



# Возвыситься над суетой

Джеймс Аллен

# Джеймс Аллен

## Возвыситься над суетой

*Издательский EPUB*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=10265890](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=10265890)*

*Возвыситься над суетой: Попурри; Минск; 2014*

*ISBN 978-985-15-2516-0*

### Аннотация

Каждый день у нас возникают какие-то проблемы, и сами собой они не решаются. Но мы можем воспарить над треволениями, которые их сопровождают. Вокруг ревет тысячеголосая толпа – а у нас внутри тихо; мы кружимся в водовороте дел – а наша душа спокойно отдыхает; и даже в пылу сражения мы можем пребывать в мире и спокойствии. Двадцать глав, из которых состоит эта книга, формально никак между собой не связаны. Однако все они выдержаны в едином духе и наставляют на путь самопознания и смирения, который вознесет нас высоко-высоко над мирской суетой, туда, где горы уходят своими вершинами в Царствие Небесное.

# Содержание

Предисловие	5
Глава 1	6
Глава 2	10
Глава 3	14
Конец ознакомительного фрагмента.	16

# **Джеймс Аллен**

## **Возвыситься над суетой**

© Перевод. Издание на русском языке. Оформление.  
ООО «Попурри», 2014.

# Предисловие

Мы не можем изменить то, что снаружи, – ни подстроить людей под себя, ни обустроить внешний мир на собственный вкус. Но в наших силах изменить то, что внутри, – свои желания, устремления, мысли. Мы можем подстроить свои симпатии под людей и обустроить свой внутренний мир на разумных началах, примирив его таким образом с миром внешним – материальным и человеческим. Не в наших силах, живя в мире, уйти от суеты. Но смирить свой бунтарский дух нам вполне по плечу. Хочешь не хочешь, а долг зовет. Каждый день возникают какие-то проблемы и сами собой они не решаются; но мы можем воспарить над треволнениями, которые их сопровождают. Вокруг ревет тысячеголовая толпа, а у нас внутри тихо; мы кружимся в водовороте дел, а наша душа спокойно отдыхает. И даже в пылу сражения мы можем пребывать в мире и спокойствии. Двадцать глав, из которых состоит эта книга, формально никак между собой не связаны. Однако все они выдержаны в едином духе и наставляют на путь самопознания и смирения, который вознесет нас высоко-высоко над мирской суетой, туда, где горы уходят своими вершинами в Царство Небесное.

*Джеймс Аллен*

# Глава 1

## Что такое истинное счастье

Невозмутимая ясность духа, исключительная чистота и благородство помышлений, неизменное счастье при любых обстоятельствах – вот подлинные добродетели, к которым должен стремиться всякий из нас, особенно если он мечтает о том, чтобы в мире было меньше страданий. Если человек не в силах *сам* воспарить над злом, скверной и страданием, то сильно заблуждается, полагая, что мог бы осчастливить мир пропагандой какой-нибудь научной или религиозной доктрины. Тот, кто изо дня в день хамит, буйствует, оскверняется и страдает, лишь усугубляет скорби мира сего; тогда как человек, который живет по совести и постоянно счастлив, изо дня в день увеличивает количество счастья в мире, вне зависимости от того, исповедует он какую-нибудь религию или нет.

Если кто не научился быть кротким, бескорыстным, любящим и счастливым, он ничему не научился. Сколь бы основательны ни были его начитанность и знание буквы (а не духа) Священного Писания, он не познал смысла жизни, ибо по-настоящему глубоко, полно и прочно уроки жизни можно усвоить *только в процессе* укрощения собственного эго, очищения души и обретения счастья. Безмятежная ясность

духа перед лицом всех превратностей этого мира – неоспоримое свидетельство смирения, мудрости и обладания истиной.

Безмятежность и счастье – это зрелый плод опыта и мудрости. Они излучают неуловимую, но мощную энергию, которая веселит людские души и облагораживает мир. Стоит только захотеть – можно *прямо с сегодняшнего дня* зажить счастливой и безмятежной жизнью, как то подобает настоящему человеку. И не надо кивать на обстоятельства. Они *никогда* никому не мешали, а только помогали. Ибо все житейские передраги, которые омрачают дух и лишают покоя, как раз и есть необходимые условия развития. Их надлежит встречать с открытым забралом, выходить из битв с ними победителем, иначе невозможно учиться, расти и развиваться. Так что все беды в нас самих.

Блаженство – это праведность и душевное здоровье, и оно доступно всем, кто отбросит амбиции, очистится и смирит-ся.

Смотрите доброжелательно на все живущее, умертвите в себе злобу, гнев, корысть; пусть вся ваша жизнь будет подобна ветерку<sup>1</sup>.

В противном случае в вашей жизни навеки воцарятся хаос и страдания. Но при наличии веры, желания и решимости достичь мира проще простого, и тогда в самом скором буду-

---

<sup>1</sup> Слова Будды из поэмы Эдвина Арнольда «Свет Азии». Перевод А. Анненской. – *Прим. перев.*

щем наступит блаженство.

Отчаяние, раздражительность, гневливость, нервозность, нытье, критиканство и ворчливость – все это суть язвы души, душевные болезни. Это симптомы психоза, от которого надо лечиться, менять свое мышление и жизнь. Да, в мире много греха и печали, и посему он нуждается в нашей любви и сострадании. Но наши несчастья никому не нужны: их и без того в мире предостаточно. Нужно, чтобы мы были веселы и счастливы, – ведь именно этого катастрофически не хватает миру. Самое лучшее, что мы можем дать ему, – это наша духовная красота и безупречность жизни. Если этого нет, ничто другое не имеет смысла. Это прекраснейшее, что есть в мире; его никто не отменит, оно есть и не пройдет вовек; в нем восторг и счастье человека.

Хватит ныть, как тебя все обижают и как тебя тошнит от окружающего зла; пора самому учиться жить без злобы и обид. Путь к этому пролегает через душевное спокойствие, искреннее благочестие и покаяние. Если хочешь, чтобы другие были искренни, сам будь таким; если хочешь, чтобы мир очистился от страданий и греха, очистишься от них сам; если хочешь, чтобы твои родные и близкие были счастливы, стань счастлив сам. Все вокруг можно изменить к лучшему, если измениться самому.

Пусть каждое действие ваше служит к исправлению



ошибки, к развитию добра<sup>2</sup>.

И именно так ты естественно и спонтанно будешь действовать, как только найдешь в себе силы признать то хорошее, что в тебе есть.

---

<sup>2</sup> Слова Будды из поэмы Эдвина Арнольда «Свет Азии». Перевод А. Анненской. – *Прим. перев.*

# Глава 2

## Человек бессмертный

Бессмертие присутствует здесь и сейчас. Это не есть нечто умозрительное и замогильное. Ясность и просветленность души – состояние, в котором телесные ощущения, смятение и ропот, житейская суета и разного рода мелкие происшествия отходят на второй план, кажутся чем-то мимолетным и оттого иллюзорным.

Бессмертие не является атрибутом времени и никогда не осуществится во времени; это атрибут вечности. А поскольку вечность, как и время, пребывает здесь и сейчас, человек способен стать вечным, если сумеет побороть собственное эго, подпитываемое ничтожностью и брэнностью человеческого существования.

До тех пор пока человек, поглощенный событиями быстротекущей жизни, остается рабом своих чувствований и похоти и полагает в этом свою подлинную суть, у него нет и не будет ни малейшего понятия о бессмертии. То, чего желает такой человек и что он ошибочно принимает за бессмертие, есть в действительности *бесконечная жизнь*, то есть непрерывная последовательность все новых событий и ощущений, развертывающихся во времени. Он не живет, а забавляется; он любит все, что служит ему для забавы; он к этой жизни

привык и держится за нее изо всех сил. Для него непостижимо, что есть жизнь вне и превыше этого всего; он жаждет продолжения банкета и не допускает даже мысли о том, что когда-нибудь ему придется расстаться со всеми этими земными радостями и наслаждениями, рабом которых он стал и которые кажутся ему неотделимыми от него самого.

Бесконечная жизнь – это антипод бессмертия, и если мы в нее втянемся, это будет означать духовную смерть. По самой своей природе жизнь преходяща и эфемерна. Непрерывность жизни перемежается с непрерывностью умирания.

Смерть тела не даст человеку бессмертия. Духи ничем не отличаются от людей и продолжают жить своей ничтожной и безумной лихорадочной жизнью в плену перерождений. Смертный – он жаждет бесконечной жизни для своего гедонистического «я» – остается таковым и после смерти. Его смерть – это всего лишь какая-то другая жизнь, у которой есть начало и конец, но в ней отсутствуют память о прошлом и знание будущего.

Бессмертный же порвал с брэнностью быта, возвысившись до состояния полнейшей невозмутимости. Над ним не властны ни мимолетные происшествия, ни страсти. Человеческая жизнь – это непрерывная череда событий, и смертный тонет в этом потоке, и воды несут его дальше и дальше, в то время как он сам понятия не имеет ни о том, что впереди, ни о том, что позади. Бессмертный же выбрался из этой реки, стоит недвижим и наблюдает за тем, что происхо-

дит; и со своей неподвижной точки обзора он видит начало, конец и середину движущегося нечто, именуемого жизнью. Перестав отождествляться с самоощущением и колебаниями собственного настроения, а также с внешними событиями, из которых соткана жизнь во времени, он становится беспристрастным созерцателем собственной судьбы, судеб других людей и народов.

Кроме того, смертный человек пребывает во сне, ничего не ведая о том, что он когда-то бодрствовал и когда-нибудь проснется; он спит мертвецким сном и видит сны, не более того. Бессмертный же подобен человеку, который пробудился и знает, что его сны не есть реальная действительность, а всего лишь мимолетная иллюзия. Это человек, наделенный знанием, которому знакомы оба эти состояния – и бесконечная жизнь, и бессмертие. Он владеет собой.

Смертный человек живет во времени, и это состояние духа имеет начало и конец; бессмертный же пребывает в небесах или в космосе, и это состояние духа не имеет ни начала, ни конца, в нем есть только вечное «сейчас». Последний останется тверд и спокоен перед лицом превратностей судьбы, ибо никакая смерть тела не разрушит предвечный свет духа, в котором он пребывает. Это о нем сказано, что он «не вкусит смерти вовек» (Ин. 8:52), ибо он вырвался из круговорота смертей и перерождений и утвердился в обители истины. Прейдут тела, личности, народы и миры, но истина останется, и слава ее не померкнет в веках. А значит,

бессмертен тот человек, кто пересилил себя, перестал отождествлять себя с собственной амбициозностью, познал тайны духа и приобщился к каузальному плану бытия, к началу всех начал.

Для того, кто душой и сердцем соприкоснулся с вечными и нерушимыми истинами, постиг неувядаемый блеск истинной жизни, шум и ярость повседневности умолкают, уходят сомнения и страх.

# Глава 3

## Преодоление себя

Многие люди очень смутно и ошибочно представляют себе, что такое *преодоление себя*, *искоренение похоти* или *самоотречение*. Кое-кто (в частности, интеллектуалы, чрезмерно склонные к теоретизированию) воспринимает эти термины как чистейшей воды метафизику, не имеющую ничего общего ни с реальностью, ни с жизнью конкретного человека. В то время как другие полагают, что это полнейшее обездушивание, обессиливание и омертвление, безрассудная попытка идеализации застоя и смерти. Все это ложь и измышления, как водится, конкретных людей. А коль так, то только в наших силах расстаться с заблуждениями. Но, возможно, этот процесс будет (для тех, кто реально стремится к истине) чуть менее болезненным, если представить дело по-другому.

Преодоление себя и самоотречение – это элементарные вещи, понятные даже пятилетнему ребенку. Дитя, чей разум еще не замутнен ни религией, ни спекулятивной философией, уразумеет подобные идеи куда быстрее, чем многие взрослые, увязшие в сложных идеологических доктринах и оттого утратившие вкус к простым и прекрасным истинам.

Самоотречение – это прополка и выкорчевывание всех ду-

шевных страстей, из которых проистекают распри, раздоры, страдания, болезни и печали. Это вовсе не означает, что нужно искоренять миролюбие, благородство и прочие добродетели. Бывает так, что человек испытывает искушение нагрузить или разгневаться, но громадным усилием воли преодолевает себя и поступает в духе любви. В этот миг победы над собой он практикует самоотречение. Подобные подвиги частенько совершают даже аристократы, хотя на словах они это отрицают. Ну а если человек довел этот прием до совершенства, искоренив в себе всякую склочность и сохранив только добродетели, можно сказать, что он отрекся от собственного «я» (от всего, что было в нем амбициозного, сварливого, злого и эгоистичного) и пришел к истине.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

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