



Гарольд В. Персиваль

Речь — величайшая из способностей, показатель ума и слава человеческой культуры; но истоки всей речи — в Дыхании. Откуда приходит Дыхание и куда оно уходит, можно узнать, следуя совету Дельфийского Оракула: «Человек, познай себя».

Зодиак.

THE WORD

VOL. I

JULY, 1905.

NO. 10

Copyright, 1905, by H. W. Percival.

ДЫХАНИЕ

Каждый человек дышит с момента входа в этот физический мир до времени своего ухода, но только в последней четверти прошлого века западная ветвь науки уделила серьезное внимание большой важности дыхания и процессу дыхания. Направив внимание на предмет, они переняли методы, рекомендованные «учителями», и многие сошли с ума от дыхания. Среди нас появились «профессора» науки о дыхании, которые за вознаграждение учат непосвященных, как обрести и как сохранить бессмертную молодость, достичь богатства, обрести власть над всеми людьми, контролировать и направлять силы вселенной и как достичь вечной жизни.

Мы считаем, что дыхательные упражнения принесут пользу только в том случае, если их выполнять под руководством того, кто обладает реальными знаниями, и после того, как ум ученика будет обучен и подготовлен к ним путем изучения философии, потому что это научит различным способностям и качествам ученика, которые развиваются дыханием, и позволят ему справиться с опасностями психического развития. Длительное глубокое естественное дыхание полезно, но в результате практики дыхательных упражнений многие ослабили работу сердца и заболели нервными расстройствами, развили болезни, — чаще чахотку — стали унылыми и меланхоличными, приобрели болезненные аппетиты и преувеличенные фантазии, разбалансировали свой ум и даже закончили жизнь самоубийством.

Существуют различные виды Дыхания. Есть Великое Дыхание, которое приливает и отликает в непрерывном ритме; с его помощью системы вселенных выдыхаются из невидимых в видимые сферы. Из каждой из бесчисленных солнечных систем выдыхается ее собственная система миров; и снова каждая из них выдыхает разнообразные формы. Эти формы поглощаются вдохом мировых систем, которые исчезают в своей солнечной системе, и все текут обратно в Великом Дыхании.

Через человека, который является копией всего этого, разыгрываются многие виды дыхания. То, что обычно называют физическим дыханием, вовсе не является дыханием, это *акт* дыхания. Движение дыхания вызвано психическим дыханием, которое является общим для человека и животных, это дыхание удерживает жизнь в форме.

Дыхание - это не азот и кислород, но эти элементы вместе с другими используются психическим дыханием для поддержки тела определенной пищей. Это дыхание играет много ролей и служит многим целям. Когда оно входит в тело при рождении, оно устанавливает связь между жизнью в этом теле и океаном жизни, в котором движутся земля и тело человека.

Как только связь установлена, это дыхание связывает жизненный поток снаружи и внутри тела с принципом формы, который формирует огненный поток жизни в внешний вид и форму тела.

Действуя на желудок и печень, это дыхание стимулирует в них аппетиты, страсти и желания. Как ветер играет на струнах эоловой арфы, так и психическое дыхание играет на нервных окончаниях тела, возбуждает разум и ведёт его в направлении блуждающих мыслей, —мыслей, которые не принадлежат ему, —или пребывания и исполнения желаний, внушаемых телом.

Но *истинное дыхание* человека — это *дыхание разума*, и оно иной природы. Это инструмент, посредством которого воплощающийся разум работает с телом. Это дыхание, которое влияет на мысли, то есть мысли, производимые разумом. Это дыхание разума — тело или зарождающийся принцип самого разума, который вечная душа человека использует в качестве своего средства для установления связи с физическим телом при рождении.

Когда это дыхание входит в тело при рождении, оно устанавливает связь между физическим телом и Эго или принципом «Я есть». Через него Эго входит в мир, живёт в мире, покидает мир и переходит от воплощения к воплощению. Эго действует и работает с телом через это дыхание. Постоянное действие и реакция между телом и разумом осуществляются этим дыханием. Дыхание разума лежит в основе психического дыхания.

Существует также духовное дыхание, которое должно контролировать разум и психическое дыхание. Духовное дыхание является творческим принципом, посредством которого воля становится действенной, контролирует разум и подчиняет жизнь человека божественным целям. Это дыхание направляется волей в его продвижении через тело, где оно пробуждает мертвые центры, очищает органы, которые были сделаны нечистыми чувственной жизнью, стимулирует идеалы и вызывает к реальности скрытые божественные возможности человека.

В основе всех этих дыханий и их поддержки лежит Великое Дыхание. С стремительным вихреобразным движением дыхание, которое является дыханием разума, входит в тело и окружает его при рождении с первым вздохом. Этот вход дыхания является началом построения индивидуальности через эту земную человеческую форму. Есть один центр дыхания внутри тела и другой центр вне тела.

На протяжении всей жизни между этими двумя центрами происходит прилив и отлив. Во время каждого физического вдоха происходит соответствующий выдох дыхания ума. Физическое, моральное и духовное здоровье зависит от гармоничного движения дыхания между этими центрами.

Если кто-то захочет дышать каким-либо иным, нежели произвольным дыханием, должен позаботиться о том, чтобы вид и процесс дыхания зависел от физической, моральной и духовной подготовки, его амбиций и стремлений.

Дыхание — это внутреннее и внешнее колебание маятника, который отсчитывает жизнь тела. Движение дыхания между двумя центрами поддерживает равновесие жизни в теле. Если в него вмешиваются по глупости или намеренно, здоровье тела и ума будет нарушено, и последует болезнь или смерть.

Дыхание обычно течет из правой ноздри около двух часов, затем оно меняется и течет равномерно через обе ноздри в течение нескольких минут, а затем через левую ноздрю около двух часов. После этого оно течет равномерно через обе, а затем снова через правую ноздрю. У всех, кто достаточно здоров, это продолжается от рождения до смерти.

Еще одна особенность дыхания, не известная всем, заключается в том, что оно пульсирует внутри и вокруг человека волнами различной длины, что определяется дыханием природы, а также его физическим, моральным и духовным здоровьем и развитием.

Практика дыхания заключается в произвольном изменении потока из левой или правой ноздри в правую или левую, в зависимости от обстоятельств, прежде чем произойдет естественное изменение, непроизвольно препятствующее потоку, а также в изменении длины волны. В связи с тем, что было сказано о *дыхании*, должно быть очевидно, что тонкая связь человека со вселенной может быть легко нарушена, и его отношения могут быть нарушены.

Отсюда большая опасность для невежественных и безрассудных, которые выполняют дыхательные упражнения, не будучи уверенными в том, что они подходят и имеют квалифицированного учителя.

Движение дыхания действует во многих отношениях в организме. Поддержание жизни животных требует постоянного поглощения кислорода и выделения углекислоты. При вдохе воздух втягивается в легкие, где он встречается с кровью, которая поглощает кислород, очищается и передается через артериальную систему во все части тела, строя и питая клетки; затем по венам кровь возвращается, заряженная углекислотой и частью отходов и отбросов, которые все выбрасываются из легких при выдохе.

Таким образом, здоровье тела зависит от достаточной оксигенации крови. Избыточная или недостаточная оксигенация крови вызывает образование клеток потоком крови, которые являются дефектными по своей природе, и позволяет болезнетворным микробам размножаться.

Все физические заболевания возникают из-за избыточной или недостаточной оксигенации крови. Кровь насыщается кислородом через дыхание, а *дыхание зависит от качества мысли, света, воздуха и пищи*. Чистые мысли, обилие света, чистый воздух и чистая пища вызывают правильное дыхание и, следовательно, надлежащую оксигенацию, *следовательно, идеальное здоровье*.

Легкие и кожа — не единственные каналы, через которые дышит человек. Дыхание входит и выходит через каждый орган в теле; но понятно, что дыхание не физическое, а психическое, умственное и духовное.

Дыхание стимулирует желудок, печень и селезенку; аппетиты, страсти и желания. Дыхание входит в сердце и дает силу эмоциям и мыслям; дыхание входит в голову и начинает ритмичное движение органов души во внутреннем мозге, приводя их в связь с высшими планами бытия. Так дыхание, которое есть зарождающийся разум, трансформируется в человеческий разум. Разум есть сознательное «Я есть», но «Я есть» есть начало пути, который ведет к невыразимому Единому — Сознанию.



THE
WORD FOUNDATION, INC.

A Non-Profit Organization Established in 1950
P. O. Box 17510 • Rochester, NY 14617 • USA

thewordfoundation.org