

Барри Лонг

*Книга о любви,  
сексе и духовном  
самопознании*



*Земля пребудет вовеки*



Издательство "Велигор"  
Москва 2024

УДК 133.4  
ББК 86.42  
Л76

Барри Лонг  
Л76 КНИГА О ЛЮБВИ, СЕКСЕ И ДУХОВНОМ САМОПОЗНАНИИ. Земля пре-  
будет веки. – М.: Издательство «Велигор», 2024. – 338 с.: ил.

Барри Лонг был австралийским духовным учителем и писателем. Его учение при-  
звано освободить человека от несчастья. По мнению Лонга, проблемы, с которыми  
мы сталкиваемся на всех уровнях личной и общественной жизни, объясняются на-  
шей зависимостью от мыслей и эмоций.

Возникающие эмоции провоцируют появление новых мыслей – так из эмоций и  
мыслей образуется порочный круговорот, в плену которого мы остаемся, пока не  
выйдем, наконец, на Путь истины. Публикуемая книга учит этому Пути в представ-  
лении мастера.

*Перевод – Алексей Архипов*

**ISBN 978-5-91742-415-6**

Издательство «Велигор»  
г. Москва, м. Кожуховская, ул. 6-я Кожуховская, дом 24, 1 этаж, офис №4  
Тел: +7 (495) 784-06-61, +7 (985) 784-08-16.  
E-mail: veligor97@gmail.com

<https://vk.com/veligor97>

Мы в социальных сетях:

Интернет-магазин:  
WWW.VELIGOR.RU



Интернет магазин для граждан других стран:  
WWW.VELIGOR-BOOKS.COM

© Барри Лонг, 2024  
© Издательство «Велигор», 2024

# Содержание

<b>ПОЗНАЙ СЕБЯ .....</b>	<b>8</b>
ГЛАВА 1. ПРЕДМЕТ ОБСУЖДЕНИЯ.....	8
ГЛАВА 2. С ЧЕГО НАЧАТЬ .....	15
ГЛАВА 3. ПРИНЯТИЕ РЕАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ ВЕЩЕЙ .....	19
ГЛАВА 4. ЛЮБОВЬ .....	26
ГЛАВА 5. ЧТО И ПОЧЕМУ МЫ ОТДАЕМ.....	29
ГЛАВА 6. МАРС! .....	32
ГЛАВА 7. ПРОБУЖДЕНИЕ.....	38
ГЛАВА 8. ЭТОТ САМЫЙ МИГ .....	42
ГЛАВА 9. СОЗНАНИЕ.....	49
ГЛАВА 10. ВЛАСТЬ .....	56
ГЛАВА 11. ПЕРЕХОД .....	60
ГЛАВА 12. ЧЕСТНОСТЬ.....	68
ГЛАВА 13. СИЛА ВОЛИ.....	71
ГЛАВА 14. ЕДИНЕНИЕ .....	74
ГЛАВА 15. ВОЙНА И РАЗДОРЫ.....	78
ГЛАВА 16. РАЗДЕЛЯЯ, УМРЕШЬ.....	81
<b>ПЛОТСКАЯ ЛЮБОВЬ – БОЖЕСТВЕННЫЙ СЕКС.....</b>	<b>86</b>
ГЛАВА 1. ЛЮБОВЬ БОЖЕСТВЕННАЯ И ЧЕЛОВЕЧЕСКАЯ.....	86
ГЛАВА 2. УРОК ЛЮБВИ.....	102

ГЛАВА 3. ВОПРОСЫ ПОЛОВОЙ ЖИЗНИ.....	115
ГЛАВА 4. ОСОЗНАННАЯ ЛЮБОВЬ.....	129
<b>МОЛИТВА О ЖИЗНИ .....</b>	<b>144</b>
ГЛАВА 1. СИЛА МОЛИТВЫ.....	144
Прозрение.....	144
Молитва об успехе .....	146
Благочестивые молитвы.....	148
Время почти на исходе .....	150
А есть ли у нас надежда? .....	152
Искусство человеческое и подлинное .....	154
Научный гений человечества сведет его в могилу.....	157
Утешительный приз от жизни.....	158
Трагедия преобразит нас .....	162
Смерть во имя жизни .....	165
Есть ли повод для беспокойства?.....	167
ГЛАВА 2. КАК ПРЕОДОЛЕТЬ ТРУДНОСТИ .....	168
Личность.....	168
Что есть добро? .....	170
Природа человеческая и подлинная .....	171
ГЛАВА 3. ЭНЕРГИЯ МОЛИТВЫ .....	173
Правильная молитва.....	173
Молитва о свободе.....	176
Молитва о жизни .....	180
Самая сильная молитва.....	180

ГЛАВА 4. ЛЮБОВЬ .....	183
Самый странный феномен .....	183
Любовь к другому человеку .....	184
ГЛАВА 5. О ТЕХ, КТО СПАСЕТСЯ.....	187
Иные времена – иные нравы.....	187
Новое мироощущение спасшихся.....	188
Как уцелевшие будут понимать значение.....	190
Целостный разум новых людей .....	190
Степень разумности выживших.....	191
Любовь спасшихся на земле.....	192
Любовь и секс выживших людей.....	194
У людей будущего не будет ни надежд, ни верований ..	195
Уникальность и оригинальность новых людей.....	197
<b>УМИРАЕТ ТОЛЬКО СТРАХ .....</b>	<b>200</b>
ГЛАВА 1. КТО ПРЯЧЕТСЯ ЗА МАСКОЙ .....	200
Личность – лицо нечестности .....	202
Мир – это личность земли.....	203
Вы хотите страдать? .....	205
Боль – это основа личности .....	206
Почему же мы так ведем себя? .....	209
Никто не ведет себя честно .....	210
Жизнь ни секунды не стоит на месте .....	212
Жизнь каждое мгновение отпускает последний момент.....	213
Проведите «тест на интеллект» .....	219
Я – окончание маскарада .....	220

ГЛАВА 2. ПРАВДА О ЖИЗНИ НА ЗЕМЛЕ.....	222
ГЛАВА 3. ЛЮБОВЬ КАК УЧИТЕЛЬ .....	241
ГЛАВА 4. ОДЕРЖИМЫЙ РЕБЕНОК .....	251
ГЛАВА 5. СЛОВО МИРА.....	263
ГЛАВА 6. ПОЛИТИЧЕСКАЯ ИСТОРИЯ МИРА.....	271
ГЛАВА 7. ЗАКОН ЖИЗНИ.....	303
ГЛАВА 8. СМЕРТЬ, РОЖДЕНИЕ И ТАЙНА АДА .....	318

BARRY LONG

*Knowing*  
YOURSELF

*The true in the false*



# Познай себя

## Глава 1

### Предмет обсуждения

Полностью познать себя – значит ощутить себя Богом и в любой момент получать доступ к истине, которую открываешь через этот потрясающий опыт.

Такой опыт в каждую следующую секунду дает нам прочную уверенность в том, что мы ответственны за каждый миг своей жизни: что бы ни происходило (хорошее, плохое или нейтральное), все это случается по нашей воле. В рамках этого всеобъемлющего знания заключена непоколебимая уверенность в бессмертии, но в то же время можно ощутить ответственность за ближайшее окружение и, в конечном итоге, за всю вселенную, в том числе за очевидные раздоры, войны и страдания на Земле.

Сказанное мной обусловлено не аналитическим допущением, а жизненным опытом, причем более глубоким по своей реальности и восприятию, чем опыт жизни. Но вы, конечно, не обязаны мне верить. Вы должны осознать эту истину в себе, постичь ее напрямую, потому что она пребывает за пределами слов и мышления. Ее нужно пережить не ценой наркотиков или безумия. Вы должны жить своим знанием, быть своим знанием. Ибо истина предназначена для всех мужчин и женщин, а не только для вас лично.

Первым барьером на пути к самопознанию является то, что человек мыслит как машина: мы за что-то / против чего-то либо же просто равнодушны, безразличны.



Никто не хочет слушать, все хотят говорить.

Наш мир состоит из роботов-мыслителей, запрограммированных родителями-роботами, учителями-роботами и в целом обществом роботов. Мы мало что знаем, кроме того, чему нас научили с чужих слов. То немногое, что, как нам кажется, мы знаем, мы превращаем в привычку, отчего нас тянет броситься к телевизору, бутылке или проигрывателю пластинок, лишь бы заглушить нашу вопиющую посредственность.

Каждое поколение молодежи, интуитивно понимая это, пытается восстать. Но чтобы изменить мир роботов, мы должны сначала изменить роботизированные шаблоны нашего унаследованного мышления. Революция без этого фундаментального изменения будет всего лишь заменой одного зла другим, и именно так человек поступал на протяжении тысячелетий. Вскоре молодые повстанцы с обреченным видом протягивали запястья, чтобы их приковали цепями к остальной шаркающей механической толпе.

Чтобы явственно обособить себя от толпы, проявив свою индивидуальность, а не просто прослыть неудачником или чудаком, вы должны сначала понять, что нужно изменить. В этом и заключается самопознание.

Робот внутри нас явно враждебен вам. Это причина большей части беспокойства, страданий и несчастий в жизни каждого человека. Вот что мы должны понять, став сознательными, наблюдая за своим умом в действии. Люди почти всегда по жизни остаются в бессознательном состоянии и редко видят себя такими, какие они есть, разве что случайно. А когда они видят себя, то, как правило, в ужасе бегут от этого факта. Они спят от рождения до смерти, погрязшие в мышлении робота, с которым отождествляют себя.

Но вы, опять же, не обязаны мне верить. Верить тому, что о вас говорят другие, значит проявлять бессознательное мышление робота. В самопознании истинно лишь то, что соответствует вашему личному опыту.

Это единственная защита от роботизированных уровней ума.

Истина не нуждается в аргументах, соглашениях, теориях или верованиях. У нее есть только один критерий: спросить себя: «Является это утверждение истинным или ложным в контексте моего опыта?» Способность различать истину и ложь зависит от вашего понимания себя, которое, в свою очередь, зависит от того, как долго и как часто вы способны осознавать себя. Любого из вознамерившихся учить вас истине или мудрости необходимо испытывать таким образом. Истине невозможно научить, но тому, кто готов открыть ее для себя, она быстро открывается.

Есть два вида знаний. Первое – мирские, то есть знание о вещах, находящихся за пределами вас самих: школьные предметы, умение водить машину, ваши компетенции на работе, все виды деятельности, составляющие мировую и вашу повседневную жизнь.

Эта практическая сторона жизни дает разную степень успеха, богатства и славы. Такое знание дает сообразительность, деловую хватку, многоречивость и дельные советы, но все-таки не может породить настоящую мудрость.

Другое знание – это самопознание, то есть постижение отношений, страха, желания и всех эмоций, которые составляют наше «я».

Ум робота умудряется смешать эти два мира в удивительно убедительную путаницу, которая никуда не ведет человека.

Изучив свои цели, вы обнаружите, что они представляют собой стремление к власти, статусу, престижу, собственности (включая людей) и постоянству (удерживать то, что у вас есть). Стремление к успеху в любом из этих аспектов на самом деле является стремлением к власти.

Каждый преследует все эти цели в той или иной их форме, полагая, что их достижение приведет к счастью или чувству

удовлетворения. Конечно, ничего такого не произойдет, и наше ужасное внутреннее противоречие состоит в том, что мы втайне осознаем это.

Мы знаем, что счастливы лишь какое-то время, чего бы мы ни достигли. Мы рады повышению по службе, которое открывает перед нами перспективу еще большего успеха в будущем, а уже сейчас больше денег и почета. Но если в следующий раз нас не повысят по службе или нам придется ждать слишком долго, мы будем недовольны. Настоящее счастье, подлинная удовлетворенность, если они существуют, должны быть постоянным, неизменным состоянием, не зависящим от раскачивающегося маятника успеха и неудачи. Но все продолжают гоняться за одними и теми же вещами, потому что ум работа не может выдерживать достаточно долгую паузу, чтобы поискать источник счастья вне стяжания материальных благ.

Вам советуют отречься от своих амбиций, отказаться от стремления к успеху, славе и богатству? Отправляйтесь в мир и завоюйте его, если вам того хочется. Познать себя легче всего именно там, в гуще событий. Никакие цели и амбиции нельзя считать слишком высокими, если таковые у вас имеются. Никому не позволяйте заразить вас своим мертвящим страхом и обуздать ваше стремление к славе и достижениям. Добивайтесь успеха, если вам хватает сил, и будьте одним из немногих в каждом поколении, кто, взобравшись повыше, стоит над толпой, со смехом машет руками и кричит: «Посмотрите на меня, люди! Вот чего я добился!» Но по пути наверх вы сохраняете сознательность. Вы отдаете себе отчет в том, что делаете. Именно сознательный человек, будь то мужчина или женщина, находит секрет счастья и удовлетворенности, что, несомненно, и является высшим успехом.

Самопознание открывает нам поразительные факты. Узнавая их, мы начинаем понимать, что в мире истинно, а что ложно. Если вы думаете, что знаете себя, то ошибаетесь. Если вы думаете, что знаете, что истинно, а что ложно в мире, значит вы

ошибаетесь. Как и остальные четыре миллиарда, иначе не было бы беспокойства, а все беспокоятся, потому что все думают одинаково. Чтобы слушать, учиться, ваш ум должен быть безмятежным.

Вы когда-нибудь замечали, что в вашем уме может быть только одна мысль за раз? Если вы сидите и планируете, какую одежду взять в отпуск, ваш ум сосредоточен на выборе одежды. Если кто-то спросит, куда вы собираетесь сегодня днем, планирование отпуска должно покинуть вашу голову, чтобы ум можно было направить на составление повестки дня. Пока вы думаете, вы не можете ни слушать, ни воспринимать что-либо, потому что ваш единственный канал осознания уже занят.

Если вам говорят, что вы почти все время находитесь в бессознательном состоянии, вы немедленно отвечаете, дав происходящему оценку по заведенной привычке ума: «Это глупо. Я в сознании. Я понимаю, что я в сознании. Если бы я был без сознания, я бы не смог ничего делать». Можете ли вы слушать, когда судите? Можно ли чему-нибудь учиться? Или вы воспринимаете лишь собственные устаревшие мнения, продукт крошечной части жизни, которую вы пережили или о которой читали? Но если ответ звучит: «Может быть, и так», значит вы находитесь в состоянии восприимчивости и готовы принимать все новое. Безмятежный, восприимчивый ум начинается с состояния «Я не знаю, поэтому буду слушать». Суетный, жесткий ум начинается с состояния «Я верю» или «Я не верю», то есть с суждений и мнений.

Каждый день мы стремимся к тому, чтобы сделать свои мнения все более сильными и многочисленными. Это особенно верно в отношении молодежи, поскольку роботы-мыслители постепенно зашивают их в кокон воображаемых правд и неправд, добра и зла, провозглашают что угодно, но игнорируют это, когда им так удобнее, да еще обижаются, если им на это указывают.

Чтобы совершить прорыв, вам нужно постоянно слушать, поскольку истина открывается в самые необычные, неожиданные

ные моменты. Вы должны сопротивляться ужасному, сокрушительному, порой почти невыносимому давлению окружающего вас мира роботов, который готов на все (подвергнуть вас ненависти, поношению, слезам, насмешкам, глумлению, даже психологическому распятию), лишь бы заставить вас соответствовать его образу мышления, вернуться в строй и присоединиться к мертвым, которые хоронят мертвых.

Стремление к самопознанию требует все больше смелости. Не той смелости, которая впечатляет своей дерзостью, а внутреннего мужества, которое, если оно у вас есть, со временем даст вам силу воли.

Пока ум видит мир через мнения и суждения (а таким остается положение вещей до тех пор, пока они существуют), вы никогда не сможете увидеть, что является истиной. Например, необходимо отказаться от веры в то, что Бог существует или не существует. Вы не знаете. Такова действительность. Но это можно выяснить через самопознание.

Ум робота попытается убедить вас, что Бог существует или не существует, что вы должны верить, даже если самоочевидно, что вы не можете поверить во что-либо силой воли. Чтобы поверить, вам нужно знать, а тогда вам не обязательно верить, ведь вы знаете.

Одна половина мира говорит, что Бог существует, а другая половина с этим не согласна. Одна из них ошибается. Возможно, вы приобщитесь к вере заблуждающейся половины. Заимствовать веру любой из этих половин – значит думать как робот, потому что никто из них не знает.

Когда самопознание откроет ответ, он станет живым фактом вашего личного опыта. В любой момент, когда вы захотите получить ответ, он будет явственным, точно так же, как вы можете сказать: «Сейчас ночь» или «Сейчас день». Вы будете знать, пока остальной мир спорит и спекулирует.

Прямо сейчас вы должны отказаться от своего мнения о том, хорошо или плохо поведение другого человека.

Вы не можете никого судить, потому что вы всегда будете воспринимать их через малейшее искажение своего суждения. Когда речь идет о сильных эмоциях, вы нередко видите лишь свое собственное суждение, а вовсе не человека.

И всегда существует ужасная вероятность того, что вы можете ошибаться.

Дело в том, что, пока вас волнует мнение о человеке, вы не можете его слушать и, возможно, упустите истину. Если кто-то вас оскорбляет, вы можете избегать его, насколько это возможно (что вы и так уже делаете), но не задумываясь об этом. Выносить кому-то оценку, стоя перед ним, значит мыслить словами, а это сама суть ума робота.

У каждого из нас есть фрагменты самопознания, разбросанные по сознанию, нереализованные. Нам нужен лишь тот, кто объединит их, чтобы они образовали единство, ядро для продвижения вперед.

## Глава 2

# С чего начать

**К**то вы? Каждый ответ на этот вопрос исходит от ума робота, который подобно огромной кирпичной стене стоит между нами и истиной. Каждый ответ, который он дает нам о нас самих, это всего лишь еще один вопрос, реакция, отражающаяся от тех же поверхностных знаний, смеси того, что мы уже знаем. Таким образом, мы получаем ответы на все вопросы, но не получаем никаких решений.

Единственный способ докопаться до истины – выяснить, кем мы не являемся. Мы делаем это, глядя, наблюдая. Именно наблюдая за окружающими нас объектами, которыми мы не являемся, мы обретаем чувство двойственности, наше самосознание.

Так, наблюдая за умом робота в действии, мы постепенно перестаем отождествлять себя с ним и в конечном итоге понимаем, что мы – нечто иное. Это нечто (сознание без личности) находится за пределами реакций робота, и именно там мы находим истину.

Робот в нас – это память. Беспокойство, страх, каждая мыслительная реакция исходит из памяти. Это необходимо понять в первую очередь. Вы можете продемонстрировать это себе сейчас, задавшись (любим) вопросом и проследив за происходящим.

Этот процесс самопознания является научным, поэтому нужно применять неизменное правило науки: эксперимент и наблюдение. Эксперимент состоит в том, чтобы задать вопрос, а наблюдение – в том, чтобы посмотреть на себя и увидеть, что произойдет.

Поскольку это наука, законы не могут меняться. Любое кажущееся изменение имеет место в вас: вы сошли с пути фактов

и пришли к выводам. Солнце либо светит, либо не светит. Вам не обязательно делать выводы, просто посмотрите.

Вы должны забыть все теории, которые прочитали или услышали. Нас здесь не интересуют интеллектуальные размышления или аргументы. Вам не нужно знать психологические термины, что сказал Фрейд и обо всем в этом роде.

Когда ученый-исследователь входит в свою лабораторию, чтобы попытаться открыть что-то новое, он оставляет за бортом все свои мнения, симпатии и антипатии. Он ставит эксперимент, начинает действовать и наблюдает за результатами. Вы должны быть ученым, наблюдающим за вызовами, которые бросает жизнь. Здесь важнее всего то, что эксперимент всегда работает. Вам не придется ни выделять время, ни вмешиваться в какую-либо свою деятельность. Сложнее всего – убедиться, что ученый, наблюдатель за вами, присутствует.

Иногда, когда вы всматриваетесь в свои великолепные неизведанные глубины, само ваше естество воспекает красоту открытой истины, и вы восклицаете со всем триумфом и уверенностью ученого: «Так и должно быть!» Но не воображайте, будто вы можете поделиться своим ликованием со всеми. Если они не станут исследовать себя, то просто не поймут вас. Они могут говорить, что понимают, но они не могут понять, и вы будете знать, что это не так. Награды в этом процессе достаются только тем, кто прикладывает усилия, и в этом состоит высшая справедливость.

Память – плод опыта. Она содержит факты, которые вы используете, чтобы справляться с практической стороной жизни. Но в ней должно быть и что-то еще, иначе мы все соглашались бы с фактами и не было бы никаких споров. Неразумно спорить о том, сколько ног у коровы, но тем не менее наша жизнь проходит в почти непрерывных спорах и разногласиях.

Люди основывают свою жизнь на чем-то очень ненадежном, например, на памяти о дате. Мы делаем это в меньшей степени каждый раз, когда ссоримся.



Люди с абсолютной, страстной убежденностью заявляют о правильности чего-то. «Я знаю, что это так!» – кричат они. А где гарантии, что это так? На какой незыблемой почве покоятся эти великие декларации истины? На впечатлениях.

Большую часть памяти составляют впечатления. Это результаты воспитания религией, в которой мы выросли, и родителями, а также обусловленности политической и социальной средой. Это самая тонкая, вкрадчивая форма всего опыта. Впечатления – источник всех наших мнений и аргументов.

Человек выскажет мнение практически обо всем. Он не перестает замечать, что почти все время повторяет то, что сказал или написал кто-то другой и во что он решил поверить. Он заимствует чужие идеи, делая их своей собственностью, или категорически отвергает их, в зависимости от своего воспитания.

Когда вы говорите, что Бог существует или не существует, или что кто-то хороший или плохой, вы опираетесь на память впечатлений. Когда вы говорите, что «чувствуете» или «просто знаете» что-то, вы обращаетесь к впечатлениям. Ненаучно говорить, что вы что-то «чувствуете». На самом деле это означает, что вы не приложили усилий, чтобы выяснить этот факт.

В детстве вы перестали верить в сказки, когда узнали, что волшебные палочки не были фактом вашей жизни. Но в те дни, когда вы слушали сказки, у вас еще не было такой уверенности. Вам не хватало жизненного опыта, чтобы доказать их ложность.

Ребенок слушает сказки не ради развлечения или эскапизма. Он живет ими и верит им, как если бы они были самой жизнью. Развивающийся ум устроен так, что еще до появления чтения и письма, даже до появления языка, он воспринимал весь жизненный опыт. Вместе с языком появились первое искажение, первая ложь и первые сказки. Таким образом, ребенок продолжает верить в то, что все это правда, до тех пор, пока сама жизнь, в ходе его взросления, не докажет ему, что сказки – ложь.

Вы можете заставить ребенка поверить во что угодно, даже в то, что вы мудрый волшебник, но такой подход обречен, потому

что жизнь все равно покажет ему на опыте, что никакой вы не волшебник, да и не мудрец тоже.

И хотя ребенок, возможно, никогда не найдет в себе нечто истинное, он обнаружит, что вы обманули его и поступили неразумно, из-за чего он в конце концов просто перестанет слушать вас, советоваться с вами. А когда он и сам, будучи взрослым, не сумеет найти в себе мудрость, он станет притворяться уже перед своим ребенком мудрецом, с теми же трагическими результатами.

Первая установка, которую нам внушают, к какому бы сообществу или расе мы ни относились, заключается в том, что мы – тело. Затем, что мы – личности. Ни то, ни другое невозможно доказать. И все же мы не собираемся делать никаких выводов, ибо тот, кто смотрит, причем смотрит достаточно долго, обязательно найдет истину.

Когда вы в следующий раз на вопрос в свой адрес ответите: «Я не знаю», наблюдайте за состоянием отсутствия мыслей и активного обращения к памяти, к установкам и впечатлениям. Вы подобны фотопластинке, выставленной в темной комнате, абсолютно неподвижной, но в то же время идеально готовой принять свет, новое.

Вам не нужно искать истину: когда ложь отброшена, остается истина.