

Бхуван Мисрали, Айманзон

# Йога питания



Собрание сочинений Пьер



ИЗДАТЕЛЬСТВО ПЕРСОНА ЛА

## **Омраам Микаэль Айванхов - Мораль Питания** (из книги "Йога Питания").

Некоторые воображают, что надо много есть, чтобы быть здоровым и иметь силу. Совсем нет, и даже наоборот, когда вы много едите, организм устает, пищеварительные процессы затормаживаются, блокируются, возникают бесполезные перегрузки, которые затем почти невозможно устранить. Вот так, в результате ошибочного мнения, что надо много есть, чтобы хорошо себя чувствовать, возникают различные болезни.

В действительности, голод продлевает жизнь. Если вы заканчиваете всегда еду сытым и даже пресыщенным, то вы тяжелеете, становитесь сонливым и у вас не будет никакого стремления к совершенствованию. Тогда как, если вы выходите из-за стола с легким чувством аппетита, отказавшись от нескольких глотков пищи, которые еще кажутся желанными, эфирное тело получает импульс отправиться в высшие сферы и искать там элементы для заполнения оставшихся в вас пустот. И через несколько минут вы не только не будете ощущать голода, но и почувствуете себя более легким, живым, способным работать, потому что те элементы, которые эфирное тело отправилось искать в пространстве, как раз высшего качества. Тогда как, если вы едите до пресыщения, сверх ваших потребностей, только ради удовольствия поесть, как это делают многие, вы в действительности никогда не будете сыты и спровоцируете в организме потерю равновесия.

Когда вы едите чрезмерно, происходит переполнение организма и ваше эфирное тело не может выполнять свои функции: в этот момент некие низшие существа астрального плана, увидев эти излишества пищи, устремятся принять участие в пиршестве, которое вы задаете, не сознавая того. Вот почему спустя некоторое время вы почувствуете вновь пустоту и испытаете вновь желание поесть... И нежелательные существа вновь придут. Вот как вы становитесь прекрасной приманкой, привлекающей и подпитывающей воров и изголодавшихся существ низшего астрального плана, которые лакомятся за ваш счет.

Очевидно, когда я говорю о том, что из-за стола надо выходить с ощущением голода, то речь идет только об очень легком ощущении недостатка. Если вы свой организм постоянно лишаете необходимых веществ, то эфирное тело не может восполнять эту недостачу. Но если на один килограмм вы не доедите 20 грамм, то почувствуете себя легче, в хорошем настроении, благодаря эфирному элементу, который тотчас присоединится к уже принятой вами пище.

Сколько раз я проводил такой эксперимент и ел чуть меньше, чем необходимо, чтобы не чувствовать голода! Вы мне скажете: "Но соблазняешься, хочется продолжать есть!" Я хорошо знаю, что вы соблазняетесь! Но для чего вам даны разум и воля? Вот удобный случай поупражнять их! Даже на самых больших пирах, праздниках и приемах надо уметь отказаться. Я часто отказываюсь. Везде, куда меня приглашают, мне предлагают всевозможные виды блюд, однако я заранее предупреждаю: "Не готовьте ничего особенного, дайте мне немного салата, немного овощей и фруктов." Конечно, они это не принимают во внимание, готовят фантастические блюда, и когда они видят, что я ем из этого совсем мало, они бывают разочарованы. Тем хуже для них, надо было мне поверить!

Я уже давно понял, что мы теряем, если едим сверх необходимого для утоления нашего голода: мы платим потерей тонкого, более ценного элемента, чем вкус самых лучших блюд. И вы также должны уметь отказаться от того, что вам предлагают. Если вы не отказываетесь, то будете неспособны выполнять очень важную работу. Вы будете сытыми, сонными, когда вас ждет духовная работа. А вам нельзя засыпать, так как эту работу надо сделать!

Конечно, каждый должен знать, какое количество пищи ему хватает. У всех разный желудок, и я встречал несколько поразительных феноменов. Как, например, Цеко, один брат из Братства Болгарии: его аппетит приводил в изумление всех, он никогда не казался наевшимся досыта.

Это был очень милый и услужливый молодой человек, всегда улыбающийся и любезный. Поскольку он был чрезвычайно силен, он всем носил багаж. Когда Братство поднималось в свой лагерь на Муссале, то он нагружался как осел: сестры, особенно в возрасте, давали ему нести свои вещи, он все принимал без возражения и

ворчания. Когда мы на дороге оглядывались, то видели приближающуюся гору. Часто на экскурсиях он нес на спине самовар, который служил братьям и сестрам для приготовления чая. Он его носил вместе с горящими углями, и вода начинала кипеть: мы слышали шипение, видели дым, но Цеко спокойно продвигался вперед, как паровоз.

Естественно, что с таким хорошим характером он был всем симпатичен и все хотели его пригласить. Везде, куда он приходил, он съедал все, что было на столе. Если мы хотели сохранить какое-нибудь блюдо, то нельзя было его оставить на глазах Цеко, так как все исчезало в этом уникальном в мире желудке. Когда мы располагались в лагере на Рила, то иногда оставалось после еды некоторое количество испорченной пищи, которую мы откладывали на выброс. Но однажды, когда сестры, занимавшиеся кухней, отправились за этой пищей, оказалось, что она исчезла: Цеко все съел. Но что бы он ни ел, он никогда не болел. Учитель Петр Донов понимал, с каким феноменом он повстречался, и посылал к нему всех, у кого не было аппетита: чтобы они только смотрели как ест Цеко, после чего аппетит к ним возвращался. Да, это был действительно феномен!

Но это еще не все. Когда у Цеко не было других дел, он писал поэмы. Он думал, что поэзия состоит в том, чтобы найти рифмы, и он писал что-то совершенно бессмысленное, но зарифмованное! Конечно, когда он читал эти "поэмы", то мы не могли удержаться от смеха, настолько это было комично. Он видел, что мы смеемся над ним, но невозмутимо и с улыбкой - он никогда не обижался на нас из-за насмешек и критики - продолжал нам читать свои поэмы вечером около костра у озера на Рила. Но однажды он начал писать настоящие стихи и мы все были поражены. Мы больше не шутили и не смеялись над ним.

Затем он захотел сочинять музыку, писать песни. Поначалу мы вновь смеялись и шутили: Цеко - композитор! А затем мы заметили, что братья и сестры, гуляя в горах у Рильских озер напевают арии Цеко и поют его песни.

Он был электротехником и однажды мы с большой грустью узнали, что во время работы на электрическом столбе его ударило током и сбросило на землю. Вот так он ушел в другой мир. Все об

этом сожалели, и спустя 50 лет я часто его вспоминаю. Во всяком случае, я никогда больше не встречал подобного желудка.

Но вы не Цеко, и вам надо знать, что излишки пищи вредны для здоровья. Более того, съедая больше чем надо, мы тем самым отнимаем еду у того, кому она была предназначена: так поступают многие и, следовательно, некоторые переедают, а другие едят недостаточно, и в мире возникает неравновесие. Недоразумения, революции и войны имеют своей причиной вожделение, жадность, недостаток чувства меры у тех, кто накапливает богатства, продукты питания, землю, вещи, недвижимость, которых другие лишены. Но коллективное сознание не развито в такой степени, чтобы понять и предвидеть далекие последствия и потрясения, к которым эти тенденции могут привести.

Эта потребность взять, поглотить больше, чем необходимо, толкает одних к порабощению других, и даже к уничтожению их при малейшем сопротивлении или оппозиции. Даже крошечная причина может оказаться исходным пунктом больших катастроф. Стало быть, надо очень рано научиться укрощать, измерять и регулировать этот инстинкт. Если за ним не следить, то он может достигнуть таких гигантских пропорций во всех сферах существования, что станет источником самых больших несчастий.

Вот почему ученик должен научиться не преступать меру в питании. Он должен уметь остановиться до наступления пресыщения. Если мы не умеем остановиться, то мы питаем в себе неестественные желания и становимся такими же, как богачи, имеющие болезненную потребность все захватить. Они уже богаты, но их амбиции и вожделения столь гигантски, что они хотят поглотить весь мир.

Иисус сказал, что легче верблюду пройти через ушко иголки, чем богачу войти в Царство Божье. В течение двух тысяч лет это образное выражение не было объяснено, и для некоторых, кто не знает, на какой аргумент опирался Иисус, это выражение казалось странным. В действительности, Иисус имел в виду не физическое тело, а астральное. У богатого тело желаний, астральное тело столь расширено, раздуто от излишков его вожделений, что превращается в огромную опухоль, мешающую ему пройти даже такими широкими

воротами, как ворота Царства Божьего. Тогда как астральное тело верблюда очень маленькое, ибо он воздержан и довольствуется малым. Именно поэтому он способен пересекать пустыни: там, где все гибнут, верблюды проходят.

Таким образом, вы видите, что те, кто никогда не интересовались этой проблемой и безрассудно ели, готовят в своем астральном теле опухоли, которые помешают им пройти воротами Посвящения. Одновременно они влезают в долги, ибо берут то, что принадлежит другим, а это поведение противно законам духовного мира, которые требуют организованности, равномерного и гармоничного распределения вещей.

Если высшие существа видят, что у вас эгоистичное и грубое мышление, то они не примут вас к себе. Они вам скажут: "Оставайтесь внизу, в джунглях, где хищники пожирают друг друга, там ваше место." И, поскольку вы не рассуждаете в соответствии с философией Всемирного Белого Братства, вам останется только жаловаться, что вас терзают, обижают; вы будете страдать, и двери Неба будут для вас закрыты.

Надо понять, что этот вопрос питания не ограничивается только питанием на физическом плане. В сфере чувств и мыслей действуют те же законы. Влюбленные, которые едят безмерно, до пресыщения, кончат тем же - у них будут опухоли в астральном теле и ворота Неба для них будут закрыты. Доказательством того, что Небо закрыто для них, служит то, что они совершенно отвратительны, безвкусны, от них ушло вдохновение, и они расстаются, уничтожают друг друга.

Следовательно, забудьте, что надо много есть, чтобы быть здоровым. Некоторые матери думают, что приносят детям пользу, откармливая их. Это глупые матери! Вместо того, чтобы откармливать ребенка, надо его научить правильно есть, показать ему меру, дать ему понять, что если он себе берет больше, чем ему необходимо, то он так или иначе лишает других, если не в физическом плане, то в плане астральном или ментальном... Надо думать о других. Сколько среди вас таких, кто допускает мысль о распределении своих богатств, которые у него в избытке? Я говорю сейчас прежде всего о чувствах и мыслях. Есть дни, когда вы находитесь в приподнятом настроении, чувствуете себя богатыми, счастливыми... Думаете ли вы

в этот момент разделить свое счастье с теми, кто страдает и скорбит! Нет, вы все оставляете себе.

Надо уметь немного давать из этого избытка, от этого бьющего через край счастья и сказать: "Дорогие братья и сестры всего мира, то, чем я обладаю, столь прекрасно, что я хочу этим поделиться с вами. Берите от этого счастья, от этого света!" Если ваше сознание достаточно развито, чтобы это сделать, то вы записаны в регистрах Неба, как разумные существа, полные любви. И то, что вы собираетесь раздать, перейдет на ваш счет в небесных банках, из которого вы можете позже черпать, когда вам это будет нужно. А ваша радость останется нетронутой в вас, и никто не сможет ее у вас взять, так как вы ее положили в надежное место.

Впрочем, если вы умели бы наблюдать за собой, то вы заметили бы, что всякий раз, когда вы сохраните для себя какую-нибудь радость, не желая ее разделить с другими, злые существа невидимого мира, которые следят за вами, посылают вам через кого-нибудь из вашего окружения нечто такое, из-за чего вы потеряете эту радость. Даже когда вы чувствуете себя безмерно счастливым, происходит что-то непредвиденное, что отнимает вашу радость. Потому что у вас и в мыслях не было разделить ее, дать ее Господу или Божьей Матери со словами : " Я не знаю, с кем разделить эту радость, я столь глуп! Я даю ее Тебе, Господи, тебе, Божья Мать для того, чтобы вы ее распределили." И Господь и Божья Мать распределяют вашу радость так, что одна ее часть остается для вас в хранилищах Неба. Примите эту истину и используйте ее для своего блага и блага всего мира.

Отныне старайтесь всегда соблюдать меру, когда вы едите, потому что эта проблема выходит далеко за рамки только самой сферы питания. Впрочем, если вы научитесь есть с большим сознанием и любовью, то, даже сокращая объем пищи на четверть или на половину, вы будете из нее черпать необычайные энергии. Ибо в действительности энергия, которую может высвободить один глоток пищи, была бы способна заставить поезд обернуться вокруг всего земного шара. Да, только один глоток пищи!

# **Вегетарианство.**

## **Омраам Микаэль Айванхов.**

### **(из книги "Йога Питания").**

Питание - это очень широкое понятие, так как оно не ограничивается только продуктами и напитками, которые мы употребляем во время еды. Мы питаемся также звуками, ароматами, красками... Существа невидимого мира, в частности, питаются запахами. Например, обычай жечь в церквях ладан идет от очень древнего знания, что светлые духи привлекаются чистыми запахами, как запах ладана, в то время как адские духи притягиваются отвратительными запахами. Но есть не только запахи, звуки и краски также являются пищей для невидимых духов и могут служить для их привлечения. Поэтому художники часто изображают ангелов, играющими на музыкальных инструментах и одетыми в платья, переливающиеся разными цветами.

В Писании сказано: "Вы есть храмы Бога Живого." Так не надо осквернять эти храмы нечистыми элементами. Если бы люди знали, в каких небесных ателье они были созданы, они были бы гораздо более внимательны к пище, которая входит в состав этого храма, куда должен прийти жить Бог. К сожалению, употребляя в пищу мясо, большинство из них скорее напоминают кладбища, наполненные трупами, нежели храмы.

Каждое создание, животное или человек, склонно предпочесть одну пищу другой, и этот выбор всегда очень значим. Если вы хотите узнать каковы результаты употребления мясной пищи, сходите в зоопарк, посмотрите на плотоядных животных, и вы сразу все поймете. Впрочем, чтобы в этом убедиться, даже необязательно идти в зоопарк, в жизни можно наблюдать человеческие образчики всех видов животных и даже таких, которых не встретишь в зоопарках: как мамонты, динозавры и другие доисторические чудовища! Но будем милосердны и ограничимся зоопарками: там вы можете убедиться в том, что крупные хищники - это грозные животные, распространяющие вокруг себя крайне сильные запахи, в то время



как травоядные имеют, в основном, гораздо более мирные повадки. Пища, которую они употребляют, не делает их ни свирепыми, ни агрессивными, тогда как хищников мясо делает раздражительными. Так же и люди, которые едят мясо, более склонны к грубой разрушительной деятельности.

Разница между животной и вегетарианской пищей состоит в количестве содержащихся в ней солнечных лучей. Фрукты и овощи настолько пропитаны солнечным светом, что можно сказать, что это сам сконденсированный свет. Таким образом, при употреблении фруктов и овощей поглощается непосредственно солнечный свет, который оставляет в нас очень мало отходов. Мясо же, скорее, бедно солнечным светом и поэтому быстро разлагается, а то, что быстро разлагается, вредно для здоровья.

Вредоносность мяса имеет также и другую причину. Когда животных ведут на бойню, они догадываются об опасности, они чувствуют, что их ждет, и они боятся, волнуются. Этот страх вызывает нарушение в функционировании желез, которые при этом выделяют яд. Ничто не может удалить этот яд; он проникает в организм человека, употребляющего мясо, что, естественно, не благоприятно ни для здоровья, ни для продолжительности жизни. Вы скажете: "Да, но мясо - это вкусно." Возможно, но вы всегда думаете лишь о своем удовольствии, о своем удовлетворении. Для вас имеет значение только сиюминутное удовольствие, даже если вы должны за него заплатить смертью многих животных и вашим собственным разрушением.

Кроме того, надо знать, что вся пища, которую мы поглощаем, становится внутри нас антенной, улавливающей вполне определенные волны. Именно так мясо связывает вас с низшим астральным миром. В нижних областях астрального мира кишат существа, которые пожирают друг друга, как дикие звери и, таким образом, употребляя в пищу мясо, мы ежедневно находимся в контакте со страхом, жестокостью, чувственностью животных. Тот, кто ест мясо, поддерживает в своем теле невидимую связь с миром животных, и он ужаснулся бы, если бы мог увидеть цвет своей ауры.

Наконец, отнимать жизнь у животных - это большая ответственность; это нарушение заповеди: "Не убий." К тому же, (в

Книге Бытия), когда до грехопадения Бог дал человеку его пищу, Он просто сказал: "Вот, я дал вам всякую траву, сеющую семя, и всякое дерево, у которого плод древесный, несущий семя: вам сие будет в пищу."

Убивая животных, чтобы себя накормить, мы отнимаем у них не только жизнь, но и те эволюционные возможности, которые дала им природа в этой жизни. Поэтому человека незримо окружают души всех животных, мясо которых он съел; эти души приходят к нему, чтобы предъявить счет, говоря: " Ты лишил нас возможности развиваться и учиться, значит отныне заниматься нашим воспитанием предстоит тебе." Хотя душа животных и не похожа на человеческую, животные имеют душу, и тот, кто съел мясо животного, вынужден нести его душу в себе. Это присутствие проявляется через состояния, присущие животному миру; поэтому, когда человек хочет развивать свое высшее "Я", он сталкивается с трудностями: животные клетки не подчиняются его желанию, они имеют собственную волю, направленную против его воли. Именно это объясняет тот факт, что многие проявления человека в действительности принадлежат не к миру людей, а к миру животных.

Пища, которую мы поглощаем, поступает в нашу кровь, и оттуда она притягивает соответствующие сущности. В Евангелиях сказано: "Стервятники слетаются туда, где находятся трупы." Это верно для трех миров: физического, астрального и ментального. Значит, если вы хотите хорошо себя чувствовать в трех планах, не надо привлекать стервятников трупами. Небо не проявляется через тех людей, которые позволяют захватить себя физическим, астральным и ментальным нечистотам.

Мясо соответствует специальному элементу в мыслях, чувствах и поступках. Например, если видите во сне, что едите мясо, будьте внимательны и осторожны, так как это указывает на то, что вы подвергнетесь вполне определенным искушениям: совершить насилие, поддаться чувственным желаниям или допустить эгоистические и несправедливые мысли. Ибо мясо все это представляет: насилие в физическом плане, чувственность в астральном плане и эгоизм в плане ментальном.

Предание говорит, что до грехопадения у Адама было сияющее лицо, и все животные его любили, уважали и подчинялись ему. После грехопадения Адам лишился этого сияния, и животные стали его врагами. Если звери больше не доверяют человеку, если птицы улетают при его приближении, и всякое создание считает его своим врагом, тому есть причина: значит он упал с тех духовных высот, на которых находился. Надо, чтобы он опять обрел свое изначальное величие, вновь подчиняясь законам любви и мудрости. Тогда он примирится со всеми царствами создания, и наступит Царство Божье на земле.

Считается, что война между людьми вызывается экономическими и политическими проблемами, но в действительности она является результатом массовых убийств животных. Закон справедливости неумолим: он обязывает людей заплатить, пролив столько же крови, сколько они заставили пролить животных. Сколько миллионов литров крови вопиют к Небу о мести! Испарение этой крови притягивает не только микробы, но и миллиарды лярв и низших существ невидимого мира. Вот те истины, о которых не знают, и которые, возможно, не принимают, но принимают их или нет, а я обязан вам их раскрыть.

Мы убиваем животных, но природа - это организм, и, убивая их, мы как бы затрагиваем железы этого организма: в этот момент функции меняются, равновесие нарушается и не надо удивляться, если через какое-то время между людьми разразится война. Да, люди уничтожили миллионы животных для собственного пропитания, не зная, что в невидимом мире они были связаны с людьми и эти люди должны, стало быть, умереть с ними. Убивая животных, следовательно, мы уничтожаем людей. Все говорят, что надо, чтобы, наконец, на земле воцарился мир, чтобы никогда больше не было войн... Но войны не кончатся до тех пор, пока мы не прекратим убивать животных, потому что, убивая их, мы разрушаем сами себя.

[Город Творцов](#)