

# ПОХОДЖЕННЯ ТРЬОХ ПРИНЦИПІВ

РОЗДУМИ ПРО ЖИТТЯ ТА  
ВІДКРИТТЯ СІДНІ БЕНКСА

ЕЛСІ СПІТТА І ЧІП ЧІПМЕН

# ПОХОДЖЕННЯ ТРЬОХ ПРИНЦИПІВ

РОЗДУМИ ПРО ЖИТТЯ ТА ВІДКРИТТЯ  
СІДНІ БЕНКСА

ЕЛСІ СПІТТА І ЧІП ЧІПМЕН

Походження Трьох Принципів  
Роздуми про життя та відкриття Сідні Бенкса  
Елсі Спітл і Чіп Чіпмен

Copyright© 2023 Elsie Spittle  
www.3Phd.net

Всі права захищено. Жодна частина цієї роботи, на яку поширюються авторські права, не може бути відтворена чи використана в будь-якій формі чи будь-якими засобами — графічними, електронними, механічними, доступними для завантаження — без попереднього письмового дозволу видавця, за винятком рецензентів, які можуть цитувати короткі уривки. Будь-який запит щодо фотокопіювання, запису або зберігання будь-якої частини цього твору в інформаційно-пошукових системах має бути надісланий у письмовій формі видавцю.

Дизайн книги та обкладинки: Том Такер

Переклад та видання українською мовою п/к Марії  
Ляшенко, 2024 р.

© 2024, Елсі Спітл

# ПОХОДЖЕННЯ ТРЬОХ ПРИНЦИПІВ

РОЗДУМИ ПРО ЖИТТЯ ТА ВІДКРИТТЯ  
СІДНІ БЕНКСА

ЕЛСІ СПІТЛА І ЧІП ЧІПМЕН

ПУБЛІКАЦІЯ ФОНДУ ТРЬОХ ПРИНЦИПІВ

*Присвячено поширенню Трьох Принципів Розуму,  
Свідомості та Думки, відкритих Сідні Бенксом*

## РОЗУМ, СВІДОМІСТЬ І ДУМКА

«У ЦЬОМУ НЕМАЄ НИЧОГО НОВОГО. Це те, що було в цій реальності з початку часів, і це називається Істиною. А Істина — це духовний інтелект до формування реальності, яку ми знаємо.

Як дістатися до цієї Істини? Як вона стає живою? Це дійсно дуже просто. Три Принципи, які приводять усе до творіння... Божественний Розум, Божественна Свідомість і Божественна Думка. І завдяки Розуму, Свідомості та Думці, які ведуть вас по життю, ви вчитеся правильно ними користуватися.

Що ж вам насправді не потрібно думати про Розум, тому що Розум — це і інтелект всього суцього. Ви вже це маєте. Свідомість робить вас усвідомленими. Ви вже в усвідомленні. Те, що залишилося, — Думка, а Думка — як стерно корабля; вона веде вас по життю. І якщо ви навчитеся правильно використовувати це стерно, ви зможете прокласти свій шлях у житті набагато краще, ніж ви могли собі уявити.

Ви можете переходити з однієї реальності в іншу. Ви можете знайти своє щастя. І коли приходить ілюзорний смуток від спогадів, не намагайтеся їх зрозуміти. Будь ласка, не намагайтеся це зробити, тому що ви вскочите в халепу. Усе, що вам потрібно зробити, це, знову ж таки, найпростіше, усвідомити, що це — Думка. Щойно ви зрозумієте, що це думка, її вже немає. Ви повернулися до теперішнього часу, ви повернулися до щастя.

Тож не зациклюйтеся на багатьох подробицях. У цьому світі чим менше, тим могутніше. І ось ми маємо Розум, Свідомість і Думку. Це дуже просто. Це відповідь».

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	IX
ЧАСТИНА I: СВЯТКУВАННЯ .....	1
Справжня природа розмовляє зі справжньою природою .....	2
Проста людина, яка шукає кращого життя .....	6
Походження, щось глибоке .....	10
Погляд на світ з іншого місця .....	13
Це досвід і принципи разом як одне ціле .....	16
ЧАСТИНА II: ІСТОРІЯ СІДА .....	19
ЧАСТИНА III: СІД І ПРОСТОТА .....	39
ЧАСТИНА IV: РОЗДУМИ .....	57

## ВСТУП

Коли Елсі Спіттл і Чіп Чіпмен попросили мене написати цей вступ, я була зворушена до глибини душі, це була честь для мене. Ця прекрасна робота народилася в моїй розмові з ними після того, як я висловила ідею запропонувати книгу про глибокий досвід, який стався з Сідні Бенксом, що відкрив йому розуміння Трьох Принципів.

Ця ідея стала більш зрозумілою, коли ми з моєю командою транскрибували діалоги, що містяться на DVD, Genesis of the Three Principles: The Birth of a New Understanding. Читаючи глибоку простоту, яка є в словах Елсі та Чіпа, ми всі були впевнені, що знайдемо все необхідне для здійснення нашої мрії.

Ця книга залучає вас до розмови про життя людини нашого часу голосами двох людей, які були їй дуже близькі. У першій частині Елсі та Чіп, які буквально зберегли повідомлення Сіда чистим, відчутним і справжнім, розповідають про несподіване прозріння простої звичайної людини, розповідають про важливі та незабутні моменти, які вони з ним розділили.

У другій і третій частинах книги ми дізнаємося більше про історію Сідні Бенкса; про значення того, що прокинулося в ньому, і як це змінило його. Тут, як і в усій книзі, ви також знайдете голос Сіда в цитатах, настільки потужних, що вони здатні вивести читача за межі його слів, до суті того, що передається.

У четвертому, останньому розділі, подальші роздуми Елсі та Чіпа дають нам ще більше розуміння трансцендентної природи прозріння, яке сталося зі скромним ремісником понад 40 років тому, і позачасову правду, яку він відкрив.

Ось історія... історія, сповнена надії та трансформації. Я повністю переконана, що досвід Сідні Бенкса та відкриття, які продовжують впливати з нього, дозволяють людству відчувати єдність, яку ми поділяємо один з одним і з усіма живими істотами. Ця сутність і є нашою справжньою природою, і щоразу, коли нам нагадують про це в тиші нашого розуму, життя визнається як прекрасна, повна любові та глибока подорож, яку не можна пропустити.

З усією моєю любов'ю та повагою

Ана Холмбек  
Скоттсдейл, 2019

СІДНІ БЕНКС  
1931-2009

Протягом віків дуже мало людей  
переживали настільки глибоке просвітлення,  
що їхнє послання назавжди  
змінювало хід історії  
та сам досвід людства.  
Сідні Бенкс був саме такою людиною.

Звичайна людина, яка нічим істотно не  
відрізнялася від своїх сучасників, він був надміру  
обдарований прозрінням, що розкрило Три  
Універсальні Принципи  
Розуму, Свідомості та Думки;  
Принципи, здатні підняти людство  
на абсолютно новий рівень  
розуміння істинної природи існування, нашої  
власної істинної природи та містичної й  
безмежної сили любові.

# ЧАСТИНА І



СВЯТКУВАННЯ



## Елсі Спіттл

**П**ару років тому, коли я мала можливість подорожувати по всій Великобританії та Шотландії я помітила, що Сіда все більше і більше невинно залишають поза увагою.

*«Чому так важливо знати про Сіда?  
Хіба суть не в самому посланні Трьох Принципів?»*

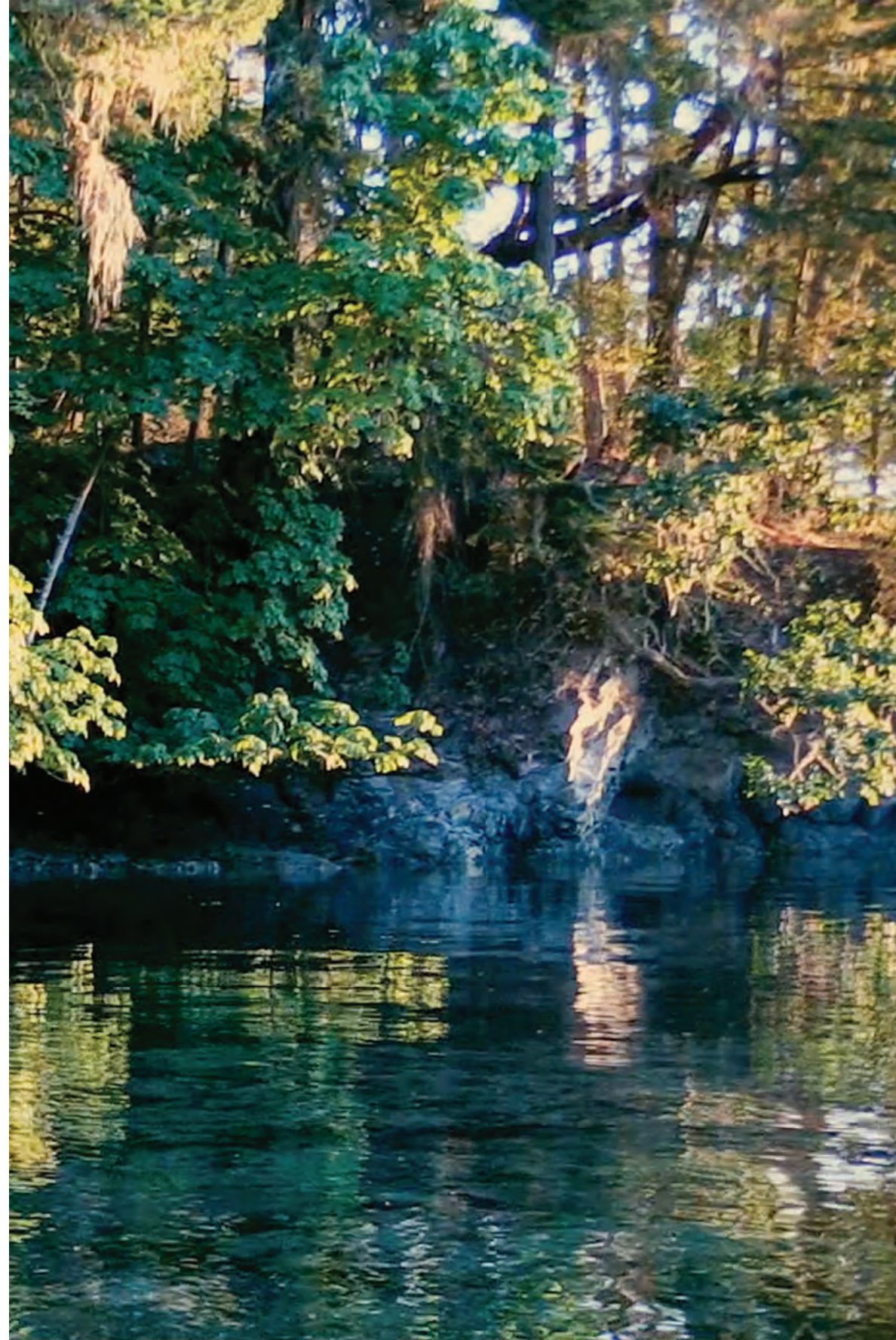
СПРАВЖНЯ ПРИРОДА  
РОЗМОВЛЯЄ ЗІ  
СПРАВЖНЬОЮ ПРИРОДОЮ

Якщо ми втрачаємо роль Сідні Бенкса в цьому розумінні, ми втрачаємо основне повідомлення. Суть не лише у Принципах. Безумовно, Принципи надзвичайно важливі. Вони лежать в основі людського досвіду; вони розповідають нам, як він створюється. Але спочатку, мова йде про досвід Сіда, про те, що побачила ця звичайна людина. Я говорю про це як про двосторонній підхід, який містить досвід Сіда, його спонтанне прозріння, яке відкрило йому ці Три Божественні Принципи, та самі по собі Три Принципи. Отже, існує ці дві сторони, які зустрічаються і стають одним.

Коли ми ділимося чистотою досвіду Сіда та Принципів, це відкриває нам відчуття нашої справжньої природи. Також корисно пам'ятати, що це не просто психологічне розуміння цих Трьох Принципів чи сила інсайту, це відчуття, яке викликає повна історія Сіда, оскільки він відкрив свою справжню природу.

І в цьому є така сила; це допомагає людям побачити, що вони вже вдома. Йдеться не про те, щоб довести людей додому, а про те, щоб допомогти людям побачити, що вони вже вдома.

Це справжня природа розмовляє зі справжньою природою.



## Чіп Чіпмен

**Б**езумовно, картина Трьох Принципів не є повною без розуміння походження Трьох Принципів. Сталася містична подія, яка з часом, протягом тисячоліть, трапляється час від часу, щоб дати людству більш правдиве уявлення про те, хто і що ми є. І це єдиний спосіб вирішити всі проблеми, які мучать цей світ. І тому, коли ми дивимося на походження Принципів, ми повертаємось до містичного досвіду, який пережила одна людина; в цьому досвіді все тікло через нього.

Просто зараз, у сучасному світі, є багато ідей про те, що таке Принципи. Наприклад, деякі люди вважають, що Принципи є формою психології. Це не так. Принципи інформують психологію, оскільки вони інформують нас про нашу справжню природу, про те, ким і чим ми є насправді.

ЗВИЧАЙНА ЛЮДИНА  
ШУКАЄ КРАЩОГО ЖИТТЯ

Кожного разу, коли я думаю про те, що Сід приніс світу, я думаю про це як про диво, як про мить у часі — мить поза часом — коли Сіду було показано точку початку реальності; точку, де ніщо стає чимось.

Коли ми дивимося на той факт, що сталося щось дуже містичне, те, що рідко з ким трапляється, і що це обрало — чим би воно не було — цього простого, роботящого, звичайного чоловіка — це є досконалим. Бо він побачив, що доказом його розуміння, генезису нашого досвіду, була зміна його самого. Саме завдяки розумінню цього генезису він міг стати ким завгодно; що він і доводив нам кожного дня свого життя.

Цей генезис, від нічого до чогось, відбувається щомиті для кожної людини. І, як на мене, це єдине, що може пояснити всі трансформаційні зміни, які ми спостерігали протягом усіх цих років, починаючи з Сідні Бенкса.

***Чи допомагаєте ви їм подолати неправильне розуміння того, що вони є підсумком їхнього мислення та їх минулого?***

***Чи, навпаки, ви допомагаєте їм зрозуміти, що існує їх власна справжня природа, вона неушкоджена і не поламана незважаючи ні на що, і що це – джерело зцілення?***

## Елсі Спітл

**С**ідні Бенкс на момент прозріння був зварювальником. Він був насправді непрофесіоналом – він нічого не знав про психологію, він навіть не міг би правильно написати слово «психологія». І саме тому, коли його роботу принесли в різні університети, вони не дивилися на результати. Вони просто не могли уявити, що сталося з цією людиною; і все ж вони заснували професійний інститут на основі роботи Сіда, і це вимагало величезної сміливості.

Це було про чоловіка, який просто шукав кращого життя, кращих стосунків із дружиною та родиною, кращого способу бути робітником. І несподівано трапився цей спонтанний досвід.

ПОХОДЖЕННЯ.  
ЩОСЬ ГЛИБОКЕ

Отже, коли ви дивитеся на те, наскільки захоплюючою є наша людська природа, а потім розмірковуєте про те, ким і чим ми є, тоді відбувається щось магічне. Ви потрапляєте у світ рефлексії та споглядання, де ви навіть нічого не обдумуєте. Це схоже на відчуття. Відчуття того, ким і чим ми є насправді. І тоді, раптом, починає відбуватися осяяння. І навіть осяяння без змісту, де це просто відчуття... перебування в задоволенні.

На цю тему Сід говорив з першого дня. Як тільки у вас з'являється проблиск того, ким і чим ви є насправді, цього достатньо. Тобто, якщо у вас є уявлення про Думку, або Свідомість, або Розум, тоді цього достатньо.

Не треба продовжувати говорити про це; просто живіть.



ПОБАЧИТИ СВІТ З  
ІНШОГО МІСЦЯ

## Чіп Чіпмен

**Ц**е найвища повага до духовного факту, що в кожному є ця мудрість; це про те, щоби просто відвести погляд від усього, дивитися на це прекрасне відчуття, і вірити, що коли люди озираються на своє життя з цієї нової позиції, з нової точки зору, з нового рівня свідомості — вони бачать усе, що їм потрібно побачити для свого життя.

Мені подобається, як Сід говорив про те, що відповідь на всі складнощі полягає в простоті. Я пам'ятаю цю фразу, яка спантеличила мене, тому що як відповідь на всю складність може бути простотою? Доки я не отримав досвід, коли я стояв на місці та відчув це прекрасне відчуття. Тоді все, на що я дивився з того місця, виглядало для мене інакше.

Нема чому вчити людей у цьому сенсі, і мені це подобається. Я люблю цю простоту; світ, побачений крізь справжню простоту, коли ми залишаємось в тиші. Тому що ви можете говорити 3000 років на ту саму тему і не дізнатися стільки, скільки ви отримуєте в той момент, коли побачили світ з іншого місця.

## Елсі Спітл

**П**ідсумовуючи, можна сказати, що саме простота почуттів, те глибоке відчуття сутності і є нашим учителем.

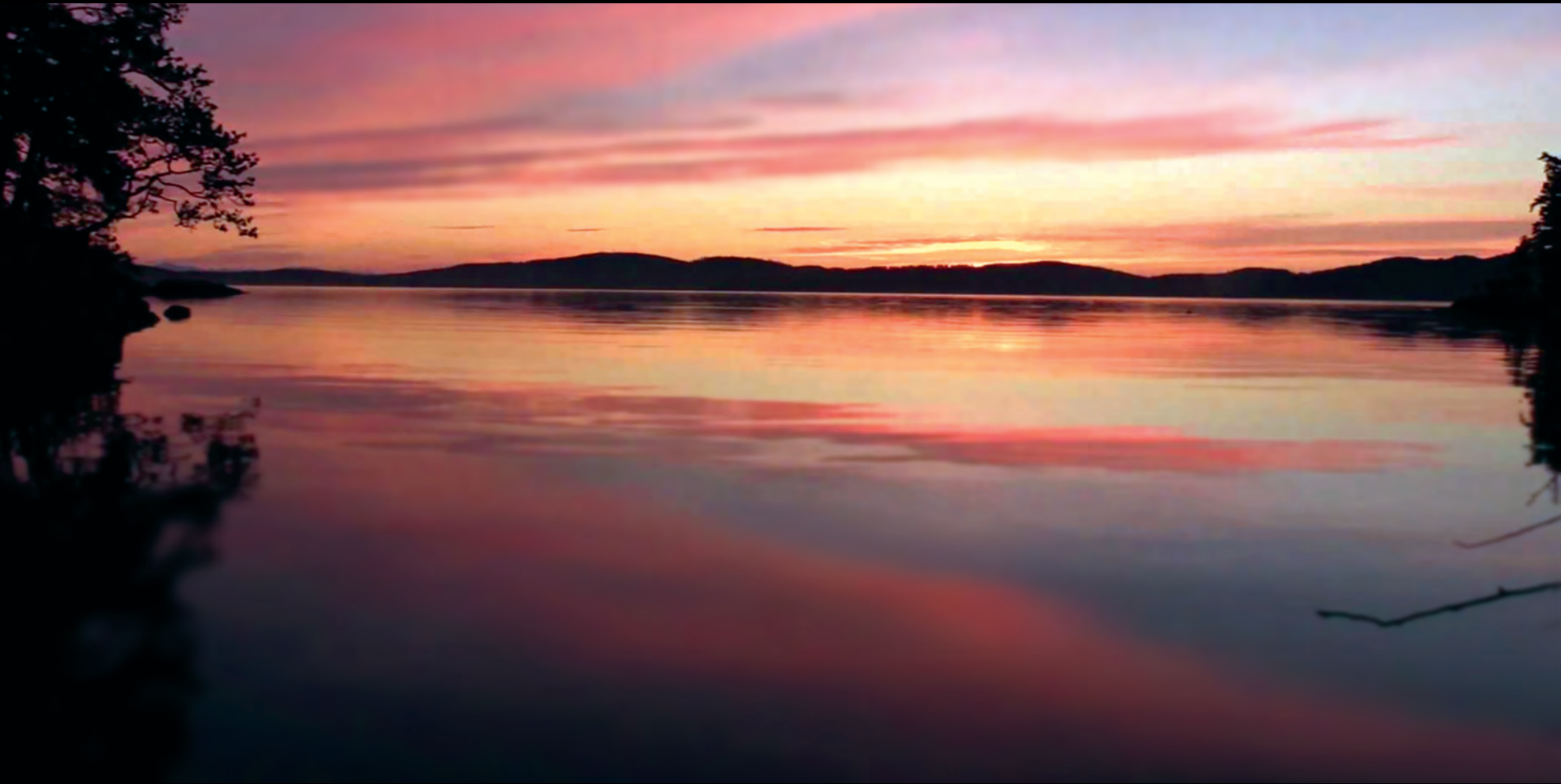
І, як чудово сказав Чіп: Сід — це посланець, але його досвід і принципи об'єднані як одне ціле.



ЦЕ ДОСВІД І  
ПРИНЦИПИ – РАЗОМ,  
ЯК ОДНЕ ЦІЛЕ



# ЧАСТИНА II

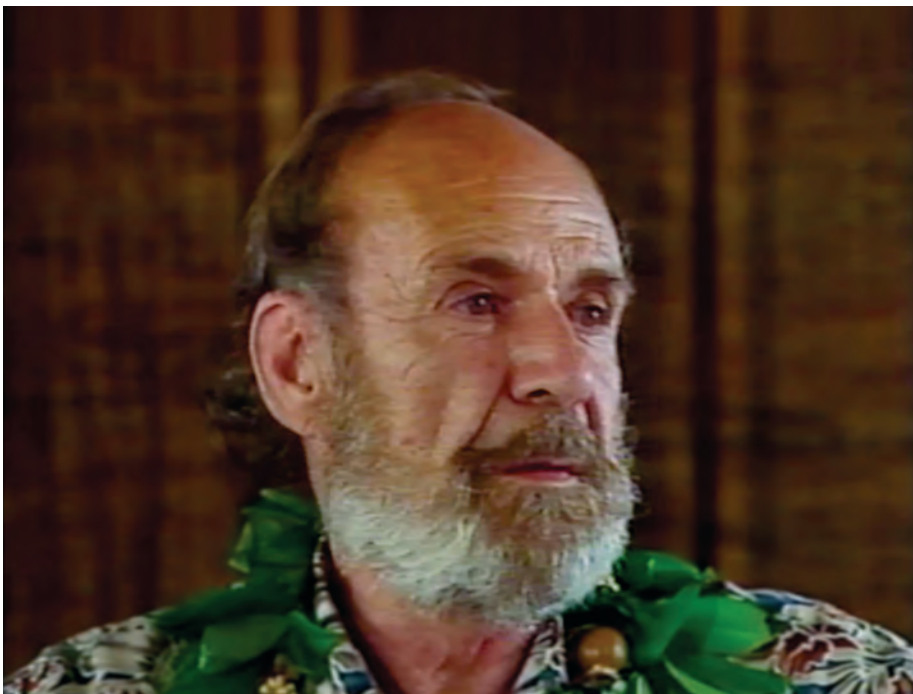


ІСТОРІЯ СІДА

## Чіп Чіпмен

**К** оли ми розглядаємо походження принципів, ми повертаємося до містичного досвіду, який відбувся з однією людиною.

*Чи знаєте ви, що в тому досвіді все  
пройшло через нього?*



«І якщо ви зможете використовувати ці Три Принципи — це не лише для себе, а для всіх, тому що чим більше допомоги ви можете надати людству, тим більше ви допоможете собі.

Ви знаєте приказку: «Віддавати означає отримувати»? Коли я віддаю вам це, я так наповнююся, що ледве можу говорити, тому що я дарую те, що, я знаю, допоможе вам у житті.

Знаєте, як кажуть: «Любов — це відповідь»? Бо чистий Розум, Божественний Розум — це чиста любов. Божественна Свідомість — це чиста любов. Божественна Думка — це чиста любов. Це чистота Думки. І як тільки ви це усвідомлюєте, ви вдома, ви вільні, ви перемогли цей світ і ви знайшли дорогу додому, звідки прийшли. Ви пройшли цю подорож. Ви подивились, обернулись, опинились вдома. І коли ви це робите, ви допомагаєте іншим.

І чим більше ви можете допомогти іншим, тим більше ви допоможете собі. Повірте, це дійсно так. Чим більше ви можете допомогти іншим, тим краще ви почуватиметеся, розумієте? Я постійно кажу вам, суть у відчутті».

Сід Бенкс

## Елсі Спітл

**К**артина Сіда «до» не підготувала його, звичайно, і нікого не підготувала до того, що з ним сталося. Я знала його як Скотті, доброго друга Кена, мого чоловіка. Вони разом працювали на целюлозному заводі, і хоча я чула, що він був чудовим працівником, і його любили на роботі, це було все, що я про нього знала.

Сід був доброю людиною. Він був щедрою душею навіть до свого досвіду. Він піклувався про інших. Але, як він говорив у багатьох своїх виступах, він жив у великій невпевненості. Ось чому ми так добре ладнали з ним та його дружиною Барб; бо ми з Кеном також жили у світі невпевненості.

Коли ми збиралися разом, ми говорили про те, що не так з роботою, що не так з нашими стосунками з родиною, з подружжям і дітьми. І тому, навіть розмовляючи про те, що було не так, ми добре проводили час. Це був цікавий аспект наших стосунків у ті перші дні, що ми могли добре провести час разом, обговорюючи те, що було не так! Дивно, як мудрість говорить з вами; навіть коли вона прихована під «те, що не так» зі світом, ця мудрість ворушить щось, то ж вона ворушила щось у нас всередині. Ми не знали, що відбувається, але це ворушило щось в нас; це ворушило щось в Сіді.

Ми почали чути про різні групи свідомості, і Сід і Барб долучилися до однієї програми. Цікавим - і своєчасним - було те, що двері до душі Сіда, до цієї Божественної Свідомості, були відкриті розмовою, яку він вів з одним з учасників під час свого перебування там.



«Ми пили каву з цією молодою парою, і ця молода пара була там, тому що у них були проблеми, а він сам, хлопець, був психологом; він був лікарем. І ми почали розмовляти, просто за чашкою кави, і він розповів мені, який він невпевнений у собі, і я сказав: «Ну, нас двоє, тому що я теж насправді невпевнений».

І я розказав йому, чому я невпевнений, і я оповів усі подробиці свого життя, щодо того, чому я був невпевнений; «Бідний Сід... бідний Сід... бідний Сід», і він слухав мене. Через кілька вечорів я знов побачив цього чоловіка, і він сказав мені дуже незвичайну річ.

Він сказав: «Знаєш, Сіде, того вечора ти сказав мені, що ти невпевнений у собі, і я ніколи в житті не чув такої нісенітничі»..

І я почув його. І те, що я почув, було: «Немає ніякої невпевненості; це лише думка». І це вдарило мене, як тонна цегли: розуміння, що вся моя невпевненість була лише моїми думками. І це було схоже на бомбу, яка вибухнула в моїй голові.

І я обернувся до нього й запитав: «Ти хоч уявляєш, що ти щойно сказав?» А він відповідає: «Звичайно, уявляю. Я не веду пустих балачок!» Але я знав, що він сам не зрозумів, тому що він розповідав мені, наскільки він невпевнений у собі, і це було просвітленням. Це було неймовірно!

І три дні й три ночі я не спав, тому що в моє життя прийшла така краса, якої я ніколи раніше не відчував. Я лежав у ліжку, і здавалося, що ніч триває 15 хвилин. Вона просто проходила так швидко; одразу день. Третього вечора ми поїхали на острів Солт-Спрінг, де жила моя теща, щоб провести з нею пару днів, і в перший вечір, коли я там був, я сидів у вітальні й читав газету. Моя теща і моя покійна дружина готували вечерю на кухні; вони розмовляли між собою. І раптом ти чуєш той космічний гумор, де ти чуєш за межами слів, і я розсміявся, бо знав, що вони не мають поняття, про що говорять.

І моя стара теща розлютилася, зайшла у вітальню і сказала: «Можна запитати, з чого ти смієшся?»

Що ж, це змусило мене сміятися ще більше. Обидві дами сіли, і я сів. Я подумав: «Хлопче, ти в біді! Ось, дві жінки проти тебе!». І я розмірковував: «Як мені зірватися з гачка?» Тож я встав і намагався пояснити, чому я сміявся, але замість того я обернувся, подивився у вікно на океан, і мене наче затягнуло в тунель. І раптом я загудів, і навколо мене було біле світло, й воно гуло, гуділо, і я опинився посеред цього світла. Ніхто цього не бачив, тільки я. І це було так, ніби це біле світло захопило мене, і це було просто, дзиж, дзиж, дзиж, а потім я усвідомив справжнє значення Бога і почав плакати.

Я повернувся до Барб і сказав: «Я вдома. Я вільний. Я зробив це. Я переміг цей світ. Це означає, що ми з тобою разом будемо подорожувати по всьому світу. Ми змінимо психологію та психіатрію, щоб мільйони людей зцілилися». Ви можете собі уявити, як виглядали ці дві жінки. Вони виглядали так, наче хтось вдарив їх між очей. І оскільки я знайшов секрет Розуму, я знав, про що вони думають. Отже, я почав говорити про звичайні речі, просто повсякденні речі, але це не зняло їх страху. А наступного дня я говорив зовсім інакше; я говорив не думаючи.

І все просто виходило з мене, як зараз. Не потрібно було думати. І це виходило з мене, і ніхто не розумів, про що я говорю, і я чухав потилицю, кажучи: «Зачекайте хвилинку. Я що, говорю якоюсь іноземною мовою?» Я говорю простими словами, а всі: «Вау!» Ну, я повернувся до своєї роботи через два дні, і коли я почав говорити, ніхто не розумів, про що я говорю. Я не говорив про це, я говорив про повсякденне життя, але все одно щось було не так.

Після цього я пропрацював на тому заводі 10 місяців. Не мав жодного наміру йти звідти. І одного дня в п'ятницю я працював на виїзді, а потім зупинився і встав. Я подумав собі: «О, мені потрібно піти». Я зайшов в офіс і сказав: «Я хочу подати заяву про звільнення».

Вони сказали: «О, Скотті. Ну ж бо. Будь ласка, подумай. Ти тут майже 14 років. У тебе такий стаж. Ти не можеш піти».

Я розреготався і сказав: «Перепрошую. Я повинен піти».

А вони сказали: «Ну, що ти збираєшся робити?»

Я сказав: «Я не знаю».

Вони запитали: «А в тебе є гроші подбати про себе?»

Я кажу: «Ні».

Вони кажуть: «Ось, ти краще подумай про це».

І це був справжній переполох, і я сказав: «Ні, будь ласка, я піду через місяць». Звідки вони дізналися, я не знаю, але через місяць я поїхав до Солт-Спрінг, і з усього світу туди стали їхати люди. Гуру з Індії, монахи з Тибету, люди з усього світу, і до цього дня я досі не знаю, як вони почули про це. І це був початок. І це був початок гарної розваги, тому що я познайомився з найдивовижнішими людьми, яких можна зустріти в житті».

Сід Бенкс

## Елсі Спітл

**Я** можу запропонувати свої спостереження за картиною Сіда «після», поза трансформацією, яка відбулася в цьому звичайному робітнику, чия душа відкрилася природно й спонтанно. Багато людей говорили мені за ці роки. «Ну де він це взяв? Тобто він, мабуть, навчався». «Мабуть, він ходив до бібліотеки». «Мабуть, він проводив якісь дослідження, читав інші філософські книжки». Він цього не робив. Те, що приходило до нього, приходило до нього природним шляхом, воно приходило до нього не шуканим. Він не шукав. Сід часто говорив: «Я не знав, що тут є що знайти».

Коли ми побачили його та Барб приблизно через три дні після того, як він пережив цей досвід, я помітила від нього таке відчуття; він ходив з присутністю. Мене все ще вражає, коли я уявляю знову його, цю картину, коли вони зайшли у нашу кімнату. Раніше він ходив ніби згорблений, ніби на його плечах лежить вага всього світу, і, коли наступного дня він увійшов до нас із цим даром духовного розуміння, він тримався з гідністю та впевненістю.

Сід був пройнятий присутністю, духовною присутністю. А потім це було в тому, як саме він говорив, коли він почав ділитися тим, що знайшов. Це було, м'яко кажучи, дивно. Це було дивно, тому що він почав говорити про те, що знайшов секрет життя.

*Про що це? Що за секрет? Є якийсь секрет?*



«Будьте вдячні за те, що у вас є, тому що вдячність — це найпрекрасніше почуття, яке ви можете мати. Будьте вдячні за те, що у вас є дитина, вдячні за хорошу дружину, вдячні за життя, вдячні за роботу, вдячні за місце проживання. Це все почуття. Шукайте почуття.

Почуття зберігає таємницю життя, а відсутня ланка, щоб з'єднати вас із цим почуттям, — це думка».

Сід Бенкс

Його впевненість, то яким певним він був, коли він ділився цим, зачарувала. І тоді я почала бачити, що в ньому є не тільки ця присутність, але й те, що його обличчя, коли він говорив з нами, сяяло. Коли він розповідав про цю таємницю, яку розкрив, він світився. Його розуміння було схоже на цю ковдру любові, яка покривала кожного, з ким він контактував.





«Думка це відсутня ланка, яку шукає кожен, буквально кожен у світі. І якщо ви побачите, що це саме так, ви знайдете своє щастя. Ви побачите своїх дітей іншими; ви побачите свій шлюб іншим, ви побачите інше життя.

Якщо ви вставляєте відповідний диск, і, як я вже казав раніше, диск - це Думка; йдіть до щастя, і якщо ви підете в цьому напрямку, ви не помилитесь».

Сід Бенкс

## Елсі Спітл

**В**ін ніколи не вагався. Він знав, що він знайшов, і це додавало йому мужності, яка походила не від цього світу. Він просто знав, глибоко у своєму серці та у своїй душі, що коли ти служиш цій божественній сутності життя, яка стоїть за життям, коли ти служиш цьому, про тебе попіклуються.

Він жив в стані незнання, але це й була його стабільність. Це надавало йому впевненості, сміливості, любові й відчуття, знову ж таки, тої сутності, яка проривалась в цей світ енергії та притягувала людей до нього, як чарівна магія. І люди, насамперед на острові, привернулися до нього, як і на целюлозному заводі, де він працював, і починали шукати з ним зустрічі. Їх приваблювала ця безумовна любов, якою цей чоловік жив більшу частину часу.

І я також хочу сказати, що хоча Сід жив у цій духовній сутності, він також був людиною. І краса цього полягає в тому, що були часи, коли він відчував свою людяність, але все ще мав впевненість, здатність і стійкість миттєво відновлюватися, що, знову ж таки, демонструвало, що ми завжди вдома. При цьому, навіть коли ми стикаємося з життєвими викликами як люди, ми ніколи не можемо бути не вдома. І Сід демонстрував це знову і знову.

Це надзвичайне повідомлення було передано без думок, без плану, без цілей чи завдань. Воно було передано з невідомого, тому що Сід знав, що Божественний Розум має план, і він служить цим Принципам, які він розкрив. І це триває донині. Ось чому ми тут: щоб поділитися цим повідомленням зі світом, щоб світ не забув, що Сід завжди повинен бути центром цих принципів – щодо Сідні Бенкса не як людини, а Сідні Бенкса як рівня Свідомості, а також досвіду Сідні Бенкса, який стався з ним.

Це показує нам і продовжуватиме показувати світові в майбутніх поколіннях, що цей дивовижний досвід, який стався не прохано, міг статися. Ці Три Божественні Принципи Розуму, Свідомості та Думки, а також божественний досвід, який отримав Сідні Бенкс, є повним пакетом для світу.



«Ви вдома. Ви вільні. Ви перемогли цей світ і знайшли дорогу, звідки ви прийшли.

Ви пройшли цю подорож. Ви подивилися, розвернулися, повернулися додому».

Сід Бенкс

# ЧАСТИНА ІІІ



СІД І ПРОСТОТА

## Чіп Чіпмен

**С**ід прийшов до будинку друга у чудовій місцині. Це було там, де розташовано маяк на острові Мейн, в дивовижному місці. Коли Сід прийшов, там було 10 чи 12 людей, які прийшли зустрітися з ним і послухати його. Я пішов неохоче. Я пам'ятаю, як увійшов, і навколо вітальні стояли люди, і я відразу зрозумів, хто з них Сідні Бенкс, тому що він ніби проводив засідання суду. Навколо нього були люди, вони були цілком захоплені, а для мене він просто говорив дуже простими словами про те, звідки береться щастя тощо, і я це відкинув. Мені справді не хотілося бути з цією групою людей, тому я пройшов повз них, знайшов маленький куточок, де можна було б сховатися, і сів сам.

Потім підійшла моя дружина Джен і сказала: «Тобі треба зустрітися з Сідом. Іди й познайомся з Сідом». І я сказав: «Та невже?... Так, добре». Тож я вийшов на кухню, де він стояв, і простягнув йому руку, і це був найдивніший досвід. Як тільки я подивився йому в обличчя, в його очі, я просто зрозумів, що він щось знає. Я не знаю, як це пояснити.

Насправді це був дуже тривожний досвід. Я був замкнений у світі, який я бачив, але коли я подивився в його очі, я зрозумів, що там щось є. Це не було схоже на обожнювання, це було інше; це було повне й досконале захоплення тим, що говорив цей чоловік. Хоча це було просто, люди не могли відвести погляд, і досить скоро я виявив, що і я не можу відвести погляд.



«Це загадкове життя. Життя - це божественна таємниця, і як тільки ви це усвідомлюєте, ви приєднуєтеся до таємниці. Це таємниця. Це таємниця, яку неможливо розповісти. Ми намагаємось. Пам'ятайте, сьогодні вранці я сказав вам: «Ви повинні вийти за рамки слів». Слова можуть лише щось...

Слова є путівником, і ви виходите за межі слів. Коли ви чуєте за межами слів, це те, що ви називаєте розумінням, одкровенням. І я ніколи не міг зрозуміти, чому хтось мене не розуміє. Я знаю, що у мене трохи шотландський акцент, але я думав, що розмовляю англійською, і це було дивно, що всі в моєму житті розуміли мене до цього, тож чому вони не розуміють мене зараз? Я не міг зрозуміти, чому ніхто не розуміє, що я говорю.

Одного дня мене просто осяяло. Я віддавав інсайти. Віддавав невидиме. Віддавав неоформлене. Я розкривав містичну таємницю життя. А щоб її почути, треба мати прозріння. Ви заходите всередину, ви впізнаєте, про що йдеться, тому що ми з вами одне ціле. Ти і я одне ціле.

Це знову повернення до тієї єдності».

Сід Бенкс

Це цікаво, як ти пам'ятаєш деякі речі зі свого життя... Наприклад, коли Сід розмовляв з тобою, це відчувалося так, ніби ти був єдиним у кімнаті. Ви були єдиною людиною, яка існувала, коли він говорив безпосередньо з вами.

Сід мав неймовірну впевненість. Це те, що я найбільше запам'ятав про нього з моменту першої зустрічі. Він не сказав би: «Я так думаю», або «Можливо, це могло б бути так» або «Це моя філософія». Це було так: «Це духовні факти. Це істина про те, що таке світ». І це було сказано з абсолютною впевненістю і водночас без жодної самолюбності з цього приводу. Це було не особисте, знаєте. Це було не про те, що знав Сід Бенкс, ви могли це бачити. Це те, що проходило крізь нього.



"Мені кажуть, що для того, щоб знайти психічне здоров'я, потрібні роки й роки. Це неправда. Ви шукаєте одну чарівну думку, і якщо ви зможете знайти цю одну чарівну думку, ви вільні. Ви дійсно вільні. Ви вільні на все життя. І, чесно кажучи, все, що потрібно - це любов і розуміння".

Сід Бенкс

Я пам'ятаю, що у мене було дуже чітке уявлення про моє життя та мій досвід, а також про можливості життя без такої невпевненості. Я подзвонив Сіду, але він не відповів, а я просто хотів з ним поговорити. Я подумав, що він може бути у себе на подвір'ї, тож я вскочив у свою вантажівку, проїхав через острів і спустився під'їзною дорогою до Сіда, а там він косив траву. Він побачив, що я підходжу, і вимкнув газонокосарку, а я почав теревенити про своє осяяння і про те, як це було чудово. І я пам'ятаю, як він підносить палець до губ і каже... «Тсс».

І я собі: «О, він не хоче зараз чути про це». Він пішов, залишивши мене стояти на галявині, зайшов до будинку, вийшов зі своїм собакою та пішов у найближчий ліс. Я подумав: «Добре, ми хочемо знайти краще місце, щоб поговорити про ці інсайти, які я отримав».

Ми пішли гуляти лісом і незабаром вийшли на галявину на березі океану. Був прекрасний, блискучий день. Ми сиділи біля краю цієї маленької скелі, обриву над океаном, і Сід просто мовчав. Він сидів і дивився на море. Вода просто тремтіла, блищала, і в синяві пливли вітрильники. Це була найкраща картина острова Солт-Спрінг, і, дивлячись на це, я нарешті перестав думати про все, про що так хотів поговорити, і про все, що сталося того ранку.

Я подивився на Сіда, його очі сльозилися, його обличчя сяяло, він дивився на воду, і, щойно я це побачив, воно перехопило й мене. Мене це сповнило, і ми довго сиділи, дивлячись на море. Через деякий час він підвівся і відмахнувся, повернувся і кинув палицю в ліс для собаки, і ми пішли назад до його будинку. Ми підійшли до двору, і він підійшов до своєї газонокосарки й завів її, а я сів у свою вантажівку й поїхав додому.

Це мій улюблений досвід із Сідом Бенксом, і там не було сказано жодного слова. Я не знаю, чи цей досвід демонструє те, що ми намагаємося сказати про те, як він прожив життя, як він поводився, де він був з точки зору перебування в теперішньому часі, прямо зараз, саме в цю мить, і ні в чому іншому. Це була найкраща частина перебування поруч із Сідом Бенксом. Він там жив, і, якби ви хотіли, ви могли б піти туди з ним.



«Тільки ти, тільки ти володієш мудрістю. Тільки ти можеш знайти своє щастя. Тільки ти можеш засмутити себе. Тому що це твоя Думка, твій Розум і твоя Свідомість.

Справа у використанні цих Трьох Принципів, вони і є тим, що веде тебе по життю»

Сід Бенкс

Йшлося не про Сіда Бенкса, людину, а про неймовірний досвід, який неможливо описати, досвід, який трапився з ним. Досвід, який спричинив зміни у світі, який ми спостерігали протягом останніх майже 40 років і спостерігали, як він розширюється та росте. Коли ти слухаєш його історію, коли він розповідає про свій досвід, ти чуєш, як він намагається пояснити, що Сідні Бенкс, як людина, фактично зник на мить, і мудрість всіх віків увірвалася в його свідомість.

Якщо ми коли-небудь забудемо, що все почалося саме так, ми втратимо силу, яка стоїть за цим, або зменшимо силу, яка стоїть за цим, тому що Три Принципи — Божественний Розум, Божественна Свідомість і Божественна Думка — мають глибоке значення для людства, глибокі наслідки для розуміння психологічного функціонування людей. Усі наші друзі психологи та психіатри це точно знають. Вони побачили зовсім інший шлях, абсолютно нове розуміння того, як служити людям. Отже, це правда, що досвід Сіда мав такі наслідки, але суть не в наслідках.



І хоча люди будуть використовувати ці наслідки в майбутньому, щоб допомагати та служити іншим, сила, що стоїть за цими наслідками, полягає в тому, що цей досвід відбувся. Це траплялося кілька разів в історії, коли людство потребувало цього найбільше, і це трапилося знову, і ми не знаємо, як це пояснити. І якщо людям незручно сприймати цю ідею, що щось глибоко духовне, що істина та мудрість всіх віків прийшли через когось у потрібний час; якщо їм це некомфортно, я мало що можу з цим зробити, але я можу сказати наступне: без визнання факту, що саме так сталося, ми щось втрачаємо. Ми насправді щось втрачаємо.

Кожен, хто стикається з принципами, визнає, що це не нова інтелектуальна концепція; це не нова мишоловка чи нова ідея. Це жодним чином не було похідним від того, що вже існувало в плані допомоги людству. Це була глибока істина, глибокий інсайт, який прийшов звідкись з іншого боку Сідні Бенкса.

І тому частина мого захоплення та спостережень за Сідом протягом багатьох років полягає в тому, що я просто дивлюся на цього прекрасного чоловіка, цю добру людину, яка справді мала неймовірні почуття та була настільки щедрою на те, що вона знайшла, і я спостерігав, як він досліджує та змінюється з тим знанням, що він знайшов. Я маю на увазі, що для нього це було новіше, ніж для нас. Він не знав, що це таке, як Елсі згадувала раніше. І все ж у нього вистачило сміливості просто продовжувати це слухати. Сід жодної секунди за своє життя не втрачав віри й навіть не сумнівався в глибині й силі того, що пройшло крізь нього. Він був цілковито, до останнього подиху, відданий цьому.

Отже, іноді людям важко прийняти певність; і все ж, як це могло б бути таким потужним без цієї впевненості?

Повертаючись до людини й не ставлячи її на п'єдестал — я не хочу цього робити, — але я повинен сказати, враховуючи те, що мені довелося побачити у своєму житті — й в моїй сім'ї, і в моїх друзях; і тепер у житті людей у всьому світі — важко не відчувати вдячності перед тим, хто мав сміливість не лише побачити те, що він побачив, але витратити все своє життя, намагаючись поділитися цим із дуже скептичним світом.



«І якщо ви можете використовувати ці Три Принципи не лише для себе, але й для всіх, тому що чим більше допомоги ви можете надати людству, тим більше ви допоможете собі.

Ви знаєте вислів «давати і є отримувати»? Коли я дарую тобі це, я так наповнююся, що ледве можу говорити, тому що я дарую те, що, я знаю, допоможе тобі в житті. А як підеш додому, то ти віддаси це своїм дітям. Ви віддасте це своїм дітям. Вони підхоплять це, підуть до школи, і замість того, щоб бути маленькими тиранами, з ними щось відбудеться. Вони підуть до школи, знайдуть нових друзів і віддадуть це. І це як лист щастя: постійно продовжується».

Сід Бенкс



## Чіп Чіпмен

*Як це було 30 років тому,  
і як було проводити час із Сідом?*

**Я** знаю, що багато людей, мабуть, уявляють, як ми сидимо й говоримо про принципи по 10 годин на день. Правда полягає в тому, що за всі ці роки Сід, напевно, говорив про принципи та духовну природу життя, можливо, 5% часу, коли ми були з ним. Насправді це було потужно, коли це ставалося. Це було неймовірно, але так само сильно було бути в його присутності. Він любив відчуття життя. Ми жартували, що кожна чашка чаю була «найкращою чашкою чаю», яку він коли-небудь пив. Кожен погляд на океан – це був найкрасивіший океан, який він коли-небудь бачив. Отже, він жив у цьому неймовірному стані відкриття, тому що, як я собі це уявляю, він втратив стільки вірувань і уявлень про те, що таке світ, що він був як дитина, яка постійно бачить його новим, і це було неймовірно в ньому.



«Чесно кажучи, це містичний сон, і ми перебуваємо в цьому містичному сні, і у вас є вільна воля пройти через цей містичний сон так, як ви хочете, як ви його бачите.

І люди кажуть: «Це для тебе, а як щодо мене? Я взагалі інший». Ні, ви не інший. Ми обидва перебуваємо в цьому містичному сні, і єдиний спосіб, яким ви можете вибратися з нього, єдиний спосіб, яким ви можете побачити все, це усвідомити справжню природу Розуму, справжню природу Думки, справжню природу Свідомості. Є три; обирайте. Тому що одне веде до іншого, адже вони троє - це трійця всього психологічного досвіду тут, на Землі. Як тільки ви це побачите... Ах! Ви вільні! Вам вдалося! Ви повинні пройти через цей божественний сон, знаючи, що ви сновидець, і ви дивитесь на цей світ по-іншому.

Ви знаєте вислів «Я є те, що я шукаю»? Це єдність життя. Єдність життя — це найбільша річ у світі, яку ви можете усвідомити, і я сподіваюся, що одного дня кожен у цьому світі зможе це усвідомити. Це було б чудово».

Сід Бенкс

# ЧАСТИНА IV



РОЗДУМИ

## Елсі Спітл

**Щ**о мене вразило, Чіпе, коли мені стало трохи цікаво, так це те, що я намагалась поговорити з Сідом про наші проблеми, але він нічого з цього не сприймав. Не говоріть про свої проблеми, тому що це зробить їх реальними. Проблеми ніби були вже в минулому. Отже, це просто думка, яка є відсутньою ланкою. Той факт, що проблеми - це лише думки, був для мене занадто. Мене вкрай дратувало чути, що це не ваші проблеми; це просто думка.

Отже, зі зміною вашої Думки, змінюватиметься і ваш життєвий досвід. Я не могла цього зрозуміти. Я пам'ятаю, як одного разу я підійшла до нього, така засмучена через нашу останню суперечку з Кеном, і хотіла розповісти йому, а він сказав: «Люба, просто зроби протилежне тому, що ти робиш зараз. Просто зроби навпаки». І він дав мені тільки це.

А тепер перемогаємо вперед до того моменту, коли у мене з'явилося власне осяяння: «Думка породжує почуття». Це був початок моєї подорожі. Це був мій початок, я сіла на поїзд моєї внутрішньої мудрості.

Одного разу Сіда запросили в район у горах Сьєрра-Невада. Кілька психологів проводили там тижневий ретрит для приблизно 75 осіб, і у них виникли труднощі, тож запросили Сіда прийти та спробувати залагодити ситуацію. Сід запросив мене з собою. Це була неймовірна пригода..

Все було пригодною. Все було приводом для радості. Якби у вас була несправна машина, знайте, якби з нею було щось не так, Сід знайшов би спосіб це виправити, і навіть це могло б принести задоволення. Нібито помилки можуть бути приводом для радості. Він бачив набагато вище того, що відбувається у світі, і знаходив світлу сторону в усіх хмарах, які приходили у життя.

Ми приїхали на місце, де проходили заняття. Йшла злива. Горів вогонь, який дуже хотів розгорітися. Був дим, клуби диму і кілька людей, які безнадійно сиділи навколо цього тліючого, димлячого вогнища. Двоє психологів, які запросили Сіда, підійшли до нього і сказали: «Ми не знаємо, що робити. У нас проблеми, Сіде. Я не знаю, що нам зробити». Мені сподобалося те, що Сід у певному сенсі нічого не зробив. Він якимось чарівним чином розпалив вогонь. Люди почали виходити з лісу, буквально. Вони були на рафтингу та були промоклі, замерзлі та тремтіли. Раптом ми отримали натовп, який тягнувся до вогню і до любові Сіда, навіть не знаючи його на той момент, тому що це були незнайомі йому люди. Усі вони були фахівцями сфери психічного здоров'я.

Жодного разу Сід не говорив про проблеми. Тому що в ті часи в русі самосвідомості було багато про «зустрітися зі своїм страхом обличчям до обличчя». Сід просто ділився любов'ю. Він не говорив про проблеми; він ділився любов'ю. Це такий потужний момент у цій новій парадигмі, якій вже понад 40 років, але в галузі психології вона все ще вважається новою парадигмою.

Як на мене, це один із ключових моментів: кожен має цю мудрість всередині себе, це вроджене здоров'я, і Сід ілюстрував це, завжди вказуючи на це, бо справа не в ньому. Часто він був каталізатором, але коли почуття прокидалося в тобі, він завжди казав: «Це ти. Це ти».

А ще він наполягав на тому, що немає ніяких проблем. Вам не потрібно йти в минуле. Вам не потрібно говорити про проблеми.

Як це вплинуло на тебе, Чіпе, коли ти вперше почув про те, що у тебе немає проблем?

## Чіп Чіпмен

**Н**у, спочатку це здалося мені абсурдним, абсолютно абсурдним. Усе моє життя було сповнене проблем, і мій шлюб розпадався. І це, очевидно, було значною частиною його промови, коли я вперше його слухав. Сід не казав, що у вас немає проблем. Він казав, що немає відповідей в дослідженні ваших проблем. Відповіді були вище за течією, я маю на увазі, що ви можете зазирнути всередину, а можете відвести погляд від усього цього та піти туди, де ви можете озирнутися назад і побачити це з розумінням. І з Сідом це було так: «Просто не зважай на це зараз. У кожного свої справи. Кожен має своє — просто ігноруй це».

Коли я вперше почув, як він говорить про те, що невпевненість є ілюзією, створеною думкою, це мене справді захопило. І я скажу вам зараз, що спочатку захопило лише інтелектуально, але навіть це було дуже сильно, тому що я був зачарований думкою: «А що, якби це було правдою?» Тоді я почав думати: «Ого, це було б зовсім і нше життя».

Спочатку це було дуже важко усвідомити - ідею, що, попри те, що у вас були всі ці проблеми, що ви відчували всю цю невпевненість, що у вашому житті була ця історія, ця жахлива історія – ваше справжнє «я» все ще здорове і є точкою опори, з якої ви можете озирнутися на своє життя і побачити його з усім розумінням, яке приходить, коли ви дивитеся назад з нейтральної позиції. Подивіться, який ви є насправді. Ви можете говорити про своє мислення, поки не впадете, і є цінні речі, які можна дізнатися про те, що робить думка у світі. Але найцінніше – знайти дорогу всередині, озирнутися назад і побачити все це, і мати певне розуміння того, яким неймовірним дивом є кожна мить.



«Думка - це чарівний пензлик, який малює реальність, яку ви бачите.

За одну думку ховається щастя.

Від смутку до щастя — одна думка.

Від щастя до смутку — одна думка.

Від злості, від розуміння відстань в єдину думку.

І наступного разу, коли ви розсердитесь чи розлютитеся на когось, зупиніться і просто подумайте, хоча б кілька секунд: «Це мої думки створюють цей гнів, чи це дійсно те, що я бачу?» І я закладаюся, це будуть ваші думки».

Сід Бенкс

## Елсі Спітл

**Щ**о було так чудово в цій природі життя в добробуті, так це те, що очі Сіда блищали, коли він відмовлявся говорити про проблеми. Він говорив: «Це думка, це лише думка, ти ж знаєш, люба» і «Знайди приємне почуття. Знайди приємне почуття, і все буде добре». Сід переживав це приємне почуття, більшість часу, і я була захоплена цим почуттям. Я іноді знаходила себе на слизькій стежці від прекрасного почуття, і, зрештою, після нашого візиту чи чашки чаю, чи будь-якої іншої ситуації я виявляла, що все ще перебуваю в гарному почутті, і моєї проблеми вже не було. Я відчувала благополуччя.



*Говорити й жити скорочено*

І це те, що Сід робив. Він говорив коротко, багато не пояснював. І він так жив; жив моментом, жив в почутті любові. Ця стійкість, якої я ніколи раніше не відчувала, а він міг таким бути. Сід багато ділився про думки, а потім говорив: «Змініть думку, і ваша реальність зміниться, ваш досвід зміниться». Це так просто, і Сід робив це таким простим. Він не екстраполював, як багато хто з нас любить робити. Ми можемо взяти думки, і ми можемо провести два дні, розмовляючи лише про думки. Я пам'ятаю, як Сід сказав на одній касеті про свідомість, що Свідомість — це ваше усвідомлення життя. І це все. І він сказав, що є люди, які напишуть про це три томи. Тому я любила його скороченість, його блискучу, глибоку ясність: «Ось воно».



«Щастя, якого ти шукаєш, усередині тебе. Це дійсно так. Ось де криється психічне здоров'я. Кожна людина – кожна на відстані однієї думки від того, що ви шукаєте. Якщо ви можете знайти цю думку, то чи знаєте ви, що вона робить? Вона створює приємні відчуття. І це те, що ви шукаєте. У цьому світі немає жодної людини, яка б не шукала приємних почуттів, адже ви не можете отримати приємні почуття від когось іншого.

Приємні відчуття мають бути всередині вас, і якщо ви зможете відкинути всі ці негативні думки й отримати приємні відчуття, ви почнете жити приємним, здоровим, щасливим життям. Ось так просто.

Якщо ви відчуваєте приємні почуття сьогодні, вам вже це вдається.»

Сід Бенкс

Цю книгу з любов'ю та глибокою вдячністю  
присвячено

Сідні Бенксу, 1931 - 2009

---

Публікація Фонду Трьох Принципів

Слова в цій книзі транскрибовано (з незначними  
правками для зрозумілості) з фільму: Генезис  
трьох принципів: народження нового розуміння

A Three Principles Foundation Production

[www.threepinciplesfoundation.org](http://www.threepinciplesfoundation.org)

Наша вдячність Stars of Wellbeing

[www.starsofwellbeing.com](http://www.starsofwellbeing.com)

Сідні Бенкс уривки з люб'язного дозволу  
видавництва Lone Pine і Judy Banks

Дякуємо.

© Елсі Спіттл, 2023

Видання українською мовою п\к Марії Ляшенко,  
2024



## Містична історія

Протягом століть були лади, які переживали настільки глибокий досвід просвітлення, що їхнє послання назавжди змінило хід історії та досвід людства.

---

Сідні Бенкс був такою людиною. Звичайна людина, яка нічим не відрізнялася серед своїх сучасників, була безмірно обдарована одкровенням, яке показало йому Три Універсальні Принципи: Розум, Свідомість і Думку.

Три Принципи та їх значення можуть підняти людство на інший рівень розуміння нового розуміння істинної природи існування, нашої істинної природи, а також містичної та безмежної сили любові.

**Сідні Бенкс**

**1931-2009 рр .**

Сідні Бенкс був визнаним спікером і автором, який народився в Шотландії в 1931 році. До 42 років він був відносно мало освіченою людиною, зваривальником за професією. Після спонтанного і глибокого досвіду, що просвітив його в 1973 р., він переїхав на свій улюблений острів Солт-Спрінг, який знаходиться на західному узбережжі канадської провінції Британська Колумбія.

Він виступав з лекціями по всіх США, у Китаї та країнах Європи – в університетах, у центрах психічного здоров'я, у корпораціях, а також перед групами людей, які шукають щастя, міцних стосунків та спокою розуму.

Його вчення може пробудити глибокий інсайт у тих, хто слухає інсайт, що дає людям ясність, яка додає у їхнє життя глибокі та стійкі зміни.