

# БЕРЕЗІВЬ

ЛІТЕРАТУРНО-ХУДОЖНІЙ  
ТА ГРОМАДСЬКО-ПОЛІТИЧНИЙ  
ЖУРНАЛ  
СПІЛКИ ПИСЬМЕННИКІВ  
УКРАЇНИ



7-8 '95

*ІВАН ДРАЧ.  
ДМИТРО ПАВЛИЧКО.  
Поезії.*

*ЄВГЕНІЯ КОНОНЕНКО.  
«Шантаж» та інші оповідання.*

*ЯЦЕК ЙОАХІМ (Польща).  
Спокійний суботній вечір.  
Пригодницька повість.*

*МИХАЙЛО СЛАБОШПИЦЬКИЙ.  
Тодось Осьмачка —  
митець на тлі епохи.*

*Лінія поділу: гордість і рабство.*

*У наш час бурхливого, в чомусь непередбачуваного розвитку суспільства дедалі зростає громадський інтерес до тих здобутків світової науки й культури, які, пройшовши випробування часом, переконливо доводять свою життєздатність, дієвість та благотворний вплив на сутність людини, на її духовне і психофізичне здоров'я. Міжнародним роком нестандартних, тобто нетрадиційних, методів лікування організація ЮНЕСКО оголошувала 1992 рік. Серед тих методів одне з чільних місць займає Йога,<sup>1</sup> інтерес до якої дуже великий. Про цю таємничу систему розповідає відомий український учений, автор багатьох публікацій із проблем Йоги, нетрадиційної медицини — доктор медичних наук, ректор Міжнародного університету культури здоров'я, президент міжнародного руху «До здоров'я через культуру» Віктор Андрійович Скумін.*

## Віктор Скумін

### КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я — НАУКА МАЙБУТНЬОГО

Вважаю, не помилюся, зауваживши, що багато людей, далеких від професійного розуміння питання, мають дуже суперечливе, а то й зовсім спотворене уявлення про Йогу. Одні, напевне, співвідносять її з химерними, мало не акробатичними позами, інші — з чимось містичним, потойбічним. І це лише крайні позиції з вельми широкого спектра існуючих уявлень.

Власне, інші погляди і не можуть скластися в необізнаній людині, яку повсякчас намагаються спокусити різношерсті об'яви зі шпальт газет, з парканів, з екранів телевізорів, котрі обіцяють швидкісне позбавлення від усіх недуг і халеп, плюс до того — диплом йога-екстрасенса-лікаря тибетської медицини — безконтактного масажиста міжнародного класу. В гіршому випадку — диплом вищої категорії, зате з правом відкривати «академії йоги» за місцем проживання і роздавати такі ж дипломи. І всього лише за тисячину-другу<sup>2</sup> та за двійко тижнів чи то навчання, чи то лікування, чи то спілкування з «мертвими душами». Такою, на жаль, є нині одна з реалій нашого життя, нашої масової культури.

---

<sup>1</sup> Тут і далі велика літера вживається за авторським оригіналом, відповідно до значення, яке надається назві, термінові, поняттю. — Ред.

<sup>2</sup> Часової поправки розцінок не даємо. Гроші швидше чи повільніше інфляційнують, і поправка на нинішній час теж може виявитися застарілою до виходу журналу. — Ред.

Хотілось би, щоб люди, котрі серйозно цікавляться серйозною Йоґою, усвідомили, що вульгарний підхід до сфери Знання, яка вимагає особливо тонкого розуміння та делікатного ставлення, криє в собі дуже неґативні наслідки. І для тих, хто поспішить довіритися подібним наставникам, і для останніх, котрі часом не без естрадного ефекту розігрують пародійні варіації на теми «йоґи». Не випадково у книзі *«Поклик»* — першій із серії книг Аґні Йоґи — сказано образно: *«Поправте мозок, продуйте вуха, вуста промийте...»* Істини вісник не стане кричати ні на базарі, ні на стадіоні.

Справжня Йоґа є незмірно вищою, чистішою, витонченішою і водночас дійсно практичною. Адже Йоґа — це насамперед Культура: Культура духовна, Культура психічна, Культура фізична. Причому в найглибшому і найвищому розумінні цих суто особистих і водночас всеосяжних космічних понять.

Не випадково нині, в період великих потрясінь, бурхливого і для більшості людей несподіваного перебігу подій, розвитку суспільства, спостерігається небувале зростання інтересу саме до таких досягнень загальнолюдської культури, які витримали найскладніше випробування — випробування часом. Гідно витримали (і витримують) оґуду, наклепи, фальсифікацію, дискредитацію, примітивізацію і зберегли, пронісши через віки й віки, глибинний свій смисл та призначення, довели свою життєздатність та дієвість.

От уже кілька тисячоліть вабить до себе допитливі уми унікальне, оповите таїною вчення — Йоґа. Історично доступне для нашої хронології походження Йоґи в тому вигляді, як зберегли її письмена, сягає у друге — п'яте тисячоліття до нашої ери і пов'язується з *Великим Одкровенням, із Шамбалою, з Учителями людства.*

У належний час, стверджує традиція, найрозвиненішим духовно людям, готовим до сприйняття потаємної інформації та здатним донести її до інших, відкрито буде закони і, так би мовити, технологію життя, відповідні до плану еволюції планети, ритму дихання Космосу, з яким Земля має незліченні нерозривні зв'язки.

Власне, слово «йоґа» в перекладі із санскриту саме й означає «зв'язок», «єднання», «гармонія». Йдеться про єднання з *Вищим Началом у Природі*, про гармонію з навколишнім світом. Близьке це слово і до слов'янського «іґо» — не тільки фонетично (санскрит і слов'янські мови мають багато спільних коренів), а й за смисловим відтінком: бо ж перекладається ще й як «дисципліна», «приборкання» (мається на увазі приборкання нижчих людських пристрастей)<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> З-посеред германських мов близьке до Йоґи німецьке слово *Joch* (читається [йох]), що означає «іґо», «ярмо». З-посеред балтійських мов можна відзначити литовські слова *jungas* ([й'унґас], що означає теж «іґо», «ярмо») та *jungti* ([й'унґ'ті], що означає «єднати», «сполучати», «поєднувати»). У литовській мові є три види тонового (мелодійного) наголосу. Задля спрощення тут і далі в усіх випадках позначаємо наголошений склад єдиним звичним нам силовим наголосом. — Ред.

За десятки віків існування Йоги як філософії, як належного способу життя сформувалися різні її напрями: *Раджа Йога* — вчення про оволодіння прихованими психічними силами, резервами організму; *Карма Йога* — про практичні дії, безкорисливу працю в ім'я духовного визволення; *Бхакті Йога* — про беззавітну любов до Всевишнього, служіння йому; *Жнана Йога* — про пізнання всесвітніх законів існування духу і матерії, — та інші<sup>1</sup>. Лейтмотивом усіх стародавніх напрямів Йоги є гармонійний розвиток і вдосконалення природи людини на засадах духовності.

Та ж ідея здавна займала і європейську думку. І все ж у країнах Заходу досить широкий інтерес до вивчення Йоги зародився тільки в останній чверті XIX століття. Великою мірою це було пов'язано з діяльністю і нині існуючого *Теософічного товариства*, заснованого 1875 року в Нью-Йорку *Оленою Петрівною Блаватською*, славною нашою співвітчизницею, уроженкою української землі.

«*Листи Магатм*», капітальна праця О.П. Блаватської «*Таємна Доктрина*», що містить узагальнену мудрість усіх філософських учень, світових релігій і наукових досягнень, мали на меті показати людині її законне місце у світобудові, шлях до осягнення Істини. Шукаючі уми віднайшли в цих творах справжню скарбницю наукових прозрінь та гуманістичних ідей.

На Землі люди, засліплені ілюзіями сього світу, борються в нестямі кожен за «свою» віру як «найправильнішу». В дійсності ж існує одна Істинна релігія — *шанування Вищого Начала, Божественного Духа, Світла, що живе в кожному*. І «*немає релігії вищої від Істини*». Цей афоризм став девізом Теософічного товариства, яке діяло особливо плідно за життя О.П. Блаватської та її наступниці А. Безант у багатьох країнах світу, включаючи Україну.

Полум'яна лекторсько-проповідницька діяльність *Свами Вівекананди*, учня індійського мудреця *Рамакрішні*, у дев'яності роки минулого століття визначила формування досить сталої потреби у вивченні Йоги в багатьох по-європейськи освічених людей, котрі свідомо прилучилися до осягнення споконвічних таємниць буття.

Слід сказати, що й тоді не забарилися скористатися популярністю «нового» вчення різнокаліберні псевдовчителі псевдойоги, які розплодилися, мов гриби після дощу. Вони видавали себе за послідовників Блаватської, Вівекананди і навіть за намісників Великого Білого Братства та певною мірою спричинилися до виникнення своєрідної моди на Йогу. Хоч як би то було, громадська й наукова думки крок за кроком підготовлялися до сприйняття Йоги не просто як східної екзотики, а як цінної світоглядної концепції, що має важливе значення для еволюції людини, її духовного, психічного і фізичного здоров'я.

Особливо популярною на початку XX століття стає Йога в нашій країні, гармонійно відповідаючи ідеям руського космізму, ренесансу слов'янської культури. Та незабаром на зміну їй, як відомо, прийшла «пролетарська

---

<sup>1</sup> *Жнана Йога може бути спорідненою з нашими словами «знати», «знання». По-литовському «знати» — žinoti (вимовляється [жин'оті]); «знання», «звістка» — žinia [жин'я]. — Ред.*



культура», в рамках якої місця для культури Йоги не знайшлося. Заборона вивчати її і застосовувати в тій чи іншій формі існувала аж до недавніх років.

Навіть 1983 року «войовничі безбожники» у своєму катехізисі — «Атеїстичному словнику» — із властивою їм категоричністю оцінок так визначали поняття «йоги-професіонали»: «Люди, котрі не займаються суспільно корисною працею, релігійні містики, аскети, факіри, ...які живуть за рахунок милостині».

Звичайно, автори цитованого словника і думати не могли, що всього через шість років у головному корпусі Московського університету під егідою Академії наук, Філософського товариства, Міністерства охорони здоров'я тодішнього СРСР та інших солідних фундаторів відбудеться Всесоюзна науково-практична конференція «Йога: проблеми оздоровлення і самовдосконалення людини». І що з'їдуться на неї не тільки науковці і практики з багатьох регіонів тодішньої країни, котрі професійно вивчають Йогу, а й представники різних напрямів Йоги з Індії, США, Великобританії, Німеччини, Франції та ряду інших країн. За матеріалами конференції було видано тритомну збірку праць.

Хочеться сподіватися, що, незважаючи ні на що, нарешті буде закладено підвалини справді наукового підходу до розуміння культури Йоги. Адже й сьогодні немало існує діячів, які мислять усе ще «по-пролетарськи» і при згадці про Йогу, про духовність, та й узагалі про культуру, поспішають урочисто проголосити, що поточний момент (який триває, між іншим, уже три чверті століття) настійно вимагає спершу нагодувати й одягти людей, ну а вже потім...

Означення «пролетарський» тут, звичайно, аж ніякою мірою не стосується робочого люду, трударів — ідеться про духовного люмпена, якому, дійсно, нічого втрачати, окрім пут свого безкультур'я та бездуховності, про тих «пролетарів напіврозумової праці», котрі в усі часи рвуться до влади і намагаються зруйнувати те світле, що лишається ще в людських душах.

Так от, по-перше, годувати й одягати слід немічних, непрацевдатних, дітей. Повноцінним же, здоровим, розумним людям треба створити для їхньої діяльності належні умови, і вони самі, без «мудрого керівництва», прогудують й одягнуться на власний смак, ще й з іншими поділяться. А по-друге, варто нарешті кожному замислитися над першопричиною тих бід, які зумовили нинішню кризу в економіці, екології, в суспільстві, сім'ї, внутрішній психологічній нелад та деградацію багатьох і багатьох. Можливо, ми опинилися на краю глобальної катастрофи в усіх сферах життя саме тому, що вищі, духовні цінності, досягнення духовної культури так довго принижувалися й залишалися «на потім»?

І чи не тому марно й нездарно проливається стільки фізичного поту, що занедбується психічна енергія людей? Тільки вона — за умови правильного виховання і розвитку її, — як стверджує Агні Йога, відкриває людині можливість на високоморальній основі організувати і продуктивно використовувати матеріальні ресурси, які є в нас у достатній кількості.

Відрядно, що нині доводиться зустрічати дедалі більше тих, кого Йога вабить не тільки і не стільки психофізіологічними феноменами, а насамперед своєю духовною серцевиною, глибинним смислом. Про це можна судити із запитань, що їх ставлять слухачі лекцій, із живої роботи зі слухачами заснованого нами в Харкові Центру вивчення духовної, психічної та фізичної культури Йоги, з багатьох листів, які надходять до редакцій після публікації матеріалів про Йогу від таких різних, не схожих між собою людей.

І все ж, що може дати древня Йога сьогоднішній діловій людині саме у практичному плані? Чи коректно поради тисячолітньої давності проектувати на нинішній день? Подібні запитання цілком природні. І існують закономірні відповіді на них.

Звичайно, змінюється течія ріки буття. Кожний вік, рік, кожний день своєрідні й неповторні. Але існують споконвічні закони, за якими здійснюються всі зміни. Мудре знання і виконання «золотих правил» буття несе благо, порушення їх — страждання, захворювання, загибель. Можливості осягнення непорушних законів внутрішнього і зовнішнього життя, Мікрокосму і Макрокосму відкриває Йога.

Істотно змінюючи життя людини, Йога й сама змінюється разом з тими, для кого призначена. Бо вона є ж и в и м зв'язком. Не ідолом, не храмом і навіть не провідною зіркою на шляху, а самим Шляхом. Залежно від потенціальних можливостей, від досвіду, нагромадженого кожною людиною і всім людством, усім світом, від космічних умов, нарешті, відкриваються і нові грані та можливості Йоги як зв'язку з Безмежністю.

Не помилилось, якщо скажемо, що різним епохам відповідали адекватні їхнім завданням Йоги. Нинішньому і майбутньому часові відповідає *Агні Йога*, що є квінтесенцією різних напрямів Йоги, синтезом найцінніших стародавніх і сучасних наукових, філософських, релігійних досягнень. У ній вони не протиставляються, а взаємно доповнюють, посилюють одне одного. Всі положення Агні Йоги практичні, життєві, тому вона й називається інакше *Живою Етикою*.

Агні — це ім'я справдавна шанованого Бога Вогню, котрий уособлює духовне начало, творчі сили в усіх сферах життя. Як і за давнини, у сучасній мові ми нерідко застосовуємо епітети «вогненний», «полум'яний», «світлий» для означення найкращих, найвищих людських якостей. Так і Агні — Вогонь — означає найтонші духовні прояви, що утверджують найкращі людські дії. Це — імпульс життя, імпульс творчості, імпульс стремління<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Споріднені з цим іменем слова слов'янських мов: українське вогонь, російське огонь; у балтійських мовах: литовське ugnis (читається [угніс]), означає «вогонь»), латиське uguns (читається [угунс], означає «вогонь»). А з-посеред індійських мов в Україні більш-менш постійно живуть носії лише однієї — циганської. Цією мовою вогонь зветься яг (уаг). — Ред.

Учення Живі Етики викладено в серії книг, яка виникла в результаті безпосереднього спілкування видатних мислителів, діячів світової культури *Олени Іванівни і Миколи Костянтиновича Реріхів* з основоположником Агні Йоги — *Великим Учителем Сходу Магатмою Морією*.

*Олену Іванівну Реріх, безстрашну войовницю Духа* (до речі, прадідом її був славетний полководець фельдмаршал М.І. Кутузов), яка цілком присвятила себе служінню Істині і повністю втілила Учення в життя, *називають Матір'ю Агні Йоги*. В її записках дійшли до нас книги *«Листя саду Морії»* (том перший — *«Поклик»*, том другий — *«Осяяння»*), *«Община»*, *«Агні Йога»*, *«Безмежність»* (у двох частинах), *«Ієрархія»*, *«Серце»*, *«Світ Вогненний»* (у трьох частинах), *«Аум»*, *«Братство»*. Викладається Жива Етика також у *«Надземному»*, *«Листах Олени Реріхів»*, інших працях.

Книги Агні Йоги, написані в нашому, двадцятому столітті, вражають особливою, надлюдською мудрістю, неповторно високим, неземним стилем. І водночас відзначаються конкретністю, діловитістю рекомендацій, що стосуються повсякденного життя, зміцнення здоров'я, виховання молодого покоління, психології людських взаємин.

Шлях Агні Йоги не простий. Учення, як сказано, — це не кедрові горішки в цукрі, не срібні бирюльки, а суворе розп'яття своєї самості (егоїзму) і напружена праця перетворення нижчих якостей у вищі.

Для чого це потрібно? Жива Етика обґрунтовує, що в еволюції планети настає поворотний, доленосний період, коли землянам судилося вступити у взаємодію з найтоншими енергіями Космосу, які відповідають **п о т е н ц і а л ь н и м** психоенергетичним можливостям людини. Тільки належним чином розвинутий духовний потенціал дає можливість освоїти ці енергії, інакше контакт із ними загрожує тяжкими наслідками — соціальними і природними катаклізмами, не відомими раніше хворобами. І до цього рубежу ми, здається, вже дійшли.

Людина наділена правом вільного вибору між Світлом і тьмою, добром і злом, і сама несе за все **ц і л к о в и т у** **в і д п о в і д а л ь н і с т ь**. Від зробленого вибору залежить *Карма*, доля людини. *Закон Карми* — це закон зв'язку причин і наслідків, він зумовлює те чи інше становище кожного індивіда, народу, країни, всього людства.

А становище нашої цивілізації, згідно з Живою Етикою, нині приблизно таке, яке було в епоху легендарної Атлантиди перед її загибеллю. *«Перед потопом, — образно мовиться у книзі «Поклик», — люди й одружувалися, й бенкетували, і гендлювали, однак Ной уже вибирав кращі дуби для свого ковчега»*. Сьогодні таким рятівним ковчезом є культура.

Перетворення життя кожного дня на засадах високої культури в усіх сферах можливе тоді, коли кожна людина — носій духовного вогню — усвідомить справжнє своє призначення, що полягає у служінні світлому началу, в розвитку його в собі і в усьому, що її оточує. Не випадково Микола Костянтинович Реріх виводив походження поняття «культура» з латинського «культ» — «шанування»<sup>1</sup> і санскритського «ур» — «світло».

---

<sup>1</sup> *Власне, латинський корінь cult, а разом із закінченням — cultus. — Ред.*

Не тікайте від життя, — закликає Агні Йога, — ведіть себе верхнім шляхом. Кожна епоха висуває певні основоположні поняття, усвідомлення і реалізація яких необхідні для наступного щабля еволюції. Такими поняттями для грядущої епохи з її новими поєднаннями космічних впливів Жива Етика вважає співробітництво, жіночий рух, пріоритет думки вивчення й застосування психічної енергії.

Шість десятиліть тому О.І. Реріх написала слова, які сьогодні можна сприймати не інакше як пророчі: *«Сама криза в країні є лише полем битви... Грізний час багатьох примусить шукати виходу і порятунку... Всіма силами боріться, відстоюйте ваші права в ім'я загального блага, в ім'я культури! Півзаходи скрізь згубні, вимагайте повної перемоги, повного визволення, щоб усі засоби спрямувати на розширення культури країни!.. В момент розрухи, що наближається, ми кличемо до будівництва, до охорони культури й утвердження основ Буття...*

*Народи і країни повинні навчитися оберігати основу свого характеру, своєї індивідуальності, розвиваючи і збагачуючи всіма квітами, що ростуть на їхніх луках. Та всяка насильна відокремленість у наш вік співробітництва й об'єднання... згубна. Але не за горами й наступний щабель, коли цілі країни почнуть прагнути до культурного, духовного співробітництва й обміну, вносячи кожна свою квітку досягнення. Ось до цього щабля кличе і готує нас "Учення Життя". Отже, мудро переживімо неминучий період утрированого націоналізму<sup>1</sup> і зуміймо не порушити, а зблизити що можливо.*

*Прийміть також Пораду не вступати ні в які суперечки з віджилими свідомостями, бо вони безнадійні. Заповіт, даний нам, — нікого не закликати, нікому нічого не нав'язувати, бо лише готовий дух може сприйняти розширене поняття всіх життєвих проблем».*

Дві з половиною тисячі років тому давньогрецький філософ Сократ, не змігши визначити перевагу якоїсь галузі людського знання над іншими за допомогою логічних міркувань, звернувся до Дельфійського оракула із запитанням: *«З усіх знань яке є найвищим?»* Відповідь оракула була такою: *«Пізнай самого себе»*. Цьому мистецтву і став навчати великий мудрець своїх численних учнів та послідовників.

Пізнати самого себе... Агні Йога ставить завдання ще складніше. Не тільки пізнати, а й свідомо трансмутовати, тобто перетворити, вдосконалити, облагородити, ошляхетнити свою сутність. *«Серед вібрацій найвищих перетворюється тіло»*, — сказано в «Поклику». Та раніше, ніж намагатися щось змінити в собі на краще, слід провести елементарну

ОД

<sup>1</sup> Недоречно вживання терміна «націоналізм» часом призводить до безпідставної його компрометації та плутанини у свідомості. Якщо «утрируваний» — то це, напевно, вже зовсім не націоналізм, який є здоровим явищем, а щось інше: націонал-соціалізм (скорочено: нацизм), фашизм, шовінізм (зокрема, великодержавний). Їх прояви спостерігалися в історії різних держав; бачимо їх, на жаль, і в сучасному політичному житті відомої нам сусідньої країни. — Ред.

«інвентаризацію», прикинути, щоб маємо у своєму розпорядженні, на що можемо спертися спочатку, а на що — надалі.

Нерідко, коли йдеться про здоров'я, просто необхідно буває передусім підтягнути свою фізичну сторону, щоб, як то кажуть, не вилетіла душа раніше призначеного їй строку в інші світи. Однак часто спостерігається протилежна картина. Фізично здоровий чоловік, здорова вродлива жінка чомусь постійно роздратовані, пригнічені, скаржаться на депресію, відсутність у них почуття радості, відчуття повноти життя. У цих людей явним є порушення психоемоційних процесів, і в першу чергу необхідно гармонізувати саме їх. *«Віра в себе і шукання Істини, — сказано в Живій Етиці, — утворюють гармонію».*

Що ж до духовної сфери, то тут є над чим потрудитися всім. І труд цей — найпотрібніший, найголовніший. Заради досягнення високого духовного рівня, власне, і бажано мати надійне психофізичне здоров'я.

Йога, як і інші древні вчення, розрізняє в людині три основні начала — духовне, психічне, фізичне. Дух, душа і тіло не є відокремленими, незалежними одна від одної категоріями. Умовно, дуже спрощуючи, можна провести аналогію між ними і газоподібним, рідким та твердим станами речовини, скажімо, води. І пара, і рідина, і лід — це по суті все та ж вода, але в різних енергетичних станах і з відповідними фізичними, хімічними, біологічними та іншими властивостями, які по-різному проявляються за тих чи інших умов середовища. Три основні наші начала — духовне, психічне, фізичне — також можна розглядати як різні якості єдиної всеначальної енергії, що проявляється на різних планах життя через відповідні центри-провідники<sup>1</sup>.

Навдивовижу складне *фізичне тіло* розвивалося протягом мільйонів років. Завдяки йому людина взаємодіє з навколишнім, непогано вже вивченим нами, *фізичним об'єктивним світом*. Тонкі ж провідники-тіла дають змогу людині взаємодіяти з *Астральним світом*, що проявляє себе через емоції, пристрасті, почуття, бажання, передчуття, з *Ментальним — світом думки і Вогненним — світом високої духовності*. Тонкі світи судилося людині освоювати в ході еволюції так само, як і фізичний світ.

Згідно з Агні Йоогою, головне в людині — духовна сутність, яка одягається в тонку і грубу плоть для набуття досвіду в усіх матеріальних світах з метою освоєння їх, щоб надалі, коли настане час, зайняти відповідне місце у творчих ієрархіях Всесвіту.

Процес еволюції розглядається як сходження духу увись через матерію, розкриття його в матеріальній оболонці. Фізичне тіло — це лише перший, нижчий розряд життєдіяльності. Тонша матерія утворює так званий *ефірний двійник*, що називається також *нижчим астральним тілом*. За певних умов воно може бути видимим. Виділення його з фізичного тіла можливе під впливом наркотиків (ще й тому вони дуже

---

<sup>1</sup> Нині називають уже чотири агрегатні стани речовини: твердий, рідкий, газоподібний та плазмовий (плазма). Можливо, таке уявлення становить гармонійну аналогію з тими чотирма світами, що їх названо в наступному абзаці. — Ред.

небезпечні), а в осіб із природженими медіумістичними властивостями — само по собі. Багато «чудес» на спіритичних і подібних до них сеансах новоявлених магів та чаклунів здійснюється саме за допомогою ефірного двійника медіума.

Виділення ефірного тіла та його неконтрольована взаємодія з нижчими шарами Астрального світу (а вище від цієї сфери його діяння неможливе) шкідливі для людини, оскільки тонкі створіння з цих шарів можуть оволодіти нею як засобом матеріалізації, до чого вони через низьку свою природу і прагнуть.

Це й трапляється з так званими контактерами, коли їм, як і деяким психічним хворим, раптом починає здаватися (і вони, дійсно, суб'єктивно це відчують), що в них вселилося або з ними спілкується якесь створіння з іншого світу (з потойбічного світу, як говорили раніше, або з іншої планети, як кажуть тепер). Воно і тепер керує думками та діями цих нещасних «одержимих» людей.

Недаремно Агні Йога образно називає медіума човном без стерна, заїжджим двором для розутілих брехунів (звичайно вони присвоюють собі високі, звучні імена), а спілкування з ним інших, нормальних людей дуже небезпечно...

*Фізичне й ефірне тіла*, разом узяті, називають «тілом дії». Виконуючи роль посередника між людиною й об'єктивним земним світом, воно здатне також сприймати тонкі вібрації з вищих світів і відтворювати їх у фізичній матерії.

Наступне за витонченістю матеріальних структур і своєю складністю *тіло — астральне*. Після смерті тіла дії людина протягом того чи іншого проміжку часу перебуває в Астральному світі у своєму астральному тілі. І чим повнішою мірою навчилася вона володіти ним у земному житті, тим свідомішим буде її існування там. Ті ж, хто не допускає у своїй свідомості можливості існування форм життя тонших, ніж грубоматеріальні функції фізичного тіла, при переході до Астрального світу існують там ніби сліпоглухонімі.

У земному житті під час сну астральне тіло може тимчасово відокремлюватися від фізичного, залишаючись зв'язаним з ним. У високорозвинених духовно людей під час сну, а також у стані медитації свідомість продовжує діяти. Одержані в Астралі враження проникають у фізичний мозок, відображаючись у ньому як яскраві знаменні сновидіння, як творчий образ, музичний твір тощо.

*Ментальне тіло*, побудоване з іще тоншої матерії, відповідає своїми вібраціями на кожну зміну думки. Будь-яка думка, зміна в свідомості викликають відповідну вібрацію в ментальному тілі, яка передається астральному тілу, а від нього у свою чергу — фізичному мозкові і через нього — фізичному тілу.

Злі, негативно заряджені думки в усіх їх різновидах оскверняють ментальне тіло і шкодять йому, що з бігом часу неминуче справляє хвороботворний вплив на астральне і фізичне тіла. Недаремно в Живій Етиці так настійно рекомендується знищувати бактерії низьких думок. Навпаки, засобами до потоншення, вдосконалення ментального тіла, а через нього —



і всієї психофізичної структури людини служать ясне, чисте, високе мислення, надособисті стремління, правильний медитативний психотренінг.

Такими є перші чотири енергетичні рівні життєдіяльності людини. Фізичне тіло вона скидає після смерті, ефірне — невдовзі після того, астральне — при переході в Ментальний світ. З бігом часу розпадається і ментальне. Залишається *вища тріада* — *безсмертна суть людини*.

Вищу тріаду очолює *Атма* — *Дух*,<sup>1</sup> вогненне начало, головний, універсальний принцип життя. Для фокусування його в людині потрібний принцип-енергоносій, що називається *Буддгі* — *Мудрість*, духовний елемент. Атма та Буддгі утворюють монаду, що відповідає поняттю вогненного, духовного тіла, «тіла причиновості». За своєю енергетикою воно відповідає духовному планові життя Космосу, Світові Вогненному. В монаді зберігається пам'ять до духу, що обіймає все безмежне минуле, пройдене ним за незліченні втілення.

Манас — самосвідомість, вищий Розум,<sup>2</sup> замикає тріаду, яка в сукупності своїй називається «зерном духу», свідомим безсмертним «Я» кожної людини. Саме воно — зерно духу — в кожному з нових втілень, зумовлених набутою в колишніх життях Кармою, обростає «заслуженою» ним у попередніх втіленнях плоттю з відповідного матеріалу Ментального, Астрального і фізичного світів.

Владика Будда у своїх проповідях нерідко образно говорив, що звичайна людина — це один Будда, а Будда — це семеро Будд в одній людині. У цій алегоричній формулі міститься інформація про те, що в кожній людині закладено сім принципів, один з яких — вищий. І коли інші шість будуть підвищені до його рівня, то людина досягне мети свого існування і стане просвітленою, тобто відбудеться трансмутація всіх людських принципів до рівня Будди. Кожний з основних семи принципів-енергоносіїв у свою чергу має нижчі і вищі прояви та якості. Тому існує багато ступенів як астральних, так і ментальних тіл. У різних людей вони розрізняються між собою навіть більшою мірою, ніж фізичні тіла.

Доцільно буде тут сказати, що всякого роду маги, чаклуни, хатха-йоги з їхніми механічними вправами (тільки декотрі з них корисні при окремих захворюваннях), як і так звані «учителі лівої руки», що маскуються під сучасні, наукоподібні імена, своїми маніпуляціями сприяють стимуляції у своїх прихильників нижчих енергетичних структур тонкого тіла. Звідси — швидке досягнення «феноменів», зовні ефектних результатів, але й дуже плачевні віддалені наслідки. Замість омріяних духовних висот борсається людина в нижчих шарах Астралу, живлячи своєю енергією

---

<sup>1</sup> Порівняймо з німецькими словами *atmen* — дихати; *Atem* — дихання, подих. — Ред.

<sup>2</sup> Латинською мовою, яка належить до романської групи індоєвропейської родини мов, *mens* означає «розум» (форма родового відмінка — *mentis*); звідси походить *mentalis*, що означає «розумовий»; а також *mentalitas* (форма родового відмінка — *mentalitatis*), що означає «ментальність», «менталітет», «склад розуму». У литовській мові, яка належить до балтійської групи тієї ж індоєвропейської родини мов, «думка» називається *mintis* [мінтіс]. — Ред.

всліяких «барабашок», «фредді крюгерів» та іншу нечисть. Брама ж Світу Вогненного, призначена людині, надовго, якщо не назавжди, лишається для неї зачиноюю.

Агні Йога вчить орієнтуватися на найвище, вміти йти поверх рук, що тягнуть униз, не спокушатися грубими проявами феноменального світу, котрі, як і наркотики та алкоголь, слідом за ейфорією перших доз і «радоців», перетворюють людину на раба.

Позбавлена будь-якого містичного нальоту Агні Йога не роздає «векселів». Вона насичена точними рекомендаціями, що стосуються виховання духовності, тренування психіки, додержання психогігієни, та й узагалі гігієни в усіх сферах життя, правильного харчування, застосування лікарських рослин і препаратів, питань екології, всіх аспектів здорового способу життя. Сьогодні всі ці рекомендації нам особливо потрібні.

Замислімося над такими фактами. За даними статистики, лише у п'ятій частини населення країни немає нині виражених захворювань. Однак, як зазначено у преамбулі статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я, здоров'я — це не тільки відсутність хвороб та фізичних дефектів, а й стан найбільшого фізичного, психічного і соціального благополуччя. Чи ж можливе соціальне благополуччя, втім, як і психофізичне, без культури кожного індивіда та всього суспільства?

Встановлено, що стан здоров'я сучасної людини в середньому на 10 відсотків залежить від ефективної роботи закладів охорони здоров'я; на 20 — від екології, від умов навколишнього середовища; на 20 — від спадковості, що дісталася від батьків, і на 50 відсотків — від способу життя. Звичайно, залежно від конкретних умов це співвідношення може істотно змінюватися. Приміром, у зонах екологічного лиха превалюватиме негативний вплив на здоров'я несприятливого середовища проживання. У жителів ізольованого від світу селища, де частими є шлюби між родичами, неминуче нагромаджуватиметься спадкова патологія. Ну, а якщо трапиться в когось на далекій відстані від хірургічного стаціонару банальний апендицит — і він може стати загрозливим для життя. Та все ж... Медицина усіма своїми зусиллями здатна забезпечити лише десяту частку здоров'я населення. А от правильний спосіб життя — половину.

Так уже склалося. Нашим закладам охорони здоров'я, незважаючи на постійне декларування ними своєї профілактичної спрямованості, по суті не до охорони здоров'я поки що здорових людей. Як відомо, і тяжкохворі нерідко не можуть добитися високоякісної лікарської допомоги. Здорову ж людину в лікувальних закладах узагалі не чекають. Та й вона сама, знаючи реалії, по пораду, скажімо, щодо правильного способу життя туди не піде. Традиційно наша медицина в основу кладе вивчення різних способів діагностики та лікування зовнішніх, тілесних проявів наявних уже хвороб на тій чи іншій стадії їх розвитку. Що й казати — це необхідно. А Агні Йога ставить і розв'язує питання в іншій площині, доводячи, що справжній, первинній профілактиці сприяють насамперед всебічний розвиток і вдосконалення психоенергетичної, духовної основи людини. Та й у справах лікування саме вона відіграє найважливішу роль. *Етика, як зазначено, є практичною фармакопеєю.*

Зрозуміло, коли не вистачає хімічних препаратів — це погано. Хворій людині, яка звикла до них, — вони потрібні. І все ж здоров'я, як відомо, в аптеці не купиш. Розбазарюють його ж здебільшого через непоміркованість, егоїзм, лінь, потурання нижчим потягам та інстинктам, руйнівним нахилам.

Озирніться довкола. Алкоголізм, наркоманія, токсикоманія стали звичайними явищами. Мільйони людей палять цигарки, отруюючи себе, своїх дітей, знайомих і незнайомих співгромадян. Близько сорока відсотків населення страждає від надмірної ваги. Багато людей постійно роздратовані, злі, агресивні, заряджають себе й оточуючих негативними емоціями. Звідки ж узятися здоров'ю та благополуччю?

Слід підкреслити, що всі подібні прояви далеко не первинні. В основі їх — бездуховність. Виникає вона не відразу. В кожній людині первісно закладена потреба в самопізнанні і самовдосконаленні, прагнення збагнути своє призначення, прилучитися до чогось високого, світлого. Та, не будучи реалізованими, юнацький романтизм, шукання ідеалу, віра в особливу свою місію, прагнення служити загальному благу поступово згасають, все більше затемнюються, підмінюючись ерзацом духовної радості. І залишаються людині метушливе самоутвердження в сім'ї, на роботі, гонитва за престижними, але ефемерними сурогатами благополуччя, психофізичної гармонії, різні види «очманіння».

Втрата істинних духовних орієнтирів та цінностей неминуче призводить до деградації як окремої особи, так і всіх соціальних структур — сім'ї, колективу, суспільства в цілому. І це цілком закономірно. Адже, за Агні Йогою, призначення людини полягає в тому, щоб, витончуючи, вдосконалюючи своє мислення, свідомість, розвиваючи психічну енергію, поліпшувати, одухотворяти все, з чим вона зв'язана зримими та незримими нитями. Невиконання цього неминуче призведе до краху сподівань і прагнень, девальвації моральних цінностей та самого життя. Таким є закон Природи. Дотримання його несе благо. За нехтування цим людина тяжко карає і саму себе, і весь людський рід.

Повернімось, однак, до здоров'я. Нині, коли людям так шкодить їх роз'єднання і розмежування, це, мабуть, такий предмет розмови, який здатний об'єднати представників усіх вікових груп, усіх національностей, релігій, партій незалежно від їхньої професії, освіти, соціального походження. Здоровими хочуть бути всі. У різні часи, за різних соціальних устроїв найбільшою цінністю вважали люди здоров'я. Не випадково склалася традиція говорити при зустрічі «Здрастуйте!», а прощаючись — «Будьте здорові!». Ідея здоров'я наче запрограмована в самому ладі життя. Тільки от вічно зайнята людина у своїй повсякденній метушні нерідко згадує про велику цінність — здоров'я, — лише захворівши, не береже його, зловживає тим, що суперечить природному способowi життя. А коли захворіє, то покладає надії на хімічні препарати, хірургічні операції або ж розраховує на зцілення за принципом «здоров'я через чудо» — за допомогою кремів або банок з водою, буцімто заряджених (а може, заражених?) через телевізор.

Такий шлях до здоров'я здається дуже доступним і простим: від самого хворого не вимагається ніяких зусиль для того, щоб позбутися недуги. Необхідне тільки пасивне підкорення. Виходить, можна, мовляв, нехтувати законами Природи, грішити, пити-палити, а якщо втрапиш через це здоров'я — не біда: прийде чародій і швидко усуне всі біди...

Спокушаючись уявною простотою магічного здобуття здоров'я, доцільно не забувати народну приказку: «Простота гірша від крадежу». У подібних випадках вона буквально відображає суть справи.

З позицій Агні Йоги, як, утім, і матеріалістичної діалектики, з нічого одержати енергію не можна. Її можна або свідомо розвивати в собі і трансмутовати (перетворювати), або свідомо чи несвідомо брати в інших.

Слід уточнити: і скальпель, і медикаменти, і гіпноз, і телерадіо засоби, і багато чого іншого, звичайно, повинні бути сьогодні в арсеналі медицини. Мова про інше. Про спосіб життя — основу збереження та зміцнення здоров'я. А тут необхідним є копіткий свідомий труд, серцем і розумом треба сприйняти свого роду філософію здоров'я.

Цією філософією і насичена Агні Йога. Вона справді здатна здійснити чудо. І чудо це полягає зовсім не в позбутті того чи іншого хворобливого розладу, а в перетворенні людини, всіх сфер її життєдіяльності.

Медичні аспекти Агні Йоги, що проєктуються на сьогоднішні конкретні завдання щодо оздоровлення людей, дають змогу сформулювати вихідний принцип для здійснення такої важливої справи. Висловити його можна короткою формулою: «До здоров'я через культуру».

Культура здоров'я є однією з найважливіших складових загальної культури людини. Всі прояви її життєдіяльності нерозривно пов'язані між собою. Тому, говорячи про культуру здоров'я як в особистому, так і в соціальному плані, необхідно мати на увазі три основні його аспекти — фізичний, психічний і духовний, де нижче свідомо ставиться на службу вищому.

Чим досягається *тілесне здоров'я*? Зрозуміло, не заморськими таблетками чи маніпуляціями чаклунів, бо усунення хворобливих симптомів, навіть якщо це «чудо» станеться, не означає оздоровлення організму. Хвороба може відступити тимчасово або трансформуватися, видозмінитися, а нерідко згодом загострюється. Міцне фізичне здоров'я забезпечується здоровим способом життя, гігієною тіла, оптимальною фізичною активністю, спеціальними оздоровчими й коригуючими фізичними вправами, правильним режимом праці та відпочинку, раціональним харчуванням, створенням найліпших умов навколишнього середовища. І перш за все, звичайно, — гармонією чистих стремлень та думок, добрих слів та вчинків. Сказано в Живій Етиці, що головне — це знищити бактерії низьких думок, які заразніші від усіх хвороб.

*Психічну гармонію* приносять знову ж таки не патентовані транквілізатори, не екстрасенси, а насамперед розвиток інтелекту, додержання правил психопрофілактики і психогігієни, включаючи гігієну мислення й мови, свідоме моделювання життєрадісного емоційного настрою, формування навиків психологічного захисту, гарту, опанування засобів саморегуляції, виховання культури розумової праці. «Спрямуйте розум на радість творчості», — підкреслює Агні Йога.

*Духовне ж здоров'я* залежить від максимального розкриття морально-етичного потенціалу людини, виховання в собі вищих, світлих якостей, усвідомлення справжнього свого призначення, всебічного збагачення особистості істинними цінностями на шляху еволюції людства. Саме розвинена духовна енергія є найуніверсальнішим засобом захисту, що гасить несприятливий вплив різноманітних негативних факторів. Тож кожному з нас необхідно докладати зусиль самовдосконалення, розвитку високих моральних якостей, подолання своїх вад, егоїзму. Чим вищими, надійнішими є духовно-моральний потенціал людини, її вогненна енергетика, тим менше в неї проблем і з тілесним та психічним здоров'ям.

Для такої роботи в масштабах держави потрібні, безумовно, висококваліфіковані фахівці. У Харкові нами вже створено центр, де шостий рік проводяться теоретичні й практичні заняття, що сприяють освоєнню концепції «*До здоров'я через культуру*». Цей центр перетворено на філію Міжнародного університету культури здоров'я. Випускники нашого вузу — дипломовані спеціалісти — мають потрібний обсяг знань у сферах культури та оздоровлення, в питаннях психології, фізіології, педагогіки, Йоги, Живої Етики.

Харківська філія Міжнародного університету культури здоров'я готує фахівців — менеджерів культурно-оздоровчої роботи на місцях. Проте саме там, на місцях, при багатьох палацах культури, клубах, будинках відпочинку, пансіонатах, у різних оздоровчих закладах справа ця досі не налагоджена як слід, ведеться кустарно, безсистемно, часом випадковими людьми.

Культура здоров'я повинна стати притаманною всій системі суспільного виховання. Нині, коли йде становлення української державності, справа ця набуває особливої ваги. Народ України має бути здоровим і душею, і тілом. Тільки тоді вдасться здійснити всі благородні починання.

*м. Харків*

**ВІД РЕДАКЦІЇ.** Системи творення та вдосконалення людської особистості, — мало відомі нам, але випробувані часом в інших землях, — безумовно, можуть бути дуже корисними нашим людям. Проте вважаємо, що в застосуванні до нашого суспільства треба робити одну істотну поправку: свідомість багатьох наших співгромадян різною мірою спотворена десятиліттями тоталітарної комуністичної пропаганди. Серед частини людей побутує звичка, що світоглядне вчення має бути тільки одне, нібито «єдино правильне». Коли ж воно виявилось скомпрометованим, дехто кинувся шукати такий самий єдиний замітник, начебто панацею від усіх лих. А дехто, не знайшовши еквівалента, заходився «боронити» безнадійний комунізм-ленінізм від неминучого краху — хоч би ціною власного божевілля та наруги над здоровою частиною суспільства.

На жаль, такий уже менталітет сформувався у декотрих типова «радянських» людей: якщо поважати наукову медицину — то зневажати народну; якщо шанувати народну — то топтати наукову; якщо вживати таблетки — то пачками (а потім заявити, що вони або шкідливі, або не діють); якщо визнавати корисність якогось учення — то вірити безоглядно тільки йому; якщо партія оголосила, що вона становить «розум, честь і совість» цілої епохи — то власним розумом можна не користуватися, а свої особисті честь і совість закинути на смітник. Саме тому, здається, комуністичні номенклатурники з підозрою або й ворожістю ставилися до Йоги та інших нетрадиційних у наших краях (або й традиційних — козацьких) систем самовдосконалення особистості: вони вбачали в цьому конкуренцію комуністичній доктрині; вони боялися, що люди масово навчатися робити самостійний вибір у життєвих питаннях.

Отже, перш ніж удаватися до чогось новенького, варто виробити в собі нормальне ставлення до світоглядних учень. Не шукаймо серед них і не проголошуймо нове «єдино вірне», «вічно живе» і «всепереможне». Не думаймо, що якась система фізичного і психічного самовдосконалення сама по собі розв'яже всі наші проблеми, додасть розуму, зніме болячки, захистить від розбійників і відпустить гріхи. Це радше інструмент — простіший чи складніший, примітивніший чи досконаліший, — що його людина вибирає з ряду інших для досягнення своєї мети. Але ж саме так — сміливо знайомиться і самостійно вибирає, а не впадає в чергову рабську залежність і впокореність.

Не зуміємо подолати рабського комплексу — і потенційно корисна справа може заподіяти шкоду та виявитися скомпromетованою. Сформуємо усвідомлене ставлення до вподобаної системи самовдосконалення — і вона нам допоможе в наших зусиллях.

## МІЖ ІНШИМ...

До створення цієї нової рубрики спонукали два чинники.

З одного боку — не так-то й багато в нас на Слобожанщині українських газет патріотичного, демократичного спрямування.

З другого боку — при верстці нашого журналу бачимо порожні місця, які видаються недопустимою розкішшю. Особливо тепер, коли деструктивні сили спровокували загострення ідеологічної боротьби навколо самого існування чи неіснування України як незалежної держави. І хоча коротка інформація, маленький коментар належать до суто газетних жанрів, — краще вмістити їх, аніж у такий час випускати журнал із білими плямами на сторінках.

Започатковує це нововведення й опікується ним відділ публіцистики. А з'явиться невеличкий допис під рубрикою «Між іншим...» може в будь-якому розділі часопису, де для нього залишилося місце.