ідеально.

Коли ви зазнаєте невдачі, це тому, що ви просили не досить багато. Продовжуйте діяти, і ще більше благо, ніж ви очікували, обов'язково прийде до вас. Запам'ятайте це.

Ви не зазнаєте невдачі в бажаній справі через брак необхідного таланту. Якщо ви будете продовжувати діяти, як я вам радив, ви розвине́те талант, необхідний для виконання вашої роботи.

Ця книга не про науку розвивати таланти, але це так само просто і закономірно, як і процес збагачення.

Не соромтеся і не вагайтесь, побоюючись, що коли ви прийдете в якесь певне місце, то зазнаєте невдачі через відсутність необхідних здібностей, продовжуйте діяти в тому ж дусі, і здатність з'явиться у вас. Те саме джерело здібностей, яке дозволило Лінкольну, не маючи необхідних знань, виконати під час свого правління найбільшу роботу, яку коли-небудь виконувала одна людина, відкрите і для вас. Ви можете покликати на допомогу весь розум всесвіту для виконання покладених на вас обов'язків. Продовжуйте діяти, сповнені вірою.

Вивчіть цю книгу. Зробіть її своїм постійним супутником, поки не вивчите всі ідеї, що містяться в ній. І поки ви працюєте над зміцненням своєї віри, краще відмовитися від більшості розваг. І тримайтесь подалі від місць, де пропагуються ідеї, що суперечать викладеним тут. Не читайте песимістичну або суперечливу літературу і утримайтесь від суперечок з цього питання. Не читайте практично нічого, крім хіба що письменників, згаданих у передмові. Проводьте більшу частину свого вільного часу, розмірковуючи над своїм бажанням, розвиваючи почуття вдячності і читаючи цю книгу. Вона містить все, що вам

потрібно знати про науку збагачення. А в наступному розділі ми підсумуємо всі ключові моменти.

ГЛАВА XVII

Короткий конспект науки про те, як стати багатим

Є мисляче щось, з якого зроблені всі речі, і яке в своєму первинному стані пронизує, проникає і заповнює геть усе у всесвіті.

Думка в цій субстанції створює те, образ чого вона сама собі намалювала.

Людина може формувати образи речей в своїх думках, направляючи їх безмежній субстанції, і тим самим, викликати створення того, про що вона думає.

Щоб цього досягти людина повинна перейти від суперницького до творчого стану розуму. В іншому випадку, вона не зможе бути в гармонії з Безмежним Розумом, який завжди знаходиться в стані творіння і ніколи не піддається духу суперництва.

Людина може досягти повної гармонії з Безмежною Субстанцією, розвиваючи живу і щиру вдячність за благословення, які вона подарує. Вдячність об'єднує розум людини з розумом Субстанції, і таким чином думки людини

передаються Безмежній Субстанції. Людина може залишатися на шляху творення, тільки об'єднуючись з Безмежним Розумом через глибоке і постійне відчуття вдячності.

Людина повинна сформувати ясний і чіткий уявний образ того, що хоче мати, робити або ким хоче стати, і тримати цей уявний образ у своїй голові, при цьому висловлюючи глибоку вдячність Всевишньому за те, що той візьме до уваги її бажання. Людина, яка хоче розбагатіти, повинна проводити своє дозвілля, розмірковуючи над своїми бажаннями і щиро дякувати Всесвіту за те, що її бажання будуть реалізовані. Продумайте картину бажаного до найдрібніших деталей, при цьому зберігайте непохитну віру і щирю вдячність. Саме так ваше бажання і передається до Безмежної Субстанції, і творчі сили починають свій рух.

Творча енергія працює через налагоджені канали природного зростання, а також промислового і соціального порядку. Все, що людина вкладе в свій уявний образ бажаного, безсумнівно, їй дістанеться, якщо вона буде слідувати інструкціям, викладеним вище, і віра її буде непохитною. Те, що вона хоче, прийде до неї через налагоджені шляхи торгівлі і комерції.

Щоб людина була готова прийняти бажане, коли воно прийде до неї, вона повинна бути активною. Тобто вона повинна працювати над тим,

щоб «перерости» своє нинішнє місце роботи. Вона повинна пам'ятати про свій намір стати багатогою, тобто реалізувати ту омріяну картину, яку вона збудувала у своїй свідомості. І вона повинна робити кожен день все, що можна зробити в цей день, піклуючись про те, щоб кожна дія була виконана ідеально. Вона повинна дати кожній людині більше (в не матеріальному плані), ніж та дала йому (в матеріальному еквіваленті). Кожна укладена угода повинна сприяти розвитку і примножувати життя. Людина повинна постійно підтримувати в собі Думку про Розвиток, щоб енергія Розвитку передавалася всім, з ким вона контактує.

Люди, які будуть виконувати всі вищезазначені інструкції, безсумнівно, розбагатіють. І багатство, яке вони отримають, буде прямо пропорційно залежати від точності і ясності формулювання їх уявного образу, твердості їх наміру, стійкості їх віри і глибини їх вдячності.

НАУКА ПРО ТЕ, ЯК БУТИ ЗДОРОВИМ

ПЕРЕДМОВА

Це друга книга з моєї серії про Науки. І якщо перша книга — «НАУКА про те, як бути БАГАТИМ» — була призначена для тих, хто хоче стати багатим, то ця книга призначена для тих, хто хоче бути здоровим. Це не філософський трактат, а свого роду практичне керівництво, довідник, інструкція з експлуатації вселенського Закону Життя. Я намагався пояснювати все настільки простою і зрозумілою мовою, щоб читач, який не проводив попередніх досліджень в області метафізики та релігійного руху «Нове мислення», міг спокійно освоїти цей Закон і мати міцне здоров'я. Я зібрав для вас усе найголовніше, а все зайве і непотрібне прибрав геть. Я не використовував якісь занадто наукові та зарозумілі терміни і завжди дотримувався однієї лінії тверджень у своїй розповіді.

Як видно з назви, дана книга присвячена саме Науці, а не балачкам. Моністична теорія всесвіту — теорія про те, що матерія, розум, свідомість і життя є проявами однієї Субстанції — зараз приймається більшістю мислителів. І якщо ви теж приймаєте цю теорію, ви не зможете заперечувати логічні висновки, які знайдете тут. Найкраще те, що

запропоновані методи мислення і дій були перевірені мною на власному досвіді, а також на досвіді сотень інших людей протягом дванадцяти років, і результат завжди був успішним. Я можу впевнено сказати, що Наука про те, як Бути Здоровим працює. І якщо дотримуватися її законів, то результат буде таким же точним і логічним, як в математиці. Якщо ваше тіло ще не настільки зруйноване, що подальше життя суто фізично неможливе, то ви здатні стати здоровим. А якщо ви будете думати і діяти Певним чином, ви обов'язково станете здоровим.

Якщо читач хоче повністю зануритися і зрозуміти моністичну теорію всесвіту, рекомендую почитати Гегеля і Емерсона, а ще невелику книгу під назвою «Вічні новини» Джона Джозефа Брауна, опубліковану в Шотландії в 1889 році. Читач також може знайти для себе щось корисне у серії статей мого авторства, опублікованих у журналі «*Наутілус*» (Холіоке, штат Массачусетс) у 1909 році під назвою «Що є істина?»

Ті, хто хочуть отримати більш детальну інформацію щодо таких функцій організму, як прийом їжі, пиття, дихання і сон, можуть почитати книги «Нова наука про життя і зцілення», «Листи для чоловіка жінки» і «Конструктивне використання їжі» — все це мої невеликі напрацювання, інформацію про які ви можете

отримати у видавців цієї книги. Я також рекомендував би почитати праці Горація Флетчера і Едварда Хукера Дьюї. Прочитайте все це, якщо буде бажання, це теж може стати свого роду опорою для вашої віри. Але дозвольте мені застерегти вас від помилки, коли ви вивчаєте дуже багато суперечливих теорій і водночас практикуєте декілька різних «систем». Справа в тому, що якщо ви дійсно хочете стати здоровим, ви повинні направити **ВСЕ СВОЄ МИСЛЕННЯ** і життя на *правильний* шлях. Пам'ятайте, що **НАУКА** про те, як **БУТИ ЗДОРОВИМ** є повним і достатнім керівництвом у кожному конкретному випадку. Сфокусуйтеся на тих методах мислення і діях, які рекомендує ця книга, дотримуйтесь їх у всьому, і тоді ви станете здоровим. Або, якщо ви вже здорові, ви збережете своє здоров'я. Сподіваюся, що ви досягнете бажаного результату і знайдете безцінний благословенний скарб міцного здоров'я. Я з вами!

Щиро ваш,
Уоллес Д. Уоттлз.

ГЛАВА I

Закон Здоров'я

Для застосування Науки про те, як Бути

Здоровим, так само як і Науки про те, як стати Багатим, необхідно відразу просто повірити та вивчити деякі фундаментальні істини. Ось деякі з них:

Здатність організму ідеально виконувати свої функції і є здоров'ям. Ця здатність є результатом неухильного слідування Закону Життя. У Всесвіті існує Закон Життя, це Єдина Жива Субстанція, з якої все зроблено. Вона пронизує, проникає і заповнює всі частинки всесвіту. Вона огортає всі речі, немов вишуканий шлейф парфуму. Все життя народжується з неї. Її життя — це і є все існуюче життя у Всесвіті.

Людина теж є формою цієї Живої Субстанції і теж підпорядковується Закону Здоров'я (слово «Закон» я використовую у значенні «джерело»). Закон Здоров'я, у своїй повній творчій дії, змушує всі функції людського організму працювати ідеально і злагоджено.

Саме Закон Здоров'я відповідає за зцілення людини, незалежно від того, яка «система» або «ліки» використовуються. Ви запускаєте Творчу Дію цього Закону Здоров'я, мислячи Певним чином.

Я хотів би зупинитися докладніше на останньому пункті. Всі ми знаємо, що зцілення часом відбувається за допомогою абсолютно різних і часом навіть протилежних методів. Аллопат (лікар класичної медицини) лікує своїх пацієнтів, даючи

їм сильну дозу протиотрути (класичні фармацевтичні ліки). У той час як гомеопат лікує, даючи своєму пацієнтові невелику дозу отрути (препарату), що викликає симптоми, аналогічні симптомам хвороби, і це теж допомагає зціленню. Там, де алопатія коли-небудь вилікувала якесь захворювання, гомеопатія була безсила. І навпаки, там, де допомогла гомеопатія, алопатія не впоралась з хворобою. Ці дві системи радикально протилежні в теорії і на практиці, і тим не менш обидві «виліковують» більшість хвороб. І навіть ліки, які використовуються лікарями в цих школах медицини, не однакові. Ви можете звернутися з розладом шлунка до кількох лікарів і порівняти їх приписи. Ви здивуєтесь, та ці приписи можуть радикально відрізнитись один від одного. Хіба ми не повинні зробити з цього висновок, що їх пацієнти зцілювалися за допомогою Закону Здоров'я всередині самих себе, а не цими різними «ліками»?

Більш того, ці ж недуги остеопат лікуватиме за допомогою маніпуляцій на хребті, цілитель — за допомогою молитви, дієтолог — за допомогою плану харчування, послідовник вчення «Християнська наука» — за допомогою віровчень, психоаналітик — за допомогою навіювання, гігієніст — за допомогою різноманітних методів догляду за собою. До якого висновку ми можемо

прийти керуючись цими фактами? А до такого, що є Закон Здоров'я, який однаковий для всіх людей і який дійсно зцілює. І що у всіх «системах» є щось, що за сприятливих умов спонукає Закон Здоров'я до дії. Тобто ліки, маніпуляції, молитви, плани харчування, навіювання і гігієнічні практики виліковують щоразу, коли вони «вмикають» Закон Здоров'я, і зазнають невдачі щоразу, коли у них не виходить привести Його в дію. Хіба все це не вказує на те, що результати залежать від того, як пацієнт думає про препарат, а не від інгредієнтів у рецепті лікаря?

Існує стара історія, яка дуже добре ілюструє це питання. Кажуть, що в середні віки кістки святого, що зберігалися в одному з монастирів, творили чудеса зцілення. У певні дні величезний натовп страждущих збирався, щоб доторкнутися до мощів, і всі, хто це робив, зцілювались. Напередодні одного з таких днів блюзнірський негідник дістався до скриньки, де зберігались чудотворні реліквії, і вкрав кістки. Вранці, коли натовп, як зазвичай, вже очікував біля воріт, священнослужителі виявилися позбавленими джерела чудотворної сили. Вони вирішили зберегти все в таємниці, сподіваючись, що таким чином вони знайдуть злодія і повернуть свої скарби. Поквапившись до підвалу монастиря, вони відкопали кістки вбивці, який був похований там

багато років тому. Вони помістили його кістки у скриньку, вигадавши якесь правдоподібне пояснення нездатності святих мощей творити звичні чудеса у той день. Потім вони запустили натовп хворих і немічних, який вже чекав на дива. На подив тих, хто був посвячений у таємницю, кістки зловмисника виявилися такими ж ефективними, як і кістки святого. І зцілення вдалося, як і раніше. Кажуть, що один зі священнослужителів залишив записи про цю історію, в яких зізнався, що, на його думку, цілюща сила була весь час у самих людях, а зовсім не у кістках.

Незалежно від того, чи правдива ця історія, висновок, зроблений на її основі, стосується всіх ліків, які використовують всі медичні системи. Сила, яка Зцілює, знаходиться в самому пацієнті, і те, активізується вона чи ні, залежить зовсім не від використовуваних фізичних або психологічних методів, а від того, як пацієнт думає про дані йому приписи та ліки. Є Вселенський Закон Життя, як говорив Ісус, велика духовна Цілюща Сила. У самій людині є Закон Здоров'я, пов'язаний з цією Цілющою Силою. І Сила ця дримає або пробуджується в залежності від того, як думає людина. Людина завжди може пробудити її, думаючи Певним чином.

Ваше здоров'я не залежить від прийняття тієї

чи іншої системи лікування або ліків. Люди з однаковими недугами були зцілені різними системами і різними ліками. Це також не залежить і від клімату. Деякі люди здорові, а інші хворі у всіх кліматичних умовах. Це не залежить і від професії. Ну, хіба що тільки у випадку тих, хто працює в отруйних умовах. Здорові люди є у всіх заняттях і професіях. Ваше здоров'я залежить від того, чи будете ви мислити та діяти Певним чином.

Те, як людина думає про речі, визначається тим, *що* вона думає про них. Її думки визначаються її вірою, а результати залежать від того, як вона цю віру використовує. Якщо людина вірить в ефективність ліків і здатна застосувати цю віру до себе, то ліки, безумовно, допоможуть. Але навіть за наявності великої віри людина не одужає до тих пір, поки не застосує цю віру до себе. Багато хворих вірять в інших, але в себе не вірять. Таким чином, якщо людина вірить в систему лікування дієтами і застосовує цю віру до себе, вона виліковується. Якщо людина вірить в молитви та навіювання і застосовує цю віру до себе, вони вилікують її. Віра, застосована до себе самого, лікує. І незалежно від того, наскільки велика ваша віра або наскільки наполеглива ваша думка, вона не вилікує вас, якщо ви не застосуєте її до себе. Таким чином, Наука про те, як Бути Здоровим включає в себе два основні елементи: мислення і дії. Щоб

бути здоровим, недостатньо просто мислити Певним чином, потрібно ще застосувати це мислення до себе, а ще потрібно виражати і втілювати це мислення в своїй зовнішній діяльності.

ГЛАВА II

Основи віри

Перш ніж людина навчиться мислити Певним чином, що допоможе їй зцілюватись, вона повинна повірити в певні істини. А саме:

Всі речі зроблені з єдиної Живої Субстанції, яка в своєму первісному стані пронизує, проникає і заповнює всі частинки всесвіту. Всі видимі речі зроблені з Неї. Ця Субстанція в своєму первинному безформенному стані наповнює всі видимі форми, які Вона створила, і самовиражається через них. Її життя є у Всьому і її розум теж є у Всьому.

Ця Субстанція створює речі думкою, тобто Вона приймає форму того, про що думає. Думка про форму створює цю форму. Думка про рух викликає цей рух. Форми створюються цією субстанцією в результаті переміщення її в певні положення та позиції. Коли Первинна Субстанція бажає створити дану форму, воно думає про рухи, які створять цю форму. Коли вона бажає створити світ, вона думає про рухи, які створять світ. Це

може тривати століттями, але ці думки рухаються і досягають потрібної позиції, приймаючи форму світу. Коли вона бажає створити дуб, вона думає про послідовність рухів, яким, можливо, теж знадобляться століття, щоб прийняти в результаті форму дуба. Конкретні послідовності рухів, за допомогою яких повинні створюватися різні форми, були встановлені на самому початку часів, вони незмінні. Певні рухи, закладені в Безмежну Субстанцію, завжди будуть створювати певні форми.

Людське тіло сформовано з Первинної Субстанції і є результатом певних рухів, які спочатку існували у вигляді думок Первинної Субстанції. Рухи, які створюють, відновлюють і зцілюють тіло людини, називаються функціями, і ці функції діляться на два види: довільні і мимовільні. Мимовільні функції людини підкоряються Закону Здоров'я і працюють злагоджено і ідеально, поки людина мислить Певним чином. До цих функцій належать прийом їжі, пиття, дихання і сон. Вони повністю або частково перебувають під управлінням людської свідомості і по її волі будуть працювати злагоджено та ідеально. Якщо людина не виконує ці функції на благо свого здоров'я, то вона не зможе довго залишатися здоровою. Отже, ми бачимо, що якщо людина мислить Певним чином і таким же чином їсть, п'є, дихає і спить, вона

буде здоровою.

Мимовільні функції людського життя підконтрольні безпосередньо Закону Здоров'я, і допоки людина мислить, так би мовити, абсолютно здоровим чином, ці функції чудово працюють. Дія Закону Здоров'я багато в чому керується свідомою думкою людини, яка впливає на підсвідомість.

Людина — це генератор думок, тобто людина сама здатна створити первинну думку. Але людина не володіє усіма знаннями всесвіту, тому іноді робить помилки і мислить помилково. Не знаючи всього, вона може приймати брехню за істину. Людина починає думати про хворий стан і не нормальне функціонування, таким чином перекручуючи дію Закону Здоров'я та викликаючи цей хворий стан і не нормальне функціонування у власному тілі. У Первинній Субстанції містяться думки виключно про ідеальний рух, здорове функціонування і повне життя. Бог ніколи не думає про хвороби або недосконалість. Але протягом багатьох століть люди думали про хвороби, ненормальність, старість, смерть і неправильне функціонування, тож таке мислення частково стало спадщиною людської раси. Протягом багатьох поколінь наші предки дотримувалися ідей недосконалості людської форми і функцій, саме тому ми теж починаємо життя з думками про недосконалість і хвороби, які закладені у нашу

підсвідомість. Однак, все це протиприродно і не є частиною плану природи. Метою природи може бути тільки удосконалення життя. Це ми бачимо з самої природи життя. Природа життя — постійно просуватися до більш досконалого життя. Розвиток є неминучим результатом самого процесу життя. Зростання завжди є результатом активного життя. Все, що живе, має жити більше і довше. У насінини, що лежить у зерноскопищі, є життя, але сама насінина не жива. Покладіть її в ґрунт, і вона стане активною, відразу ж почне черпати силу з субстанції, яка її оточує, і приймати форму рослини. Це призведе до зростання і розвитку, з'явиться насіннєва голівка, яка містить тридцять, шістдесят, а може і сто нових насінин, кожне з яких буде мати стільки ж життя, скільки і перша насінина.

Життя, живучи, примножується.

Життя не може не розвиватися. Основний імпульс життя — жити. Саме у відповідь на цей фундаментальний імпульс Первинна Субстанція працює і творить. Бог повинен жити, він не може інакше, створюючи і примножуючи. Примножуючи форми, Він рухається далі, щоб жити більше.

Всесвіт — це Велике Життя, що Розвивається. Мета природи — це примноження і розвиток життя на шляху до досконалості, до ідеального функціонування. Мета природи — ідеальне

здоров'я.

Що стосується людини, тут мета Природи полягає в тому, щоб вона безперервно розвивалась, примножуючи життя, і прогресувала на шляху до досконалого життя. Людина повинна жити максимально повним життям у своїй нинішній сфері діяльності.

Так має бути так, тому що Те, що живе в людині, шукає більш повного життя.

Дайте маленькій дитині олівець і папір, і вона почне малювати грубі фігури. Це Те, що живе у ній, прагне проявити Себе у мистецтві. Дайте дитині набір кубиків, і вона намагатиметься щось побудувати. Це Те, що живе у ній, шукає вираження в архітектурі. Посадіть дитину за піаніно, і вона спробує зіграти мелодію. Це Те, що живе у ній, намагається самовиразитися у музиці. Те, що живе у людині, завжди прагне жити більше. І оскільки людина живе найбільше тоді, коли вона здорова, Закон Природи в ній прагне і шукає тільки здоров'я. Природний стан людини — це стан повного здоров'я, і все в ній і в природі прагне здоров'я.

Хворобі не місце у думках Первинної Субстанції, оскільки вона за своєю природою постійно рухається до повного та досконалого життя, і, отже, до здоров'я. Людина, в думках Безмежної Субстанції, має прекрасне здоров'я. Хворобі, яка є ненормальною та збоченою

функцією організму, немає місця у думках Мислячого Щось, адже це означало б неправильний рух або рух у напрямку недосконалого життя.

Вищий Розум ніколи не думає про хвороби. Хвороба не була створена Богом або наслана Ним. Це повністю продукт окремої свідомості, продукт мислення людини. Бог, Безмежна Субстанція, не бачить хвороби, не думає про хвороби, не знає хвороби і не розпізнає хвороби. Хвороба визнається тільки думкою людини. Бог думає лише про здоров'я.

З усього вищесказаного ми бачимо, що здоров'я — це *факт*, це ІСТИНА в первинній субстанції, з якої ми всі прийшли у цей світ. А хвороба — це збій функціонування внаслідок неправильних думок людей минулого та сьогодення. Якби людські думки про себе завжди були ідеальними і на благо здоров'я, людина завжди була б повністю здоровою.

Повністю здорова людина — це думка Первинної Субстанції. Нездорова людина — це результат поганих думок самої людини про своє здоров'я і нездатність виконувати довільні життєві функції на благо свого здоров'я. А зараз ми додамо в нашу «навчальну програму» основні істини Науки про те, як Бути Здоровим:

Існує Мисляча Субстанція, з якої зроблені всі речі, і яка в своєму первісному стані пронизує,

проникає і заповнює всі частинки всесвіту. Це життя Всього.

Думка про форму в цій Субстанції породжує форму, думка про рух породжує рух. По відношенню до людини думки цієї Субстанції завжди спрямовані на ідеальне функціонування і міцне здоров'я.

Людина — це центр мислення, здатний породжувати первинні думки. Її думка має владу над її власним функціонуванням. Породжуючи погані, не ідеальні думки, вона спричиняє не ідеальне і погане функціонування свого організму. А виконуючи довільні життєві функції відповідним чином, вона провокує появу хвороби.

Якщо людина буде думати тільки про міцне здоров'я, воно таким і буде. Вся Сила Життя буде прикладена, щоб допомогти їй у цьому. Але цього не станеться, допоки людина не навчиться виконувати зовнішні, або іншими словами, довільні, функції на благо свого здоров'я.

Перший крок — це навчитися думати про ідеальне, міцне здоров'я. Другий крок — навчитися їсти, пити, дихати і спати абсолютно здоровим чином. Якщо людина зробить ці два кроки, вона обов'язково одужає і буде й надалі залишатися здоровою.

ГЛАВА III

Життя та його організми

У тілі людини постійно циркулює енергія, яка оновлює його, коли він виснажений, яка очищає його від шлаків або отруйних речовин, і яка відновлює тіло у разі травми або «несправності». Цю енергію ми називаємо життям. Життя не створюється всередині тіла. Це вона створює тіло.

Насіння, яке роками зберігалось в зерноскопищі, почне рости, якщо його посадити у ґрунт, і перетвориться на рослину. Зростання рослини не породжує життя. Це життя змушує рослину рости.

Виконання функції не викликає життя. Це життя викликає виконання функції. Спочатку йде життя, потім вже функція.

Це життя визначає відмінність між органічною та неорганічною матерією. Життя не народжується після появи цієї матерії.

Життя — це закон, це сила, яка викликає формування, «будує» організми.

Це закон, це сила, притаманна Первинній Субстанції. Все життя це Єдине ціле.

Цей Життєвий Закон Всього є Законом Здоров'я і для людини. Він починає свою творчу дію кожного разу, коли людина мислить Певним чином. Тому той, хто мислить таким Певним чином, безсумнівно, буде мати ідеальне здоров'я,

якщо те, як він діє в реальності буде відповідати його думкам. Це дуже важливий момент, тому що людині не варто сподіватися на те, що в неї буде міцне здоров'я, якщо вона їстиме, питиме, дихатиме і спатиме як хвора людина.

Таким чином, вселенський Закон Життя — це Закон Здоров'я людини. І він єдиний з Первинною Субстанцією. Існує єдина Первинна Субстанція, з якої зроблені всі речі. Ця Субстанція жива, її життя — це Закон Життя всесвіту. Ця Субстанція створила з себе всі форми органічного життя, думаючи про них або думаючи про рухи та функції, які їх створюють.

Первинна Субстанція думає тільки про здоров'я, тому що їй відомі всі істини. Немає істини, яка не відома Безмежній Субстанції. Вона є Все, і вона є в усьому. Вона не тільки знає всю правду, але і володіє всією силою. Її життєва сила є джерелом всієї існуючої енергії. Вона — це свідоме життя, яке знає всю правду і яке володіє всією силою. Вона не може збитися з курсу або виконати функцію не ідеально. Знаючи все, вона знає занадто багато, щоб допуститися помилки, і тому Безмежна Субстанція не може бути хворою або думати про хворобу.

Людина є однією з форм цієї Первинної Субстанції і має свою власну свідомість. Але її свідомість обмежена і тому не досконала. Через

своє обмежене знання людина може мислити неправильно, чим викликає неправильне функціонування у своєму власному тілі. У людини немає такої кількості знань, щоб завжди уникати помилок. Хворобливе або неправильне функціонування організму може наступити не відразу ж після поганих і неправильних думок, але це обов'язково трапиться, якщо такі думки стануть звичними. Будь-яка думка, яку людина постійно тримає у своїй свідомості, прагне до встановлення відповідного стану в її тілі. Окрім того, така людина не виконує довільні функції свого життя на благо свого здоров'я. Вона не знає, коли, що і як їсти, вона мало знає про правильне дихання і ще менше про здоровий сон. Вона робить все це неправильно і в неправильних умовах. А все це тому, що вона знехтувала єдиною вірною шляхом до пізнання життя. Вона намагалася жити згідно логіки, а не згідно інстинкту. Для неї життя було наче якесь хитромудре мистецтво, а не поклик природи. І в цьому її помилка.

Її єдині ліки — ступити на правильний шлях, поки не пізно. І це вона, безумовно, може зробити. Завдання цієї книги — показати всю правду, щоб людина, яка її читає, отримала достатньо знань, щоб не допускати помилок.

Думки про хвороби породжують форми хвороби. Людина повинна навчитися думати про

здоров'я. І, будучи частиною Первинної Субстанції, яка приймає ту форму, про яку думає, людина стане формою здоров'я і проявить ідеальне здоров'я у всіх своїх функціях. Люди, які зцілилися дотиком до кісток святого, дійсно зцілилися. Але це сталося через те, що вони думали Певним чином, а не через силу, яка йшла від мощей. У кістках мертвих немає цілющої сили, чиї б вони не були, святого чи грішника.

Люди, які були зцілені ліками аллопата або гомеопата, також були зцілені, думаючи Певним чином. Немає таких ліків, які б могли зцілити хворобу.

Люди, які були зцілені молитвами і навіюваннями, також були зцілені, думаючи Певним чином. Немає цілющої сили в рядках слів.

Всі хворі, які були зцілені якоюсь «системою», думали Певним чином. І невеличкий експеримент покаже вам, що я маю на увазі.

Уся справа у двох елементах — це Віра і Її Застосування до Себе.

Люди, які торкалися кісток святого, мали віру. І настільки великою була їхня віра, що в той момент, коли вони торкались реліквій, вони розривали СВІЙ МЕНТАЛЬНИЙ ЗВ'ЯЗОК З ХВОРОБОЮ І ПОДУМКИ ОБ'ЄДНУВАЛИСЯ ЗІ ЗДОРОВ'ЯМ.

Ця зміна мислення супроводжувалась

інтенсивним і щирим ПОЧУТТЯМ, яке проникало в глибини їхніх душ і, таким чином, запускало Закон Здоров'я у дію. Вони вірили і стверджували, що зцілилися або «отримали» здоров'я. І будучи сповненими віри у це, вони припиняли думати про себе в зв'язку з хворобами і думали про себе тільки в зв'язку зі здоров'ям.

Ось дві основні складові мислення Певним чином, які допоможуть вам стати здоровим: по-перше, вірити, що ви знайдете здоров'я, і, по-друге, відкинути всі думки, пов'язані з хворобою і налаштуватися на думки тільки про здоров'я. Те, що ми створюємо подумки, отримує фізичне втілення. І те, з чим ми об'єднуємося подумки, ми об'єднуємося і фізично. Якщо ваша думка завжди пов'язує вас з хворобою, тоді ваша думка стає силою, що викликає хворобу всередині вас. А якщо ваша думка завжди пов'язує вас із здоров'ям, тоді ваша думка стає силою, яка спрямована на підтримку вашого здоров'я.

У випадку людей, яких лікували за допомогою ліків, результат здобувався таким же чином. Вони свідомо чи несвідомо вірили в дію засобів, що змушувало їх розривати ментальний зв'язок з хворобою і налагоджувати такий зв'язок зі здоров'ям. Віра може бути несвідомою. Ми можемо мати підсвідому або вроджену віру в такі речі, як медицина, але зовні не виявляти цієї віри. І цієї

підсвідомої віри може бути цілком достатньо, щоб запустити в дію Закон Здоров'я з його живильною енергією. Багато людей, у яких мало свідомої віри, зцілюються саме таким чином. У той час як існує багато інших, наділених великою вірою в ліки, проте вони не зцілюються, адже не застосовують цю віру до себе самих. Їх віра залишається узагальненою, вони не застосовують її для своїх власних випадків.

У науці про те, як бути здоровим ми повинні розглянути два основних моменти: по-перше, як мислити з вірою, і, по-друге, як застосовувати цю думку до себе так, щоб запустити в дію Закон Здоров'я з його живильною енергією. Почнемо з вивчення питання «Про що Думати?».

ГЛАВА IV

Про що думати?

Щоб розірвати всі ментальні зв'язки з хворобою, ви повинні налагодити ментальні зв'язки зі здоров'ям, роблячи увесь процес позитивним, а не негативним, таким, який несе прийняття, а не відмову та заперечення. Ви повинні приймати здоров'я, а не просто відмовлятися і заперечувати хворобу. Заперечення хвороби майже нічого не дає. Марно виганяти диявола і залишати будинок порожнім, тому що на його місце може прийти

хтось ще гірший. Коли ви будете міцний і постійний ментальний зв'язок зі здоров'ям, вам необхідно розірвати зв'язок з хворобами. Таким чином, перший крок у науці про те, як бути здоровим, полягає в тому, щоб утворити міцний ментальний зв'язок зі здоров'ям.

Найкращий спосіб зробити це — сформувати уявлення про себе як про здорову людину, уявити ідеально сильне і здорове тіло. На такі роздуми може піти чимало часу, але це має стати вашою звичною думкою.

Але все це не так просто, як здається. Може знадобитися чимало часу для такої медитації, бо не у всіх людей добре розвинена здатність до візуалізації, щоб сформувати чітку уявну картину себе в ідеально здоровому тілі. Набагато легше, як це було описано в моїй книзі «Наука про те, як стати багатим», сформувати уявний образ того, що ви хочете отримати, тому що ви вже бачили ці речі або їх аналоги і знаєте, як вони виглядають. Ви можемо легко відновити їх у пам'яті. Але, можливо, ви ніколи не бачили себе в ідеальному тілі, тому вам може бути важко сформувати цей уявний образ *чітко і ясно*.

Однак немає необхідності аж занадто детально все уявляти. Найголовніше, це сформувати КОНЦЕПЦІЮ досконалого здоров'я і співвіднести себе з нею. Ця Концепція Здоров'я не є

ментальним зображенням якоїсь конкретної речі. Це, скоріше, розуміння здоров'я як такого, яке несе в собі ідею ідеального функціонування в кожній частині тіла.

Ви можете спробувати уявити себе ідеальним у фізичному плані, це допоможе. І ви **ПОВИННІ думати, що робите все так, як це робить сильна і здорова людина.** Ви можете уявити, як ви бадьоро крокуєте вулицею. Ви можете уявити, як ви легко виконуєте свої завдання на роботі, ніколи не втомлюєтесь і не відчуваєте слабкості. Ви можете уявити собі, як все це робить людина, сповнена здоров'я і сили, і цією людиною будете ви, ви головний герой цієї картини. Ніколи не думайте про те, як слабкі або хворі люди щось роблять. Завжди думайте про те, як сильні люди щось роблять. Проводьте вільний час, розмірковуючи про Шлях Сили, поки це не стане повсякденним мисленням. Завжди думайте про себе як про того, хто Робить Все, володіючи Силою. Ось що я маю на увазі, кажучи про Концепцію Здоров'я.

Щоб досягти ідеального функціонування кожної частини тіла, людині не потрібно вивчати анатомію чи фізіологію, щоб сформуванати уявний образ кожного окремого органу і звернутися до нього. Не потрібно «лікувати» свою печінку, нирки, шлунок чи серце. Для людини існує єдиний Закон Здоров'я, який контролює всі мимовільні функції її

життя. Думка про ідеальне здоров'я, втілена в цьому Законі, досягне кожної частини тіла і органу. Печінка людини не контролюється якимось окремим законом печінки, шлунок — законом травлення і т. д. Закон Здоров'я Єдиний для всього.

Чим менше ви заглиблюєтесь у вивчення фізіології, тим краще для вас. Наше знання цієї науки дуже недосконале і веде до недосконалого мислення. Недосконала думка викликає недосконале функціонування, тобто хворобу. Дозвольте мені проілюструвати: до недавнього часу фізіологія вважала, що людина може прожити без їжі максимум 10 днів. Вважалося, що тільки у виняткових випадках людина може вижити, не вживаючи їжу довше. Таким чином, поширювалася думка, що той, хто позбавлений їжі, повинен померти через п'ять-десять днів. І багато людей, у яких не було можливості здобути їжу в результаті корабельної аварії, нещасного випадку або голоду, помирили в цей період. Але виступи доктора Таннера, який голодував сорок днів, праці доктора Дьюї та інших на тему голодування, а також експерименти величезної кількості людей, які голодували по 40–60 днів, показали, що людина здатна прожити без їжі значно довше, ніж вважалося. Будь-яка людина, за умов належної підготовки, може голодувати від двадцяти до сорока днів з невеликою втратою ваги, а часто і без

видимої втрати сил взагалі. Люди, які померли від голоду через десять днів або менше, зробили це, тому що вважали, що смерть неминуча. Помилкова версія фізіології дала їм неправильне уявлення про свої можливості. Людина, позбавлена їжі, помре через 10–50 днів, в залежності від того, як вона підготовлена до цього. Або, іншими словами, в залежності від того, як вона думає про це. Отже, ви бачите, що помилкова версія фізіології може призвести до дуже печальних результатів.

Ніяка наука про здоров'я не може бути заснована на сучасній фізіології, тому що її постулати не зовсім точні. З усією її претензійністю, вона несе досить мало знань про внутрішні процеси і роботу організму. Їй невідомо, як перетравлюється їжа. Їй невідомо, яку роль відіграє їжа, якщо взагалі відіграє, у розвитку сили. Їй точно невідомо, для чого призначені печінка, селезінка і підшлункова залоза, або яку роль їх секрети грають в засвоєнні поживних речовин. За всіма цими та більшістю інших пунктів ми теоретизуємо, але насправді точно нічого не знаємо. Коли людина починає вивчати фізіологію, вона занурюється у теорії та розмірковування. Їй доводиться стикатися з суперечливими думками і обирати між ними, і в результаті формувати хибні уявлення про себе. Ці помилкові ідеї призводять до неправильних думок, які в свою чергу призводять

до поганого функціонування організму і виникнення хвороб. Найкраще, що могли б зробити знання фізіології для людини — це дати їй можливість думати тільки про ідеальне здоров'я і правильно харчуватися, пити, дихати і спати. А це, як ми покажемо далі, людина може робити, навіть не вивчаючи фізіологію.

Тут здебільшого просто необхідно дотримуватися деяких правил догляду за собою та гігієни. Є певні фундаментальні моменти, які треба знати. Про них ми розповімо в наступних розділах. Але крім цих моментів, на інші постулати фізіології і правила гігієни не звертайте уваги, адже вони заповнюють ваш розум думками про недосконалі стани, а такі думки будуть створювати недосконалі стани у вашому власному тілі. Ви не повинні вивчати «науку», яка визнає хворобу як таку, ви повинні будувати своє мислення тільки на думках про здоров'я.

Відкиньте всі дослідження, що стосуються вашого нинішнього стану, його причин або можливих результатів, і почніть формувати свою концепцію здоров'я.

Подумайте про здоров'я і його можливості. Про роботу, яка може бути виконана при його наявності, про задоволення, які дарує ідеальне здоров'я. Потім зробіть цю концепцію вашим наріжним каменем, застосуєте її до себе. Одразу ж

відкидайте будь-яку думку, яка не гармонує з цією концепцією. Коли у вас з'являється думка про хворобу або недосконале функціонування, негайно відкидайте її, замінюючи думкою, яка знаходиться в гармонії з Концепцією Здоров'я.

Завжди думайте про себе в контексті реалізації цієї концепції. Думайте про себе як про сильного і абсолютно здорового персонажа своїх уявних картин і не допускайте протилежних думок.

ЗНАЙТЕ, що коли ви думаєте про себе в контексті цієї концепції, Первинна Субстанція, яка проникає і наповнює тканини вашого тіла, приймає форму відповідно до ваших думок. І знайте, що ця Розумна Субстанція або її розум викличе виконання функцій таким чином, що ваше тіло буде відновлено з абсолютно здоровими клітинами.

Розумна Субстанція, з якої зроблені всі речі, проникає і наповнює абсолютно все. Це стосується і вашого тіла. Вона рухається у відповідності зі своїми думками. Тому, якщо всі ваші думки направлені лише на абсолютно здорове функціонування вашого тіла, ваш організм буде функціонувати саме так.

Завзято дотримуйтеся думки про своє ідеальне здоров'я, не дозволяйте собі думати інакше. Дотримуйтеся цього мислення з твердою вірою, що це факт, що це правда. Все це стосується вашого «ментального» тіла. Так, так, у вас є ментальне тіло

і фізичне тіло. Ментальне тіло приймає таку форму, про яку ви думаєте по відношенню до себе, і будь-яка ваша думка стає відчутною і видимою завдяки перетворенню вашого фізичного тіла у створений вами ментальний образ. Думка про ідеальне функціонування у ментальному тілі свого часу призведе до ідеального функціонування у фізичному тілі.

Перетворення фізичного тіла за образом ідеального ментального тіла не відбувається миттєво. Ми не можемо відразу змінити на краще наші фізичні тіла силою волі, як це робив Ісус. У створенні та відтворенні форм Субстанція рухається за встановленими лініями зростання, тому здорове тіло створюється поступово, клітина за клітиною. Якщо плекати тільки думки про ідеальне здоров'я, це призведе до ідеального функціонування рухів Субстанції. А це ідеальне функціонування з часом дасть вам абсолютно здорове тіло. Загалом, цей розділ можна підсумувати і викласти у вигляді такої навчальної програми:

Ваше фізичне тіло пронизане і наповнене Розумною Субстанцією, яка формує тіло з розумового матеріалу. Цей матеріал контролює функціонування вашого фізичного тіла. Думка про хвороби або про недосконале функціонування тіла, впливаючи на розумовий матеріал, викликає

хворобу або недосконале функціонування в фізичному тілі. Якщо ви хворі, це тому що неправильні думки вплинули на розумовий матеріал. Це могли бути ваші власні думки або думки ваших батьків. Ми починаємо життя з багатьох підсвідомих переконань, як правильних, так і неправильних. Але закладена природою властивість всесвітнього розуму направлена на здоров'я, і якщо в свідомості немає інших думок, окрім як про здоров'я, все внутрішнє функціонування буде здійснюватися абсолютно здоровим чином.

Сили Природи всередині вас достатньо, щоб подолати всі спадкові переконання, і якщо ви навчитеся контролювати свої думки, думаючи тільки про здоров'я, якщо ви будете виконувати довільні життєві функції абсолютно здоровим чином, іншими словами, на благо свого здоров'я, ви, звичайно ж, зможете бути здоровими.

ГЛАВА V

Віра

Законом Здоров'я керує віра. Ніщо інше не може привести його в дію, і тільки віра може допомогти вам співвіднести себе зі здоров'ям і розірвати зв'язок з хворобами у своїх думках.

Ви будете продовжувати думати про хвороби, якщо не будете вірити в здоров'я. Якщо у вас немає

віри, вас починають долати сумніви. Якщо вас починають долати сумніви, ви починаєте боятися. А якщо ви боїтеся, то будете співвідносити з собою в розумі те, чого боїтеся.

Якщо ви боїтеся хвороби, ви будете думати про себе у зв'язку з хворобою. І це створить всередині вас форму і рух захворювання. Подібно до того, як Первинна Субстанція створює з себе форми своїх думок, так і ваше ментальне тіло, яке теж є первинною субстанцією, приймає форму і рух всього, про що ви думаєте. Якщо ви боїтеся хвороби або ж сумніваєтеся, чи хвороба обмине вас стороною, або навіть просто замислюєтесь про хворобу, таким чином ви пов'яжете себе з нею і створюєте її форми і рух всередині себе.

Дозвольте мені трохи розвинути цю тему. Потенціал або творча сила думки *дається їй вірою, яка в ній міститься*.

Думки, в яких немає віри, не створюють ніяких форм.

Безмежна Субстанція, якій відома вся істина і тому все, про що вона думає, істинно, має тверду віру в кожную думку, тому що кожна її думка істинна. І тому всі її думки мають творчу силу.

Але якщо ви уявите думку в Безмежній Субстанції, в якій немає віри, ви побачите, що така думка не може змусити Субстанцію рухатися або приймати форму.

Запам'ятайте, що лише ті думки, які зачаті в вірі, мають творчу енергію. Тільки ті думки, в яких міститься віра, здатні змінити функціонування тіла і привести в дію Закон Здоров'я.

Якщо ви не вірите в здоров'я, ви напевно будете вірити в хворобу. Якщо ви не вірите в здоров'я, вам не варто думати про здоров'я, тому що ваші думки не матимуть потенціал і не призведуть до змін в стані вашого здоров'я. Я повторюю, якщо ви не вірите в здоров'я, у вас буде віра в хворобу. І навіть якщо за таких умов ви будете думати про здоров'я по десяти годин у день, а про хворобу лише кілька хвилин, думка про хворобу все одно буде контролювати ваш стан, тому що вона матиме силу віри, а думка про здоров'я — ні. Ваше ментальне тіло прийме форму і рух хвороби і збереже їх, тому що ваша думка про здоров'я не матиме достатньої динамічної сили, щоб змінити цю форму або рух.

Щоб практикувати Науку про те, як Бути Здоровим, ви повинні повністю вірити в здоров'я.

Віра починається з довіри. І тепер ми підходимо до питання: *чому вам потрібно довіряти, щоб повірити в здоров'я?*

Ви повинні довіряти тому твердженню, що у вас і у вашому оточенні більше сили здоров'я, ніж сили хвороби. І ви не можете не вірити цьому, якщо ви врахуєте факти. Ось ці факти:

Є Мисляча Субстанція, з якої зроблені всі речі, і яка в своєму первісному стані пронизує, проникає і заповнює всі частинки всесвіту. Це життя Всього.

Думка про форму в цій Субстанції породжує форму, думка про рух породжує рух. По відношенню до людини думки Субстанції завжди спрямовані на ідеальне функціонування і міцне здоров'я. Ця Субстанція завжди впливає на здоров'я людини, як зсередини, так і ззовні.

Людина — це центр мислення, здатний до первинного зародження думки. У людини є ментальне тіло, що складається з Первинної Субстанції, яка пронизує також і фізичне тіло. Функціонування фізичного тіла визначається ВІРОЮ, яка закладена в ментальне тіло. Якщо людина думає про здоров'я маючи віру в це, то внутрішні функції організму будуть працювати правильним і здоровим чином, але тільки за умови, якщо людина буде виконувати і зовнішні функції відповідним чином. Але якщо людина сповнена вірою в хворобу або силу хвороби, то і всередині її починає функціонувати хвороба.

Первинна Розумна Субстанція є в людині і рухається вона у напрямку до здоров'я. Цей рух оточує її з усіх боків. Людина живе, рухається і перебуває в безмежному океані енергії здоров'я і використовує її відповідно до своєї віри. Якщо

людина застосовує віру до себе, вона стає повністю в її розпорядженні. Якщо людина об'єднує себе з цією енергією за допомогою беззаперечної віри, вона не може не віднайти здоров'я, оскільки сила Субстанції — це вся сила всесвіту, яка взагалі існує.

Довіра, яку ви вкладаєте у вищенаведені твердження, і стане основою вашої віри у здоров'я. Якщо ви вірите їм, то ви вірите і в те, що здоров'я — це природний стан людини і що людина живе в умовах загального здоров'я, що вся сила природи спрямована для здоров'я, і що здоровими можуть бути всі, і, без сумніву, ви самі. Ви будете вірити, що сила здоров'я у всесвіті у десятки тисяч разів перевищує силу хвороби. І що насправді, хвороба взагалі не має ніякої сили, а є лише результатом збоченої думки і віри. Якщо ви вірите, що можете бути здоровим і що це безсумнівно так і буде, якщо ви точно знаєте, що робити, щоб цього досягти, ви будете вірити у здоров'я. У вас буде ця віра і знання, якщо ви уважно прочитаете цю книгу і зважитесь довіряти їй і застосовувати її на практиці.

Тут справа не просто у наявності віри, вся суть у тому, щоб застосовувати цю віру до себе самого, саме це приносить зцілення. Спочатку ви повинні заявити про свій намір бути здоровим, сформулювати своє уявлення про здоров'я і, наскільки це можливо, про себе як про абсолютно

здорову людину. І потім, сповнені вірою, ви повинні заявити, що ви реалізуєте цю концепцію.

Не стверджуйте, сповнені вірою, що ви будете здорові, а стверджуйте, сповнені вірою, що ви ВЖЕ здорові.

Віра у здоров'я і застосування цієї віри до себе означає віру в те, що ви здорові. *І перший крок у цьому напрямку — заявити про те, що це правда.*

Подумки дотримуйтеся тієї позиції, що ви здорові, не кажіть і не робіть нічого такого, що буде суперечити цій позиції. Ніколи не кажіть ні слова і навіть не допускайте думки, що ваш фізичний стан не відповідає фразі: «Я абсолютно здоровий». Коли ви ходите, робіть це бадьорим кроком, з розправленими плечима та піднятою головою. Слідкуйте за тим, щоб ваші фізичні дії завжди були такими, як у здорової людини. Якщо ви виявите, що повернулися у стан слабкості або хвороби, виправтеся негайно: спину прямо, думки про здоров'я і силу. Взагалі відмовтеся від думки про себе, як про не зовсім здорову людину.

Навчитися застосовувати віру до себе вам допоможе одна класна штука — можливо, це навіть найголовніша штука — вправа вдячності.

Кожного разу, коли ви думаєте про себе або про свій стан, дякуйте Великій Розумній Субстанції за те прекрасне здоров'я, яке у вас є.

Пам'ятайте, що, як вчив Еммануїл Сведенборг,

від Всевишнього йде безперервний потік життя, який отримують всі його творіння відповідно до їх форм, і людина також, згідно своєї віри. Бог постійно дарує нам здоров'я, і коли ви про це думаете, піднесіть свій розум з благоговінням до Нього і подякуйте, що вам було відкрито Істину і подаровано ідеальне здоров'я розуму й тіла. Будьте завжди вдячні та виявляйте цю подяку також і вербально.

Вдячність допоможе вам опанувати свої думки і контролювати їх.

Кожного разу, коли ваш розум відвідує думка про хворобу, негайно заявляйте про здоров'я та дякуйте Богові за прекрасне здоров'я, яке у вас є. Зробіть так, щоб у вашому розумі не було місця думкам про хворобу. Кожна думка, пов'язана якимось чином з поганим здоров'ям, небажана. Женіть геть такі думки, проголосіть, що ви здорові, і благоговійно подякуйте Богові за те, що це так. Незабаром «хворобливі» думки припинять вас відвідувати.

Вдячність має подвійний ефект. Вона зміцнює вашу власну віру і налагоджує тісні та гармонійні відносини із Всевишнім. Ви вірите, що є єдина Розумна Субстанція, з якої виходить все життя і вся сила. Ви вірите, що ви черпаете і своє власне життя з цієї Субстанції. Ви тісно пов'язані з Нею, відчуючи постійну вдячність. Легко здогадатися,

що чим ближче ви до Джерела Життя, тим легше ви можете отримувати від нього це життя. Також легко зрозуміти, що ваш зв'язок з Ним лежить у ментальній площині. Ми не можемо мати фізичні стосунки з Богом, тому що Бог — це ментальна субстанція, і ми теж є ментальною субстанцією. Ось чому наші відносини з Ним повинні бути на рівні розуму. Очевидно, що людина, яка відчуває глибоку і сердечну вдячність, буде жити в більш тісному контакті з Богом, ніж людина, яка ніколи не дивиться на Нього з вдячністю. Невдячний розум заперечує, що він взагалі щось отримує від Бога, і тому розриває свій зв'язок із Всевишнім. Вдячний розум завжди дивиться на Всевишнього і завжди відкритий для отримання дарів від нього. Тому він буде отримувати їх постійно.

Животворяща енергія Закону Здоров'я в людині йде від вселенського Закону Життя. Людина пов'язує себе з Законом Життя вірою в здоров'я і вдячністю за здоров'я, яке отримує.

Людина може розвивати в собі віру і вдячність, правильно застосовуючи свою волю.

ГЛАВА VI

Застосування Волі

У практиці Науки про те, як Бути Здоровим, сила волі не застосовується, щоб ви змушували себе

йти, коли насправді ви не в змозі йти, або робити щось, коли ви недостатньо фізично сильні, щоб зробити це. Ви не направляєте силу волі на своє фізичне тіло і не намагаєтесь нав'язати належне виконання внутрішньої функції організму силою волі.

Ви направляєте силу волі на свій розум і застосовуєте її для визначення того, у що вірити, що думати і на що звернути свою увагу.

Ніколи не застосовуйте свою волю до інших людей і речей, робіть це тільки по відношенню до себе. Але також не можна застосовувати волю до власного тіла. Єдине виправдане застосування волі полягає у визначенні того, на що ви повинні звернути свою увагу, і що ви будете думати про об'єкт своєї уваги.

Будь-яка віра починається з бажання (волі) вірити.

Ви не можете завжди миттєво вірити у те, у що хочете повірити. Але ви завжди можете побажати повірити в це. Ви хочете вірити в істину про здоров'я і ви можете зробити це. Твердження, які ви читали у цій книзі, є істиною про здоров'я і ви можете поБАЖАТИ, зВОЛІти повірити в них. Саме це повинно стати вашим першим кроком до набуття здоров'я.

Ось твердження, в які ви повинні зволіти повірити:

Існує Мисляча Субстанція, з якої зроблені всі речі, і від неї йде Закон Здоров'я для людини, це і є її життя.

Людина і сама є мислячою субстанцією, ментальним тілом, яке проникає в фізичне тіло, і від того, як людина мислить, залежить і функціонування її фізичного тіла.

Якщо людина буде думати тільки про ідеальне здоров'я, то внутрішнє і мимовільне функціонування її тіла буде працювати злагоджено, але за умови, що її зовнішнє і довільне функціонування і поведінка відповідатимуть її думкам.

Коли буде на те ваша воля і ви повірите цим твердженням, ви повинні почати діяти відповідно до них. Ви не можете довго зберігати віру, якщо не будете діяти за нею. Бажання повірити перетвориться у справжню віру лише тоді, коли ви почнете діяти відповідно до неї. Не сподівайтесь почати отримувати хоч якусь користь з віри, поки продовжуватимете діяти протилежним до неї чином. Ваша віра у здоров'я не протримається довго, якщо ви будете продовжувати поводитись як хвора людина. Адже якщо ви будете поводитись як хвора людина, ви будете і думати про себе як про хвору людину. А якщо ви будете думати про себе як про хвору людину, ви будете залишатися хворою людиною.

Перший крок до того, щоб почати зовні діяти як здорова людина — це почати діяти як здорова людина внутрішньо. Сформулюйте свою концепцію ідеального здоров'я і подумайте про ідеальне здоров'я, поки це не набуде для вас певний сенс. Уявіть собі, що ви робите те, що могла б зробити сильна і здорова людина, і вірте, що ви можете і будете робити це. Продовжуйте це до тих пір, поки у вас не сформується чітка **КОНЦЕПЦІЯ** про здоров'я і про те, що воно означає для вас. Коли я говорю тут про концепцію здоров'я, я маю на увазі таку концепцію, яка несе в собі ідею про те, як здорова людина виглядає і діє. Думайте про себе у зв'язку зі здоров'ям, поки не сформуєте уявлення про те, як ви будете жити, виглядати, діяти і робити щось як ідеально здорова людина. Думайте про себе у зв'язку зі здоров'ям, поки ви не сформуєте уявлення про те, що ви **ЗАВЖДИ** все робите як здорова людина. Робіть це до тих пір, поки до вас не прийде повне розуміння того, що здоров'я означає для вас. Як я вже говорив у попередньому розділі, вам, можливо, не вдасться сформувати детальний і чіткий уявний образ себе з ідеальним здоров'ям, але, принаймні, ви повинні сформувати концепцію, як діє здорова людина і приміряти цю картинку до себе.

Сформууйте цю концепцію, а потім думайте тільки про ідеальне здоров'я по відношенню до себе

і, наскільки це можливо, по відношенню до інших. Коли у вас з'являється думка про хворобу, відкидайте її. Не дозволяйте їй проникнути у ваш розум. Не розвивайте і не розглядайте цю думку взагалі. Дайте їй відсіч, думаючи про здоров'я, думаючи, що ви здорові, і щиро дякуючи за здоров'я, яке ви отримуєте. Щоразу, коли вас накриє думками про хвороби і вам буде складно «залишатися на плаву», повертайтеся до вправи подяки. З'єднайте себе з Всевишнім, подякуйте Богу за чудове здоров'я, яке Він дає вам, і ви скоро побачите, що здатні контролювати свої думки і думати про те, про що хочете думати. В моменти сумнівів, випробувань і спокус вияв вдячності завжди є тим рятівним колом, яке не дозволить вам піти на дно відчаю. Пам'ятайте, що головне — це **РОЗІРВАТИ БУДЬ-ЯКИЙ ментальний зв'язок З ХВОРОБОЮ ТА НАЛАГОДИТИ ТАКИЙ ЗВ'ЯЗОК ЗІ ЗДОРОВ'ЯМ.** Це **КЛЮЧ** до всебічного ментального зцілення, в цьому вся справа. У цьому криється секрет величезного успіху релігійного вчення «Християнська наука», воно більше, ніж будь-яка інша сформульована система медичної практики, наполягає на тому, щоб її послідовники розірвали зв'язок із хворобами і повністю пов'язали себе зі здоров'ям. Цілюща сила «Християнської науки» полягає не в її богословній формі і не у запереченні матеріальних цінностей, а у тому, що

вона спонукає хворих ігнорувати хворобу як якусь нереальну річ і приймати здоров'я з вірою, що це і є реальність. І якщо її постулати приводять людей до невдачі, то це тільки тому, що люди, які практикують це вчення, хоча і думають Певним чином, але на ділі не їдять, не п'ють, не дихають і не сплять цим Певним чином.

Хоча у повторенні завчених рядків немає цілющої сили, все ж дуже зручно мати від рукою вже готові і сформульовані фрази, щоб можна було легко їх повторювати і використовувати в якості тверджень, коли ваше оточення підкидає вам несприятливі поради та думки. Коли оточуючі починають говорити про хвороби та смерть, закрийте вуха і подумки заявіть щось на кшталт такого:

Є Єдина Субстанція, я і є ця Субстанція.

Ця Субстанція вічна, вона — це Життя. Я — ця Субстанція, значить, Я — Вічне Життя.

Ця Субстанція не знає хвороб. Я — ця Субстанція, значить, і Я — Здоров'я.

Застосовуйте свою силу волі, щоб обирати лише ті думки, які є думками про здоров'я, організуйте своє оточення так, щоб воно направляло вам тільки думки про здоров'я. Позбавтеся від книг, картинок або інших речей, які розповідають або описують смерть, хворобу, каліцтво, слабкість або похилий вік, і залиште лише

ті, які несуть ідеї здоров'я, енергії, радості, життєвої сили і молодості. Коли ви стикаєтеся з книгою або чимось ще, що наводить на думку про хвороби, просто ігноруйте це. Відразу подумайте про свою концепцію здоров'я, про свою вдячність і промовте написані вище фрази. Використовуйте свою силу волі, щоб зосередити увагу на думках про здоров'я. У наступному розділі я знову торкнуся цього питання. Я хочу, щоб ви просто усвідомили, що ви повинні думати лише про здоров'я, визнавати лише здоров'я і приділяти увагу лише здоров'ю. І ви повинні контролювати свої думки і увагу, використовуючи силу своєї волі.

Не намагайтеся використовувати свою волю, щоб домогтися здорової роботи функцій організму всередині вас. Закон Здоров'я подбає про це, якщо ви будете звертати увагу тільки на думки про здоров'я.

Не намагайтеся застосувати свою волю до Безмежної Субстанції, щоб змусити Її дати вам більше життєвої сили і енергії. Вона вже надає всю міць, яка є у вашому розпорядженні.

Вам не потрібно застосовувати свою волю для подолання несприятливих умов або для придушення недружніх сил. Не існує ніяких недружніх сил, є тільки Одна Сила і ця сила дружелюбна до вас, це сила, яка діє на благо здоров'я.

Все у всесвіті хоче, щоб ви були здорові. Вам не потрібно нічого долати, окрім, хіба що, вашої власної звички думати про хвороби. І ви можете зробити це, лише сформувавши звичку думати про здоров'я, звичайно ж, Певним чином.

Людина може змусити всі внутрішні функції свого тіла працювати ідеально, постійно думаючи Певним чином і Певним чином виконуючи зовнішні функції.

Вона може мислити цим Певним чином, контролюючи свою увагу, і вона може контролювати свою увагу, використовуючи свою волю.

Вона може сама вирішувати, про що буде думати.

ГЛАВА VII

Здоров'я від Бога

Цю главу я присвячу поясненню, як людина може отримати здоров'я від Всевишнього. Під Всевишнім я маю на увазі Мислячу Субстанцію, з якої зроблені всі речі, яка є у всьому і наповнює все у пошуках більш повного вираження і більш повного життя. Це Розумна Субстанція, яка проникає в усі речі і знаходиться в контакті з усіма розумами. Вона — джерело всієї енергії і сили і становить «приплив» життя, про який говорив

Сведенборг, вона наповнює все життєвою енергією. Вона працює заради досягнення єдиної мети. І ця мета — розвиток життя для повного самовираження і прояву Розуму. Коли людина знаходить гармонію з цим Розумом, то отримує від нього здоров'я і мудрість. Якщо людина незмінно дотримується мети жити більш повним життям і мати всього в достатку, вона знаходить гармонію з цим Вищим Розумом.

Метою Вищого Розуму є Багате і Повне Життя для всіх. Мета цього Вищого Розуму щодо вас полягає в тому, щоб ви жили в достатку. Якщо ваша мета така ж, у вас налагоджений зв'язок із Всевишнім, ви працюєте з Ним, а він працює з вами. Але оскільки Вищий Розум є у всьому, *то перебуваючи в гармонії з ним, ви повинні знаходитися в гармонії і з усіма, і ви повинні бажати більш багатого життя для всіх так само, як бажаєте для себе.*

Ви отримуєте дві величезні переваги від гармонії з Вищим Розумом. По-перше, ви отримуєте мудрість. Під мудрістю я маю на увазі не стільки знання фактів, скільки здатність сприймати і розуміти ці факти, а також виражено і правильно робити висновки щодо всіх питань, які стосуються життя. Мудрість — це здатність сприймати істину і використовувати знання цієї істини найкращим чином. Мудрість — це вміння обирати відразу

кращу мету, а також кращі засоби для її досягнення. З мудрістю приходить рівновага і здатність мислити правильно, контролювати і направляти свої думки, а також уникати труднощів, які виникають в результаті неправильного мислення. З мудрістю ви зможете обирати правильні шляхи для задоволення ваших конкретних потреб і таким чином керувати своїми діями, щоб забезпечувати найкращі результати. Ви будете знати, як робити те, що ви хочете зробити. Ви можете легко побачити, що мудрість — це невід'ємний атрибут Вищого Розуму, оскільки Те, що знає всю істину, має бути мудрим. І ви також можете побачити, що по мірі того, як ви будете об'єднувати свій розум зі вселенським Розумом, вас буде наповнювати мудрість.

Але я повторюю, що оскільки цей Розум є Всім і у всьому, ви можете пізнати Його мудрість, лише віднайшовши гармонію з усім. Якщо у ваших бажаннях або у вашій меті є щось, що може пригнічувати або призвести до несправедливості по відношенню до кого-небудь або чого-небудь, або ж позбавити кого-небудь життя, вам не отримати мудрості від Всевишнього. Більш того, ваша мета вам самим повинна бути на благо.

Людина проживає життя, яке складається з трьох основних елементів: тіла, розуму і душі. Перше досягається задоволенням бажань поїсти, попити та інших речей, які дають приємні фізичні

відчуття. Друге дарує приємні відчуття розуму, такі як задоволення бажання пізнавати світ або ж прагнення носити гарний одяг, мати владу, славу і так далі. Третє досягається шляхом безкорисливої любові та альтруїзму. Людина живе наймудріше тоді, коли найдосконаліше функціонує за всіма трьома напрямками, без надмірностей ні в одному з них. Людина, яка живе по-свинськи, лише заради задоволення тваринних потреб тіла, нерозумна і не перебуває в гармонії з Богом. Людина, яка живе виключно заради задоволення свого інтелекту, нехай навіть її моральні якості задовільні, теж нерозумна і не перебуває в гармонії з Богом. Людина, яка живе виключно заради практики альтруїзму і губить своє життя заради інших, настільки ж нерозумна і так само далека від гармонії з Богом, як і ті, хто перегинають палицю в інших напрямках.

Щоб досягти повної гармонії зі Всевишнім, ви повинні прагнути ЖИТИ. Жити в міру своїх здібностей в тілі, розумі і душі. Це означає, що ви повинні жити, намагаючись по максимуму задовольнити всі три елементи — тіло, розум і душу — але без перебільшень. Надлишок в одному викликає дефіцит в інших. За вашим прагненням до здоров'я стоїть ваше прагнення до більш багатого життя, а за цим стоїть прагнення Безмежного Розуму жити більш повним життям у вас. Тому,

коли ви йдете по шляху набуття ідеального здоров'я, твердо дотримуйтеся мети жити повним життям, як у фізичному, так і у розумовому та духовному плані. Просувайтесь вперед і всіляко намагайтеся жити повним життям. Якщо ви дотримуетесь цієї мети, вам буде дана мудрість. «Хто прагне виконувати волю Отця, отримає ЗНАННЯ», — говорив Ісус. Мудрість — найбажаніший дар, який може отримати людина, тому що мудрість наділяє її здатністю керувати своїм життям самостійно.

Але мудрість — це не все, що ви можете отримати від Вищого Розуму. Ви можете отримати фізичну енергію і життєву силу. Енергія Безмежної Субстанції безмежна і пронизує все. Ви вже отримуєте цю енергію автоматично й інстинктивно, але ви можете отримувати її набагато більше, якщо почнете діяти розумно. Мірило сили людини — це не те, що Бог бажає дати йому, а те, що сама людина, за допомогою своєї волі і розуму, готова прийняти. Бог дає вам все, що є у Всесвіті. Вам залишається тільки вирішити, скільки взяти з цього необмеженого запасу.

Професор Джеймс зазначав, що, судячи з усього, немає меж людській силі. І це тому, що сила людини йде з невичерпного джерела Всевишнього. Бігун, який досяг стадії виснаження, коли його фізична сила здається повністю втраченою,

продовжуючи бігти Певним чином, може віднайти своє «друге дихання». Його сила оновлюється, здавалося б, чарівним чином, і він може продовжувати бігти нескінченно. І продовжуючи в тому ж дусі, він може отримати «третє, четверте і п'яте дихання». Ми не знаємо, де знаходиться межа або наскільки можливо її збільшити. Умови такі, що бігун повинен мати абсолютну віру в те, що сила прийде до нього, і що він повинен постійно думати про силу і мати повну впевненість у тому, що вона у нього є, і що він повинен продовжувати бігти. Якщо він допускає сумнів у своєму розумі, він падає ниць обезсилений. А якщо він припинить бігти, чекаючи приходу сили, вона ніколи не прийде до нього. Його віра в силу, його віра в те, що він може продовжувати бігти, його непохитна мета продовжувати бігти і його постійні дії пов'язують його з джерелом енергії таким чином, щоб дати йому новий запас сил.

Подібним чином хвора людина, яка беззастережно вірить у здоров'я, і чия мета підносить її до гармонії з джерелом життєвої сили, людина, яка виконує довільні функції життя Певним чином, отримує життєву енергію, достатню для задоволення всіх її потреб, а також для лікування всіх її недугів. Бог, який прагне жити і максимально самовиражатися в людині, з радістю дає їй все, що потрібно для найбагатшого життя.

Дія і реакція рівні, і якщо ви хочете жити більше і краще, якщо ви перебуваєте у ментальній гармонії зі Всевишнім, то сили, які створюють життя, починають концентруватися навколо вас і спрямовують свою дію на вас. Єдине Життя починає рухатися до вас і заповнює все ваше навколишнє середовище. І тоді, якщо ви, сповнені вірою, берете те, що дарує вам всесвіт, воно стає вашим навіки. «Просіть, що побажаєте, і дано вам буде» (Євангеліє від Іоанна 15:7). «Твій Отець дає Духа свого без будь-якого обмеження, він радий дарунками оточити тебе» (Євангеліє від Іоанна 3:34).

ГЛАВА VIII

Підсумуємо алгоритм Ментальних Дій

Дозвольте мені тепер підсумувати, що ж включають у себе ментальні дії і настанови, необхідні для практичного застосування Науки про те, як Бути Здоровим. По-перше, ви вірите в те, що існує Мисляча Субстанція, з якої зроблені всі речі і яка у своєму первинному стані проникає і заповнює всі частинки всесвіту. Ця Субстанція — Життя Всього і вона прагне більшої і кращої долі для всіх і всього. Це Закон Життя всесвіту і Закон Здоров'я людини.

Людина є формою цієї Субстанції і черпає з

неї свою життєву силу. Вона є ментальним тілом Первинної Субстанції, яке впливає на фізичне тіло. Думки ментального тіла керують функціонуванням фізичного тіла. Якщо людину наповнюють лише думки про ідеальне здоров'я, функції її фізичного тіла будуть виконуватися таким же чином, тобто ідеально і злагоджено.

Якщо ви свідомо встановили зв'язок зі Все-Здоров'ям, ви повинні прагнути жити повним життям на кожному етапі вашого існування. Ви повинні хотіти всього, що є в житті, для тіла, розуму і душі. Це приведе вас до гармонії з усім існуючим життям у всесвіті. Людина, яка перебуває у свідомій ментальній гармонії з Усім, отримує безперервний приплив життєвої сили з Вищого джерела Життя. Однак, цьому припливу перешкоджають злі, егоїстичні та суперечливі розумові настанови. Якщо ви відмовитеся від якогось з вищевказаних трьох елементів, розірветься зв'язок з усіма. Ви будете отримувати життєву силу, але лише інстинктивно й автоматично, щоб просто підтримувати життя, а не розумно і цілеспрямовано, щоб життя ваше було повним і багатим. Зрозумійте, якщо ви ментально принижуйте важливість будь-якої частини свого життя, ви не можете бути у повній гармонії з Цілим. Тому, як велів Ісус, примиріться з усіма і всім, перш ніж поклонятися чомусь.

Бажайте для всіх всього того, чого бажаєте для себе.

Рекомендую вам, шановні читачі, все ж прочитати те, про що я розповідав у своїй попередній книзі «Наука про те, як стати Багатим», а саме щодо суперницького та творчого стану розуму. По правді кажучи, я сумніваюся, чи може той, хто втратив здоров'я, повністю відновити його, керуючись суперницьким духом.

Налаштувавши свою свідомість на Творення і Добру Волю, вашим наступним кроком буде сформулювати уявлення про себе як про абсолютно здорову людину і позбутися думок, які не перебувають у повній гармонії з цією концепцією. ВІРТЕ, що якщо ви будете думати лише про здоров'я, то зміцните його і у своєму фізичному тілі. Використовуйте свою волю, щоб налаштуватися тільки на думки про здоров'я. Ніколи не думайте про себе як про хвору людину чи про ймовірність захворіти. Ніколи не думайте про хворобу в зв'язку з собою. І, наскільки це можливо, не думайте про хвороби, пов'язані з іншими. Оточіть себе якомога більшою кількістю речей, які налаштовують на силу і здоров'я.

Вірте в здоров'я і приймайте здоров'я як факт у вашому житті. Сприймайте здоров'я як благословення, дароване вам Вищим Життям, і будьте завжди глибоко вдячні. Стверджуйте, що

благословення дарує вам віра. Знайте, що це просто ваше, по-іншому і бути не може.

Використовуйте свою силу волі, щоб абстрагуватися від будь-якого прояву хвороби у собі та інших. Не вивчайте хвороби, не думайте про них і не розмовляйте про них. Завжди, коли думка про хворобу нав'язується вам, просто перейдіть на ментальну позицію молитовної вдячності за ваше міцне здоров'я.

Ментальні дії, необхідні для гарного самопочуття, тепер можна підсумувати в одному реченні: сформулюйте уявлення про своє ідеальне здоров'я і думайте лише в напрямку такої концепції.

Віра та вдячність, а також намір дійсно жити повним життям — ось необхідні інгредієнти рецепту здорового життя. Немає необхідності виконувати будь-які розумові вправи, за винятком випадків, описаних у главі VI, або робити виснажливі «трюки» у вигляді самонавіювань і тому подібне. Немає необхідності концентрувати увагу на «уражених частинах». Набагато краще не думати ні про яку частину себе як про «уражену». Немає необхідності «лікувати» себе самонавіюванням або щоб хтось вас «лікував». Сила, яка лікує — це Закон Здоров'я всередині вас, і щоб запустити цей Закон у дію, необхідно просто віднайти гармонію зі Всемогутнім, за допомогою своєї ВІРИ закликати Вселенське Здоров'я і

тримати з ним зв'язок до тих пір, поки воно фізично не проявиться у всіх функціях вашого тіла.

Однак для того, щоб зберігати цей ментальний стан віри, вдячності та здоров'я, ваші зовнішні дії теж повинні бути тільки на благо здоров'я. Ви не зможете довго підтримувати свій стан «здорової людини», якщо будете виконувати зовнішні дії «хворої людини». Важливо не тільки, щоб кожна ваша думка була думкою про здоров'я, але і щоб кожна ваша дія — дією здоров'я. Якщо кожна ваша думка буде про здоров'я, а кожна свідома дія дією здоров'я, то кожна внутрішня і несвідома функція стане здоровою. Вся сила життя постійно спрямована на здоров'я. Далі ми розглянемо, як ви можете зробити кожную вашу дію «здоровою».

ГЛАВА ІХ

Коли потрібно їсти?

Ви не можете створити собі абсолютно здорове тіло за допомогою одних тільки розумових дій або за допомогою одних тільки несвідомих або мимовільних функцій. Існують певні дії, більш-менш свідомі, які мають прямий і безпосередній зв'язок з продовженням самого життя. Це прийом їжі, пиття, дихання і сон. Незалежно від того, що думає або може думати людина, вона не може жити, якщо не їсть, не п'є, не

дихає і не спить. Окрім того, вона не може добре почуватися, якщо їсть, п'є, дихає і спить, так би мовити, неприродно або неправильно. Тому життєво важливо, щоб ви дізналися правильний спосіб виконання цих функцій. Що ж, я покажу вам, що й до чого, і, мабуть, почну з питання про їжу, яке є найбільш важливим.

Було багато суперечок про те, коли, що, як і скільки їсти. Але всі ці суперечки ні до чого, оскільки Правильний шлях дуже простий. Вам потрібно лише знати Закон, який регулює всі ці моменти, все рівно про що йде мова, про здоров'я, багатство, владу чи щастя. І цей закон говорить, що *ви повинні робити те, що ви можете зробити конкретно тут і зараз, при цьому здійснюючи кожну свою дію максимально злагоджено та ідеально, і вкладаючи всю свою силу віри в кожну дію.*

Процеси травлення і засвоєння їжі знаходяться під контролем так званого внутрішнього ментального відділу людини, який зазвичай називають «підсвідомим розумом». Я буду використовувати цей термін і далі, так що постарайтесь зрозуміти, що мається на увазі. «Підсвідомий розум» відповідає за всі функції і процеси життя. Коли організму потрібно більше їжі, він дізнається про це за відчуттям голоду. Тобто щоразу, коли організму потрібна їжа та її

можна використовувати, виникає відчуття голоду. Коли виникає відчуття голоду, це сигнал підсвідомості, що настав час їсти. Коли немає відчуття голоду, вживати їжу неприродно і неправильно, незалежно від того, наскільки великою **МОЖЕ ЗДАВАТИСЯ** потреба в їжі. Навіть якщо ви очевидно голодні, з сильним виснаженням, але у вас немає відчуття голоду, ви повинні знати, що **ПРИЙМАТИ ЇЖУ НЕ МОЖНА**, так як це буде неприродно і неправильно для вас. Нехай навіть ви не їли кілька днів, а то і тижнів або навіть місяць, якщо ви не відчуваєте голоду, будьте абсолютно впевнені, що їжу вживати не можна, і, вірогідно, якщо ви все ж спробуєте поїсти, організм просто не сприйме цю їжу. Щоразу, коли організму буде необхідна їжа, тобто у організму буде сила її перетравити і засвоїти, підсвідомий розум оголосить вам про це рішучим почуттям голоду. Їжу, спожиту за відсутності голоду, організм іноді все ж перетравлює і засвоює, тому що Природа іноді докладає особливих зусиль для виконання завдань, нав'язаних їй проти її волі. Але якщо регулярно їсти за відсутності відчуття голоду, травна система в результаті руйнується і це призводить до багатьох проблем.

Якщо вищевикладене вірно, а це, безперечно, так і є, то природній і «здоровий» час для прийому їжі — це коли ви дійсно голодні. Якщо людина не

голодна, їсти не неприродно і шкідливо для її здоров'я. Отже, ви бачите, що з наукової точки зору питання «Коли потрібно їсти?» вирішується досить легко. ЗАВЖДИ їжте, коли ви голодні, і НІКОЛИ не їжте, якщо ви не голодні. Так хоче природа, так хоче Бог.

Однак, потрібно розуміти різницю між голодом і апетитом. Голод — це заклик підсвідомості до того, щоб необхідно більше матеріалу для відновлення тіла, а також для підтримки внутрішнього тепла. Голод ніколи не відчувається, якщо немає необхідності в цьому матеріалі і якщо у організмі немає сил перетравити їжу, коли її вводять у шлунок. Апетит — це просто бажання задовольнити свої смакові рецептори. У п'яниці є апетит до алкоголю, але він не може відчувати до нього голоду. Нормально нагодована людина не може відчувати голод до цукерок і солодошів. Бажання їх скуштувати і є апетит. Ви не можете відчувати голод до чаю, кави, прянощів або до різних вишуканих страв вмілого кухаря. Якщо ви хочете цього, у вас говорить апетит, а не голод. Голод — це заклик природи до використання матеріалу для будівництва нових клітин, а природа ніколи не просить того, що не може бути раціонально використано для цієї мети.

Апетит часто залежить від звички. Якщо людина їсть або п'є у певний час і особливо якщо

вона вживає підсолоджені або пряні продукти, бажання поїсти або випити приходить регулярно в один і той самий час. Але це звичне прагнення до їжі ніколи не слід плутати з почуттям голоду. Голод не з'являється в зазначений час. Він приходить тільки тоді, коли робота або фізичні вправи витратили достатню кількість запасів організму, щоб зробити необхідним прийом нової «сировини».

Наприклад, якщо людина була достатньо нагодована напередодні, неможливо, щоб вона відчувала справжній голод одразу після сну на наступний день. Уві сні тіло заряджається життєвою силою і відбувається засвоєння їжі, яка була прийнята протягом попереднього дня. Тобто організм не потребує їжі відразу після сну, якщо тільки людина не лягла спати голодною. В системі прийому їжі все дуже раціонально і обгрунтовано, ніхто не може відчувати справжній голод прямо з самого ранку. Справжній голод не приходить одразу ж після здорового сну. Ранній сніданок завжди використовується для задоволення апетиту, а не для втамування голоду. Неважливо, хто ви або який ваш стан, незалежно від того, наскільки важко ви працюєте або наскільки ви втомилися, якщо ви не лягаєте спати голодним, на ранок ви не будете голодні.

Голод викликаний не сном, а роботою. І не має значення, хто ви або в якому ви стані, або

наскільки важка або легка ваша робота, так званий «план без сніданку» — це правильний план для вас. Це правильний план для всіх, тому що він заснований на вселенському законі, що голод ніколи не настане, поки ви його НЕ ЗАСЛУЖИТЕ.

Я знаю, що багато людей, які «насолоджуються» своїми сніданками, зі мною не погодяться. Для них сніданок — це їх «найкраща їжа». Вони вважають, що їх робота настільки важка, що вони не зможуть «протриматися до обіду натщесерце» і так далі. Але всі їхні аргументи зводяться до фактів. Вони насолоджуються сніданком так само, як алкоголік насолоджується ранкової чаркою, бо він задовольняє свій звичний апетит, а не тому, що він втамовує природну потребу організму. Це їх «найкраща їжа» з тієї ж причини, з якої його ранкова чарка — його найкращий напій. Загалом, вони МОЖУТЬ обійтися без цього, тому що мільйони людей незалежно від професій ЗОБОВ'ЯЗАНІ обходитися без цього, їм буде значно краще без цього. Якщо ви хочете жити у відповідності з Наукою про те, як Бути Здоровим, ви НІКОЛИ НЕ ПОВИННІ ЇСТИ, ПОКИ НЕ ЗАСЛУЖИТЕ СВОЄ ВІДЧУТТЯ ГОЛОДУ.

Але якщо я не буду їсти вранці, коли у мене повинен бути перший прийом їжі?

У дев'яноста дев'яти випадках зі ста 12 година дня це ідеальний час для першого прийому їжі. Це

взагалі найзручніший час. Якщо ви виконуєте важку роботу, до полудня у вас з'явиться відчуття голоду, достатнє для виправдання чималого обіду. А якщо ваша робота легка, ваше відчуття голоду, ймовірно, все одно буде достатнім для помірного перекусу. Найкраще загальне правило або закон — ваш перший прийом їжі повинен бути в полудень, якщо ви голодні. Якщо ви не голодні, почекайте, поки не зголоднієте.

Коли у мене повинен бути другий прийом їжі?

Його може і зовсім не бути, якщо тільки ви не голодні. І то, якщо це дійсно справжнє, заслужене відчуття голоду. Якщо ви вже дійсно зголодніли для другого прийому їжі, їжте в найбільш зручний для вас час. Але не їжте до тих пір, поки у вас не з'явиться дійсно заслужене почуття голоду. Читач, який хоче більш детально дізнатися про причини такого способу організації прийому їжі, знайде відповідь у книгах, згаданих у передмові до цієї книги. Однак з вищесказаного ви легко можете побачити, що Наука про те, як Бути Здоровим легко відповідає на питання: коли і як часто я повинен їсти? Відповідь: їжте, коли у вас є почуття голоду, і воно заслужене; і не їжте в будь-який інший час.

ГЛАВА X

Що потрібно їсти?

Сучасна медицина і правила гігієни не досягли прогресу у відповіді на питання: що треба їсти? Змагання між вегетаріанцями та м'ясоїдами, прихильниками приготовленої їжі та сироїдами, а також різними іншими «школами» теоретиків здаються нескінченними. З купи доказів і суперечок, накопичених «за» і «проти» кожної з теорій, зрозуміло, що якщо ми будемо покладатися на цих вчених, ми ніколи не дізнаємося, що ж є природною їжею для людини. Абстрагуючись від усієї цієї полеміки, давайте ми поставимо питання самій неньці-природі. І ми виявимо, що вона не залишила нас без відповіді.

Причиною більшості помилок деяких так званих «дієтологів» є неправильне уявлення про природний стан людини. Вони вважають, що цивілізація і розумовий розвиток є не природними речами, що людина, яка живе в сучасному будинку і працює у сучасній торгівлі або промисловості, веде неприродний спосіб життя і знаходиться в не природному середовищі. А ще вони вважають, що єдина «природна» людина — це голий дикун, і що чим далі ми відходимо у розвитку від цього дикуна, тим далі ми відходимо від природи. Це не вірно. Людина, яка використовує в своєму житті все, що може подарувати їй мистецтво і наука, живе найповнішим життям, тому що так вона задіює найбільш повно всі свої здібності. Житель добре

обладнаної міської квартири з сучасними зручностями і якісною вентиляцією веде більш природній спосіб життя, ніж дикун-абориген де-небудь у Австралії, який живе в якійсь халабуді чи землянці.

Той Великий Розум, який наповнює собою абсолютно все, насправді вже вирішив питання про те, що нам потрібно їсти. Він так все організував у природі, що їжа людини повинна відповідати зоні, в якій та живе. Жителям таких холодних регіонів як Крайня Північ Росії потрібні висококалорійні продукти. Їх життя не потребує великої мозкової активності і життя там не важке в плані навантаження на м'язи, тому ескімоси живуть в основному на жирах водних тварин. Ніяка інша дієта їм не підходить. Вони не змогли б добути фрукти, горіхи або овочі, навіть якщо були б здатні їх їсти та засвоювати. До того ж, вони не змогли б вижити на цих продуктах в такому кліматі. Таким чином, незважаючи на аргументи вегетаріанців, ескімоси і далі будуть жити на тваринних жирах.

З іншого боку, коли ми наближаємося до тропіків, висококалорійна їжа там менш необхідна. Там люди більш схильні до вегетаріанської дієти. Мільйони живуть на рисі та фруктах. А такий режим харчування, як в ескімоському селищі, приведе їх до швидкої смерті. «Природна» дієта для екваторіальних регіонів дуже далека від природної

дієти жителів Північного полюса. Жителі обох зон, якщо їм не будуть заважати медичні «вчені» і «дієтологи», будуть керуватися принципами Все-Розуму, який прагне до найповнішого життя всього, і щоб це «все» могло прогодувати себе найкращим чином для зміцнення свого здоров'я. Загалом очевидно, що Бог, працюючи над природою і над розвитком людського суспільства і звичаїв, вже відповів на питання щодо того, що ви повинні їсти. І я б радив прислухатися саме до Бога в цьому плані, а не до яких-небудь інших порад.

У зоні помірного клімату людина стикається з найбільшими вимогами в плані душі, розуму і тіла. Тут же ми знаходимо найбільшу різноманітність продуктів, запропонованих природою. І насправді абсолютно немає сенсу вести пусті балачки про те, що повинні їсти маси, тому що вибір очевидний, природа про все потурбувалась — люди повинні їсти продукти, які є основними продуктами зони, в якій вони живуть. Неможливо забезпечити всіх людей раціоном з горіхів і фруктів або сирої їжі, і той факт, що це неможливо, є доказом того, що це не та їжа, яка призначена тим людям природою. Природа створена для розвитку і примноження життя, тому і засоби для цього розвитку і примноження, тобто їжа, повинні бути доступні. Отже, на питання «Що мені потрібно їсти?» вам вже дано відповідь — їжте пшеницю, кукурудзу,

жито, овес, ячмінь, гречку, овочі, фрукти, м'ясо. Загалом, їжте те, що їдять люди у всьому світі, тому що в цьому питанні голос народу — це голос Бога. Вони, як правило, були, так би мовити, підведені до вибору певних продуктів харчування самою природою. І, як правило, сама природа веліла їм готувати ці продукти певними способами. Тому ви можете сміливо відштовхуватися від того, що в цілому у цих людей правильна їжа і готують вони її теж правильно. У цих питаннях людство перебувало під керівництвом Бога. Список продуктів загального споживання дуже довгий, і ви можете обирати з нього на свій смак. Якщо ви будете так робити, то ви виявите, що у вас є безпомилковий посібник з харчування, що і буде показано в наступних двох розділах.

Якщо ви будете їсти тільки тоді, коли дійсно **ЗАРОБИТЕ** своє відчуття голоду, вас не буде тягнути до не природної або нездорової їжі. Дроворуба, який безперервно розмахує сокирою з сьомої ранку до полудня, не тягне до збитих вершків й інших солодощів. Він хоче свинину і боби або біфштекс з картоплею, чи кукурудзяний хліб і капусту. Він просить прості страви. Запропонуйте йому кілька волоських горіхів і тарілку салату, і ви побачите його величезне обурення. Це не є природною їжею для робітника. І якщо це не є природною їжею для нього, то не є

такою і для будь-якої іншої людини. Адже почуття голоду, заслужене РОБОТОЮ — це єдино вірне почуття голоду, і для його угамування потрібні одні і ті ж матеріали, будь то дроворуб або банкір, чоловік, жінка або дитина.

Помилково вважати, що їжу потрібно ретельно вибирати в залежності від покликання людини. Це не правда, що лісорубу потрібна «важка» їжа, а бухгалтеру — «легка». Якщо ви бухгалтер або інший працівник розумової праці і не їсте до тих пір, поки не ЗАРОБИТЕ свій голод, ви захочете точно таку ж їжу, яку хоче дроворуб. Ваше тіло складається з тих же елементів, що і у дроворуба, і для «виготовлення» клітин потрібні ті ж матеріали. Навіщо тоді годувати когось шинкою, яйцями і кукурудзяним хлібом, а кого-то крекерами і тостами? Це правда, що у когось велика частина енергії витрачається з м'язів, а у когось з мозку і нервової тканини. Але вірно також і те, що в раціоні того ж дроворуба містяться всі необхідні елементи для мозку і нервів в набагато кращих пропорціях, ніж у більшості «легких» продуктів. Краща в світі робота мозку лягає на плечі трудяг. Найбільші мислителі світу незмінно жили на простій твердій їжі, як і всі люди.

Дайте бухгалтеру дочекатися свого заслуженого почуття голоду, перш ніж він щось з'їсть, і потім, якщо він захоче шинки, яєць і

кукурудзяного хліба, нехай він їсть їх. Але нехай він також пам'ятає, що йому потрібна чи не одна двадцята частина від кількості їжі, необхідної для дроворуба. Бо не сама калорійна їжа викликає розлад шлунку у працівника розумової праці, а те, що він з'їсть її так само багато, як працівник фізичної праці для відновлення сил. Нетравлення шлунка ніколи не виникне, якщо ви будете їсти, щоб втамувати голод. Але воно виникне, якщо ви будете їсти просто для того, щоб задовольнити свій апетит. Якщо ви будете харчуватися так, як описано в наступному розділі, ваш смак у їжі незабаром стане настільки природним, що ви ніколи не захочете нічого, що може мати якісь неприємні наслідки для вас. Ви сміливо можете відкинути всі тривоги, пов'язані з питанням що їсти, і просто їсти те, що ви хочете. Дійсно, це єдиний правильний шлях, особливо якщо всі ваші думки тільки про здоров'я. Просто ви реально не зможете присвятити всі свої думки здоров'ю, поки будете постійно сумніватися, чи правильні продукти ви вживаєте.

«Не думай про те, що їсти тобі доведеться», — казав Ісус і казав мудро. Продукти, які можна знайти на столі будь-якої звичайної сім'ї середнього або робітничого класу, будуть відмінно жити ваше тіло, якщо ви будете харчуватися в потрібний час і правильним чином. Якщо хочете м'яса, їжте його. Якщо не хочете, не їжте, але не думайте при

цьому, що ви повинні знайти йому якийсь особливий замінник. Ви можете чудово харчуватися тим, що залишиться на столі, якщо з нього прибрати м'ясні страви.

Не потрібно турбуватися через «різноманітність» дієти, щоб в неї входили всі необхідні елементи. Китайці та індуси мають дуже міцні тіла і відмінні мізки, дотримуючись раціону, що складається буквально з декількох видів страв, причому левову частку їх раціону складає рис. Фізично і розумово міцний шотландець харчується вівсяними коржиками, дебелий ірландець з блискучим розумом харчується картоплею та свининою. Зерно пшениці містить практично всі необхідні елементи для живлення мозку і тіла. А ще людина може спокійно жити на монодієті зі звичайної квасолі.

Отже, сформулюйте для себе концепцію ідеального здоров'я і тримайтеся її, нехай ваші думки будуть лише про здоров'я.

НІКОЛИ не їжте, поки не **ЗАРОБИТЕ** своє **ВІДЧУТТЯ ГОЛОДУ**. Пам'ятайте, що побути деякий час голодним вам не зашкодить, але вам напевно зашкодить, якщо ви будете їсти, не будучи голодним.

Не думайте про те, що ви повинні або не повинні їсти, а просто їжте те, що стоїть перед вами, вибираючи те, що вам найбільш до смаку.

Іншими словами, їжте те, що ви хочете. Результат буде відмінним, якщо ви будете харчуватися правильно. А як це робити, буде розказано в наступному розділі.

ГЛАВА XI

Як треба їсти?

Це встановлений факт, що природою закладено, що людина має пережовувати свою їжу. Є звичайно такі диваки, які стверджують, що ми повинні ковтати їжу не розжовуючи, як це роблять собаки та інші найпростіші тварини, але їх вже ніхто не слухає. Ми всі знаємо, що ми повинні жувати їжу. І якщо цей процес закладений в нас природою, то чим ретельніше ми її жуємо, тим більш природним є цей процес. Якщо ви будете пережовувати кожен шматочок їжі дуже ретельно, можна сказати навіть до консистенції пюре, вам не потрібно турбуватися про те, що ви будете їсти, оскільки ви зможете харчуватися будь-якою їжею.

Чи буде це жування важкою і копіткою працею або ж приємним процесом, залежить від того, як ви підходите до цього.

Коли ваш розум зайнятий іншими речами або якщо ви турбуєтеся про ділові або домашні справи, зверніть увагу, що ви ковтаєте ту чи іншу кількість їжі, не пережовуючи. Вам потрібно навчитися

жити, так би мовити, «по науці», і тоді не доведеться турбуватися ні про бізнес, ні про домашні справи. Все це можливо, а ще ви можете навчитися приділяти всю свою увагу їжі за столом.

Коли ви їсте, зосередьтеся тільки на тому, щоб отримати максимум задоволення від цієї їжі. Відкиньте всі інші думки і не дозволяйте нічому відволікати вашу увагу від їжі та її смаку до тих пір, поки ви не завершите трапезу. Якщо ви будете дотримуватися цих інструкцій, можете бути впевнені, що їжа, яку ви їсте, точно є правильною і ідеально підходить вашому організму.

Сядьте за стіл впевнено і бадьоро, а потім з'їжте помірну порцію їжі. Візьміть те, що вам до смаку. Не вибирайте ту чи іншу їжу з міркувань, що вона буде корисна для вас, оберіть те, що вам сподобається. Якщо ви хочете стати здоровим і залишатися таким, ви повинні перестати робити щось тільки тому, що це корисно для вашого здоров'я, і почати робити те, що ви хочете. Оберіть їжу, яку ви хочете найбільше. Подякуйте Богу за те, що ви навчилися їсти таким чином, щоб травлення ваше було злагодженим і ідеальним, і з'їжте свою помірну порцію.

Не зациклюйтеся на самому процесі жування. Зосередьтеся саме на СМАКУ їжі, пробуйте їжу на смак і насолоджуйтеся нею до тих пір, поки вона не стане майже рідкою і не зісковзне у горло.

Неважливо, скільки часу це займе. Не думайте про час. Думайте про смак. Не дозволяйте своїм очам бродити по столу, розмірковуючи про те, що ви будете їсти далі. Не турбуйтеся через страх, що вам чогось не дістанеться і що ви не отримаєте необхідну кількість їжі. Не очікуйте, яким буде смак наступного шматочка, а просто зосередьтеся на смаку того, що у вас у роті. От і все.

Науковий і здоровий підхід до вживання їжі здасться вам чудовим процесом після того, як ви навчитеся все це робити, і після того, як подолаєте стару погану звичку з'їдати відразу все підряд. Краще не розмовляти під час їжі. Будьте веселим, але не балакучим. Поговорите потім.

У більшості випадків вам доведеться застосувати силу волі для формування звички правильного харчування. Ковтання їжі без пережовування неприродно і в основному є результатом страху. Страху, що вас позбавлять вашої їжі, страху, що вам не дістанеться хороший шматочок зі столу, страху, що ви втратите дорогоцінний час — ось причини поспіху. А ще є очікування ласощів, які будуть на десерт, і бажання якомога швидше до них дістатися. Ну і також є так зване розсіювання свідомості — це коли ми думаємо про інші речі під час їжі. Все це потрібно викоринити.

Коли ви бачите, що ваш розум десь блукає,

зупиніться на хвилинку, зосередьте свої думки на самій їжі і на тому, яка вона смачна, подумайте про ідеальне травлення і засвоєння цієї їжі вашим організмом, а потім знову починайте їсти. Робіть так знову і знову, нехай навіть доведеться виконати це двадцять разів протягом одного прийому їжі. Можливо, вам доведеться робити так знову і знову протягом кількох тижнів або навіть місяців. Ви точно **ЗМОЖЕТЕ** сформувати «звичку Флетчера», якщо будете наполегливі. І коли ви її сформуєте, вам відкриється те «здорове» задоволення, якого ви ніколи не знали.

Це вкрай важливий момент, тож не здавайтеся, поки все це не стане вашою звичкою. При правильному і ідеальному підході і матеріалах, тобто їжі, Закон Здоров'я створить вам абсолютно здорове тіло. Ну, а єдиним способом підготуватися до цього *ідеально*, це робити все так, як я кажу. Якщо ви хочете мати ідеальне здоров'я, ви **ПОВИННІ** харчуватися відповідно. Я знаю, ви зможете. Все, що вам потрібно, це трохи наполегливості. Яка користь від розмов про ментальний контроль, якщо ви самі не будете керувати такою простою справою, як переживання їжі? Який сенс говорити про концентрацію, якщо ви не можете зосередитися на їжі 15–20 хвилин, щоб відчути все задоволення від її смаку? Не здавайтеся і ви переможете. Протягом

декількох тижнів або місяців, в залежності від обставин, ви виявите, що звичка «наукового» харчування стає постійною. І скоро ви будете в такому чудовому стані, розумовому і фізичному, що ніщо не змусить вас повернутися до старих поганих звичок.

Як ми вже побачили, якщо людина думає тільки про ідеальне здоров'я, її внутрішні функції теж виконуються здоровим і злагодженим чином. А ще ми побачили, що для того, щоб думати про здоров'я, людина повинна виконувати довільні функції здоровим способом. Найважливіша з таких функцій — це прийом їжі. І, як ми бачимо, немає абсолютно нічого складного в тому, щоб навчитися їсти правильно, на благо вашому здоров'ю. Що ж, давайте підсумуємо наші інструкції щодо того, коли їсти, що їсти і як їсти, звичайно ж із зазначенням причин:

НІКОЛИ не їжте, поки ваше почуття голоду не буде ЗАРОБЛЕНЕ і ЗАСЛУЖЕНЕ, незалежно від того, як довго ви не їли. Це правило базується на тому факті, що кожного разу, коли вашому організму необхідна їжа і якщо він в змозі її перетравити, підсвідомість дає вам сигнал у вигляді відчуття голоду. Навчіться розрізняти справжнє почуття голоду і бажання просто полоскотати ваші смакові рецептори, викликане неприродним апетитом. Відчуття голоду ніколи не буває

неприємним почуттям, не супроводжується слабкістю і гризучим відчуттям в шлунку. Це приємне бажання у передчутті їжі і воно відчувається в основному в роті і горлі. Воно не приходить в певні години або через визначені проміжки часу, це відбувається тільки тоді, коли організм готовий отримувати, перетравлювати і засвоювати їжу.

Їжте будь-які продукти, які хочете, вибираючи з основних продуктів, які зазвичай поширені в зоні вашого проживання. Вищий Розум сам направляє людину до вибору цих продуктів, тому вони є правильними для неї. Я маю на увазі, звичайно, продукти, які використовуються для втамування голоду, а не ті, які були винайдені просто для задоволення апетиту чи якогось збоченого смаку. Інстинкт, який керує людиною при виборі прекрасних продуктів в осередку його проживання для втамування голоду, має божественне начало. Бог не помиляється, тому якщо ви будете їсти ці продукти, то і ви не помилитеся.

Їжте з бадьорою впевненістю і отримуйте задоволення від смаку кожного шматочка. Пережовуйте кожен шматочок дуже ретельно, зосередивши свою увагу на задоволенні від процесу. Це єдиний спосіб поїсти повноцінно і успішно. Коли щось робиться злагоджено і успішно, загальний результат не може бути

невдалим. Закон досягнення здоров'я такий самий як і закон досягнення багатства — якщо кожна ваша дія успішна сама по собі, то сума всіх ваших дій теж буде успішною. Коли ви їсте з такою ментальною настановою, як я описав, і саме таким чином, як я описав, більше нічого і не треба додавати до цього процесу. Все вже робиться ідеально та успішно. І якщо процес вживання їжі виконано успішно, то травлення і засвоєння їжі, а також творення здорового тіла теж проходить успішно. Далі ми розглянемо питання про кількість необхідної їжі.

ГЛАВА XII

Голод і апетити

Отже, можу сказати, що дуже легко знайти правильну відповідь на питання: скільки потрібно їсти? А саме, потрібно їсти тільки тоді, коли ви заслужили своє почуття голоду, і потрібно припинити їсти, як тільки ви **ПОЧИНАЄТЕ** відчувати, що ваш голод слабшає. Ніколи не наїдайтеся до відвалу, ніколи не переїдайте. Коли ви *починаєте* відчувати, що ваш голод втамований, знайте, що з вас *достить*. Бо поки організму буде *недостатньо*, ви будете продовжувати відчувати голод. Якщо ви будете їсти за такою схемою, як зазначено в попередньому

розділі, ймовірно, ви почнете відчувати ситість раніше, ніж встигнете з'їсти навіть половину свого звичайного обіду. Але зупиніться на цьому. Незалежно від того, наскільки привабливий десерт або пиріг, або пудинг перед вами стоїть, не набивайте їм рота, якщо відчуваєте, що ваш голод хоч трохи втамувався іншими продуктами, які ви вже з'їли.

Все, що ви з'їсте після того, як ваш голод зменшився, буде вже використовуватися для задоволення апетиту, а не голоду, і зовсім не буде вимагатися природою. Тобто це вже буде щось зайве, понаднормове, щоб не сказати, на межі обжерливості, і в цьому випадку неприємності не змусять себе довго чекати.

Це той момент, на який нам потрібно буде звернути особливу увагу, оскільки звичка їсти виключно заради задоволення своїх смакових рецепторів дуже глибоко засіла в більшості з нас. Звичайний «десерт» з солодошів чи інших смаколиків готується виключно для того, щоб люди продовжували їсти після того, як вже втамували голод. Але наслідки цього печальні. Справа не в тому, що пиріг і тістечка є шкідливою їжею. Вони абсолютно корисні, якщо вживати їх для втамування голоду, а НЕ для втамування апетиту. Якщо ви хочете пиріг, тістечка, кондитерські вироби або пудинги, краще починати з них вашу

трапезу, а закінчувати вже більш простою і менш смачною їжею. Однак ви помітите, що якщо ви будете їсти так, як зазначено в попередніх розділах, найпростіша їжа незабаром буде здаватися вам просто таки королівською за смаком. Ваше почуття смаку, як і всі інші ваші відчуття, настільки загостряться, в додаток до загального поліпшення вашого стану, що ви відкриєте нові смакові грані у звичайних продуктах. Жоден ненажера не задовольняється їжею так, як людина, яка їсть для втамування почуття голоду і отримує максимальну користь з кожного з'їденого шматочка, і яка здатна зупинитися в той момент, коли відчує, що почуття голоду вже не таке гостре. Перша ознака того, що голод зменшується — це сигнал підсвідомості про те, що пора припиняти їсти.

Середньостатистична людина, яка почне дотримуватися такого способу життя, буде дуже здивована, дізнавшись, як мало їжі насправді потрібно для підтримки тіла в ідеальному стані. Кількість необхідної їжі залежить від виконуваної роботи, від того, скільки м'язового навантаження задіюється, і від того, наскільки людина піддається впливу холоду. Дроворуб, який взимку йде у ліс і розмахує сокирою цілий день, може з'їсти подвійну порцію свого обіду. Але працівникові розумової сфери, який цілий день сидить на стільці у теплій кімнаті, буде багато і третини такого обіду, часто

йому буде досить взагалі однієї десятої порції. Більшість дроворубів їдять в два-три рази більше, а більшість розумових працівників в три-десять разів більше, ніж вимагає природа. Все це зайве сміття в їх системах життєзабезпечення дає велике навантаження на їх життєву силу, яка з часом виснажується і робить їх легкою здобиччю для хвороби. Отримуйте максимум задоволення від смаку їжі, але ніколи не їжте нічого тільки тому, що це смачно. Як тільки ви відчуєте, що ваш голод вже не такий гострий, припиніть їсти.

Якщо ви на хвилинку замислитесь про це, то побачите, що для вас немає іншого способу вирішити питання з харчуванням, окрім як прийняти план, викладений тут для вас. Що стосується правильного часу, щоб їсти, немає іншого способу вирішити це питання, окрім як сказати, що ви повинні їсти тоді, коли ваше **ВІДЧУТТЯ ГОЛОДУ** чесно зароблене. Це і так зрозуміло, що саме такий час правильний для їжі, а будь-який інший час — не правильний. Що стосується того, що їсти, то Вічна Мудрість так вже вирішила, що люди повинні їсти основні продукти тих зон, в яких вони живуть. Основні продукти вашої конкретної зони — це те, що вам потрібно. Вічна Мудрість, діючи через розуми людей, також навчила їх, як найкраще готувати страви з цих продуктів. А що стосується того, як їсти, ви вже

знаєте, що повинні добре жувати свою їжу. А якщо її потрібно жувати, то розум сам підказує нам, що чим ретельніше ми це робимо, тим краще.

Я повторюю, що успіх у всьому досягається шляхом перетворення кожної окремої дії в успіх. Якщо ви виконуєте кожну дію ідеально і злагоджено, якою б маленькою та неважливою вона не здавалася, вся ваша робота в цілому теж буде успішною. Якщо кожного дня ваші дії будуть успішними, загальна сума дій у вашому житті теж буде успішною. Великий успіх — це результат виконання великої кількості дрібниць успішно. Якщо кожна думка є думкою про здоров'я, а кожна дія у вашому житті відповідає такому мисленню, вже незабаром ви досягнете ідеального здоров'я. Немає способу, за допомогою якого ви могли б виконувати таку дію як вживання їжі більш успішно і у відповідності до Закону Життя, ніж шляхом ретельного переживування і насолоди смаком кожного шматочка, при цьому перебуваючи в доброму та веселому настрої. Все, більше нічого і треба, щоб зробити процес ще більш успішним. Але якщо викинути якийсь із елементів цього процесу, то абсолютного здоров'я, боюся, не варто очікувати.

Що стосується того, скільки потрібно їсти, ви також самі бачите, що немає більш природного, безпечного і надійного способу за той, який я описав — припинити їсти в той момент, коли ви

відчуєте, що ваше почуття голоду починає слабшати. Підсвідомість сама вас сповістить, коли потрібна їжа, і так само вона підкаже, коли потреба в їжі вже задоволена. Якщо ви будете їсти **ТІЛЬКИ** для втамування голоду, і **НІ В ЯКОМУ РАЗІ** не для задоволення смакових забаганок, ви ніколи не з'їсте занадто багато. Якщо ви будете їсти тільки тоді, коли ваш голод **ЗАРОБЛЕНИЙ**, ви завжди будете їсти рівно стільки, скільки потрібно вашому організму. Уважно прочитавши підведення підсумків у наступному розділі, ви побачите, що вимоги до здорового харчування дійсно дуже прості.

Пиття «природним шляхом» можна описати буквально кількома словами. Якщо ви хочете слідувати строго науковому підходу, не пийте нічого, окрім води, пийте тільки тоді, коли вас мучить спрага, пийте щоразу, коли хочете пити, і припиняйте, як тільки відчуєте, що ваша спрага починає слабшати. Якщо ви живете правильно в плані прийому їжі, вам не потрібно буде практикувати аскетизм або самозречення щодо вживання напоїв. Ви можете іноді спокійно випивати чашку слабкої кави без шкоди для здоров'я. Ви можете в розумній мірі слідувати оточуючим вас звичаям. Не беріть за звичку пити багато газованої води. Не пийте просто, щоб полоскотати свій смак солодкими напоями. Просто

пийте воду щоразу, коли відчуваєте спрагу. Ніколи не будьте занадто ледачими, занадто байдужими або занадто зайнятими, щоб випити води, коли ви відчуваєте навіть найменшу спрагу. Якщо ви будете дотримуватися цього правила, вас не буде тягнути до вживання дивних і не натуральних напоїв. Пийте тільки для втамування спраги. Пийте, коли відчуваєте спрагу. Припиняйте пити, як тільки вгамуєте спрагу. Це абсолютно здоровий спосіб забезпечення організму необхідною кількістю рідини для підтримання його внутрішніх процесів.

ГЛАВА XIII

Коротко про головне

Існує Вселенське Життя, яке пронизує, проникає і заповнює весь простір всесвіту, перебуваючи у всіх речах і наповнюючи їх собою. Це Життя не просто вібрація або форма енергії, це Жива Субстанція. Всі речі зроблені з неї, вона це все і вона є в усьому.

Ця субстанція думає і приймає форму того, про що думає. Думка про форму в цій субстанції створює форму, думка про рух породжує рух. Видимий всесвіт з усіма його формами і рухами існує, тому що знаходиться в думках Первинної Субстанції.

Людина — це теж форма Первинної

Субстанції, і вона теж здатна породжувати первинну думку. Всередині людини її думки володіють керівною, формуючою силою. Думка про стан створює цей стан, думка про рух породжує цей рух. До тих пір, поки людина буде думати про стани і рухи, пов'язані з хворобою, будуть існувати ці самі стани і рухи хвороби всередині неї. Якщо людина буде думати тільки про міцне здоров'я, Закон Здоров'я всередині неї буде підтримувати здоровий стан.

Щоб бути здоровим, людина повинна сформуванати концепцію ідеального здоров'я і дотримуватися думок щодо себе й усіх речей, які гармонують з цією концепцією. Вона повинна думати тільки про здорові стани і функціонування. Вона не повинна дозволяти думкам про не здорові або не нормальні стани або функціонування затримуватись у своєму розумі навіть на мить.

Щоб думати тільки про здоровий стан і функціонування, людина повинна здійснювати довільні життєві дії злагоджено та ідеально, тобто «здоровим способом». Людина не зможе думати про ідеальне здоров'я, поки буде жити не правильно або не здоровим способом, або поки в неї є сумніви щодо того, чи здорова вона сама. Людина не зможе думати про ідеальне здоров'я, доки буде діяти як хвора. Довільні функції життя — це прийом їжі, пиття, дихання і сон. Якщо людина буде думати

тільки про здоровий стан і функціонування, а також виконувати зовнішні функції правильно і на благо здоров'я, вона буде повністю здоровою.

Під час їжі людина повинна навчитися прислухатися до свого відчуття голоду. Треба вміти розрізняти голод і апетит, а також голод і силу звички. Людина ніколи не повинна їсти, якщо не **ЗАРОБИЛА** своє **ВІДЧУТТЯ ГОЛОДУ**. Вона повинна зрозуміти, що справжнє почуття голоду ніколи не приходить після сну і що потреба в їжі рано вранці — це просто звичка і апетит. Тому вона не повинна починати свій день з їжі, порушуючи при цьому закон природи. Вона повинна почекати, поки не Заробить своє Відчуття Голоду, що у більшості випадків відбувається приблизно у полудень, ось тоді і варто перший раз поїсти. Незалежно від свого стану, покликання або обставин, людина повинна зробити своїм правилом не їсти до тих пір, поки в неї не з'явиться **ЗАРОБЛЕНИЙ ГОЛОД**. А ще, потрібно запам'ятати, що набагато краще побути пару годин голодним, ніж поїсти ще до того, як голод з'явиться. Нічого страшного, якщо ви посидите голодним кілька годин, навіть якщо ви старанно попрацювали. А ось якщо ви наб'єте шлунок, коли ще не голодні, незалежно від того, працюєте ви чи ні, це принесе вам лише шкоду. Якщо ви будете їсти тільки тоді, коли відчуєте Зароблений Голод,

можете бути впевнені, що у відношенні часу прийому їжі ви будете діяти абсолютно здоровим способом, це і так зрозуміло.

Щодо питання, що потрібно їсти, людина повинна керуватися тим, що на цей рахунок вигадав Вселенський Розум. А він задумав все так, що люди у будь-якому куточку нашої планети поверхні повинні харчуватися основними продуктами зони свого проживання. Вірте в Бога та ігноруйте будь-яку іншу «науку про їжу». Не звертайте ні найменшої уваги на протиріччя щодо переваг приготовленої або сирої їжі, овочів або м'яса, або ж вашої потреби у вуглеводах і білках. Їжте тільки тоді, коли ваше почуття голоду заслужене, та вживайте характерні продукти зони вашого проживання. Будьте впевнені, результати будуть хорошими. Та ще й якими! Не мчіть стрімголов пробувати розкішні страви або продукти, привезені з далеких країн, хоч як би вам не хотілося їх спробувати на смак. Дотримуйтеся простого раціону. А якщо вам це «не смачно», голодуйте до тих пір, поки не стане «смачно». Не кидайтеся на так звану «легку» або «легкозасвоювану», або «здорову» їжу. Їжте те, що їдять фермери та робочі. Тоді ви будете діяти абсолютно здоровим способом в тому, що стосується їжі. Я повторюю, якщо у вас немає почуття голоду і проста їжа вам не до смаку, не їжте взагалі. Зачекайте, поки не прийде голод. Не

їжте, поки найпростіша їжа не стане для вас смачною, а потім почніть трапезу з того, що вам найбільше до смаку.

Вирішуючи, як харчуватися, людина повинна керуватися розсудливістю. Як ми бачимо, ненормальні стани поспіху і занепокоєння, викликані неправильним мисленням про бізнес і подібні речі, призводять до того, що у нас формується звичка їсти занадто швидко і занадто мало жувати. Розум каже нам, що їжу слід пережовувати, і чим ретельніше вона пережовується, тим краще вона буде підготовлена до хімічних процесів травлення. Окрім того, ми бачимо, що людина, яка їсть повільно і ретельно пережовує свою їжу, не відволікаючись від процесу і приділяючи цьому всю свою увагу, буде насолоджуватися смаком кожного шматочка, на відміну від того, хто просто проковтне все, поки його думки зайняті чимось іншим. Щоб харчуватися абсолютно здоровим способом, людина повинна зосередити свою увагу на процесі і перебувати в бадьорому настрої. Вона повинна їсти свою їжу і ретельно її пережовувати, перш ніж проковтнути. Виконуючи наведені вище інструкції, ви доведете процес харчування до досконалості. На цьому, власне, все відносно того, що, коли і як їсти.

Стосовно того, скільки потрібно їсти, людина повинна керуватися тим же внутрішнім розумом,

або Законом Здоров'я, який повідомляє їй, коли організму потрібна їжа. Вона повинен припинити їсти в той момент, коли відчує, що голод вщухає. Вона не повинна їсти після цього, щоб просто побалувати смакові рецептори. Так людина ніколи не переїсть. І, відповідно, функція постачання організму їжею буде виконуватися абсолютно здоровим способом.

Питання природного харчування дуже просте. У всьому вищесказаному немає нічого такого, що не було б легко практикувати. Цей метод, застосований на практиці, неодмінно призведе до ідеального засвоєння їжі. Будь-яке занепокоєння щодо цього питання можна сміливо і негайно відкидати геть. Щоразу, коли у вас є заслужене почуття голоду, їжте з вдячністю те, що стоїть перед вами, переживаючи кожен шматочок ретельно і зупиняючись, коли ви відчуваєте, що голод відступив.

Що ще хотілося б додати — дуже важливе ваше психологічне ставлення до всього цього процесу. Поки ви їсте, думайте лише про здорові стани і нормальне функціонування. Насолоджуйтесь тим, що ви їсте. Якщо ви ведете розмову за столом, говоріть про те, яка гарна перед вами їжа і про те, яке задоволення вона вам приносить. Ніколи не кажіть, що вам щось не подобається. Говоріть тільки про ті речі, які вам

подобаються. Ніколи не обговорюйте корисність або шкідливість їжі. Ніколи не згадуйте і не думайте про шкідливість взагалі. Якщо на столі є щось, до чого вам немає діла, мовчки пройдіть повз. Ніколи не критикуйте і не заперечуйте. Їжте з радістю і легким серцем, дякуючи Богові. Будьте терплячі і щоразу, коли ви знову починаєте поспішно наминати свій обід або ловите себе на неправильних думках і словах, візьміть себе в руки і почніть заново.

Вкрай важливо вміти себе контролювати. Але можете навіть не сподіватися на це, якщо не навчитеся справлятися з таким простим і фундаментальним процесом, як спосіб харчування. Якщо ви не можете контролювати себе в цьому, ви не зможете контролювати себе ні в чому. З іншого боку, якщо ви виконаєте вищенаведені інструкції, ви можете бути впевнені в тому, що стосовно правильного мислення і правильного харчування ваш підхід правильний і науковий. Ви також можете бути впевнені, що якщо ви будете практикувати те, що наказано в наступних розділах, ви швидко приведете своє тіло в повний порядок і здобудете міцне здоров'я.

ГЛАВА XIV

Дихання

Функція дихання є життєво важливою і безпосередньо пов'язана з продовженням життя. Ми можемо прожити багато годин без сну і багато днів без їжі і пиття, але тільки кілька хвилин без дихання. Сама дія дихання є мимовільною, але те, як ми дихаємо, підпадає під вплив нашої волі. Людина буде продовжувати дихати мимоволі, але вона може своєю волею визначити, чим вона буде дихати, як глибоко і ретельно вона буде дихати. І вона може за власним бажанням підтримувати фізичний механізм цього процесу для ідеального виконання цієї функції.

Якщо ви хочете дихати абсолютно здоровим способом, важливо, щоб фізичні механізми, що використовуються для цього, були в хорошому стані. Ви повинні тримати спину рівно, а м'язи грудей повинні бути гнучкими і вільними в дії. Ви не можете дихати правильно, якщо ваші плечі сильно нахилені вперед, а грудний відділ затиснутий та наче здерев'янілий. Якщо ви сутулитесь, коли сидите або стоїте, це, як правило, призводить до жорсткості м'язів грудного відділу. До цього може також привести підняття важких предметів (великої ваги або не дуже).

Майже всі, сидячи на роботі, сутуляться — відводять плечі вперед, згинають хребет, не розминають грудний відділ. Якщо грудний відділ сильно затиснутий, повне і глибоке дихання стає

неможливим, і про ідеальне здоров'я не може бути й мови.

Є різні гімнастичні вправи для боротьби з сутулістю. Наприклад, можна повисіти на перекладині або турніку, а можна, сидячи на стільці і зафіксувавши чимось ноги, прогинатися назад, поки голова не торкнеться підлоги. Всі ці вправи досить непогані, але далеко не всі люди будуть виконувати їх достатньо довго і регулярно, щоб досягти реального поліпшення свого фізичного стану. Вправи на здоров'я будь-якого роду обтяжливі і часом не потрібні, адже на заміну їм є більш природний, більш простий і набагато кращий спосіб тримати своє тіло в тонусі. Якщо конкретніше, я говорю про такий спосіб: потрібно триматися прямо і дихати глибоко. Нехай ваше ментальне уявлення про себе буде таке, що ви струнка людина з красивою поставою. І щоразу, коли ваш розум згадує про цей образ, будьте впевнені, що ви миттєво захочете розправити груди і плечі, і «випрямитися». Кожного разу, коли ви робите це, дихайте повільно, поки не наповните легені повітрям до межі. Вдихніть стільки повітря, скільки зможете, і, утримуючи його на мить в легенях, розправте плечі ще більше і витягніть груди вперед. У той же час спробуйте витягнути хребет вперед між лопатками. І потім видихніть.

Це єдина вправа для того, щоб тримати

грудний відділ гнучким і в хорошому стані. Випрямтеся, зробіть ГЛИБОКИЙ ВДИХ, подайте груди вперед, витягніть хребет і легко видихніть. Цю вправу ви повинні повторювати незалежно від сезону, завжди і скрізь, поки не сформуєте звичку робити це. У вас все вийде. Щоразу, виходячи на свіже, чисте повітря, ДИХАЙТЕ. Коли ви на роботі і думаєте про себе і своє становище, ДИХАЙТЕ. Коли ви перебуваєте в компанії і раптом згадуєте про своє дихання, ДИХАЙТЕ. Коли ви не спите вночі, ДИХАЙТЕ. Незалежно від того, де ви знаходитесь або чим займаєтесь, щоразу, коли думка про дихання приходить вам в голову, випрямте спину і ДИХАЙТЕ. Якщо ви йдете на роботу та додому, виконуйте цю вправу. Незабаром вона вам настільки сподобається, що ви будете робити її не стільки заради здоров'я, а заради задоволення.

Не розглядайте це як «вправу для здоров'я». *Ніколи не робіть оздоровчих вправ або гімнастику просто щоб одужати, тому що цим ви визнаєте факт хвороби або ж її можливість, а це саме те, що ви не повинні робити.* Люди, які завжди роблять вправи «для свого здоров'я», думають при цьому, що вони хворі. Тримати хребет прямо і впевнено вас повинно спонукати почуття гордості. Це повинна бути така ж звичка, як вмиватися вранці. Тримайте спину рівно, а груди колесом по

тій же причині, по якій ви стежите за чистотою і доглянутістю рук і ніг. По-іншому і бути не повинно. Робіть це, не думаючи про хворобу, існуючу або можливу. Вибір за вами — бути сукулитами і непривабливими або ж бути стрункими і витонченими. І якщо ви обираєте другий варіант, ваше дихання подбає про це. У наступних розділах вас знову чекають вправи.

Також важливо, щоб ви дихали ПОВІТРЯМ. Схоже, так задумала сама природа, що легені повинні отримувати повітря, що містить стабільний відсоток кисню і не сильно забруднене іншими газами або будь-яким іншим брудом. Не дозволяйте собі думати, що ви змушені жити або працювати там, де повітря не підходить для дихання. Якщо ваш будинок не може належним чином провітрюватися, задумайтеся про переїзд. Якщо ви працюєте там, де погане повітря, знайдіть іншу роботу. Вам це під силу, якщо ви будете використовувати методи, описані в попередній книзі цієї серії «НАУКА про те, як стати БАГАТИМ». Якби всі відмовилися працювати в умовах «поганого» повітря, роботодавцям довелося б швидко подбати про те, щоб всі робочі приміщення належним чином вентильовалися. Найгірше повітря те, в якому через процес дихання стало мало кисню. Щось подібне можна спостерігати в церквах і театрах, де збираються

натовпи людей, а циркуляція і подача повітря погана. Ще поганим вважається повітря, де є інші гази, крім кисню і водню, а саме метан, що утворюється в каналізаційних колекторах, а також міазми від процесу розкладу речовин. Повітря, в якому багато пилу і органічних часток, може переноситися організмом краще, ніж будь-який з вищевказаних видів повітря. Невеликі частки органічних речовин, окрім їжі, зазвичай викидаються з легких, а ось гази потрапляють у кров.

Я навмисно кажу «окрім їжі». Повітря, за великим рахунком, це їжа. Це найживіша їжа, яку ми споживаємо. Кожен наш вдих несе в собі мільйони мікробів, багато з яких засвоюються нашим організмом. Запахи від землі, трави, дерева, квітів, рослин і від приготування їжі самі по собі є їжею. Вони складаються з дрібних частинок цих речовин, і часто вони настільки дрібні, що потрапляють прямо з легень у кров і засвоюються без перетравлення. Атмосфера пронизана частинками Єдиної Первинної Субстанції, яка сама по собі є життям. Просто усвідомлюйте це щоразу, коли думаєте про своє дихання, і усвідомлюйте, що ви вдихаєте саме життя. Ви дійсно це і робите, а усвідомлення цього тільки допомагає процесу. Слідкуйте за тим, щоб ви не дихали повітрям, що містить отруйні гази і яке вже «використовувалося»

вами або іншими людьми, адже кисню в ньому вже недостатньо для «здорового» дихання.

Ось і все, що потрібно для правильного дихання. Тримайте спину і груди розправленими, дихаєте чистим повітрям і з вдячністю усвідомлюйте той факт, що ви вдихаєте Вічне Життя. Це не складно. І, окрім цього, не відволікайте свої думки на щось інше, крім вдячності Богові за те, що ви навчилися дихати ідеально правильно.

ГЛАВА XV

Сон

Життєва сила відновлюється уві сні. Кожна жива істота спить. Люди, тварини, рептилії, риби і комахи сплять, і навіть рослини регулярно сплять. Це все тому, що уві сні ми вступаємо в такий контакт з Законом Життя в природі, що наші власні життя можуть бути відновлені. Саме уві сні мозок людини заряджається життєвою енергією, і Закон Здоров'я всередині неї отримує нову силу. Тому в першу чергу ми повинні спати природним, нормальним і абсолютно здоровим чином.

Вивчаючи процес сну, ми помітили, що дихання стає набагато глибшим, важчим і ритмічнішим, ніж у стані бадьорості. Ми вдихаємо набагато більше повітря під час сну, ніж коли не

спимо, і це говорить про те, що Закон Здоров'я вимагає великої кількості певного елемента, що міститься в атмосфері, для процесу відновлення і оновлення. Тобто щоб ваш сон був оточений найбільш сприятливими і «природними» умовами, спочатку переконайтеся, що у вас є необмежений запас свіжого і чистого повітря для дихання. До речі, лікарі виявили, що сон на свіжому повітрі дуже ефективний при лікуванні легеневих захворювань. А якщо застосувати це відкриття до Життя і Мислення, описаним у цій книзі, то ви виявите, що такий сон настільки ж ефективний при лікуванні будь-яких інших проблем. Але якісь напівзаходи в питанні забезпечення чистим повітрям під час сну не приймаються. Провітрюйте свою спальню дуже ретельно, настільки ретельно, щоб було таке відчуття, що ви спите надворі. Відкрийте двері або вікно, по можливості навіть зробіть протяг. Якщо у вас не виходить забезпечити хорошу циркуляцію і приплив повітря до кімнати, поставте ліжко біля відчиненого вікна, щоб свіже повітря обдувало ваше обличчя. Незалежно від того, яка за вікном погода, холодна чи мрячна, широко відкрийте вікно і забезпечте циркуляцію чистого повітря в кімнаті. При необхідності загорніться у ковдру, щоб зігрітися. Ви повинні подбати про те, щоб з вулиці до вашої кімнати заходило багато свіжого повітря. Це перша важлива

умова для здорового сну.

Мозок і нервові центри не можуть повністю відновитися, якщо ви спите в «мертвому» або спертому повітрі. У вас повинна бути «жива» атмосфера, яка забезпечує зв'язок з природним Законом Життя. Повторюю, не йдіть на компроміси у цьому питанні. Повністю провітріть свою спальню і переконайтеся, що під час сну повітря добре надходить. Ви не будете спати абсолютно здоровим чином, якщо закриєте двері і вікна своєї спальної кімнати, неважливо зима надворі чи літо. Вам потрібне свіже повітря. Якщо ви живете там, де немає свіжого повітря, значить, переїжджайте в інше місце. Якщо ваша спальня не провітрюється, знайдіть собі інший будинок.

Наступним за важливістю є ментальний стан, в якому ви лягаєте спати. Здоровий сон — це «розумний» сон, цілеспрямований, зі знанням, для чого ви це робите. Лягайте, думаючи, що сон — це вірний спосіб відновлення. Лягайте спати з твердою вірою, що ваша життєва енергія буде відновлена і оновлена, що ви прокинетесь повний життєвих сил і здоров'я. Наповніть свій сон змістом, як ви навчилися це робити з процесом прийому їжі. Приділяйте цьому питанню кілька хвилин, коли збираєтеся йти відпочивати. Не біжіть плюхатися на диван з пригніченим почуттям, йдіть відпочивати з радістю, щоб увесь процес був

злагодженим і цілісним. І не забувайте про вдячність, коли лягаєте спати. Перш ніж закривати очі, подякуйте Богові за те, що він показав вам шлях до досконалості, і засинайте з цією вдячною думкою. Молитва вдячності перед сном — дуже хороша річ. Вона налагоджує зв'язок між вашим Законом Здоров'я і джерелом, з якого він буде отримувати нову життєву силу, поки ви перебуваєте уві сні.

Як ви самі бачите, вимоги для абсолютно здорового сну зовсім не складні. По-перше, ви повинні переконатися, що вдихаєте під час сну чисте повітря з вулиці. І, по-друге, ви повинні налагодити зв'язок свого Внутрішнього джерела з Живою Субстанцією за допомогою вдячної медитації протягом декількох хвилин перед сном. Дотримуйтесь цих правил, лягайте спати у вдячному і піднесеному настрої, і все буде добре. Якщо у вас безсоння, не хвилюйтеся. Поки ви лежите без сну, сформууйте своє уявлення про здоров'я, помедитуйте з вдячністю про багате життя, яке чекає на вас, дихайте і будьте абсолютно впевнені, що ви заснете вчасно. Так і буде. Безсоння, як і будь-яке інше захворювання, пройде ще до того, як Закон Здоров'я проявить свою життєдайну силу в повній мірі в результаті мислення і дій, описаних тут.

Ви тепер і самі розумієте, що зовсім не

обтяжливо виконувати довільні життєві функції абсолютно здоровим чином. Абсолютно здоровий спосіб життя — це найпростіший, найприродніший і найприємніший спосіб. Розвиток здоров'я всередині себе — це не якесь складне мистецтво або важка праця. Все, що вам потрібно, це відкласти в сторону всякі штучно придумані церемонії та ритуали і просто їсти, пити, дихати і спати найприроднішим способом. І якщо ви робите це, думаючи про здоров'я і тільки про нього, ви точно будете здорові.

ГЛАВА XVI

Додаткові інструкції

При формуванні концепції здоров'я необхідно подумати про те, як би ви жили і працювали, якби були абсолютно здорові і дуже сильні. Уявляйте, що ви робите щось так само, як це робить абсолютно здорова і дуже сильна людина, поки це уявлення не вкоріниться у вашому розумі. Потім досягніть гармонії з цією концепцією, як подумки, так і фізично. Тримайтеся цієї концепції. Ви повинні досягти цілісності в думках щодо того, чого бажаєте. І незабаром ваш цілісний ментальний стан відобразиться в цілісному стані вашого тіла. Науковий шлях здоров'я полягає в тому, щоб розірвати зв'язки з усім, чого ви не хочете, і

встановити їх усім, що ви хочете. Сформулюйте концепцію ідеального здоров'я і застосуєте її до себе словом, справою та ставленням.

Слідкуйте за тим, що ви говорите. Кожне ваше слово має гармоніювати з ідеєю ідеального здоров'я. Ніколи не скаржтеся, ніколи не кажіть речей на кшталт: «Я погано спав минулої ночі», «У мене біль у боці», «Сьогодні я не дуже добре почуваюся» і так далі. Скажіть краще: «Я з нетерпінням чекаю хорошого сну вночі», «Я бачу, що я швидко прогресую» тощо. Ви повинні забути про все, що пов'язано з поняттям хвороби, і думати лише про те, що пов'язано зі здоров'ям. Ваше завдання полягає в тому, щоб об'єднати себе зі здоров'ям за допомогою думок і за допомогою розмов про нього.

Коротше кажучи, *станьте єдиним цілим зі здоров'ям у своїх думках, словах і діях і не пов'язуйте себе з хворобою ні в думках, ні в словах, ні в діях.*

Не читайте всілякі «лікарські порадики», медичну літературу і праці тих, чії теорії суперечать викладеним тут, бо це, безумовно, підірве вашу віру в той Спосіб Життя, який ви тільки но почали, і змусить вас знову відродити ментальний зв'язок із хворобою. У цій книзі справді є все, що вам потрібно. Тут зібрано все найголовніше, а все зайве випущено. Наука про те,

як Бути Здоровим — точна наука, як арифметика. Нічого не потрібно додавати до її основоположних принципів, але якщо щось прибрати, це призведе до провалу. Якщо ви будете суворо слідувати способу життя, описаному в цій книзі, ви будете здорові. І вам, безумовно, ПІД СИЛУ слідувати цим шляхом, як в думках, так в діях.

Нехай думки про здоров'я в вашому розумі стосуються не тільки вас, але і, наскільки це можливо, всіх інших. Не співчуйте людям, коли ті скаржаться на здоров'я або навіть хворіють і страждають. Постарайтеся всіляко перенаправити їх погані думки в конструктивне, творче русло. Зробіть все можливе, щоб їм стало легше. Але робіть це з думкою саме про здоров'я. Не дозволяйте людям розповідати вам про свої проблеми і перераховувати в подробицях симптоми своїх хвороб. Переведіть розмову на іншу тему або просто вибачитися й підіть. Краще нехай вас вважають бездушною людиною, ніж нав'яжуть вам думки про хворобу. Коли ви перебуваєте в компанії людей, яким аби тільки побалакати про свої і чужі хвороби та проблеми, не звертайте уваги на їхні розмови і просто повторюйте мовчки молитву вдячності за ваше прекрасне здоров'я. Але якщо і це не заглушає їх нав'язливі думки, попрощайтесь і залиште їх. Неважливо, що вони подумують або скажуть, ввічливість не вимагає, щоб ви отруювали

себе їх хворобливими думками. Якщо освічених мислителів, які будуть всіляко уникати скарг про здоров'я і розмов про хвороби, стане хоча б на пару сотень тисяч більше, світ стане рухатися до загального здоров'я набагато швидше. Коли ви дозволяєте людям говорити з вами про хвороби, ви допомагаєте їм примножувати ці хвороби.

Що мені робити, коли мені боляче? Невже можна терпіти фізичні страждання і думати при цьому тільки про здоров'я?

Так, це можливо. Не чиніть опір болю, постарайтеся побачити в цьому хороше. Біль викликаний спробою Закону Здоров'я подолати неприродний стан. Ось що ви повинні знати і відчувати. Коли ви відчуваєте біль, думайте, що в ураженій частині відбувається процес загоєння, подумки допомагайте і «співпрацюйте». Налаштуйтеся на повну душевну гармонію з тією силою, яка заподіює біль. Допоможіть їй. Якщо необхідно, сміливо використовуйте гірчичники, мазі та інші засоби, щоб допомогти процесу загоєння. Якщо біль дуже сильний, просто ляжте і дайте своєму розуму пуститися в тиху подорож до джерела сили, яка вас зцілить. А ще саме час проявити вдячність і віру. Будьте вдячні за силу здоров'я, яка заподіює біль, і будьте впевнені, що біль припиниться, як тільки організмом буде виконана робота по відновленню. З упевненістю

зосередьте свої думки на Законі Здоров'я, який створює всередині вас такі умови, щоб біль більше не був потрібний. Ви будете здивовані, виявивши, як легко ви можете перемогти біль. І після того, як ви проживете якийсь час цим Науковим Способом життя, ви взагалі забудете про біль як такий.

Що мені робити, коли я занадто слабкий для своєї роботи? Чи повинен я робити все на межі своїх можливостей, покладаючись на підтримку Бога? Чи повинен я продовжувати, як той бігун, чекаючи «другого дихання»?

Ні, краще не треба. Коли ви тільки почнете жити Цим Способом, у вас, ймовірно, не буде ще нормальної сили. Ви поступово перейдете від низького фізичного стану до більш високого. Якщо ви будете подумки співвідносити себе зі здоров'ям і силою, а також виконувати довільні життєві функції абсолютно здоровим способом, ваша сила буде зростати день за днем. Але якийсь час у вас ще можуть бути дні, коли ваших сил буде недостатньо для роботи, яку ви хотіли б виконувати. У такі часи відпочивайте і дякуйте всесвіту. Усвідомте той факт, що ваша сила швидко зростає, і відчуйте глибоку вдячність Живій Субстанції, від якої вона виходить. У моменти слабкості зберігайте вдячність, спокій та тверду віру, що велика сила знаходиться поруч. А потім встаньте і продовжуйте йти далі своїм шляхом. Поки ви відпочиваєте,

думайте не про свою нинішню слабкість, а про силу, яка до вас йде.

Ніколи, ні за яких обставин не дозволяйте собі думати, що слабкість вас підкорить. Коли ви відпочиваєте, то подібно до того, як ви робите перед сном, зосередьтеся на Законі Здоров'я, який наповнює вас силою.

Що мені робити з цим страшним станом, якого так бояться мільйони людей — Запор?

Нічого не робити. Прочитайте книгу «Азбука нашого харчування» Горація Флетчера та отримаєте повномасштабне пояснення того факту, що коли ви живете за таким науковим планом, вам зовсім не потрібно випорожнювати кишечник щодня, і що для ідеального здоров'я дану «операцію» досить проводити від одного разу в три дні до одного разу на два тижні. Ясна річ, що у ненажер, які їдять у 3-10 разів більше, ніж може засвоїти їх організм, є велика кількість «відходів», яких потрібно позбутися. Але якщо ви будете жити так, як описано в цій книзі, з вами буде інакше.

Якщо ви їсте тільки тоді, коли заслужили своє **ВІДЧУТТЯ ГОЛОДУ**, ретельно жуєте кожен шматочок і припиняєте їсти в той момент, коли починаєте відчувати, що голод відступає, ви настільки якісно готуєте свою їжу до процесів травлення і засвоєння, що практично вся вона буде засвоєна організмом. Таким чином, у кишечнику

буде дуже мало того (там не буде майже нічого), чого потрібно позбутися. Якщо ви зможете повністю очистити свою пам'ять від усього, що начиталися в «лікарських порадниках» і в оголошеннях про запатентовані ліки проти запорів, вам не потрібно буде більше хвилюватися через цю проблему. Закон Здоров'я подбає про все.

Але якщо ваш розум все таки сповнений побоювання і страху перед запором, то вам може бути корисно спочатку все ж іноді робити клізми теплою водою. По суті, в цьому немає жодної необхідності, але це може полегшити процес вашого позбавлення від страху перед запором. Так що, як то кажуть, може, діло й варте заходу. І як тільки ви побачите, що робите успіхи, зменшивши кількість їжі, яку ви споживаєте, і почавши їсти дійсно по-Науковому, більше ви про запори і не згадаєте, більше він вас ніколи не потурбує. Довіртеся тому Закону всередині вас, який здатний дати вам прекрасне здоров'я. Ваша благоговійна вдячність пов'яже його з вселенським Законом Життя, в якому живе Вся Сила і Енергія. Продовжуйте свій шлях, радіючи.

А як щодо вправ?

Звичайно, нікому не зашкодить робити невеликий комплекс вправ на всі групи м'язів кожного дня. Найкраще робити це в формі якоїсь гри чи розваги. Робіть вправи «природним

шляхом», нехай це буде як відпочинок для вашого організму, а не вимушені вправи заради підтримки здоров'я. Покатайтеся на коні або велосипеді, пограйте в теніс або боулінг, покидайте м'яч. Займіться садівництвом, це, до речі, заняття, за яким можна проводити кожен день із задоволенням і користю. Є тисячі способів, за допомогою яких ви можете виконувати вправи, достатні для підтримки вашого тіла в тонусі, та й взагалі для гарного кровообігу, і при цьому не потрапляти в залежність від так званих «вправ для вашого здоров'я». Робіть вправи для розваги і користі. Робіть фізичні вправи, тому що ви занадто здорові, щоб просто сидіти на місці, а не тому, що хочете стати здоровими або залишатися такими.

Чи потрібні довгі пости?

Рідко, а то і зовсім не потрібні. Закону Здоров'я не часто потрібно двадцять, тридцять, а то й сорок днів, щоб підготуватися до дії. У нормальних умовах відчуття голоду прийде до вас набагато швидше. У більшості випадків, при голодуванні почуття голоду довго не приходить, тому що людина сама його стримує. Її пост починається зі СТРАХОМ, і навіть з надією, що почуття голоду прийде ще нескоро. Література, яку вона прочитала на цю тему, підготувала її до довгого посту, і вона має твердий намір йти до кінця, скільки б часу це не зайняло. А підсвідомість

під впливом потужного і позитивного навіювання блокує відчуття голоду.

Коли з якої-небудь причини природа позбавляє вас відчуття голоду, весело і бадьоро продовжуйте виконувати свою звичну роботу і не їжте до тих пір, поки вона не поверне його назад. Неважливо, пройде два, три, десять днів або більше, ви можете бути абсолютно впевнені, що коли прийде час їсти, ви будете голодні. І якщо ви впевнені в собі і зберігаєте віру в здоров'я, ви не будете страждати від слабкості або дискомфорту, викликаного утриманням від їжі. Коли ви не голодні, ви будете почуватися набагато сильнішими, щасливішими і вам буде набагато комфортніше без їжі, ніж якщо ви будете їсти, причому це не залежить від того, скільки буде тривати ваш пост. І якщо ви будете жити по науці, описаній у цій книзі, вам ніколи не доведеться довго поститися, ви зрідка будете пропускати прийом їжі, але при цьому ви будете насолоджуватися їжею більше, ніж будь-коли раніше в своєму житті. Заслужіть, заробіть своє відчуття голоду перед їжею, і коли ви це зробите, поїжте.

ГЛАВА XVII

Короткий виклад Науки про те, як Бути Здоровим

Здоров'я — це абсолютно природне функціонування організму, нормальне життя. У Всесвіті існує Закон Життя. Це жива субстанція, з якої все зроблено. Ця Жива Субстанція проникає і заповнює всі частинки всесвіту. У своєму невидимому стані вона присутня у всіх формах, і всі ці форми зроблені з Неї. Для ілюстрації цього твердження наведу такий приклад: припустимо, що дуже дрібнозерниста і легко розсіювана водяна пара проникає в брилу льоду. Лід сформований з живої води і сам є живою водою, яка просто прийняла форму льоду. В цей же час, пар теж є живою водою, яка ще не прийняла певну форму, але пронизує форму льоду, створену з самої ж себе. Ця ілюстрація пояснює, як Жива Субстанція пронизує всі форми, зроблені з Неї. Все життя походить від Неї, все життя, яка є у всесвіті.

Ця Вселенська Субстанція є мислячою субстанцією і приймає форму своєї думки. Думка про форму, яку вона породжує, створює цю форму, а думка про рух викликає цей рух. Субстанція не може не думати, і тому процес творення триває вічно. Їй необхідно рухатися до більш повного самовираження, тобто до більш повного життя і більш прекрасного функціонуванню, тобто до ідеального здоров'я.

Енергія живої субстанції завжди спрямована

на абсолютне здоров'я. Ця енергія присутня в усьому, що відповідає за ідеальне функціонування.

Всі речі пронизані енергією і силою, з якої і складається здоров'я.

Людина може пов'язати себе з цією силою і об'єднатися з нею . Але вона також може і відокремити себе від неї в своїх думках.

Людина теж є формою Живої Субстанції і всередині неї є Закон Здоров'я. Цей Закон Здоров'я, перебуваючи на піку своєї творчої діяльності, змушує всі мимовільні функції людського організму працювати злагоджено і ідеально.

Людина — це мисляча субстанція, що пронизує видиме тіло, а процеси в цьому тілі контролюються думками людини.

Коли людина думає тільки про ідеальне здоров'я, внутрішні процеси її тіла будуть такими ж, тобто ідеально здоровими. Перший крок до ідеального здоров'я повинен полягати в тому, щоб сформувати уявлення про себе як про абсолютно здорову людину і про те, як робити все так, як абсолютно здорова людина. Сформувавши цю концепцію, потрібно пов'язати себе з нею в усіх своїх думках і розірвати всі уявні зв'язки з хворобами і слабкостями.

Якщо людина робить це і думає про здоров'я з твердою ВІРОЮ, вона запускає животворчу дію Закону Здоров'я всередині себе, який зцілює її від

усіх хвороб. За допомогою віри, людина також може отримати додаткову силу від вселенського Закону Життя, а віру вона може знайти, виражаючи благоговійно вдячність Закону Життя за те здоров'я, яке той дає. Якщо людина свідомо прийме здоров'я, яке їй постійно дарує Жива Субстанція, і якщо вона буде вдячна Їй за це, її віра буде зростати і зміцнюватися.

Однак, людина не зможе думати тільки про ідеальне здоров'я, якщо не буде виконувати довільні життєві функції абсолютно здоровим шляхом. А функції ці — прийом їжі, пиття, дихання і сон. Якщо людина думає тільки про здоров'я, вірить у здоров'є, їсть, п'є, дихає і спить абсолютно здоровим способом, у неї буде прекрасне здоров'я.

Здоров'я — це результат мислення і дій Певним чином. Якщо хворий починає думати і діяти таким чином, Закон Здоров'я всередині нього буде найкращими ліками від його хвороби. Цей Закон Здоров'я однаковий для всього і для всіх, і пов'язаний він із вселенським Законом Життя. Він здатний вилікувати будь-яку хворобу і буде вступати в дію кожного разу, коли людина думає і діє відповідно до Науки про те, як Бути Здоровим. З цього випливає, що кожній людині під силу бути ідеально здоровою.

НАУКА ПРО ТЕ, ЯК БУТИ ВЕЛИКИМ

ГЛАВА 1

Будь-яка людина може стати Великою

У кожній людині є Джерело — Закон Сили. І якщо правильно та з розумом задіяти цей Закон, можна неймовірно розвинути свої розумові здібності. Від народження людина наділена силою, завдяки якій вона може зростати і розвиватись у будь-якому напрямку, якому тільки забажає, і можливостям її немає меж. Жодна людина ще не досягла в якомусь умінні вершин, недосяжних для іншої людини. Всі можливості живуть у Первинній Субстанції, з якої зроблена і людина. Ця Субстанція володіє безмежним вселенським знанням і мудрістю, вона наповнює та пронизує людину.

Знання, або геніальність, якщо висловитися більш звичним для нас терміном, це щось більше ніж просто талант. Талант може бути просто однією зі здібностей, розвиненою непропорційно іншим, але геніальність — це духовний союз людини і Бога. За вчинками великих людей завжди стоїть щось більше, щось божественне і величне. Таким людям даний необмежений запас сили. Нам невідомо де знаходиться межа розумових здібностей людини, ми навіть не знаємо, чи є ця межа взагалі.

Сила свідомого зростання і розвитку не дана тваринам, нею володіє тільки людина, і вона може розвивати і примножувати цю силу. Тварини можуть навчатися і розвиватися під керівництвом людини, але тільки людина може навчатися і розвиватися самотійно. Лише вона одна володіє цією силою, запас якої, мабуть, безмежний.

Метою життя людини як, власне, і дерев, і рослин, є зростання. Древа і рослини ростуть автоматично і за певними лініями росту, встановленими всесвітом. Людина може зростати як забажає. Древа і рослини можуть розвинути тільки певні здібності й особливості. Людина ж може розвинути будь-яку силу, яка була їй показана будь-ким, будь-де. Все що можливо подумки, можливо і на яву. Все що людина може вигадати, вона може відтворити і в дії. Все що людина може уявити, вона може реалізувати.

Людина створена для зростання, більш того, воно їй просто конче необхідне.

Для її власного щастя та благополуччя важливо, щоб вона постійно розвивалась.

Життя без прогресу стає нестерпним. Людина, яка припиняє розвиватися, стає або розумово відсталою, або взагалі божеволіє. Чим більш гармонійний і всебічний її розвиток, тим щасливіша людина.

У кожній людині є рівні за своєю силою

здібності. Але в ході природного процесу, ніколи дві людини не розвинуться ідентично. Кожна людина приходить у цей світ зі схильністю до розвитку за певними напрямками, тому їй легше розвиватися саме в цих напрямках, ніж в якихось інших. Це мудрий задум природи, оскільки це дарує нескінченну різноманітність. Це як висипати купу різного насіння в одну корзину — на перший погляд, всі вони однакові, але коли вони перетворюються на рослини, буде видно величезну різницю між ними. Так само і у людей, хтось може стати трояндою і додавати яскравості та кольору в темні куточки світу; хтось може стати лілією та дарувати любов і чистоту кожному, хто її зустріне; хтось може стати лозою і приховувати грубі обриси якоїсь темної скелі; хтось може бути великим дубом, серед гілок якого пташки будуть гніздитися та співати, і під чиєю тінню зграї будуть відпочивати у полудень. Кожен стане чимось цінним, чимось унікальним, чимось досконалим.

У широкому сенсі, навколо нас зосереджені неймовірні можливості життя, не буває «пересічних» людей. За часів національного стресу і небезпеки нероба та сільський п'яниця може стати героєм і державним діячем завдяки прискоренню Закону Сили в ньому. В кожній людині є геніальність, яка просто чекає, коли її активують. У кожному селі є власна велика людина, хтось, до

кого всі звертаються за порадою в скрутну годину, хтось, кого інстинктивно вважають мудрим і проникливим. До такої людини всі йдуть за часів кризи, вона вважається великою. Навіть повсякденні дрібні справи ця людина робить і вирішує «з величчю». Вона могла б творити і великі справи, якби захотіла. Так може будь-яка людина, так можете і ви. Закон Сили дає нам саме те, що ми просимо у нього. Якщо ми беремося тільки за дрібні справи, він дає нам силу тільки для дрібниць. Але якщо ми намагаємося робити великі справи, він задіює всю існуючу у всесвіті силу.

Але остерігайтеся робити великі справи дріб'язково. Про це ми поговоримо далі.

Людина може притримуватися двох ментальних підходів до життя. Один робить її чимось на зразок футбольного м'яча, вона пружна і швидко реагує, коли до неї застосовується сила, але вона нічого не породжує, вона ніколи не діє сама по собі. У неї немає сили. Люди цього типу керуються обставинами і навколишнім середовищем, їх долі визначаються зовнішніми умовами. Закон Сили всередині них взагалі ніколи не активний. Вони ніколи не говорять і не діють, так би мовити, від внутрішньої сили. Інший життєвий підхід робить людину схожою на буйство весни. От така людина володіє Силою. В ній є джерело, з якого б'є енергія вічного життя. Така людина випромінює силу, і це

відчуває її оточення. Закон Сили в ній знаходиться в постійному русі. Її дії виходять від неї самої. «Усередині неї є енергія вселенського життя».

Немає більшого блага для людини, ніж навчитися діяти «від себе самої». Всі життєві переживання і перипетії призначені Провидінням, щоб змусити людей навчитися діяти «від себе», змусити їх припинити бути істотами обставин і навчитися керувати своїм оточенням. На своїй нижчій стадії людина — це дитя випадковостей та обставин, раб свого страху. Всі її дії — це реакції, які є результатом впливу на неї сил у її оточенні. Вона діє тільки тоді, коли хтось впливає на неї, вона нічого не створює. Але навіть у найпримітивнішого дикуна є достатньо Сили, щоб подолати все, чого він боїться. Якщо він усвідомить це і почне діяти «від себе», він відкриє у собі божественну силу.

Пробудження Закону Сили у людині — це справжнє перетворення, перехід від смерті до життя. «Мертві пробудилися, почувши голос Сина Людського, і повернулися до життя». Це воскресіння і життя. Коли життя ось так пробуджується, людина стає сином Всевишнього, і вся сила всесвіту надається йому як на небі, так і на землі.

Ні в одній людині немає чогось такого, чого немає в іншій, чого немає в вас. Жодна людина ще

не була наділена більшою духовною або розумовою силою, ніж можете розвинути в собі ви, і не робила більшого, ніж ви можете зробити і досягти. Ви можете стати тим, ким хочете бути.

ГЛАВА 2

Спадковість та Можливості

Ви цілком можете досягти величі, незалежно від вашої спадковості. Неважливо, ким були ваші предки, наскільки неосвіченими вони були або низькими за положенням, для вас шлях можливостей відкритий. Немає такого поняття, як успадкування фіксованої ментальної позиції. Незалежно від того, наскільки малий ментальний капітал вам дістався від батьків, ви можете його примножити. Ніхто не народжений нездатним до зростання та розвитку.

Так, спадковість може відігравати деяку роль. Ми народжені з підсвідомими ментальними схильностями, наприклад, схильність до меланхолії, боягузтва або дратівливості. Але всі ці підсвідомі схильності можна подолати. Коли пробуджується *справжній* Ви, ви здатні подолати все. Не дозволяйте схильностям пригнічувати вас. Якщо ви успадкували небажані ментальні схильності, ви можете усунути їх, замінивши бажаними. Успадкована ментальна риса — це всього лише

ментальна звичка вашого батька або матері, відображена у вашій підсвідомості. Ви можете замінити її, сформувавши протилежну ментальну звичку. Але це правило діє в обидва боки, ви можете подолати боягузтво або злобу, але можете також і замінити звичку бадьорості схильністю до зневіри.

Спадковість може проявлятися також і в спадковій структурі черепа. Твердження прихильників френології (теорія про зв'язок психіки людини і будови поверхні її черепа) можуть мати раціональне зерно. Це правда, що різні здібності людини локалізовані в мозку, і що розвиненість цих здібностей залежить від кількості активних клітин мозку у відповідній зоні. Здібності, в чій зоні мозку більше активних клітин, ймовірно, будуть проявлятися з більшою силою, ніж ті, чия зона має мало активних клітин. Таким чином, люди з певними формами черепа мають виявляти таланти музикантів, ораторів, механіків і так далі. Виходячи з цього, існує твердження, що форма черепа людини повинна значною мірою визначати її положення у житті, але це твердження хибне. Було виявлено, що невелика частина мозку з безліччю дрібних і активних клітин дає настільки ж потужне вираження здібностей, що і більший мозок з грубими клітинами. Також було виявлено, що направивши дію Закону Сили на будь-яку частину

мозку з бажанням і наміром розвинути певний талант, можна домогтися нескінченного розмноження клітин у цій зоні. Будь-яка здатність, сила або талант, якими ви володієте, незалежно від того, наскільки вони малі або примітивні, можуть бути розвинені. Ви можете розмножувати клітини мозку в конкретній зоні, поки вони не почнуть діяти з такою силою, як ви хочете. Так, це правда, що вам легше всього діяти, використовуючи ті здібності, які у вас найбільш розвинені прямо зараз, адже найлегше робити те, що, як то кажуть, «дано вам природою», але також вірно, що якщо ви докладете необхідних зусиль, ви зможете розвинути будь-який талант. Ви можете робити те, що хочете, і стати тим, ким хочете. Якщо ви сфокусуєтесь на якомусь ідеальному образі і будете діяти, як буде зазначено далі, вся сила вашої сутності буде спрямована на розвиток здібностей, необхідних для втілення цього ідеального образу. Більше крові і нервових клітин буде надходити до відповідних відділів мозку, і клітини будуть прискорюватися, розвиватися і розмножуватися. Правильне використання розумової сили створить мозок, здатний робити те, чого бажає цей розум.

Не мозок керує людиною, а людина мозком.

Ваше місце у житті не визначається спадковістю.

Ви не приречені на більш низький рівень

життя через навколишні обставини або відсутність можливостей. Закону Сили в людині достатньо для задоволення всіх потреб її душі. Ніякі обставини не можуть пригнітити людину, якщо вона буде дотримуватися правильного життєвого настрою і вирішить для себе, що буде зростати та розвиватися. Сила, яка створила людину і визначила її шлях на зростання і розвиток, також контролює і обставини суспільства, промисловості та владних інститутів, і ця сила ніколи не діє проти себе самої. Сила, яка знаходиться у вас всередині, також пронизує і речі навколо вас. Коли ви почнете рухатися вперед, всі ці речі почнуть працювати тільки на благо вашого зростання, що і буде більш детально описано в наступних главах цієї книги. Людина була створена для зростання, а всі навколишні речі сприяють цьому зростанню. Як тільки людина пробуджує свою душу і ступає на шлях розвитку, вона виявляє, що їй допомагає не тільки Бог, але і природа, і суспільство, і оточуючі її люди. Все, що оточує людину, працює спільно для її блага, якщо вона підкоряється вселенському закону. Бідність не є перешкодою для величі, бо бідність завжди можна подолати. Мартін Лютер у дитинстві співав на вулицях за шматок хліба. У Карла Ліннея (природознавець, творець єдиної системи класифікації рослинного та тваринного світу) було всього сорок доларів, які йшли на його

навчання, йому доводилося самому ремонтувати собі взуття і він часто змушений був просити їжу у своїх друзів. Х'ю Міллер, який був підмайстром муляра, почав вивчати геологію, працюючи в кар'єрі. Джордж Стівенсон, винахідник локомотивного двигуна і один з найбільших інженерів-будівельників, був простим шахтарем, але потім він «пробудився» і почав думати. Джеймс Уатт був хворобливою дитиною і був занадто слабким, щоб вчитися у школі. Авраам Лінкольн теж був бідним хлопчаком. У кожному з цих випадків ми бачимо, як Закон Сили в людині піднімає її вище усіляких негативних обставин і негараздів.

У вас всередині теж є Закон Сили, тому якщо ви використовуєте його Певним чином, ви можете подолати будь-яку спадковість, підпорядкувати собі всі обставини та умови, і стати великою та сильною особистістю.

ГЛАВА 3

Джерело Сили

Мозок, тіло, розум, здібності і таланти людини — це просто *інструменти* для прояву Сили, геніальності, величі. Самі по собі вони не роблять людину великою. У людини може бути великий мозок і ясний розум, гарні здібності і

блискучі таланти, але все ж вона не буде великою людиною, якщо не буде використовувати їх «з величчю». Якість, яка дозволяє людині використовувати свої здібності саме з величчю, і робить її великою. Ім'я цій якості мудрість. Мудрість — це основа величі.

Мудрість — це здатність усвідомлювати і обирати найкращі цілі, до яких потрібно йти, а також знаходити найкращий шлях для досягнення цих цілей. Це здатність усвідомлювати, що таке правильні речі і чинити правильно. Людина, яка достатньо мудра, щоб знати, як чинити правильно, достатньо добра, щоб бажати робити тільки те, що правильно, і має достатньо сил, щоб чинити правильно, і є по-справжньому великою людиною. Суспільство відразу розпізнає в ній Сильну особистість і шанує її.

Мудрість залежить від знання. Там, де панує повне невігластво, не може бути мудрості та знання про те, що є правильним. Знання людини відносно обмежені, і тому, мабуть, її мудрість також обмежена, тому людина має об'єднати свій розум зі Знанням, яке перевершує її власне, і отримати ту мудрість, яка їй недоступна на її власному рівні. Вона здатна це зробити, бо це вже робили по-справжньому великі люди до неї.

Тільки Бог знає все. Тільки Бог володіє справжньою мудрістю і знає, як чинити правильно.

І людина може отримати таку мудрість від Бога. Наведу вам ще один приклад: Авраам Лінкольн не мав повної освіти, але у нього була *сила* сприймати і бачити істину. Приклад Лінкольна робить очевидним той факт, що справжня мудрість полягає в тому, щоб знати як чинити правильно за будь-яких обставин, у бажанні робити правильні речі, у таланті і здібностях достатніх, щоб бути раціональним, мудрим і здатним робити правильні вчинки. За часів боротьби за скасування рабства в США і в період примирення сторін, коли всі інші люди не знали, що було правильно і що потрібно було робити, Лінкольн ніколи не сумнівався. Він бачив істину крізь поверхневі аргументи прихильників рабства, але він також бачив нездійсненність вимог і фанатизм його противників. Він бачив правильні цілі, до яких потрібно було йти, і він бачив найкращі шляхи і засоби для досягнення цих цілей. Люди розуміли і відчували цю його здатність бачити істину, тому і обрали його президентом. Будь-яка людина може розвинути здатність бачити істину та правильний шлях дій. Люди переконуються у в правильності її рішень, будуть поважати і шанувати її. Весь світ з нетерпінням чекає на таких людей.

Коли Лінкольн став президентом, він був оточений безліччю так званих здібних та обдарованих радників, але лише одиниці з них були

згодні з його позицією. Часом вони всі були проти його політики, часом майже всі північні штати були проти того, що він пропонував робити. Але він бачив істину, коли погляд інших був затуманений зовнішніми обставинами. Його рішення майже завжди були вірними. Він був одночасно найвидатнішим державним діячем та найкращим солдатом того періоду. Звідки він, порівняно неосвічена людина, отримав цю мудрість? Це було не через якусь особливу будову його черепа або через тонкощі текстури його мозку. Це не було пов'язано з якоюсь фізичною рисою. Справа була навіть не в якійсь видатній рисі його розуму, пов'язаною зі здатністю логічно міркувати.

Процеси логічного міркування не часто призводять до пізнання справжньої істини.

Це було пов'язано з духовною проникливістю. Він сприймав та бачив істину. Але як він її бачив і звідки приходило це сприйняття? Ми бачимо щось подібне і в Джорджі Вашингтоні, чия віра і мужність завдяки його баченню істини, об'єднали колонії під час довгої і, як здавалося, явно безнадійної Американської Революції. Ми бачимо щось подібне і в феноменальній військовій геніальності Наполеона, який завжди знав як правильно чинити в тих чи інших військових питаннях. Ми бачимо, що велич Наполеона була швидше в його Природі, а не в самому Наполеоні. У

Вашингтоні та Лінкольні було щось більше, ніж сам Вашингтон та Лінкольн. Ми бачимо це у всіх великих людях. Такі люди бачать істину. Але істину не можна побачити, поки вона не почне існувати. А істина не може існувати, поки не буде розуму, щоб її бачити і сприймати. Істина не існує окремо від розуму. У Вашингтона і Лінкольна був певний зв'язок з вселенським Розумом, який володів усіма знаннями і знав усю правду. Те саме вірно для всіх, хто проявляє мудрість. Мудрість ми отримуємо, читаючи думки Бога.

ГЛАВА 4

Розум Бога

Існує Вселенський Розум, який є у всьому і пронизує все. Це єдина реальна субстанція. З неї створено все. Це Розумна Субстанція, Мисляче Щось. Це Бог. Там де немає цієї субстанції, не може бути розуму, бо там де немає цієї субстанції, немає нічого. Там де є думка, повинна бути і мисляча субстанція. Думка не може бути функцією, бо функція то є рух, а простий рух не може мислити. Думка не може бути вібрацією, тому що вібрація — це теж рух, а рух не може мислити. Рух — це ніщо інше як переміщення субстанції в просторі. Якщо десь і повинен проявлятися розум, то саме в субстанції, а не у русі. Думка не може бути

результатом рухів у мозку. Якщо думка знаходиться у мозку, вона повинна бути у речовині мозку, а не у рухах, які здійснює ця мозкова речовина.

Але думка знаходиться не у мозковій речовині, бо мозкова речовина без *життя* геть нерозумна і мертва. Думка знаходиться у *Законі Життя* , який оживляє мозок, в духовній субстанції, яка і є сутністю справжньої людини. Це не мозок думає, а людина. Вона просто висловлює свою думку через мозок.

Є духовна субстанція, яка мислить. Подібно до того як духовна субстанція людини проникає в її тіло, зберігаючи там думки і знання, так само і Первинна Духовна Субстанція, тобто Бог, пронизує всю природу і зберігає свої думки і знання у ній. Природа так само розумна, як людина, і знає навіть більше, ніж людина. Природа знає все. Вселенський розум встановив зв'язок з усім ще з самого початку часів, він володіє всіма знаннями. Людський досвід охоплює лише кілька речей, і ці речі людина знає, але Божий досвід охоплює все, що сталося з моменту створення світу, від руйнування планет та польоту комети до зльоту горобця з гілки. Все що є і все що було, міститься у Розумі, який огортає нас, охоплює нас і оточує нас з усіх боків.

Всі енциклопедії, написані людьми, є нікчемними брошурами у порівнянні з тими

великими знаннями, якими володіє розум, в якому люди живуть, рухаються та існують.

Істини, які люди сприймають інтуїтивно — це думки, які містяться в цьому розумі. Якби вони не були думками, людина не могла б їх сприймати, тому що вони не існували б. І вони не могли б існувати як думки, якби не було розуму, в якому вони могли б зберігатися. А розум цей не може бути нічим іншим ніж субстанцією, яка мислить.

Людина — це теж мисляча субстанція, частина Вселенської Субстанції. Але розум людини обмежений, а Вселенський Розум, з якого виникла людина, і який Ісус називав Отцем, безмежний. Увесь розум, енергія і сила виходять від Отця. Ісус усвідомив це і дуже просто сказав про це. Знову і знову він приписував всю свою мудрість і силу своїй єдності з Отцем і своєму сприйняттю думок Бога. «Мій Батько і Я єдині».

Це було основою його знань і сили. Він показав людям необхідність духовного пробудження, необхідність почути глас Божий і стати схожим на Нього. Він порівнював не мислячу людину, яка є здобиччю та іграшкою у руках обставин, з мерцем у могилі. Він благав таку людину прислухатися до нього і стати на шлях розвитку та зростання.

«Бог є Дух», — казав він, — «переродись, прокинься духовно, і ти побачиш його царство.

«Почуй Мій голос, глянь на Мене і на те, що Я роблю, стань на шлях істинний і живи» — вустами моїми говорить Дух і все Життя, прийми цю істину, і всередині тебе пробудиться джерело. І тоді всередині тебе з'явиться життя».

«Я бачу, що робить Отець, і роблю так само», — казав він, маючи на увазі те, що він читає думки Бога. «Батько все показує синові своєму». «Якщо хтось воліє вершити волю Божу, він повинен знати істину». «Моя наука не моя власна, вона послана мені від Нього». «Ти повинен знати правду, бо правда тебе звільнить». «Дух направить тебе до всієї істини».

Ми занурені у розум, який володіє всіма знаннями і знає всю правду. Він прагне дати нам це знання, тому що Отець наш з радістю дає добрі дари своїм дітям. Пророки і провидці, а також великі люди в минулому і сьогоденні стали великими завдяки тому, що вони отримали від Бога, а не завдяки тому, чого їх навчили інші люди. Це безмежне джерело мудрості і сили відкрите для вас, ви можете використовувати його як забажаєте відповідно до своїх потреб. Ви можете стати тим, ким хочете, ви можете робити те, що хочете, ви можете мати те, що хочете. Щоб досягти цього, ви повинні навчитися бути в єдності з Отцем, щоб мати можливість бачити істину, щоб у вас була мудрість і ви знали, до яких цілей йти і які засоби

використовувати для досягнення цих цілей, щоб ви могли знайти в собі силу використовувати ці засоби. Закінчивши читати цю главу, вирішіть для себе, що тепер ви відсунете в сторону все зайве і сконцентруєтеся на досягненні свідомої єдності з Богом.

«Я захищу свій
рідний дім
Від пихи Риму та
Афін,
І серед лісу ляжу на
траві,
Переді мною зорі ті
ясні,
Не можу стримати я
сміх
Через дурню
людських утіх,
І вся та навчена
юрба,
Хіба потрібна вам
вона?
І що тепер мені їх
пиха,
Зустрів я Бога — то є
втіха»

*(«Прощавай, світ пихи»,
Ральф Уолдо Емерсон)*

ГЛАВА 5

Підготовка

«Наблизьтеся до Бога, і Він наблизиться до вас».

Наслідуючи Бога, ви зможете читати його думки, тому що ви зрозумієте, що інакше істину побачити неможливо.

Ви ніколи не зможете стати великою людиною, поки не подолаєте занепокоєння, тривогу і страх. Тривожна, схвильована та перелякана людина не може побачити істину, бо такий ментальний стан спотворює і перекручує в її очах всі навколишні речі, порушуючи баланс і зв'язок цих речей. Тому перебуваючи в такому стані, людина не може читати думки Бога.

Якщо ви бідні або хвилюєтесь через ділові або фінансові питання, рекомендую вам уважно прочитати першу книгу цієї серії «Наука про те, як Стати Багатим». Вона запропонує вам рішення проблем такого роду незалежно від того, наскільки вони складні. Немає причин для занепокоєння з приводу фінансових питань, бо кожна людина, яка

бажає цього, може подолати потребу у грошах і отримати все, що їй потрібно, і, відповідно, стати багатю. Те саме джерело, яке ви можете використовувати для розвитку розуму і духовної сили, допоможе вам задовольнити всі ваші матеріальні потреби. Повторюйте цю істину допоки вона не укоріниться в ваших думках, а занепокоєння не зникне з вашої свідомості. Почніть жити Певним чином, який приведе вас до матеріального багатства.

Знову ж таки, якщо ви хвилюєтесь через своє здоров'я, просто усвідомте, що ви можете досягти ідеального здоров'я і знайти силу, щоб робити все, що хочете, і навіть більше. Той Розум, який готовий дарувати вам багатство, розумову і духовну силу, з радістю буде дарувати вам і міцне здоров'я. У вас обов'язково буде ідеальне здоров'я, якщо ви будете просто слідувати простим законам життя і жити правильно. Відкиньте думки про погане здоров'я, відженіть страх. Однак недостатньо просто подолати фінансове та фізичне занепокоєння і тривогу, ви також повинні подолати моральну слабкість. Прямо зараз налаштуйте свою свідомість на мотивацію, яка запусить всередині вас рухи, і переконайтеся, що ці рухи правильні. Ви повинні припинити жадібно бажати чогось, керуючись примітивним апетитом. Ви повинні навчитися керувати цим апетитом. Ви повинні їсти тільки для

того, щоб вгамувати голод, а не задовольняти обжерливість. Так і в усьому ви повинні змушувати плоть підкорятися вашому духу.

Ви маєте відкласти у сторону жадібність та відкинути всі негідні мотиви у своєму бажанні стати багатим та могутнім. Хотіти багатства правильно і справедливо, якщо ви хочете цього заради душі, але не заради фізичної жадоби.

Ви повинні відкинути гордість і марнославство. Не прагніть керувати або бути вищими за інших. Це дуже важливий момент, бо немає спокуси більш підступної, ніж егоїстичне бажання правити іншими людьми.

Ніщо так не лестить звичайним людям, як сидіти на найкращих місцях на святах, приймати шанобливі вітання на ринковій площі і зватися «Учитель» або «Пан».

Мати контроль над іншими — це таємний мотив кожної егоїстичної людини. Боротьба за владу над іншими — це битва суперницького світу, але ви повинні піднятися над цим світом, його тваринними мотивами та бажаннями і прагнути тільки розвитку життя. Позбавтеся заздрощів, бо ви і так можете мати все, що забажаєте. Вам не потрібно заздрити чомусь, що має інша людина. Перш за все стежте за тим, щоб у вас не було злості і ворожих почуттів по відношенню до кого-небудь, тому що це розриває ваш зв'язок з Розумом, чий

скарби ви прагнете отримати. «Той, хто не любить ближнього свого, не любить Бога».

Відкиньте всі жадібні та підлі особисті амбіції, прийміть для себе рішення прагнути вищого блага і протистояти недостойному егоїзму.

Подолайте все вищесказане і викиньте моральні спокуси зі свого серця одну за одною. Прийміть для себе рішення не тільки відмовитися від усіх злих думок, а й від усіх вчинків, звичок і дій, які не відповідають вашим благородним ідеалам. Це надзвичайно важливо. Прийміть це рішення усією силою своєї душі, і тоді ви будете готові до наступного кроку на шляху до величч, про який ми поговоримо в наступному розділі.

ГЛАВА 6

Точка зору на навколишній світ

Без віри неможливо порадувати Бога, без віри неможливо стати великим. Відмінною рисою всіх дійсно великих людей є їх непохитна віра. Ми бачимо це в Авраамі Лінкольні у темні дні війни, ми бачимо це в Джорджі Вашингтоні під час Американської війни за незалежність. Ми бачимо це в Давиді Лівінгстоні, скаліченому місіонері, який розкривав таємниці чорного континенту. Його душа була сповнена рішучості пролити світло на питання невідомої ним работорівлі. Ми бачимо це в

Мартіні Лютері Кінзі та Франсіс Віллард, в кожному чоловікові та жінці, які зайняли почесне місце у списку найвеличніших людей. Поняття «віра» — це не віра у себе і свої сили, це віра у Закон Життя, у Велике Щось, яке таїть в собі істину і яке допоможе вам здобути перемогу у потрібний час. Без цієї віри неможливо досягти справжньої величі. Людина, яка не має такої віри, завжди буде маленькою людиною. Наявність віри залежить від вашої точки зору. Ви повинні навчитися бачити світ як щось еволюціонуюче, як щось, що розвивається і зростає, а не як вже остаточної роботу Бога. Мільйони років тому Бог працював з дуже примітивними формами життя, але тим не менше кожна з них була по-своєму досконала. Вищі і більш складні організми як тваринного, так і рослинного походження, виникли в наступні століття. Земля росла і розвивалася крок за кроком, кожна стадія розвитку була досконала сама по собі, але за нею слідували і будуть слідувати більш досконалі. Я хочу, щоб ви зрозуміли, що так звані «нижчі організми» так само досконалі як і вищі, що світ в еоценовому періоді був ідеальним для того часу. Той світ був прекрасний, але на цьому Бог не припинив свою роботу. Це твердження вірне і для світу сьогодення. У фізичному, соціальному і промисловому плані все добре, все ідеально. Але фінальна точка все ще не поставлена, хоча і на

цьому етапі все, що створив Бог, теж ідеальне.

ВИ ПОВИННІ ДОТРИМУВАТИСЯ ТАКОЇ ТОЧКИ ЗОРУ: СВІТ І ВСЕ, ЩО В НЬОМУ Є, ІДЕАЛЬНЕ, АЛЕ ЦЕ ЩЕ НЕ ОСТАТОЧНА ВЕРСІЯ СВІТУ.

«Зі світом все добре». Це факт, це чудово. Взагалі з усім і з усіма все чудово.

Всі факти життя ви повинні розглядати саме з такої позиції.

З природою все чудово. Природа — це велика сутність, яка розвивається, росте і працює на благо всього. Все в Природі добре, в ній немає зла. Вона ще знаходиться в процесі розвитку, бо творіння ще не завершено. Але природа робить все, щоб дати людині ще більше, ніж вона вже їй дала. Природа — це частковий прояв Бога, а Бог — це любов. Вона ідеальна, але ще не остаточна.

Те саме стосується людського суспільства і тих, хто стоїть при владі. Нехай все ще існують монопольні концерни, злиття капіталів, страйки, масові звільнення і так далі. Всі ці речі є частиною руху вперед, розвитку. Вони потрібні для еволюційного процесу, для створення ідеального суспільства у майбутньому. Коли процес буде завершено, настане цілковита всесвітня гармонія, але без цих, так би мовити, негативних факторів цей процес не завершити. Дж. П. Морган був так само необхідний для майбутнього суспільного

устрою як і всі ті дивні рептилії в епоху плазунів були необхідні для розвитку життя наступної епохи. І точно так само як ці рептилії були досконалими в своєму роді і в своєму часі, так і Морган був досконалий у своєму.

Все знаходиться на своїх місцях, все добре. Розглядайте уряди і промисловість як ідеальні на даному етапі, такими, які допомагають світу рухатися в напрямку ще більшої досконалості. Тоді ви зрозумієте, що вам нема чого боятися, не потрібно хвилюватися. Ніколи не скаржтеся ні на одну з цих речей. Зараз вони ідеальні. Це найкращий світ для тієї стадії розвитку, на якій зараз знаходиться людина.

Можливо, це звучить як якась дурість для багатьох людей, навіть скоріше за все, для більшості людей. Вони скажуть: «Та що ж це таке? Хіба дитяча праця та експлуатація людей на брудних і антисанітарних фабриках це не щось погане? Хіба різного роду кубла розпусти та забігайлівки це не зло? Ви хочете сказати, що ми повинні змиритися з усім цим і назвати це чимось добрим?»

Дитяча праця та подібні речі не більше зло, ніж спосіб життя і звички печерної людини. Її спосіб життя відповідав тій дикій і жорстокій стадії розвитку людини, для тієї стадії такий спосіб життя був ідеальним. Наш «промисловий» спосіб життя

відноситься до дикої і жорстокої стадії промислового розвитку, і він також є бездоганим на даний час.

Нічого кращого нам не світить, поки ми не припинимо бути розумовими дикунами в промисловості та бізнесі і не станемо просто людьми. Але це може статися тільки шляхом переходу всієї людської раси на більш високий ментальний рівень. А це може статися тільки завдяки появі таких людей, які готові до цього вищого ментальному рівню. Виною всієї цієї дисгармонії є не зажерливі хазяї та роботодавці, а самі робітники, і саме вони можуть все це виправити. Коли вони досягнуть більш високого ментального рівня, коли вони *захочуть* це зробити, тоді вони зможуть досягти повної гармонії і людинолюбства в Промисловості. У них є для цього масовість і сила. Вони вже зараз можуть отримувати те, що бажають. Коли вони забажають більшого на шляху до більш високого, чистого та гармонійного життя, вони це отримають. Вони і правда хочуть більшого зараз, але вони хочуть тільки більше речей, які приносять примітивне тваринне задоволення, тому промисловість залишається на дикій, жорстокій і тваринній стадії. Коли робітники почнуть підніматися на той ментальний рівень життя, де більше речей їм потрібно буде саме для розвитку життя, розуму і

душі, тоді й індустрія відразу ж почне переростати цей рівень дикості та жорстокості. Але на даному етапі все ідеально саме в тому вигляді як воно є. Ось повірте, все дуже добре. Те саме можна сказати про забігайлівки та кубла розпусти. Якщо більшості людей вони потрібні, тоді правильно і необхідно, щоб такі місця існували. Коли більшість побажає бачити світ без таких місць, такий світ буде створено. Поки люди знаходяться на рівні грубого і тваринного мислення, соціальний порядок буде частково безладним і буде відображати ці грубі і тваринні прояви. Саме люди роблять суспільство таким, яке воно є, а коли люди переростуть своє тваринне мислення, то і суспільство підніметься. Але суспільство, яке мислить грубим і тваринним чином, заслуговує мати забігайлівки і кубла розпусти, воно також ідеальне у своєму роді, як і був світ в еоценовому періоді.

Все це не заважає вам працювати і прагнути чогось кращого.

Ви можете працювати задля завершення процесу створення кращого суспільства замість того, щоб намагатися зібрати до купи залишки чогось, що приходить у занепад. Ви можете працювати над цим з відкритим серцем і сповнені надії. Те як ви будете дивитися на цивілізацію, буде відігравати велику роль у становленні вашої віри і душевного стану. Ви можете розглядати

цивілізацію як щось хороше, таке, що розвивається, або ж як щось погане, зле і таке, що занепадає. Одна точка зору направить ваш розум на зростання та розвиток, а інша на деградацію і занепад.

Одна точка зору зробить вас кращим і величнішим, а інша неминуче потягне донизу. Одна дозволить вам працювати і жити заради вічних істин, здійснювати великі вчинки заради вдосконалення цього неповного, не гармонійного світу, а інша зробить вас просто дрібним реформатором, який працює майже без надії заради порятунку кількох втрачених душ від світу, який вважає втраченим і приреченим. Отже ви бачите, що погляд на світ має величезне значення для вас. «Зі світом все добре. Ніщо не може бути неправильним, крім мого особистого ставлення, але я подбаю, щоб воно було правильним. Я буду розглядати природу, всі події, обставини і умови життя суспільства, політики, урядів і промисловості з найвищої точки зору. Все ідеально, хоча це ще не остаточна версія світу. Це все творіння рук Бога, тому все дуже добре.

ГЛАВА 7

Погляд на себе

Ваш погляд на життя і стан світу та суспільства важливі, але не менш важливий ваш

погляд безпосередньо на оточуючих вас людей, ваших знайомих, друзів, родину і тим паче на самого себе. Ви повинні навчитися дивитися на світ не як на щось втрачене і занепадаюче, а як на щось досконале і гарне, яке рухається до прекрасної довершеності. Ви повинні навчитися бачити людей не втраченими і проклятими, а ідеальними істотами, які прагнуть стати ще більш досконалими. Не існує «поганих» або «злих» людей. Локомотив, який тягне по рейках важкий потяг, ідеальний у своєму роді, і це добре. Сила пари, яка керує ним, теж хороша. Якщо через зламані рейки локомотив впаде в кювет, це не зробить його поганим через те, що він зійшов з рейок. Це все одно буде абсолютно хороший локомотив, просто він збився зі шляху. Сила пари, яка загнала його в канаву і спричинила руйнування, це не зло, це теж хороша сила. Тому те, що недоречно виглядає або застосовано неповним або частковим чином, не є злом. Немає злих людей, є абсолютно хороші люди, які просто збилися зі шляху. Не треба їх засуджувати або карати. Їм просто потрібно допомогти знову потрапити на свої рейки.

У тому, що не розвинене або неповне, часто вбачається зло через те, що нас завжди вчили так думати. Цибулина, з якої виросте біла лілія, абсолютно неприваблива, хтось навіть може дивитися на неї з відразою. Але як нерозумно було

б засуджувати цю цибулину за її зовнішній вигляд, коли ми знаємо, що всередині неї красива лілія. Ця цибулина ідеальна в своєму роді, це досконала, але неповна лілія. Тому ми повинні навчитися так само розглядати і кожну людину, якою б непривабливою вона не здавалася зовні, бо вона досконала на своїй стадії існування.

Запам'ятайте, все дуже добре.

Як тільки ми усвідомимо цей факт і зупинимося на цій точці зору, ми втратимо будь-яке бажання чіплятися до людей, засуджувати та критикувати їх. Ми більше не будемо жити як ті, хто намагається врятувати втрачені душі, ми будемо жити і працювати серед ангелів над створенням досконалого раю. Ми народжені від Духа і побачимо Царство Боже. Ми більше не будемо дивитися на людей як на ходячі нижчі «рослини», відтепер наше бачення буде цілісним і досконалим. Ми будемо говорити тільки добрі слова. Адже все добре. Велике і славне людство рухається до цілісності та досконалості. І в нашому спілкуванні з людьми ми будемо мислити ширше, ми будемо дивитися на них як на величних істот, ми почнемо взаємодіяти з ними з відповідною величчю. Але якщо ми приймемо іншу точку зору, ми будемо бачити втрачену і деградує расу, наше бачення і мислення буде стискатися, а з ним будемо стискатися і ми. І наші відносини з людьми

теж стануть дрібними і стиснутими. Не забувайте дотримуватися першої точки зору, і тоді ви відразу почнете спілкуватися зі своїми знайомими, сусідами та сім'єю як і личить великій людині. Тієї ж точки зору ви повинні дотримуватися і по відношенню до себе. Ви завжди повинні бачити в собі велику зростаючу душу. Навчіться говорити: «Мене наповнює СУБСТАНЦІЯ, з якої я зроблений, якій невідомі ні вади, ні слабкості, ні хвороби. Світ ще не остаточний, його розвиток не завершено, але Бог у моїй власній свідомості ідеальний і цілісний. Ніщо не може бути неправильним, крім мого особистого ставлення, а моє особисте ставлення може бути неправильним тільки тоді, коли я вчиняю протилежно до того, що знаходиться всередині мене. У своєму нинішньому стані я є досконалим проявом Бога, я буду і надалі прагнути цілісності та досконалості. Я буду довіряти і не буду боятися». Коли ви зможете сказати це з розумінням, ви позбудетеся всіх страхів і зробите великий крок на шляху до розвитку великої та могутньої особистості.

ГЛАВА 8

Присвячення

Прийнявши точку зору, яка ставить вас у правильні відносини зі світом і з вашими ближніми,

вашим наступним кроком має стати присвячення. Присвячення в істинному розумінні просто означає послухання душі. У вас є те, що завжди спонукає вас рухатися далі і вище. Це щось є божественним Законом Сили, тому ви повинні підкорятися йому без питань. Ніхто не буде заперечувати, що якщо ви хочете бути великим, велич ця повинна бути проявом чогось всередині вас. І ви ніяк не можете сумніватися в тому, що це щось повинно бути чимось величним і високим. Це не розум, не інтелект, не логічність мислення. Ви не зможете бути великим, якщо будете покладатися на логіку більше, ніж на Закон та вселенські принципи. Логіка не знає ні принципу, ні моралі. Ваша логіка буде працювати подібно адвокату, який може захищати будь-яку зі сторін. Інтелект злодія планує злочин так само зрозуміло та логічно, як інтелект святого планує благодійність. Інтелект просто допомагає нам побачити найкращі засоби і способи зробити те, що потрібно, але інтелект ніколи не показує нам, *що саме* потрібно, тобто правильні речі. Інтелект і логіка служать егоїстичній людині для досягнення її егоїстичних цілей так само легко, як вони служать безкорисливій людині для досягнення її безкорисливих цілей. Якщо ви будете використовувати інтелект і логіку без прив'язки до правильних принципів, вас вважатимуть дуже здібним, але ви ніколи не станете відомим як

людина, чиє життя є прикладом сили та справжньої величі.

Люди приділяють занадто багато часу тренуванням інтелекту і розумових здібностей і занадто мало тренують послух душі. Єдине, що може бути *не так* з вашим особистим світоглядом, це коли він не підкоряється Закону Сили.

Зазирнувши всередину себе, ви завжди зможете знайти справжню і чисту ідею правильного для будь-яких ситуацій. Щоб бути великим і мати силу, потрібно лише привести своє життя у відповідність із чистою ідеєю, яку ви знайдете у величі, яка живе **ВСЕРЕДИНІ** вас. Будь-яке відхилення від цього шляху призводить до втрати сили. Ось що ви повинні пам'ятати. У вашому розумі є багато ідей, які ви вже переросли, але яким ви, через звичку, все ще дозволяєте диктувати вам, як чинити. Припиніть все це. Відмовтеся від усього, що ви переросли. Є багато нищих звичаїв, соціальних та інших, яких ви все ще дотримуетесь, хоча і знаєте, що вони принижують і применшують вас, змушуючи поводити себе дріб'язково та низько. Підніміться над цим усім. Я не кажу, що ви повинні повністю ігнорувати звичаї або загальноприйняті стандарти правильного і неправильного, вам це не вдасться. Але ви можете звільнити свою душу від більшості обмежень, які зв'язують більшість людей. Не витрачайте свій час і

сили на підтримку застарілих інститутів, релігійних або інших, не зв'язуйте себе віровченнями, в які ви не вірите. Будьте вільними. Можливо, ви сформували деякі звички на рівні розуму або тіла — відкиньте їх. Можливо, ви як і раніше відчуваєте страх, що щось піде не так або що люди зрадять вас, або будуть погано поводитися з вами — станьте вище всього цього. Можливо, ви як і раніше вчиняєте егоїстично у багатьох відношеннях — припиніть це робити. Відмовтеся від усього цього, приклавши всі зусилля, щоб сформуванати в своєму розумі концепцію правильних вчинків і дій. Якщо ви хочете розвиватися, але у вас не виходить, пам'ятайте, що причиною цього може бути тільки те, що ваші вчинки не відповідають вашим думкам. Ви повинні чинити так само добре, як і думаєте.

Дозвольте вашим думкам керуватися Законом, а потім просто вчиняйте відповідно до ваших думок.

Нехай ваша позиція в бізнесі, політиці, сусідських справах і вашому власному домі буде вираженням найкращих думок, на які ви здатні. Нехай ваша позиція по відношенню до всіх людей, великих і маленьких, і особливо до вашого сімейного кола, завжди буде самою доброю, люб'язною та ввічливою. Пам'ятайте про свою точку зору на світ. Ви бог серед рівних вам богів і повинні поводити себе відповідно.

Щоб завершити ваше присвячення, залишилося зробити лише кілька простих кроків. Вами не повинні керувати низькі почуття. Великі люди керуються піднесеними почуттями. Ви не можете керуватися фізичними імпульсами, ви повинні підпорядковувати своє тіло розуму. Але будьте обережні, бо ваш розум може схилити вас на шлях егоїзму та аморальності, якщо ним не будуть керувати Закони та принципи душі. Ви повинні підпорядкувати розум душі, але ваша душа обмежена вашими знаннями. Тому ви повинні підпорядкувати свою душу тій Вселенській Душі, яка володіє абсолютним знанням і від ока якої ніщо не сховається. Це і є присвячення. Скажіть: «Я віддаю своє тіло, щоб ним керував мій розум, я віддаю свій розум, щоб ним керувала моя душа, я віддаю свою душу, щоб нею керував сам Бог». Нехай ваше присвячення буде цілісним і ретельним. Це буде ваш другий великий крок на шляху до величчя і сили.

ГЛАВА 9

Ототожнення

Ось ви вже усвідомили, що Бог то є зростаюча присутність, яка живе в природі, суспільстві та ваших ближніх, налагодили гармонію з усім цим і присвятили себе тому, що всередині вас і спонукає

до чогось більшого та вищого. Тепер наступний ваш крок — це повністю усвідомити той факт, що Закон Сили живе всередині вас і це є Сам Бог. Ви повинні свідомо ототожнювати себе із Всевишнім. Це не якась помилкова або невірна позиція, яку слід прийняти наосліп, це факт, який потрібно визнати. Ви вже єдині з Богом, але тепер ви хочете *свідомо* це приймати. Існує єдина субстанція, джерело всіх речей, і ця субстанція має в собі силу, яка створює всі речі, вся сила всесвіту міститься у ній. Ця субстанція має свідомість і мислить, вона працює, володіючи досконалим знанням та інтелектом. Ви знаєте, що це так, тому що ви вже знаєте, що існує субстанція та існує свідомість, і що ця субстанція наділена свідомістю. Людина має свідомість і мислить, людина є субстанція, вона теж є тією субстанцією, інакше вона ніщо, а ніщо не існує. Якщо людина є субстанцією, мислить і має свідомість, тоді вона — Свідома Субстанція. Неможливо уявити, щоб існувало більше однієї вселенської Свідомої Субстанції. Таким чином, людина є первинною субстанцією, джерелом усього життя і сили, втіленої у фізичній формі. Людина не може бути чимось відмінним від Бога. Розумність всюди одна і вона належить одній і тій самій субстанції. Не може бути, щоб у Бога був один вид розуму, а в людини інший. Весь розум перебуває в розумній субстанції, а розумна субстанція — це і є

Бог. Людина складається з того ж матеріалу, що і Бог, тому всі таланти, сили і можливості, якими наділений Бог, притаманні і людині. Не обраним людям, а кожній людині. «Вся сила дана людині як на небі, так і на землі». «Хіба не написано, ви боги?» Закон Сили в людині — це сама людина, а сама людина — це Бог. Але незважаючи на те, що людина є первинною субстанцією і володіє всіма силами і можливостями, її свідомість обмежена. Вона не знає всього, тому робить помилки. Щоб врятувати себе від цього, вона повинна об'єднати свій розум з тим, хто знає все, вона повинна свідомо стати єдиним цілим з Богом. З усіх боків її оточує розум, ближче, ніж подих, ближче, ніж її власні руки та ноги. І в цьому розумі міститься пам'ять про все, що коли-небудь відбувалося, від найбільших природних катаклізмів в доісторичні епохи до зльоту горобця з гілки в даний момент, це знання про все, що існує. У цьому Розумі міститься велика мета всієї природи, і тому він знає, що несе нам день грядущий. Людина оточена Розумом, який знає все — минуле, сьогодення та майбутнє. Все, що люди говорили, робили або писали, міститься в ньому. Людина — одна субстанція з цим Розумом, вона народжена з нього, і вона може настільки ототожнити себе з ним, що здатна пізнати те, що знає Розум.

«Мій Отець більший за мене, — казав Ісус, —

але я народжений від нього». «Я і мій Отець єдині. Він показує своєму синові все». «Дух направить вас до всієї істини».

Ваше ототожнення себе з Нескінченною Субстанцією має здійснюватися свідомо. Визнаючи той факт, що існує єдиний Бог і що весь розум перебуває в одній субстанції, ви повинні промовити і повірити в таку мудрість: «Є лише один і він усюди. Я віддаю себе свідомій єдності з вищим. Не я, а Отець. Я хочу бути єдиним із Всевишнім і жити божественно. Я знаходжуся в єдності з нескінченною свідомістю. Є тільки один розум, і я є цим розумом. Я кажу вам, що я є він».

Якщо ви ретельно вивчили все, що було викладено в попередніх розділах, якщо ви досягли правильної точки зору на світ і якщо ваше присвячення завершено, вам не буде важко досягти свідомого ототожнення. І як тільки воно буде досягнуто, сила, яку ви шукаєте, прийде до вас, оскільки ви досягли єдності з усією наявною у всесвіті силою.

ГЛАВА 10

Ідеалізація

Ви — центр мислення у первинній субстанції, думки якої мають творчу силу. Все, що сформовано в її думках і утримується як думкоформа, набуде

матеріальної форми. Таким чином думкоформа, яка міститься в мислячій субстанції, стає реальністю. Це реальна річ незалежно від того, стала вона видимою для очей людини чи ні. Факт у тому, що ви повинні прийти до розуміння того, що думка, закладена в мислячій субстанції, є реальною річчю, а форма вже фактично існує, хоча може бути і невидимою для вас. Ви внутрішньо приймаєте ту форму, яку ваш розум створює стосовно вас самих. Ви оточуєте себе невидимими формами тих речей, з якими ви асоціюєте свої думки.

Якщо ви бажаєте чогось, чітко це уявіть і тримайте цю картину в своєму розумі, поки вона не стане певною думкоформою. І якщо ваші вчинки не є такими, які віддаляють вас від Бога, те, що ви хочете, прийде до вас у матеріальній формі. Все відбувається відповідно до закону, за яким був створений всесвіт.

Не створюйте думкоформи, яка якимось чином пов'язує вас з хворобою. Замість цього сформулюйте концепцію здоров'я. Зробіть свою думкоформу сильною, енергійною і абсолютно здоровою, перенесіть її до творчого розуму, і якщо ваші вчинки не порушують закони існування фізичного тіла, ваша думкоформа з'явиться у реальності. Все це обов'язково відбудеться, бо це відбувається за Законом.

Створіть думкоформу себе такого, яким ви

хочете себе бачити. Нехай ваш ідеал буде настільки близьким до досконалості, наскільки ви здатні уявити. Дозвольте мені навести приклад: є молодий студент юридичного факультету, який прагне стати великою людиною. Він повинен уявити себе великим юристом (при цьому стежачи за точкою зору на світ, присвяченням, ототожненням, про це ми вже говорили), який веде свою справу з незрівнянним красномовством перед суддею і журі; юристом, який володіє чітким баченням істини, знанням і мудрістю. Він повинен уявити себе великим адвокатом у всіх можливих обставинах і ситуаціях. І нехай він поки що лише учень, він ні в якому разі не повинен забувати або ставити під сумнів бачення себе як великого адвоката в своїй думкоформі. У міру того, як думкоформа стає все більш визначеною і звичною в його розумі, творчі енергії, як всередині, так і зовні, приводяться в дію, і студент починає проявляти цю форму зсередини і зовні, і все, що було в його уявному образі, починає приходити до нього. Він перетворює себе на свій уявний образ, а Бог допомагає йому у цьому. Ніщо не може перешкодити йому стати тим, ким він хоче.

Таким же чином учень, який вчиться музиці, повинен уявляти себе виконавцем ідеальних мелодій, якими захоплюється величезна аудиторія. Актор повинен сформувати у своєму розумі найдосконалішу концепцію щодо свого мистецтва і

застосовувати її до себе. Фермер і механік повинні зробити те саме. Зосередьтеся на ідеальному образі того, ким ви хочете бути, добре все продумайте і переконайтеся, що ви зробили правильний вибір, тобто той, який буде повністю вас задовольняти. Не звертайте занадто багато уваги на поради і пропозиції оточуючих, не вірте, що хтось може краще за вас знати, що вам підходить. Слухайте, що говорять інші, але завжди робіть свої власні висновки.

НЕ ДОЗВОЛЯЙТЕ ІНШИМ ЛЮДЯМ ВИРІШУВАТИ, КИМ ВАМ БУТИ. БУДЬТЕ ТИМИ, КИМ ВИ ХОЧЕТЕ БУТИ.

Не вводьте себе в оману хибним уявленням про обов'язок або борг. Ви не можете нести ніяких зобов'язань перед іншими, якщо такі можуть перешкодити вам максимально реалізувати себе. Будьте чесні з собою, і тоді ви будете чесні з усіма іншими. Коли ви повністю визначилися, ким хочете бути, сформулюйте найдосконалішу концепцію, яку ви здатні собі уявити, і зробіть цю концепцію думкоформою. Приймайте цю думкоформу як факт, як істину про себе і вірте в неї.

Не слухайте пропозиції, що суперечать вашим інтересам. Не звертайте увагу, якщо люди називають вас дурнем і мрійником. Продовжуйте мріяти. Пам'ятайте, що Бонапарт, напівголодний лейтенант, завжди бачив себе полководцем армій та

командиром Франції, і він став у реальності тим, ким себе вважав. Те саме стосується і вас. Уважно стежте за всім, що було сказано у попередніх главах, дійте, як буде зазначено в наступних, і тоді ви станете тим, ким хочете бути.

ГЛАВА 11

Реалізація

Якби ви зупинилися на попередній главі і покинули читати цю книгу, ви ніколи не стали б великими. Ви були б просто мрійниками, продовжуючи будувати замки з піску. Дійсно багато хто на цьому і зупинявся, вони не розуміли необхідності справжніх дій для реалізації свого бачення і прояву своєї думкоформи у реальності. Необхідні дві речі. По-перше, потрібно створити думкоформу. По-друге, потрібно застосувати її до себе. Ми обговорили перший пункт, а тепер давайте розберемося з другим. Коли ви створили свою думкоформу, ви вже внутрішньо стали тим, ким хочете. Далі ви повинні, так би мовити, і зовні стати тим, ким хочете. Ви вже великі всередині, але ви ще не робите великих справ «зовні». Ви не зможете одразу почати робити великі справи, бо вам не вдасться одразу ж явити себе світові великим актором, адвокатом, музикантом або тією великою особистістю, якою ви себе бачите, тому що люди не

будуть довіряти вам великі справи, поки не пізнають вас краще. Але ви завжди можете почати з малих справ, але робити їх ідеально, злагоджено і «з величчю».

В цьому весь секрет. Ви можете почати бути великим вже сьогодні у своєму власному будинку, магазині, офісі, на вулиці, всюди. Вас почнуть вважати великою людиною, і заслужити це ви можете, роблячи все з величчю. Ви повинні вкладати всю силу своєї великої душі в кожную дію, нехай навіть найдрібнішу і звичайну, таким чином показуючи свій сім'ї, друзям і сусідам, ким ви дійсно є. Проте не вихваляйтеся, не кажіть людям, який ви великий, просто живіть по-великому. Ніхто не повірить вам, якщо ви просто скажете, що ви велика людина, але ніхто не поставить під сумнів вашу велич, якщо ви продемонструєте це на ділі. У вашому домашньому колі будьте настільки справедливими, щедрими, ввічливими і добрими, щоб ваша сім'я, ваша дружина, чоловік, діти, брати і сестри побачили, що ви велика і благородна душа. У відносинах з людьми будьте великими, справедливими, щедрими, ввічливими і добрими. Великі люди іншими і не бувають. Ось якою повинна бути ваша позиція.

Наступний, і, мабуть, найголовніший пункт — ви повинні мати абсолютну віру в своє власне бачення істини. Ніколи не робіть нічого поспіхом,

будьте спокійними у всьому, почекайте, поки не відчуєте, що знаєте єдиний вірний шлях. І коли ви відчуваєте, що знайшли істинний шлях, керуйтеся своєю вірою, нехай навіть весь світ буде з вами не згоден. Якщо ви не вірите у те, що Бог говорить вам щодо дрібниць, вам ніколи не вдасться досягнути і використовувати його мудрість і знання в більш важливих речах. Коли ви дійсно відчуваєте, що певний вчинок є правильним, робіть по-своєму з твердою вірою, що наслідки будуть хорошими. Коли ви дійсно впевнені, що щось є істиною, незалежно від того, наскільки переконливими можуть здаватися зовнішні суперечності, довіртеся цій істині і дійте відповідно. Єдиний спосіб розвинути бачення істини у великих речах — це повністю довіряти вашому нинішньому баченню Істини в маленьких речах. Пам'ятайте, що ви прагнете розвинути цю саму силу — бачення істини. Ви вчитеся читати думки Бога. Всемогутній не розділяє речі на маленькі та великі, він тримає сонце на своєму місці, але також бачить кожен зліт горобця з гілки і знає кількість волосин на вашій голові.

Бог так само цікавиться дрібницями повсякденного життя, як і справами цілих народів. Ви можете бачити істину щодо сімейних і сусідських справ, але також і щодо справ державних. Але для початку потрібно мати

досконалу віру в істину щодо маленьких справ, з якими ви стикаєтеся кожного дня. Коли ви відчуваєте, що потрібно йти певним шляхом, нехай він навіть здається таким, що суперечить логіці, йдіть саме цим шляхом. Прислухайтеся до порад інших, але завжди робіть те, що підказує ваше нутро, якщо ви відчуваєте, що це правильно. Завжди покладайтеся з абсолютною вірою на власне бачення істини, але переконайтеся, що ви чуєте Бога, що ви не дієте поспіхом, у страху або занепокоєнні.

Довіртеся вашому баченню істини у всіх фактах і обставинах життя. Якщо ви дійсно відчуваєте, що певна людина буде у певному місці в певний день, йдіть туди з твердою вірою, що зустрінетеся з цією людиною, бо вона буде там, як би мало ймовірно це не здавалося. Якщо ви впевнені, що певні люди роблять певні речі, дійте з вірою в те, що так воно і є. Якщо ви впевнені в істинності якої-небудь обставини або події, близької чи далекої, минулої, теперішньої або майбутньої, довіртеся своєму баченню. Спочатку ви можете час від часу робити помилки через ваше недосконале внутрішнє знання, але незабаром ви будете майже завжди приходити до вірного рішення. Незабаром ваша сім'я та друзі будуть все більше покладатися на ваші судження. Скоро ваші сусіди і мешканці міста будуть приходити до вас за

порадою. Незабаром вас будуть знати як людину, яка чудово себе проявляє у вирішенні невеликих питань, і вас будуть все частіше просити взяти участь у вирішенні більш важливих питань. Все, що вам необхідно, це керуватися абсолютно у всіх речах своїм внутрішнім світлом, своїм баченням істини. Прислухайтеся до своєї душі, цілковито вірте в себе. Ніколи не думайте про себе з сумнівом і недовірою, або як про людину, яка робить помилки. «Якщо я суджу, моє судження справедливе, тому що я чекаю похвали не від людей, а тільки від Отця».

ГЛАВА 12

Поспіх і звичка

Немає сумнівів, що у вас багато проблем, побутових, соціальних, фізичних і фінансових, які, як вам здається, вимагають негайного вирішення.

У вас є борги, які потрібно сплатити, або інші зобов'язання, які потрібно виконати. Ви відчуваєте себе на своєму нинішньому місці не гармонійно і впевнені, що з цим потрібно терміново щось робити. Не поспішайте і не дійте під впливом швидкоплинних і поверхневих поривів. Ви можете довіряти Богу у вирішенні всіх ваших особистих питань. Поспішати нікуди. У вас є єдиний Бог і зі світом все добре.

У вас є непереможна сила, така ж сила є і в речах, які ви хочете. Вона притягує їх до вас, а вас до них. Це та думка, яку ви повинні прийняти і постійно тримати в голові, думка, що той самий розум, який знаходиться в вас, знаходиться і в речах, які ви бажаєте. Вони рухаються до вас так само стрімко і рішуче, як і ви до них. Отже, сенс стійкої думки полягає в тому, щоб притягати до себе бажані речі і оточувати себе ними. Поки ви дотримуетесь своєї думки і віри, все буде добре. Ніщо не може бути неправильним, крім вашого особистого ставлення, але воно не буде неправильним, якщо ви будете вірити і не будете боятися. Поспіх — це прояв страху. Тим, хто боїться, завжди не вистачає часу. Якщо ви будете діяти з твердою вірою в своє власне бачення істини, ви ніколи не зіштовхнетеся з такими поняттями як занадто пізно чи занадто рано. Все буде відбуватися правильно і своєчасно. Якщо щось йде не так, не хвилюйтеся, це тільки так здається. Ніщо не може бути неправильним в цьому світі, справа може бути тільки у вас самих, і лише якщо ви самі налаштуєте своє сприйняття та ставлення неправильно. Щоразу, коли ви відчуваєте хвилювання, занепокоєння або у вас з'являється відчуття, що вам потрібно поспішати, просто сядьте, подумайте, пограйте в якусь гру або взагалі рушайте у відпустку. Відправляйтеся в подорож, і все буде добре, коли

ви повернетесь. Скажу вам точно, що коли ви опиняєтесь у ментальному поспіху, ви відразу ж припиняєте бути ментально великим. Поспіх і страх миттєво розірвуть ваш зв'язок із вселенським розумом, і ви не отримаєте ні сили, ні мудрості, ні знань, поки не заспокоєтесь. Якщо ви починаєте квапитися, ви просто перекреслюєте всю дію Закону Сили всередині вас. Страх перетворює силу на слабкість.

Пам'ятайте, що врівноваженість і сила нерозривно пов'язані.

Спокійний і врівноважений розум — це сильний і великий розум, квапливий і схвилюваний розум — це слабкий розум. Щоразу, коли ви впадаєте в ментальний стан поспіху, можете бути впевнені, що ви втратили правильну точку зору. Ви починаєте дивитися на світ (або його частину) неправильно. У такі моменти поверніться до шостої глави цієї книги, нагадайте собі про той факт, що все, що ви робите, чудово, прямо зараз і прямо тут. Все відбувається так як треба, все добре. Будьте врівноваженими, будьте спокійними, будьте веселими, вірте в Бога.

Що стосується звички, то, ймовірно, вашими найбільшими труднощами буде подолання ваших старих звичних способів мислення і формування нових звичок. Світом правлять звички. Королі, тирані, хазяї і плутократи займають свої позиції

виключно тому, що люди звикли з цим миритися. Речі такі, якими вони є, лише тому що у людей сформувалася звичка приймати їх такими, якими вони є. Коли люди змінюють свої звичні уявлення про владні, соціальні та промислові інститути, вони самі змінюють ці інститути.

Звичка править нами всіма.

Можливо, у вас сформувалася звичка думати про себе як про звичайну або обмежену людину, а то й взагалі як про невдачу. Ким ви зазвичай себе вважали, тим ви і були. Тепер ви повинні сформувати вищу і кращу звичку, ви повинні сформувати уявлення про себе як про істоту безмежної сили і взяти за звичку так про себе думати. Вашу долю вирішує саме звична, а не скороминуща думка. Доля не принесе вам нічого путнього, якщо ви всього кілька разів на день подумаете: «я великий», а весь інший час протягом дня, займаючись своїми звичайними справами, не будете вважати себе таким. Скільки б молитов або навіювань про свою велич ви не повторили, це не зробить вас великим, якщо ви будете *за звичкою* вважати себе невдахою.

Молитви і самонавіювання служать для того, щоб змінити звичний хід ваших думок. Будь-яка дія, розумова або фізична, часто повторювана, стає звичкою. Метою розумових вправ є повторення певних думок знову і знову, поки таке мислення не

стане постійним і звичним. Думки, які ми постійно повторюємо, стають переконаннями. Що ви повинні робити, так це повторювати нову думку про себе, поки ця думка не стане звичною для вас. Саме звична думка, а не навколишнє середовище або обставини зробили вас тими, хто ви є. У кожної людини є якась центральна ідея або думкоформа про себе, і відштовхуючись від цієї ідеї, людина класифікує і впорядковує всі факти про себе та свої зовнішні зв'язки. Ви розглядаєте факти про себе або відповідно до ідеї, що ви велика і сильна особистість, або відповідно до ідеї, що ви обмежені, звичайні і слабкі. Якщо останнє це про вас, то ви повинні змінити свою звичну ідею.

Створіть новий уявний образ себе. Не намагайтеся стати великими, повторюючи прості рядки слів і порожні формули. Повторюйте знову і знову ДУМКУ про свою власну силу і здібності, поки ви не класифікуєте зовнішні факти і не визначите своє місце у світі відповідно до цієї ідеї. Далі ви знайдете приклад розумових вправ і подальші вказівки з цього питання.

ГЛАВА 13

Думки

ВЕЛИЧ досягається тільки постійними думками про велике. Жодна людина не може стати

великою зовні, поки не стане великою зсередини, і жодна людина не може бути великою зсередини, поки вона не ДУМАЄ відповідно. Ніяка освіта, постійне читання і навчання не можуть зробити вас великими без відповідного мислення. А ось певний образ мислення може зробити вас великим, потрібно лише трохи повчитися цьому. Занадто багато людей намагаються стати великими просто читаючи книги, але при цьому мислення їх не змінюється, і тому вони зазнають невдачі. Ваш розум розвивається не від читання певних книг, а від того, *що* ви думаєте про прочитане.

Мислення є найтяжчою та найвиснажливішою працею. Тому багато людей ухиляються від цього. Бог створив нас таким чином, що ми постійно схильні про щось думати. Ми повинні або думати, або займатися чимось, щоб відволіктись від наших думок. Стрімка, безперервна гонитва за задоволеннями, в якій більшість людей проводять весь свій вільний час, є лише спробою уникнути думок. Якщо люди самотні або ж вони не мають чим зайняти свою увагу, як то цікавою книгою, телепередачею або виставою, вони будуть думати. І ось щоб уникнути думок, вони як раз і вдаються до романів, серіалів та інших нескінченних розваг. Більшість людей проводять більшу частину свого вільного часу, тікаючи від думок, тому вони там, де вони є. Ви ніколи не почнете рухатися вперед, поки

не почнете думати.

Читайте менше і думайте більше. Я маю на увазі, звичайно, читайте про великі речі, але і не забувайте *думати* про великі речі. Можу вам сказати, що зараз серед американських політиків, наприклад, дійсно мало видатних діячів, бо політики стали якимись дріб'язковими. Серед них немає подібних Аврааму Лінкольну, Данієлу Вебстеру, Генрі Клею, Джону Келхуну або Генрі Джексону. Чому? Та тому що нинішні державні діячі займаються лише брудними і дрібними питаннями — гроші, особиста вигода, успіхи своєї партії, та власне матеріальне процвітання без урахування етичної сторони цих питань. Думки тільки про це не народжують великих душ. Державні діячі часів Лінкольна займалися питаннями одвічних істин, прав людини і справедливості. Люди думали про великі питання, їх думки були великими і вони самі стали великими.

Мислення, а не просто знання або інформація, створює особистість. Мислення — це зростання. Думаючи ви завжди будете зростати.

Кожна думка породжує іншу думку. Запишіть одну ідею і за нею з'являються інші, і ось вже вся сторінка заповнена вашими ідеями. Ви не зможете повністю осягнути свій розум, йому немає ні кінця, ні краю. Ваші перші думки можуть бути грубими,

примітивними, але продовжуючи думати, ви будете все більше і більше проявляти себе. Ви активізуєте нові клітини мозку і розвинете нові здібності. Спадковість, оточення, обставини, все це відійде на задній план, якщо ви будете наполегливо і постійно мислити. Але, з іншого боку, якщо ви будете лінуватися думати самотійно і будете використовувати думки інших людей, ви ніколи не дізнаєтеся, на що здатні самі. І в підсумку ви ні на що не будете здатні. Справжньої величі не буває без оригінальної, первинної думки. Все, що людина робить зовні, є вираженням і проявом її внутрішнього мислення. Вчинки неможливі без думки, а великі вчинки неможливі без великої думки. Вчинок, або дія — це наступна форма думки, а особистість — її матеріалізація. Навколишнє середовище — це результат думки. Речі групуються і оточують вас відповідно до ваших думок. Як говорив Емерсон, існує певна центральна ідея або концепція самого себе, за допомогою якої всі факти вашого життя упорядковуються і класифікуються. Змініть цю центральну ідею, і ви зміните розташування та класифікацію всіх фактів і обставин вашого життя. «Ти є тим, ким ти є, тому що ти думаєш так про себе, і ти там, де ти є, тому що ти думаєш так про своє місце у світі».

Тепер ви розумієте величезну важливість

роздумів про великі речі, основ, викладених у попередніх розділах? Ви не повинні сприймати їх поверхово. Ви повинні думати про них, поки вони не стануть частиною вашої центральної ідеї. Поверніться до питання про точку зору на світ і розгляньте в усіх аспектах приголомшливу думку про те, що ви живете в ідеальному світі серед довершених людей, і що з вами завжди буде все добре, якщо таким буде і ваше особисте ставлення до світу. Подумайте про все це, поки повністю не усвідомите, що це означає для вас. Подумайте, що це Божий світ і що він найкращий з усіх можливих світів, що Він довів до цієї точки всі процеси органічного, соціального і промислового розвитку, і що все це рухається до ще більшої і повної гармонії. Пам'ятайте, що існує єдиний великий, досконалий, розумний Закон Життя і Сили, який викликає всі зміни у всесвіті. Міркуйте про все це, поки не побачите, що це правда, і поки не прийдете до розуміння, як вам слід жити і діяти, будучи частиною такого досконалого цілого.

Потім подумайте про чудову істину, що цей великий Розум є в вас, це ваш власний розум. Це Внутрішнє Світло, яке спонукає вас до правильного вибору, великих вчинків і піднесеного щастя. Це Закон Сили, який живе в вас і дає вам всі можливості, здібності та геніальність, що є у всесвіті. Ви неодмінно прийдете до чогось кращого,

якщо будете жити відповідно до цього Закону. Подумайте над значенням фрази для присвячення: «Я буду коритися своїй душі». Ця фраза має величезне значення, вона повинна радикально змінити світогляд і поведінку звичайної людини. Потім подумайте про своє ототожнення з Великим Всевишнім, що всі його знання — ваші, і вся його мудрість — теж ваша, потрібно просто попросити. Ви є бог, якщо ви думаєте як бог. Якщо ви думаєте як бог, ви маєте і поводитися як бог. Божественні думки неодмінно проявляються в божественному житті. Думки про силу приведуть вас до життя повного сили. Великі думки проявлять себе у великій особистості.

Добре подумайте про все це, і тоді ви будете готові діяти.

ГЛАВА 14

Дії вдома

Не просто думайте, що ви станете великими, думайте, що ви вже зараз великі. Не думайте, що ви почнете діяти з величчю в майбутньому, почніть вже зараз. Не думайте, що ви будете діяти з величчю, коли потрапите в інше середовище, дійте з величчю там, де ви є зараз. Не думайте, що ви почнете діяти з величчю, коли зіткнетесь з великими справами, почніть з малого. Не думайте,

що ви станете великими, коли опинитеся серед розумніших за вас людей, почніть вже зараз спілкуватися з людьми, які вас оточують.

Якщо ви поки що перебуваєте в середовищі, де у вас немає можливостей для прояву ваших кращих здібностей і талантів, не турбуйтеся, прийде час і все у вас буде. Але тим часом ви можете бути великим там, де ви є. Лінкольн був однаково великим, коли був адвокатом в глушині і коли став президентом. В якості адвоката в глушині він чудово проявив себе в звичайних справах, і це зробило його президентом. Якби він чекав, поки доїде до Вашингтона, щоб стати великим, він залишився б нікому невідомим. Ви стаєте великими не через місце, в якому ви опинилися, і не через речі, якими ви можете оточити себе. Ви стаєте великими не завдяки тому, що отримуєте від інших, тому що ви ніколи не зможете проявити свою велич, поки залежите від когось. Ви проявите велич тільки тоді, коли почнете діяти самостійно. Відкиньте всі думки про те, що вам треба покладатися на щось ззовні, чи то речі, книги або люди. Як сказав Емерсон, «Другим Шекспіром не стати просто вивчаючи Шекспіра». Шекспіром можна стати лише думаючи як Шекспір.

Не звертайте уваги на те, як ставляться до вас оточуючі, в тому числі члени вашої сім'ї. Це не має нічого спільного з вашою величчю, тобто це не

може перешкодити вам бути великими. Люди можуть нехтувати вами, бути невдячними і злими по відношенню до вас. Однак це не заважає вам бути великими у своєму ставленні до них. «Твій Отець, — казав Ісус, — добрий до невдячних і злих». Чи буде Бог вважатися великим, якщо він піде і буде ображатися, тому що люди були невдячні і не цінували його? Ставтеся до невдячності і злоби з величчю і добротою, так само, як це робить Бог. Не кажіть про свою велич, тому що від природи, по суті, ви не більш великі, ніж оточуючі вас люди. Так, можливо, ви ступили на шлях життя і мислення, якого вони ще не пізнали, але вони ідеальні в своєму роді. Ви не маєте права вимагати особливих почесностей і поваги до вашої величчя від інших людей.

Ви бог, але навколо вас теж боги. Вас засліпить гординя і зневажливе ставлення до світу, якщо ви почнете постійно вказувати на недоліки і невдачі інших людей, порівнюючи їх зі своїми достоїнствами та успіхами. Такі хвастощі призведуть до того, що ви припините бути великими і станете дріб'язковими. Думайте про себе як про досконалу істоту серед досконалих істот і ставтеся до кожної людини як до рівної вам, а не як до вищої або нижчої. Стережіться пихи, не дайте її вас охопити, великі люди ніколи не зазнаються.

Не вимагайте почестей і не прагніть визнання. Почесті і визнання прийдуть досить швидко самі, якщо ви їх заслужите.

Почніть з вашого дому. Тільки велика людина завжди залишається врівноваженою, впевненою, спокійною і абсолютно доброю і уважною вдома. Якщо в колі своєї родини у вас будуть добрі, шанобливі та справедливі відносини і манера спілкування, то незабаром до вас потягнуться всі інші люди. Ви будете для них маяком, джерелом сили і опорою у важку годину.

Вас будуть любити і цінувати. Але в той же час вбережіть себе від помилки, повністю віддаючи себе на службу іншим. Велика людина поважає себе, вона служить і допомагає, але праця її ніколи не буває рабською. Ви не зможете допомогти своїй родині, будучи їх рабом або роблячи для них те, що насправді вони повинні робити для себе самі. Ви завдаєте людині травму, коли занадто сильно їй прислужуєте. Егоїстичним і вимогливим людям ви зробите більшу послугу, відмовивши їм в їх надмірних проханнях. Ідеальний світ не той, в якому одні люди прислужують іншим, це такий світ, де кожен служить сам собі. Задовольняйте всі вимоги, егоїстичні та інші, з максимальною добротою і увагою, але не дозволяйте собі стати рабом примх, поборів або рабських бажань кого-небудь з членів вашої сім'ї. Це не має нічого

спільного з величчю, більш того, це завдає шкоди іншій стороні.

Не турбуйтеся через невдачі або помилки членів вашої родини і не думайте, що ви обов'язково повинні втручатися в це. Не турбуйтеся, якщо інші, як вам здається, щось роблять не так як треба, і не думайте, що ви повинні втрутитися і виправити це. Пам'ятайте, що кожна людина ідеальна в своєму роді і на тій стадії, де вона є. Ви не можете поліпшити роботу Бога. Не втручайтеся в особисті звички та звичаї інших людей, нехай це навіть ваші найближчі і найдорожчі люди, ці речі не ваша справа. Ніщо не може бути неправильним, крім вашого особистого ставлення. Зробіть його правильним, і ви будете знати, що все інше теж правильно. Ви по праву можете називатися великою душею, якщо можете жити з тими, хто, на вашу думку, робить помилки, але ви при цьому не критикуєте їх і не вступаетесь.

Робіть те, що ви вважаєте правильним, але і вірте, що кожен член вашої сім'ї робить те, що вважає правильним.

З усіма і з усім все добре, запам'ятайте, все дуже добре. Не давайте себе придушити, але і придушуйте кого-небудь своїми уявленнями про те, що правильно. Думайте ширше, думайте постійно, будьте досконалі в своїй доброті й уважності. Вважайте, що ви бог серед інших богів, а не бог

серед нижчих істот. Ось вам спосіб бути великим у своєму власному домі.

ГЛАВА 15

Дії поза домом

Правила, які застосовуються до ваших дій вдома, повинні застосовуватися і до ваших дій усюди. Ніколи не забувайте ні на мить, що це ідеальний світ і що ви бог серед богів. Ви так само великі як і найвеличніші, ви всі рівні.

Повністю покладайтеся на своє сприйняття істини. Довіртеся внутрішньому світлу, а не логіці, будьте впевнені, що ваше сприйняття і бачення істини йде від внутрішнього світла. Дійте врівноважено і спокійно. Будьте спокійні і чиніть як Бог. Ваше ототожнення себе із Всемогутнім дасть вам всі знання, які вам необхідні для прийняття рішень в будь-якій непередбаченій ситуації, яка може виникнути у вашому власному житті або в житті інших людей. Необхідно лише, щоб ви були надзвичайно спокійні і покладалися на вічну мудрість, яка знаходиться всередині вас. Якщо ви дієте врівноважено і з твердою вірою, ваші судження завжди будуть правильними і ви завжди будете точно знати, що робити. Не поспішайте і не хвилюйтеся. Згадайте Лінкольна в темні часи війни. Джеймс Фріман Кларк розповідав, що після битви

за Фредериксберг тільки Лінкольн зміг вселити в народ віру і надію. Сотні авторитетних діячів з усіх кінців країни заходили в його кімнату сумними і понурими, але виходили вже бадьорими і сповненими надій. Вони стояли обличчям до обличчя із Всевишнім, вони бачили Бога в цьому довготелесому, незграбному і терплячому чоловікові, хоча вони цього і не усвідомлювали.

Зберігайте тверду віру в себе і в свою здатність впоратися з будь-якими обставинами. Не турбуйтеся, якщо ви самотні, якщо вам будуть потрібні друзі, всесвіт дасть їх вам у потрібний час. Не турбуйтеся через свою неосвіченість, всесвіт дасть вам необхідну інформацію, коли прийде час її отримати. Те, що сприяє вашому зростанню і розвитку, перебуває в необхідних вам речах і людях, і вони вже рухаються назустріч вам. Якщо вам потрібна конкретна людина, всесвіт зведе вас з нею. Якщо є якась конкретна книга, яку вам потрібно прочитати, вона потрапить до ваших рук у потрібний час. Всі необхідні вам знання надходять із зовнішніх і внутрішніх джерел. Ваші знання і ваші таланти завжди будуть відповідати вимогам обставин. Пам'ятайте, як Ісус казав своїм учням не турбуватися про те, що їм доведеться говорити, коли вони постануть перед суддями, він знав, що коли прийде час, їх внутрішня сила підкаже їм, як бути в тій ситуації. Як тільки ви пробудетесь і

почнете використовувати свої здібності з величчю, ваша внутрішня сила буде направлена на розвиток вашого мозку, будуть створені нові клітини, а бездіяльні клітини активізуються, і ваш мозок стане ідеальним інструментом вашого розуму.

Не намагайтеся робити великі справи, поки не переконаєтесь, що ви готові робити їх так як личить великій людині. Якщо ви візьметесь за велику справу, але будете робити її з похмурим світоглядом, не цілковитим присвяченням, з хиткою вірою і страхом, ви в результаті зазнаєте невдачі. Не поспішайте хапатися за великі справи. Не це робить вас великими. Саме в міру того, як ви будете ставати великими, на вашому шляху будуть зустрічатися великі справи. Почніть бути великим там, де ви є зараз і в тому, що ви робите кожного дня. Не поспішайте бути визнаними оточуючими як велика особистість. Не падайте духом і не турбуйтеся, якщо вас не призначають на якусь високу посаду буквально через місяць після того, як ви почнете практикувати те, що рекомендується у цій книзі. Великі люди ніколи не шукають визнання і оплесків, вони великі, не тому що хочуть отримувати вигоду від цього. Велич сама по собі вже нагорода. Задоволення і радість від того, що ви зростаєте та розвиваєтесь — це вже найбільша з усіх можливих нагород для людини.

Якщо ви почнете бути великим у своїй

власній родині, як описано в попередньому розділі, а потім покажете себе так само у спілкуванні зі своїми сусідами, друзями чи колегами, то ви незабаром побачите, що люди починають залежати від вашої думки. До ваших порад будуть прислухатися і все більше людей будуть шукати в вас силу і натхнення, а також довіряти вашим судженням.

Тут, як і вдома, ви повинні уникати втручання у справи інших людей. Допмагайте всім, хто приходить до вас, але не ставте собі за ціль виправити інших людей. Їх справи це не ваша турбота. У вашу життєву місію не входить виправлення моралі, звичок і вчинків людей. Проживайте життя, гідне великої людини, робіть все з завзяттям і величчю, давайте тому, хто просить, так само охоче, як брали б, якби давали вам, але не нав'язуйте свою допомогу або думку людям. Якщо ваш сусід хоче курити або пити, це його справа, а не ваша, поки він не звернеться до вас за порадою. Якщо ви живете життям великої людини, не повчаючи інших, ви врятуєте у тисячу разів більше душ, ніж той, хто живе дріб'язковим життям і постійно всім читає моралі.

Якщо ви дотримуетесь правильної точки зору на світ, то розмовляючи і контактуючи з вами, люди побачать вашу велич і будуть захоплюватися нею. Не намагайтеся нав'язати людям вашу точку

зору, а просто дотримуйтеся її і живіть відповідним чином. Якщо ваше присвячення досконале і цілковите, вам не потрібно нікому про це розповідати, всім і так швидко стане очевидно, що ви керуєтеся більш високими принципами, ніж звичайна людина. Якщо ви повністю ототожнюєте себе з Богом, вам не потрібно пояснювати цей факт іншим, це і так стане очевидним. Щоб вважатися великою особистістю, вам просто потрібно жити як велика особистість, не більше. Не думайте, що ви повинні пуститися у всесвітню подорож наче Дон Кіхот, боротися з вітряками та змінювати світ, щоб продемонструвати, що ви на щось здатні. Не женіться за великими справами. Будьте великими там, де ви є, у вашому повсякденному житті та на роботі, і великі справи обов'язково самі знайдуть вас. Великі справи самі прийдуть до вас, щоб ви їх зробити.

Цінуюте кожну людину настільки, що навіть до жебрака чи волоцюги ставтеся з великою повагою. Все є Бог. Кожна людина ідеальна. Спілкуйтеся з людьми на рівних, як бог, який спілкується з іншими богами. Але не приділяйте всю свою увагу лише бідним, бо мільйонер теж хороше творіння Бога, і він вартий вашої уваги не менше, ніж волоцюга. Це абсолютно хороший світ і кожна людина або річ в ньому хороші, не забувайте про це.

Уважно і досконально формуйте своє ментальне бачення себе. Створіть уявну форму такого себе, яким ви хочете себе бачити, і тримайте її в голові з вірою в те, що вона реалізується, і з твердим наміром її реалізувати. Робіть кожен свій вчинок і вимовляєте кожне слово так, як личить богу, поведіться з людьми, як низького, так і високого становища, подібно до того, як бог поводить у колі рівних йому божественних істот. Почніть і продовжуйте так жити, і ваші здібності та сила будуть зростати з колосальною швидкістю.

ГЛАВА 16

Деякі подальші пояснення

Давайте знову повернемося до питання про точку зору на світ, оскільки крім того, що цей момент дуже важливий, з ним зазвичай виникає найбільше клопоту. Ми були навчені, частково помилковими релігійними вченнями, що потрібно дивитися на світ як на корабель, який зазнав катастрофи і який викинуло штормом на скелястий берег, і що в кінці на нас неминуче чекає повне знищення, тому найбільше, що можна зробити, це врятувати хіба що кілька членів екіпажу. Ця точка зору вчить нас вважати світ по суті поганим і деградуєчим, вірити, що існуючі розбіжності та відсутність гармонії триватимуть надалі і навіть ще

посилюватимуться, поки не настане кінець усього. Це позбавляє нас надії на краще суспільство, владні інститути і людство взагалі. Це робить наш світогляд обмеженим.

Це все неправильно. Світ не котиться у прірву. Він пливе немов чудовий пароплав з ідеально працюючими двигунами. Бункери повні вугілля, судно прекрасно підготовлене до круїзу, всього у достатку і все добре. Все, що придумав Вселенський розум, зроблено для безпеки, комфорту і щастя пасажирів та екіпажу. У відкритому морі пароплав пливе то туди, то назад, тому що ще не до кінця вивчив правильний курс. Ми поступово вчимося керувати цим пароплавом, але коли прийде час, ми грандіозно увійдемо в гавань досконалої гармонії.

Світ хороший і стає ще кращим. Існуючі розбіжності і відсутність гармонії — всього лише хитавиця корабля, пов'язана з нашим власним недосконалим управлінням. Але все це буде подолано у свій час. Така точка зору розширює наш світогляд, вона дозволяє нам думати ширше про суспільство і про себе, вчиняти з величчю.

Крім того ми бачимо, що все у цьому світі добре, в тому числі і наші власні справи. Якщо все рухається до досконалості і цілісності, тоді все йде як треба. І оскільки наші особисті справи є частиною цілого, вони теж йдуть як треба. Ви і все,

що вас хвилює, рухається до цілісності і досконалості. Ніщо не може порушити цей рух, крім вас самих, а ви можете порушити його, тільки зайнявши таку ментальну позицію та обравши світогляд, які суперечать Божому. Вам нічого не потрібно направляти у правильне русло, тільки себе, і якщо ви впораєтесь з собою, то з вами все буде добре і вам нічого буде боятися. Ніякі ділові або інші проблеми не впадуть на ваші плечі, якщо ваше особисте ставлення і світогляд буде правильним, оскільки ви є частиною того, що зростає і розвивається, і ви маєте також зростати і розвиватися.

Ваша думкоформа формується відповідно до вашої точки зору на устрій всесвіту. Якщо ви бачите цей світ як щось втрачене і зруйноване, ви і себе бачите причетним до його гріхів і слабкостей. Якщо ваш погляд на світ в цілому безнадійний, ваш погляд на себе не може бути сповненим надії. Якщо ви вважаєте, що світ котиться у прірву, ви не зможете побачити себе на вершині гори. Якщо ви не думаєте добре про всі справи і творіння Бога, ви не можете добре думати і про себе. А якщо ви не думаєте добре про себе, ви ніколи не станете великими.

Я повторю ще раз, що ваше місце у житті, включаючи ваше матеріальне становище, визначається думкоформою, яка стає звичною для

вас. Адже коли ви формуєте уявлення про себе, ви звичайно ж формуєте і уявлення про відповідне навколишнє середовище. Якщо ви думаєте про себе як про ні на що не здатну і неефективну людину, навколишні умови ви теж будете уявляти поганими і «дешевими». Якщо ви не думаєте про себе добре, ви обов'язково уявите себе в бідному середовищі. Ці думки зазвичай досить міцно укорінюються у вашій свідомості і стають невидимими формами в оточуючій вас усюди розумній субстанції. Та одного дня, завдяки постійній дії вічної творчої енергії, ваші невидимі думкоформи трансформуються в реальні форми в матеріальному світі, і ви опинитесь в оточенні власних думок, які перетворилися на матеріальні речі.

Сприймайте природу як велику живу зростаючу присутність і так само дивіться на людське суспільство. Все це єдине ціле і виходить з одного вселенського джерела, тому все добре. Ви самі зроблені з того ж матеріалу, що і Бог. Всі частинки Бога є частинками вас, кожна сила, яка є у Бога, є і у людини. Ви можете рухатися вперед як це робить Бог. В вас фонтанує джерело сили.

ГЛАВА 17

Ще трохи про думки

Давайте-но ще трохи поміркуємо про наші

думки. Ви ніколи не станете великими, поки у ваших власних думках ви не станете такими, і тому важливо, щоб ви ДУМАЛИ.

Ви ніколи не будете робити великі справи у зовнішньому світі, поки не будете думати про великі справи у внутрішньому. Але ви ніколи не будете думати про великі справи, поки не будете думати про правду, про істину. Щоб думати про великі справи, потрібно бути абсолютно щирими, а щоб бути щирими, ви повинні знати, що ваші наміри щирі та правильні. Нещире або помилкове мислення ніколи не буває величним, яким би логічним і розумним воно не було.

Перший і найважливіший крок — пошук істини в людських відносинах і усвідомлення, ким ви повинні бути для інших людей і ким вони повинні бути для вас. Це повертає вас до пошуку правильної точки зору. Не зайвим буде ознайомитися з поняттями органічної та соціальної еволюції.

Почитайте Дарвіна і Уолтера Томаса Міллса, і коли будете читати, ДУМАЙТЕ. Міркуйте над усім цим, поки не побачите світ речей і людей правильним чином. Думайте про те, що робить Бог, поки ви не ПОБАЧИТЕ, що він робить.

Ваш наступний крок — виробити правильне особисте ставлення. Ваша точка зору, ваш світогляд скаже вам, яке саме ставлення буде правильним, а

послух велінням душі виробить ставлення у вас. Тільки повністю присвятивши себе найвищому всередині вас, ви зможете досягти щирого мислення. Поки ви знаєте, що ваші цілі егоїстичні, поки ви нечесні або якимось чином використовуєте обман у своїх намірах і діяннях, ваше мислення буде хибним, а ваші думки не матимуть сили. **ДУМАЙТЕ** про те, як ви робите речі, про всі ваші наміри, цілі і діяння, поки не будете певні, що вони стали правильними.

Повна єдність з Богом — це те, що ніхто не може зрозуміти без глибокого і стійкого мислення. Просто прийняти таке поняття поверхнево це одне, а ось відчути і усвідомити важливість такої єдності, це зовсім інше. Легко думати про те, як можна зустрітися з Богом, покинувши своє тіло, але не так легко думати про те, як зустріти Бога всередині себе. Але Бог є, і у свята святих вашої власної душі ви можете зустрітися з ним віч-на-віч. Тільки подумайте як чудово буде усвідомлювати, що все, що вам потрібно, вже є всередині вас, що вам не потрібно вгадувати, як отримати силу, щоб робити те, що ви хочете, або стати тим, ким ви хочете.

Вам потрібно лише подумати, як правильно використовувати ту силу, яка вже у вас є. Все, що вам потрібно, це просто почати. Використовуйте своє бачення істини, щоб вже сьогодні побачити цю істину. Живіть відповідно до цієї істини, і ви

побачите ще більше істин завтра.

Щоб позбутися старих помилкових ідей, вам доведеться багато думати про цінності і велич людської душі. Ви повинні припинити бачити помилки людей і почати помічати їх успіхи, припинити бачити недоліки і почати бачити переваги. Ви більше не можете дивитися на чоловіків і жінок як на втрачених і зруйнованих істот, які котяться в пекло, ви повинні ставитися до них як до сяючих душ, на які чекають небеса. Для цього буде потрібно буде застосувати силу волі, але це справедливе і обґрунтоване використання волі — вирішити, про що ви будете думати і як ви будете думати.

Функція волі — направляти думки. Думайте про гарні риси людей, їх прекрасні і перспективні риси, і проявіть свою волю, щоб відігнати думки про що-небудь погане, пов'язане з ними.

Я не знаю нікого, хто досяг би більшого успіху в цьому питанні, ніж Юджин В. Дебс, двічі кандидат на посаду президента Сполучених Штатів Америки від Соціалістичної партії. Пан Дебс з великою повагою ставився до людей. Кожен, хто коли-небудь звертався до нього за допомогою, отримував її. Ніхто ніколи не чув від нього грубого слова. Всі, хто контактував з ним, відзначали його глибокий і непідробний інтерес до їхніх персон. Кожна людина, чи то мільйонер, чи робітник у

брудній роботі, чи виснажена тяжкою працею жінка, всі вони отримували від Дебса щире і непідробне співчуття. Навіть дитина, хай це навіть босак у лахмітті, зустрівши Дебса на вулиці, миттєво отримував від нього увагу і шанобливе ставлення. Дебс любив людей. Це і зробило його лідером у великому русі, улюбленим героєм мільйонів сердець і допомогло навіки закарбувати його ім'я в історії. Любов до людей — це велика справа, і досягається вона тільки думкою. Ніщо не зможе зробити вас великими, крім ходу ваших думок.

«Ми можемо розділити мислителів на таких, які думають заради себе самих, і таких, які думають заради інших. Останні є правилом, перші — винятком. Перші — це мислителі в двоякому сенсі, так, вони егоїсти, але в найблагороднішому значенні цього слова». — Шопенгауер.

«Ключ до кожної людини — її думка. Якою б міцною і впертою вона не виглядала, у неї є вісь, якою вона тримається — це ідея, відповідно до якої вона класифікує факти. Змінити цю людину можна лише показавши їй нову ідею, яка буде кращою за її власну». — Емерсон.

«Всі дійсно мудрі думки були обдумані вже тисячі разів, але щоб зробити їх дійсно нашими, ми повинні чесно самі їх обдумати, поки вони не укоріняться в нашій власній свідомості». — Гете.

«Все, чим зовні є людина, є нічим іншим як

вираженням і проявом її внутрішньої думки. Щоб працювати продуктивно, людина повинна чітко мислити. Щоб діяти благородно, вона повинна і думати відповідно. — Ченнінг.

«Великі люди — це ті, хто вважають, що духовність сильніша за будь-яку матеріальну силу. Саме такі думки повинні правити світом». — Емерсон.

«Деякі люди вчатьсь все своє життя і тільки на смертному одрі розуміють, що навчилися всьому, окрім як думати». — Домерг.

«Саме звичні думки вибудовують наше життя. Вони впливають на нас навіть більше, ніж наші особисті відносини. Наші близькі друзі не так вже й сильно впливають на наше життя, на відміну від думок, які ми плачемо». — Дж. У. Тіл.

«Коли Бог дає цьому світу великого мислителя, це завжди ризик. Наука їм не указ, вони можуть хоч завтра повернути її догми в протилежному напрямку, вони можуть запросто засудити і відкинути думки будь-яких авторитетів і відомих всьому світові персон». — Емерсон.

Думайте! Думайте!! ДУМАЙТЕ!!!

ГЛАВА 18

Ідея справжньої величі, про яку говорив Ісус

У двадцять третій главі Євангелія від Матвія Ісус чітко наводить розбіжність між істинною і хибною величчю, а також вказує на величезну небезпеку для всіх, хто хоче стати великими. Він називає найпідступніші спокуси, яких потрібно уникати і з якими потрібно постійно боротися тим, хто дійсно хоче досягти успіху і стати по-справжньому великими. Говорячи з людьми і зі своїми учнями, він просить їх остерігатися уподібнення фарисеям. Він вказує на те, що хоча фарисеї і є справедливими, праведними людьми, почесними суддями, справжніми законодавцями і чесними людьми, все ж вони «люблять сидіти на найпочесніших місцях на бенкетах, їм подобається, коли їх з повагою вітають на ринковій площі і називають Панами і Вчителями». І в контексті цього всього він говорив: «Нехай найвеличніший серед вас служить іншим».

В уявленні звичайної людини велика людина постає такою, якій служать, а не такою, яка служить сама. На її думку, велика людина отримує можливість командувати іншими, має владу над іншими, змушуючи коритися своїй волі. Панування над іншими людьми, для більшості людей, це щось велике. Ніщо не здається їх егоїстичним душам таким привабливим як це. Егоїстичні і не розвинені духовно люди завжди намагаються панувати і контролювати інших. Жорстокі люди з'явилися на

землі саме тоді, коли почали поневолювати один одного. Століттями боротьба у війні, дипломатії, політиці та владі була спрямована на забезпечення контролю над іншими людьми. Королі та принци заливали землю кров'ю і сльозами, намагаючись розширити свої володіння і свою владу, щоб правити більшою кількістю людей.

Сьогоднішня боротьба у світі бізнесу така сама як і на полях битв у Європі сто років тому, вона ведеться за владу і контроль. Роберт Г. Інгерсолл не міг зрозуміти, чому такі люди, як Рокфеллер і Карнегі, жадають ще більше грошей і роблять себе рабами в боротьбі за бізнес, коли у них вже є більше, ніж вони зможуть використати за все своє життя. Він вважав це свого роду божевільням і проілюстрував свої домисли наступним чином: «Припустимо, у людини вже є п'ятдесят тисяч пар штанів, сімдесят п'ять тисяч жилетів, сто тисяч пальто і сто п'ятдесят тисяч краваток. Що б ви думали про таку людину, якби вона вставала на світанку і працювала до ночі кожного дня при будь-якій погоді, просто щоб отримати ще одну краватку?»

Але це не досить гарне порівняння. Володіння краватками не дає людині ніякої влади над іншими людьми, в той час як володіння доларами дає. Рокфеллер, Карнегі та подібним до них потрібні не долари, їм потрібна влада. Це так званий принцип

фарисеїв, про який я писав вище, це боротьба за високі і почесні місця. Цей принцип породжує здібних людей, хитрих людей, кмітливих людей, але *не* великих людей.

Я хочу, щоб ви порівняли ці дві ідеї величі. «Нехай найвеличніший серед вас служить іншим». Якщо запитати у пересічного американця, кого він вважає найвеличнішою особистістю своєї країни, більшість подумають про Авраама Лінкольна. А чи не тому, що саме у Лінкольні, більше, ніж у всіх інших громадських діячах, люди бачать цей дух служіння іншим? І я говорю не про лакейство і прислуговування, а саме про служіння. Лінкольн був великою людиною, тому що він знав, як бути великим слугою. Наполеон був здібним, холоднокривим, егоїстичним, блискуче розумним, але він прагнув зайняти «високе місце». Тому Лінкольн був великою людиною, а Наполеон *ні*. У той самий момент, коли ви почнете розвиватися, а люди побачать, що ви все робите з величчю, вони почнуть до вас тягнутися, і в цей момент ви опинитеся в небезпеці. Спокусу радити та брати на себе керівництво справами інших людей іноді дуже складно подолати. Однак також уникайте і протилежної небезпеки, а саме рабського прислуговування іншим людям з повною відмовою від власних інтересів. Для дуже багатьох людей саме це було еталоном величі. Багато хто вважає,

що повністю самовіддане життя, це життя, подібне до життя Христа. Але мені здається, що така думка з'явилася через абсолютно неправильне розуміння характеру вчень Ісуса. Я детально розписав пояснення щодо цієї хибної думки у своїй маленькій книзі «Новий Христос», яку, я сподіваюся, ви коли-небудь прочитаете. Тисячі людей, які наслідують Ісуса (як вони вважають), принижували себе і відмовлялися від усього, що могло йти їм на користь. Вони практикували надмірний альтруїзм, який насправді настільки ж нездоровий і настільки ж далекий від величі як і надмірний егоїзм. Піднесені пориви допомогти у біді не повинні складати всього вас, це навіть не обов'язково буде більша частина вас. Є й інші прекрасні речі, які ви можете зробити, крім допомоги нещасним, хоча я і не заперечую, що досить велика частина життя і діяльності кожної великої людини повинна бути присвячена допомозі іншим людям. Коли ви почнете розвиватися, люди прийдуть до вас. Не відвертайтеся від їх, але і не робіть фатальної помилки, вважаючи, що повне самозречення — це шлях величі.

Щоб підкреслити ще один момент, дозвольте мені послатися на той факт, що класифікація основних мотивів людини, розроблена Сведенборгом, в точності збігається з класифікацією Ісуса. Сведенборг ділить усіх людей

на два типи: ті, хто живуть у чистій любові, і ті, хто живуть в тому, що він називає любов'ю правити заради любові до себе. Як ми розуміємо, це в точності те саме, що і жага до найпочесніших місць і влади фарисеїв. Сведенборг вважав цю егоїстичну любов до влади причиною всіх гріхів. Це єдине зле бажання людського серця, з якого виникають всі інші злі бажання.

Цьому він протиставляє *чисту* любов. Зверніть увагу, не любов до Бога або любов до людини, а *просто* любов. Майже всі релігійні діячі ставлять любов до Бога і служіння Йому вище, ніж любов до людини і служіння їй. Але факт у тому, що любові до Бога недостатньо, щоб врятувати людину від спокуси мати владу, тому деякі з найбільш затятих Боголюбів були гіршими з тиранів. Боголюби часто стають тиранами, а людинолюби часто бувають занадто настирливими і пхають ніс не в свої справи.

ГЛАВА 19

Погляд на еволюцію

Але як нам не бути альтруїстами, коли нас оточують злидні, невігластво, страждання та інші прояви людських нещасть? Тим, до кого з усіх боків тягнуться руки нужденних, благаючи про допомогу, мабуть, важко утриматися від постійних

пожертвувань. Але знову ж таки, існують соціальні та інші проблеми, несправедливість по відношенню до слабких, від чого щедрі душі горять непереборним бажанням виправити становище. Ми хочемо почати боротьбу з усіма проблемами одразу, відчуваючи, що помилки не будуть виправлені, поки ми не віддамо себе цьому цілком і повністю. Однак у всьому цьому ми повинні просто повернутися до нашої точки зору на світ. Ми повинні пам'ятати, що це не поганий світ, а хороший, і він знаходиться в процесі становлення.

Поза всяким сумнівом були часи, коли на цій землі не було життя. Геологічні дослідження вже довели, що колись земля була газовою кулею, яка складалася з розплавленої породи і була оточена киплячою парою. Складно уявити, що життя могло існувати в таких умовах, це здається неможливим. Геологія говорить нам, що пізніше утворилася земна кора, куля охолола і затверділа, сконденсована пара перетворилась на туман або ж випала на землю у вигляді дощу. Охолоджена поверхня землі перетворилася на ґрунт, накопичена волога перетворилася на озера і моря, і, нарешті, десь у воді або землі з'явилося щось живе.

Розумно припустити, що це перше життя було в одноклітинних організмах, але за цими клітинами стояло тверде і наполегливе бажання Духа, Великого Єдиного Життя, знайти самовираження і

проявити себе. І незабаром організми, які мали занадто багато життя, щоб виразити себе за допомогою однієї клітини, отримали дві клітини, а потім все більше і більше, і в них все більше вирувало всесвітнє життя.

Таким чином з'явилися багатоклітинні організми, рослини, дерева, хребетні і ссавці, багато хто з них мав дивні форми, але всі вони були досконалі в своєму роді, як і все, що створює Бог. Без сумніву були грубі і майже жахливі форми життя, як серед тварин, так і серед рослин, але всі вони виконали завдання свого часу і все було дуже добре. Потім настав інший етап, великий етап еволюції, етап, коли ранкові зорі та ангели Божі співали від радості, споглядаючи початок нової епохи, тому що людина, вінець творіння, нарешті з'явилася в природі. Мавпоподібна істота, яка зовні мало відрізнялася від оточуючих її звірів, але яка значно відрізнялася внутрішньо, зокрема своєю здатністю до розвитку та мислення. Мистецтво і краса, прекрасні архітектурні споруди та пісні, поезія і музика — все це були ще не реалізовані можливості в душі тієї мавпоподібної людини. Але для свого часу і виду вона була досконалою.

«Це Бог діє через вас, бажаючи і роблячи те, що приносить йому радість і задоволення», — говорив Святий Павло. З того дня як з'явилася перша людина, Бог почав жити і діяти в людях,

вкладаючи все більше себе в кожне наступне покоління, спонукаючи людей до великих досягнень і кращих умов, соціальних, державних і побутових. Ті, хто озирається на давню історію, бачать жахливі умови життя, варварство, ідолопоклонство і страждання, і, читаючи про Бога в зв'язку з цим усім, у них іноді складається враження, що він був жорстокий і несправедливий по відношенню до людини. Але їм варто на мить задуматися. Людська раса зробила величезний крок від людини-мавпи до людини, подібної Христу. І цього можна було досягти лише шляхом послідовного розкриття різних сил і здібностей, прихованих у людському мозку.

Бог хотів виразити себе, він хотів не просто жити в якійсь матеріальній формі, він хотів жити в такій формі, щоб проявляти себе на найвищому моральному та духовному рівні. Бог хотів розвинути таку форму, в якій він міг би жити як бог і проявляти себе як бог. Саме це було метою еволюційної сили. Епоха війни, кровопролиття, страждань, несправедливості та жорстокості у багатьох відношеннях змінилася єстохою любові та справедливості, оскільки часи також змінилися. Це сталося завдяки розвитку мозку людини до такої міри, щоб вона була в змозі дати повне вираження любові та справедливості Бога. Але це ще не кінець, Бог прагне не просто досконалості декількох

«екземплярів», він прагне досконалості і процвітання всієї людської раси. Прийде час, коли на землі буде Царство Боже, час, передбачений Іоанном з острова Патмос, час, коли не буде більше плачу і не буде більше болю, тому що все колишнє кане і не буде більше ночі.

ГЛАВА 20

Служіння Богові

Ми з вами дійшли аж до цієї глави і ще дві у нас попереду, щоб остаточно розібратися з питанням про обов'язок. Це питання спантеличує і ставить у глухий кут дуже багатьох серйозних людей, створюючи їм великі труднощі в його вирішенні.

Коли люди починають досягати успіху, практикуючи науку про те, як бути великим, вони неминуче змушені якось реорганізовувати свої відносини і своє оточення. Можливо, у них є друзі, з якими доводиться назавжди попрощатися, або родичі, які їх не розуміють і думають, що ними нехтують. Дійсно велика людина часто вважається егоїстичною в очах своїх знайомих, тому що ці люди думають, що вона може принести їм набагато більше користі, ніж вони отримують від неї зараз. Для початку поставте собі питання: чи повинен я максимально реалізувати себе, незважаючи на все?

Чи я повинен чекати, поки зможу зробити це без будь-яких непорозумінь і збитків для кого-небудь? Це питання боргу перед собою проти боргу перед іншими.

Борг перед світом ми докладно обговорювали раніше у цій книзі, тому зараз я хочу трохи детальніше розглянути ідею боргу перед Богом. Багатьох людей охоплює величезна невизначеність, не кажучи вже про тривогу, щодо того, що вони повинні зробити для Бога.

Кількість церковної роботи тільки в Сполучених Штатах просто величезна. Дуже багато людської енергії йде на те, що називається служінням Богу. Я пропоную коротко розглянути, що таке служіння Богу і як людина може служити Богу найкращим чином. Я думаю, що мені вдасться вам донести, чому загальноприйнята ідея щодо того, в чому суть служіння Богу, невірна.

Коли Мойсей прийшов до Єгипту, щоб звільнити євреїв від рабства, він вимагав від фараона від імені Бога: «Відпусти людей, щоб вони могли служити мені». Він вивів їх у пустелю і там заснував нову форму поклоніння, через що багато людей вирішили, що поклонінням є церемоніальне служіння Богу, хоча пізніше сам Бог однозначно заявив, що його не потрібні церемонії, підношення і жертвоприношення. Вчення Ісуса, якщо його правильно трактувати, закликає повністю покінчити

з організованим поклонінням у храмах. Богу всього вистачає і так, йому не потрібно, щоб люди щось йому підносили і жертвували. Святий Павло говорив, що людина нічого не може зробити для Бога, тому що Богу нічого не потрібно.

Погляд на еволюцію, який ми повинні прийняти, показує, що Бог просто шукає самовираження через людину. Протягом всіх послідовних епох, в яких його дух спонукав людину підніматися все вище, Бог весь час шукав самовираження. Кожне покоління людей більш богоподібне, ніж попереднє. Кожне покоління людей вимагає більшого, ніж попереднє, в плані комфортних і гарних будинків, приємної обстановки, сприятливої роботи, відпочинку, подорожей і можливостей для навчання.

Я чув як деякі недалекоглядні економісти заявляють, що сьогодні працівники повинні бути повністю задоволені своїми умовами, тому що їх стан набагато кращий, ніж у робітника двісті років тому, коли той спав на підлозі зі своїми свинями сараї. Якщо у тієї людини було все, що вона могла використовувати для того життя, яке знала, вона була абсолютно задоволена, а якщо ні, вона демонструвала своє невдоволення. Сьогодні у людини є затишний будинок і дуже багато речей, які дійсно були невідомі в минулому. І якщо у цієї людини є все, що вона може використовувати для

життя, яке вона собі уявляє, вона теж буде задоволена, а якщо ні, то також буде демонструвати невдоволення. Бог вдосконалив людську расу настільки, що будь-яка звичайна людина може забажати собі кращого життя, ніж те, яке вона має у нинішніх умовах. І допоки людина зможе мислити і чітко уявляти собі більш бажане життя, вона буде не задоволена тим життям, яким їй доводиться жити, і це правильно. Це невдоволення — Дух Божий, який спонукає людей прагнути кращих умов. Це Бог, який шукає вираження в людській расі. «Він діє через нас, реалізуючи свої бажання у наших вчинках».

Єдине служіння, яке ви можете дати Богу — це реалізувати те, що він намагається дати світові, діючи через вас. Єдине служіння, яке ви можете дати Богу — це максимально реалізувати себе для того, щоб Бог міг жити в вас повним життям. В одній із попередніх книг цієї серії («Наука про те, як стати багатим») я згадував маленького хлопчика за піаніно, музика в душі якого ніяк не могла проявити себе в його непідготовлених руках. Це хороший приклад того, як Дух Божий живе всередині і навколо всіх нас, прагнучи вершити через нас великі справи як тільки ми підготуємо наші руки, ноги, розум, мозок і тіло, щоб він міг їх використовувати.

Перш за все ваш обов'язок перед Богом, перед

самим собою і перед світом — це стати настільки великою особистістю, наскільки це можливо. І це, як мені здається, взагалі як найкраще дає відповідь на питання щодо обов'язку. Але все ж таки є ще декілька моментів, з якими потрібно розібратися перш, ніж завершити цю главу. Я вже писав про можливості в попередніх главах. І, як я говорив, кожна людина може стати великою, так само, як в «Науці про те, як стати багатим» я писав, що кожна людина може стати багатою. Але, думаю, такі узагальнені твердження потребують уточнення. Є люди, які мають такий матеріалістичний склад розуму, що вони абсолютно не здатні зрозуміти філософію, викладену в цих книгах. Існує величезна кількість людей, які живуть і працюють, але вони не здатні мислити в цьому напрямку, і, відповідно, усвідомити той посил, який я намагався тут донести. Якись речі можна їм продемонструвати на власному прикладі, показуючи їм життя цим Певним чином. Іноді це єдиний спосіб спонукати їх жити так само. Світ потребує демонстрації більше, ніж повчання. Наш обов'язок перед такими людьми — самим стати настільки великими, наскільки це можливо, щоб вони могли бачити це на власні очі і самі забажали жити так само. Наш обов'язок — стати великими заради них, щоб ми могли допомогти наступному поколінню оточити себе більш сприятливими умовами і мислити в напрямку

досконалості.

І ще один момент. Мені часто пишуть люди, які хочуть чогось досягти в житті, але вони зв'язані домашніми справами і турботами, вони бояться, що їхні близькі постраждають, якщо вони їх залишать і припинять піклуватися про них. В цілому я раджу таким людям не боятися щось змінювати і намагатися максимально реалізувати себе. І навіть якщо хтось із домашніх постраждає від цього, то лише тимчасово, бо через деякий час, якщо ви будете прислухатися до Духу всередині вас, ви зможете піклуватися про своїх утриманців ще краще, ніж будь-коли раніше.

ГЛАВА 21

Ментальні вправи

Головне, щоб ви правильно розуміли мету ментальних вправ. Немає ніякої магічної сили в готових фразах, немає ніякого легкого і швидкого шляху розвитку через постійне повторення молитов і заклинань. Так, ментальна вправа — це вправа на повторення завчених фраз, але мета цієї вправи — тренувати мислення певним чином. Фрази, які ми постійно чуємо, стають переконаннями, як говорив Гете. А думки, які ми постійно прокручуємо у себе в голові, стають звичними і роблять нас такими, якими ми є. Мета ментальних вправ полягає в тому,

щоб ви за допомогою постійного мислення певним чином сформували звичку думати саме так і мислили так завжди. При правильному підході і розумінні мети, ментальні вправи дуже допомагають. Однак більшість людей все ж неправильно розуміє ці вправи, тому вони і не діють.

Думки для цих ментальних вправ — це думки про те, чого ви *хочете*. Ви повинні виконувати ці вправи один або два рази на день, але ви повинні думати постійно. Тобто, не годиться просто подумати про бажане двічі на день протягом якогось встановленого часу, а потім забути про все це, поки не прийде час знову виконувати вправу. Вправа повинна надихнути вас на безперервний процес мислення.

Виділіть час, щоб вас ніщо не відволікало і не переривало, вистачить хвилин двадцяти, може, півгодини. Для початку просто влаштуйтеся зручніше. Спокійно сядьте в зручне крісло, приляжте на диван чи ліжко. Найкраще лежати на спині. Якщо у вас немає часу протягом дня, виконуйте вправу, коли лягаєте спати ввечері, а потім коли встаєте вранці.

Спочатку дозвольте вашій увазі переміщатися по всьому тілу від маківки до кінчиків пальців ніг, розслабляючи кожен м'яз по ходу руху.

Повністю розслабтеся. Потім, викиньте з

голови всі думки про фізичні та інші недуги. Нехай увага ваша переміститься вниз по хребту і через нервові закінчення до кінцівок, і, коли ви це зробите, подумайте: «Усі нерви в моєму тілі в повному порядку. Вони підпорядковуються моїй волі, я маю велику силу». Потім зверніть увагу на легені та подумайте: «Я дихаю глибоко і тихо, повітря надходить в кожную клітину моїх легень, які знаходяться в ідеальному стані. Моя кров також чиста». Далі подумки переміщайтеся до серця: «Моє серце б'ється сильно і ритмічно, у мене прекрасний кровообіг». Далі до травної системи: «Мій шлунок і кишечник відмінно виконують свою роботу. Їжа перетравлюється і засвоюється, моє тіло відновлюється і отримує поживні речовини. Моя печінка, нирки та сечовий міхур виконують свої функції без болю і напруги. Я прекрасно себе почуваю. Моє тіло відпочиває, мій розум спокійний, моя душа у спокої». Далі скажіть собі: «Я не хвилююся про фінансові або інші питання. Бог, який всередині мене, є у всьому, що я хочу, і притягує бажане до мене. Все, що я хочу, вже дано мені. Я не хвилююся про своє здоров'я, тому що я прекрасно себе почуваю. Я не хвилююся і не боюся».

«Я вище за всі спокуси морального зла. Я виганяю всю жадібність, егоїзм і марнотратні особисті амбіції. Я не відчуваю заздрощів, злоби чи

ворожнечі до будь-якої живої душі. Всі мої вчинки будуть відповідати моїм вищим ідеалам. Я правий, я вчинятиму правильно».

ТОЧКА ЗОРУ НА СВІТ

Зі світом все добре. Все прекрасно і рухається до досконалості та цілісності. Я буду розглядати факти суспільного, політичного та промислового життя тільки з цієї піднесеної точки зору. Ось, все дуже добре. Я буду ставитися до всіх людей, всіх моїх знайомих, друзів, сусідів і членів моєї сім'ї на рівних. Вони всі хороші. Немає нічого поганого у всесвіті. Не може бути нічого поганого, крім мого особистого ставлення, але надалі воно буде тільки правильним. Я повністю довіряю Богові.

ПРИСВЯЧЕННЯ

Я буду коритися поклику своєї душі і буду вірний тому, що живе всередині мене, бо воно є найвищим у мені. Я буду шукати всередині себе істину, щоб завжди судити і чинити правильно, і коли я знайду її, я проявлю це в своєму зовнішньому житті. Я відмовлюся від усього, що я переріс і буду думати тільки про найкраще. У мене будуть найвищі думки щодо всіх моїх відносин, моя поведінка і вчинки будуть підтверджувати ці думки. Я довіряю своєму розуму керувати моїм тілом. Я довіряю своїй душі керувати моїм

розумом. Я довіряю Богові скеровувати мою душу.

ОТОТОЖНЕННЯ

Існує єдина субстанція, з неї я і створений, з нею я єдиний. Мій Отець теж складається з цієї субстанції. Я народився в цій субстанції і вийшов з неї у світ. Мій Отець і я єдині, мій Отець великий, я виконую Його волю. Я присвячую себе свідомій єдності з Чистим Духом, він єдиний і він є всюди і в усьому. Я єдиний з Вічною Свідомістю.

ІДЕАЛІЗАЦІЯ

Сформулюйте найвище і найвеличніше ментальне уявлення про себе, яке тільки зможете. Поміркуйте про це трохи, тримаючи в голові таку думку: «Це те, чим я насправді є, це мій ідеальний образ на шляху до цілісності та досконалості. Я буду дивитися на всі факти суспільного, політичного та промислового життя тільки з цієї піднесеної точки зору. Ось, тепер все дуже добре. Я буду ставитися до всіх людей, моїх знайомих, друзів, сусідів і членів сім'ї на рівних. Вони всі хороші».

Не існує нічого поганого у всесвіті, не може бути нічого поганого, крім мого особистого ставлення, але надалі воно буде тільки правильним. Я повністю довіряю Богові.

РЕАЛІЗАЦІЯ

У мене є сила стати тим, ким я хочу, і робити те, що я хочу. Я випромінюю творчу енергію, вся сила всесвіту в моєму розпорядженні. Я пробуджуюсь, я піду вперед сповнений сил і впевненості. Я буду робити великі справи за допомогою сили Господньої, сили Бога мого. Я буду довіряти, а не боятися, тому що Бог завжди зі мною.

ГЛАВА 22

Короткий виклад Науки про те, як Бути Великим

Всі люди створені з єдиної розумної субстанції, і тому всі вони мають однакові сили і можливості. Велич однаково притаманна всім і може проявлятися всіма. Кожна людина може стати великою. Кожна частинка Бога — це частинка людини.

Людина може подолати і спадковість, і обставини, використовуючи властиву їй творчу силу душі. Якщо вона хоче стати великою, її душа повинна діяти в цьому напрямку і направляти розум і тіло.

Знання людини обмежені, тому вона може помилятися через своє незнання. Щоб уникнути цього, людина має з'єднати свою душу з

Вселенським Духом. Вселенський Дух — це розумна субстанція, з якої створені всі речі, вона у всьому і пронизує все. Все відомо цьому вселенському розуму, і людина може об'єднатися з ним і отримати всі ці знання.

Для цього людина має вигнати з себе все, що відокремлює її від Бога. Вона повинна хотіти жити божественним життям, вона повинна піднятися над усіма моральними спокусами і припинити всі свої дії, які не відповідають її найвищим ідеалам.

Вона повинна прийти до правильної точки зору на світ, а саме що Бог є все, у всьому і що існує тільки хороше. Людина повинна усвідомити, що природа, суспільство, владні інститути і промисловість досконалі на своїй нинішній стадії і продовжують рухатися до ще більшої досконалості. Що всі люди теж хороші та досконалі. Людина має вірити і знати, що зі світом все добре. Вона повинна об'єднатися з Богом, щоб разом з ним творити досконалі речі. Тільки в тому випадку, якщо людина сприймає Бога як Велику Зростаючу Присутність у всьому, добро у всьому, вона зможе досягти справжньої величі.

Людина повинна присвятити себе служінню найвищому всередині себе, прислухаючись до голосу своєї душі. В кожній людині є Внутрішнє Світло, яке постійно спрямовує її до найвищого, і вона повинна йти за цим світлом, якщо хоче стати

великою.

Людина повинна повністю усвідомити той факт, що вона єдина з Отцем. Вона повинна вважати себе богом серед богів і вчиняти відповідно. Вона повинна мати абсолютну віру в своє бачення істини і почати діяти відповідно до цих уявлень, для початку у себе вдома. Вона повинна знайти істинний і правильний спосіб дій у дрібних повсякденних справах. Вона повинна припинити діяти бездумно і почати думати, але вона повинна бути *щирою* у своїх думках.

Людина повинна сформувати ментальну концепцію ідеального себе і обдумувати цю концепцію до тих пір, поки вона не стане її звичною думкою про себе. Цю думкоформу вона повинна постійно тримати в полі зору своєї свідомості. Але також потрібно і зовні виражати цю думкоформу в своїх діях. Все що людина робить, вона має робити з величчю. У відносинах зі своєю сім'єю, сусідами, знайомими і друзями, кожен вчинок людини повинен бути відображенням її ідеальної ментальної концепції. Людина, яка знаходить правильну точку зору на світ, повністю присвячує себе своїй душі, «ідеалізує» себе в думках як велику особистість, робить кожний свій вчинок, навіть тривіальний, відповідно до свого ідеалу, вже досягла величі. Всі її вчинки будуть великими. Вона прославиться і люди будуть вважати її

сильною особистістю. Вона буде черпати вселенські знання і знатиме все, що їй потрібно знати. Вона отримає все матеріальне багатство, яке уявить у своїх думках, і все в неї буде добре. Їй буде дане вміння долати будь-які несприятливі обставинами. Її зростання і прогрес будуть постійними і швидкими.

Великі справи будуть самі знаходити її, і всі люди будуть раді і вдячні їй.

Дорогі мої читачі, завершити виклад Науки про те, як Бути Великим, я хотів би уривком з есе Ралфа Уолдо Емерсона під назвою «Наддуша». Це чудове есе є фундаментальним, воно демонструє основоположні принципи монізму та науки про велич. Я рекомендую вам, дорогі читачі, уважно прочитати цей уривок, бо він тісно пов'язаний з ідеями, викладеними в цій книзі.

«Що є це загальне почуття потреби і незнання як не тонкий натяк великої душі, що в цьому світі є щось набагато більше? Чому люди неначе відчують, що природна історія людини ніколи ще не була написана по-справжньому, а людина просто залишала після себе те, що про них говорили інші? Але це все застаріває, а книги з метафізики виявляються марними. За шість тисяч років філософія так і не пізнала до кінця глибини людської душі. В її дослідженнях завжди залишалося щось незвідане. Людина — це річка,

джерело якої приховане від очей. Ми так і не знаємо, яке воно джерело нашої сутності. Найточніший обчислювач не може передбачити заздалегідь, чи не увірветься в наступну мить щось, що не піддається обчисленню та аналізу. І кожна мить я змушений визнавати, що джерелом всіх подій є щось вище, ніж воля, яку я називаю своєю.

Як з подіями, так само і з думками. Коли я спостерігаю за течією річки, джерело якої сховане від моїх очей, але яке сезонно вливає в мене свої потоки — я розумію, що я всього лише учень — я ніхто інший як просто здивований спостерігач цих невловимих вод. Я бажаю, я шукаю і я налаштовую себе на сприйняття, але бачення моє приходить від якоїсь позаземної енергії.

Верховний Критик помилок минулого і майбутнього, єдиний пророк майбутнього — це та велика природа, в якій ми живемо, як Земля живе в ніжних обіймах атмосфери. Це Єдність, це Наддуша, що живе в кожній окремій людині і що об'єднує цю людину з усіма іншими людьми воєдино. Це єдине серце, для якого кожна щира розмова значить шанування, а кожний правильний вчинок — покора. Це непереборна реальність, яка бачить наскрізь всі наші хитрощі та таланти, закликаючи кожного приймати себе таким, яким він є, покладатися на своє внутрішнє єство, а не прогинатися під зовнішні обставини, і яка завжди

прагне проникати в наші думки та дії, стаючи в них мудрістю і чеснотою, силою і красою. Ми живемо в послідовності, в поділі, в частинах, в частках.

Тим часом, всередині людини є душа Цілого, мовчазна мудрість, всесвітня краса, з якою так само пов'язана кожна існуюча частка. Це вічне Єдине Ціле. Це велика сила, яка в вас існує. Це всі блага, які вам доступні. Ми самодостатні і досконалі завжди. Бачення і видима ним річ, спостерігач і видовище, суб'єкт і об'єкт теж єдині. Ми бачимо світ шматочками, один за іншим — сонце, місяць, тварина, дерево. Але те ціле, частинами якого все це є — це душа. Тільки через пізнання цієї Вселенської Мудрості можна прочитати гороскоп століть. А пізнати її ми можемо, лише породжуючи найкращі думки і довіряючи пророчому духу, який від народження є в кожній людині. І тільки тоді ми зможемо віднайти знання. Слова людини, яка говорить, пізнавши таке життя, будуть здаватися порожніми для тих, кому таке мислення не відомі. Але не мені про це судити.

Мої слова не несуть того високого сенсу Вселенської Мудрості, вони занадто мізерні. Тільки сама Вона може надихнути кого захоче, і от дивіться — мова цих людей вже стає поетичною, розумною і пронизує до кісток, немов вітер.

І все ж я бажаю, нехай навіть мова моя проста і примітивна, а на промови священні не наважуюсь

я, щоб ви подивилися на небеса і я розповім вам, що мені вдалося дізнатися про божественну простоту та енергію Вищого Закону.

Якщо ми поглянемо, що відбувається в наших розмовах, мріях, каяттях, здивуваннях, в моменти пристрасті, у снах, в яких часто ми бачимо себе, немов на маскарад і де наш блазня персонаж тільки підсилює реальність всього цього, ми знайдемо безліч підказок, які проллють світло на таємниці природи. Все навколо прагне показати нам, що душа це не просто набір здібностей людини, саме вона оживляє і приводить у дію всі наші органи. Душа це не просто функція, як пам'ять, обчислення чи порівняння, вона просто використовує ці функції. Душа це не здібність, а світло. Душа це не інтелект або воля, вона керує і тим, і іншим. Душа — це основа нашого єства, на її тлі існує все інше. Душа це безмежність, яку ми не можемо досягнути, яку і неможливо досягнути. Це світло, яке ллється на нас і крізь нас, змушуючи зрозуміти, що ми — ніщо, а воно — все. Людина — це фасад храму, в якому живе вся мудрість і все добро. Те, що ми зазвичай називаємо людиною в звичайному розумінні — людиною, яка їсть, п'є, щось вирощує і рахує — це зовсім не те, чим вона є насправді. Ми поважаємо не людину, а її душу, чийм інструментом є людина. Керуючи діями людини, душа нас надихає і змушує себе поважати. Коли вона

проявляє себе через інтелект, людина геніальна, коли вона проявляє себе через почуття, людина кохає.

Від свого власного закону, а не від розрахунку, залежить швидкість прогресу людини. Досягнення душі йдуть не послідовно, не так як відрізки, нанесені на пряму лінію, а скоріше шляхом перетворення, щось на зразок метаморфози — від яйця до личинки, від личинки до мухи. Всезнання носить тотальний характер, воно не дається лише обраним, щоб показати їм неповноцінність і невігластво людей. Ні, на кожному етапі свого розвитку людина розширює свої знання там, де вона живе і працює, і так з усім людством. З кожним божественним імпульсом розум ламає тонкі грані видимого, відкриваючи вікно у вічність і всезнання.

Це закон моральних і розумових надбань. Простий перехід з особливою легкістю не в якусь конкретну чесноту, а в царство всіх чеснот. Вони в дусі, який притаманний усім. Душа вища за всі нагороди. Душі потрібна чистота, але чистота це ще не все. Їй потрібна справедливість, але справедливість це ще не все. Їй потрібна чеснота, але й тут потрібно щось більше. Говорячи про природу моралі, ми відчуваємо свого роду смиренність, яка спонукає нас до чеснот. Але для чистої душі всі чесноти природні, її не потрібно до

цього спонукати. Зверніться до самого серця людини, і вона відразу вчинить добро. Те ж саме лежить і в основі інтелектуального зростання, воно підпорядковується тим же законам. Той, хто здатний на смирення, справедливість, любов, прагнення кращого, вже знаходяться на ступені, яка відповідає за розвиток науки, за мистецтво, за мову та поезію, за вчинки і грацію. Адже кожен, хто живе в цьому моральному благословенні, вже відчуває у собі ті особливі здібності, які люди так високо цінують. У закоханого немає такого таланту, такого вміння, яке він би не вважав майже нікчемним в очах своєї коханої, навіть якщо вона сама і не володіє ніякими видатними здібностями. Серце, яке віддає себе Вищому Розуму, робить з ним всю роботу і всі його творіння, і разом вони йдуть по величній дорозі назустріч усім знанням і силам. Бо піднімаючись до цього первинного і споконвічного Щось, ми моментально переносимося зі своєї далекої точки на колі до самого центру світу, де, немов у прекрасних покоях Господніх, ми бачимо всі причини і пізнаємо всесвіт, який є лише довгоплинним наслідком».



Copyright © 2020
StrelBooks – Strelbyskyy Multimedia Publishing, Ltd
www.strelbooks.com

ANDRONUM ®
<https://andronum.com/>

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted, in any form or by any means, including photocopying, recording, or other electronic or mechanical methods, without prior written permission of the publisher, except in the case of brief quotations embodied in critical reviews and certain other noncommercial uses permitted by copyright law.

For information about permission to reproduce selections from this book, write to
vl@strelbooks.com
or **publishing@andronum.com.ua**

Copyright © 2020
StrelBooks – Strelbyskyy Multimedia Publishing, Ltd
www.strelbooks.com

ANDRONUM ®
<https://andronum.com/>

Все права защищены. Никакая часть этой публикации не может быть воспроизведена, распространена или передана в любой форме или любыми средствами, включая фотокопирование, запись или другие электронные или механические методы, без предварительного письменного разрешения издателя, за исключением случаев ограниченного цитирования и для некоторых других некоммерческих целей, разрешенных законом об авторских правах.

Чтобы получить информацию о разрешении воспроизведения этой публикации, пишите на адрес:
vl@strelbooks.com
или **publishing@andronum.com.ua**