

ВСЯ ЖИЗНЬ – ЙОГА



КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЕЗНИ

ЧАСТЬ I

ПРИЧИНЫ БОЛЕЗНЕЙ

Из работ Шри Ауробиндо и Матери

ВСЯ ЖИЗНЬ – ЙОГА



КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЕЗНИ

ЧАСТЬ I

ПРИЧИНЫ БОЛЕЗНЕЙ

Из работ Шри Ауробиндо и Матери



Санкт-Петербург
2003

СЕРИЯ
«Вся жизнь — йога»

КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЕЗНИ
ЧАСТЬ I. ПРИЧИНЫ БОЛЕЗНЕЙ
Из работ Шри Ауробиндо и Матери

All Life is Yoga
Book Series
HOW TO OVERCOME ILLNESS
PART I. CAUSES OF ILLNESS
Words of Sri Aurobindo and the Mother

Составление и перевод с английского:
Д. В. Мельгунов

ISBN 5-86456-043-X

Издательско-полиграфический комплекс «Нива»
При участии Санкт-Петербургского отделения
Международного Центра Рерихов

Авторские права на оригинальные тексты и на фотографии Шри Ауробиндо и Матери принадлежат Ашраму Шри Ауробиндо (Пондичери, Индия).

Авторские права на отрывки из сборника «Белые розы» принадлежат Хавьявахана Трасту.



© Д. В. Мельгунов, серия, перевод, оформление, 2003
© Издательская группа «САВИТРИ», 2003

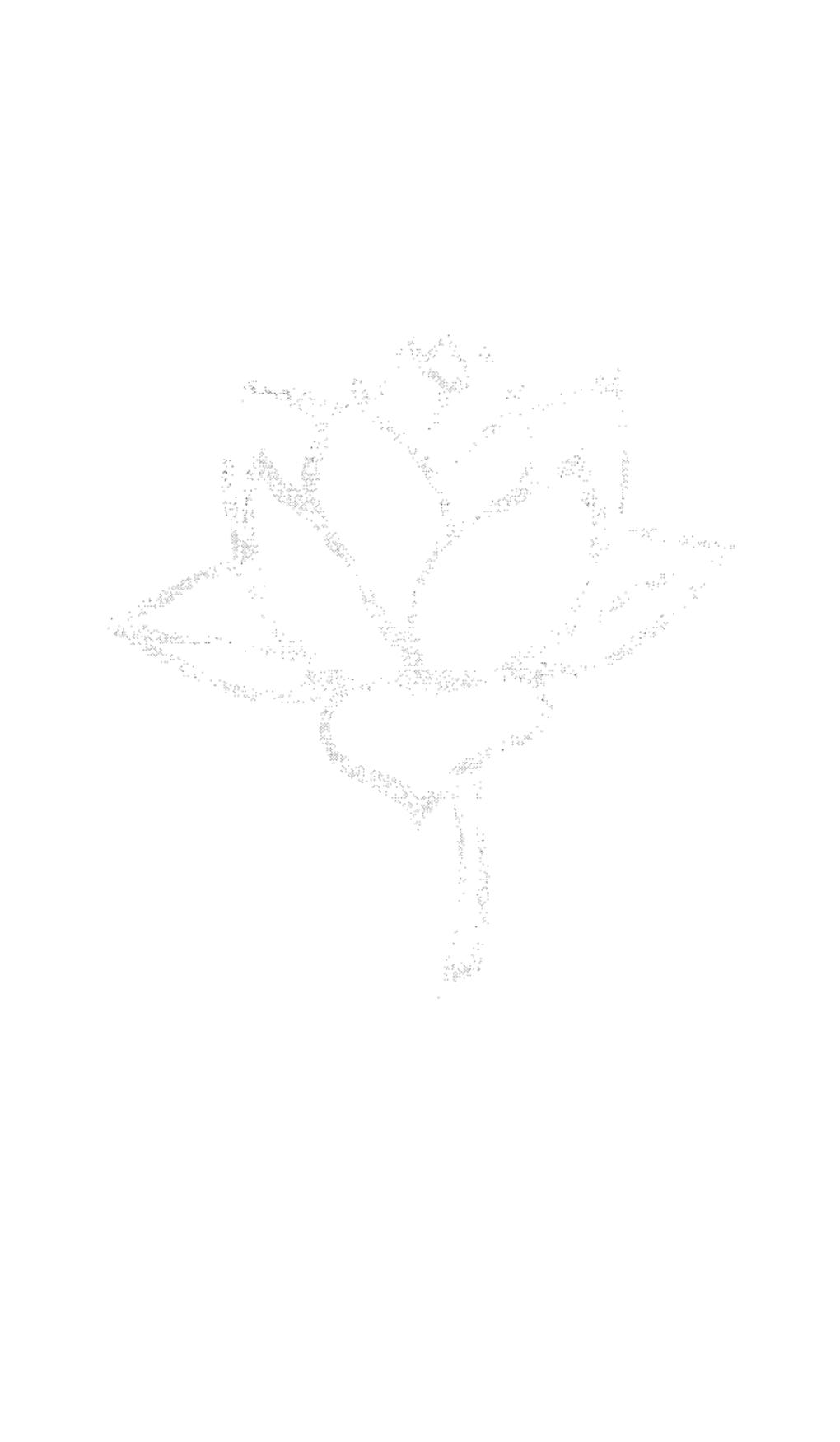
Мужайтесь!

Прислушайтесь к тому уроку, который дает земле каждое утро восходящее солнце своими первыми лучами. Это урок надежды, послание утешения.

Все вы, кто плачет, кто страдает и трепещет, кто не смеет даже надеяться на окончание своей болезни, прекращение своих мучений, взгляните: нет ночи, которая не сменилась бы рассветом, и когда тьма гуще всего, день уже близок; нет ни тумана, который солнце не разгонит, ни облака, которое оно не позолотит, ни слезы, которую оно однажды не высушит, ни бури, за которой не последует его сияющая торжествующая радуга; нет снега, который оно не растопит, или зимы, которую оно не превратит в радостную весну...

Если испытания или промахи сломили вас, если вы погрузились в глубокую пучину страданий, не отчаивайтесь, потому что именно там Божественная Любовь и Высшая Благодать могут найти вас! Славное восхождение ожидает вас, потому что вы прошли через огонь очистительных страданий.

Мать



ДИСГАРМОНИЯ И НАРУШЕНИЕ РАВНОВЕСИЯ

Болезнь тела — это всегда внешнее следствие беспорядка, дисгармонии во внутреннем существе человека; пока этот внутренний беспорядок не будет устранен, невозможно полностью и окончательно избавиться от внешней болезни.

Ищите причины болезни во внутренней дисгармонии, а не во внешних симптомах. Ибо внешнее обусловлено внутренним.

*

Прежде всего все болезни без исключения являются следствием того или иного нарушения равновесия в существе. Эти нарушения могут быть самыми разнообразными...

Сейчас я говорю только о физическом теле; я не говорю о болезнях витального существа, связанных с нервной деятельностью, или о ментальных заболеваниях и расстройствах. Их мы рассмотрим позднее... Так вот, я повторяю, все болезни, все до единой (а также и все несчастные случаи) обусловлены тем или иным нарушением

равновесия. То есть если все органы, все части тела у вас находятся в гармонии друг с другом, действуют слаженно и сбалансированно, вы совершенно здоровы. Но если где-нибудь возникает хоть малейший дисбаланс, это немедленно влечет за собой болезнь, иногда легкую, иногда серьезную, а иногда и очень тяжелую, или же с вами происходит несчастный случай. Это неизбежное следствие нарушения равновесия в организме.

Но если говорить о полном равновесии в существе, то к равновесию в физической его части вы должны добавить равновесие в витальной* и ментальной** частях. Чтобы в любых ситуациях быть защищенными от всех несчастий и случайностей, вы должны обладать тройственным равновесием — ментальным, витальным и физическим — и не только в каждой из этих составляющих вашего существа, но также и во взаимодействии всех трех частей.

* Витальное — жизненная сила, проявляющаяся в человеке в виде существа желаний, эмоций, чувств, побуждений, амбиций и т. д., образует витальную часть человеческого существа.

** Ментальное — часть человеческого существа, связанная с умом и его познавательной деятельностью, мышлением, идеями и представлениями, восприятием и реакциями, движениями и формациями, видением и волей и образующая ментальное существо человека.

Если вы хоть немного знакомы с математикой, вы должны себе представлять, о каком множестве сочетаний идет речь и насколько все это сложно! В этом суть проблемы. Поскольку возможные комбинации бесчисленны, то и причины болезней тоже бесчисленны, как и причины несчастных случаев. Все же мы попытаемся классифицировать их, чтобы иметь о них верное представление.

Функциональные и органические причины

Прежде всего, с точки зрения тела — только тела — есть два вида дисбаланса: функциональный и органический. Не знаю, понимаете ли вы разницу между ними... Тело состоит из различных органов и частей: это нервы, мышцы, кости и так далее. Так вот, если какой-то орган не в порядке сам по себе — это органический дисбаланс, и мы говорим, что этот орган болен или, может быть, неправильно сформирован, или в нем есть какие-то отклонения от нормы, или с ним что-то случилось. Словом, проблема в самом органе. Однако сам орган может быть в очень хорошем состоянии, все ваши органы могут быть в очень хорошем состоянии, и все-таки где-то возникает заболевание из-за того, что не все они работают

правильно: нарушен баланс их функционирования. У вас может быть совершенно здоровый желудок, но с ним вдруг что-то происходит и он перестает нормально работать; то же можно сказать и обо всем теле: оно может быть в превосходном состоянии, но вот с ним что-то случается и оно отказывается правильно функционировать. При этом у вас возникает заболевание, вызванное функциональным расстройством, а не органическим.

Обычно болезни, связанные с функциональными расстройствами, лечатся гораздо быстрее и проще, чем остальные. С остальными все несколько сложнее. Иногда они приобретают очень тяжелую форму. Таким образом, мы имеем дело уже с двумя видами расстройств, которые нужно уметь распознавать, но если вы хотя бы немного знаете свое тело и привыкли следить за его функционированием, вы сможете определить, какого рода дисбаланс у вас возник.

Чаще всего, когда вы молоды и ведете нормальный образ жизни, этот дисбаланс носит чисто функциональный характер. Есть лишь очень немного горемык, у которых по какой-то причине (возможно, в результате неблагоприятного стечения обстоятельств) нарушения в организме

возникли еще до рождения и поэтому гораздо труднее поддаются лечению (нельзя сказать, что такие вещи неизлечимы: теоретически неизлечимых болезней нет, но лечение в таком случае становится более трудным).

Итак, каковы же причины этого дисбаланса, что бы он собой ни представлял? Как я уже сказала, причины эти бесчисленны, потому что, прежде всего, существуют всевозможные внутренние причины, то есть связанные непосредственно с вами, и затем — всевозможные внешние причины, то есть обусловленные внешними факторами. Они составляют две главные категории.

Внутренние причины

Как мы уже говорили, у вас в организме есть различные органы: мозг, легкие, сердце, желудок, печень и т. д. Если каждый орган в отдельности выполняет свои обязанности и работает нормально и если все они вместе действуют в гармонии, в нужный момент и должным образом (заметьте, как было бы трудно, если бы вам приходилось самим управлять всей этой деятельностью, — боюсь, не всегда все шло бы как надо! К счастью, наш организм справляется с этим

сам, без нашего осознанного участия), если они действительно пребывают в гармонии друг с другом, как добрые товарищи, живущие в полном ладу, и каждый из них выполняет свою задачу, свое действие в нужное время, согласуясь со всеми остальными, не слишком рано и не слишком поздно, не слишком быстро и не слишком медленно, каждый действительно работает как надо, тогда вы в полном порядке! Предположим теперь, что один из них по той или иной причине оказывается в плохом настроении: он не желает действовать с необходимой отдачей и вместо того, чтобы трудиться как следует, начинает капризничать. Не думайте, что заболеет он один — весь этот слаженный механизм начнет лихорадить и ваше самочувствие сразу ухудшится. А если к этому добавляется какой-то дисбаланс в витальном существе, например оно чем-то подавлено, или испытывает разочарование, или взбудоражено слишком бурными эмоциями и страстями — в общем, по той или иной причине выходит из равновесия, то ситуация обостряется еще больше. А если, вдобавок, и ваш ум приходит в смятение, погружаясь в мрачные мысли, рисуя устрашающие картины и образы и порождая мыслеформы всевозможных несчастий и бедствий, то в результате вы, конечно же, заболеете окончательно...

Теперь вы можете представить, насколько все сложно: где-то возникает ничтожный сбой и из-за внутреннего «заражения», в результате которого неправильное состояние распространяется в существе, ситуация может стать весьма серьезной. Поэтому очень важно без промедления взять все под контроль. Нужно быть сознательным, осознавать деятельность своих органов, чувствовать, когда тот или иной орган ведет себя не лучшим образом и сразу же говорить ему, что нужно сделать, чтобы исправиться. Нужно учить их, как учат маленьких детей. Когда они вдруг затеваются какие-то нездоровые шалости (тут вам действительно стоит вмешаться), вы должны сказать им: нет, работать нужно не так, это делается по-другому! Предположим, сердце у вас начинает колотиться как сумасшедшее; вы должны успокоить его: вы убеждаете его, что действовать надо иначе, и в то же время (только чтобы помочь ему) делаете очень глубокие, регулярные и ритмичные вдохи и выдохи, то есть легкие становятся наставником сердца и учат его, как правильно работать. И так далее. Я могла бы привести вам сколько угодно примеров.

Хорошо. Итак, мы увидели, что в нашем существе может возникать дисбаланс между различными частями, дисгармония в их деятельности.

Кроме того, бывают и внутренние конфликты: те или иные составляющие вашего существа могут ссориться друг с другом. Допустим, один орган (это бывает очень часто) нуждается в отдыхе, а другой в это же самое время хочет действовать. И как же вам быть? Если вы поступаете так, как хочет один, другой протестует! Они начинают ссориться. Поэтому вам нужно найти компромисс, чтобы привести их в согласие. Иногда, если вы добавите к физическому витальное и ментальное (я говорю не о собственно мыслящем разуме или о витальном как таковом, я говорю о ментальной и витальной составляющих *тела*, потому что есть физическое витальное и физический ум — и поистине нет ничего хуже этого физического ума, потому что он все время продолжает работать и остановить его труднее всего; так вот, если между ними возникает раздор — между умом, витальным и физическим, то в вас разворачивается настоящее сражение, и это сражение может стать причиной всевозможных болезней. Они яростно бьются друг с другом. Один чего-то хочет, другой — нет; они ссорятся, и внутри вас разыгрывается настоящая буря. В результате у вас может подняться температура (обычно так и происходит) или вас начинает трясти, и вы полностью теряете контроль над собой. Ведь самая главная причина всех болезней тела состоит

в том, что тело приходит в беспокойство; оно содрогается и трепещет, эта дрожь нарастает и нарастает и у вас возникает такое чувство, что вы никогда не сможете восстановить равновесие, вам никак не удается этого сделать. В таком случае вы должны выяснить причину раздора и понять, как помирить эту публику внутри вас.

Все это функциональные расстройства.

Есть и другие виды нарушения равновесия, которые так или иначе связаны с тем, о чем мы сейчас говорим. В вас есть стремление (я говорю сейчас о людях, которые практикуют йогу или, по крайней мере, знают, что такая духовная жизнь, и стараются следовать духовным путем), в вас есть часть существа — ментальная или витальная, или даже нечто в физическом, — которая обрела понимание и имеет сильное стремление, проявляет особые способности, обладает восприимчивостью к духовным силам и добивается ощутимого прогресса. И есть другие части, которые пока не могут прогрессировать, а также и такие, которые еще просто не хотят этого (что, конечно, очень плохо), но все же есть такие, которые очень хотят, но не могут, не способны, не готовы. Значит, в вас есть что-то, что активно движется вверх, и что-то, что никуда не движется. Это

порождает ужасный дисбаланс. И обычно этот дисбаланс проявляется в виде какой-нибудь болезни, ведь в вас возникает серьезное внутреннее напряжение между той частью, которая не может или не хочет прогрессировать или цепляется за прежнее состояние, и той, которая ищет прогресса. Это вызывает сильное внутреннее смятение и беспокойство, и в результате вы, чаще всего, заболеваете.

Бывает и обратное или почти обратное, когда все существо движется вперед, развивается, достигает все большего равновесия, добивается замечательного прогресса, вы ощущаете себя в прекрасном состоянии, вы уверены, что все идет хорошо и уже предвидите дальнейшее блестательное продвижение... И вдруг — болезнь! И вы недоумеваете: «Как же так? Я был в таком прекрасном состоянии и вдруг заболел! Это несправедливо». Но так происходит потому, что вы не полностью сознательны. Где-то в вашем существе была небольшая часть, которая не хотела двигаться вперед. Обычно это что-нибудь в видимом; иногда — крошечная ментальная формация, которая не соглашается следовать по пути восхождения; а иногда — что-нибудь в теле, какая-то часть, которая совершенно инертна или не имеет ни малейшего намерения куда-то

двигаться и хочет, чтобы все всегда оставалось таким, как было. Она упирается, она действует наперекор всем остальным частям и выпадает из общего движения; и, естественно, даже если она совсем крохотная, ее поведение вызывает такое нарушение равновесия в существе, что вы заболеваете. И тогда вы говорите себе: «Какая жалость! Я так прекрасно продвигался вперед, это несправедливо! Бог и в самом деле не слишком милосерден. Раз уж я так успешно развивался, Он должен был уберечь меня от болезни!..» Так это бывает.

Далее, есть еще одна вещь. Вы в меру своих способностей практикуете йогу. Вам говорят: «Храните открытость, и вы воспримете Силу, которая вам дается». Вам говорят: «Храните веру и целестремленность, и вы пребудете под защитой». И действительно, вы окружены Сознанием, окружены Силой, окружены Защитой, и в той степени, в какой вы храните веру и открытость, вы воспринимаете все это — что помогает вам оставаться в форме, а также восстанавливать порядок в своем существе, когда в нем возникают мелкие внутренние нарушения, и защищать себя от мелких атак и возможных инцидентов. Но если где-то в вашем существе — в теле или даже в витальном или в уме, в нескольких частях или

только в одной — есть неспособность к восприятию нисходящей Силы, она действует подобно песчинке, попавшей в механизм. Вы понимаете, что если в тонкий, отлаженный механизм, где все работает превосходно, вы насыпете хоть немного песка (пусть даже всего одну песчинку), тотчас все вдруг испортится и механизм встанет. Так вот, небольшое отсутствие восприимчивости в той или иной части существа, что-то, неспособное воспринимать Силу, что-то полностью закрытое для нее (это словно бы маленькое темное пятнышко, крошечное образование, твердое, как камень: Сила не может проникнуть в него, оно отказывается воспринимать ее — не может или не хочет) — и сразу же возникает серьезный дисбаланс; и то, что двигалось вверх, так замечательно расцветало, вдруг оказывается больным — и порой как раз тогда, когда вы находитесь в равновесии: вы были в добром здравии, все шло хорошо, вам не на что было жаловаться. Сегодня вы постигли новую идею, восприняли новый импульс, вас охватило могучее стремление, вы усвоили огромную силу и получили чудесный опыт, прекрасное переживание, как будто внутри у вас открылись какие-то двери и вы обрели не доступное прежде знание, — и, конечно, вы уверены, что все будет в порядке... И вдруг на следующий день вы заболеваете. И вот вы говорите:

«Как, опять? Это невозможно! Этого не должно было случиться!» Но просто виной всему то, о чем я только что говорила: ничтожная крупица невосприимчивости. Что-то в вас не было восприимчивым, и это сразу же привело к нарушению общего баланса. Даже если это была всего лишь крошечная частица — этого достаточно, чтобы вызвать заболевание.

Так что, как видите, причин предстаточно! Их очень много, бесчисленное множество — ведь все эти вещи взаимодействуют и переплетаются необычайно сложным образом. Поэтому, чтобы понять, в чем дело, чтобы суметь излечить болезнь, нужно установить ее причину, а не ее возбудителя. Обычно же (прошу прощения, я надеюсь, здесь нет медиков!), обычно причиной болезни считают микробов и изобретают прекрасные лекарства, убивающие микробов, но почему-то эти лекарства одних лечат, а у других только усугубляют болезнь! И никто не знает почему... Быть может, я могу сказать, почему так происходит. Просто дело в том, что болезнь имела какую-то иную причину, не чисто физическую — а физические симптомы были лишь внешним выражением более тонкого нарушения в вашем существе; и пока вы не осознаете, где именно произошел сбой, не вскроете истинных причин заболевания,

вы не сможете искоренить болезнь. А чтобы обнаружить истинную причину болезни, вы должны обладать обширным оккультным знанием, а также глубоким пониманием всех внутренних функций вашего существа.

Внешние причины

Таким образом, мы вкратце, очень бегло рассмотрели все внутренние причины заболеваний. Существуют и внешние причины, которые вносят в дело дополнительные трудности и способны вызывать различные осложнения.

Если бы вы находились в совершенно гармоничном окружении, исполненном абсолютной благожелательности и доброй воли, тогда, конечно, вам нужно было бы винить во всех злоключениях только себя. Но вдобавок к внутренним затруднениям существуют и точно такие же внешние трудности. Вы можете до определенной степени установить равновесие в самих себе, но чаще всего вам приходится жить среди дисгармонии и беспорядка. Если вы не замыкаетесь в башне из слоновой кости (что не только трудно, но и не всегда желательно), вы вынуждены воспринимать то, что приходит извне. Вы отдаете и полу-

чаете, вдыхаете и поглощаете. Таким образом, в вашу атмосферу проникает множество разнообразных элементов, и можно говорить о своего рода заражении — ведь вы непрерывно взаимодействуете со всем, что вас окружает, на уровне вибраций и с этой точки зрения абсолютно все может «заразить» вас. Вы живете в атмосфере, переполненной самыми разными вибрациями: вы испускаете собственные вибрации и воспринимаете вибрации других, и эти вибрации имеют чрезвычайно сложный характер. Есть (скажем для упрощения языка) ментальные вибрации, витальные вибрации, физические вибрации и множество других. Вы отдаете и получаете, отдаете и получаете. Это непрерывный процесс. Даже если не принимать во внимание прямых проявлений злой воли, заражение все же неизбежно. И, как я только что сказала, вас может «заразить» все, абсолютно все. Вы видите последствия несчастного случая: вы поглощаете определенную вибрацию. И если вы обладаете повышенной чувствительностью и к тому же испытываете страх или отвращение (что одно и то же, поскольку отвращение — только эмоциональное выражение физического страха), это впечатление может физически отразиться на вашем теле. Естественно, вам скажут, что такие реакции бывают только у людей с расстроеными нервами.

Это не совсем так. Это люди со сверхчувствительным витальным, вот и все. И это не всегда свидетельство неполноценности. Наоборот! Ведь когда вы прогрессируете духовно, у вас появляется определенная гиперчувствительность нервов, и если ваш самоконтроль не возрастает наравне с чувствительностью, с вами могут происходить всякого рода нежелательные вещи.

Но это еще не все.

К несчастью, в мире очень много проявлений злой воли: часть этих проявлений незначительна и обусловлена, главным образом, невежеством и глупостью; часть из них возникает от злобы и низости и может быть довольно серьезной, часть же порождена сознательной деятельностью антибожественных сил и имеет чудовищные масштабы. И все это присутствует в окружающей вас атмосфере (я говорю это не для того, чтобы испугать вас, потому что совершенно понятно, что бояться не нужно ничего, — просто все это на самом деле существует), и эта злая воля атакует вас, иногда умышленно, иногда нет. Неумышленно — через других людей: другие люди подверглись нападению, но они этого не знают и передают его дальше, даже не сознавая того. Они — первые жертвы. Они передают болезнь другим. Но быва-

ют и преднамеренные нападения. Недавно мы говорили о ментальных формациях и о злых людях, которые осознанно создают такие ментальные формации, которые должны причинить вам вред, специально посылают их, чтобы навредить вам. Но есть и такие, которые идут еще дальше.

Оккультные причины

Существует злонамеренный, извращенный оккультизм, который называют черной магией, — это вещь, к которой нельзя даже прикасаться. Но, к несчастью, есть люди, которые занимаются им просто из злобы. Не нужно думать, что это фантазии и суеверия, — это реальность. Есть люди, которые владеют магией и используют ее для достижения совершенно отвратительных целей... Конечно же, если вы не испытываете страха и остаетесь под защитой, вы в безопасности. Но здесь есть «если», есть условие, и если в какое-то время это условие не соблюдается, могут случиться очень неприятные вещи. Пока вы исполнены силы, исполнены чистоты, то есть находитесь в состоянии, когда вы непобедимы, то кто бы и что бы против вас ни делал, все это автоматически возвращается к нему, — как брошенный в стену теннисный мяч отскакивает обратно

к вам в руки, так и их черные дела оборачиваются против них самих, иногда даже с еще большей силой, и таким образом они наказывают самих себя. Но, естественно, все зависит от человека, против которого применяется магия, его внутренней силы и чистоты... Мне известно много таких случаев. И в этих случаях, чтобы оказать сопротивление, в витальном плане нужно быть воином, духовным бойцом. Все, кто искренне следует йоге, должны стать такими воинами, и тогда они в полной безопасности. Но одно из условий для этого: никогда не допускать в себе злой воли или недобрых мыслей по отношению к другим. Потому что когда вы испытываете негативные чувства или мысли по отношению к кому-либо, вы опускаетесь до уровня этих людей, а когда вы на одном уровне с ними, вы можете получать от них удары.

Далее, не говоря о подобных крайностях, в физической атмосфере, земной атмосфере очень много разнообразных мелких сущностей, которых вы не видите из-за ограниченности собственного зрения, но которые тем не менее постоянно вьются в вашей атмосфере. Некоторые из них довольно дружелюбны, но встречаются и чрезвычайно злобные. Обычно эти мелкие сущности образуются при распаде витальных существ, они

размножаются и образуют довольно неприятную массу. Среди них есть такие, которые делают добрые дела. По-моему, я рассказывала вам, как однажды эти милые малютки целым роем тянули меня за сари, подсказывая, что у меня вот-вот закипит молоко и мне нужно присмотреть за ним. Но не все они так добры. Некоторым из них нравится устраивать всякие мелкие гадости и злые шутки. Так что обычно именно они подстрекают разные неприятные происшествия. Они любят мелкие инциденты, им нравится все это бурление сил, образующееся вокруг такого события: толпа людей, знаете ли, это очень забавно! И потом, это дает им пищу, потому что в действительности они кормятся человеческой витальностью, извергаемой из тела при эмоциональном возбуждении. Поэтому они говорят: маленькое происшествие — это очень мило, побольше происшествий!..

И потом, если эти мелкие существа собираются в стайку, они постоянно ссорятся и вообще не слишком мирно уживаются друг с другом, сталкиваясь и борясь, разрушая и уничтожая друг друга. Из-за этого и появляются микробы. Эти существа представляют собой силы распада и разложения. Даже распадаясь на фрагменты, они продолжают свое существование, что и ведет

к появлению микробов и бактерий. Поэтому за большинством микробов стоит злая воля, и именно это делает их такими опасными. Если человек не знает, с какого рода проявлением злой воли он имеет дело, и не может защититься от нее, девяносто девять шансов из ста, что он не найдет по-настоящему действенного средства исцеления. Микроны — это материальное выражение чего-то, живущего в тонком физическом мире, вот почему эти самые микробы... которых всегда так много вокруг вас и внутри вас, годами не причиняют вам никакого вреда, а потом вдруг могут вызвать ту или иную болезнь.

Есть и еще одна причина. Источник возникновения микробов и опора их существования — в дисгармонии, в восприимчивости существа к враждебным силам. Я расскажу вам один случай из своей жизни...

Я жила в Японии. Это было в начале января 1919 г. Во всяком случае, это было время, когда по всей Японии свирепствовал ужасный грипп, который погубил сотни тысяч людей. Редко уви-дишь эпидемию такого масштаба. В Токио каж-дый день появлялись сотни и сотни новых случаев. Болезнь протекала следующим образом: она продолжалась три дня и на третий день больной

умирал. И люди умирали в таких огромных количествах, что их нельзя было даже кремировать; понимаете, это было невозможно, их было слишком много. Если же человек не умирал на третий день, то по истечении семи дней он полностью выздоравливал; конечно, он был довольно ослаблен, но все же полностью излечивался от болезни. В городе нарастала паника, потому что эпидемии в Японии очень редки. Они очень чистоплотные люди, очень аккуратные и высоко нравственные. Болеют они редко. А тут — такая эпидемия... Это стало для них настоящим бедствием. Людей охватил ужасный страх. Многие не выходили на улицу без дыхательных масок, пытаясь таким образом защититься от болезнестворных микробов. Страх был всеобщий... Случилось так, что со мной рядом был человек, который непрерывно донимал меня вопросами: «Что это за болезнь? Что скрывается за этой болезнью?» Сама же я, чтобы не подхватить болезнь, просто оградила себя своей силой, своей защитой и больше не думала об этом, продолжая заниматься своим делом. Но я все время слышала: «Что это такое? О, я хотел бы знать, что скрывается за этой болезнью. Ну неужели ты не скажешь мне, что это за болезнь, почему она возникла?..» и т. д. Однажды меня пригласила на другой конец города моя знакомая, которая хотела представить меня своим

друзьям и что-то показать мне; я точно не помню, в чем было дело, но, во всяком случае, мне нужно было пересечь весь город на трамвае.

Я ехала в трамвае и видела всех этих людей с повязками на лицах, а вокруг повсюду витал постоянный страх; и тогда я действительно начала задаваться вопросом: «А правда, что это за болезнь? Что за ней стоит? Какие силы ее вызывают?..» Я приехала к своей знакомой, провела у нее не больше часа и вернулась обратно. И вернулась я уже с очень высокой температурой. Было ясно, что я подхватила эту болезнь. Именно так она и начиналась — мгновенно, без всякой предварительной стадии. Обычно болезни, вызываемые бактериями и микробами, развиваются в организме несколько дней: они проникают в вас, затем происходит небольшая борьба, и вы либо побеждаете, либо терпите поражение — и в таком случае заболеваете: все очевидно. Но здесь все было иначе: вы, например, только что получили письмо, вскрыли конверт, и пожалуйста — через несколько минут у вас жар. Так вот, к вечеру у меня был ужасный жар. Вызвали доктора (без моего ведома) и доктор сказал: «Я просто обязан дать вам это лекарство». Это было одно из самых лучших лекарств, у него оставалось его совсем немного (все запасы были исчерпаны, потому что

его принимали все); он сказал: «У меня есть еще несколько пакетиков, я должен дать его вам». «Прошу прощения, не нужно давать его мне, я не стану пить это лекарство. Оставьте его для тех, кто верит в него и будет его принимать». Он был очень недоволен: «Не было никакого смысла приходить сюда». «Наверное, не было», — ответила я и осталась в постели с сильнейшим жаром. И я постоянно продолжала искать ответ на вопрос: «Что это за болезнь? Чем она вызвана? Что за ней стоит?» На исходе второго дня, когда я лежала совсем одна, я совершенно отчетливо увидела, как ко мне приблизилось существо в военной форме (или остатках военной формы), у которого была отсечена часть головы, и вдруг вскочило мне на грудь и начало этой половиной головы высасывать из меня жизненную силу. Я присмотрелась хорошенько и поняла, что вот-вот умру. Он вытягивал из меня всю мою жизнь (а нужно вам сказать, что люди в течение трех дней умирали от пневмонии). Я была полностью прикована к постели, без движения, в глубоком трансе. Я уже не могла пошевелиться, а он все высасывал и высасывал из меня силы. Я подумала: вот и конец. Однако потом я призвала на помощь свою оккультную силу: это была нелегкая битва, но мне удалось отогнать его, и он вынужден был ретироваться. И тут я проснулась.

Но я увидела... И я узнала, я поняла, что болезнь исходит от существ, которые были выброшены из своих тел. Я наблюдала подобное во время Первой мировой войны, ближе к ее концу, когда люди в основном сидели в траншеях и погибали при обстрелах. Они были совершенно здоровы, абсолютно здоровы и вдруг в один миг оказывались выброшенными из тела, даже не сознавая, что умерли. Они не понимали, что у них больше нет тела, и пытались найти в других жизнь, которой не могли найти в самих себе. Фактически они превращались в вампиров, и эти несметные вампиры нападали на людей. Мало того, к этому добавлялся еще и распад витальных сил тех людей, которые заболели и умерли. Так что люди жили словно бы в густом липком тумане, образованном продуктами этого распада. Те, кто вдыхал этот туман, заболевали и обычно выздоравливали, но те, на кого нападало подобное существо, неизбежно умирали, они не могли сопротивляться. Я знаю, сколько знания и силы понадобилось мне, чтобы сопротивляться ему. Это было непреодолимо. Если они подвергались нападению существа, которое было центром этого вихря пагубных сил, они умирали. И их было много, очень большое количество. Я все это увидела и поняла.

Когда кто-то вошел ко мне, я попросила оставить меня одну. Я провела в постели еще два или три дня, пребывая в полном покое, погрузившись в себя и действуя своим сознанием. Позже один из наших друзей (японец, очень хороший друг) пришел и сказал мне: «А! Вы были больны? Значит, мои догадки оказались правильными... Только представьте, за последние два или три дня в городе не было ни одного нового случая заболевания, а большинство из тех, кто был болен, излечились, количество же смертей стало совсем незначительным. Все кончено. Болезнь полностью под контролем». Тогда я рассказала ему, что со мной произошло, а он пошел и рассказал это всем. Об этом даже писали в газетах.

Так вот, будьте уверены, сознание более эффективно, чем горы лекарств!.. Ситуация была критической. Только представьте, вымирали целые деревни. ... И вот эта эпидемия прекратилась таким образом. Вот такая история...

Мать

*

С учетом всех тех причин, о которых вы нам рассказали, человек должен быть болен всегда!

Но в обычной жизни людям почти всегда нездоровится — за исключением немногих, которым удается избежать этого по причинам иного порядка, о которых мы как-нибудь поговорим. В мире очень мало людей, которые не испытывали бы постоянно хотя бы легкого недомогания. Но даже в обычной жизни, если у вас есть вера, радостное отношение к жизни, определенная уверенность, своего рода светлая убежденность... о! именно она присуща, наверное, большинству детей: они исполнены веры в жизнь, они молоды, и у них есть ощущение, что вся жизнь впереди. Лишь немногое позади, и все еще впереди. Это придает им особую уверенность в себе, которая удерживает их на плаву.

Что же касается обычной жизни, то я зналала лишь очень немногих людей, которые не жаловались бы хоть на какое-нибудь легкое недомогание, которое неотступно преследует их... Должно быть, вы знакомы с пьесой Жюля Ромена «Доктор Нок», в которой он говорит, что здоровый человек — это больной, который просто не знает, что он болен. Обычно так и есть. Когда вы достаточно заняты, чтобы не быть все время озабоченным самим собой, вы просто не замечаете этого, но тем не менее это так.

Мать

СОСТОЯНИЕ УМА

Болезнь зачастую затягивается и завершается смертью, даже когда этого вполне можно избежать, потому что ум больного поглощен болезнью тела и поддерживает ее.

Шри Ауробиндо

* * *

Говорят, что существует взаимосвязь между состоянием тела и состоянием ума. Если ум находится не в лучшем состоянии, к чему это приводит?

Ну разумеется, ум и тело связаны между собой. Более того, не просто связаны, но связаны самым тесным образом, связаны настолько, что часто именно состояние ума является главной причиной заболеваний тела. Во всяком случае, одной из главных причин.

А если не в порядке тело?

Здесь, как я уже сказала, все зависит от самого человека. Одни при малейших признаках недуга

приходят в полное смятение; другие даже и при тяжелом заболевании сохраняют ясность ума. Противоположный случай — когда ум не в порядке, а тело остается здоровым — встречается реже, он не исключен, но встречается гораздо реже, потому что физическое состояние человека в большой мере зависит от его умственного состояния. Ум — это господин физического существа; а физическое существо — верный и послушный слуга. Но ум в этой своей роли не находит у человека достойного применения, скорее наоборот, он используется наихудшим образом. Человек чаще всего использует способность ума создавать обладающие значительной силой мыслеобразы и оказывать непосредственное воздействие на состояние своего организма как раз для того, чтобы сделать его больным, а не здоровым. И в самом деле, чуть с вашим здоровьем что-то не так, стоит ему отклониться от обычного состояния, как ваш ум тут же пускается рисовать себе самые мрачные картины всевозможных грядущих бед и несчастий, начинает изводиться нескончаемыми вопросами, как и что будет дальше и чем все кончится.

Вместо того, чтобы позволять своему уму заниматься таким пагубным делом, вы могли бы ту же его особую и очень действенную способность

к созданию мыслеобразов заставить работать себе на благо, то есть заставить себя думать не о плохом, а о хорошем, — например, поддержать в вашем организме, в вашем физическом существе уверенность в своих силах, внушить ему, что это всего лишь временная неприятность, что никакой серьезной опасности нет и, если у него достанет нужной восприимчивости и чуткости, все пройдет так же быстро, как и возникло, что стоит правильно настроиться, и вы выздоровеете за пять минут, — если вы сумеете действовать в таком духе всегда, вы достигнете поразительных результатов.



БОЛЕЗНИ, СВЯЗАННЫЕ С ЙОГОЙ

Вы спрашиваете меня, не в йоге ли причина вашей болезни? Ни в коем случае: йога не причиняет никакого вреда здоровью, а, напротив, помогает человеку стать крепким и выносливым.

*

Нет двух одинаковых болезней, хотя на них и на-
вешивают ярлыки и пытаются их сгруппировать
и классифицировать; однако на самом деле все
зависит от человека: каждый человек болеет по-
своему, и причины и характер его болезни зави-
сят от того, что он собой представляет, от состоя-
ния его сознания и от жизни, которую он ведет.
Внешние симптомы могут совпадать, но при
этом внутренние причины заболеваний будут
совершенно разными.

Мы уже не раз говорили, что болезни всегда воз-
никают из-за нарушения равновесия, но наруше-
ние равновесия может иметь место при совер-
шенно разных состояниях существа. Для обыч-
ного человека, чье сознание сосредоточено на
физической, внешней жизни, речь чаще всего

идет о чисто физическом дисбалансе, о нарушении функционирования различных органов. Когда же за этой чисто поверхностной жизнью начинает выстраиваться внутренняя жизнь, причины болезней меняются; и тогда все недомогания и недуги становятся выражением дисбаланса между различными частями существа: между внутренним прогрессом или стремлением и внешними препятствиями, сопротивлением тех или иных частей существа или условиями жизни человека и состоянием его тела.

Даже с обычной внешней точки зрения давно признано, что в истоке любой болезни лежит упадок жизненных сил, ослабление сопротивляемости организма, непосредственно обусловленное внутренним состоянием человека, теми или иными переживаниями, эмоциональным настроем и т. д. Когда человек пребывает в нормальном расположении духа, когда и во внутренней, и во внешней жизни он соблюдает нормальное состояние равновесия и гармонии, то его тело обладает способностью сопротивляться болезням, в нем поддерживается атмосфера, которая не допускает вторжения болезней: его наиболее материальная субстанция испускает тонкие вибрации, которые способны противостоять болезням, даже болезням, которые называются

заразными, — на самом деле все вибрации заразительны, но все же определенные заболевания считаются особенно заразными. Так вот, человек, который даже с чисто внешней точки зрения находится в достаточно сбалансированном психологическом состоянии и органы у него функционируют правильно и гармонично, такой человек обладает достаточной устойчивостью к различным возбудителям болезни. Но если по той или иной причине он утрачивает это равновесие, например, когда его защитные силы ослаблены из-за депрессии, чувства неудовлетворенности, внутреннего разлада или чрезмерной усталости, то сопротивляемость организма у него снижается и он открывается вторжению болезни. Однако если мы обратимся к человеку, практикующему йогу, то у него все будет совершенно иначе — в том смысле, что у такого человека причины нарушения равновесия имеют другую природу и болезнь обычно является выражением определенного внутреннего затруднения, которое необходимо преодолеть.

Таким образом, каждый должен выяснить сам, почему он болен.

Можно ли считать, что исходной причиной физических болезней являются нарушения в ментальной части существа? Если да, то какие именно ментальные расстройства служат причиной, например, появления сыпи или болей в горле?

У любой болезни столько же причин, сколько есть на свете людей, страдающих этой болезнью; для каждого случая — свое объяснение... единого общего правила не существует.

Болезни тела не всегда возникают вследствие нарушения, расстройства или ложного импульса в ментальном существе. Источник болезни может быть как в ментальной, так и в витальной частях существа; болезнь может иметь также и чисто физическую природу, как в случае болезней, возникающих при наружном контакте. И наконец, определенные расстройства могут появляться в связи с практикой йоги; но и в этом случае существует множество возможных причин.

Рассмотрим болезни, связанные с практикой йоги, ибо именно они представляют для нас более непосредственный и близкий интерес. В этой области также едва ли возможно назвать одну универсальную причину для каждой разновидности

заболеваний, но тем не менее можно выделить группы болезней по характеру причин, их порождающих.

Сила, нисходящая в того, кто практикует йогу, и помогающая ему в преобразовании его существа, действует многими различными способами и во множестве направлений, и результаты ее действия различаются в зависимости от свойств индивидуальной природы, которая воспринимает эту силу, и от той работы, которую надлежит выполнить. Прежде всего, эта сила ускоряет трансформацию всего того в вашем существе, что готово к изменению. Если практикующий открыт и восприимчив в ментальной сфере, то именно ментальная часть его существа начинает быстро изменяться и прогрессировать под воздействием йогической энергии. Такие же быстрые изменения могут происходить и в витальном сознании, если оно готово к этому, или даже в физическом теле. Однако в теле из-за его ограниченной восприимчивости действие преобразующей йогической энергии эффективно только до определенной степени. Наиболее материальный уровень мироздания все еще находится в таком состоянии, при котором к восприимчивости примешивается изрядная доля сопротивления. Однако если быстро развитие одной

части существа сопровождается отставанием остальных, то между ними возникает дисбаланс, где-то в существе происходит разлад, который может выразиться в том или ином заболевании. Природа такого заболевания зависит от характера возникшего дисбаланса. Так, например, дисбаланс, оказывающий влияние на ментальную часть существа, может вызвать различные ментальные расстройства и даже привести к сумасшествию; дисбаланс иного рода воздействует на тело и вызывает повышение температуры или сонливость, или что-то еще, серьезное или не очень.

Таким образом, действие йогических сил ускоряет процессы трансформации в тех частях существа, которые готовы к восприятию энергии и способны откликаться на ее воздействие. Именно поэтому йога позволяет получить выигрыш во времени. Весь мир находится в процессе постепенной трансформации: практикуя йогу, человек ускоряет этот процесс в самом себе. Работа, которая при обычном ходе вещей потребовала бы долгих лет, при помощи йоги может быть выполнена за несколько дней или даже часов. Но этому ускоряющему импульсу послушно главным образом ваше внутреннее сознание, поскольку именно высшие части вашего существа с готовностью следуют стремительному и динамичному

развитию йоги и достаточно легко поддаются изменениям, диктуемым ее ходом.

Тело же обычно отличается неподатливостью, инертностью, апатичностью; и если в физической части есть что-то, что не откликается на действие высших сил, если в ней присутствует какое-то сопротивление им, причина этого — в том, что тело не может двигаться по пути трансформации столь же быстро, как остальные части существа. Телу необходимо время; оно может продвигаться только в определенном темпе, обычном для его нормального существования. Это очень похоже на то, как ребенок, идущий вместе со взрослым, не поспевает за ним, и взрослый время от времени должен останавливаться и ждать, пока отставший ребенок его не догонит. Такое несоответствие между ростом внутреннего существа и замедленным развитием тела часто вызывает в организме расстройство, которое проявляется в виде болезни. Этим объясняется, отчего практикующие йогу часто страдают, особенно вначале, от какого-нибудь физического неудобства или недомогания. Разумеется, этого можно избежать при внимательном и осмотрительном к себе отношении. От подобных трудностей избавлены и те, кто обладает необычайно восприимчивым телом. Но вряд ли

можно рассчитывать на безупречную восприимчивость физического существа, позволяющую ему поспевать за трансформацией внутреннего существа, за одним исключением — когда телесная субстанция уже была своим прошлым подготовлена для йогической практики.

В жизни обычного человека рост дисгармонии между отдельными частями существа — нормальное явление. Ментальная и витальная части человеческого существа развиваются, насколько это позволяет их состояние, в соответствии с общим движением вселенских сил и, влекомые мировым потоком эволюции и внутренних преобразований, проделывают определенный путь; развитие же тела, подчиняющегося закономерностям наиболее материальной сферы природы, происходит чрезвычайно медленно. Через какие-нибудь семьдесят-восемьдесят или — самое большее — сто-двести лет дисгармония достигает таких масштабов, что происходит распад внешнего существа. Расхождение между требуемым откликом тела и его действительной реакцией, возрастающая неспособность тела к развитию находят свое выражение в феномене смерти.

У того, кто занимается йогой, внутренняя трансформация, обычно следующая медленному

постепенному движению мироздания, становится более интенсивной и быстрой; однако темп трансформации во внешней части существа остается почти таким же, как и в жизни обычных людей. То есть у человека, практикующего йогу, дисгармония между внутренним и внешним существом оказывается еще больше, если не принять соответствующих предосторожностей и не позаботиться о защите, помогающей телу не слишком отставать от внутреннего развития. Но даже и в этом случае в силу самой своей природы тело будет замедлять ваше развитие. Именно поэтому нам приходится говорить многим: «Не стремитесь привлечь в себя как можно больше силы, не торопитесь; дайте своему телу время приспособиться». Некоторых нужно приостанавливать даже на несколько лет, не позволяя им делать чересчур много или уходить далеко вперед. Иногда не удается избежать потери равновесия; тогда возникает расстройство, характер которого зависит от природы сопротивления и от того, насколько внимательным или, наоборот, пренебрежительным было ваше отношение к телу.

Этими же причинами объясняется и то, что за каждым существенным продвижением в развитии практически неизбежно следует период бездействия и застоя. И если человека заранее

не предупредить об этом, ему покажется, что его захлестывает волна оцепенения, инертности и уныния, что он остановился в своем развитии; его начинают тревожить беспокойные мысли: «В чем же дело? Неужели я понапрасну теряю время? Ведь ничего же не происходит». Но в действительности это время необходимо для усвоения полученного; эта пауза позволяет телу достичь большей открытости, стать более восприимчивым, приблизиться к уровню, достигнутому внутренним сознанием. Слишком далеко вперед ушли родители: им нужно остановиться и подождать, пока отставший ребенок не догонит их, чтобы взять его за руку; только тогда они смогут возобновить свой путь вместе.

Каждый участок тела — это своеобразное зеркало того или иного внутреннего процесса; здесь существует бесконечное многообразие тончайших соответствий, целый мир взаимосвязей. Но это предмет обширный и сложный, а у нас в данный момент нет возможности вдаваться в такие подробности. Пораженная болезнью часть тела позволяет определить природу возникшей внутри дисгармонии; она указывает источник заболевания, служит своего рода индикатором причины недуга. Она же показывает, какого рода сопротивление не дает всему существу продвигаться

вперед с равномерной высокой скоростью. А отсюда можно определить, каким должно быть лечение, и найти средство от болезни. Если бы можно было со всей определенностью установить, где скрыт дефект, отыскать, какой именно из частей существа недостает восприимчивости, открыть ее для воздействия силы и света, то в одно мгновение можно было бы восстановить нарушенную гармонию и болезнь тотчас прошла бы.

Источник болезни может скрываться в ментальной, в витальной и в любой другой части существа. Одна и та же болезнь может быть вызвана самыми разными причинами; в различных случаях она может быть обусловлена разными нарушениями гармонии. Может также иметь место и видимость болезни, в то время как никакой настоящей болезни нет. В этом случае, если вы достаточно сознательны, вы сможете увидеть, что в некоторой части вашего существа что-то тормозит, блокирует общее движение, и, устранив возникший сбой, вы сразу же вылечитесь. Болезнь такого рода — не настоящая болезнь, даже если кажется, что ее физические симптомы налицо. Такая болезнь наполовину порождена воображением и она не обладает той силой воздействия на материальную субстанцию, какая свойственна болезни настоящей. ...

Если бы все существо человека могло равномерно и согласованно развиваться, постоянно изменяясь и трансформируясь, чтобы поспевать за внутренним движением мироздания, то не было бы ни болезней, ни смерти. Но для этого необходимо участие в процессе в буквальном смысле слова всего существа целиком, начиная с высших, наиболее пластичных планов, в должной мере подготовленных к воздействию сил трансформации, и заканчивая самым материальным уровнем с присущими ему косностью, неподатливостью, невосприимчивостью ко всякому быстрому видоизменению.

Существуют определенные области, которые по сравнению с остальными оказывают значительно большее сопротивление действию йогических сил, и заболевания, которым они подвергаются, вылечить намного труднее. Это те части существа, которые относятся к наиболее материальным его уровням, а также типичные для них болезни, такие, как кожные болезни или больные зубы. ...

От некоторых болезней, хотя они и считаются самыми опасными, избавиться легче всего; наоборот, есть болезни, которые считаются совершенно пустяковыми, но могут оказать самое упорное сопротивление.

Подводя итог, следует сказать, что истоки происхождения любой болезни многочисленны и трудноопределены; любая из болезней может возникать по множеству причин, но болезнь всегда указывает на какое-то слабое место в вашем существе.

*

Не являются ли болезни испытаниями на пути йоги?

Испытаниями? Конечно же, нет.

Вы полагаете, что болезнь дается вам намеренно, чтобы заставить вас развиваться? Безусловно, это не так. Можно взглянуть на все это по-другому и сказать, что есть люди, обладающие столь бескомпромиссной целеустремленностью и самоотдачей, что все происходящее с ними они воспринимают как испытание на духовном пути, позволяющее им сделать еще один шаг к цели. Я знала людей, которые, даже когда им случалось заболеть, воспринимали это как доказательство Божественной Милости, способствующей их прогрессу. Они говорили себе: «Это хороший знак, мне нужно понять причину своей болезни, и тогда я совершу необходимое продвижение».

Я знала нескольких таких людей, и их внутреннее развитие было необычайно успешным. И наоборот, есть те, кто вместо того, чтобы использовать подобную ситуацию для собственного роста, безвольно опускает руки и сдается болезни. Что ж, тем хуже для них самих. Правильная позиция, если уж вы заболели, заключается в том, чтобы сказать себе: «Во мне что-то не в порядке; я должен обязательно разобраться, в чем дело, и извлечь необходимый урок». Вы никогда не должны думать, что Божественное преднамеренно наслало на вас болезнь; это было бы воистину чудовищное Божественное!



МИКРОБЫ

Но разве не возникают иногда болезни в результате воздействия микробов, а не из-за неравномерного продвижения в йоге?

Где начинается йога и где она заканчивается? Разве не вся ваша жизнь — йога? Возможности для возникновения болезней всегда есть как в самом вашем теле, так и в окружающей среде; все вокруг вас кишит всевозможными микробами, разносчиками болезней, то же самое — внутри вас. Как же так получается, что вы вдруг оказываетесь застигнутыми болезнью, в то время как годами были неуязвимы для нее? Вы скажете, что это — из-за «упадка жизненных сил». Но откуда взялся этот упадок? Он — следствие дисгармонии в вашем существе, недостатка восприимчивости по отношению к божественным силам. Когда вы нарушаете связь с поддерживающей вас энергией и светом, то у вас появляется депрессия, упадок сил и возникает то, что медицинская наука называет «благоприятной почвой», этим и пользуются невидимые врачи. Сомнение, дурное настроение, ослабление веры, рецидив эгоизма — все это нарушает вашу связь с божественным светом

и энергией и создает благоприятные условия для нападения. Не в микробы, а в вашем внутреннем состоянии следует искать причину возникновения болезней.

Но все же, разве не доказано, что гигиенические меры улучшают состояние здоровья среди населения?

Медицина и гигиена необходимы в обычной жизни, но в данный момент речь идет не о населении вообще, а о тех, кто занимается йогой. Тем не менее у гигиены есть свои слабые стороны, а именно, соблюдая ее правила, вы хотя и уменьшаете вероятность подхватить болезнь, в то же время снижаете и естественную сопротивляемость организма. Медицинские работники в больницах, которые постоянно моют руки дезинфицирующими средствами, сталкиваются с тем, что их руки подвергаются заражению чаще и вообще гораздо более восприимчивы к заражению, чем у остальных людей.

При этом есть люди, которые ничего не знают о гигиене и живут против всех ее правил и, тем не менее, вообще не болеют. Здесь само незнание выручает их, защищая от различных самовнушений, сопутствующих медицинским познаниям.

В то же время ваша вера в санитарные меры предосторожности, которые вы соблюдаете, способствует их защитному воздействию на ваш организм, ибо при этом вы думаете: «Ну вот, теперь все чисто и заражение мне не грозит», — и в зависимости от того, насколько сильна ваша вера, вы защищены от заболевания.

*

Совсем недавно медицинская наука совершила еще одно замечательное открытие. Было обнаружено, что для каждой болезни, вызываемой тем или иным возбудителем, есть и вид микробов, который лечит эту болезнь (можно назвать их микробами или как-то еще — словом, какая-то разновидность микроорганизмов). Но, что особенно удивительно, этот исцеляющий «микроб» чрезвычайно заразен, даже более заразен, чем сам возбудитель болезни. И обычно он развивается в двух случаях: у тех, кто от природы наделен добродушием и энергичностью, и у тех, в ком сильна воля к выздоровлению! Они вдруг подхватывают этот «микроб» и избавляются от болезни. И что удивительно, если при эпидемии выздоравливает один человек, сразу же поправляются еще трое. И эту разновидность «микробов» обнаруживают у всех, кто выздоровел.

Но я должна кое-что вам сказать: то, что люди считают микробами, — просто материальное выражение вибрации или воли из другого мира. Когда я узнала об этих медицинских открытиях, я сказала себе: «Наука действительно прогрессирует». С большим основанием можно было бы даже сказать: «Материя прогрессирует» — она становится все более и более восприимчивой к высшей воле. И то, что в их науке обозначается как подобный исцеляющий «микроб», если добраться до сути вещей, окажется чем-то вроде вибрационной формации, и эта формация представляет собой материальное выражение определенной высшей воли. Если вы можете воздействовать этой силой или этой волей, этой энергией, этой вибрацией (называйте ее как хотите) на сложившиеся обстоятельства, она окажет свое воздействие не только непосредственно на вас, но благодаря «заражению» и на тех, кто вас окружает.

Мать

СТРАХ

Подлинная болезнь — это страх

Подлинная болезнь — это страх. Отбросьте страх, и вы избавитесь от болезни.

*

Первое, от чего вы должны излечиться раз и навсегда, — это *страх*. Он опаснее самой тяжелой болезни.

*

Именно страх — более или менее осознанный — является причиной почти всех наших бед. Без страха ничего плохого случиться *не может*.

*

Не мучайте себя, не беспокойтесь; и прежде всего, старайтесь полностью избавиться от страха; страх — опасная вещь, ибо он может сделать значительным то, что не имеет никакого значения. Если вы будете бояться, что у вас снова появятся

признаки какого-то заболевания, сам этот страх может даже привести к тому, что они действительно возобновятся.

*

Мой совет: не беспокойтесь. Чем больше вы думаете о болезни, чем большее внимание вы ей уделяете и, главное, чем больше вы ее боитесь, тем больше шансов вы ей даете. И наоборот, если вы переключаете свое внимание и интерес на что-то другое, вы тем самым помогаете себе избавиться от болезни.

*

Всякий страх должен быть преодолен и заменен всеобъемлющей верой в Божественную Милость.

*

Если вы вдруг заболели, вы не должны бояться болезни, не должны бежать от нее, а, напротив, должны смело встретить ее лицом к лицу, сохранив спокойствие и веру, с полной уверенностью, что болезнь это ложь, и если вы с всецелым доверием, в совершенном покое обратитесь к божественной милости, то она заполнит собой больные

клетки — так же как она утверждается в глубинах существа, и тогда сами клетки исполняются вечной Истины и Блаженства.

*

Если вы хотите вылечиться от болезни, вы должны выполнить два условия. Во-первых, вы должны полностью избавиться от страха, стать совершенно бесстрашными; а во-вторых, вы должны иметь неколебимую веру в то, что Божественное хранит и защищает вас. Вот главные условия выздоровления.

*

На девять десятых опасность болезни обусловлена страхом перед болезнью. От страха у вас могут появиться видимые признаки болезни и вы можете даже по-настоящему заболеть — настолько велико воздействие страха...

В результате занятий йогой могут возникать определенные физические проявления, способные стать причиной необоснованного страха, который сам по себе способен причинить вред. Например, многие испытывают своего рода давление в голове... особенно поначалу, когда что-то

в их существе, пока еще закрытое, должно открыться под воздействием нисходящей силы. От этого неудобства легко избавиться, когда знаешь, что оно вызвано давлением сил, которым ты открываешься и которые мощно работают в теле с целью быстрого достижения определенных результатов и ускорения трансформации. Этот эффект, если к нему относиться спокойно, может перейти в ощущение, которое будет не лишено приятности. Но если вы испугаетесь, то, вне всякого сомнения, наживете себе сильную головную боль, которая может перейти даже в жар. Этот дискомфорт обусловлен имеющимся в вашей природе сопротивлением нисходящей силе; если вы сумеете ослабить это сопротивление, вы немедленно избавитесь от неприятного ощущения; но если вы напуганы, это легкое неудобство может перерости в нечто значительно худшее. Каким бы ни был по своему характеру переживаемый вами опыт, никогда не позволяйте страху хотя бы в малейшей степени овладеть вами; вы должны сохранять неколебимую уверенность в том, что с вами происходит именно то, что должно произойти. Сделав однажды выбор, вы должны бесстрашно принимать все последствия, которые он за собой влечет. Но если выбор сделан, а затем вы отступаетесь, вновь возвращаясь к прежнему: постоянно мечетесь, сомневаетесь,

пугаетесь, то вы порождаете в своем существе дисгармонию, которая не только мешает вашему продвижению вперед, но и может стать причиной всевозможных расстройств в вашем ментальном и витальном существе, а также болезней и недомоганий тела.

*

Ментальный, витальный и физический страх

В чем разница между ментальным, витальным и физическим страхом?

Это становится понятным, когда вы способны осознавать, что происходит в ментальной, витальной и физической частях вашего существа.

Очень просто понять, что такое ментальный страх: это ваши мысли. Например, когда вы сталкиваетесь с опасностью заразиться какой-то серьезной болезнью, вы начинаете думать об этом, о том, как заразна эта болезнь, о том, что вы можете заразиться и что это будет просто ужасно, и как же теперь быть и что нужно сделать, чтобы этого избежать... И вот ваш ум уже объят страхом, в нем крутятся тревожные мысли: а что будет завтра? и так далее.

Витальный страх связан с чувствами. Вы ощущаете его. Вас немедленно бросает в жар, бросает в холод, вы покрываетесь испариной и испытываете другие неприятные ощущения. Вы чувствуете, что сердце у вас начинает биться все быстрее, все тело начинает гореть словно в огне, а потом у вас словно кровь застывает в жилах и вас начинает бить озноб.

Что касается физического страха, то... Он становится доступным восприятию лишь в том случае, когда вы сумели избавиться от страха первых двух видов. Обычно заметить и осознать ментальный и витальный страх гораздо проще. И именно эти виды страха скрывают от вас проявления страха физического, так что, только освободившись от них, вы сможете понять, что такое страх тела, ощутить его. Это своего рода дрожь, мелкий трепет, проникающий в клетки и передающийся им. Но, разумеется, это совсем не похоже на то, как трепещет сердце, вырываясь из груди. Это едва заметная вибрация в самих клетках, от которой их как бы слегка лихорадит. Справиться с этой микроскопической дрожью очень трудно. Но возможно.

На самом деле, вы, конечно же, сталкивались и с этим видом страха, например когда вам

нужно было выполнить какое-то физическое упражнение, которого вы до этого никогда не делали или делали достаточно редко; тогда эти крохотные вибрации физического страха охватывают все клетки вашего тела. И естественно, тело перестает быть полностью послушным. Оно перестает воспринимать Силу и откликаться ей. И когда вы усилием воли пытаетесь заставить его сделать то, что нужно, это вызывает в нем своеобразное сопротивление, оно словно бы не хочет и не может выполнить требуемое движение. Вы не замечаете этого, потому что ваше внимание полностью поглощено умственными опасениями или витальной подавленностью, которые столь очевидны для вашего сознания, в то время как сопротивление, возникающее в теле, осознать гораздо труднее. Вообще бывает, что на тренировках у человека все получается очень хорошо, а во время соревнований его вдруг словно охватывает паралич и он не может выполнить то, что обычно дается ему без особых затруднений. Он выступает намного хуже, чем мог бы. Причина все та же — мелкая дрожь физического страха, из-за которой вы лишаетесь полного контроля над телом.

С обычной точки зрения, в большинстве случаев именно страх — иногда ментальный или витальный, но чаще всего страх физический, страх в клетках — открывает двери возбудителям болезни. Что касается ментального страха, то всякий, кто обладает хотя бы небольшим самоконтролем, да и просто хоть каким-то человеческим достоинством, может справиться с ним; витальный страх — более тонкого порядка и требует большего самоконтроля; но вот чтобы преодолеть физический страх, необходимы серьезные йогические навыки, потому что клетки тела боятся всего неприятного, болезненного и при малейшем недомогании или неудобстве впадают в беспокойство — они не любят чувствовать себя неуютно. И чтобы с этим справиться, необходимо приложить сознательную волю. Обычно именно этот вид страха открывает двери болезням. Я не говорю о первых двух видах страха, которые, как я уже сказала, любой человек, желающий быть человеком в подлинном смысле этого слова, должен победить в себе, поскольку они представляют собой просто проявления жалкой трусости. Но физический страх преодолеть труднее, а без него можно отразить даже самые яростные атаки. Если человек обладает хотя бы минимальным контролем над своим телом, он может уменьшить последствия подобных нападений,

но этого недостаточно, чтобы быть полностью защищенным от вторжения болезни. Именно этот физический, материальный страх, эта лихорадочная дрожь в клетках тела усугубляет все болезни.

Есть люди, которые по самой своей природе полностью свободны от страха, даже в теле; они обладают достаточным витальным равновесием, позволяющим им не испытывать страха, и следуют в своей физической жизни ритму естественной гармонии, благодаря чему болезни у них сами собой сводятся к минимуму. А есть, наоборот, такие, у которых все всегда происходит наихудшим образом, вплоть до самых бедственных ситуаций. И между двумя этими полярными состояниями есть множество вариаций, так что все это легко проследить. Одним словом, все зависит от своеобразного счастливого ритма жизненной энергии в людях, который либо достаточно гармоничен, чтобы противостоять атакам болезни извне, либо отсутствует или недостаточно силен и тогда заменяется этой лихорадочной дрожью страха, этой разновидностью инстинктивного самоистязания, которая превращает малейший неприятный контакт во что-то болезненное и вредоносное. ... Так что все, естественно, зависит от склада конкретной личности; ну а если

человек занимается самосовершенствованием, то все зависит от достигнутой им степени самоуправления — и на этом пути однажды тело становится послушным инструментом высшей Воли, обретая способность противостоять любым атакам.

Но если человеку удается избавиться от страха, то он находится практически в полной безопасности.

*

Вы не должны бояться. Большая часть ваших неприятностей порождается страхом. Фактически девяносто процентов болезней есть результат подсознательного страха в теле. В обычном сознании тела присутствует более или менее скрытое беспокойство относительно последствий малейшего физического нарушения. Оно может быть выражено такими словами: «Ах, что же будет?» Этому беспокойству нужно положить конец. На самом деле, это беспокойство говорит об отсутствии веры в Божественную Милость и является несомненным признаком того, что ваше самопосвящение остается неполным и несовершенным.

Есть практическое средство, которое помогает преодолеть этот страх: каждый раз, когда он тем или иным образом выходит на поверхность, более просветленная часть существа должна внушить телу необходимость полного доверия Божественной Милости, уверенность, что эта Милость всегда действует наилучшим образом как в нас самих, так и во всем сущем, и решимость целиком и полностью подчиниться Божественной Воле.

Тело должно знать и быть убеждено, что его сущность божественна и что, если не воздвигать препятствий на пути действия Божественного, ничто не может повредить нам. Этот процесс должен постоянно повторяться, пока всякий страх не прекратится. И тогда, даже если болезнь сумеет проявиться в организме, ее сила и длительность значительно уменьшатся и в конце концов она будет полностью побеждена.

Мать

* * *

Пребывающий в нас Бог — это безграничнаа самодовлеющая Воля. Так не стоит ли, отбросив сомнения и боязнь умереть, со спокойной неколебимой верой предоставить Ему заботу обо всех

твоих недугах? Ты увидишь, что в конце концов Он окажется искуснее всех докторов вместе взятых.

Шри Ауробиндо



НЕСЧАСТНЫЕ СЛУЧАИ

Физические несчастья — это уроки, которые призваны научить нас уравновешенности и раскрыть в нас все то, что является достаточно чистым и просветленным, чтобы не быть затронутым этими несчастьями.

Именно в уравновешенности человек обретает средство исцеления. Важный момент: равновесие не означает равнодушия.

*

Не нужно мучить себя из-за этих мелких происшествий и неприятностей: все это мелочи; сами по себе они не важны и их назначение — показать нам, где еще в нашей природе кроется бессознательность, чтобы мы могли пролить на нее свет.

*

Все ли болезни и несчастья — результат плохих действий и мыслей, ослабления сознательности? Если причиной болезни является заблуж-

*дение или проступок, совершенный человеком,
как это узнать?*

Болезни никак не связаны с наказанием. Они — естественный результат тех или иных заблуждений, недостатков или промахов, которые неизбежно влекут за собой соответствующие последствия. Фактически все в мире есть вопрос равновесия или его отсутствия, гармонии или беспорядка. Гармоничные вибрации привлекают и обуславливают гармоничные события, вибрации «неравновесия» вызывают, так сказать, дисбаланс в обстоятельствах (болезни, несчастья и т. д.). Это справедливо как на коллективном, так и на индивидуальном уровне. Но принцип остается одним и тем же: взращивать в себе порядок и гармонию, мир и равновесие путем всецелого подчинения Божественной Воле.

*

А если тело изуродовано болезнью?

Знаете, это может быть результатом несчастного случая. Несчастные случаи обусловлены множеством факторов; на самом деле, они возникают из-за конфликта определенных сил Природы, конфликта между силами роста и развития

и силами разрушения и распада. Когда происходит несчастный случай, имеющий продолжительные последствия, это всегда в той или иной мере частичная победа враждебных сил, т. е. сил разрушения и хаоса.

Есть учения... которые воспринимают карму* в совершенно поверхностном человеческом смысле и говорят вам: «Это несчастье произошло с вами потому, что в прошлой жизни вы совершили что-то плохое, и теперь этот дурной поступок вернулся к вам в виде несчастного случая». Это неправильно, совершенно неправильно. Это всего лишь человеческое представление о справедливости, не соответствующее ни справедливости Природы, ни справедливости Божественного.

Естественно, формация тела очень важна, в том смысле что, если, например, человек постоянно находится под влиянием депрессии, пессимизма, разочарования, отсутствия веры и доверия к жиз-

* «Карма — вселенский принцип Действия, устанавливающий неизбежность причинно-следственных связей; на человеческом уровне — совокупность прошлых поступков человека, результаты которых проявляются не сразу, но с течением времени, частично в этой жизни, но преимущественно в будущих воплощениях». (Шри Ауробиндо)

ни, все это, можно сказать, проникает в его субстанцию, и тогда он словно бы притягивает всевозможные несчастья. Всякий раз, когда ему что-то угрожает, он своим настроем материализуют эту угрозу, будь то болезнь или несчастный случай. Здесь большой простор для наблюдений и выводов — несчастные случаи всегда происходят с одними и теми же людьми. Другие делают все то же самое, подвергаясь такому же риску, но с ними ничего не происходит. Если вы ближе изучите их характер, вы увидите, что первые обладают склонностью к пессимизму и все время ожидают, что с ними случится что-нибудь плохое — так и происходит. Или же они чего-то боятся. Мы знаем, что страх всегда привлекает к человеку то, чего он боится. Если вы боитесь несчастного случая, ваш страх действует как магнит, притягивая к вам этот несчастный случай. ... То же относится и к болезни. ... Здесь также все зависит от внутреннего состояния. ...

Эту проблему не следует решать с этических позиций. ... Ибо, как я уже говорила, логика Природы — это не человеческая логика и ее чувство справедливости (если оно вообще у нее есть) отличается от человеческих представлений о справедливости. И с этой точки зрения вряд ли можно говорить о «хорошем» или «плохом»

в нашем понимании. Скорее, можно сказать, что есть конструктивное и деструктивное, прогрессивное и регressive. Это действительно очень важно. И потом, есть люди светлые, солнечные, счастливые, улыбчивые и люди мрачные, унылые, недовольные, недоброжелательные, живущие в серых тонах. Эти последние и притягивают к себе всевозможные неприятности. Те, кто светится изнутри (это может быть и не свет духовности, а просто излучение доброжелательности, уравновешенности, веры в лучшее, радости жизни), те, кто несет в себе эту радость жизни, пребывают в гармонии с Природой и по этой причине обычно избегают несчастных случаев, не подвержены болезням и жизнь у них складывается самым благоприятным образом — насколько это возможно при нынешнем состоянии мира.

*

В чем причины несчастных случаев? Связаны ли они с каким-либо нарушением равновесия в существе?

...С внешней точки зрения, причины могут быть самые разные; но по сути дела всегда в какой-то более глубокой причине... Несчастные случаи происходят, когда человек немножко не в себе,

когда он не полностью сознателен и не вполне владеет собой, когда он чем-то обеспокоен. Например, его сознание может быть поглощено какими-то внутренними вещами и он невнимателен по отношению к тому, что его окружает, или он думает о чем-то, или чем-то отвлечен. Словом, он не вполне отчетливо осознает себя и то, что делает. Если бы человек постоянно был полностью сознательным, с всецело пробужденным сознанием, несчастных случаев не было бы: в нужный момент он мог бы сделать правильный поступок, нужное движение, чтобы избежать несчастья. В общем, подлинная причина — ослабление осознанности, невнимательность.

Как я уже говорила, если по той или иной причине — например, недостаточного сна, недостаточного отдыха, или из-за какого-то поглощающего вас занятия, или еще чего-то, что утомляет вас, т. е. когда вы не находитесь выше всего этого — если ваше тонкое тело немного повреждено, оно не функционирует надлежащим образом и какого-либо потока силы, проходящего через него, достаточно, чтобы вызвать несчастный случай. ... Бывают дни, когда человек чувствует себя не совсем... не то чтобы нехорошо, а словно пытается поймать что-то, ускользающее от него; он не может сосредоточиться, он как бы полурассеян —

это и есть дни, когда что-то может случиться. И нужно быть внимательным. Естественно, это не значит, что вы должны запереться у себя в комнате и не высовываться, когда чувствуете себя подобным образом! Скорее, вы должны следить за всем более внимательно, быть более бдительными, полностью исключить проявления невнимательности и ослабления сознания.

Мать



ВРАЖДЕБНЫЕ СИЛЫ

Что такое физические недуги? Являются ли они атаками враждебных сил извне?

В этом вопросе следует учитывать два фактора: то, что приходит извне, и то, что обусловлено вашим внутренним состоянием. Ваше внутреннее состояние становится причиной болезни, когда что-то в вас сопротивляется духовному продвижению или отвергает его или когда какая-то часть вашего существа не откликается на защиту свыше. Иногда что-то в вас может даже почти добровольно и с охотой призывать враждебные силы. Если в вас есть малейшее движение такого рода, этого достаточно: враждебные силы сразу же нападают на вас и часто их атаки принимают форму болезни.

*

Если, находясь под защитой Божественного, вы допускаете в себе ложные движения, например недобрые мысли или сомнения или неприятие Божественной Воли, вы сразу же ослабляете эту защиту или вовсе лишаетесь ее. Таким образом,

vas всегда окружает Божественная защита, предотвращающая нападки враждебных сил и прочие неприятности и случайности, — даже когда вы недостаточно сознательны, благодаря защите вы можете избежать неблагоприятных последствий. Но если вы выходите из-под защиты из-за собственных ложных движений и в то же время недостаточно бдительны, то вас атакуют враждебные силы и с вами может что-то случиться.

*

Все болезни являются атаками враждебных сил (я называю это вредительством), цель которых — испытать нашу выдержку и постараться сломить нашу веру. Мы должны отвечать им еще большей выдержкой и большей верой — тогда они терпят жестокое поражение и вынуждены убраться восвояси, тем самым мы приносим еще одну победу Истине.

Чем крепче наша выдержка, тем больше Силы и Любви Господа нам дается и тем сильнее радость Победы.

Мать

ССЫЛКИ

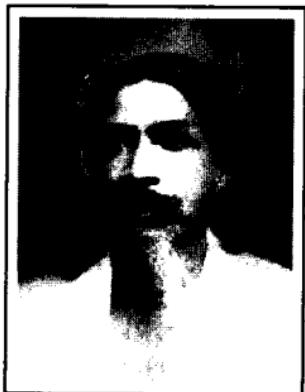
- | Стр. | Стр. |
|--|---|
| 1 Мать. Йога о здоровье и исцелении. Кн. 1. СПб: Худож. лит., 1991, с. 3 | 50c CWM, vol. 14, p. 258 |
| 3a Мать. Йога о здоровье и исцелении. Кн. 1. СПб: Худож. лит., 1991, с. 7 | 50d CWM, vol. 15, p. 156 |
| 3b CWM (Collected Works of the Mother), vol. 5, pp. 173-85 | 51a CWM, vol. 15, p. 154 |
| 27 CWM, vol. 5, p. 188 | 51b CWM, vol. 14, p. 259 |
| 29a SABCL (Sri Aurobindo Birth Centenary Library), vol. 17, p. 126 | 51c CWM, vol. 15, p. 152 |
| 29b CWM, vol. 5, p. 402-03. — Цит. по: Мать. Собр. соч., т. 6, СПб: Адити, 1999, с. 496 | 52a CWM, vol. 15, p. 152 |
| 32a Мать. Йога о здоровье и исцелении. Кн. 1. СПб: Худож. лит., 1991, с. 7 | 52b CWM, vol. 3, p. 91. — Цит. по: Мать. Собр. соч., т. 4, СПб: Адити, 1997, с. 91 |
| 32b CWM, vol. 9, pp. 120-21 | 54 CWM, vol. 5, p. 169-70. — Цит. по: Мать. Собр. соч., т. 6, СПб: Адити, 1999, с. 202-03 |
| 35 CWM, vol. 3, pp. 85-90. — Цит. по: Мать. Собр. соч., т. 4, СПб: Адити, 1997, с. 85-89 | 57 CWM, vol. 9, pp. 121-22 |
| 44 CWM, vol. 5, pp. 170-71 | 59 CWM, vol. 15, p. 151 |
| 46 CWM, vol. 3, pp. 55-56. — Цит. по: Мать. Собр. соч., т. 4, СПб: Адити, 1997, с. 56-57 | 60 SABCL, vol. 17, p. 127 |
| 48 CWM, vol. 4, p. 210 | 62a Мать. Йога о здоровье и исцелении. Кн. 1. СПб: Худож. лит., 1991, с. 39 |
| 50a CWM, vol. 15, p. 152 | 62b Мать. Йога о здоровье и исцелении. Кн. 1. СПб: Худож. лит., 1991, с. 39 |
| 50b CWM, vol. 14, p. 260 | 62c Мать. Йога о здоровье и исцелении. Кн. 1. СПб: Худож. лит., 1991, с. 39-40 |
| | 63a CWM, vol. 6, pp. 1-3 |
| | 66 CWM, vol. 4, pp. 272-73 |
| | 69a CWM, vol. 3, p. 55 |
| | 69b CWM, vol. 5, pp. 167-68 |
| | 70 White Roses — III, ed. 1968, p. 5 |

При составлении сборника использовались следующие публикации:

Illness — Causes & Cure, Sri Aurobindo Society, Pondicherry, 1996

Illness & Perfect Health, Sri Aurobindo Society, Pondicherry, 1996

Мать. Йога о здоровье и исцелении. Кн. 1. СПб: Худож. лит., 1991



ШРИ АУРОБИНДО — выдающийся мыслитель, общественный деятель, поэт, йогин — родился в Калькутте 15 августа 1872 г. С семилетнего возраста обучался в Англии; окончил Королевский колледж в Кембридже. В возрасте 21 года он возвращается в Индию. В течение последующих 13 лет занимает различные посты в администрации г. Бароды, преподает английскую и французскую литературу в местном университете, а в 1906 г. переезжает в Калькутту, где становится ректором Национального колледжа. Кроме того, в эти годы он включается в активную политическую борьбу за независимость Индии и погружается в изучение ее культурного и духовного наследия. В 1904 г. он решает ступить на путь йоги, стремясь использовать духовную силу для освобождения своей родины.

В 1908 г. Шри Ауробиндо был арестован по подозрению в организации покушения на одного из чиновников британского колониального правительства и оказался в тюрьме с обвинением, грозившим ему смертной казнью, однако по окончании следствия, длившегося целый год, был полностью оправдан и освобожден.

В 1910 г., повинувшись внутреннему голосу, он оставляет «внешнюю» революционную работу и удаляется в Пондичери, французскую колонию на юге Индии, чтобы продолжать интенсивные занятия йогой. На собственном опыте реализовав высшие духовные достижения прошлого, Шри Ауробиндо смог превзойти их и осознал, что окончательной и закономерной целью духовных поисков является полная трансформация человека, вплоть до физического уровня, и воплощение на земле божественной жизни. Достижению этой цели он посвятил оставшиеся сорок лет жизни.

Шри Ауробиндо оставил физическое тело 5 декабря 1950 г. Его литературное наследие насчитывает 35 томов, среди которых мировоззренческие труды, обширная переписка с учениками, множество стихов, пьес и грандиозная эпическая поэма «Савитри», которая явилась действенным воплощением его многогранного духовного опыта.

МАТЬ (Мирра Альфасса) родилась в Париже 21 февраля 1878 г. Ее отец был банкиром, выходцем из Турции, а мать принадлежала к египетской королевской семье. Начальное образование Мирра получила дома; она прекрасно рисовала, играла на фортепиано и делала успехи на литературном поприще.

Уже в детстве Мирра получила ряд духовных опытов, которые, как она позднее вспоминала, заставили ее «осознать возможность соединения человека с Всевышним и всесторонней реализации Еgo в жизни божественной».

В 1906—1907 гг. Мирра дважды посетила Алжир, где изучала оккультизм. Постепенно вокруг нее сформировалась группа духовных искателей. В 1914 г. Мирра отправляется в Индию, где встречает Шри Ауробиндо, узнав в нем того, кто многие годы направлял ее внутреннее развитие. Она пробыла рядом с ним около года и затем вернулась в Париж. В 1920 г. она приехала в Пондичери насовсем.

Постепенно вокруг Шри Ауробиндо и Мирры собралась небольшая группа учеников, которая со временем превратилась в Ашрам Шри Ауробиндо. Почти полвека Мирра, которую теперь называют Матерью, руководила Ашрамом, и за это время он вырос в огромную общину, насчитывающую около 2000 членов. В 1951 г. Мать создала школу, которая затем превратилась в Международный образовательный центр. В 1968 г. она основала Ауровиль, международный город, расположенный недалеко от Пондичери и насчитывающий сегодня около 1700 жителей — представителей всех народов земли, стремящихся воплотить мечту Шри Ауробиндо о едином человечестве.

Но прежде всего Мать была первопроходцем в области духовного опыта и оккультной практики; ей удалось освоить такие уровни сознания, о существовании которых люди не догадывались раньше. Ее литературное наследие насчитывает 17 томов и представляет собой своего рода мост, перекинутый от глобального видения и учения Шри Ауробиндо к проблемам обыденной жизни, озаренной духовным Светом.

Мать оставила физическое тело 17 ноября 1973 г.



СОДЕРЖАНИЕ

Дисгармония и нарушение равновесия	3
Состояние ума	29
Болезни, связанные с йогой	32
Микроны	46
Страх	50
Несчастные случаи	62
Враждебные силы	69



КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЕЗНИ

Часть I. Причины болезней

Из работ Шри Ауробиндо и Матери

Пер. с англ. — СПб: Нива, 2003. — 80 с.

В первой части сборника «Как победить болезни» из серии «Вся жизнь — йога» рассматриваются причины возникновения болезней; анализируется взаимозависимость между внутренним состоянием человека и его физическими заболеваниями; исследуется роль физических факторов, а также внутренних и оккультных факторов в возникновении и развитии различных заболеваний.

Составление и перевод с английского: *Д. В. Мельгунов*

Корректор: *Л. В. Попова*

Верстка: *А. И. Клементьев*

Издательская группа «САВИТРИ»

188305 Ленинградская обл., г. Гатчина, а/я 1

e-mail: info@savitri.ru

www.savitri.ru

Издательско-полиграфический комплекс «Нива»

191119 Санкт-Петербург, Лиговский пр., 108-Б

Лиц. ЛП №000061 от 15.01.99

Сдано в набор 15.01.2003. Подписано в печать 12.02.2003.

Формат 70x100/32. Печать офсетная. Бумага офсетная.

Печ. л. 5. Тираж 500 экз. Заказ № 24.

Отпечатано с готовых диапозитивов

в типографии ООО «ИПК «БИОНТ»

195426, СПб, Средний проспект В.О., дом 86

тел. 322-68-43

Серия «Вся жизнь — йога»

В сборниках серии, составленных из фрагментов работ Шри Ауробиндо и Матери, с позиций интегральной йоги рассматриваются практические вопросы повседневной жизни. Выбранные темы охватывают всю сферу человеческой жизни и деятельности, ведь подлинная духовность — это не отвержение жизни, а искусство ее совершенствования.

Мы надеемся, что эти публикации помогут вам по-новому взглянуть на себя и свою жизнь и сделать еще один шаг на пути саморазвития.

- | | |
|--|---|
| 1. Цель жизни | 26. Тайна смерти |
| 2. Йога | 27. Перерождение |
| 3. Ключ к духовной жизни | 28. Оккультизм |
| 4. Медитация | 29. Боги и Божественное |
| 5. Молитва и мантра | 30. Цель и миссия Аватара |
| 6. Вера | 31. Иные миры — планы бытия |
| 7. Духовное устремление | 32. Сверхразум и новое творение |
| 8. Самоотдача и милость свыше | 33. Эволюция |
| 9. Истинная душа | 34. Божественное Материнство |
| 10. Самосовершенствование | 35. О женщине |
| 11. Гармония труда | 36. Любовь — человеческая
и божественная |
| 12. Деньги | 37. Истинная Любовь |
| 13. Как победить страх | 38. Красота и гармония |
| 14. Как быть счастливым | 39. Искусство и духовность |
| 15. Как развить концентрацию | 40. Образование: как учить |
| 16. Как развить разум | 41. Образование: как учиться |
| 17. Как развить тело | 42. Судьба и свобода воли |
| 18. Цикл жизни | 43. Отношения в жизни |
| 19. Как победить болезни—I | 44. Религия и духовность |
| 20. Как победить болезни—II | 45. Наука и духовность |
| 21. Правильное питание | 46. Демократия и социализм |
| 22. Сон и сновидения | 47. Общество будущего |
| 23. Отдых и релаксация | 48. Человеческое единство |
| 24. Строение человеческого
существа | 49. Россия и ее будущее |
| 25. Трансформация
в интегральной йоге | 50. Шри Ауробиндо и Мать о себе |

Жирным шрифтом выделены уже изданные книги.

Стоимость одной книги 23 руб. без учета расходов на пересылку.

Уважаемые читатели!

Просим вас сообщить нам, какие из вышеперечисленных сборников вы хотели бы приобрести в первую очередь. Это поможет нам определить порядок их издания.

Если вы хотите получить более подробную информацию о нас, установить контакт с нами, заказать наши книги и товары, заполните и вышлите нам этот купон. Гарантируем точное и своевременное выполнение ваших заявок.

Если вы знаете находящиеся в вашем регионе организации, общества или магазины, которые были бы заинтересованы в реализации этих книг, просим вас сообщить нам их контактные адреса/телефоны.

Просим всех, кто мог бы оказать помощь в издании и распространении наших книг, присыпать нам свои предложения о сотрудничестве. Мы будем благодарны за спонсорскую помощь в публикации новых сборников.

Предлагаем приобрести следующие книги издательства «Адити» и другие товары:

Собрание сочинений Шри Ауробиндо:

- | | | |
|---|-------|------|
| Том 1. Биография, глоссарий. (90 руб.) | | ЭКЗ. |
| Том 5. Упанишады. Кена и другие. (132 руб.) | | ЭКЗ. |
| Том 7. Духовное возрождение. (120 руб.) | | ЭКЗ. |
| Том 8. Основы индийской культуры. (90 руб.) | | ЭКЗ. |

Собрание сочинений Матери:

- | | | |
|--|-------|------|
| Том 4. Вопросы и ответы. (43 руб.) | | ЭКЗ. |
| Том 6. Вопросы и ответы. 1953 г. (105 руб.) | | ЭКЗ. |
| Том 13. Воспитание личности. Книга I. (100 руб.) | | ЭКЗ. |
| Том 18. И снова ответы Матери. (43 руб.) | | ЭКЗ. |

- Шри Ауробиндо. Откровения древней мудрости.* (120 руб.) ЭКЗ.
Шри Ауробиндо. Человеческий цикл. (72 руб.) ЭКЗ.
Шри Ауробиндо. Час Бога. Мать. (9 руб.) ЭКЗ.
Шри Ауробиндо, Мать. В поисках души. (30 руб.) ЭКЗ.
Шри Ауробиндо, Мать. На пути к бессмертию. (23 руб.) ЭКЗ.
Мать. Ауровиль — город будущего. (36 руб.) ЭКЗ.
Дж. ван Фрекем. За пределы человека. (123 руб.) ЭКЗ.
и другие книги духовной тематики.

Видеокассеты:

- Ауровильские впечатления. 25 мин. (65 руб.)экз.
Практика интегральной йоги в повседневной жизни.
Лекция 1. 2 часа (85 руб.)экз.
Лекция 2. 2 часа (85 руб.)экз.
Лекция 3. 2 часа (85 руб.)экз.

Компакт-диски:

- Гимны и песни на санскрите (65 руб.)экз.
Слайд-шоу «Ауровиль и Матримандир» (65 руб.)экз.
Фильмы в формате MPEG на английском:

- Фильмы об Ауровиле (65 руб.)экз.
Чтение «Савитри»; Храм Савитри в Ауровиле (65 руб.)экз.
Чтение «Савитри» на английском (файлы в формате MP3):
Savitri (Book I) (65 руб.)экз.
Savitri (Book II, Canto 1—5, Book III) (65 руб.)экз.

The Mother (файлы в формате MP3):

- Readings By The Mother; The Mother's Organ Music.
CD-07, CD-08 (65 руб. каждый)экз.
Музыка Сунила к Савитри и к Новому году в формате MP3
CD-9 — CD-13 (65 руб. каждый)экз.

Благовония всемирно известных фабрик Индии.

Также мы организуем туры по святым местам Индии.

Ф.И.О.

Адрес

Тел./факс

ЗАКАЗ/ПОЖЕЛАНИЯ

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

**Издательская группа
«САВИТРИ»**

188305 Ленинградская обл.,
г. Гатчина, а/я 1
info@savitri.ru *www.savitri.ru*

Ищите причины болезни во внутренней дисгармонии, а не во внешних симптомах. Ибо внешнее обусловлено внутренним... Пораженная болезнью часть тела позволяет определить природу возникшей внутри дисгармонии... А отсюда можно определить, каким должно быть лечение, и найти средство от болезни.

Если бы все существо человека могло равномерно и согласованно развиваться, постоянно изменяясь и трансформируясь, чтобы поспевать за внутренним движением мироздания, то не было бы ни болезней, ни смерти.

Мать



САВИТРИ