



СОСНІА



ОШО

**Твори себя. Придавай очертания и форму своему существу. Раскрашивай свою жизнь, ваяй себя.*

Ошо

**[просветление -
наша истинная
природа*]**

УДК 130.123.4
ББК 88.2
О-96

Перевод с английского Е. Мирошниченко

Ошо

О-96 Просветление — наша истинная природа / Перев. с англ. — М.: ООО Издательство «София», 2012. — 256 с.

ISBN 978-5-399-00362-7

В этой книге Ошо описывает простую и практичную науку о сознании, которую он называет психологией будд. Новая наука Ошо — радикально новый взгляд на человеческие возможности, свободный от привычных религиозных и научных догм.

Книга опровергает заблуждение, согласно которому подлинная духовная трансформация доступна лишь аскетам, и указывает путь за пределы доминирующих в обществе ложных представлений о человеке. Описанная в книге практика позволяет получить полный контроль над собственным умом и жизнью и вернуться к своей изначальной природе — синонимом которой является просветление.

УДК 130.123.4
ББК 88.2

Copyright © 2010 OSHO International Foundation, Switzerland.

www.osho.com/copyrights

All rights reserved.

Originally English title: ENLIGHTENMENT IS YOUR NATURE, by Osho

OSHO — зарегистрированная торговая марка Ошо Интернэшнл Фундэйшн.

Подробную информацию можно получить на сайте:

www.osho.com/trademark

Все материалы этой книги собраны из различных выступлений Ошо перед живой аудиторией.

Выступления Ошо доступны в виде книг и оригинальных аудио записей. Записи и текстовые архивы находятся в свободном доступе он-лайн библиотеки по адресу: www.osho.com

ISBN 978-5-399-00362-7

© «София», 2012
© ООО Издательство «София», 2012

Содержание

Предисловие: Невроз очеловечивания	6
<i>Часть I. Что такое просветление?</i>	15
Вновь обрести рай	16
Очищаем луковицу личности — понять свои программы	38
В коробке и вне коробки	69
Очнуться от сна	82
Сейчас или никогда	98
<i>Часть II. Диалоги и определения — в поисках науки о душе</i>	103
Твой ум — не твой	104
Недостатки научного подхода	132
Просто быть нормальным недостаточно	140
Сознание, бессознательное и целостность	157
<i>Часть III. Психология будд в действии</i>	181
Ключ — в осознании	182
Современные методы для современного человека	193
Забудь о просветлении	226
Эпилог: Расслабься — и просветление придет	244
Об авторе	253
Международный центр медитаций Ошо	254

ПРЕДИСЛОВИЕ: НЕВРОЗ ОЧЕЛОВЕЧИВАНИЯ

Почему наш современник так невротичен? Потому что он впервые становится человеком. Прошлое людей не есть прошлое человека. До сих пор люди существовали только как толпа, а не как индивидуумы; люди существовали коллективом. А сейчас рождается индивидуум. Именно поэтому наши современники очень невротичны. Это хороший знак. Это великая революция человеческого сознания.

Ведь что такое в действительности невроз? Неопределенное и нерешительное состояние ума. Быть этим или быть тем? Все внешние определения исчезли, все подпорки убраны. Человеческая личность очень хрупка — это известно всем.

В прошлом было очень просто ответить на вопрос «Кто я?». Индуист, христианин, магометанин, индеец, китаец, тибетец, черный/белый, мужчина/женщина — все было ясно; люди знали, кто они. А теперь все не так ясно; ярлыки исчезли. Каждый остался наг, без ярлыков, и от этого очень неуютно. Каждому приходится самому давать себе определение.

Раньше определение давали другие — родители, учителя, священники, политики. Они были авторитетами — непогрешимыми авторитетами. Ты мог легко на них положиться, ни о чем не нужно было думать. За тебя все разжевывали другие — и кормили с ложечки.

А сейчас человек становится взрослым, зрелым. Каждый должен сам прорабатывать свою личность. А это не так легко, и лишь очень умным людям удастся избежать невроза. Тут нужен совершенный интеллект; в будущем людям потребуются глубочайшая тишина, огромная способность отстраняться от ума и избегать

его ловушек. И это будет нужно все в большей и большей степени.

В прошлом интеллект был не в цене, — фактически, посредственность ценилась намного выше. Посредственный человек всегда вписывается в общество, а талантливый — выбивается. Ни одно общество в прошлом не жаловало гениев, потому что с гениями хлопотно.

Пока Будда жив, от него одни неприятности. Его совершенный интеллект причиняет беспокойство посредственным умам. Его индивидуальность, его свобода, его бунт больно бьют по уму толпы, потому что толпа не хочет индивидуальности. Толпа не хочет уникальности — она хочет лишь чувства принадлежности. Толпа просто не хочет ни за что отвечать. Она хочет быть частью еще большей толпы, чтобы ответственность легла на ком-то другом — все решает Папа, все решает президент, а тебе не о чем беспокоиться. И не нужно лишних вопросов — работай и помалкивай.

Но в современном уме появился первый проблеск индивидуальности, отсюда и невроз. В прошлом все ответы были наготове, человеку не требовалось их искать. Был Бог, был рай, была теория о карме — все предельно ясно. Жить, ориентируясь на эти концепции, было очень легко. Сейчас мы ничего не знаем, ничего не известно наверняка. Наступил великий паралич. Этот паралич либо прикончит человечество, либо приведет к великому трансформирующему квантовому скачку.

Я слышал об одном эксперименте по теории обучения. Крыс приучали прыгать с помоста в две дверки-заслонки. Белая заслонка была закрыта — если крыса прыгала туда, то она просто падала вниз, на пол. А другая заслонка, черная, легко открывалась, и, прыгнув туда, крыса могла добраться до пищи, помещенной позади нее. Крысы очень быстро научились различать эти заслонки. И если экспериментаторы меняли заслонки местами, крысы все равно прыгали на черную заслонку.

На следующей стадии эксперимента цвет заслонок постепенно изменяли, приближая его к одинаково серому. В какой-то момент заслонки становились настолько похожи друг на друга, что крысы уже не могли их различать. В такой ситуации животные начинали вести себя напряженно, невротично и просто отказывались прыгать.

Люди оказались в таком же положении — очень мощная ситуация, многообещающая ситуация. Если люди — всего лишь крысы, тогда они скатятся в невроз и убьют себя.

Но человек не крыса. Что бы там ни говорил Б. Ф. Skinner и другие так называемые психологи, человек не крыса. Если людям удастся принять этот вызов и стать более цельными, их невроз будет проявляться лишь изредка. Рано или поздно они научатся с ним справляться. Без авторитетов, без Бога, без Библии и Вед они станут полагаться на собственное сознание. Они начнут функционировать спонтанно — от секунды к секунде, без готовых ответов. И тогда невроз исчезнет — не только невроз, но и стадный ум. Впервые появятся красота, величие, достоинство.

В прошлом у человека не было достоинства. Да, изредка здесь появлялся Будда, изредка по этой земле ходил Христос — но лишь изредка. А что сказать о миллионах людей, которые жили и умерли, так и не отведав вкуса свободы и не узнав, кто они есть? Они верили, что являются евреями, — и умерли; верили, что являются индусами, — и умерли. Верили в то, что они всего лишь тела, — и умерли. Они так и не узнали, кто они есть в действительности, — так и не обнаружили свое внутреннее пространство. Пока ты не обнаружил свое внутреннее пространство, в твоей жизни нет достоинства. Ты живешь как крыса и умрешь как собака.

Быть человеком рискованно. Риск в том, что тебе придется пройти через невроз. Прежде чем ты сможешь сосредоточиться внутри своего существа, придет-

ся пройти через своего рода процесс рассредоточения. Практикующие дзэн говорят: до того, как ты начинаешь медитировать, горы есть горы, реки есть реки. Когда ты медитируешь — когда глубоко уходишь в медитацию, — горы перестают быть горами, а реки перестают быть реками. Но если ты проявляешь настойчивость и достигаешь высочайших вершин медитации, тогда горы опять становятся горами, а реки — реками.

Это одно из самых важных из когда-либо произносившихся высказываний. Посередине же все очень запутанно.

Сейчас — век великой трансформации. Люди либо откатятся назад... Именно это сейчас и происходит. Вот почему такие деятели, как Адольф Гитлер, Иосиф Сталин, Бенито Муссолини и Мао Цзэдун добились огромного влияния. Почему? Потому что они авторитарны. Они говорят: «Вы не знаете, кто вы? Мы дадим вам ответ». Они непогрешимы. Они знают все. Адольф Гитлер абсолютно уверен во всем. Люди соглашались с ним и идут за ним следом.

Старые боги исчезли. Иосифу Сталину или Мао Цзэдуну очень легко вести за собой массы, потому что люди не могут жить без богов, люди не могут жить без жрецов. Люди не могут жить самостоятельно — вот в чем проблема. Поэтому в последние десятилетия мы наблюдали два явления. Очень и очень немногие люди поднялись до уровня индивидуумов и превратились в вершины, подобные Эвересту. Но намного больше людей откатились назад, деградировали, став фашистами, коммунистами, религиозными фундаменталистами, — тут у нас богатейший выбор.

Всякий раз, когда страна оказывается на распутье, в ней обязательно найдется свой Адольф Гитлер. И не случайно жертвой стала именно Германия — одна из самых интеллектуально развитых стран в мире, страна преподавателей и исследователей, мыслителей и ученых. Почему страна, где живет так много умнейших

людей, стала жертвой безумца? Причина в том, что все эти высокоинтеллектуальные люди — профессора, философы — не смогли предоставить соотечественникам готовых ответов. Они были слишком вежливы, слишком много колебались, вели себя слишком скромно — они были слишком умны. Они не умели кричать и говорили шепотом — но людям нужны лозунги, а не шепот.

Адольф Гитлер кричал с каждой колокольни. Он не шептал. Он дал людям лозунги — четкие и определенные. Он говорил полную бессмыслицу — но это не важно. Людям не важно, есть смысл в словах оратора или нет, им просто нужен тот, кто уверенно прокричит, что они могут следовать за ним, забыв о трудностях и сомнениях. Вот они и последовали за Адольфом Гитлером.

Такое происходит в человеческой истории снова и снова — умные люди следуют за не очень умными лидерами. И это загадка для психоаналитиков: почему так происходит? На то есть свои причины. Если человек вдумчив, то чем больше он думает, тем больше колеблется. Он в своей речи то и дело употребляет «если» и «но» — проявляет смирение. Но людям не нужны смиренные высказывания. Посредственный ум принимает смирение за неуверенность, за незнание.

Вот почему Махавира в Индии имел мало последователей — а ведь он был один из умнейших людей, когда-либо ходивших по Земле. Как случилось, что у него не было последователей? Совсем посредственные по сравнению с ним люди набирали массы последователей. Почему не Махавира? Дело в том, что он был очень смиренным. Его утверждения всегда начинались со слова «возможно». Если бы вы спросили у него: «Есть ли Бог?» Он ответил бы: «Возможно». Кто пойдет за таким человеком? Можно подумать, что он и сам ничего не знает. «Возможно... наверное». Кто следует за такими людьми? Ты спрашиваешь: «Существует ли душа?» А он тебе: «Наверное». Вполне естественно заключить, что он сам ничего не знает.

А в действительности все совсем наоборот. Он знает, и его знание настолько глубоко, что может быть выражено только через «возможно» и «наверное». Оно настолько необъятно, что было бы глупо говорить «да» или «нет» — это означало бы опуститься до очень банального высказывания, до политического лозунга. Такой ответ не отражал бы высоту и завершенность его философского опыта.

«Да, Бог есть и Бога нет. О Боге можно сказать, что Он одновременно есть и нет, и о Нем нельзя такого сказать». Вот как говорил Махавира. Задашь ему один вопрос, а он выдает семь вариантов ответа. Он отвечал на твой единственный вопрос, используя все возможные типы логики, а ты только еще больше запутывался. Ты приходишь к нему с одним вопросом, а уходишь с семью тысячами. Кто последует за таким человеком?

В своей автобиографической книге «Майн Кампф» Адольф Гитлер говорит, что между правдой и ложью есть лишь одно различие — повторение. Если снова и снова громко и решительно твердить ложь, она становится правдой. Он экспериментально доказал эту идею миллионам людей. Он снова и снова повторял полную чепуху, и понемногу люди стали ему верить. Людям нужен был лидер.

Ницше сказал, что Бога больше нет. Но люди не могут жить без Бога — они чувствуют себя очень шатко. И есть лишь две возможности: или человек упадет и станет жертвой фашизма, нацизма, коммунизма, или же — и это вторая возможность, ради реализации которой я работаю, — человек может принять эту невротическую неопределенность в качестве трамплина. Он может полностью освободиться от прошлого и совершить квантовый скачок в будущее, чтобы начать жизнь без лидеров, без привязанностей, без какого бы то ни было чувства принадлежности.

Вся Земля — ваша, ее не нужно делить. И Христос, и Будда, и Кришна — все они ваши, и никому не нужно становиться христианином, или индуистом, или

магометанином. Все прошлое принадлежит вам — используйте его, но не позволяйте ему пользоваться вами. Используйте его и двигайтесь вперед. Используйте Будду, и Христа, и Кришну, и Заратустру и Лао-цзы, но не ограничивайтесь ими. Вам нужно идти вперед. Жизнь не ограничивается ими — есть масса неисследованных реальностей. Эта тайна бесконечна.

Человек — разновидность невроза. И это очень многообещающая ситуация: либо ты откатываешься назад, либо совершаешь скачок вперед. Не откатывайся назад. Откатившись, ты все равно не получишь удовлетворения. Только рост приносит удовлетворение, а деградация — никогда. Даже если у тебя самые прекрасные воспоминания о детстве, возвращение в детство не принесло бы тебе удовлетворения. Ты был бы несчастен, потому что помнил бы юность — свободу юности и ее приключения. Возвращение в детство — в том же виде, в каком ты его уже пережил, — не принесло бы тебе счастья. Это бы обеднило тебя, а не обогатило.

Человек — разновидность невроза потому, что отсутствие доступа к реальности всегда влечет за собой безумие. Помещая нормальных людей в ненормальные ситуации, мы всегда получаем ненормальное поведение. Современный человек — заведенная машина без сцепления, колес или цели. Старые цели больше не имеют смысла.

И теперь человек должен научиться кое-чему совершенно новому, чего не умел никогда прежде. Человеку нужно научиться жить *здесь и сейчас*. Да, ему нужно ощущение направления — но не фиксированная цель. Ему нужно значение, но не четко определенный смысл. Ему не нужно предназначение, но нужно достоинство, нужна свобода. Человек должен познать свою свободу и научиться принимать решения самостоятельно.

Помни: никакого готового смысла нет, и в этом проблема. В прошлом был некий готовый смысл — тебе объясняли, в чем смысл жизни. А теперь никто не скажет, что это такое, — каждый должен создать его сам.

Впервые человек вплотную приблизился к тому, чтобы быть творцом. До сих пор ты был творением — а теперь становишься творцом. История меняет свой курс; ты стоишь на пороге нового сознания.

До сих пор человек был творением — Бог творцом, а человек творением. Бог принимал решения, а человек просто следовал за Ним. Теперь уже так не будет. Теперь человек стал творцом, он больше не творение. Теперь человек должен сам определить смысл своей жизни — он должен наполнять свою жизнь содержанием при помощи собственного творчества. Смысл нельзя взять взаймы, выпросить, выменять. Нужно создать его самому... И это непростая задача! Для создания смысла требуется сильный интеллект, для создания смысла требуется острая осознанность, для создания требуются огромные усилия.

Люди научились одному простому трюку: попросайничество. Кто-то даст тебе смысл — папа, мама, Отец Небесный за облаками. Он даст тебе смысл — нужно только молиться.

Гаутама Будда пришел на двадцать пять столетий раньше своего времени. Его время — сейчас, потому что он верит в свободу, верит в индивидуальность. Он не верит в то, что мы творения, он верит, что мы — творцы. Будда будет становиться все более и более актуальным с каждым днем.

Твори себя. Придавай очертания и форму своему существу. Раскрашивай свою жизнь, ваяй себя. Кем бы ты ни стал, это будет твоя работа. Судьба ни при чем — ты сам несешь ответственность за результат.

Люди не хотят нести ответственность; они боятся ответственности. Они хотят, чтобы о них позаботился кто-то другой, им всегда нужны надзиратели. И вот эти люди становятся невротиками, потому что надзирателей больше нет. На самом деле их никогда и не было — ты верил в них, и они оказывались где-то тут, *потому что* ты верил. А теперь, когда вера исчезла, исчезли и они. Они были сотворены твоей верой.

Человек должен научиться жить самостоятельно. Это великая возможность — не воспринимай происходящее негативно, иначе попадешь в сумасшедший дом. Воспринимай позитивно — прими вызов, и ты окажешься в числе первых настоящих людей на этой планете.

Часть I

ЧТО ТАКОЕ ПРОСВЕТЛЕНИЕ?

Просветление — это просто процесс осознания бессознательных слоев личности и сбрасывания их с себя. Они — не ты; они — ложные лица. И именно из-за этих ложных лиц ты не можешь обнаружить свое истинное лицо.

Просветление — не что иное, как обнаружение истинного лица — сущностной реальности, которую ты принес в этот мир и которая сохранится после твоей смерти. А все слои, нарощенные между рождением и смертью, все равно останутся здесь после того, как ты уйдешь.

Просветленный человек делает в точности то же самое, что делает со всеми нами смерть, — только он делает это сам по отношению к себе. Он в некотором смысле умирает и возрождается, умирает и воскресает. И то, что есть уникального в нем, — великолепно, потому что принадлежит вечной жизни.

Просветление — простой процесс самораскрытия.

Ты — не оболочка, а содержимое.

Отбросить оболочку и обнаружить содержимое — вот в чем состоит весь процесс просветления.

Вновь обрести рай

Человек может жить двумя способами — естественно и неестественно. Неестественность очень привлекательна, потому что она нова, незнакома, авантюрна. Поэтому каждый ребенок неизбежно отступает от своей естественной природы и отправляется в область неестественного. Ни одному ребенку не удастся противостоять такому искушению. Сопротивляться ему невозможно — рай должен быть утрачен. Утрата рая изначально встроена в наш опыт. От этого не уклониться. Это неизбежно. И, конечно, только человек может утратить рай. Таковы экстаз и мука человека, его привилегия, его свобода и его падение.

Жан-Поль Сартр был прав, когда сказал, что человек «обречен на свободу». Почему обречен? Потому что со свободой приходит выбор — быть естественным или неестественным. Животные по-прежнему обитают в раю; они никогда его не теряли. Но именно из-за того, что они его не теряли, они не могут его осознать. Они не знают, где находятся. Чтобы знать, где ты находишься, нужно вначале утратить это место. Именно так становится возможным знание — через утрату.

Ты познаешь вещь лишь тогда, когда теряешь ее. Если ты никогда не терял вещь, если она всегда была с тобой, то ты естественным образом принимаешь ее как нечто само собой разумеющееся. Она настолько очевидна, что ты ее просто не замечаешь.

Деревья все еще пребывают в раю, и горы, и звезды — но они не знают, где находятся. Лишь человек знает. Дерево не может стать Буддой — и не то чтобы существовала какая-то разница между внутренней природой Будды и природой дерева, но дерево не может стать Буддой. Дерево — уже Будда. Чтобы стать Буддой, дерево должно вначале утратить свою природу — отступить от нее.

Ты можешь видеть вещь лишь на некотором удалении. Находясь слишком близко к объекту, ты не в состоянии его видеть. Что видел Будда, того не видело ни одно дерево. Все это доступно и деревьям, и животным, но лишь Будда смог это *осознать* — вновь обрести рай. Красоты и тайны природы открываются только тогда, когда ты возвращаешься домой. Когда ты идешь против собственной природы, когда уходишь предельно далеко от себя — лишь в этом случае однажды ты можешь начать свой путь обратно. Когда в тебе пробуждается жажда своей природы, когда ты умираешь без нее — лишь тогда ты начинаешь возвращаться к ней.

Это — изначальное падение. Сознание человека — его изначальное падение, его первородный грех. Но без первородного греха невозможны ни Будда, ни Христос.

Первое, что нужно понять, так это то, что человек способен выбирать. Он — единственное животное во всем мироздании, которое может выбирать — может делать что-то неестественное, может делать то, чего не следует делать, может пойти против себя и против мироздания, может разрушить себя и все свое блаженство — может создать ад. При создании ада возникает контраст — и тогда человек может увидеть, что такое рай. Лишь благодаря контрасту появляется возможность познания.

Поэтому помни: есть два пути — жить естественно или жить неестественно.

Когда я говорю, что человек может жить естественно, я имею в виду не пытаться себя совершенствовать. Можно жить доверчиво, это и есть природа. Можно жить спонтанно. Можно жить без действия. Можно жить в недеянии — то, что даосы называют *вэй-у-вэй* — деяние без деяния. Природа означает, что ты ничего не делаешь — все происходит само собой. Реки текут — но нельзя сказать, что они что-то делают. Деревья растут — но нельзя сказать, чтобы их это тревожило и они сове-

товались бы с кем-то по поводу того, как осуществить свой рост. Деревья цветут — и нельзя сказать, что они обдумывают свои цветы и планируют, какого цвета и формы те должны быть. Все это просто происходит. Дерево покрывается тысячами цветков без малейшего беспокойства, без проекта, без плана. Просто цветет и все! Огонь — горяч, деревья — растут. Это естественно. Такова природа вещей. Семя превращается в росток, тот превращается в побег, который превращается в дерево, однажды покрывающееся листвой, а потом на нем набухают почки, расцветают цветы, вызревают плоды. И все это просто *происходит*.

Ребенок в утробе матери не делает ничего. Он в состоянии *у-вэй*. Но мы не можем сказать, что ничего не происходит. В действительности происходит очень многое — никогда потом в жизни человека с ним не будет происходить больше. В эти девять месяцев в утробе матери «происходит» так много, что и за девяносто лет жизни столько не произойдет. Происходят миллионы вещей. В момент зачатия ребенок представляет собой всего лишь крохотную клетку, а затем начинают происходить разные вещи — целая лавина событий. Ребенок не присутствует в этой крохотной клеточке в виде миниатюрной личности, которая может мыслить, строить планы, тревожиться и страдать от бессонницы. Там никого нет!

Понять это означает понять такого человека, как Будда, — понять, что события могут происходить и без того, чтобы ты волновался о них. События всегда происходят сами собой. И даже тогда, когда ты предпринимаешь активные действия, ты предпринимаешь их только на поверхности. Глубоко внизу события продолжают происходить сами по себе.

Как ты думаешь, во время глубокого сна ты стараешься дышать? Это происходит само собой. Если бы человеку приходилось специально заниматься дыханием, он должен был бы постоянно пребывать в сознании. И никто не мог бы жить — ни одного дня. Стоило бы

отвлечься на одну минутку, и дыхания уже не вернуть. Забыл дышать — и тебе конец! А как же тогда спать? Пришлось бы постоянно бодрствовать. Пришлось бы то и дело просыпаться ночью, чтобы проверить, продолжаешь ли ты дышать.

Ты проглатываешь пищу и забываешь об этом. Но потом происходят еще миллионы событий: пища переваривается, расщепляется, разрушается, изменяется, химически преобразуется. Она превращается в твою кровь, кости, костный мозг... Осуществляется колоссальная работа. По кровеносной системе все время циркулирует кровь, выводя мертвые клетки из тела.

Сколь много всего происходит внутри тебя без каких бы то ни было действий с твоей стороны.

Действия остаются на поверхности. На поверхности человек может жить искусственной жизнью, но глубоко внутри, в своем сокровенном ядре, ты всегда естествен. Твоя искусственность — всего лишь слой поверх твоей природы. Но этот слой утолщается ежедневно: больше мыслей, больше планов, больше деятельности, больше действий. Все больше деятеля, эго... корка нарастает и нарастает. Эту корку Будда называл *сансарой* — миром.

Феномен деятеля, эго — это утрата природы, движение против природы, движение прочь от природы. Однажды ты уходишь так далеко, что тебе становится душно. Уходишь так далеко, что внутри твоего существа возникает своего рода шизофрения. Твоя периферия начинает отпадать от центра. Это — точка обращения в веру, точка, где религия обретает смысл. Ты начинаешь искать выход. Начинаешь думать: «Кто я?» Начинаешь оглядываться: «Откуда я пришел? Каково мое истинное лицо? Какова моя природа? Я зашел слишком далеко, настала пора возвращаться. Еще один шаг, и возврата не будет».

Именно к этому сводятся все невроты. Вот почему психология не в состоянии их лечить. Она может дать замечательное объяснение невроза, может удовлетво-

рить тебя, утешить, приободрить. Может научить тебя жить со своим неврозом, не слишком беспокоиться о нем. Она может предложить тебе сосуществование с неврозом. Но она не может устранить невроз — на это способна только медитация. И если психология не совершит квантовый скачок и не начнет сотрудничать с медитацией, она не решит эту проблему.

Почему медитация может излечить от невроза? Почему она может излечить от шизофрении? Потому что она способна сделать тебя единым целым. Сфера больше не противостоит собственному центру — они берутся за руки и обнимают друг друга. Они — одно. Они функционируют в едином ритме, вибрируют как единая энергия. Это и есть настоящее здоровье — и целостность, и святость. Именно отсюда начинается буддистовость — человек снова обретает здравый ум.

Пока ты не будда, ты в большей или меньшей степени безумен. Безумие неизбежно остается частью твоего существа. Ты можешь приспособиться кое-как жить с ним, но именно «кое-как». Это — приспособление, и потому ты не имеешь возможности расслабиться.

Ты не обращаешь внимания на то, что все боятся сойти с ума? Люди держат себя в руках, но страх не отпускает их ни на миг: «Если что-то пойдет не так, если еще хоть что-то пойдет не так, я больше не смогу себя контролировать». Каждый стоит у этой грани. Люди на девяносто девять процентов на грани. Еще один процент, любая мелочь, еще одна соломинка на спину верблюда — обанкротился твой банк, тебя бросила женщина и убежала с другим, пошатнулся твой бизнес, — и ты уже не можешь сохранять рассудок, твой здравый ум бесследно исчезает. Должно быть, это был только фасад — твой так легко улетучившийся здравый ум. Видимо, он был очень тонок, хрупок.

В действительности, его вообще не было.

Переход от обычного человека к безумцу — количественный, а не качественный. Если ты не становишься Буддой, или Христом, или Кришной — а все это име-

на одного и того же состояния сознания, где центр и сфера взаимодействуют в танце, в симфонии, — если эта симфония не возникает, ты остаешься фальшивым, ты остаешься ложным, ты остаешься случайным и у тебя нет настоящей души. Дело вовсе не в том, что ты не можешь ее иметь, — она всегда твоя, нужно просто попросить. Иисус говорит: «Стучите, и откроют вам. Просите, и дано будет вам», — нужно только попросить, и ты получишь.

Но неестественное притягивает, потому что неестественное чуждо, неестественное противоположно тебе, а противоположности всегда притягиваются. Противоположность всегда интригует, всегда несет в себе вызов. Тебе хочется знать...

Именно поэтому мужчине интересуют женщины, а женщине — мужчины. Между людьми возникает взаимный интерес и взаимное притяжение, потому что в другом — противоположность. То же самое правило прослеживается до величайших глубин. Кажется, что твое естественное существо и так уже принадлежит тебе. Так какой же смысл овладевать им, быть им? Человек хочет чего-то нового.

Ты теряешь всякий интерес к тому, что у тебя и так есть. Вот почему ты утрачиваешь божественное начало — оно у тебя уже есть, а потому тебя не интересует. Тебя интересуют мир, деньги, власть, авторитет — все те вещи, которых у тебя нет. Божественное начало изначально дано тебе — под божественным началом я имею в виду твою природу. А кого волнует природа? Зачем о ней думать, если она и так уже есть? Мы интересуемся тем, чего не имеем, и нас привлекает неестественное. Мы сосредоточиваемся на неестественном и искусственном, мы окунаемся в него с головой. От одного неестественного образа жизни к другому неестественному образу жизни.

Помни, что неестественны не только так называемые мирские люди. Так называемые религиозные люди тоже неестественны. В этом великое откровение, принесен-

ное в мир Буддой, — откровение, ставшее зрелым плодом в дзэн. Это — фундаментальный вклад Будды.

В так называемом миру человек остается искусственным — зарабатывает деньги, власть, авторитет. Затем однажды он становится религиозным, но опять-таки — лишь переходит к неестественности другого типа. Теперь он занимается йогой, стоит на голове — все это полная чушь. Какой смысл в том, чтобы стоять на голове? Почему не стоять на ногах? Но стоять на ногах слишком естественно, так что в этом нет никакой привлекательности.

Видя человека, стоящего на голове, ты думаешь: «Да-а-а, он работает над собой. Вот — настоящий человек». Ты привлечен, — должно быть, он обретает что-то такое, чего нет у тебя, и тебе тоже следовало бы заниматься тем же самым. Люди делают самые разнообразные глупости — но, по существу, все это одно и то же. Схема одна и та же — гештальт один и тот же. Изменения очень незначительны. Качество одно и то же.

Раньше ты зарабатывал деньги — а теперь заинтересовался небесами, следующей жизнью. Раньше ты заботился о том, что думают о тебе люди, — а теперь заботишься о том, что думает о тебе Бог. Раньше ты стремился построить красивый домик здесь — а теперь стремишься построить красивый домик в раю, в ином мире. Раньше ты слишком много ел, что неестественно, — а теперь ты постишься.

Ты только проследи, как одно неестественное отношение сменяется другим неестественным отношением. Ты слишком много ел, был одержим едой, постоянно набивал себе брюхо, потом однажды понял, что сыт по горло — буквально сыт по горло, — и начал поститься. И вот тебя снова переполняет волнение. Ты опять можешь надеяться, что произойдет что-то новое. И в твоём распоряжении самые крайние формы поста — что столь же противоестественно, как и обжорство.

Естественность ровно посередине. Будда называл этот путь Срединным Путем — потому что естествен-

ность находится точно посередине между противоположными крайностями.

Всю свою жизнь человек бежал за женщинами, а потом однажды решил дать обет безбрачия и поступил в католический монастырь или же стал индуистским монахом и отправился в Гималаи. Но ведь это же тот самый человек, который искал амурных приключений, но теперь устал и захотел абсолютно отказаться от всего этого, захотел двигаться в противоположном направлении и убежал в монастырь. Теперь он принуждает себя к полному воздержанию, что столь же противоестественно, как и первый подход. Но одна неестественность ведет к другой, и человек просто бежит по кругу... Остерегайся этого.

Естественность не привлекает, потому что естественность не несет никакого удовлетворения твоему эго. Такой человек, как Будда, проповедует лишь одно: быть обычным, быть никем, быть естественным.

Естественный человек — просветленный человек. Быть естественным означает быть просветленным. Быть естественным, как животные, деревья и звезды, ничего себе не навязывать, не иметь ни малейшего понятия о том, каким тебе нужно быть, — это и есть просветление. Просветление — состояние естественности. В нем нет ничего общего с достижением.

Думая о просветлении, ты всегда подразумеваешь некое достижение. Люди приходят ко мне и спрашивают: «Ошо, как нам достичь просветления?» Это состояние не достигается — все, чего ты достигаешь, неестественно. Естественного не нужно достигать — оно уже есть! И так было всегда.

Просветления не нужно достигать — достаточно отбросить стремящийся к достижениям ум. Просветление доступно с самого начала. Расслабься и окупись в него.

Просветленный человек — это не тот, кто взобрался на вершину, не тот, кто поднялся на верхнюю ступеньку лестницы. Вы все карабкаетесь по лестницам. Тебе нуж-

на лестница — не имеет значения, стараешься ли ты на рынке или в монастыре, лестница тебе нужна. Вы все постоянно таскаете свои лестницы с собой. Где бы ты ни оказался, ты просто ставишь там свою лестницу и начинаешь карабкаться. И никто даже не спросит: «Эй, а куда ты направляешься? Куда ведет твоя лестница?» За каждой ступенькой есть еще одна, и ты думаешь: «Может быть, там что-то есть?» И поднимаешься чуть выше. А там тебя ждет новая ступенька, тебе снова становится любопытно, и ты движешься дальше.

Так люди двигаются в мире денег, так же они двигаются в мире политики. И тебе нужно не просто двигаться — поскольку по одной и той же лестнице карабкается много людей, тебе приходится оттеснять других назад. Тебе приходится тянуть их за ноги, чтобы обеспечить место для себя; нужно быть агрессивным, нужно быть жестоким. А когда вокруг столько жестокости и так много людей непрестанно ведут борьбу, кого волнует, куда именно он движется? Должно быть, куда-то все-таки движется, если так много людей столь увлеченно стремятся в этом направлении.

А если будешь задавать слишком много вопросов, проиграешь гонку. Нет времени задумываться и спрашивать себя: «Какой во всем этом смысл?» Кто задает вопросы, тот проигрывает, поэтому думать вредно. Нужно спешить — все вперед и вперед. А у лестницы нет конца — все новые, и новые, и новые ступеньки. Ум может проецировать их до бесконечности. И когда ты уходишь в монастырь, продолжается то же самое. Только теперь действует духовная иерархия, и ты начинаешь продвижение в ее рамках. Ты становишься очень серьезным, и начинается точно такое же состязание.

Все это — всего лишь игра эго. Оно может играть в свою игру только в искусственных условиях. Как только видишь лестницу, берегись — это та же самая ловушка!

Просветление — не последняя ступенька лестницы. Обрести просветление — значит спуститься с лестницы,

спуститься навсегда и никогда больше не спрашивать о новой лестнице — стать естественным.

Я тут использовал слово «стать», что не вполне верно. Не стоило бы использовать это слово, но таков наш язык — созданный все теми же покорителями лестниц. Нельзя стать естественным, потому что кем бы ты ни стал — это будет неестественно. Становиться неестественно. Естественно — *быть*. Так что прости, но мне приходится пользоваться все тем же языком, не приспособленным ни для чего естественного. А тебе приходится понимать его. Не попадайся в ловушку слов.

Когда я говорю тебе стать естественным, речь о том, чтобы прекратить становиться, упасть и расслабиться, окунувшись в бытие. Ты уже там!

Но почему же люди продолжают бегать по кругу?

Во-первых, они приобрели солидные навыки в этом деле. Никто не хочет отказываться от своих навыков, потому что навыки внушают ощущение уверенности, они дают ощущение силы. В мире есть миллионы людей, которые продолжают двигаться по одной колее лишь потому, что у них есть навыки в этом деле. Если они изменят направление, у них может не оказаться — и не окажется — нужных навыков для движения в новом пространстве. Вот они и продолжают бег по кругу, и им от этого все время скучно — все скучнее и скучнее. Но чем больше они бегают по кругу, тем больше приобретают навыков. Они уже не могут остановиться. А еще им не позволяют остановиться окружающие, которые тоже стараются бежать изо всех сил. Стоит остановиться — и ты отстал. Воистину безумный мир.

Кроме того, непрестанное повторение приносит чувство удовлетворения. Монотонность успокаивает. Люди, ошеломленные и испуганные слишком бурными переменами, находят в монотонности облегчение. Именно поэтому подросткам нравится музыка с определенным ритмом, а некоторые психически больные снова и снова повторяют одно и то же действие или слово. Сходи посмотри на пациентов психбольницы,

и ты удивишься, как много сумасшедших имеют свои мантры. Кто-то постоянно моет руки — с утра до вечера, снова и снова моет руки. Это его мантра. Она занимает его, отгораживает от страха. И он прекрасно умеет это делать — действие ведь совсем простое. А стоит ему прекратить свое занятие, и он начинает испытывать страх — не за что ухватиться. Он остается пуст — не за что уцепиться. Стоит ему прекратить это делать, и он не знает, кто он. Ведь он идентифицировал себя как того, кто моет руки. Пока этот человек моет руки, он прекрасно знает, кто он есть. Стоит ему прекратить, у него возникают трудности.

Обитатели сумасшедшего дома, разработавшие собственные мантры из действий или слов, просто-напросто утешают себя. В этом же весь секрет трансцендентальной медитации и ее успеха в Америке. Современная Америка — большой сумасшедший дом. Ей нужно что-нибудь повторять, монотонно, непрерывно — такие повторения помогают людям. Один и тот же жест, одна и та же поза, одна и та же мантра — территория, которую ты знаешь в совершенстве. Ты непрерывно движешься по ней, и это спасает тебя от себя самого.

Трансцендентальная медитация — это вовсе не медитация, и к тому же она не трансцендентальная. Это просто утешение. Она помогает тебе не осознавать собственное безумие. Только безумца можно убедить повторять мантру.

Вот так люди и продолжают делать одни и те же вещи, которые они делали век за веком на протяжении многих жизней. Ты только посмотри на себя: ты влюбляешься, потом влюбляешься снова, и снова... Это та же трансцендентальная медитация — то же самое действие. Ты знаешь, что первый раз это закончилось разочарованием, во второй раз закончилось разочарованием, в третий раз закончилось разочарованием, — и тебе заранее известно, что в четвертый раз тоже будет

разочарование. Но ты не хочешь этого видеть, не хочешь в это вглядываться, потому что если ты вглядишься, то останешься наедине с собой и тебе будет больше нечего делать.

Твои влюбленности занимают тебя, заставляют бегать, заставляют двигаться. По меньшей мере, ты можешь уклониться от самого себя, убежать от самого себя. Тебе не нужно задаваться глубочайшим вопросом: «Кто я?» Ты знаешь, что являешься потрясающим любовником, и ведешь счет женщинам, с которыми был близок. Некоторые люди непрерывно считают: триста шестьдесят, триста шестьдесят одна, триста шестьдесят две... Но такой человек не любил ни одну женщину. Другие люди непрерывно считают свои мантры: сколько раз он повторил свою мантру. А еще есть люди, непрерывно пишущие: *Рама, Рама, Рама...* все пишут и пишут.

Однажды я останавливался в доме у одного человека. Я был потрясен: его дом был полон книг — просто библиотека, а не дом. Я спросил:

— Какие у тебя есть писания?

— Только одно писание, — ответил он. — Я не переставая пишу: «Рама, Рама, Рама...» — это моя мантра. С утра до вечера я делаю лишь одно. Я написал это слово миллионы раз, из него состоят все мои записи.

Этот человек пользовался огромным почтением у себя в городе. А ведь он сумасшедший — полный безумец! Если бы он перестал заниматься ерундой, то немедленно сошел бы с ума. Но эта безумная деятельность позволяла ему сохранять хотя бы видимость здравого рассудка.

Девяносто девять процентов вашей религиозности — не более чем средство сохранить видимость рассудка.

Между тем Будда — человек совсем другого сорта. Он первейший враг шоу-бизнеса. Он некто, желающий сказать правду, и он хочет сказать ее *как есть*. Он разбивает в прах все эти никчемные религиозные идеологии. Он просто потрясает тебя — до самого основания.

И если ты открыт, он может стать дверью домой, вратами, через которые ты можешь вернуться к природе.

В любой сложной культуре, в любой сложной цивилизации существуют профессиональные лжецы и профессиональные вещатели истины, и по сути это люди одного типа. Профессиональных лжецов называют юристами, а профессиональные вещательные истины известны как всякого рода жрецы, которые просто повторяют писания.

Будда не лжец и не профессиональный вещатель истины. Он просто раскрывает свое сердце — хочет поделиться. Поэтому индуистские жрецы были против Гаутамы Будды. Его вышвырнули из собственной страны. Его храмы сжигали, статуи разрушали. Многие буддистские писания сейчас доступны лишь в китайских и тибетских переводах. А оригиналы утрачены, — должно быть, их сожгли.

Тысячи буддистов были убиты в чуждой насилью Индии. Их сжигали заживо. Будда задел за живое профессиональных вещателей истины. Он нацелился на разрушение всего их бизнеса. Он просто показал, что все их тайны — никакие не тайны.

Прислушайся к этим словам Иккю. Они очень глубоко описывают подход Будды:

*У нас нет ни воспоминаний, ни знаний
О рае и аде;
Мы должны стать теми, кем были
До рождения.*

Все в конце концов возвращается к своему источнику. Таков закон природы. Она движется по безупречному кругу, поэтому все должно вернуться к своему источнику. Зная источник, ты можешь узнать цель — ибо цель не может быть отличной от источника.

Ты сажаешь в землю семечко, и из него вырастает дерево. Пройдут годы. Дерево протянет ветки к небу, будет вести беседы со звездами и проживет долгую жизнь...

И к чему это все приведет? Дерево снова породит семена, которые упадут в почву и из них вырастут новые деревья. Это простое движение.

Источник и есть цель!

Твое тело окажется в земле и станет ее частью, потому что оно произошло из земли. Твое дыхание растворится в воздухе, потому что оно произошло из воздуха. Вода в твоём теле вернется в море, откуда она и пришла. Огонь в тебе вернется к огню. А присутствующее в тебе сознание растворится в сознании целого. Все возвращается к своему источнику.

Нужно помнить этот фундаментальный принцип — потому что, зная его, понимая его, ты можешь отбросить все другие цели, ибо все другие цели случайны.

Кто-то говорит: «Я хочу стать врачом, инженером, ученым, поэтом...» — все это искусственные цели, которые ты навязываешь себе. Естественная цель — невинность, которая была у тебя в утробе матери. Или, если пойти еще глубже, ничто, откуда ты произошел, — вот твоя естественная цель. Жить естественно означает знать это — иначе ты обязательно придумаешь какие-нибудь искусственные цели.

Кто-то хочет стать просветленным — это искусственная цель. Я не говорю, что люди не становятся просветленными, я говорю, что не следует ставить это себе в качестве цели. Люди становятся просветленными лишь тогда, когда обращаются к своему изначальному источнику, — человек просветлен тогда, когда он стал естественным.

Если постигнешь это через медитацию, через твой внутренний поиск, тогда ты никогда не выберешь искусственную цель. Все искусственные цели уведут куда-то не туда. А так ты расслабляешься до состояния своей природы, превращаешься в свою изначальную природу, становишься изначальным. И в этой изначальности, в этой обыкновенной естественности, в этой буддовости — просветление.

Кто-то однажды спросил у Сюнрю Судзуки, одного из первых мастеров дзэн, живших и учивших на Западе, почему он никогда не говорит о сатори (просветлении). Мастер засмеялся и ответил: «Я не говорю о сатори потому, что у меня его никогда не было». Что он имел в виду?

Дзэн на Западе существует в очень странном контексте. Мастеру, о котором ты говоришь, Сюнрю Судзуки, должно быть, было очень сложно выразить себя, потому что у дзэн выработался свой особый язык, который существует в климате, очень отличающемся от любого другого климата на Земле.

Нести дзэн в какую бы то ни было другую страну — сложная задача. Человек должен быть готов к тому, что его неправильно поймут. Кажется, что Судзуки высказался предельно ясно, и у того, кто прочтет эти слова, не возникает ощущения, что он чего-то не понял. Между тем все, что он понял, — не верно.

У мастера спросили: «Почему вы никогда не говорите о сатори?» — так по-японски называется просветление. И Судзуки ответил именно так, как должен ответить дзэнский мастер, прекрасно зная, что его не смогут понять, неизбежно поймут неправильно. Он сказал: «Я не говорю о сатори потому, что у меня его никогда не было».

Высказывание совершенно ясное. С лингвистической точки зрения тут нет никаких вопросов и, казалось бы, нет никаких неясностей. Судзуки говорит: «Я о нем не говорю, потому что у меня его никогда не было». Сейчас я опишу контекст — климат, в котором это высказывание означает нечто кардинально противоположное тому, как ты его вначале понял.

Дзэн подразумевает абсолютную уверенность в том, что ни у кого не может быть сатори, или просветления. У тебя могут быть вещи. У тебя могут быть деньги, власть, целый мир — но у тебя не может быть просветления.

Просветление — не вещь. Им невозможно владеть. Те, кто говорят, что у них есть просветление, не понимают даже самых его азов. Человек становится просветленным — вот о чем говорит Судзуки. Нет никакой разницы между «мной» и просветлением — как же оно может быть у меня? «Я» полностью растворяется в просветлении как росинка в океане. Может ли росинка сказать: «У меня есть океан?» Росинка является океаном. Вопрос о владении вообще не стоит. Это первое, что нужно уяснить.

Судзуки был просветленным мастером, потому-то он и отрицал это. Если бы он был не просветленным, а всего лишь ученым мужем, много знающим о дзэн, тогда ему могло бы быть неловко признавать отсутствие у себя сатори. Он предпочел бы солгать, и никто не смог бы уличить его во лжи. Он мог бы сказать: «Да, у меня есть сатори, но этот опыт невыразим, он слишком прост — вот почему я никогда о нем и не говорил». Но у этого человека просветление действительно было. Если у тебя есть просветление, это означает, что у тебя его не может быть — ты исчезаешь.

Пока есть ты, просветления нет.

В тот миг, когда есть просветление, тебя нет. Ты исчезаешь, как тьма исчезает, когда есть свет. Тьма не может владеть светом, и ты не можешь владеть просветлением.

Не думаю, что слова Судзуки были поняты теми людьми, которые задали этот вопрос и получили верный ответ. Для того чтобы их понять, нужен совсем другой контекст.

Западное образование очень щедро питает эго. Фактически, западная психология поддерживает идею, что человеку нужно иметь очень отчетливое эго — сильное, агрессивное, честолюбивое. В противном случае человек не сможет выжить в борьбе за существование. Чтобы выжить, нужно, прежде всего, быть. И нас учат: для того чтобы быть, нужно не только защищаться, нужно

также нападать, атаковать. Ты должен напасть прежде, чем кто-то другой нападет на тебя. Ты должен быть первым, а не вторым, потому что защищающийся заведомо проигрывает в драке.

Вслед за западной психологией вся образовательная система поддерживает идею, что обретение зрелости означает кристаллизацию эго. Это противоречит опыту всех будд — всех просветленных. И ни один из всех этих западных психологов и деятелей образования не имеет даже отдаленного представления о том, что такое пробуждение, что такое просветление.

Все просветленные без исключения сходятся в том, что эго должно исчезнуть. Оно ложное, оно создано обществом, это не твое истинное лицо — не ты. Ложное должно исчезнуть, чтобы могло быть реальное.

Поэтому запомни такие шаги: во-первых — ложное должно исчезнуть, чтобы было реальное, во-вторых — реальное должно исчезнуть, растворившись в изначальной реальности. Люди живут слишком далеко от своего изначального дома — они не реальны, что же тогда говорить об изначальности? Им нужно вначале отдалиться от своего эго. Им нужно в медитации обрести опыт собственного центра.

Но это еще не конец. Медитация — только начало путешествия, в конце которого искатель растворяется в искомом, познающий — в познаваемом, переживающий — в переживании. И у кого же будет сатори? Ты — отсутствуешь. Ты не существуешь, когда происходит взрыв просветления. Твое отсутствие совершенно необходимо для того, чтобы произошло просветление.

Судзуки совершенно прав: «Я не говорю о сатори потому, что у меня его никогда не было». И я уверен — те, кто его слышал, непременно подумали, что у него не было опыта просветления. Просто таково буквальное значение его слов. Если среди его слушателей не было кого-то, кто пережил растворение эго и, в конечном счете, растворение своего «Я», Судзуки вне всяких сомнений был обречен на недопонимание.

Но этому человеку хватило решимости и отваги, чтобы принести дзэн на Запад. Не многие его поняли. Кого-то, несомненно, забавляли высказывания Судзуки и его истории из жизни мастеров дзэн. Им казалось, что это своего рода анекдоты. Но все же были немногие, кто понял не только слова этого человека, но его самого. Он сумел пробудить нескольких людей — и тем самым уподобился Бодхидхарме, посеявшему семена дзэн в Китае.

Судзуки вполне можно сравнить с Бодхидхармой. Он посеял те же семена на Западе. Под влиянием западного культурного климата и западного ума дзэн превратился в новую моду. Судзуки был обеспокоен. Он ведь нес не очередную моду — он нес революцию и новый образ бытия. Но Запад понимает все только в таком ключе — каждые два-три года людям требуется новая мода, старая им наскучивает.

Судзуки приняли с воодушевлением, потому что он принес нечто такое, чего ни один христианин или иудей даже и понять не мог. Он привлек многих людей младшего поколения. И некоторые из них остались верны своему мастеру до самого конца. Многие съездили в Японию — исключительно под влиянием Судзуки. Благодаря ему были переведены на западные языки сотни классиков дзэн. Сегодня стало уже возможно говорить о дзэн и быть понятым — за все это мы должны сказать спасибо одному человеку: Сюнрю Судзуки.

Никогда не нужно забывать, что слова не существуют без контекста. Если ты не знаешь контекста, твое понимание будет ложным. Если ты знаешь контекст, непонимание невозможно.

Переходя через Вашингтон-авеню в Майами-Бич, Берковиц попал под машину. Прохожие подняли его и уложили на скамейку. Какая-то милая седая дама склонилась над пострадавшим и спросила:

— Как вы? Как у вас дела?

— Ну... на жизнь хватает, — вздохнул Берковиц.

В своем контексте Берковиц понимает вопрос «Как дела?» не иначе как в смысле заработка. Он только что попал под машину, но не воспринимает вопрос «Как дела?» в контексте случившегося происшествия. Может быть, он умирает, может быть, покалечен, но этот контекст остается вне сферы его сознания.

Нужно помнить об этом, изучая дзэн: различия — в контексте.

Насколько я понимаю, ты говоришь, что просветление — это выход за пределы ума — сознательного, бессознательного, подсознательного, — человек растворяется в океане жизни, во Вселенной, в небытии. А еще ты говоришь об индивидуальности человека. Как может проявляться индивидуальность просветленного человека, если он растворен в целом?

У обычного, не осознающего человека нет индивидуальности. У него есть только личность.

Личность — это то, что дают тебе другие: родители, учителя, священник, общество, — то, что они говорят о тебе. Ты ведь хочешь почета и уважения — и потому делаешь то, за что тебя ценят. И общество вознаграждает тебя, давая все больше уважения. Этим способом окружающие и создают личность.

Но личность очень тонка — как кожица. Она — не твоя природа. Ребенок рождается без личности, однако он обладает потенциальной индивидуальностью. Потенциальная индивидуальность означает его уникальность по отношению ко всем остальным людям — он отличается от всех.

Поэтому, прежде всего, помни, что индивидуальность — не личность. Отбросив личность, ты обнаруживаешь свою индивидуальность, и лишь индивидуальность может стать просветленной. Ложное не может стать высшей реализацией истины. Лишь истинное мо-

жет встретиться с истинным, лишь подобное может соединиться с подобным. Твоя индивидуальность реальна, поэтому, когда она расцветает, ты становишься един с целым. Вопрос в следующем: если ты един с целым, как ты можешь оставаться индивидуальностью?

Тут проблема в непонимании. Опыт обретения целостности принадлежит сознанию, а проявляется он через тело, через ум. Этот опыт — за пределами структуры ум-тело. Когда человек становится совершенно безмолвным, уходит в самадхи, достигает четвертого этапа, он — не тело, он — не ум. Тело и ум молчат — он пребывает высоко над ними. Он — чистое сознание.

Чистое сознание универсально, в точности так же, как свет во всех лампах один, но проявляется по-разному. Лампочка может быть синей, лампочка может быть зеленой, лампочка может быть красной. Лампочки могут различаться по форме. Тело-ум по-прежнему остается здесь. И если человек, переживший этот опыт, захочет выразить его, ему придется использовать тело-ум — другого способа нет. И его тело-ум уникально — лишь у него есть такая структура, и ни у кого больше.

Итак, он пережил универсальный опыт, он сам стал универсальным, но с точки зрения мира, с точки зрения других людей, остался уникальным индивидуумом. Его внешние проявления будут не такими, как у других людей, достигших осознания. Дело не в том, что он хочет от них отличаться. Просто у него есть свой особый механизм, и лишь через этот механизм он может получить универсальный опыт.

Существовали просветленные художники. Они никогда не разговаривали — потому что их искусство не в словах, — а писали картины. И их картины отличаются от обычных живописных полотен — даже от работ величайших мастеров. Потому что даже самые великие художники не осознают, и их неосознанность отображается в написанных ими картинах.

Но если картины пишет осознающий человек, в его работах присутствует совершенно иная красота. Это

не только картина, но и послание. В ней есть смысл, который нужно обнаружить. Смысл присутствует в закодированном виде, потому что у этого человека есть способности только к живописи — вот почему именно художественный образ становится его кодом. Тебе нужно раскрыть этот код, и тогда в картине откроется глубочайший смысл. И чем глубже ты погружаешься в этот смысл, тем больше тебе открывается. Другие картины плоские; возможно, их делали великие мастера, но они плоские. А картины, написанные осознующим человеком, многомерны — они не плоские. Они хотят что-то сказать тебе. А если такой человек является поэтом, как Кабир, он поет песни, которые становятся его проявлением.

Если человек обладает даром выражать невыразимое словами, он говорит и его слова оказывают совсем другое воздействие. Все остальные люди используют те же самые слова, но сказанное ими не оказывает такого воздействия, потому что не несет ту же энергию — не исходит из того же источника. Человек опыта наполняет слова своим опытом — они не сухие, это не слова оратора или лектора. Возможно, он не учился искусству красноречия, но ни один оратор не в состоянии воздействовать своими словами на слушателя так, как он. Люди трансформируются лишь благодаря тому, что послушали его. Просто находясь рядом с этим человеком, просто омываясь дождем его слов, ты ощущаешь трансформацию в себе — внутри тебя созревает новая сущность, ты перерождаешься.

Поэтому, когда я говорю, что даже у просветленных есть индивидуальность, я имею в виду, что они остаются уникальными — по той простой причине, что у них есть уникальная структура тела-ума, и все, что к нам приходит, неизбежно приходит именно через эту структуру.

Будда говорит в одной манере, Махавира говорит в другой манере. Чжуан-цзы рассказывает абсурдные истории — но он прекрасный рассказчик и его истории

неизменно вовлекают твое сердце в игру. Его истории настолько абсурдны, что ты ничего не можешь с этим поделаться. Вот почему он и делает свои истории абсурдными — чтобы твой ум не мог вмешаться. Абсурдная история заставляет твой ум остановиться, и тогда присутствие Чжуан-цзы становится доступным для тебя, для твоего сердца — ты можешь выпить принесенного им вина. Он отгеснил твой ум в сторону при помощи абсурдной истории. Ум озадачен и потому не функционирует.

Многие люди задавались вопросом, почему Чжуан-цзы рассказывает абсурдные истории, и никто из них не смог объяснить этого. По той простой причине, что им было невдомек — это нужно для того, чтобы прекратить функционирование ума, отчего ты становишься открыт, открывается твое сердце. И тогда Чжуан-цзы может вступить с тобой в контакт.

А Будда не умеет рассказывать абсурдные истории. Он говорит притчами, исполненными глубокого смысла. Он не стремится обойти ум... В этом уникальность разных людей. Он стремится убедить твой ум и лишь потом, через убеждение ума, прийти к твоему сердцу. Если убедить ум, тот сдастся. Притчи Будды — его беседы — полностью логичны; и ум, рано или поздно, уступает.

Разные мастера... Например, Джалаледдин Руми только вертелся и больше ничего не делал. Он стал просветленным после тридцати шести часов постоянного верчения — безостановочного верчения. А ведь все дети любят вертеться. Родители их останавливают. Они говорят: «Ты упадешь. У тебя может случиться приступ или ты ударишься обо что-нибудь — прекрати немедленно». Но все дети во всем мире любят вертеться, потому что каким-то образом во время верчения ребенок обнаруживает свой центр. Не обнаружив центр, вертеться нельзя. Тело вертится и вертится, но верчение должно происходить вокруг какого-то центра; поэтому постепенно человек осознает свой центр.

После тридцати шести часов непрерывного верчения Руми обрел абсолютную ясность относительно своего центра. Это был его опыт высшего. Затем всю свою жизнь он делал лишь одно: учил людей вертеться. Это могло бы показаться абсурдом буддисту, это могло бы показаться абсурдом последователю любой другой религии — ибо что ты можешь получить от верчения? Простой метод, самый простой метод — и он может подойти тебе либо не подойти.

Например, мне он не подходит. Я даже на качелях не могу сидеть — меня сразу укачивает. Да что там самому сидеть на качелях — я не могу смотреть, как качаются другие! Мне от одного вида качелей становится дурно. Так что Руми не для меня. Есть люди, которых от верчения тошнит или даже может вырвать. Значит, этот метод не для них.

Мы все индивидуумы — все разные. И тут нет противоречия. Человек может получить универсальный опыт, но что касается проявлений этого опыта, они индивидуальны.

Очищаем луковицу личности — понять свои программы

Человек похож на луковицу. Точь-в-точь — у него очень и очень много слоев личности. А под слоями скрывается его сущность. Эта сущность подобна пустоте — вакууму. Она в большей степени подобна небытию, чем бытию, потому что у бытия есть некоторые ограничения, пределы. А у этого сокровенного центра нет никаких пределов, нет ограничений — только свобода, свободное течение энергии в бесконечных измерениях.

Пока человек не счистит с себя все слои своей личности, вплоть до самого последнего, и не откроет свою сущность, его ум остается больным. Болезнь ума заклю-

чается в том, что он застрял где-то, застыл где-то. Болезнь ума означает, что он заблокирован. Это тупик — именно тупик, потому что ты не находишь выхода. Ты заблокирован. У тебя нет свободы, чтобы течь — быть и не быть. Ты вынужден быть *чем-то*. Ты подобен монолитному камню, а не реке.

Свобода — это здоровье. Когда ты заблокирован, увяз, это болезнь ума — и больны все, почти все. Очень редко встречается человек, которому достает смелости проникнуть в сокровенное ядро не-бытия. Тогда человек становится буддой — целостным, здоровым, святым.

Нам нужно понять эти слои личности, потому что понимание является целительной силой. Если ты в точности понимаешь, где твои блоки, они начинают рассасываться. В этом чудо понимания — само по себе понимание помогает им раствориться. Ничего больше не нужно делать. Если ты знаешь наверняка и точно — если можешь безошибочно указать, где у тебя блок, где ты застрял, где попал в тупик, — тогда само по себе осознание этого факта, целостное его понимание обуславливает растворение блока. Понимание — целительная сила, и, как только оно начинает растворять блоки, ты снова обретаешь текучесть. Ты становишься потоком.

Первый, самый поверхностный уровень личности — уровень формальностей, правил поведения в обществе. Все это нужно, во всем этом нет ничего плохого. Ты встречаешь на улице человека. Знакомого. Если ты ничего не говоришь и он тоже ничего не говорит — если вы не выполнили принятые в обществе формальные ритуалы, — вам обоим от этого становится неловко. Нужно что-то сделать. И дело не в том, что тебя все это интересует, но нужна какая-то социальная смазка. Так что я называю первый слой слоем социальной смазки. Он обеспечивает гладкость взаимодействий. Это слой приблизительно таких реплик: «Доброе утро, как поживаешь? Великолепно! Лучше всех! Чудная погодка! Рад тебя видеть». Прекрасный слой — в нем нет ничего плохого. Если ты его используешь — замечательно. Но

нельзя, чтобы он *пользовался тобой*, нельзя застревать в нем, полностью теряя связь со своим сокровенным существом. Если ты никогда не выходишь за пределы этого уровня, значит, ты застрял. Значит, твой ум болен.

Прекрасно сказать кому-то «Доброе утро». Но человек, который никогда не говорит ничего больше, болен. Он утратил связь с жизнью. Социальная смазка стала для него социальной формальностью, превратилась в средство отчуждения, уклонения. Видя человека, ты говоришь ему «Доброе утро» просто для того, чтобы идти дальше своей дорогой, избежав контакта.

В таких социальных формальностях вязнут миллионы людей — они живут в этом слое и никогда не выходят за его пределы. Этикет, манеры, слова, болтовня — они разговаривают не для того, чтобы общаться, а для того, чтобы избежать общения и заодно неловкости, когда им приходится встречаться лицом к лицу с другим человеком. Они очень закрытые люди. И если их жизнь полна страданий, это не удивительно. Если они живут в аду, в испытываемых ими страданиях нет ничего странного. Фактически, они — мертвецы.

Фредерик Перлз, основатель гештальт-терапии, называл этот слой слоем «куриного помета» — он мертвый и сухой. Многие люди живут в курином помете. Вся их жизнь — пустая формальность. Они никуда не движутся, застряли в дверях и не вошли в комнаты жизни. У жизни есть множество комнат, а они просто стоят в дверях, на лестничной клетке. Лестница — это хорошо, если ты по ней идешь; но она становится опасной, если ты за нее цепляешься.

Так что помни: здоровый человек просто использует слой формального общения. Когда тот служит смазкой, это нормально. Нездоровый же человек сводит всю свою жизнь к этому слою — его улыбки ничего не значат, и его смех ничего не значит. Когда кто-то умирает, он становится грустным, причитает, даже слезы начинают течь по его щекам... Но это все фальшивка! Все это ничего не значит. Все, что он делает, ничего не значит. Он

постоянно устраивает шоу, спектакль. Вся его жизнь — напоказ. Он не может испытывать и удовольствие, потому что не в состоянии отправиться внутрь себя.

Формальность — не взаимоотношения. Она может помогать или мешать. Здоровый человек использует ее для того, чтобы идти глубже, нездоровый человек увязает в ней. Ты встречаешь таких людей повсюду, они улыбаются... в клубах *Lions*, в клубах *Rotary*. Люди «куриного помета» всегда одеты с иголочки, ухожены, прилизаны и абсолютно неблагополучны. Больные, нездоровые, они только и делают, что занимаются показухой. Это становится для них образом жизни. Вернувшись домой из своего клуба *Rotary* или *Lions*, они и со своими детьми общаются на том же уровне. И на том же уровне занимаются любовью со своими женами. Вся их жизнь сводится к манерам. Книги по этикету заменяют им Библию, Коран и Гиту. Они думают, что, выполняя требования общества, чего-то достигают в жизни.

Этот слой нужно разбить. Сохраняй осознанность, чтобы не застрять в нем. Сохраняй осознанность. И если ты все же застрял в этом слое, обрети осознанность — она сама по себе поможет растворить блок, испарить его и дать энергию для выхода во второй слой.

Второй слой — это слой ролевых игр. Первый слой совсем не соприкасается с жизнью. Во втором слое иногда бывают проблески. Второй слой — это «Я — муж, ты — жена». Или: «Я — жена, ты — муж». Или: «Я — отец, ты — ребенок». Или: «Я — президент Соединенных Штатов». Или: «Я — королева Англии». Все политики в мире живут во втором слое ролевых игр. Каждый думает, что он (или она) самый великий в мире — самый великий мужчина, самый великий поэт, самый великий философ, великий тот, великий этот...

Второй слой — это слой эго. Ты все время играешь роли и постоянно должен менять их. В комнату, где ты сидишь, входит слуга — и ты переключаешься на роль хозяина, тирана. Ты смотришь на слугу так, будто бы он не человек. Ты — господин, а слуга — пустое место.

Затем входит твой босс — и роли мгновенно меняются. Теперь уже ты никто, ты виляешь хвостом; ты вскакиваешь со своего места, чтобы приветствовать босса. Тут нет ничего плохого — прекрасный спектакль... если только ты в нем не вязнешь. Нужно играть — жизнь действительно прекрасный спектакль. На Востоке его называют *мила* — божественная игра. Это игра, пьеса — каждому приходится играть множество ролей, но не следует останавливаться ни на одной роли.

Следует быть свободным. Роли должны быть подобны одеждам — ты в любой момент можешь их сбросить. Если ты способен на это, значит, ты не застрял, значит, ты можешь спокойно играть роли, и в этом нет ничего плохого! Если так, то прекрасно, но если роль превращается в твою жизнь и ты уже не знаешь ничего за ее пределами, тогда это опасно. Тогда ты играешь тысячу и одну роль в жизни, но не соприкасаешься с самой жизнью.

Фредерик Перлз называет это слоем «коровьего навоза». Это очень большой слой. Многие люди вязнут в нем — по самое горло набиты коровьим навозом. Они несут на себе бремя всего мира — как будто бы мир зависит от них. А если бы их не было, что случилось бы с миром? Воцарился бы хаос? Все бы рухнуло, ведь именно они удерживают все на своих плечах? Да, эти люди больны.

Люди первого типа — живущие только на первом уровне, в первом слое — абсолютно больны, но не очень опасны. Люди второго уровня не настолько больны, но более опасны, потому что они становятся политиками, генералами, управленцами, миллионерами. Они накапливают деньги, власть, авторитет и многое другое — играют в большие игры. Из-за их игр миллионы людей не видят света белого — миллионы приносятся в жертву их играм.

Если ты застрял во втором слое, стань бдительным. Всегда помни, что на любом уровне есть две возможности. Первый слой является смазкой — нужно только

понимать это. Тут нет ничего плохого — первый слой даже полезен. Он улучшает нашу способность двигаться по миру плавно. Нас окружают миллионы людей, то и дело возникают конфликты — это неизбежно. И умение общаться на формальном уровне и вести себя в соответствии с ситуацией только на пользу тебе и окружающим. Тут нет ничего плохого. Но если все ограничивается этим первым слоем, тогда дело плохо. Лекарство превращается в яд. Нужно постоянно помнить об этой тонкой грани — на каждом уровне.

На втором уровне, если ты просто наслаждаешься игрой, понимая, что это игра, и не относишься к ней слишком серьезно... Как только ты становишься серьезным, это уже больше не игра. Это становится для тебя реальностью — и ты увязаешь. Пока ты получаешь удовольствие от происходящего и воспринимаешь все как забаву — прекрасно! Радуйся и помогай радоваться другим. Весь мир — театр, но не нужно относиться к нему слишком серьезно. Серьезность свидетельствует о том, что болезнь поразила твое существо. Теперь ты думаешь, что игра объемлет собой все и стать президентом Соединенных Штатов — самое главное в жизни. Ради этой цели ты жертвуешь собой, жертвуешь другими, не брезгуешь никакими средствами... а когда цель достигнута, понимаешь, что ничего не достиг! Потому что это всего лишь игровой слой, приснившиеся вещи, а проснувшись, ты испытываешь глубочайшее разочарование — жизнь прошла, а ты ничего не совершил.

Это — разочарование богачей. Это — разочарование богатых стран. Это — разочарование тех, кто добился успеха. Добившись успеха, они вдруг обнаруживают, что потерпели крах. Они вдруг лицом к лицу сталкиваются с фактом, что потратили свою жизнь на игру. Сохраняй сосредоточенность и бдительность, иначе, если ты не застрял в первом слое, застрянешь во втором.

Дальше идет третий слой — хаоса. Именно из-за третьего слоя люди боятся двигаться внутрь себя; из-за него они застревают во втором слое.

Во втором слое все ясно и понятно. Правила известны — ибо у каждой игры свои правила. Два плюс два равняется четырем во втором слое — но не в третьем. Третий слой не похож на второй, здесь царит хаос — колоссальные энергии без правил. Тебе становится страшно. Третий слой пробуждает в тебе страх.

Вот почему, когда, начиная заниматься медитацией, ты падаешь со второго слоя в третий, ты ощущаешь хаос. Ты вдруг перестаешь понимать, кто ты! Мир «кто есть кто» принадлежит второму слою «коровьего навоза». Если хочешь побольше узнать о втором слое, почитай книгу «Кто есть кто». Эти книги публикуются по всему миру, и перечисленные в них люди принадлежат ко второму слою.

В третьем слое ты вдруг понимаешь, что не знаешь, кто ты такой. Личность теряется, правила исчезают, воцаряется настоящий хаос — бескрайний штормящий океан. Прекрасно, если ты способен его осознать, иначе третий слой воистину ужасен. Этот третий уровень — если хорошо понимать его и сохранять там осознанность — даст тебе первый проблеск, первый настоящий проблеск жизни. Иначе ты станешь невротиком.

В третьем слое люди сходят с ума. Они более честны, чем люди, принадлежащие первому и второму слоям; сумасшедший — это просто тот, кто отбросил формальности, отбросил ролевые игры и позволил хаосу поглотить себя. Он лучше, чем ваши политики. По меньшей мере, он более искренен и верен жизни.

Я не предлагаю тебе становиться невротиком и сходить с ума, но безумие приходит именно на третьем уровне. Ван Гог сошел с ума — почему? Актеры, музыканты, поэты, художники — все они принадлежат третьему слою. Они искренние люди, более искренние, чем ваши политики и ваши так называемые монахи, папы, махатмы, которые принадлежат ко второму слою и играют роли, например роль махатмы. Третий слой — это слой более искренних и честных людей, но им угрожает опасность: они настолько искренни и

честны, что погружаются в хаос. Они не цепляются за мир правил — они погали в шторм.

Если человеку на этом уровне удастся сохранять бдительность, то хаос превращается в космос. Он является хаосом лишь потому, что ты не бдителен, не сосредоточен, не осознан. Если ты осознан, он превращается в космос, порядок... и это не порядок человеческих правил, а порядок Дао, порядок, который Будда называл дхармой. Это — высший порядок, а не порядок, созданный человеком. Если ты сохраняешь бдительность, хаос остается на прежнем месте, но ты не остаешься в хаосе — осознание выводит тебя за его пределы. Ты знаешь, что вокруг тебя царит хаос, но глубоко внутри никакого хаоса нет. Внезапно ты оказываешься выше всего этого. Ты не теряешься в хаосе.

Поэты, художники, музыканты теряются в хаосе потому, что не умеют сохранять осознанность. Но они — честные люди. В дурдомах всего мира намного больше честных людей, чем в столицах, и будь моя воля, я превратил бы столицы в дурдомы.

Людам в дурдомах нужна помощь для перехода с третьего слоя на четвертый. У суфиев есть особое слово, обозначающее людей третьего слоя. Их называют *маста* — безумцы, но обезумевшие от любви к запредельному. И им нужен кто-то, кто возьмет их за руку и отведет в четвертый слой. В третьем слое человеку требуется проводник, который знает эту территорию — который уже пересекал ее. И лишь люди третьего слоя пускаются на поиски мастера или проводника — кого-то, кто помог бы им в хаосе.

В третьем слое есть две возможности. Ты можешь обезуметь — это пугает, и именно из-за этого люди цепляются за второй слой. Они цепляются, объятые страхом, потому что стоит им ослабить хватку, и они упадут в хаос, — вы все это знаете: если не цепляться за роли, вы рухнете в хаос. Вы играете в игру — в мужа или в жену — и знаете, что сойдете с ума, если перестанете играть. И вы продолжаете играть в игру, навя-

занную вам обществом, боясь, что отпав от нее... куда вы упадете? Отпадете от общества и упадете в хаос. И тогда любая уверенность будет потеряна, останется лишь смятение.

Итак, одна возможность — смятение, невроз, дурдом. Другая возможность — если ты сохраняешь бдительность, медитативность, осознанность — состоит в том, что хаос становится абсолютно прекрасным. Это уже не хаос, а своего рода порядок — своего рода внутренний порядок. Даже буря прекрасна, если ты сохраняешь бдительность и не отождествляешь себя с ней. И тогда колоссальные потоки энергии хаоса омывают тебя со всех сторон, а ты непринужденно стоишь в центре. Твоя осознанность остается совершенно не затронутой. И это дает тебе первый проблеск осознания того, что такое подлинное психическое здоровье.

Люди, принадлежащие второму слою, лишь выглядят психически здоровыми, тогда как в действительности это не так. Вытолкни их в третий слой, и они сойдут с ума. Люди же, пребывающие в третьем слое и сохраняющие осознание, — они психически здоровы, их нельзя свести с ума. Ни одна ситуация не заставит их потерять рассудок. Люди второго слоя всегда стоят на самом краю. Малейший толчок — колебания рынка, банкротство, смерть жены, сын совершает преступление — и они падают на третий уровень, сходят с ума.

Люди второго уровня всегда готовы сойти с ума. Любая ситуация, малейший толчок... Они томятся на отметке девяносто девять градусов — остается всего один градус, и он может добавиться в любой момент. Тогда они сходят с ума.

Тот, кто переходит на третий уровень, в третий слой, и сохраняет осознанность, выходит за пределы безумия. А дальше есть еще четвертый уровень, четвертый слой. Ты можешь попасть туда лишь после того, как пройдешь третий уровень. Если ты лицом к лицу встретился с хаосом, с анархией внутреннего мира, ты обретаешь способность выйти на четвертый уровень.

Четвертый уровень — это слой смерти. После хаоса человеку нужно встретиться лицом к лицу со смертью — хаос готовил тебя к этому. На четвертом уровне (если ты достигнешь его) ты внезапно ощутишь, что умираешь, — ты действительно умираешь. В глубокой медитации, когда ты соприкасаешься с четвертым уровнем, ты начинаешь ощущать, что умираешь. Или же — поскольку медитация мало распространена среди людей — ты можешь ощутить, что умираешь во время сексуального оргазма. Во всем мире люди, очень различающиеся по культуре, языку, воспитанию, внезапно ощущают себя в объятиях смерти, когда испытывают оргазм. Некоторые даже прямо говорят об этом, особенно женщины. Когда все их тело вибрирует в ритме оргазма, наполняется жизненной энергией и секс превращается в танец — женщины всего мира порой произносят слова: «Я умираю!»

В древнеиндийских сексуальных трактатах сказано: «Никогда не держи попугая или майну в комнате для любовных утех». Потому что птица может запомнить эти слова — когда ты в пылу страсти станешь выкрикивать слова высшего наслаждения (например, «Я умираю»), попугай или майна может запомнить эти слова. А потом станет повторять их, и будет очень неловко, если это случится при посторонних. Так что никогда не держи попугая в комнате для любовных утех.

Вот почему во всем мире женщин во все века подавляли. Фактически, их настраивали на то, чтобы они вовсе не испытывали оргазм, потому что это опасно: ты переживаешь свободу, подобную смерти. Это умирает; внезапно личность исчезает. Твоего «я» больше нет, лишь сама жизнь пульсирует — неведомая, безымянная, не поддающаяся никаким определениям жизнь. Просто жизнь — а тебя нет. Волна исчезла, остался океан. Испытать глубокий оргазм означает пережить океаническое чувство полной растворенности. Женщин заставляли воздерживаться от активности в любовных играх, потому что, если женщина активна, она больше

склонна — благодаря своему тонкому и чувствительному телу — испытывать оргазм, подобный смерти. Им запрещали произносить хоть слово или двигаться во время секса — они должны были просто лежать — как трупы, как ледышки.

Мужчины тоже осознали, что если они по-настоящему глубоко окунутся в оргазм, то переживут интенсивнейший опыт — потрясающий, шокирующий. Это смерть. Мужчина никогда больше не будет таким, как прежде. Поэтому мужчины приучились переживать локальный оргазм — только в области гениталий, не вовлекая в него все тело.

На много веков женщины совершенно забыли, что они могут испытывать оргазм. Лишь в последние несколько десятилетий им удалось заново открыть свою способность к оргазму. И не просто к оргазму, а к множественному оргазму. Женщина сильнее мужчины, и она способна погрузиться в оргазм глубже. Ни один мужчина не может состязаться с женщиной, когда речь заходит об оргазме, но на протяжении столетий ее оргазм был подавлен и скрыт. Ее учили, что сексом должен наслаждаться только мужчина, ее учили, что женщине не пристало получать от секса удовольствие.

Зачем такое подавление и почему вообще во всем мире секс так сурово подавляется? Секс подобен смерти — вот почему. Все культуры подавляют две вещи: секс и смерть, которые настолько похожи друг на друга, что мы почти можем назвать их двумя сторонами одной медали. Так и должно быть, потому что именно через секс зарождается жизнь и так же она должна исчезать. Изначальный источник одновременно должен быть и концом цикла. Через секс зарождается волна жизни — и в сексе же она должна затухать. Так что секс — это жизнь, и секс — это смерть.

То же самое происходит в медитации. Ты осуществляешь такую глубокую настройку, что внезапно проходишь насквозь третий слой хаоса. Ты умираешь! И если тебе становится страшно, здесь возникает блок.

У людей, которые боятся медитации и придумывают массу рациональных обоснований, почему они ею не занимаются, имеется блок. Но, если ты сохраняешь бдительность и признаешь смерть, ты становишься бессмертным. Ты знаешь, что смерть повсюду кругом, и не умираешь. Без остатка отдаешься смерти и без остатка отдаешься жизни, умираешь и сознаешь свое бессмертие — это самый прекрасный опыт, который может испытать человек.

Тут, на четвертом уровне, у нас опять-таки есть две возможности — в каждом слое есть две возможности. Первая возможность — если ты встретишь смерть, не имея осознанности, то будешь затем существовать как зомби, робот, пустой и безразличный. Во всех психиках можно встретить людей четвертого слоя — без жизни, без энергии. Они существуют, но это почти растительное существование. Человек дошел до самого конца, но в какой-то момент вдруг утратил бдительность, осознанность. И теперь он мертв. Процесс остался незавершенным. Он умер, но не возродился. Человек отсутствует, он смотрит на тебя пустыми глазами. Если ты дашь ему пищу, он поест, если не дашь, он так и будет сидеть голодный день за днем. Он живет жизнью мертвеца. Он на четвертом уровне, но ему недостает осознанности.

В четвертом слое помощь мастера необходима. Умереть ты легко сможешь и сам, но кто приведет тебя к возрождению? Кто вытащит тебя из этого опыта смерти — шокирующего и сокрушительного для эго? На четвертом уровне обретает смысл христианский символ креста. Именно на четвертом уровне крест имеет смысл — ты умираешь, но это еще не все. Иисус воскрес. Распятие и воскресение.

Если человек просто встречает смерть на четвертом уровне, он дальше живет как зомби. Он движется по миру, словно во сне, в глубоком гипнотическом сне. Пьяный, пустой... крест в этом человеке присутствует, а воскресение не произошло. Если же человек сохраняет

бдительность... что очень сложно перед лицом смерти. Но если работать без спешки, это возможно. Если ты бдителен и осознан, когда вокруг смерть, ты становишься бессмертным. Далее идет пятый уровень.

Пятый уровень — это слой жизни. Энергия становится абсолютно свободной, без малейших блоков. Ты свободен быть таким, каким хочешь. Можешь двигаться, не двигаться, действовать, не действовать — все что угодно, ты абсолютно свободен. Энергия становится спонтанной. И — теперь уже в последний раз — здесь тоже есть две возможности.

Человек может настолько отождествить себя с жизненной энергией, что превратится в эпикурейца. Именно на этом уровне Эпикур отличается от Будды. Эпикурейцы, чарваки в Индии и другие гедонисты во всем мире добрались до пятого слоя — ядра жизни. Они познали жизнь — и отождествили себя с ней. Их жизненное кредо — есть, пить, веселиться, потому что они не знают ничего за пределами жизни.

Жизнь — за пределами смерти. А ты — даже за пределами жизни. Ты — высшая трансценденция. Но если на пятом уровне ты не будешь сохранять бдительность, у тебя есть все шансы стать жертвой гедонизма. Ты почти дома, еще один шаг... но ты думаешь, что цель уже достигнута. Эпикур прекрасен. Еще один шаг, и он стал бы буддой. Чарваки прекрасны, еще один шаг, и они стали бы христами. Всего один шаг... но в последний миг они отождествили себя с жизнью. Помни: отождествляться со смертью сложно (кто хочет отождествиться со смертью?), но отождествить себя с жизнью очень легко, потому что все хотят вечно жить, жить, жить и жить...

Для человека, который превращается в Эпикура — отождествляет себя с жизнью, — вся жизнь как оргазм. Все его тело работает красиво и изяшно. Он получает наслаждение от мелочей — пища, танец, ветерок, солнце. Мелочи жизни доставляют ему огромное наслаждение. Да, наслаждение — имя этого человека... или

же можно назвать его радостью. Но не блаженством, блаженство не для него. Он радуется, но не испытывает блаженства.

В чем различие между радостью и блаженством? Когда ты радуешься чему-то, твоя радость зависит от этой вещи, она объективна. У тебя есть прекрасная женщина для любовных утех, и ты рад. Но если прекрасная женщина уйдет, тобой овладеет печаль. Когда атмосфера вокруг тебя хороша — когда она искрится весельем и жизнью, — твои ноги сами просятся в пляс. Но стоит атмосфере испортиться — когда набегают тучи и приходит скука, — вся твоя радость пропадает. Человек в радости испытывает также и грусть. Есть взлеты и есть падения, он поднимается на вершину и снова спускается в долину. Есть дни и есть ночи — двойственность сохраняется.

Если же человек сохраняет бдительность перед лицом жизни — сохраняет осознанность, он выходит и за пределы жизни. Тогда наступает блаженство. Твоя радость становится беспричинной. Ты пребываешь в состоянии блаженства, как бы ни обстояли дела. Блаженство — это твоя природа, а не нечто происходящее с тобой. Оно — это *ты*.

Слои расположены именно в таком порядке потому, что при рождении ребенок есть жизнь. Каждый ребенок — Эпикур, биение жизни, свободное движение энергии без каких бы то ни было блоков. Ребенок — это энергия, чистое наслаждение энергией, он прыгает от радости без причины. Даже попав в рай, ты не станешь так прыгать — а он скачет и скачет. Или соберет несколько разноцветных камешков и сияет от счастья. Посмотри на детей, на то, как они бывают счастливы без всякой причины!

Когда ребенок рождается, у него есть лишь один слой — жизнь. Если бы ребенок мог обрести осознание, он немедленно перешел бы в состояние будды — но это сложно. Он не может обрести осознание, потому что для этого ему нужно войти в жизнь, в страдания.

Ему нужно собирать много слоев — таков процесс роста. Именно поэтому Иисус говорил, что мы войдем в Царство Небесное, когда станем, как дети... но он не говорит, что туда войдут сами *дети*, нет. Люди, которые *как дети*, — не дети. Сами дети не войдут, им нужно вначале вырасти, нужно потерять все, чтобы обрести снова. Они должны заблудиться в мире, должны полностью забыть себя; лишь так, уйдя от себя, далеко от себя, пройдя через многие страдания, они вернутся домой. Они снова обнаружат свой дом — и тогда станут как дети. Не дети, но *как дети*.

Ребенок рождается с функционирующим слоем жизни. У ребенка есть лишь два слоя: слой жизни и трансцендентный слой. Трансцендентный слой — это центр, это даже не слой, а самая сердцевина. Можешь называть это душой, своей сущностью или как угодно еще. То есть у ребенка есть лишь один слой — жизни, а затем, подрастая, он понемногу осознает существование смерти. Он видит, что люди умирают, цветы вянут; он видит, как вдруг умирает птичка или домашняя собака, — и начинает осознавать существование смерти. Когда ребенок видит все это и оглядывается вокруг, он начинает понимать, что жизнь однажды обязательно закончится. Так он наращивает вокруг себя следующий слой — смерти. Он начинает бояться смерти. Это второй слой, достигаемый ребенком.

Затем, по мере того, как он подрастает, появляется много разных «нужно» и «нельзя»: «Вот это тебе сделать нужно, а это нет». Ему не дают полной хаотической свободы — его дисциплинируют, принуждают. Ребенок — это хаос, полная свобода. Он хотел бы жить в мире без правил, но этого ему не позволяют. Он становится членом общества, поэтому его хаос, его стремительную многомерную энергию следует подавлять. Нужно навязать ему правила, многому его научить — и вот начинается приучение к горшку и много других вещей. Все на свете делится на «хорошее» и «плохое».

Ему приходится выбирать. Создается третий уровень — правил и невроза.

Чем больше правил заложили в ребенка, тем больше он склонен к неврозу, — вот почему невроз характерен для цивилизованного общества. В первобытном обществе люди не страдают от неврозов — им не навязывают слишком много правил. Фактически, им позволено сохранить в себе немного хаоса. Мало правил — мало возможностей для невроза. Больше правил — больше возможностей для невроза. Это третий уровень.

Далее ребенок учится играть в игры. Он вынужден в них играть, потому что ему не позволено оставаться подлинным и реальным. Порой он испытывает ненависть к матери, потому что мать постоянно что-то ему навязывает. Но он не может признаться матери в своей ненависти. Он должен говорить: «Я тебя люблю». Он должен радовать маму и притворяется, что всей душой любит ее. Так начинаются игры — четвертый слой. Теперь он будет играть в игры. Малыши становятся политиками. Папа возвращается домой, и ребенок улыбается, потому что знает: если не улыбнешься, не получишь мороженого. Если улыбаться, папа станет щедрым. А если не улыбаться, он может стать весьма суровым. Так ребенок становится политиком.

Посмотри на портреты политиков — они все улыбаются. Наблюдал ли ты когда-нибудь за кандидатом во время предвыборной кампании? Он улыбается непрестанно, растягивает губы — а внутри улыбки нет. Порой это просто входит в привычку... Знал я одного политика — однажды даже имел несчастье ночевать с ним в одном гостиничном номере. И вот, проснувшись ночью, я посмотрел на него, а он улыбается! Это до того вошло у него в привычку, что он даже во сне не мог расслабиться. Должно быть, он и по ночам продолжал свою предвыборную кампанию...

Ребенок учится тому, что ему необходимо притворяться. Его не принимают таким, каков он есть, ему

нужно демонстрировать, что он такой, каким его хотят видеть другие. И он разделяется пополам, у него появляется свой частный мир. Если ему хочется выкурить сигарету, приходится прятаться — он курит в гараже, прячется где-нибудь на задворках. Ты можешь застать ребенка за курением, но заведи с ним разговор об этом, и он будет все отрицать, твердя с самым невинным видом: «Да о чем вы говорите? Я? Курил? Никогда в жизни!» Ты только посмотри на это прекрасное невинное лицо... Он стал замечательным политиком, мастером ролевых игр.

Он убеждается, что эти игры выгодны. Если ты честен, ты страдаешь. Если становишься искусным лжецом, тебя ждет награда. Ребенок осваивает правила этого безумного мира. Развивается четвертый слой — искусство ролевых игр.

Далее идет пятый слой — формальностей. В гости собирается прийти тетушка, которую ребенок ненавидит, но мама с папой велит: «Она наша гостя, поэтому будь с ней поласковее. Ты должен не только поздороваться, но и поцеловать ее». Ребенку противна сама мысль об этом — просто отвратительна! Но что делать? Ребенок беспомощен, бессилен. У тебя есть власть, у семьи есть власть, ты можешь просто раздавить его. Поэтому он улыбается, целует тетушку и говорит «Доброе утро», и все это неискренне. Так он наращивает пятый слой.

Таковы пять слоев. А тебе нужно пройти их в обратном порядке — к изначальному источнику. Именно это Патанджали называл *пратьяхара* — возвращение к изначальному состоянию. Именно это Махавира называл *пратикрамана* — возвращение, переход к тому, что было сначала. Именно это Христос называл стать как дети.

Снять с себя, как с луковицы, эти слои — тяжелая задача. Даже обыкновенную луковицу нелегко почистить, потому что слезы застилают глаза, — когда же ты чистишь луковицу своей личности, слез очень много. Это трудно, тяжело, но сделать нужно — иначе проживешь ложную жизнь, иначе будешь всю жизнь болен.

Но ребенок невежествен — он этого не знает и даже не знает, что не знает. Мудрец тоже не знает, но он знает о своем незнании — в этом единственная разница между мудрецом и ребенком. Ребенок невежествен и не осознает своего невежества; мудрец невежествен, но прекрасно осознает это. В этом его мудрость, его знание — он знает о собственном незнании.

Быть где-то посередине и притворяться знающим — болезнь. Притворство — это фальшь. Быть фальшивым означает застрять где-то. Застрять где-то означает иметь блоки — энергия не течет, она не может протекать свободно. Ты подобен не реке, а застывшим глыбам льда — отчасти мертв, отчасти жив.

Просто проанализируй себя. Что ты знаешь? Если ты проникнешь в себя достаточно глубоко, то поймешь, что не знаешь ничего. Возможно, у тебя есть много информации, но это не знание. Священные писания... как бы много ты их ни прочел, — это не знание. Если ты не прочел писание своего собственного существа, никакое знание невозможно. Есть лишь один Коран, одна Библия, одна Гита — и эта книга скрыта внутри тебя. Тебе нужно расшифровать ее. Именно об этом я говорю с тобой — о том, как ее расшифровать, и о том, как она затерялась в джунглях твоей личности, в слоях личности, в масках, в притворстве. Она потерялась, но потерялась не окончательно — она по-прежнему там. Ищи, и сумеешь найти. Поищи немного, приблизься к ней, и рано или поздно окажешься на верном пути. И в тот миг, когда ты оказываешься на верном пути, ты вдруг ощущаешь, что все становится на свои места, все собирается воедино, все складывается в симфонию. Границы растворяются, и возникает единство.

Знание возможно лишь тогда, когда ты выходишь за пределы смерти и жизни — не раньше. Как ты можешь что-то знать, если еще не достиг своего сокровенного существа? Что ты можешь знать, если не знаешь себя? Вот почему все мудрецы настаивают: «Познай себя» — ибо в этом тайный ключ всего знания. Один этот ключ

открывает тысячу и один замок, это главный ключ. Познав одно, гласят Упанишады, человек познает все. Если ты не познал это одно, то пусть даже тебе известно все — толку не будет. Тогда все это знание становится для тебя бременем, тяготит тебя. Оно может тебя убить — но не может освободить.

Если ты сохраняешь бдительность и точно знаешь свой блок: «Вот где моя травма. Вот где тупик. Вот где блок. Вот где болезнь», если ты можешь сохранять сосредоточенность на своей болезни, она вдруг начинает рассасываться.

Но признание своей болезни, сосредоточенность, бдительность возможны лишь при очень глубокой осознанности. Признание болезни означает, что ты признаешь: проблема именно в *этом*. Стоит четко определить проблему и можно считать, что ты на пути к ее решению, ничего больше не нужно. Для духовных болезней одного только их признания вполне достаточно — никакие другие лекарства не нужны.

Медицина и медитация — два лекарства в мире. И оба эти слова происходят от одного корня. Медицина — для тела, медитация — для души, оба слова означают «лечение».

У мудреца нет духовных недугов, потому что он сосредоточен, бдителен. Он помнит себя. Он не отождествляет себя ни с одним слоем личности. Он — не формальности, не роль в какой-то игре, не хаос, не смерть, не жизнь. Он — за пределами всего этого.

Прими это как очень полезный инструмент, используй для внутреннего поиска — чтобы заново открыть свое существо. Двигайся от первого слоя... и не спеши, потому что, если не закончить что-то на любом уровне, придется вернуться и проработать весь уровень заново. Помни, что любое незаконченное дело тянется за тобой. Поэтому, когда прорабатываешь один слой, проработай его *полностью*. Не тащи ничего на следующий слой.

Когда выйдешь на второй уровень — ролевых игр, наблюдай за ними. Не спеши. И не принимай на веру

то, что я говорю, потому что от этого не будет никакой пользы. Кто-то может сказать: «Да, так говорит Ошо, и я признал это». Бесполезно. Мое признание не может быть твоим признанием. Нужно пройти весь путь своими ногами. Я не могу пройти его вместо тебя, — в лучшем случае, я могу лишь указать путь. А пройти его придется тебе. Пешком. Ты сам должен двигаться по нему, и двигаться очень внимательно, чтобы ничто не осталось незавершенным и непрожитым. В противном случае недоработка останется с тобой, ты перетащишь ее на следующий уровень и везде будет беспорядок, путаница.

Покончи с каждым слоем. Когда я говорю «покончи», не пойми меня неверно — я не предлагаю перестать пользоваться этим слоем, не предлагаю перестать говорить людям «Доброе утро», я просто говорю, что этим ритуалом не должен ограничиваться твой мир. Говори «Доброе утро», и если ты можешь сказать это искренне, прекрасно. Говори, что утро доброе, *искренне!* Когда ты по-настоящему жив, твои формальные действия тоже оживают. В любом случае, если ты говоришь «Доброе утро», почему бы действительно так не думать? Если ты все равно собираешься что-то сказать, потому что так принято, наполни свои слова искренностью!

Я не предлагаю совсем отбросить формальности, нет, потому что в прошлом это уже делалось не раз — пресытившись фальшивыми жестами, люди разрывали связь с обществом. Это реакция, а не революция. Они просто ударялись в другую крайность. Потеряв всякую веру в формальности, они усложняли жизнь себе и окружающим. Они отказывались от любой смазки и утрачивали плавность.

Например, можно подойти к женщине — даже незнакомой — и прямо спросить: «Хочешь переспать со мной?» Возможно, это искренне, возможно, именно об этом ты и хочешь ее спросить, — но это слишком агрессивно и жестко. Даже если женщина готова с тобой сблизиться, выбранная тобой форма общения может

этому помешать — женщина обидится; женщине покажется, что ты просто хочешь ею воспользоваться. Нет, здесь нужно немного смазки. Или ты идешь к отцу и просто просишь денег, даже не поздоровавшись. Возникает впечатление, что вас связывают только деньги. Получается довольно жестко. Вещи и так жестки и бесчувственны — зачем же делать их еще жестче?

Так что я не предлагаю отбросить все формальности. Они прекрасны — на своем месте они прекрасны. Помни лишь одно: не стоит сводить весь мир к формальностям. Нужно сохранять бдительность. Если человек хочет, будь готов перейти в общении с ним на второй слой — к ролевым играм. А если человек хочет дальше, тогда можно перейти и на третий слой — к хаосу. Когда ты любишь человека и он любит тебя, вы можете вместе пребывать глубоко в хаосе — и находить в нем величественную суровую красоту. Когда два человека пребывают в глубинах хаоса, это подобно встрече двух облаков. Но такое уместно лишь тогда, когда кто-то хочет и готов войти в твой хаос, — в противном случае не вторгайся в чужую жизнь. Не вмешивайся в чужую жизнь, и формальности дают прекрасную возможность не совершать вторжения.

Игры и роли полезны потому, что если кто-то не готов идти глубоко, то кто ты такой, чтобы его принуждать? В этом нет смысла — двигайся сам! Если же кто-то стремится пойти вместе с тобой на четвертый уровень смерти — если кто-то действительно любит тебя и хочет предельно близких взаимоотношений, — лишь тогда оставляйте третий уровень и двигайтесь на четвертый, двигайтесь на пятый.

С пятого уровня на шестой — трансцендентный — ты должен идти один. Вплоть до пятого уровня мастер может помочь. С пятого на шестой нужно идти одному — но тогда ты уже готов; на момент достижения пятого уровня ты готов. Остается лишь один шаг, в полном одиночестве — и ты растворяешься в собственной бесконечности, во внутренней пустоте.

Это то, что мы называем *нирваной* — полное исчезновение твоей индивидуальной сущности, как будто капля упала в океан и стала океаном. Волна исчезла, индивидуальности больше нет — ты стал целым. И когда ты становишься целым — лишь тогда ты по-настоящему здоров. Вот почему ум мудреца не болен. Фактически, у мудреца нет ума — как он может быть болен?

Если тебя интересует мое мнение, я бы сказал, что все умы в большей или меньшей степени больны. Быть в своем уме — болезнь. Более или менее тяжелая.

Вплоть до пятого слоя существует возможность ума, потому что есть возможность самоотождествления. Отождествлять себя с чем-то — значит создавать ум. Отождествляя себя с жизнью, ты тем самым тут же создаешь ум. Ведь ум — не что иное, как отождествление. Если же ты остаешься не отождествленным, отстраненным наблюдателем на холме, свидетелем — тогда у тебя нет никакого ума. Свидетельствование — не умственный процесс. А все остальное — умственные процессы. Так что мудрец здоров, потому что у него нет ума.

Достигни состояния не-ума. Продвигайся вперед, слой за слоем, до конца очищай свою луковичу — до тех пор, пока в твоих руках не останется только пустота.

Я боюсь — боюсь просветления. Что там, по ту сторону просветления? Что делать после того, как цель жизни достигнута? Какова дальнейшая цель? Это как падение в бездонную яму. Ты падаешь — без дна, без цели. Так к чему же стремиться? Что там, по ту сторону цели?

Ты поднял очень важные вопросы. Я говорю «вопросы», потому что их много. И ты спрессовал их в один очень маленький вопрос.

Вначале ты говоришь: «Я боюсь просветления». Это можно принять за общее состояние человеческого ума. Нет другой причины, почему так мало людей становятся

просветленными. Те, кто все же стали просветленными, век за веком кричат о радости и блаженстве просветления, о его высшей истине и красоте, о его вечной природе и о выходе за пределы смерти... Но большая часть человечества не обращает на них ни малейшего внимания.

Твой вопрос идет из самого ядра человеческого существования. И это не только твой вопрос — все боятся просветления. Причина этого страха ясна — речь идет о страхе потерять себя. По той же причине люди боятся любви, по той же причине люди боятся доверия, по той же причине люди остаются пленниками всевозможных страхов, страданий, тревог и мучений, которые тебе, по меньшей мере, хорошо знакомы. Причем одно можно сказать наверняка: твои тревоги и мучения помогают тебе не раствориться. Чем более мучительна твоя жизнь, тем в большей степени ты существуешь.

Возможно, глубоко внутри себя ты желаешь боли, желаешь страданий, желаешь мук, потому что все это помогает тебе четко определять себя. Ты боишься тех же самых вещей, которых жаждешь. С одной стороны, ты жаждешь выйти за пределы всех страхов, всех тревог, всех страданий. Но проблема усложняется тем, что, оказавшись по ту сторону своих страданий, ты окажешься и по ту сторону себя самого — ведь страдаешь именно ты. Ты и есть тюрьма — именно поэтому ты и боишься из нее выйти. Наоборот, ты пытаешься всячески утешить себя: «Это не темница, это мой дом».

Так что перед тобой дилемма: ты хочешь выйти в открытое небо, хочешь расправить крылья и полететь, омытый солнечным светом. Но, с другой стороны, ты боишься, что не сумеешь найти путь обратно, в свое уютное знакомое пространство. Оно причиняет боль, но ты к нему привык, оно сулит страдания, но ты привязан к нему, как к старому другу. Внешний мир манит тебя, призывает набраться смелости. Но он же вызывает внутреннюю дрожь, потому что стоит тебе выйти за

пределы уютного круга своих страданий, своего ада, и ты знаешь наверняка, хотя, возможно, не вполне осознаешь это, что твоя так называемая личность растает в бескрайнем океане, словно льдина.

Тебе страшно: есть ли что-то за пределами твоей личности? Ты никогда не осознавал этого страха, никогда не поворачивался к нему лицом — никогда не встречался с самим собой. Ты знаешь лишь о поверхностных вещах, то, что тебе сказали. Ты не знаком с авторитетом, скрытым у тебя в глубине, не знаешь о своей сущности, о своем внутреннем мире. И конечно же, никто другой тоже не может ничего сказать о твоём внутреннем мире. Ведь этот мир недоступен для наблюдения, не может быть объектом. Наука не в силах его обнаружить. Общепринятая логика оказывается абсолютно неадекватной. У рассудка нет крыльев, чтобы летать во внутреннем мире.

Карл Маркс говорил: «Я поверю в Бога лишь в том случае, если удастся заключить его в пробирку и ученые единогласно провозгласят, что это и есть Бог, после того как, вскрыв и препарировав его, они убедятся, что перед ними действительно божественная сущность». Карл Маркс представляет всех вас — человечество в целом. Он говорит: «Как я могу верить в Бога? Ведь у науки нет доказательств его существования». Но у науки точно так же нет доказательств существования твоего «Я». Она может произвести вскрытие, может разрезать тебя на сколь угодно много кусочков — но тебя не найдет; у нее в руках будет только мертвое тело.

Лишь недавно наши гении осознали: все, чем занимается физиология, биология, медицина, — неправильно. В тот самый миг, когда ты изымаешь кровь из моего тела для проведения анализа, это уже не та кровь, которая по нему циркулировала. В моем теле она живая, в ней присутствует жизнь. А вне тела она мертвая. И из анализа мертвой материи невозможно делать выводы о жизни. Можно вынуть из человеческого тела все что

удовно, но в тот самый миг у тебя в руках оказывается мертвый предмет. А внутри человеческого тела он был его органичной живой дышащей частью.

Некоторые наиболее восприимчивые хирурги осознают необходимость перемен: ведь в медицинских колледжах продолжают изучать трупы и скелеты, чтобы выяснить что-то о живых людях, — огромное логическое противоречие. Но и они чувствуют себя бессильными — как подступиться к жизни? Все, что они знают, и то, на познание чего направлена вся их технология, вся их методология, — это объект. А ты — не объект. Поэтому наука никогда не примет твою живую сущность — это выходит за пределы ее компетенции. Твою живую сущность не сможет принять общепринятая логика, не сможет принять рассудок, не сможет принять философия.

И вдобавок ко всему этому тебе страшно оттого, что никто не сможет дать тебе уверенность в том, что за пределами поверхностной личности есть нечто большее. Ты исчезнешь такой, как ты есть, и ты появишься в своей подлинной реальности. Вот что страшно. Люди боятся приблизиться друг к другу даже в любви; они держатся на расстоянии вытянутой руки. Они хотят подойти ближе, но страх... они боятся сойтись слишком близко и потерять себя.

С любовью проблема не так велика, но выйти за пределы своего обычного «Я», за пределы привычного лица, которое ты видишь в зеркале и про которое другие сказали тебе, что оно очень красиво или уродливо... Все твое знание о себе основано на мнении окружающих.

Это — твоя личность, но не индивидуальность. И тебе страшно оттого, что у тебя нет опыта своего сокровенного существа, — все, что ты о себе знаешь, почерпнуто из слов других людей. А эти люди и о себе — то ничего не знают — что они могут знать о тебе?

Все боятся просветления. Ведь когда исчезнет твоя личность, возможно, исчезнет все. Какой же смысл в

таком просветлении? Лучше уж оставаться непросветленным, — по меньшей мере, ты есть. Смерть может прийти в любой момент, но прямо сейчас ты жив — зачем же совершать самоубийство?

Просветление кажется твоей личности самоубийством — и в действительности оно и есть самоубийство. Но самоубийство личности — это начало индивидуальности. Смерть твоей личности и эго — это рождение твоего истинного существа, твоего бессмертия. Тебе придется набраться смелости и запомнить правило Мишеля для начинающих альпинистов: чем ближе к вершине, тем круче становится склон.

Когда ты приближаешься к просветлению — а это самая высокая гора на свете, — склон становится все круче и опаснее по мере того, как ты оказываешься все ближе к исчезновению своей старой личности, с которой ты отождествился.

Но я говорю тебе: я выжил. И я утратил свою личность. Вот почему меня ничуть не волнует, что думают обо мне люди. Весь мир против меня, но это не пробуждает во мне ни малейшего волнения. Не имеет никакого значения, против меня люди или за меня, — это их дело, их проблема. Я знаю себя. Я знаю: все, что я делаю или пытаюсь делать, в сущности, верно. Никто не может сокрушить мою истину своей силой принадлежности к большинству.

Истина никогда не являлась мнением большинства, она всегда была индивидуальным достижением. Большинство же стремится распять истину и не готово принять ее.

Ты можешь понять психологическую подоплеку всего этого. В течение двух тысяч лет христиане размышляли об Иисусе и о его распятии. И я совершенно не удовлетворен результатами их двухтысячелетних богословских изысканий, потому что они не взглянули на психологию распятия. Почему люди распяли Христа? Он не сделал ничего плохого, не совершил никаких преступлений. Но большинство людей ополчилось

против него, потому что он говорил: «Отриньте это, будьте смиренными. Отриньте свою ложную личность, будьте просто никем. Блаженны те, кто стоят в хвосте очереди».

Его слова были направлены против честолюбивого большинства. И большинство распяло не Иисуса. Они распяли истину, которая причиняла им боль и внушала страх. Попасть под влияние этого человека было опасно. Позарившись на целую буханку хлеба, они могли потерять свои полбуханки — и в результате остались бы ни с чем. Уж лучше сохранить свою половину, не потерять ее в погоне за целой буханкой. Так мыслит большинство.

Ты говоришь: «Я боюсь — боюсь просветления». Это естественно. В некотором смысле это хороший симптом, — по меньшей мере, просветление тебя интересует, иначе ты не боялся бы. Вот выйди в город — ты там не найдешь никого, кто... Порасспрашивай людей: «Вы боитесь просветления?» И тебе ответят: «А чего его бояться?» Они никогда об этом не задумывались. Это для них не вопрос — они вообще никогда не думали о просветлении. Они решат, что ты сумасшедший. «И почему это я должен бояться просветления?»

На днях я читал одну вырезку из газеты. Автор статьи упрекал меня в том, что мир подходит к концу, а я единственный человек, который не собирается меняться, а только и делает, что талдычит о просветлении. Как по мне, это комплимент. Когда мир движется к концу — самое время. Рискни — все равно скоро конец.

Почему бы не рискнуть и не стать просветленным?

Мир подходит к концу — вместе с ним конец и тебе. Так что теперь бояться нечего: перед концом света покончи со своей личностью, и, по меньшей мере, хотя бы ты спасешься. Возможно, миру конец, но не тебе. Поэтому тот человек, который меня критикует, прав. Я буду и дальше упорствовать. Я буду упорствовать все больше по мере приближения конца света, чтобы заинтересовать просветлением как можно больше людей,

потому что терять — то больше нечего и, значит, можно отринуть страх.

Страх — хороший симптом. Он означает, что ты заинтересовался просветлением и твой ум дрожит. Ты заинтересовался колоссальным приключением, колоссальным делом, и твоя маленькая личность беспокоится, что ей настанет конец. И если говорить о маленькой личности, состоящей из мнений окружающих, то она растворится — естественным образом.

Говорят, каждая река, прежде чем впасть в океан, останавливается на миг и оглядывается — миг колебания, прежде чем сделать это. Впереди бескрайний океан, в котором она потеряется. Позади — ее особая личность: ее горы, долины, леса. Целое путешествие, долгое путешествие, возможно, тысячи лет, тысячи миль... Ее секундное колебание вполне естественно и понятно. Но я ни разу не видел, чтобы река повернула обратно. Ты можешь колебаться, но повернуть обратно не можешь. Нужно прыгать. Лишь совершив этот прыжок, ты покажешь свой характер.

«Что там, по ту сторону просветления?» Давай по порядку! Тебе страшно от мысли, что просветление произойдет неизбежно, и теперь ты хочешь выяснить, что будет после него: «Что там, по ту сторону просветления?»

По ту сторону просветления — все. Вся Вселенная. По ту сторону просветления ты больше не являешься маленькой розинкой. Ты — океан.

«Что делать после того, как цель жизни достигнута?» Тебе не нужно ничего делать. Я вижу, все твои тревоги — очень человеческие. Ты знаешь одно: что просветления не избежать. Возможно, ты боишься, но совершить этот прыжок придется. Естественно, ты спрашиваешь: «Что там, за пределами просветления?» И на случай, если там что-то есть: «Что делать после того, как цель жизни достигнута?»

Ты никогда не думал о том, что ты делал для своего рождения? И делал ли ты что-то? А что ты делаешь для

жизни? Ты думаешь, что дышишь? Если бы дыхание зависело от тебя, ты бы уже давно умер; просто в минуту гнева или в пылу любовной страсти ты забыл бы дышать. А ночью ты мог бы спать? Или тебе пришлось бы постоянно бодрствовать, чтобы поддерживать свое дыхание, — потому что стоит задремать, и дыхание прекратится. Кто тогда проснется утром? Нет, дыхание — не твое дело.

Дышит мироздание.

А что ты делаешь в отношении своих внутренних структур жизнеобеспечения? Ты перевариваешь пищу? Превращаешь пищу в кровь, кости и ткани? Все это — не твоя забота. Твоя забота заканчивается на вкусовых бугорках — после того, как пища проглочена, она переходит в руки мироздания. Дальнейшее — не твое дело.

Попробуй когда-нибудь весь день осознавать, что происходит в твоём желудке, и тебе обеспечено желудочное расстройство по меньшей мере на неделю. Осознание не требуется — желудок делает свое дело сам. Твой мозг состоит из миллионов и миллионов клеток. Каждая из них выполняет свою функцию и твое участие не нужно — они даже не спрашивают твоего совета. Случалось ли, чтобы какая-то часть твоего тела вдруг замешкалась и спросила тебя: «Что делать дальше? Я в смятении». Они никогда не бывают в смятении — они являются частью космического организма. Необходимые процессы встроены в них изначально, и они непрестанно делают свое дело.

В тот миг, когда ты становишься просветленным и растворяешься в океане, тебе уже не нужно что-то делать — печатать, копать, готовить пищу! Ты — ушел. Теперь тобой овладела вселенская сила. Что-то по-прежнему будет происходить, но это уже не твои действия.

«Какова дальнейшая цель?» Ты оказался по ту сторону целей. Цель — забота эго. Оно не может существовать без цели — без каких-то амбиций, без каких-то

желаний, без какой-то одержимости, без чего-то, чего нужно достичь завтра.

Это есть напряжение между сегодня и будущим. В тот миг, когда исчезает эго, исчезает и напряжение. Ты просто живешь в состоянии расслабленности.

И тогда, где бы тебя ни подхватила река, где бы тебя ни подхватила жизненная сила, ты просто движешься. Не к цели, а потому, что ты стал частью целого. Теперь, в чем бы ни состояла цель целого... Хотя я не думаю, что у него есть какая-то цель. Целое совершенно счастливо песней, танцем и весельем. В цветах, в ветре, в дожде, в солнце, в звездах цели нет. Целое вполне счастливо тем, что просто *есть*, здесь-и-сейчас.

Если нет цели, ты начинаешь думать, что это похоже на падение в бездонную яму. Что же делать и какую выбрать цель? «Что там, по ту сторону цели?» У тебя серьезная проблема! Ты не удовлетворишься, пока не станешь просветленным. Все эти вопросы: вначале «Какова цель?», затем «Что там, по ту сторону цели?»... Ты хочешь получить определение всей вечности!

Тебе есть смысл задавать вопросы только о просветлении. О дальнейшем позаботится мироздание.

Задействуй свой интеллект — убедись, что страх порожден твоей ложной личностью, что он рождается не из реальности. Иначе есть опасность, что ты будешь прислушиваться к личности и не прислушаешься к индивидуальности.

Больше медитируй, чтобы прояснить свой интеллект, рассеять облака и страхи. Вопросы — чепуха, они тоже рассеются. Все, что тебе нужно, — это немного больше медитации, немного больше остроты интеллекта.

Пэдди и Марин собрались пожениться и пришли к врачу на осмотр. Врач стал объяснять им, что такое секс. Пэдди слушал с совершенно тупым выражением лица. Тогда врач уложил Марин на кушетку и занялся с ней сексом.

— Теперь ты понял? — спросил он.

— Да, — ответил Пэдди, — но как часто мне нужно приводить ее к вам?

Прекрасный вопрос! Просто стань просветленным. Не беспокойся о многочисленных проблемах, иначе ты просто заблудишься в джунглях из тысячи и одной проблемы. А просветление — простой процесс, нужно только вернуться к своему подлинному существу. Оно настолько светозарно, что в его свете исчезает любая тьма — все сомнения, все вопросы. И приходит великое озарение: ты осознаешь, что не отделен от мироздания, а поэтому не остается вопросов о цели, не остается вопросов о направлении; никаких вопросов по поводу того, куда ты движешься и зачем.

Просто быть частью целого — это настолько потрясающее и всеобъемлющее состояние, что ты чувствуешь себя полностью реализованным и удовлетворенным. Идти некуда, ты уже пришел.

Театральный агент, пытаясь продать новый стриптиз-номер, увлеченно рассказывает менеджеру ночного клуба о потрясающей фигуре девушки — 180 на 65 на 100.

— И какой танец она танцует? — интересуется менеджер, впечатленный такими параметрами.

— На самом деле она не танцует, — отвечает агент. — Она просто выползает на сцену и пытается встать на ноги!

С такой фигурой... какие могут быть танцы?

Ты обратился по адресу. Здесь мы не предлагаем тебе никаких целей, никаких небес, никакого рая. Мы не продаем будущее. Мы тут не занимаемся бизнесом — им занимаются церкви, храмы, синагоги. Я учу тебя, что нет никакой цели и никакого смысла, но есть великая радость, великая любовь и великое блаженство. И един-

ственная плата, которую тебе нужно заплатить за все это, — отринуть свое ложное эго, ложную личность.

Стань безмолвным. В твоём безмолвии растворятся все вопросы. И начнется танец, независимо от того, какая у тебя фигура! Потому что, если говорить о твоём внутреннем существе, у него нет фигуры — это лишь яркое пламя с врожденной способностью к танцу. Оно было здесь вечно, но ты его задушил. Ты — худший свой враг. А я пытаюсь сделать так, чтобы ты стал своим лучшим другом.

В коробке и вне коробки

Западная психология исследует ум извне — как объект. Естественно, она многое упускает. Фактически, она упускает самое важное. Ее методами можно понять только поверхностные явления. Самое глубокое и сокровенное не объективно, а субъективно. Его можно изучать только изнутри, а не извне.

Это как если бы кто-то, желая изучить любовь, стал наблюдать за двумя влюбленными — как они обнимаются, как держатся за руки, сидят рядышком, занимаются сексом, — собирал бы информацию о поведении влюбленных. Такой исследователь не получит никакого представления о любви, потому что любовь — не на поверхности. Поверхностное может быть очень обманчивым, внешнее может быть очень обманчивым. Любовь — это нечто очень внутреннее. Лишь полюбив, ты можешь познать любовь — иного способа нет.

Западная психология пытается понять ум извне. Такой подход предполагает, что разум материален. Лишь материю можно понять извне, потому что у материи нет «внутри». А ум можно понять только изнутри, потому что у него нет наружной стороны — и это самое главное. Вот почему психология становится все более

и более бихевиористической, все более и более материалистической, все более и более механистической — и все более подозрительно относится к человеческой душе. Западная психология начисто отрицает душу. Но дело не в том, что души не существует, а в том, что сам этот подход отрицает ее существование — и ограничивает исследователей. Выводы зависят от подхода. Ложное начало ведет к ложному концу.

Второе, что нужно иметь в виду, — западная психология пытается понять ум, а не выйти за его пределы, поскольку психологи думают, что за пределами ума ничего нет, на нем все заканчивается. Мистики, пользующиеся восточным подходом, тоже пытаются исследовать ум — но не для того, чтобы понять его, а для того, чтобы выйти за его пределы. Понимание здесь становится только промежуточной ступенью.

Таким образом, мистик не интересуется подробностями устройства ума. Ему вполне достаточно понимания общих принципов функционирования ума. Углубись в детали — и конца им не будет. Восточный подход занимается изучением сновидений, но лишь для того, чтобы разбудить тебя — только и всего. Сами по себе сны не представляют интереса. Восточная мистика не углубляется в структуру сна, не занимается бесконечным анализом сновидений. Она пытается обнаружить фундаментальную структуру сна, чтобы выйти за его пределы и дать тебе возможность стать свидетелем. Это — совсем другое.

Например, если я дам тебе семя прекрасного дерева, а ты слишком заинтересуешься этим семенем и попытаешься понять его, станешь препарировать на все более глубоком уровне — химическая структура, физическая структура, атомная структура, электроны, нейтроны — и так все глубже и глубже, то в конце концов ты полностью забудешь о том, что семя было предназначено только для того, чтобы стать деревом.

И сколь бы глубоко ты ни препарировал семя, ты никогда не придешь к дереву. Ты придешь к атомной

структуре семени, придешь к химической структуре семени, возможно, к его электрической структуре, но все это не имеет ни малейшего отношения к дереву. Твое препарирование не даст цветков. Твое препарирование не распространит аромат. И если ты препарировал слишком увлеченно, то потом, будучи помещенным в почву, семя уже не сможет прорасти. Оно мертво! Ты убил его своим препарированием, замучил насмерть.

Западные психологи интересуются умом точно так же, как в этом примере ты был одержим семенем. Восточный подход к сознанию тоже проявляет интерес к семени, но не ради него самого, а ради его потенциала — возможности стать прекрасным деревом, расцвести, распространять аромат, ради возможности того, что прилетят птицы и сошьют гнезда в ветвях и странники будут отдыхать в тени этого дерева. Главное внимание направлено не на семя, а на дерево.

Надеюсь, ты видишь разницу. Интерес будд к уму — всего лишь промежуточная ступень. Ум нужно понять потому, что мы неразрывно с ним связаны.

Давай рассмотрим еще один пример.

Тебя бросают в темницу, в тюремную камеру. Ты пытаешься разобраться в структуре тюрьмы, чтобы найти возможности побега. Есть ли канализационная система, через которую можно сбежать? Есть ли такие работники администрации, которых можно одурачить? Есть ли окна, через которые можно выбраться? Может быть, можно перелезть через стену? Существуют ли возможности побега во время пересменки надзирателей? Может быть, по ночам есть моменты, когда охрана крепко спит? Возможно, есть и другие заключенные, замышляющие побег, и вы могли бы объединить ваши усилия? Ведь взобраться на стену в одиночку сложно, выбраться из тюрьмы в одиночку сложно. Можно организовать группу — объединить силы. Ты пытаешься понять структуру тюрьмы для того, чтобы из нее выбраться.

Но если ты слишком увлечешься всеми этими деталями и забудешь о цели — будешь просто все глубже и глубже изучать тюрьму: стены, администрацию, узников, охранников — и бесконечно чертить карты и схемы — это глупо. Так и современная психология глуповата.

На Востоке мы тоже создали великолепно проработанную психологию. Я называю ее Психология будд. Но здесь основной упор делается на том, как выбраться из тюрьмы ума, — на том, как использовать структуру ума, чтобы выйти за его пределы. Современная же психология одержима структурой ума и совсем забывает о цели.

Это очень важное различие. Психология будд — психология, основанная на медитации, — ориентирована на понимание изнутри. А это, конечно, совсем другое дело. Когда ты изучаешь ум извне, ты исследуешь чужой ум, а свой — никогда. Если ты сходишь в любую психологическую лабораторию, то изумишься: они изучают ум крыс, чтобы понять человеческий ум. Это унижительно, неуважительно. Понимание, приобретенное на основании изучения крысиного ума, не может быть особенно полезным.

Но когда человек наблюдает за собственным умом в процессе медитации, он наблюдает за человеческим умом — живым, подвижным, пульсирующим. Извне ты никогда не сможешь подойти к уму достаточно близко. Извне ты можешь делать предположения, но они так и останутся только предположениями. Они никогда не станут знаниями, потому что даже крысы способны морочить тебе голову, и уже было замечено, что именно этим они и занимаются. Даже крысы не так уж открыты — их сокровенное ядро остается недоступным.

Почему психологи изучают крыс? Почему не человека напрямую? Потому что человек кажется слишком сложным — вот они и исследуют элементарные структуры. Это как если бы, желая изучать Эйнштейна, ты отправился бы в начальную школу и стал иссле-

довать какого-нибудь ребенка, чтобы на основании полученных знаний понять и Эйнштейна. Это абсурд. Это абсолютно неправильно — сам выбор направления ошибочен. Не из любого ребенка вырастает Эйнштейн. Если бы психологи были правы, тогда Эйнштейн получался бы из каждого ребенка. Но это не так. Эйнштейн вырос лишь из одного определенного мальчишки. Если ты хочешь понять Эйнштейна, единственный способ — изучать именно Эйнштейна.

Но как понять Эйнштейна? Снаружи он такой же обычный, как любой другой человек. Его отличие — внутри, его уникальность — внутри. Если исследовать его кровь, окажется, что она такая же, как у других. Если изучить его кости, они тоже такие же, как у всех людей. В действительности, даже мозг его изучили после смерти — ничего особенного. Вернее, ничего, что заслуживало бы внимания. И все-таки, вне всяких сомнений, он был уникальным человеком — это невозможно отрицать. Может быть, никогда прежде на Земле не было такого пронизательного ума. Ни у кого не было таких озарений — но, по-видимому, его мозг был таким же, как у любого другого человека.

Мозг — не ум. Это как если бы однажды я вышел из комнаты, а ты бросился бы ее изучать, стараясь выяснить, что за человек тут был.

Ум — гость. Когда он уходит, мозг остается. Мозг — это всего лишь комната, где ты жил. Пытаясь изучать ум снаружи, ты можешь препарировать его, но найдешь только мозг, а не ум. Изучать мозг — отнюдь не то же самое, что изучать ум.

Ум неуловим, ты не можешь взять его в руки. Не можешь поместить его в пробирку. Единственный способ познать его — познавать изнутри, с позиции твоего свидетельствующего «Я». Чем глубже ты осознаешь, тем лучше можешь понимать ум — его тонкое функционирование. Это функционирование непостижимо сложно и прекрасно. Ум — самое сложное явление на Земле, самый нежный цветок сознания. Если хочешь

по-настоящему понять, что такое ум, тогда тебе придется отстраниться от собственного ума и научиться быть не более чем свидетелем. В этом и состоит медитация.

Ты говорил о не-отождествлении, о том, что нужно стать свидетелем. Но многие люди ощущают отчуждение, они не чувствуют связи с миром, они просто безразличны ко всему. Не можешь ли Ты объяснить разницу между не-отождествлением и отчуждением.

Различие очень отчетливое, но тонкое и деликатное. Быть безразличным означает быть мертвым. Это не означает, что ты свидетельствуешь, это означает лишь то, что ты отрезан от жизни и от питающих тебя источников. Ты выкорчеван — это отчуждение.

Выкорчуй дерево, и оно начнет умирать. Его зелень поплекнет, вся листва вскоре завянет, цветы больше никогда не расцветут. Весна придет и уйдет, но дерево ничего об этом не узнает, оно отчуждено от мироздания. Оно больше не уходит корнями в землю и не сообщается с солнцем — у него больше нет моста. Оно окружено стенами, а все мосты разрушены.

Именно это произошло с современным человеком: он — выкорчеванное дерево. Он разучился общаться с мирозданием, разучился шепотом разговаривать с облаками, деревьями и горами. Он совершенно забыл язык тишины... ибо именно язык тишины становится мостом между тобой и окружающей тебя Вселенной. Она не знает другого языка. На Земле существует три тысячи языков; мироздание не знает других языков, кроме языка тишины.

После окончания Второй мировой войны немецкий генерал беседует с английским генералом. Немецкий генерал недоумевает:

— Наша армия была снаряжена лучше всех в мире, у нас были самые лучшие технологии, самый великий лидер из известных истории, лучшие генералы и исключительно преданные войска. Почему? Почему мы не смогли победить? Наше поражение кажется мне просто невозможным. Невероятно! Это уже произошло, а я все еще не могу поверить!

Рассмеявшись, английский генерал сказал:

— Вы забыли одну вещь: перед каждой битвой мы молились Богу. В этом секрет нашей победы.

— Но мы ведь тоже молились каждое утро, — опешил немец.

— Я знаю, что молились, — ответил англичанин, — но вы молились по-немецки, а мы — по-английски. Кто вам сказал, что Бог понимает по-немецки?

Каждый считает, что его язык — это язык Бога. Индуисты говорят, что санскрит является священным, божественным языком — *дэва вани*. Что Бог понимает только санскрит. А если спросить у магометанина, то окажется, что Бог понимает только по-арабски. Иначе почему он явил Коран именно на арабском языке? Спроси у еврея, и выяснится, что Бог понимает только иврит.

Бог не понимает никаких языков, потому что «Бог» означает все мироздание в целом. Мироздание понимает лишь тишину — а мы забыли тишину.

И из-за того, что мы забыли тишину — забыли искусство медитации, мы обрекли себя на отчуждение. Мы стали маленькими мутными лужицами и уже не помним чувства единства с океаном. С каждым днем мы становимся все более мутными, все более мелкими — потому что вода испаряется. Мы мутные — в нашей жизни нет ясности. Наши глаза не могут видеть, а сердца чувствовать.

Это состояние безразличия, негативное состояние. Мистики называли его «темной ночью души». Это — не свидетельство, это — противоположность свидетельства.

Когда я говорю о свидетельствовании, я не предлагаю вырвать свои корни из жизни. Я предлагаю жить жизнью во всей ее многомерной полноте, но при этом сохранять осознанность. Пей соки жизни, но помни: когда их пьешь, в тебе присутствует сознание, пребывающее за пределами любых действий, любых поступков. Пить, есть, гулять, спать — все это действия, а в тебе присутствует сознание, которое просто отражает подобно зеркалу. Это — не безразличие. Зеркало не безразлично к тебе, иначе зачем бы оно вообще трудилось тебя отражать? Ты ему очень интересен, оно тебя отражает, но оно к тебе не привязано. Как только ты ушел — ты ушел, и зеркало тебя не помнит; теперь оно отражает то, что перед ним.

Свидетельствующее сознание живет в мире, но оно совершенно не привязано, начисто лишено собственных замашек — оно не владеет ничем. Оно живет полноценно, живет страстно, но при этом знает: «Я ничем не владею».

Свидетельствующее сознание не есть остров, отдельный от океана. Оно едино с океаном. Но все же в нем есть чудо, парадокс: даже в состоянии единства с океаном остается некая часть, возвышающаяся над поверхностью вод, как верхушка айсберга. Эта часть — твоя свидетельствующая душа. Создать это — величайшее сокровище в мире. Создав это, человек становится Буддой.

Скатываясь в безразличие, ты просто утрачиваешь осознание — впадаешь в кому. Ты утрачиваешь всю радость в жизни, праздник жизни для тебя заканчивается. Тогда ты перестаешь жить — просто прозябаешь. Ты уже не человек, а овощ, вырванный с корнем из земли. С каждым днем ты все больше гниваешь и источаешь смрад; аромат от тебя уже больше не исходит. Та же самая энергия, которая могла бы превратиться в аромат, если бы прошла через свидетельствующую душу, став безразличной, превращается в смрад.

Но мне понятен твой вопрос. При взгляде со стороны бывает трудно отличить безразличие от свидетельствования. И это всегда было одним из величайших бедствий — то, что они *выглядят* одинаково. В результате истинная саньяса пришла в упадок и преобладает ложная саньяса. Я называю ложной ту саньясу, которая безразлична.

Ложная саньяса означает эскапизм. Тебя учат не наслаждаться жизнью, тебя учат не любить музыку, тебя учат не боготворить красоту. Тебя учат разрушать все, что украшает твое существование. Тебя учат уходить в пещеры, отвратительные пещеры, поворачиваться спиной ко всему тому, что преподнесло тебе в дар мироздание.

Ложная саньяса — это эскапизм. Дешевый, легкий. Проще простого убежать от мира, жить в пещере и чувствовать себя праведником — потому что у тебя нет никаких возможностей повести себя несправедливо, никаких провокаций. Никто тебя не оскорбляет, никто не критикует. Никого рядом нет, поэтому ты можешь считать, что в тебе не осталось гнева, можешь полагать, что в тебе не осталось эго. Вернись в мир!

Я знаю людей, которые по тридцать лет прожили в Гималаях, а вернувшись в мир, с изумлением обнаружили, что остались теми же, что и прежде, — ничего не изменилось. Тридцать лет в Гималаях — впустую! Но, находясь в Гималаях, они думали, что стали очень духовными, очень праведными, стали великими святыми. И у них были основания так думать, потому что нет гнева, нет эго, нет жадности... Ты ничем не владеешь, поэтому нет смысла жадничать, вокруг никого нет, поэтому ты ни с кем не соревнуешься, никто тебя не задевает, и ты не чувствуешь своего эго.

Вещи чувствуются лишь тогда, когда есть некоторое страдание. Например, ты чувствуешь свою голову только тогда, когда она болит. Как только головная боль прекращается, голова тоже исчезает из твоего созна-

ния — ты не чувствуешь голову без головной боли. Без головной боли ты становишься безголовым.

Поселившись в гималайской пещере, ты убегаешь от всех страданий мира, которые снова и снова заставляли тебя осознавать свое эго, свой гнев, свою жадность, свою ревность... Стоит вернуться в мир, и ты обнаружишь, что они тоже вернулись — еще и с довеском, потому что все это копилось в тебе в течение тридцати лет. И по возвращении твое эго будет больше, чем на момент ухода в Гималаи.

Саньяса, которая учит безразличию, — ложная. Саньяса, которая учит жить в мире и парить над ним как цветок лотоса, как лист лотоса, плавающий в воде, но не омоченный ею... быть в мире, но не *от* мира — вот подлинное отречение.

Подлинное отречение приходит через свидетельство — не через безразличие. Потому что безразличие делает тебя отчужденным, а отчужденность заставляет чувствовать свое существование бессмысленным, безрадостным, случайным. Когда чувствуешь себя случайным, неизменно возникает желание совершить самоубийство. Зачем жить бессмысленной жизнью? Зачем каждый день двигаться по одной и той же колее, повторять одни и те же рутинные действия? Если смысла нет, почему бы не покончить со всем этим, не прекратить все?

И вот с каждым днем все больше людей совершают самоубийства, все больше людей сходят с ума. Число самоубийств и психических заболеваний растет. От психоаналитиков, по-видимому, толку мало. Фактически, психоаналитики совершают самоубийства и сходят с ума намного чаще, чем представители любой другой профессии.

Кажется, ничто не помогает современному человеку — потому что безразличие слишком сильно, оно создает темное облако вокруг него. Человек не видит дальше собственного носа, он задыхается в своем одиноком мире. Стена настолько толстая — толще вели-

кой китайской стены, что даже в любви ты остаешься за этой стеной, и твой любимый человек — за другой стеной. Между вами две китайские стены. Вы кричите, но никакое общение невозможно. Ты говоришь одно, а она понимает что-то другое, она говорит одно, а ты понимаешь другое. Мужья и жены рано или поздно осознают одну вещь: лучше вообще не говорить. Лучше хранить молчание, потому что, как только ты произносишь слово, неизменно возникает непонимание.

Общение полностью исчезло из мира. Все живут одинокой жизнью — одиночество в толпе. А толпа становится все больше и больше с каждым днем. Население мира растет лавинообразно. Никогда на планете не было так много людей, как сегодня, — и никогда человек не был столь одинок. Странно! Почему мы столь одиноки в такой толпе? Пропала связь.

Пьяница Гафни, пошатываясь, входит в бар весь в слезах.

— Что случилось? — спрашивает его бармен Брэйди.

— Что я наделал! — всхлипывает Гафни. — Пару часов назад я обменял свою жену на бутылку виски.

— Жуть какая! — восклицает Брэйди. — А теперь ты хочешь вернуть ее обратно, верно?

— Верно, — кивает Гафни, не переставая рыдать.

— Ты жалеешь, что продал ее, потому что осознал, что любишь?

— Да нет же, — произносит Гафни, — она мне нужна потому, что я опять хочу выпить.

Становится все сложнее понимать людей, поскольку каждого окружает такое плотное, непроходимое безразличие, что никто не слышит даже твоего крика, а если кто-то и слышит, то совсем не то, что ты говорил. Люди слышат то, что хотят слышать, или то, что способны услышать. Они слышат не сказанное, а интерпретацию своего ума.

Две девочки-подростка входят в фотоателье в Алабаме, чтобы сфотографироваться.

Фотограф усаживает их рядышком, а сам скрывается под черным покрывалом за своей камерой.

— А че эт' он там делает? — шепотом спрашивает одна из девушек у своей подружки.

— Готовится снять нас, — шепчет та в ответ.

— Че, обеих сразу?

Эмигрант Д'Анджело приехал на поезде из Нью-Йорка в город Роли, что в Северной Каролине. Встречающий его на перроне двоюродный брат заметил, что у Д'Анджело явно паршивое настроение.

— Что произошло? — спросил он.

— Да, кондуктор, савсэм дастал: «То нэлзя! Это нэлзя!» — возмущенно ответил Д'Анджело. — Дастаю свой бутерброд, а он мнэ: «Нэлзя! Иди вагон-рэсторан». Ладно, иду рэсторан. Начынаю пить вино, а он мнэ: «Нэлзя! Иди вагон-бар». Ну, я па-ашел вагон-бар, познакомился дэвушка, она отвела мэня свой пустой купе... тут вламывается чертов кондуктор и орет: «Все! Приехали! Канэц — остановка!»

Ты понимаешь то, что можешь понять. У твоего ума всегда наготове интерпретации, и эти интерпретации — твои. Они не имеют ничего общего с тем, что было тебе сказано.

Люди становятся все более одинокими и, борясь с депрессией, пробуют все возможные способы общения. Но, кажется, ничто не помогает. Ничто и не может им помочь, пока они не начнут осваивать искусство тишины. Если мужчина и женщина не знают, что такое тишина, если они не могут сидеть рядышком в глубоком безмолвии, то они не способны слиться, проникнуть в самое существо друг друга. Их тела могут соединяться, но души нет. А понимание есть тогда, когда именно души сливаются в общении.

Безразличие делает тебя скучным, делает тебя посредственным, делает тебя тупым. Когда ты безразличен, твой меч утрачивает остроту. Именно это происходит с монахами в монастырях. Посмотри на их лица, загляни им в глаза, и ты увидишь: что-то в них умерло. Они — ходячие трупы. Как роботы, которые выполняют какие-то действия просто потому, что их необходимо выполнить. Они не вовлечены в происходящее — они просто утратили способность к вовлеченности во что бы то ни было.

Это — очень грустная ситуация, и, если она сохранится, у человека нет будущего. Если она сохранится, тогда третья мировая война неизбежна — как способ глобального самоубийства... Зачем же совершать самоубийство в розницу, если можно оптом. Одно движение — и всей планете конец.

Поэтому медитация стала совершенно необходима — это единственная надежда на спасение человечества, на выживание Земли. Медитация означает способность оставаться вовлеченным, но непривязанным. Это выглядит парадоксально — все великие истины парадоксальны. Тебе нужно испытать этот парадокс на собственном опыте — только так можно его понять. Ты можешь заниматься чем-то с удовольствием и при этом оставаться всего лишь свидетелем своего действия, а не исполнителем.

Испробуй это на мелочах, и ты поймешь. Завтра, когда пойдешь на утреннюю прогулку, получай удовольствие от прогулки — от птиц на ветвях, и от солнечных лучей среди облаков, и от ветра. Получай удовольствие, но помни, что ты — зеркало. Ты отражаешь облака, деревья, птиц и людей.

Это самонапоминание Будда называет *саммасати* — правильные мысли. Кришнамурти называет его *осознанием без выбора*, Упанишады — *свидетельствованием*, Гурджиев — *самовспоминанием* — все они имеют в виду одно и то же. Однако речь не о том, что ты должен быть

безразличным. Если ты становишься безразличным, то не можешь вспомнить себя.

Во время утренней прогулки помни, что ты — нечто другое. Ты не гуляющий человек, а наблюдатель. И понемногу ты войдешь во вкус — этот вкус, он приходит постепенно. Это самый тонкий феномен в мире. Если станешь спешить, у тебя ничего не получится. Требуется терпение.

Ешь. Ощущай вкус пищи, но при этом помни, что ты — наблюдатель. Поначалу ты будешь испытывать некоторый дискомфорт, потому что не сможешь делать и то и другое одновременно. Поначалу, я это знаю, если ты начнешь наблюдать, то перестанешь есть, а когда снова начнешь есть, тут же забудешь о наблюдении.

Наше сознание однонаправленно — направлено на некую цель. Но оно может быть направлено в две стороны — можно наслаждаться пищей и одновременно наблюдать. Ты можешь оставаться неподвижным в своем центре и в то же время наблюдать бурю вокруг себя — ты можешь стать центром циклона. И это — величайшее чудо, которое может произойти с человеком, потому что в результате ты получаешь свободу, раскрепощение, истину, божественность, блаженство, благословение.

Очнуться от сна

Спящий человек может видеть себя во сне в любом месте Вселенной. Оттуда, где ты оказываешься во сне, может показаться, что от привычных мест тебя отделяют тысячи жизней. Но это только сновидение, и если речь идет о реальном сне, то пробуждение всегда близко.

Ты можешь проснуться в любой момент. Тебя может разбудить любая ситуация. Работа мастера состоит в том, чтобы помогать тебе пробудиться. Иногда тебя

может разбудить любая малость — достаточно брызнуть холодной водой тебе на глаза. Во сне ты находился далеко отсюда, но, пробудившись, видишь, что это расстояние — продукт сновидения.

Сновидение и есть расстояние. Естественно, для того, чтобы видеть сон, необходимо спать, но в миг пробуждения сон исчезает, а вместе с ним и весь мир сновидения.

Правда в том, что пробуждение — твоя ближайшая реальность, которая прямо рядом с тобой. Она не удалена от тебя и потому нельзя сделать ее целью. Все цели суть сновидения, все достижения — сновидения. Пробуждение не может быть целью, потому что спящий человек даже вообразить не способен, каким может быть пробуждение. Во сне он не может поставить своей целью просветление — это невозможно. А если он поставит себе такую цель, то она будет абсолютно отличаться от реальности просветления.

Просветление — не что иное, как твое пробужденное сознание.

Мы на Востоке выделяем четыре состояния сознания. Первое — так называемое бодрствование. В действительности это не бодрствование, потому что непосредственно под его поверхностью дрейфуют сны. Закрой глаза — и у тебя будут грезы наяву. Закрой глаза — и ты сразу же увидишь образы: тебя захватит игра воображения и ты тотчас же начнешь уходить куда-то прочь. В реальности ты никуда не уходишь, но в уме можешь отправиться куда угодно.

Итак, первое состояние — так называемое бодрствование. Второе состояние называется сон. Об этих двух слоях нам хорошо известно.

Третье состояние называется сновидение — ведь сон может быть и без сновидений, и тогда у него совсем другое качество. Сон без сновидений очень спокойный, безмолвный, темный и глубокий... очень освежающий.

Итак, сон — это второй уровень, лежащий под так называемым бодрствованием. Затем следует третий уровень — сновидение. Большую часть времени, пока ты спишь, ты видишь сны. Если ты спишь восемь часов, то шесть из них приходится на сновидения. Лишь время от времени случаются островки глубокого сна. Все остальное время ты проводишь в сновидениях.

Ты их не помнишь, и потому людям кажется, что шесть часов сновидений по сравнению с двумя часами глубокого сна — слишком много. Ты помнишь только самые последние сновидения перед пробуждением, поскольку по мере пробуждения начинает функционировать память — она успевает ухватить хвост твоего мира снов. Ты не помнишь всех сновидений, а только те, которые видишь перед пробуждением, — утренние сны.

На Востоке всегда было понимание того, что шесть часов сновидения столь же важны, как и два часа безмолвного сна. Но на Западе ученые лишь в последние несколько лет провели исследования, подтвердившие правильность восточных идей. И фактически, новые научные открытия доказывают, что сновидения важнее глубокого сна, потому что во время сновидений мы выбрасываем из своего ума всякий хлам.

Целый день наш ум копит слова, желания, амбиции — уйма мусора, который нужно выбросить. Днем тебе не хватает времени, чтобы от него избавиться, ты его только копишь. А ночью, пока ты спишь, ум получает возможность провести уборку. Сновидения — это своего рода генеральная уборка. Но ее нужно выполнять каждый день: ты собираешь хлам, потом видишь сны и снова собираешь...

Эти три состояния тебе известны. А четвертое на Востоке не имеет названия, о нем говорят просто «четвертое» — *турья* — число, а не слово. Этому состоянию не дали имени, так что ты не можешь его толковать, твой ум не может играть с ним и обманывать тебя. Что может сделать ум, просто услышав число четыре? Ум парализован.

Четвертое состояние — истинное пробуждение. Четвертое состояние нужно понимать в связи с тремя другими состояниями. Оно в чем-то подобно первому состоянию, так называемому бодрствованию. Так называемое бодрствование очень зыбко, почти пренебрежимо, но у него есть определенное свойство четвертого состояния. Само же четвертое состояние состоит *только* из этого свойства. Это чистая пробужденность. Ты полностью пробужден.

Также это состояние в чем-то подобно второму состоянию — сну без сновидений. В таком сне есть тишина, глубина, безмятежность, расслабленность, но лишь в небольшой мере — ровно столько, сколько нужно для обеспечения нашего функционирования. А в четвертом состоянии есть полнота — полное расслабление, полное безмолвие, бездонная глубина.

А еще в четвертом состоянии есть некоторые качества сновидения, уносящего тебя в дальние дали. В сновидении ты можешь отправиться на Луну, можешь полететь на какую-нибудь звезду, но при этом оставаться тут, в своей постели. В реальности ты никуда не движешься, но в твоём воображении путешествие выглядит совершенно реальным — пока ты спишь. Во сне ты не можешь предположить, что видишь сон. Если ты осознаешь, что видишь сон, сновидение разрушится — ты проснешься и не сможешь снова ухватиться за него.

Есть суфийская история о том, как мулле Насреддину однажды ночью приснилось, что ангел принес ему денег.

— За твою праведность и мудрость Бог послал тебе небольшую награду, — провозгласил ангел и протянул Насреддину десять рупий.

— Всего десять рупий? Это оскорбительно, — воскликнул во сне Насреддин.

В конце концов, понемногу ангел поднял сумму до девяноста девяти рупий. Однако упрямый мулла заявил:

— Я возьму либо сотню, либо ничего. Вот уж не ожидал такого крохоборства от Бога! Ему что, жалко ста рупий?

Он прокричал это так громко: «Либо сотню, либо ничего!» — что проснулся от звука собственного голоса. Мулла Насреддин огляделся. В комнате никого не было, лишь он один в своей постели.

— Боже, из-за своего упрямства, в погоне за одной рупией я потерял девяносто девять рупий! — простонал Насреддин.

Он закрыл глаза и взмолился: «Ангел, пожалуйста, вернись. Девяносто девяти рупий вполне достаточно, даже девяносто восемь сойдет... да и девяносто семь совсем неплохо. Вернись, а? Где ты?»

Он скидывал и скидывал сумму, пока не дошел до одной рупии: «Я возьму даже одну рупию... из рук Бога все — прекрасно. Глупо было обзывать Бога крохобором, в действительности это я — жадина. Прости меня и дай всего одну рупию». Но ангел не вернулся.

Ты не можешь вернуть сон. После пробуждения нет никакой возможности поймать ускользнувшее сновидение.

Сновидение уносит тебя от тебя самого — таково его основное свойство. Возможно, именно благодаря этому оно очищает тебя и дает некоторое расслабление — ты забываешь о своих заботах. По меньшей мере, несколько мгновений ты можешь провести в раю — ты можешь оказаться в ситуациях, в которые всегда хотел попасть.

Четвертое состояние в чем-то подобно сновидению — но лишь подобно. Оно тоже уносит тебя от тебя самого — но навсегда. Ты уже не можешь вернуться к себе. Что касается сновидения, ты не можешь вернуться в свой тот же самый сон; в четвертом состоянии ты не можешь вернуться в свое то же самое «я». Четвертое состояние уносит тебя настолько далеко, что ты можешь

стать целой Вселенной. Именно об этом мистики Востока говорят: *Ахам Брахмасми — я стал целым.*

Но тебе нужно утратить свое «я».

Ты не сможешь вернуться к нему.

Этому четвертому состоянию давали разные имена. Самое математически точное название — «четвертое». Его дал Патанджали — мистик с очень научным, математическим складом ума. Его трактат в течение многих тысячелетий являлся единственным письменным источником о йоге. Никто ничего не добавлял — потому что не нужно было. Это редчайший случай, когда один человек создал целую систему, настолько полную и совершенную, что в ней невозможно ничего изменить.

На Западе считалось, что Аристотель — именно такой человек. Он в одиночку создал логику, целую систему логических построений, и в течение двух тысяч лет его логика оставалась неизменной. Но за последнее столетие ситуация изменилась, потому что новые открытия в физике обусловили необходимость найти что-то лучше, чем идеи Аристотеля. Новые открытия в физике стали проблемой, потому что, если следовать логике Аристотеля, мы не можем их принять. Новые открытия противоречат логике Аристотеля — но мы же не можем отрицать реальность. Реальность — это реальность! Ты можешь изменить логику, которую создали люди, но не можешь изменить поведение электронов. Это не в твоей власти — таково устройство мироздания. Поэтому была разработана неаристотелева логика.

Второй случай — геометрия. В течение сотен лет Евклида считали неоспоримым авторитетом в области геометрии, но в последнее столетие и его позиции пошатнулись. Была разработана неевклидова геометрия. К ее созданию математиков вынудили новые открытия в физике. Например, все вы слышали, что самое короткое расстояние между двумя точками — прямая, но из открытий физики следует, что прямых линий вообще не существует. Прямая невозможна по той простой

причине, что мы находимся на шарообразной планете. Да, ты можешь провести прямую здесь, на полу, — но в действительности это будет не прямая, а отрезок окружности. Если продолжать чертить эту линию с обеих сторон, однажды ее концы встретятся и ты убедишься, что у тебя получилась окружность. И тот короткий отрезок, который ты считал прямой, вовсе не является прямой — просто он представляет собой настолько маленькую часть окружности, что ты просто не замечал его кривизны. Кривизна была слишком мала, чтобы ты увидел ее, — но она была. Подобным же образом были перечеркнуты все построения Евклида.

Патанджали остается единственным человеком — и, возможно, останется и впредь, — который в одиночку создал целую науку, не претерпевшую никаких изменений за пять тысяч лет. Он назвал ее *турья* — четвертое. Этот человек продемонстрировал настолько безупречный научный подход, что нам остается только изумляться.

Пять тысяч лет назад ему хватило смелости, проницательности, осознанности, чтобы сказать: Бог всего лишь гипотеза. Она может помочь тебе пробудиться, но не является реальностью, а только средством. Нет никакого Бога, которого нужно достичь, есть лишь гипотеза.

Гипотезы могут помочь людям — ими удобно пользоваться, но помни, что гипотезы — это не реальность. И как только ты пробудишься, они исчезнут — точно так же, как исчезают сны после того, как ты просыпаешься утром. Сны настолько реальны, что порой даже после пробуждения ты ощущаешь некоторые остаточные эффекты: сердце колотится, ты тяжело дышишь, дрожишь, все еще боишься. Теперь ты нисколько не сомневаешься, что это был всего лишь сон, но все еще продолжаешь плакать — по щекам текут настоящие слезы. Сновидение не существовало в действительности, но оно оказало на тебя воздействие, потому что в течение некоторого времени ты принимал его за реальность.

Итак, это возможно. Ты можешь видеть, как верующие плачут перед образами своего Бога, проявляют сильные эмоции, танцуют, поют, возносят молитвы и ощущают это все как истину, — но это всего лишь гипотеза. Ничего этого перед ними нет — никакого Бога, тем не менее они принимают свою гипотезу за реальность. Проснувшись однажды, они будут смеяться над собой, отчетливо видя, что это была только гипотеза.

Но есть и другие мастера, которые предлагают другие названия, в соответствии со своими философскими представлениями. Некоторые называют это просветлением — ты наполняешься светом. Вся тьма исчезает, вся неосознанность исчезает, и ты обретаешь полную осознанность.

Есть те, кто называют это освобождением, свободой — свободой от себя, заметь. Любая другая свобода носит политический, социальный характер. Это свобода от кого-то — от некоего правительства, от страны, от политической партии. Но это всегда свобода *от* кого-то или чего-то. Религиозная же свобода — это свобода не от кого-то или чего-то, а от себя.

Тебя больше нет.

И поскольку тебя больше нет, некоторые мастера Востока называют это состояние *анатта* — отсутствие «я». Будда называл это *нирваной*, что очень близко к *анатте*, отсутствию «я», или личности, — просто ноль, глубокое ничто. Но это не пустота, а полнота — полнота бытия, полнота высшей радости, полнота блаженства, полнота благословенности. Всего того, что ты знал прежде, больше нет — твой мир опустел от всего этого. Но открылось нечто новое — такое, о чем ты даже и не мечтал.

Некоторые называют это вселенским бытием. Однако не имеет значения, как ты это назовешь. Я думаю, «четвертое» — самое лучшее название, потому что оно не вовлекает тебя в игры ума. А иначе ты продолжаешь думать об этом: «Что есть пустота? Что есть ничто?» А ничто может породить страх; *анатта*, отсутствие

«я», может породить страх. Так что «четвертое» — совершенно правильно.

Три состояния тебе известны. Четвертое лишь немного глубже. Оно не далеко. Мысль о том, что ты находишься очень далеко от него, на расстоянии многих жизней, — всего лишь сон. В действительности оно совсем рядом... проснись, и ты станешь им.

Я хочу быть обыкновенным и счастливым. Хочу, чтобы рядом была любимая женщина и чтобы она любила меня, хочу, чтобы у меня были друзья, с ними приятно проводить время. Я не хочу просветления. Я в чем-то заблуждаюсь?

За многие столетия неправильного воспитания у людей сложились совершенно неверные представления о просветлении. Само это слово кажется неземным, надмирным, как если бы оно означало нечто, уготованное после смерти, нечто, предназначенное мертвым. Это абсолютно неверно.

Если ты хочешь быть счастливым, нет другого пути кроме просветления. Если хочешь быть обыкновенным... если хочешь любить и быть любимым, это невозможно без просветления. Так что тебе нужно постичь мою идею просветления. Что означает стать обыкновенным здоровым сознающим целостным.

Ум всегда стремится быть необыкновенным. Такова природа эго: вечные попытки стать особенным, постоянный страх оказаться никем, страх пустоты, старания наполнить внутренний мир чем угодно и всем подряд.

Каждый человек стремится быть необыкновенным — отсюда страдания. Но это невозможно. Твоя природа — никто. Небытие — вот материал, из которого ты сделан. Как ни старайся, ты не преуспеешь. Даже такие люди, как Александр Македонский, терпят неудачу. Ты не можешь быть кем-то, потому что это невозможно по

самой природе вещей. Ты можешь быть только никем. Фактически, как только ты принимаешь тот факт, что являешься никем, тебя со всех сторон начинает омыwać блаженство — потому что страдания исчезают.

Страдание — тень эго, тень амбициозного ума. Страдание означает, что ты делаешь нечто невозможное и страдаешь как раз из-за того, что терпишь поражение. Ты делаешь что-то неестественное — пытаешься сделать, но терпишь неудачу. Отсюда разочарование и страдание.

Ад — не что иное, как результат попыток сделать что-то невыполнимое и неестественное. Рай — не что иное, как естественность.

Ты — никто. Ты родился как никто — безмянный, неоформленный. Ты умрешь как никто. Имя и форма — только на поверхности, а глубоко внутри ты всего лишь необъятное пространство. И это прекрасно, потому что быть кем-то — ограничение. Хорошо, что мироздание не позволяет никому стать «кем-то». Если ты кто-то — ты конечен, ограничен. Ты — плененная сущность. Мироздание не допускает этого. Оно дает тебе свободу безличности, безграничности, бесконечности. Но ты не готов к этому.

Для меня просветление сводится именно к этому: признать, осознать, принять тот факт, что ты — никто. Вдруг ты прекращаешь стремиться к невозможному. Ты отказываешься от попыток оторваться от земли, таща себя за шнурки ботинок. Ты осознаешь абсурдность всего этого — и останавливаешься. И все твое существо наполняется смехом. И вдруг ты становишься спокойным и собранным. Сами по себе усилия стать кем-то порождают проблемы.

К тому же, пытаясь быть кем-то, ты не можешь любить. Амбициозный ум не может любить. Это невозможно, потому что ум вынужден жертвовать всем ради амбиций, и ты будешь все время жертвовать любовью. Посмотри на амбициозных людей — в погоне за деньгами они постоянно откладывают любовь на потом.

Завтра, когда они накопят много денег, они будут любить. А сейчас это невозможно и непрактично. Сейчас они не в состоянии позволить себе это. Любовь — расслабление, а они непрестанно гонятся за чем-то, пытаются чего-то добиться, достичь некоей цели. Может быть — денег, может быть — власти, авторитета, политического поста. Как такой человек может любить сейчас? Он не может присутствовать здесь-и-сейчас, а любовь — это явление, принадлежащее именно моменту здесь-и-сейчас. Любовь существует только в настоящем времени, а амбиции — только в будущем. Любовь и амбиции никогда не пересекаются.

Ты не можешь любить — а если не можешь любить, как ты можешь быть любимым? Любовь — это глубокое единение двух существ, которые готовы быть вместе — в данный момент, а не завтра. Они готовы всецело присутствовать в текущем моменте, забыв о прошлом и будущем. Любовь — забвение прошлого и будущего и памятование лишь об этом мгновении, об этом пульсирующем мгновении, об этом живом мгновении. Любовь — истина текущего момента.

Амбициозный ум никогда не находится здесь — он постоянно спешит куда-то. Как можно любить бегущего человека? Он все время участвует в гонке, в состязании — у него нет времени. Или же он думает, что когда-нибудь в будущем, когда он достигнет цели, обретет желанную власть, вожаденные богатства, — тогда он сможет расслабиться и полюбить. Но этого не произойдет, потому что его цель никогда не будет достигнута.

Амбиции не реализуются никогда. Реализоваться — не в их природе. Ты можешь реализовать одну амбицию, и тут же из нее рождаются тысячи других. Амбиции никогда не заканчиваются. Если ты это понимаешь, они могут исчезнуть прямо сейчас. Но если ты вкладываешь в них энергию, как ты можешь любить? Вот почему люди столь несчастны, когда пытаются быть кем-то, — они несчастны потому, что не получают любви, несчастны потому, что не могут любить.

Любовь — это экстаз не-ума, экстаз настоящего, экстаз неамбициозности, экстаз пустоты. Где есть влюбленные, там нет никого — существует лишь любовь. Когда встречаются двое влюбленных, их не двое. Возможно, тебе кажется, что их двое, — со стороны. Но изнутри все иначе: их не двое. В момент их встречи двойственность исчезает — одна только любовь существует и течет. Как такое могло бы быть, если бы внутри тебя не царил пустота, не царил ничто — в котором нет никаких барьеров между тобой и твоей возлюбленной? Если ты — кто-то и твоя возлюбленная тоже — кто-то, тогда соединяются не два человека, а четыре: два подлинных ничто на заднем фоне и два кого-то (ложных эго, пожимающих друг другу руки, обменивающихся ласками, совершающих любовные жесты). Это спектакль, показуха, нелепость!

Когда встречаются влюбленные, нет никого. А никого не может быть двое. Как может быть два ничто? Ничто не имеет демаркационных линий — оно безгранично. Ничто едино. А два кого-то остаются двумя.

Именно поэтому любовь ныне так отвратительна — то, что называете любовью вы, а не я. Ваша любовь отвратительна, и это неизбежно. Она могла бы быть самым прекрасным явлением в мире, но она стала самым отвратительным явлением — влюбленные постоянно спорят, ругаются, причиняют друг другу страдания. Сартр сказал: «Другой человек — это ад». Эти слова — о вашей любви. Оставшись в одиночестве, ты расслабляешься, а когда рядом возлюбленная, возникает напряжение. Но ты не можешь жить в одиночестве, потому что *никто* в глубине твоего существа жаждет наполнения, он мучим жаждой, неутолим голодом. Поэтому ты не можешь оставаться в одиночестве. Тебе приходится двигаться — ты ищешь единения, но, стоит тебе с кем-то объединиться, возникает страдание.

Все взаимоотношения порождают страдания и ничего больше. Если ты не просветлен, любовь сводится к конфликтам и ссорам. Постепенно человек к ним

привыкает. А это означает, что он понемногу тупеет, утрачивает чувствительность. Вот почему весь мир выглядит таким мертвым, таким постылым. Мерзость. Все взаимоотношения протухли... гадость.

Так что, если ты действительно хочешь любить и быть любимым, это невозможно в том состоянии, в каком ты находишься сейчас. Тебе необходимо исчезнуть. Тебе нужно уйти — чтобы осталось только чистое ничто, свежее ничто. Лишь тогда сможет расцвести цветок любви. Семена упали, но это подобно скале — и семена не могут на нем прорасти.

Ты говоришь, что хочешь быть обыкновенным и хочешь любить, хочешь дружить, хочешь радоваться? Все это и есть просветление! Но если ты пойдешь к священникам и проповедникам официальных религий и церковей, их просветление окажется иным. Они против любви, против обыкновенности. Они против дружбы и радости — они против всего, к чему естественным образом стремится твоя природа. Они — великие отравители.

Но если ты пришел ко мне, то ты нашел правильного человека — правильного в том смысле, что мое просветление принадлежит этому миру.

Я не говорю, что иного мира нет. И я не говорю, что земное существование — единственное. Нет. Не пойми меня неправильно. Но иной мир зависит от этого мира, и небеса зависят от земли. Если ты хочешь подняться выше, тебе необходимо глубже укорениться здесь, на этой земле. Тебе нужны корни в этой жизни — и тогда в иной жизни расцветут цветы. Иная жизнь не против этой жизни. В действительности, иная жизнь есть цветение этой жизни. Божественное начало не против этого мира, праведность не вне него — она сокрыта здесь. Тебе не нужно выступать против мира, чтобы найти удовлетворение, — если выступишь, то никогда не найдешь его. Удовлетворение скрыто в здесь-и-сейчас. Тебе нужно искать, нужно глубоко погрузиться в это

существование — вот единственный способ найти его. Вся жизнь, все мироздание — не что иное, как храм, и божественное начало сокрыто внутри него. Не убегай отсюда.

Я не против этой жизни. Фактически, я не против чего бы то ни было. Я за все, потому что если нечто существует, значит, так надо. Бог не может создавать вещи бесцельно — он не безумец. Мироздание осмысленно, и у него есть цель. Если эта жизнь существует, значит, другая жизнь не могла бы существовать без нее. Это — основа.

Но, проходя ко мне, вы приносите с собой свои представления. Когда вы приходите ко мне и я говорю вам о просветлении, вы понимаете меня в тех терминах, которым вас научили. Когда вы приходите ко мне и я говорю об отречении, о саньясе, вы понимаете что-то другое, а не то, что я говорю. Мне приходится использовать ваш язык — но все эти слова заражены. Их использовали миллионы раз миллионы людей с самыми разными коннотациями, вкладывая разный смысл, а я вкладываю в них другие оттенки смысла.

Просветлен тот, кто полностью осознает свою внутреннюю пустоту и не противостоит ей, а наслаждается ею и ощущает блаженство. И благодаря наслаждению собственной пустотой он становится открыт для других людей. Другие тоже могут наслаждаться, могут принять участие в его таинстве. Его двери открыты, он приглашает друзей и любимых и готов делиться — готов давать. Когда ты раздаешь свою пустоту, давать не страшно, потому что невозможно исчерпать пустоту. Ты даешь, и даешь, и даешь — а она всегда есть, ее не исчерпаешь.

Лишь конечные вещи могут быть исчерпаны, именно поэтому они порождают жадность: ты боишься давать. Но если человек знает, что он пуст, с чего бы ему бояться давать? Он может отдать себя полностью, а если это невозможно, то и любовь невозможна... Любовь —

священна. Любовь — не светское дело. Любовь, достойная этого слова, всегда свята. И когда ты вступаешь в любовь, ты вступаешь в мир чистоты, невинности. Когда ты любишь, тыходишь в храм божественного.

Наслаждайся! Я не за печаль. Я не за вытянутые лица. Я здесь не для того, чтобы сделать тебя еще более несчастным, — ты и так достаточно горевал. Я здесь для того, чтобы пробудить тебя к блаженству, которое принадлежит тебе от рождения и доступно тебе от природы. Но ты забыл, как идти к нему, а потому движешься в ложном направлении. Ты ищешь не там, где нужно. Ты ищешь снаружи, а оно внутри. Ты ищешь далеко, а оно близко. Ты ищешь среди отдаленных звезд, а оно — прямо перед носом.

В английском языке есть два прекрасных слова. Одно — *«obvious»* («очевидный») — означает, что нечто находится прямо перед тобой. Оно происходит от латинского корня, который именно это и означает: «прямо перед тобой». А еще есть слово *«problem»* («проблема»), которое происходит от греческого корня, тоже означающего «прямо перед тобой». Коренное значение слов *obvious* (очевидный) и *problem* (проблема) — одно и то же. Очевидное и есть проблема. То, что находится прямо перед тобой, и есть проблема. Но ты ее не видишь, потому что твой взгляд блуждает где-то в дальних далях. Очевидное стало проблемой.

Просветление состоит в том, чтобы осознать очевидное. И когда ты осознаешь очевидное, проблема исчезает.

Жизнь без проблем — просветленная жизнь. Это совершенно иной способ бытия. Он не имеет ничего общего с достижениями, не имеет ничего общего с обучением, не имеет ничего общего с усилиями, с практикой. Единственное, что нужно, — это быть немного более бдительным, чтобы иметь возможность смотреть на то, что прямо перед тобой, видеть это и наблюдать это. Решение — ближе, намного ближе, чем ты можешь себе представить. Не ищи его далеко, оно

присутствует внутри тебя. Как только ты обоснуешься внутри себя, сосредоточишься, укоренишься, ты обрешь свободу — иди и люби. Иди и будь в мире. Теперь ты способен наслаждаться миром, способен ощутить его вкус, проникнуть в его самые глубокие возможности. Войдя в мир, исполненный глубины, ты найдешь в нем божественное. В любви иди глубоко, и ты найдешь святое. Когда ты ешь — ешь бдительно, ешь осознанно, и тогда ты найдешь божественное.

В *Упанишадах* сказано: *аннам брахман*, пища — это Бог. И *Упанишад*ы же говорят, что секс — это брат-близнец высшего блаженства. Секс — брат-близнец высшего блаженства! А ты его так проклинал. Возможно, это самая нижняя ступенька — но это часть лестницы. Верхняя ступенька точно так же является частью лестницы, как и нижняя. В действительности, все является частью Бога — все божественно.

Это и есть просветление — способность видеть пульсацию священного во всем. Подлинная религия не против чего бы то ни было, подлинная религия есть поиск священного везде. И оно присутствует везде — ждет тебя.

Ты пришел по адресу. Возможно, твой ум хочет сбегать отсюда, потому что здесь его ждет смерть. Это место отлично подходит тебе, но не подходит твоему уму. Это место безупречно подходит твоему существу... но для твоих амбиций, для твоего эго, для твоей гордыни, для твоей глупости это самое неподходящее место, какое ты только мог найти на земле в данный момент.

Так что решать тебе. Если ты хочешь быть глупцом — беги отсюда. Тогда твой ум будет и впредь дурачить тебя, говоря, что ты любишь и радуешься... Но ты-то знаешь, что не радуешься! Ты-то знаешь, что не любишь! Тогда ум сможет и впредь дурачить тебя, утверждая, что ты наслаждаешься жизнью, — но ты не можешь наслаждаться. Тебя как такового вообще нет, так о каком наслаждении может идти речь? Ты не существуешь как сколько-нибудь целостное существо. Ты можешь

блуждать по миру и обманывать себя... Но если ты действительно хочешь быть любим женщиной и любить женщину, хочешь иметь друзей и радоваться жизни — я даю тебе ключи ко всему этому.

Сейчас или никогда

Что это вообще такое — просветление? Как понимать слово «просветление»?

Первое, что следует понимать, — просветление никогда не бывает в будущем. Нельзя сделать его целью, оно никогда не бывает завтра. Либо оно здесь-и-сейчас, либо никогда. Запомни эти слова: сейчас или никогда!

Многие люди неверно понимают идею просветления. Идея просветления в том, чтобы оставаться в настоящем моменте. Я называю это медитацией. Не нужно отправляться в прошлое, которого уже нет, не нужно отправляться в будущее, которого еще нет, — если отправишься в прошлое или будущее, ты упустишь настоящий момент, а он — единственная реальность.

Просто будь здесь, сейчас. Если ты пребываешь в здесь-и-сейчас, просветление приходит само собой. Оно — не цель, которую нужно достичь. Оно не в далеких краях, куда ведет долгая дорога. Оно приходит к тебе, а не ты к нему. Оно — не плод твоих действий, а спонтанное событие.

Тебе необходимо понять одно: нужно по-настоящему пребывать в текущем моменте, потому что никакой другой реальности нет. Этот крошечный миг, эта тишина — и вдруг ты чувствуешь, как из глубин твоего существа поднимается *нечто* — то, что всегда было тут, но ты не давал ему выхода. Ты странствовал повсюду, но никогда не оставлял немного пространства, немного времени для своей сокровенной сущности.

Все религии учат, что Бог находится где-то *там* — далеко. Для того чтобы попасть *туда*, тебе требуется

помощь спасителя, мессии, пророка, священной книги, религии. Религии учат, что небеса далеко и тебе нужно копить добродетели, чтобы их заслужить. Они заставляют тебя сосредоточивать свой взгляд на отдаленном будущем. И из-за этого твоя жизнь просыпается сквозь пальцы. От колыбели до могилы ты только надеешься, надеешься, надеешься... но обретаешь не Бога и не рай, а только смерть! И еще, ты утрачиваешь потрясающую возможность быть живым. Ты ведешь растительное существование, потому что не интересуешься самой жизнью.

Христианский богослов Стэнли Джонс — признанный интеллектуал, очень уважаемый человек. Он объездил весь мир, проповедуя Христово Евангелие. Я был на одной его лекции, а по окончании побеседовал с ним. Я сказал ему:

— Прекрасное выступление, но понимаете ли вы, что делаете? Вы только вредите всем этим простым людям. Вы своим примером подтверждаете слова Карла Маркса, что религия — опиум для народа. По всем другим вопросам я не согласен с Карлом Марксом — но именно с этим его утверждением не поспоришь. Вы предлагаете им грезы о будущем, о вечной жизни за порогом. А вы сами бывали за порогом смерти?

Будучи христианином, вы не можете сказать, что бывали за порогом смерти. Индуист мог бы ответить утвердительно, потому что он верит в многочисленные прошлые жизни. Он может сказать, что умирал много раз, — а вы этого сказать не можете. Христиане, иудеи, магометане верят лишь в одну жизнь, а значит, их ждет лишь одна смерть. Так бывали ли вы за порогом смерти? Беседовали ли вы с теми людьми, которые пережили все то, о чем вы рассказываете?

И еще я попросил его:

— Будьте искренни. Я надеюсь на вашу честность. Если вы не знаете, что там, за порогом смерти, зачем коверкать жизни этих людей? Направлять все их внимание на будущее, которое никому не известно, — убий-

ство. В моих глазах вы — убийца! По закону вас нельзя привлечь за убийство, но вы не можете отрицать, что убили многих людей: вы отвлекли их от настоящего — а это единственная жизнь, которая есть.

Живи в текущем моменте — всецело. Все ваши организованные религии имеют цели — Бог, рай... Но я то, что говорю, я — не религия. Это — *religio*, корень, от которого произошло слово «религия». *Religio* означает собирание тебя воедино. Ничего другого — никакого Бога, никакого рая, никакого ада — просто собирание тебя воедино, кристаллизация. А это происходит только в настоящем.

Я не продаю опиум — я не наркоторговец. За этим обращайся к христианским епископам, кардиналам и к Папе — наркотиками торгуют они. Их наркотик так коварен, что полиция бессильна — он невидим. И он намного более опасен, чем обычные наркотики. Стоит пристраститься к тому, чтобы сосредоточивать свою жизнь, свои стремления, свои надежды на будущем, и тебе конец. Ты покончил с собой — ты больше не живешь.

Я учу тебя жить. Учу любить. Учу медитировать. Все это означает одно и то же — быть в настоящем моменте. И видеть красоту пребывания в настоящем моменте — опускающуюся на тебя тишину, охватывающую тебя безмятежность, бесконечную удовлетворенность, возникающую без всякой причины.

В результате все более тонкой настройки на настоящее, в результате увеличения твоей внутренней глубины, однажды прекрасным утром ты вдруг проснешься по-настоящему! Это не обычное пробуждение — ты просыпаешься *по-настоящему*, потому что оказываешься в самом центре своего существа и видишь мир в совершенно новом свете. Все мироздание озаряется сиянием. Все наполняется внутренним великолепием. Мелочи обретают огромное значение. Ты сделал именно то, что запретил библейский Бог: вкусил плод с древа мудрости и плод с древа вечной жизни. Теперь ты

знаешь, что эти деревья — не снаружи, что они — твоя сокровенная сущность.

Сад Эдемский — не вовне, он в тебе. Ощувив это, испытываешь такое облегчение, такое блаженство!

Это я называю просветлением.

С каждым мгновением ты все больше и больше прорастаешь в свет, в жизнь, в любовь. Этому нет конца. Даже небеса не конец. Ты намного больше всей Вселенной. Ты несешь в себе все миллионы звезд, все цветы, всю музыку мира. И ты ни в чем не испытываешь недостатка.

Этот опыт я называю просветлением.

Но, пожалуйста, не превращай его в цель, иначе ты его упустишь. Сделав этот опыт целью, ты упустишь его. Просто учись пребывать в настоящем, и просветление придет к тебе. Тебе самому не нужно куда идти.

Часть II

ДИАЛОГИ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ — В ПОИСКАХ НАУКИ О ДУШЕ

Когда я говорю о психологии Будд, следует помнить, что на самом деле это никакая не психология. Просто я вынужден пользоваться словами. Ни одно слово здесь не адекватно, но я вынужден пользоваться какими-то словами — ты всегда должен относиться к ним критически. В действительности это нельзя называть психологией. Психология подразумевает работу с умом, а Будда — это не-ум. Психология подразумевает, что ум функционирует, думает, строит планы, беспокоится, воображает, грезит, — а Будда не грезит, не строит планов, не беспокоится, не думает. Он просто существует. Как камень, как дерево, как река — с единственным отличием, огромным отличием, которое состоит в том, что он существует без ума, но с полным осознанием.

Это осознание невозможно понять извне. Если ты попытаешься понять его, это будет только недопонимание. Нет никакого способа исследовать осознание при помощи инструментов — никакого способа. Оно не отобразится на графиках. Все, что отображается на графиках, принадлежит уму и не выходит за его пределы. То, что за пределами ума, — за пределами понимания. Необходимо стать Буддой, необходимо стать просветленной душой, необходимо самому прийти к этому осознанию.

Твой ум — не твой

Ум — в тебе, но в действительности он представляет собой проекцию общества внутрь тебя. Он — не твой.

У ребенка от рождения нет ума. У него есть мозг. Ум — идеология. Мозг — механизм. Мозг питает обществом, и каждое общество создает ум в соответствии со своими собственными программами. Именно поэтому в мире так много разновидностей ума. Индуистский ум, несомненно, отличается от христианского ума, а коммунистический ум — от буддийского.

Но у индивидуума возникает заблуждение, что ум принадлежит ему, вследствие чего человек действует в соответствии с требованиями общества, следует за обществом, и при этом ему кажется, будто он функционирует независимо.

Твой ум — не твой. Это главное, что нужно запомнить. Твой ум — имплант общества, в котором ты родился по воле случая. Если бы ты родился в христианской семье, но потом сразу же попал в магометанскую, у тебя был бы не такой ум, как сейчас. У тебя был бы совсем другой ум — настолько другой, что ты и представить себе не можешь.

Один из гениев нашего времени, Бертран Рассел, изо всех сил старался избавиться от христианского ума — не потому, что он христианский, а потому, что был связан ему другими. Он хотел иметь свой собственный свежий взгляд на вещи. Не хотел смотреть на мир через чужие очки — хотел вступить в контакт с реальностью прямо и непосредственно. Хотел иметь свой собственный ум. В общем, дело не в том, что Бертран Рассел был против именно христианского ума. Он делал бы то же самое, если бы был индуистом, он делал бы то же самое, если бы был магометанином, он делал бы то же самое, если бы был коммунистом.

Вопрос в том, твой ли собственный ум у тебя или он имплантирован другими — ибо имплантированный другими ум служит не тебе, но их целям.

В течение многих лет в Советском Союзе в каждом ребенке воспитывали коммунистический ум. Один мой друг, Рауль Санкритаяна, бывал в Советском Союзе и посетил там школу. Он спросил у какого-то мальчишки: «Ты веришь в Бога?» Ребенок посмотрел на него потрясенно и сказал: «Вы из какого века приехали? Люди верили в Бога только в далеком прошлом, во времена всеобщей безграмотности. Бога нет». И тот ребенок будет всю жизнь верить, что это подсказывает ему его собственный голос. Но это не так. Это — голос общества, и он служит интересам правителей этого общества.

Родители, учителя, священники, вся образовательная система воспитывали в тебе определенный тип ума, и всю свою жизнь ты пользуешься именно им. Это — чужая жизнь. Именно поэтому в мире так много страданий: никто не живет настоящей жизнью, никто не живет собственной жизнью — каждый следует приказам своего импланта.

Бертран Рассел изо всех сил старался избавиться от этого имплантированного ума и даже написал книгу «Почему я не христианин». Но в письме к другу он признается:

Хотя я и написал эту книгу и действительно верю, что не являюсь христианином, верю, что отринул этот ум, — где-то глубоко во мне он еще сохранился. Однажды я спросил себя: «Кто величайший человек в истории?» Рассудком я знаю, что это Гаутама Будда, но все же я не могу поставить Гаутаму Будду выше Иисуса Христа.

В тот день я понял, что все мои усилия пошли прахом. Я все еще остаюсь христианином. Рассудок подсказывает мне, что Иисус Христос не идет ни в какое сравнение с Гаутамой Буддой, — но это всего лишь рассудок. Эмоции, чувства не позволяют мне поставить Гаутаму Будду выше Иисуса Христа. Иисус Христос остается в моем подсознании и по-прежнему влияет на мои отношения, мои подходы, мое поведение.

ние. Мир думает, что я больше не христианин, но я знаю... Как же сложно избавиться от этого склада ума! Они возвращали его так ловко, так умело.

И это долгий процесс. Ты никогда об этом не задумывался. Человек живет семьдесят пять лет, и двадцать пять из них он проводит в школах, колледжах, университетах. Треть жизни посвящена развитию ума определенного типа.

Бертран Рассел потерпел неудачу, потому что не знал, как избавиться от ума. Он сражался, но ему пришлось нащупывать свой путь во тьме. Существуют абсолютно надежные методы медитации, позволяющие тебе отделиться от ума, после чего ты можешь очень легко его отбросить. Но, не отделившись от ума, ты не можешь его отбросить — кто будет отбрасывать? И что отбрасывать? Бертран Рассел использовал одну половину своего ума для борьбы со второй половиной, и обе они были христианскими — невозможная борьба!

Есть научные доказательства. И одно из важнейших научных подтверждений дал Дельгадо. Он обнаружил в мозгу семь сотен центров. Каждый центр способен вмещать огромное количество знаний; это что-то вроде магнитофонной записи. Эксперименты Дельгадо поражают: он стимулирует тот или иной центр при помощи электрода, и человек начинает говорить. Он прекращает стимуляцию, и человек перестает говорить. Он снова подключает электрод, человек опять начинает говорить — с начала.

Сам Дельгадо так и не понял, каким образом «пленка» перематывается на начало, — но человек всегда начинает с самого начала. Не имеет значения, на чем ты его прервешь, — подопытный потом не возобновляет свою речь с того места, где он остановился в прошлый раз. Но что это за автоматический процесс в уме, который заставляет человека начинать с самого начала, пока еще неизвестно.

Зато известно, что можно имплантировать электрод в мозг и управлять им при помощи дистанционного пульта. Дельгадо продемонстрировал это в Испании, во время корриды. Он имплантировал электрод в мозг самому сильному быку, а затем встал посреди арены и начал размахивать красным флагом. Бык яростно бросился к нему. Люди затаили дыхание: «Сейчас бык убьет одного из величайших гениев нашего времени!» Но они не знали, что у Дельгадо в кармане лежал пульт дистанционного управления — маленькая коробочка с кнопкой.

В тот самый миг, когда бык был готов ударить, когда он находился в нескольких дюймах от Дельгадо, тот нажимал на кнопку и животное замирало как вкопанное. Он повторял этот трюк много раз. Бык снова и снова яростно бросался на Дельгадо, но останавливался, как только тот нажимал кнопку.

Дельгадо говорит: «Рано или поздно это открытие станет либо благословением, либо проклятием для человечества».

Можно вживить такой электрод каждому ребенку. Тогда ты получишь очень послушных людей — не будет бунтовщиков, не будет революционеров, но при этом жизнь утратит всякое очарование! Люди превратятся в растения — научно порабощенные особи. Причем они даже знать об этом не будут, потому что дистанционный пульт будет находиться в столице, в руках у правительства.

Эта технология может принести пользу: предупреждение преступлений, предотвращение убийств, перевоспитание воров, трансформация насильников, — но она же таит в себе и опасность. Человек, обладающий властью, может превратить всю страну в рабов. И ты ничего не сумеешь сделать, потому что ничего не знаешь. Помни: внутри черепа, там, где расположен мозг, человек ничего не чувствует. Даже если к тебе в череп поместить камень, ты об этом не знаешь — там нет

чувствительных нервов, которые сообщили бы тебе об этом.

Дельгадо применял в своих исследованиях высокотехнологичный метод, но общество давным-давно делает то же самое, вживляя людям идеи... Этот метод стар, как воловья упряжка. Он отнимает много времени — целых двадцать пять лет, и он не совсем надежен — некоторое количество революционеров все же не подвержено его воздействию, некоторое количество бунтовщиков рождается на свет. И это хорошо, что есть люди, ускользающие от порабошающих структур общества, потому что именно они добывают знания, именно они обеспечивают прогресс науки, именно они бросают вызов старым предрассудкам.

Но общество хочет делать тебя под копируку — ему не нужны оригиналы.

Метод, используемый для того, чтобы создать в тебе ум определенного типа, состоит в том, чтобы вновь и вновь повторять определенные вещи. Если постоянно повторять ложь, она начинает превращаться в правду — ты забываешь о том, что с самого начала это ложь.

Адольф Гитлер в свое время начал врать немецкому народу, что во всех несчастьях их страны виноваты евреи. Теперь это кажется полным абсурдом — это все равно что говорить, будто во всех бедах виноваты велосипеды, а стоит сломать велосипеды, и с несчастьями будет покончено. В действительности евреи были хребтом Германии — именно они создали богатство этой страны. И у евреев не было своего государства — где они жили, там и было их государство. У них не было особой альтернативы; они не могли предать и делали для благосостояния страны все то же самое, что делал любой немец.

Но Адольф Гитлер в своей автобиографии пишет: «Не имеет значения, что ты говоришь, ибо правды не существует. Правда — та же ложь, но повторяемая так часто, что все забывают, что это ложь». Таким образом, по мнению Гитлера, единственная разница состоит в

том, что ложь свежа, а правда стара — другой разницы нет. И кажется, в этом утверждении есть доля истины.

Взять, к примеру, христианство, индуизм, магометанство — эти три религии повторяют детям, что Бог есть. Джайнизм, буддизм и даосизм твердят, что Бога нет. Три религии первой группы порождают определенный ум, и жизнь их последователей наполнена идеями о Боге, аде, рае и молитвах. В религиях второй группы молитвы нет, потому что молиться некому — Бога нет. Даже вопрос об этом не стоит.

В коммунистических странах не верят даже в то, что у человека есть душа, и каждому ребенку постоянно твердят, что человек — это только материя, а когда он умирает, то просто умирает и все — ничего не остается. Души нет, а сознание — побочный продукт. И каждый коммунист повторяет это как непреложную истину.

Адольфа Гитлера нельзя упрекнуть в том, что его слова совершенно абсурдны. Действительно, создается впечатление, что, если повторять людям что-то, они постепенно начинают в это верить. А если повторять что-то столетиями, сказанное превращается в драгоценное наследие.

Твой ум — не твой. И твой ум не молод. Ему сотни лет — три тысячи лет, пять тысяч лет.

Я хочу, чтобы ты понял: это — не твой ум, и тебе необходимо отыскать свой собственный ум. Находиться под чьим-то влиянием — психологическое рабство. А жизнь предназначена не для рабства. Она для того, чтобы вкусить свободу.

Такая штука, как истина, существует, но с тем умом, что есть у тебя сейчас, ты ее никогда не познаешь — потому что этот твой ум полон лжи, которую твердили из века в век. Ты сможешь найти истину лишь тогда, когда полностью отринешь свой ум и посмотришь на мироздание свежим взглядом, как новорожденный, — тогда все, что ты ощутишь, будет истиной. И если ты будешь все время пристально следить за тем, чтобы никто не мешал твоему внутреннему росту, наступит момент,

когда ты станешь настолько настроен на мироздание, настолько един с мирозданием...

Лишь этот опыт — религиозный. Он не иудейский, не христианский, не индуистский. Как вообще опыт может быть иудейским, индуистским или магометанским? Ты никогда не замечал, насколько нелепа сама эта идея. Ты съедаешь кусочек пищи, он вкусный — но разве он христианский, или индуистский, или буддистский? Ты пробуешь кусочек на вкус — и находишь его сладким, но разве он коммунистический? Разве он материалистический или духовный? Эти вопросы нелепы. Он просто сладкий, просто вкусный.

Когда ты воспринимаешь мироздание напрямую, без всяких посредников, без какого бы то ни было ума, навязанного тебе другими людьми, ты ощущаешь вкус того, что несет тебе трансформацию, что делает тебя просветленным, пробужденным, что возносит тебя на самую высокую вершину сознания.

Большого удовлетворения нет. Более высокой радости нет. Более глубокого расслабления нет.

Ты пришел домой.

Жизнь превращается в наслаждение, песню, танец, праздник. Я называю такую жизнь религиозной.

Я хочу, чтобы все были религиозными, но не хочу, чтобы кто-то был христианином, индуистом, магометанином, потому что все это — барьеры, которые никогда не позволят тебе стать религиозным. Ведь это же очевидно: Гаутама Будда не буддист, он никогда не слышал слова «буддизм», Иисус Христос не христианин, он никогда не слышал слова «христианство», и, несомненно, он не иудей, иначе иудеи его не распяли бы. То, что иудеи решили распять Христа, свидетельствует о том, что он отринул ум, который они ему дали для пожизненного пользования, и говорил вещи, которые не были заложены в данный ими ум.

Иисус сам постоянно напоминает им об этом. Он говорит: «Вы слышали, что сказано пророками древности (а кто такие пророки древности? Все они — иу-

деи), — «Око за око и зуб за зуб». А Я говорю... кто ударит тебя в правую щеку твою, обрати к нему и другую». Это не согласуется с иудейским умом. Иудейский Бог провозглашает: «Я не добр! Я очень гневливый Бог, очень ревнивый. Помни, что Я — не твой дядюшка». Итак, у нас есть слова: «Я — не твой дядюшка, Я не добр, Я ревнив, Я гневлив». А Иисус заявляет: «Бог есть любовь».

Я пытаюсь показать, что Иисус отринул иудейский ум и поплатился за это — был распят. Распятие стало расплатой за отказ от иудейского ума. Он был опасен, поскольку поставил под сомнение ум других людей: «Наш Бог говорит, что Он гневлив и ревнив — Он сокрушит всех, кто выступит против Него, а Иисус говорит, что Бог есть любовь. Иисус против нас».

Его убили — он не был иудеем. И он не был христианином, потому что слова «христианин» не существовало в иврите и слова «Христос» не существовало в иврите. Его называли «мессия» — эквивалент слова «Христос». Христос — греческое слово. Оно вошло в употребление через три сотни лет, когда высказывания Иисуса были переведены на греческий язык. Тогда мессия стал Христом, а его последователи — христианами.

Гаутама Будда не был индуистом. Он родился в семье индуистов, но отрекся от нее — отрекся в тот самый день, когда начал поиск истины. Обрати внимание на простое обстоятельство: индуисту нет нужды искать истину, она уже дана ему в готовом виде. Ее дает ему традиция, религия, писания — ничего искать не нужно. В тот самый день, когда Гаутама Будда отправился на поиски истины, он отринул индуистский ум. И, конечно, он не был буддистом — так называли его последователей индуисты, чтобы отличить их от себя. Но у Будды был свой собственный ум.

Иметь свой собственный ум в этом мире — величайшее богатство. Но ни одно общество не позволяет этого, все общества держат тебя в нищете. Что касается тебя, все общества, в особенности те его представи-

тели, которые обладают властью — в силу ли своего богатства, или политического поста, или положения в религиозной системе, или знаний, или каких-либо других факторов, — те, кто обладают властью, не хотят, чтобы у людей был собственный ум. Это противоречит их интересам. Они хотят видеть не людей, но овец, не индивидуумов, но толпу, нуждающуюся в поводе, ждущую, чтобы ей сказали, что делать... не имеющую собственного ума, собственных идей, собственного сознания — зависимую.

Страх, что кто-то будет другим, будет чужаком, будет посторонним, одинаково силен во всех обществах по одной простой причине. Ни одному обществу не хватит смелости принять тебя, если не оно сформировало твой ум, потому что тогда общество не может полагаться на твою покорность, не может надеяться, что ты не станешь возражать против чего-то, или сомневаться в чем-то, или проявлять скептичность в отношении чего-то.

Ни одному обществу не нужны чужаки, посторонние. Почему весь мир боится меня? Я не террорист. Я не делаю бомбы и не убиваю людей. Я не склонен к насилию. Но они охотнее принимают террористов.

Именно это произошло в Германии... Правительство запретило мне въезд в Германию, издав резолюцию о том, что я — опасный человек и впускать меня в страну нельзя. И в то же время они позволили провести на своей территории конференцию всех террористических группировок Европы. Я был потрясен! Все эти террористические группировки, совершавшие убийства, угоны самолетов, взрывы в посольствах, похищения людей, — им разрешили провести международную конференцию, а мне запретили приехать в страну на четыре недели в качестве туриста.

Но у этих террористов такой же ум, как у всего немецкого общества.

Очень странный феномен. В один день с Иисусом должны были распять еще троих, и по традиции одно-

го из них должны были помиловать — кого именно, решал народ. Понтий Пилат был уверен, что они отпустят Иисуса. Ведь Иисус был невиновен — он никому не причинил вреда. Но толпа кричала: «Мы хотим Варавву!» — а Варавва был отпетым преступником. Он убивал, насиловал... совершил все преступления, какое ни назови.

Не стоит удивляться, потому что Варавва принадлежал к числу иудеев. Пусть он был убийцей, но ум имел иудейский. А Иисус хоть и не повинен ни в чем, но его ум уже не иудейский, он — чужак, он опасен. Варавва не опасен. Что он может сделать? Максимум убьет еще несколько человек. А Иисус способен разрушить всю структуру общества, потому что оно держится только на предрассудках.

Даже сам Варавва не мог поверить. Он подумал, что тут какое-то недоразумение: «Во всей стране нет большего злодея, чем я, а этот несчастный Иисус виноват лишь в том, что он ходил и разговаривал с людьми... Но никто не просит, чтобы освободили его». Ни один голос не прозвучал в поддержку Иисуса, зато из тысяч глоток раздавалось: «Варавву! Мы хотим Варавву!» Если разбираться в психологической основе произошедшего, все очень просто. Все эти террористы, которые проводили свою конференцию в Германии, вполне приемлемы: у них тот же самый ум, та же самая политика. Они — часть того же самого прогнившего общества. А меня нельзя впустить — они вбили себе в голову, что я развращаю людей. В том же обвиняли Сократа, дескать, он развращает людей, а все, что делал Сократ, — это учил людей иметь свой собственный ум.

Все великие мастера мира век за веком твердили одно: «Имей собственный ум и собственную индивидуальность. Не прибивайся к толпе. Не будь шестеренкой в общественном механизме. Будь индивидуумом — будь сам по себе. Живи, глядя на мир собственными глазами, слушай музыку собственными ушами».

Но мы не пользуемся собственными ушами, собственными глазами и собственными умами — нас всему учат, и мы послушны.

Для прогнившего общества отклонения опасны. Особенно это касается Запада, где никогда не существовало самой идеи просветления — потому что просветление означает просто выход за пределы ума. Выйдя за пределы ума, ты становишься собой.

Запад никогда не поддерживал идею просветления. Она против общества, против религии — она никогда не вызвала интереса на Западе.

Думать об истине — это пожалуйста. Вот почему западная философия достигла таких высот и глубин. Но она всегда только *думала* об истине. Это как если бы безумец думал о здравом рассудке, слепец — о свете. Сколько бы слепец ни думал о свете — какие бы ни создавал грандиозные мысленные конструкции о том, что есть свет, — все это не будет иметь ни малейшего отношения к свету. Для света нужны глаза.

Нельзя думать об истине, потому что мышление осуществляется умом, который полон лжи и только лжи. Как можно думать об истине? Ее можно найти лишь тогда, когда ты отбрасываешь ум.

Мы на Востоке говорим, что истина — это опыт, который приходит к нам в состоянии не-ума, в состоянии за пределами ума. Но на Западе этой идеи никогда не было. И отсюда нам становится очевидной одна вещь: философия — западное явление. На Востоке нет ничего похожего на философию.

Это очень странно: Восток намного старше, не меньше чем на десять тысяч лет, но на Востоке нет ничего похожего на философию. Так называемая «восточная философия» — терминологическая ошибка. Восточный аналог философии называется *даршан*, что значит «видеть». Это не имеет ничего общего с мышлением; само слово *даршан* означает «видеть».

Я называю это *филосией* в противовес философии, потому что философия означает «думать», а *филосия*

означает «любовь к видению»*. Просто для того, чтобы люди не вышли за пределы ума и стали опасными для общества, была выдумана подмена *филосии* — философия.

Ни один философ не приобретает опыт. Ни один философ не становится просветленным или пробужденным. Он остается на тех же позициях, что и все вы, настолько же неосознающим, как все вы.

Даршан, *филосия* — совсем другой подход. Это подход через свидетельство — ты не думаешь, но становишься свидетелем собственного ума, оставаясь на некоторой дистанции от своих мыслей. Когда ты просто смотришь на них, словно находишься на горе, а движение ума происходит где-то внизу, в долине, рано или поздно наступает момент, когда мысли исчезают, потому что они живут только благодаря тому, что ты отождествляешь себя с ними. Их жизнь — паразитирование, они сосут твою кровь. Если ты удаляешься от мыслей и не даешь им свои соки, они съезживаются и умирают. И когда в тебе нет мыслей, а есть одна только безмерная тишина, колоссальное ничто, только наблюдатель и нечего наблюдать... Это момент освобождения от пут ума. И это момент начала новой жизни.

Но окружающим может показаться, что ты сошел с ума, потому что с этого момента твое поведение изменится. С этого момента ты будешь оригинальным — ты перестанешь быть частью толпы. Люди станут думать, что с тобой что-то не так. И это странно, потому что *не так* именно с ними! Однако в каком-то смысле ничего странного в этом нет. Если зрячий окажется в обществе слепых, никто не поверит, что у него есть глаза. Все предположат, что ты страдаешь от какой-то безумной иллюзии — потому что им-то, дескать, известно, что глаз не существует. Ни у кого нет глаз, откуда же они у тебя?

* Слово *philosia* Ошо получил, соединив греческий корень «philo» («любовь») и английское «see» («видеть»). — Прим. перев.

На Западе просветленного называют безумцем.

Причина, по которой люди на Западе сходят с ума, в том, что вы создали в своем мире столько напряжения, тревоги и боли и в то же время дали людям такой гнилой ум, что он просто не выдерживает. Наступает момент, когда происходит срыв. А когда происходит срыв, человек проваливается ниже уровня ума. Поэтому психоанализ — сугубо западное явление. На Востоке нет ничего похожего на психоанализ.

На Востоке мы работаем над тем, чтобы совершался *прорыв*, а не срыв. Прорыв помогает тебе подняться над умом, а срыв низвергает тебя на недочеловеческий уровень. И за это несет ответственность общество. Оно дает тебе слишком много амбиций, которые ты не можешь реализовать. Оно дает тебе слишком много желаний — желание денег, желание власти, которые ты не можешь удовлетворить. Общество учит тебя карабкаться по лестнице успеха, все выше и выше, да еще и торопит — жизнь коротка, а сделать нужно очень много! Нет времени на жизнь, нет времени на любовь, нет времени на радость.

Люди постоянно откладывают все по-настоящему значительное на потом. Веселиться они будут завтра, а сегодня нужно добывать деньги... больше денег, больше власти, больше вещей. Любить они будут завтра, сегодня некогда. Но это завтра не наступает никогда, и вот однажды они обнаруживают, что у них уже полным-полно денег, они вскарабкались на вершину лестницы и дальше двигаться некуда — разве что прыгать в пруд. Они даже не могут сказать другим людям: «Не лезьте сюда», — потому что тогда будут выглядеть глупо. Представь, что, став президентом страны, ты говоришь: «Здесь ничего нет, поэтому нет смысла карабкаться. Это всего лишь лестница, которая никуда не ведет». Ты будешь чувствовать себя очень глупо.

Поэтому люди продолжают притворяться, что чего-то достигли, что они что-то нашли, но глубоко в душе чувствуют пустоту и бессмысленность, чувствуют, что

растратили свою жизнь впустую. И если это приводит их к срыву, то ответственность за него несет общество. Оно сводит людей с ума.

На Востоке ты не найдешь столько безумцев, столько самоубийц. А ведь Восток беден, настолько беден, что многие люди даже не каждый день едят. Было бы логично, если бы здесь, на Востоке, люди чаще сходили с ума, чаще совершали самоубийство. Но нет, они не сходят с ума, не совершают самоубийств. Кажется, они вполне удовлетворены жизнью, потому что ум, который дает им общество, не включает в себя амбиции. Вернее, общество тоже дает им амбиции, но такие, которые касаются иного мира. Этот же мир проклят.

Постарайся понять... Восточное общество тоже дает людям амбиции — достичьрая, постичь Бога, — но эти амбиции противоположны мирским амбициям. Они призывают: «Отрекись от мира! Здесь только тени. Этот мир иллюзорен». В течение тысяч лет люди думали, что этот мир иллюзорен, что он не стоит того, чтобы о нем волноваться, — не лучше ли обратить свой взор к тому, что реально? Вот почему люди не сходят с ума. Даже в полной нищете, в болезни, на пороге смерти ты не найдешь в них озабоченности — и поэтому им не нужна психотерапия.

Психотерапия — сугубо западное явление, она нужна западному уму. Вначале западный ум создает всевозможные желания и амбиции, которые рано или поздно приводят к срыву, и в результате возникает потребность в психотерапии. Сейчас это самая высокооплачиваемая профессия — но самое странное, что психотерапевты совершают самоубийства чаще, чем представители любых других профессий, — вдвое чаще. И психотерапевты сходят с ума вдвое чаще, чем представители других профессий. И эти люди помогают кому-то сохранить рассудок? Сумасшествие.

Но порядок навести можно. Это просто вопрос осознания того, что имеющийся у нас ум не способен встретиться с реальностью, потому что реальность —

вот она, а уму две тысячи лет. Разрыв слишком велик, и ум не в состоянии встретиться с реальностью. Уму нужно идти с реальностью шаг в шаг, а не тащиться позади. А это возможно лишь в том случае, если у каждого человека свой собственный ум, своя собственная индивидуальность.

Я индивидуалист, потому что только у индивидуума есть душа. Ни у одной группы людей души нет — только мертвые соглашения. Лишь индивидуум — живое существо. Нам нужно помочь живым существам быть современными. И оставаться современными — то, что современно сегодня, не будет современным завтра, и значит, тебе нужно освоить методы, позволяющие течь как река вместе с мирозданием, каждый миг. Умирай каждый миг для старого и рождайся для нового.

Если это не станет твоей религией, у тебя будут проблемы и у твоего общества будут проблемы.

Почему современные психологи не размышляют и не пишут о просветлении? Почему у них даже мысль об этом не возникает? Является ли просветление новым явлением, за пределами их понимания? Поймут ли они когда-либо это явление и пойдут ли за пределы просветления? Прокомментируй, пожалуйста.

Западная психология пока еще находится в младенческом возрасте. Ей всего сотня лет. А идея просветления принадлежит восточной психологии, которая насчитывает десять тысячелетий.

Современная западная психология только выводит в тетрадке первые каракули — она пока что изучает первые буквы алфавита: А, Б, В. Просветление и то, что за пределами просветления, — это конец алфавита человеческих стремлений: Э, Ю, Я.

Современная психология даже и называется неправильно, потому что слово «психология» происходит

от древнегреческого *psyche*. А *psyche* означает «душа». Точное значение слова «психология» — наука о душе. Но это очень странно.

Психология отрицает наличие души и при этом продолжает называться «психологией». Она признает лишь физическое тело и его побочный продукт — ум. Но ум умирает точно так же, как физическое тело, никакого перерождения, никакой реинкарнации. Оказывается, жизнь не вечна, она лишь побочный результат соединения ряда материальных физических явлений.

Тебе нужно понять словосочетание «побочный продукт». Сама идея побочного продукта не слишком оригинальна. В Индии материалистическое учение существует уже не менее пяти тысяч лет, соответствующая школа называется *чарвака*. Последователи этой школы описывают разум как побочный продукт работы тела. И для иллюстрации своих идей они приводят очень удачный пример. Обрати внимание, что этому примеру пять тысяч лет. Мы можем найти и его современные аналоги.

Индийцы жуют листья бетеля — *пан*. Он состоит из четырех или пяти компонентов — листья бетеля и еще три или четыре составляющих. Если жевать их по отдельности, они никак не окрасят твои губы. Но если жевать их все вместе, твои губы краснеют — вот что такое побочный продукт. Это покраснение губ не существует само по себе, оно представляет собой побочный продукт.

Более современный пример — работа часов.

Я слышал, что, когда Мулла Насреддин выходил на пенсию, друзья подарили ему хорошие карманные часы — автоматические. Поначалу Насреддин удивлялся, видя, что они идут и идут без подзаводки, — это казалось ему настоящим чудом. Но через три-четыре дня часы встали. Мулла удивился еще больше: что случилось?

Он вскрыл часы и обнаружил внутри мертвого муравья.

— Теперь я знаю секрет! — воскликнул он. — Вот кто двигал шестеренки — этот муравьишка! Как могут часы идти дальше теперь, когда муравей мертв? Но эти идиоты... Они должны были рассказать мне, что кто-то двигает шестеренки! Ведь ему нужна пища, нужна вода. И еще иногда ему нужен сменщик — должен же он когда-нибудь отдыхать!

Что приводит в движение механизм автоматических часов? Есть ли в них некая нематериальная сущность наподобие души? Вскрой часы, разбери их на части, и ты не обнаружишь там никакой души. Именно об этом говорили представители школы *чарвака* пять тысяч лет назад: если бы у человека была душа, то мы могли бы обнаружить ее при вскрытии. Когда на войне гибнут воины, очень много душ должно воспарять над полем битвы. И если смерть случается дома, душа должна покидать тело.

Представители школы *чарвака* были непреклонными материалистами. За пять тысяч лет материализм не сделал ни шага вперед. Людей взвешивали перед смертью и после смерти, и выяснилось, что масса их тел остается прежней — получается, что из тела ничего не уходит. Тогда что же приводит тело в движение? Некий побочный продукт взаимодействия частей тела.

Материалисты во все века — Эпикур в Греции, Марк и Энгельс в Германии и Англии — снова и снова повторяют одну и ту же мысль: сознание является побочным продуктом работы организма. И современные психологи принимают эту идею в качестве одного из своих базовых тезисов. Они утверждают, что души у человека нет — только тело.

Иосиф Сталин ухитрился убить после революции почти миллион русских. Всякого, кто не соглашался отказаться от своих имущественных прав, безжалостно убивали. Всю семью царя, которая сотни лет правила этой страной — самой старой империей в мире и одной из самых больших, — девятнадцать членов этой семьи

предали смерти без всякой пощады, даже шестимесячного ребенка убили. Коммунистам было легко убивать людей благодаря своей материалистической философии — все равно что сломать стул. Иначе им было бы сложно убить миллион людей и не испытать при этом ни малейших угрызений совести. Но их философия оправдывала эти убийства — потому что ничего не гибнет, только физическое тело. Отдельного от тела сознания не существует.

Современная психология ведет себя глупо, продолжая цепляться на пятитысячелетние примитивные представления последователей школы *чарвака*, согласно которым сознание — побочный продукт сугубо физических процессов. В результате современная психология только и может, что выполнять работу механика.

Твоя машина сломалась. Ты отправляешься на станцию техобслуживания, и механик ее чинит. Психолог — тот же механик, тот же водопроводчик. Он просто время от времени поправляет разболтавшиеся шарики и ролики в твоём уме, регулирует какие-то болтики... иногда они затянуты слишком туго, иногда, наоборот, недотянуты. Но все сводится к шарикам и роликам.

Вопрос о просветлении вообще не встает перед современным психологом, потому что идея просветления основана на опыте, согласно которому твоя реальность не ограничивается умом.

За пределами ума есть сознание, и просветление как раз и сводится к выходу за пределы ума. Стоит пересечь границы ума, и начинается просветление — мир необъятного света, осознания, удовлетворения, радости.

Но существует возможность пойти еще дальше — потому что это пока еще только твое индивидуальное сознание. Если выйти и за его пределы, ты обретешь космическое сознание.

Мы живем в океане космического сознания — в точности так же, как рыба живет в океане, не осознавая его. Поскольку рыба родилась в океане, обитает в океане и

умирает в океане, она знает только океан. Если рыбак вытаскивает ее из воды и бросает на песок, рыба впервые осознает, что ее окружало и питало нечто, без чего она жить не может.

Дать рыбе опыт пребывания вне океана — легко. Дать человеку опыт пребывания вне космического сознания — очень сложно. Дело в том, что космическое сознание повсюду — нет никакого берега, у космического сознания нет никаких границ. Поэтому, где бы ты ни был, ты всегда пребываешь в незримом океане космического сознания.

Современная психология останавливается на уме.

И ум — всего лишь инструмент физического тела, так что не будет ошибкой говорить, что он является побочным продуктом. Но ум — это еще не все. Ум — только биокомпьютер, и не далек тот день, когда функции ума почти всецело перейдут к компьютерам. Мы сможем мгновенно получать любую информацию о любом предмете, так что у нас не будет потребности запоминать, не будет потребности читать, не будет потребности изучать. Твой ум очень скоро останется безработным.

Между тем психолога интересует только ум. Есть люди, которых называют бихевиористами, утверждающие, что человек — только физический организм. Эти люди не признают даже существование ума — только поведение тела. С их точки зрения, если ум человека функционирует ненормально, то ему нужны лекарства, а не психоанализ. Человека нужно госпитализировать — он страдает от телесного заболевания, которое ничем не отличается от других недугов.

А психологи Запада сделали хотя бы первый шаг за пределы тела — не очень большой шаг, совсем маленький, пренебрежимо маленький, но все же шаг. Они признали, что существует такое явление, как ум, — пусть даже это всего лишь побочный продукт, но он функционирует сам по себе, пока живо тело. Так что теперь у нас есть очень важные профессии: психолог,

психоаналитик, психотерапевт. Все они выправляют человеческий ум — ведь проблемы с умом имеются у каждого.

В мире есть лишь два типа людей: нормально безумные и аномально безумные. Нормально безумный — это тот, кто безумен в определенных рамках. Его безумие такое же, как и у всех остальных.

Ты можешь наблюдать этих нормально безумных людей во время футбольного матча. Как может человек в здравом уме смотреть футбол? У них точно шарики за ролики заехали... Мы имеем нескольких идиотов в одной команде, нескольких идиотов в другой команде и еще миллионы возбужденных идиотов на стадионе и перед телевизорами, которые приклеились к своим стульям и не могут оторваться от зрелища... как будто бы там происходит нечто чрезвычайно важное. Тогда как на самом деле там просто люди пинают мяч из стороны в сторону. А еще миллионы, которым не посчастливилось смотреть матч, прижимают уши к приемникам, чтобы хотя бы послушать комментатора.

И ты скажешь, что этот мир в здравом уме?

Еще есть соревнования по боксу: два человека колотят друг друга кулаками, а миллионы возбужденно наблюдают за этим. Исследователи из Калифорнийского университета выяснили, что при проведении боксерского матча уровень преступности в Калифорнии подсккивает на тринадцать процентов и затем остается на тринадцать процентов выше в течение семи-десяти дней — изнасилования, убийства, самоубийства. Бокс адресован к животному в тебе. И при созерцании этого зрелища оно, животное, испытывает возбуждение. Тебе хочется кого-то убить... ты много раз думал о том, чтобы кого-нибудь убить, — но ты не готов принять последствия.

Во время боксерского поединка ты получаешь психологическую разрядку — ты отождествляешь себя с боксером. У каждого боксера есть свои болельщики. Они отождествляют себя с ним. Если он попадает про-

тивнику по носу и у того идет кровь, они радуются. Кто-то другой делает от их имени то, что они не могут сделать сами.

Если бы мир был в здравом уме, бокс в нем считался бы преступлением. Да, это игра, но все ваши игры столь примитивны... ничего разумного, ничего человеческого.

Эти нормально безумные люди постоянно пребывают на пограничной черте. Они могут в любой момент сорваться. Любая проблема — жена умерла или ушла к другому — и ты забываешь о границе нормальности, ты переступаешь ее. Тогда тебя объявляют безумным, сумасшедшим и срочно отправляют к психиатру или психоаналитику.

Какова их функция? Это одна и самых высокооплачиваемых в мире профессий. Психоаналитик делает людей опять нормальными, тащит их назад, не позволяет уйти еще дальше от границы нормальности. Все его навыки направлены на то, чтобы вернуть тебя назад и сделать нормально безумным.

Естественно, люди, работающие психоаналитиками и психотерапевтами, рискуют, потому что постоянно имеют дело с безумцами. И они сходят с ума чаще, чем представители любой другой профессии, — вдвое чаще. Совершают самоубийства чаще, чем представители других профессии, — опять-таки, вдвое чаще. Периодически один психоаналитик отправляется к другому психоаналитику, чтобы тот втащил его обратно в нормальный мир, потому что он начинает соскльзывать за черту.

Можно было бы ожидать, что хотя бы психоаналитики будут в своем уме, ведь они пытаются помочь сумасшедшим. Но это не так. Они ведут себя более безумно, чем кто бы то ни было, — по той простой причине, что им с утра до вечера приходится контактировать со странными людьми и их причудливыми идеями. Если ты будешь весь день напролет общаться с такими людьми, они станут сниться тебе и ночью. Ясно, что психоаналитики не отличаются здравым рассудком.

И они не смогут сохранить здравый рассудок, если не признают, что есть нечто за пределами ума.

Там, за его пределами, — отдых, убежище. Ум постоянно болтает, он болтает двадцать четыре часа в сутки. Лишь за пределами ума — тишина и покой. В этой тишине и покое рождается здравый рассудок.

Просветление — вершина здравого рассудка, где человек обретает абсолютно здравый ум, доходит до такого уровня, что тишина, безмятежность и осознанность сохраняются в нем двадцать четыре часа в сутки, независимо от того, спит он или бодрствует. Существует поток безмятежности, блаженства, благословения, который является питанием, пищей.

Восточная психология воспринимает ум как самую низшую составляющую человеческого сознания — унылую и мрачную. Тебе нужно выйти за ее пределы.

А просветление — еще не конец, поскольку оно касается только индивидуального сознания. Индивидуальность подобна двум берегам реки. В тот миг, когда река впадает в океан, берега исчезают, все границы упраздняются. Ты вышел за пределы просветления.

Современная психология должна многое почерпнуть из восточного опыта. Она ничего не знает. Все, что делает современная психология, — это анализирует сны, корректирует людей, чтобы они могли как-то заниматься своими нормальными делами, и подавляет их отклонения от нормы. Но трансформации она не приносит.

Даже основатели современной психологии, — Фрейд, Юнг, Адлер, Ассаджиоли — не те люди, которых можно поставить в один ряд с Гаутамой Буддой, Лао-цзы и Чжуан-цзы. Нельзя сравнить их и с провидцами Упанишад, а также с Кабиром, Нанаком и Фаридом. Эти последние имели самый здравый ум из всех живших когда-либо людей, и они не забивали себе голову снами, не тратили годы на психоанализ.

Очень странное дело: во всем мире нет ни одного человека, который завершил бы психоанализ, — потому

что он может продолжаться и продолжаться, десять лет, двенадцать лет. Есть люди, посвятившие психоанализу по два десятка лет и потратившие на него сотни тысяч долларов.

Фактически, если одни люди хвастаются бриллиантами, изумрудами и рубинами, то другие говорят: «Как долго ты пользуешься услугами психоаналитика? Я вот уже тринадцать лет!» Это критерий достатка, свидетельство того, что ты можешь заплатить сотни тысяч долларов.

Бедняги психоаналитики вынуждены выслушивать самый разный бред. Не удивительно, что они так часто сходят с ума, совершают самоубийства, прыгают из окон тридцатого этажа! А ты попробуй в течение двадцати лет выслушивать женские сны... Для мужа это облегчение — он очень доволен, что переложил ее бред, ее истерические припадки и все прочее на психоаналитика — к тому же это не так и дорого, ему вполне по карману. Но каково бедняге психоаналитику в течение целых двадцати лет выслушивать эту женщину и ее дурацкие сны? Если однажды он возьмет да и выпрыгнет из окна, нельзя его в этом упрекать — ему можно только посочувствовать.

Но это процветающий бизнес. Современные психологи никогда не признают медитацию, потому что медитация оставит их без работы.

Человеку, занимающемуся медитацией, не нужен психоаналитик. Чем дальше он углубляется в медитацию, тем здоровее становится его рассудок, а потом он улетает за пределы ума. Медитация — главнейшая угроза для психоаналитиков и прочих психологов. Им приходится твердить, что за пределами ума ничего нет, поскольку, если выяснится, что за пределами ума что-то есть, их бизнес потерпит фиаско.

Восток должен постоять за себя — должен показать, что западная психология занимается глупостями.

В дзэнском монастыре в Японии психологическая проблема может быть решена за три недели, а на Западе

ею будут заниматься двенадцать лет. И в эти три недели в дзэнском монастыре не будет никаких психоаналитиков. Ты удивишься — их там нет. Человека просто отведут в уединенное место, в прекрасный сад у пруда. В назначенное время ему принесут пищу, напоят чаем, но никто с ним не будет разговаривать, он должен хранить молчание. Ты видишь разницу?

В ходе психоанализа человеку нужно постоянно говорить о своих снах, в течение многих лет, по два-три сеанса в неделю — в зависимости от того, сколько ты можешь себе позволить. А в дзэнском монастыре монахи просто отводят человека в красивое уютное место. В его распоряжении музыкальные инструменты, материалы для живописи, возможности для любой деятельности, какой он только пожелает заняться, — но он должен именно *делать* что-то, а не говорить. И в течение трех недель никто не будет разговаривать с ним.

Все эти три недели человек рисует, играет на музыкальных инструментах, танцует, работает в саду. А по прошествии трех недель становится совершенно нормальным и готов возвратиться домой.

Так что же произошло? Если задать этот вопрос дзэнскому мастеру, он ответит: «Ничего. Просто этот человек слишком много работал, его ум перенапрягся. Мы позволили ему три недели отдохнуть и расслабиться. Человеку нужна физическая работа, чтобы его энергия шла в тело, а не в ум». И людям, естественно, становится интересно... без всяких усилий с их стороны странные и причудливые мысли вдруг исчезли. Это простой способ для больных людей разгрузить свой перегруженный ум.

А если человек здоров, не болен, ему нужна медитация. Есть различные методы для людей разного типа. Тысячи людей достигают такого сияния, такого блаженства, такого единения с Богом, что всем психологам должно быть стыдно. Ведь им не удалось дать ничего похожего ни одному человеку. Даже основатели их школ очень посредственны — менее чем посредственны.

Зигмунд Фрейд настолько боялся смерти, что даже само слово «смерть» было у него под запретом. В присутствии Фрейда никто не должен был произносить слово смерть, потому что от этого слова у него случался припадок и он падал в обморок. Таковы основатели современной психологии, которые хотели вернуть людям здравый рассудок.

А с другой стороны...

Один буддистский монах перед смертью сказал своим ученикам:

— Послушайте, я всегда жил по-своему. Я независимый человек. И умереть хочу по-своему. После смерти сам я ничего уже сделать не смогу, поэтому дам подробные инструкции вам...

В Японии точно так же, как и в Индии, — прежде чем везти покойника на погребение, его раздевают, омывают и наряжают в новые одежды. Итак, мастер сказал:

— Смотрите: я сам принял ванну и переоделся. Поэтому, когда я умру, не нужно меня обмывать и переодевать. Я велю вам это как наставник, так что слушайтесь... и вообще желания умирающего нужно исполнять, а я ведь не о многом прошу.

— Мы сделаем, как вы сказали. Вашу просьбу нельзя назвать чрезмерной, — ответили ученики.

Итак, он отошел в мир иной, и на его похороны съехались тысячи учеников. Когда его тело положили на погребальный костер... всех разобрал смех: учитель спрятал в одежде фейерверки. Он превратил свои похороны в огромный праздник с фейерверком... он хотел развеселить людей — ибо в этом состояла основа его учения: жизнь должна быть полна танца и радости, а смерть должна быть праздником. Он ухитрился сделать так, что даже на его похоронах люди не стояли с постными лицами, а смеялись. Даже посторонние люди не могли удержаться от смеха — они никогда не видели подобного зрелища.

Таковы люди, постигшие жизнь и смерть. Они могут даже смерть превратить в шутку. В отличие от Зигмунда Фрейда, у которого от слова «смерть» случался припадок.

То же самое касается и других великих психологов. Юнг хотел отправиться в Египет, чтобы увидеть мумии мертвых царей и цариц, мертвые тела, хранившиеся в течение трех тысяч лет. Но он очень боялся смерти и трупов. Он был учеником Фрейда. Юнг заказывал билеты двенадцать раз, и каждый раз находил повод не поехать: «У меня поднялась температура» или «Навалились неотложные дела».

И Юнг сам это понимал. Он писал в своем дневнике: «Я знаю, что все это отговорки. Я избегал поездки в Египет, но чем больше я ее избегал, тем больше меня влекла эта страна — как будто я обязан поехать, как будто это проверка моего мужества. Неужели я такой трус? Я снова заказывал билет, собирался с духом и убеждал себя, что волноваться не о чем — это всего лишь трупы, они не могут причинить мне вреда. Ведь так много людей ездит посмотреть на них. Эти мумии хранятся в музеях. На них смотрят тысячи людей. Чего же я боюсь?» Но никакие аргументы не действовали.

Наконец в двенадцатый раз он все же добрался до аэропорта, но уже перед самым трапом все его мужество и все разумные доводы опять испарились. Он сказал: «Меня тошнит и голова кружится. Я хочу домой. Отменяю полет». После этого Юнг уже не решался заказывать билеты — двенадцати раз оказалось достаточно. Так он и не попал в Египет, до которого было всего несколько часов лёту.

Юнг приезжал в Индию и посетил все университеты страны. Он пробыл здесь три месяца, но так и не увиделся с единственным человеком, с которым ему стоило бы познакомиться. Он не увиделся с Раманом Махарши. И в каждом университете кто-то высказывал мысль, что он просто зря тратит время: «Вы приехали изучать восточное мировоззрение, но мы здесь обучаемся по

западным методикам. Вы зря теряете время. Мы могли бы с таким же успехом учиться и на Западе, — в любом случае, мы получаем западное образование. Мы ничего не знаем о Востоке. Но тут есть один человек... он ничего не смыслит в психологии и совершенно необразован, но он олицетворяет Восток. Этому человеку знаком высший полет медитации. Просто посидите рядом с ним».

Юнг был в Мадрасе, но так и не повидал Рамана Махарши. Ему нужно было совершить всего лишь двухчасовую поездку от Мадраса, но он этого не сделал. И этот человек приехал в Индию, чтобы понять восточный подход к психологии!

Западная психология — или, иными словами, современная психология — очень незрелая.

Восток исследует человеческое сознание вот уже десять тысяч лет. Исследователи Востока заглянули в каждый потайной уголок человеческого существа, как на индивидуальном, так и на вселенском уровне.

Но, к сожалению, даже психологи и преподаватели психологии на Востоке не имеют ни малейшего представления о восточном подходе. Они просто попугаи, повторяющие западную психологию, — перепродают подержанные знания. Это не их разработка. Порой даже попугаи лучше — умнее.

Я сам преподавал в университете, и у меня постоянно были конфликты с другими преподавателями: «Вы попугаи. Шпионы Запада, хотя сами этого не понимаете. Вы разлагаете ум восточного человека, поскольку не соображаете, что делаете. Вы даже не знаете о тех открытиях, которые совершены на Востоке. Вы просто дубликаты западных знаний, заверенные печатями на дипломах своих западных университетов».

В университетах я любил рассказывать одну историю.

У епископа умер любимый попугай, и он решил купить себе нового. Его старый попугай был очень

религиозен — в том смысле, что он умел слово в слово повторять Нагорную проповедь. Все, кто его слышал, приходили в изумление. Но попугай умер, и епископ затосковал.

Итак, он вошел в огромный зоомагазин и огляделся. В продаже было множество самых разнообразных попугаев. Епископ сказал владельцу магазина:

— Мой попугай был почти святым. Мне нужен очень религиозный попугай.

— У меня есть особый попугай для вас, — ответил владелец магазина. — Но не уверен, что он вам по карману. Это не просто святой, а самый святой из святых. Пройдите за мной. Особенных попугаев я держу у себя дома, позади магазина, а не в самом магазине.

В доме стояла золотая клетка с прекрасным попугаем.

— Вот он, мой религиозный попугай, — сказал владелец магазина. — Вы очень много интересного рассказали о своем попугае, но с этой птицей он не сравнится... Вы очень скоро забудете о своем прежнем питомце. Вот посмотрите: к его правой лапке привязана ниточка. Если за нее дернуть, он станет рассказывать Нагорную проповедь. На левой лапке есть еще одна ниточка. Если дернуть за нее, он расскажет Песнь Песней Соломона. Так что, если у вас в гостях случится иудей, вы можете заставить попугая рассказывать Песнь Песней из Ветхого Завета. А когда у вас в гостях будет христианин, пусть рассказывает Нагорную проповедь из Нового Завета.

— Потрясающе! — восхитился епископ. — А что будет, если дернуть за две ниточки одновременно?

Прежде чем владелец магазина успел произнести хоть слово, епископу ответил сам попугай:

— Не вздумай это делать, идиот. Я упаду на задницу!

Даже у попугаев есть крупница разума.

Рано или поздно психологии придется заняться изучением состояний, которые порождаются медитацией, придется отправиться в пространства за пределами ума. А если она не решится проникнуть в самые сокровенные глубины человеческого существа, то так и не станет наукой. Сейчас ее название не оправдано. Ей еще только предстоит доказать, что она действительно является психологией — наукой о душе.

Недостатки научного подхода

Все психологические школы Запада заняты определением функций ума — как он работает, почему он иногда работает хорошо, а иногда плохо. При этом они опираются на одну неверную базовую гипотезу, — гипотезу, согласно которой ты представляешь собой не более чем ум, тело-ум. Понятно, что физиология изучает твое тело и его функции, а психология — ум и его функции.

Но нужно отметить, что существуют люди, знающие внутри себя иное пространство, которое нельзя ограничить умом и нельзя определить как часть функций ума. Это безмолвное пространство, где нет даже ряби мыслей, является основой психологии будд.

Слово «психология» употребляется во всем мире совершенно неправильно, но мы уже привыкли и совсем забыли об этом. Само слово «психология» указывает на то, что она изучает не ум, а душу. Изначально слово «психология» означает «наука о душе». Это не наука об уме. И если мы хотим быть честными, нам нужно изменить название, потому что ложное название направляет людей на ложный путь. В мире не существует психологии как науки о душе.

Если говорить приблизительно — просто, чтобы что-то понять, — можно сказать, что ты состоишь из

трех частей. Но помни, что это деление очень произвольно. Ты — неделимая единица.

Тело — твоя внешняя составляющая. Оно — исключительно ценный инструмент, дарованный тебе мирозданием. Ты никогда не благодарил мироздание за тело. И даже не осознаешь всего того, что оно делает для тебя в течение семидесяти лет, восьмидесяти лет, а в некоторых случаях и более сотни лет. Общепринятое представление, что тело умирает в семидесятилетнем возрасте, — не факт, но вымысел, который настолько широко распространился, что тело просто-напросто следует ему.

Незадолго до своего девяностолетия Джордж Бернард Шоу, всю жизнь проживший в Лондоне, к немалому изумлению своих друзей стал подыскивать себе жилище за городом. Друзья спрашивали: «Какой в этом смысл? У тебя прекрасный дом со всеми удобствами. Зачем тебе переезжать куда-то? Да и вообще ты очень странно ведешь поиски — кое-кто даже думает, что у тебя старческий маразм». Дело в том, что, разъезжая по деревням, Бернард отправлялся напрямик на кладбища и внимательно читал надписи на могильных плитах. Наконец он решил поселиться в деревне, где нашел такую надпись на надгробье: «Такой-то безвременно скончался всего 112 лет от роду».

Бернард Шоу сказал своим друзьям: «Я полагаю, что это всего лишь всемирный гипноз. Нам год за годом талдычат, что человеку отпущено только семьдесят лет, и наше тело просто идет на поводу. И если в этой деревне человек прожил сто двенадцать лет, а односельчане полагают, что его смерть была безвременной, что ему было еще рано умирать...» Он провел в этой деревне последние годы своей жизни и прожил больше века*.

Семьдесят лет стали нормой почти во всем мире. Но это не истина тела. Это ум тлетворно влияет на тело.

* В действительности Дж. Б. Шоу прожил 94 года — с 1856 до 1950. Все равно немало... — *Прим. перев.*

Как ни странно, все религии выступают против тела, а ведь тело — это твоя жизнь, оно твой канал общения с мирозданием. Именно тело дышит, делает тебя живым, почти творит чудеса. Имеешь ли ты хоть малейшее представление о том, как превратить буханку хлеба в кровь и все ее составляющие, а потом разослать эти составляющие в точности туда, где они нужны? Знаешь ли ты, сколько кислорода требуется твоему мозгу? Если твой мозг не будет получать кислород всего шесть минут, ты впадешь в кому. А твое тело год за годом поставляет мозгу ровно столько кислорода, сколько ему нужно.

Как объяснить процесс дыхания? Естественно, *ты* не дышишь — дышит твое тело. Если бы дышал *ты*, тебя бы здесь уже не было. За всеми своими заботами ты бы легко мог забыть дышать. Особенно ночью: либо ты спишь, либо дышишь. А ведь это не такой уж простой процесс, потому что вместе с воздухом в организм поступает множество опасных веществ. Тело отбирает лишь полезные вещества и выдыхает все опасное и ненужное, в частности двуокись углерода.

Ни одна религия в мире не оценивает мудрость тела должным образом. Все ваши мудрецы не мудрее тела. Его функционирование совершенно — и его разум остается полностью вне сферы твоего контроля, потому что твой контроль мог бы оказаться разрушительным.

Первая составляющая твоей жизни и твоего существа — тело. Тело реально, неподдельно, искренне. Глубочайшее уважение, любовь и благодарность к телу должны быть основой психологии будд, психологии просветленных.

Второй после тела — ум. Это всего лишь функция. Фактически, его активно используют разного рода паразиты — люди, которые настраивают тебя против тела в пользу ума. Существует механизм под названием мозг. Мозг — это часть тела, но у него нет своей встроенной программы. Природа преисполнена сострадания: то, что мозг не имеет встроенной программы, означает, что

мироздание дает тебе свободу. Ты можешь распорядиться своим мозгом как захочешь.

Но это проявление сострадания со стороны природы было использовано вашими жрецами, вашими политиками, вашими так называемыми великими людьми. Они нашли прекрасную возможность набивать человеческий ум всякой чепухой. Ум — чистое состояние, а все, что ты записываешь в него, становится твоим богословием, твоей религией, твоей политической идеологией. И все общества, все родители очень внимательно следят, чтобы твой ум никогда не оставался в твоем личном распоряжении, они немедленно начинают записывать туда священный Коран, священную Библию, Бхагавадгиту, — к тому моменту, когда они называют тебя взрослым и признают способным полноценно участвовать в делах мира, ты уже не ты.

Это такое коварство, такое преступление, что я просто диву даюсь, почему до сих пор никто не обратил на него внимания.

Ни один родитель не имеет права принуждать ребенка становиться католиком, или индуистом, или джайном. Да, дети рождаются через вас, но они вам не принадлежат. Ты не можешь владеть живыми существами. Ты можешь любить их, и если ты их действительно любишь, то дашь свободу расти в соответствии с их природой, без принуждения, без наказаний, без попыток навязать что бы то ни было.

Мозг великолепная штука — он предполагает свободу, дарованную тебе природой, пространство для роста. Но прежде, чем ты успеваешь освоить это пространство, общество набивает его всякой ерундой. Нужно совершенно четко понять: мозг естествен, а ум — это то, что тебе в него натолкали. Мозг не христианский, а ум может быть христианским; мозг не индуистский, а ум может быть индуистским.

Ум — порождение общества, а не дар природы. Первое, что делает психология будд, — это изымает

весь тот хлам, который ты называешь умом, и оставляет твой ум безмолвным и чистым — невинным, как при рождении.

Современная психология во всем мире анализирует мозг, анализирует мысли, составляющие твой ум. Мы, на Востоке, вгляделись в самые глубины человеческой природы и пришли к пониманию того, что уму не требуется анализ, ибо это анализ хлама. Нужно просто избавиться от хлама. Стоит стереть свой ум — а методом стирания является медитация, — и ты остаешься со своим безупречно прекрасным телом и своим безмолвным, свободным от всяких шумов мозгом. В тот миг, когда мозг освобождается от ума, он обретает невинность и осознает присутствие нового пространства, которое мы называем душой.

Обнаружив свою душу, ты обнаруживаешь свой дом. Обнаруживаешь любовь, обнаруживаешь нескончаемый экстаз, обнаруживаешь, что все мироздание готово к тому, чтобы ты танцевал, радовался и пел — жил ярко и умер блаженно. Все эти вещи происходят сами собой.

Ум — это барьер между твоим мозгом, телом и душой. Ты видишь разницу: психология Запада занимается самой незначительной частью твоего существа — она ходит по кругу, анализируя ум. Психология будд одним ударом отсекает ум и принимает лишь то, что даровано тебе мирозданием, независимо от того, в каком обществе ты имел несчастье родиться.

И каждое общество несчастно, каждая религия несчастна. Это величайшее бедствие, в условиях которого до сих пор жило человечество.

Чем отличается магометанин от христианина, помимо ума? В чем разница между коммунистом и спиритуалистом? Только в уме. Их ум воспитывался по-разному.

Поэтому самое первое и самое важное, что сделала психология будд, — она создала техники медитации, представляющие собой не что иное, как методы хирургического удаления ума, который является наихудшим

раковым образованием внутри тебя. Все, кроме ума, безупречно красиво. Дело в том, что ум произведен человеком, а все остальное происходит из вечных источников жизни.

Психология будд не является наукой в общепринятом смысле, потому что наука остается в границах ума. Психология будд больше похожа на искусство. Ее методы работы произвольны, они не научны.

Приведу один пример, дабы продемонстрировать, что наука — явление намного более низкого порядка...

Однажды утром Чжуан-цзы проснулся и сел в постели — что было странно, потому что, просыпаясь, он обычно сразу же вставал с кровати. Но почему же в то утро он просто сидел и выглядел так грустно? Ведь он не был угрюмым человеком.

На самом деле я не знаю другого автора во всей мировой литературе, который писал бы такие прекрасные абсурдные рассказы, как Чжуан-цзы. Они не имеют ни малейшего смысла, но они прекрасны. Он создавал ситуации.

Ученики встревожились. Они подошли к Чжуан-цзы и спросили:

— Что случилось?

— Я крайне озадачен. Этой ночью я точно знал, что я — Чжуан-цзы. Но затем мне привиделось во сне, что я стал бабочкой.

Ученики рассмеялись.

— А ну цыц! — осадил их Чжуан-цзы. — Нашли время смеяться, когда моя жизнь повисла на волоске!

— Учитель, но ведь это всего лишь сон! — возразили ученики.

— Вначале послушайте до конца, — сказал Чжуан-цзы. — Когда я проснулся утром, мне в голову пришла мысль, что, если Чжуан-цзы может превратиться в бабочку во сне, где гарантия, что бабочка во сне не

может превратиться в Чжуан-цзы? А откуда вопрос: кто я? Бабочка, которая видит сон, или?..

Несомненно, сформулированная им дилемма почти неразрешима. Не считаешь ли ты, что у нее есть какое-то рациональное решение? Его вопрос абсолютно правомерен: если Чжуан-цзы может во сне превратиться в бабочку, тогда, возможно, в действительности это бабочка заснула и превратилась в Чжуан-цзы. Проблема в том, что Чжуан-цзы не может понять, кто он. И он сказал ученикам:

— Медитируйте и ищите решение. Пока не найдете, я так и буду сидеть в постели, отказываясь от еды, потому что это для меня вопрос жизни и смерти.

Ученики вышли из комнаты и обсудили ситуацию:

— Полный бред! Мы тоже видим сны, но эта его идея...

— Идея такова, что решения не найти!

Затем вошел Ле-цзы, главный ученик Чжуан-цзы, и все остальные обратились к нему за советом.

— Не волнуйтесь, — сказал он, и вместо того, чтобы идти к Чжуан-цзы, направился к колодцу.

— Ты куда? — спросили его другие ученики.

— Наберитесь терпения, — ответил он. — Я знаю нашего мастера.

Он набрал полное ведро воды — а стояло холодное зимнее утро — и вылил его на Чжуан-цзы!

Чжуан-цзы рассмеялся и заявил:

— Если бы не ты, не уверен, что я выжил бы. Ты меня спас.

— Выбирайся из кровати, а то я принесу еще одно ведро воды, — пригрозил Ле-цзы. — Тебе нужно лишь одно: чтобы тебя разбудили. Ты еще спишь.

— Нет-нет, я уже встаю! — запричитал Чжуан-цзы.

Мастера не способны создать науку, потому что наука бывает только объективной. Чаще всего их деятельность

ближе к искусству, ибо искусство отличается большей гибкостью, большим разнообразием подходов...

Как бы вы назвали то, что Ле-цзы принес ведро воды? Что это, научный метод? Нет, просто озарение, из которого рождается произвольный, художественный и тем не менее разумный подход к проблеме.

Фактически, Чжуан-цзы ждал, чтобы кто-то из учеников сделал что-то, — заданная им задача решалась не путем обдумывания. Вопрос был таков, что в ответ на него нужно было, чтобы кто-то что-то сделал и своим действием продемонстрировал ясность видения. Именно после этого случая Чжуан-цзы провозгласил Ле-цзы своим преемником. Остальные ученики не могли понять, что произошло — что это еще за такое решение? Психология будд — не наука, не философия. Если уж искать определение, то мы можем назвать ее очень гибким искусством. Здесь не существует однозначных ответов ни на один вопрос.

Психология будд не может быть наукой. Потому что наука всегда объективна, она — о других. Она не о твоём существе. Она экстравертна и никогда не бывает интровертной. Но если человек пробудился сам, он найдет способ растормозить и тебя — пробудить от твоего ума, который есть твоя кома, твоя слепота. Вот почему разные мастера в разных странах применяют разные методы. Ни один метод не научен. Все зависит от человека, к которому он применяется. Такая хирургия не может быть точной наукой. Психология будд должна быть очень гибкой.

Иногда мастер может ударить, а иногда мастер может обнять. Все зависит от того, с каким умом он работает в данный момент — ведь он работает с разными умами. У вас у всех не одинаковые умы, иначе достаточно было бы какого-то одного метода.

Традиция насчитывает сто восемь методов медитации. Я прошел все эти методы — не просто прочел о них, но испытал каждый. Мой поиск был направлен на то, чтобы выяснить, что именно лежит в основе всех ста восьми

методов, ибо должна же быть у них какая-то глубинная общая суть. И согласно моему опыту, сутью всех методов медитации является искусство свидетельствования.

Затем я создал собственные методы — ведь я проник в глубинную суть. Все те сто восемь методов в некотором смысле устарели. Они созданы другими мастерами для других людей — для трансформации умов другого типа. Современный ум тогда еще не существовал — современному уму требуются новые методы. Но различия между методами не касаются их сути. Глубинная суть — самая душа метода — всегда одинакова.

Просто быть нормальным недостаточно

Зигмунд Фрейд представил миру психоанализ, который основан на работе с умом, ограничен умом, не выходит за пределы ума ни на дюйм. Наоборот, он углубляется в ум, в скрытые слои ума, в подсознание, чтобы найти пути и средства сделать его хотя бы нормальным. Фрейдистский психоанализ ставит перед собой не очень-то серьезную цель.

Его цель — поддерживать человека в норме. Но нормальности недостаточно. Просто быть нормальным — в этом нет никакого смысла. Это означает нормальную жизненную рутину и твою способность с ней справляться, но не дает тебе смысла. Это не дает тебе понимания реальности вещей, не помогает выйти за пределы времени, за пределы смерти. В лучшем случае психоанализ служит полезным инструментом для тех, кто стал настолько ненормальным, что уже не в состоянии справляться с повседневными делами — не может уживаться с людьми, не может работать и нервы его совсем разболтались. Психоанализ помогает такому человеку обрести некоторую собранность — не целостность, заметить, но лишь некоторую собранность, собирает его в пучок. Человек все равно остается фрагментарным —

ничего в нем не кристаллизуется, душа не рождается. Он не обретает блаженства, но просто становится менее несчастным, меньше страдает.

Вообще психология помогает человеку принять свое страдание. Она помогает ему принять: «Это все, что дала тебе жизнь, и о большем не проси». И в определенном смысле это вредно для внутреннего роста, потому что внутренний рост происходит только тогда, когда есть божественное недовольство. Когда ты совершенно неудовлетворен положением вещей, таким, каково оно есть, лишь тогда ты отправляешься на поиск, лишь тогда начинаешь двигаться ввысь, лишь тогда предпринимаешь попытки вытащить себя из болота.

Юнг проник в бессознательное немного глубже. Он отправился в коллективное бессознательное — то есть погружается все глубже в мутные воды, но и это не помогает. Ассаджиоли ударился в другую крайность. Осознав крах психоанализа, он изобрел психосинтез... но его метод основан на тех же идеях. Просто вместо анализа он акцентирует внимание на синтезе.

Психология будд, психологические прозрения Востока, — это не анализ и не синтез, а трансценденция, выход за пределы ума. Это не работа внутри ума, а работа, которая выводит тебя за его пределы. Именно таково истинное значение английского слова *ecstasy* (экстаз) — стоять снаружи.

Когда ты способен пребывать за пределами своего ума, когда можешь держаться на расстоянии от него, это значит, что ты сделал первый шаг к психологии будд. Происходит чудо: если ты стоишь за пределами ума, все его проблемы исчезают, потому что исчезает он сам; он теряет власть над тобой.

Психоанализ подобен обрыванию с дерева листьев — постоянно будут вырастать новые. Это не отсечение корней. Психосинтез подобен попыткам прикрепить опавшие листья обратно на ветки — приклеить их к дереву. Это не даст им новой жизни. Они будут выглядеть отвратительно — листья не станут живыми, не

зазеленеют, не сделаются частью дерева, они просто приклеены.

Психология будд отсекает самые корни дерева, порождающего разнообразные невроты и психозы, из-за которых человек становится фрагментарным, механистичным, похожим на робота. Психоанализ занимает годы, и при этом люди остаются прежними. Он подновляет старую структуру, ставит латки там и тут, белит старый дом. Но это все тот же дом — радикальных изменений не происходит. Сознание человека не трансформируется.

Психология будд не работает внутри ума, ей не интересен анализ или синтез. Она просто помогает тебе выбраться из ума, чтобы ты мог взглянуть на него извне. И сам по себе этот взгляд есть трансформация. В тот миг, когда ты смотришь на свой ум как на объект, когда ты оказываешься отстранен от него, перестаешь отождествлять себя с ним, — возникает дистанция, и корни отсекаются.

Почему это дает возможность отсечь корни? Потому что именно ты сам питаешь ум. Отождествляя себя с умом, ты его питаешь; перестав отождествлять себя с ним, перестаешь питать. И он отмирает сам собой.

Есть одна красивая история. Я ее очень люблю...

Однажды Будда шел через лес. Стоял жаркий солнечный день, и ему захотелось пить. Он сказал своему старшему ученику, Ананде:

— Ананда, вернись-ка назад. В трех-четыре милих позади ручей, через который мы перебрались. Возьми мою чашу для подаяния, набери в нее воды и принеси мне — я очень устал и хочу пить.

Ананда отправился к ручью, но незадолго перед тем, как он к нему подошел, через него проехали несколько запряженных волами повозок и замутили воду. На поверхность поднялись опавшие листья... вода стала непригодной для питья, слишком грязной. Ананда вернулся с пустой чашей и сказал Будде:

— Тебе придется немного подождать. Я схожу вперед. Я слышал, что в двух-трех милях отсюда есть большая река. Принесу воды оттуда.

— Нет, вернись и возьми воду из того ручья, — настаивал Будда.

Ананда не мог понять его настойчивости, но, если мастер просит что-то сделать, ученик должен слушаться. Понимая, насколько это абсурдно — то, что он должен снова пройти эти три-четыре мили, хотя вода не годится для питья, — Ананда все же пошел обратно.

— И не возвращайся, если вода все еще мутна, — сказал ему вслед Будда. — Если она мутна, просто безмолвно посиди на берегу. Ничего не делай, не входи в ручей. Просто безмолвно сиди на берегу и наблюдай. Рано или поздно вода снова станет прозрачной и ты сможешь наполнить чашу.

Будда оказался прав — когда Ананда снова пришел к ручью, вода уже почти очистилась, листья и ил осели. Но ручей еще не стал абсолютно прозрачным, поэтому он сел на берегу и принялся смотреть на протекающую мимо воду. Постепенно она стала кристально чистой. Ананда вернулся к учителю танцуя — он понял, почему Будда настаивал. Будда хотел донести до своего ученика одну мысль — и Ананда понял послание. Он вручил Будде чашу с водой и поблагодарил мастера, прикоснувшись к его стопам.

— Что ты делаешь? — спросил Будда. — Это я должен тебя благодарить за то, что ты принес мне воду.

— Теперь я понял, — сказал Ананда. — Вначале меня наполнял гнев. Я этого не показывал, но я злился, оттого что идти назад было абсурдно. Но теперь я понял послание. Именно это мне требовалось в данный момент. Сидя на берегу ручья, я осознал, что то же самое касается моего ума. Если я вступаю в ручей, он снова станет мутным. Если я вступаю в свой ум, то создам в нем еще больше шума и на

поверхность всплывет еще больше проблем. Сидя у ручья, я понял эту технику. Теперь я буду сидеть рядом со своим умом, созерцая его вместе со всем его илом и проблемами, опавшими листьями и обидами, ранами, воспоминаниями и желаниями. Я буду беспристрастно сидеть на берегу и ждать момента, когда наступит ясность.

Это происходит само собой, потому что, когда ты сидишь на берегу своего ума, ты не питаешь его энергией. Вот что такое настоящая медитация — это искусство трансценденции.

Фрейд предлагает анализ. Ассаджиоли — синтез. Будды всегда предлагали медитацию, осознание.

Медитация, осознание, наблюдение, свидетельство — в этом уникальность психологии трансценденции. Никакой психоаналитик не нужен. Это ты можешь делать сам. Фактически, ты *должен* делать это сам. Не нужны никакие ориентиры, процесс очень прост — если ты его практикуешь. Если же не практикуешь, тогда он очень сложен, труден... это как плавание. Оно сложно, если ты не умеешь плавать, но стоит научиться, и ты уже знаешь, что плыть очень просто. Нет ничего проще плавания. Оно совсем не сложное. Оно спонтанное и естественное.

Лучше осознавай свой ум. Осознавая свой ум, ты осознаешь и тот факт, что ты не ум, и это становится началом революции. Ты воспаряешь все выше и выше. Ты больше не привязан к уму. Он действует, как камень, — тянет тебя вниз, удерживает в гравитационном поле. В тот миг, когда ты отвязываешься от ума, тыходишь в поле будды. Когда гравитация утрачивает свою власть над тобой, тыходишь в поле будды, а вхождение в поле будды означает вхождение в мир левитации. Ты воспаряешь.

Ум постоянно тянет тебя вниз. Поэтому дело не в анализе и не в синтезе. Дело в осознании. Вот почему мы на Востоке не разработали психотерапевтический

анализ наподобие фрейдистского, или юнгианского, или адлеровского... их сейчас так много на рынке. Мы не разработали ни одной психотерапевтической системы, потому что знаем: психотерапия не может исцелить. Она может помочь тебе примириться с ранами, но не исцелить. Исцеление приходит тогда, когда ты отказываешься от привязанности к уму. Когда ты отключен от ума, не отождествляешь себя с ним и совершенно к нему не привязан, когда твоя рабская зависимость от него прекращается — вот тогда и происходит исцеление.

Трансценденция — вот истинная терапия, и это не только психотерапия. Это не только явление, ограниченное твоими психологическими процессами, но нечто намного большее. Трансценденция имеет духовную природу. Она исцеляет само твое существо.

В ходе интенсивной психотерапии пациент либо говорит, либо слушает, то есть пытается услышать голос, идущий изнутри. Лишь последнее имеет какую-то ценность. Хороший терапевт, особенно если он относится к пациенту с любовью, будет делать упор на все имеющиеся возможности стимулировать этот процесс вслушивания в неожиданное. Является ли это формой медитации? Можно ли сказать, что в идеале терапевт и пациент совершают совместную медитацию?

Терапия — это, прежде всего, медитация и любовь, потому что без любви и медитации исцеление невозможно. Когда психотерапевт и пациент составляют некое единство, когда терапевт уже не только терапевт, а пациент больше не пациент и между ними возникают глубокие я-ты-взаимоотношения, в процессе которых психотерапевт не пытается лечить пациента, а тот не воспринимает психотерапевта как отдельную от себя сущность, — в этих редчайших случаях и происходит

исцеление. Когда психотерапевт забывает о своем знании, пациент — о болезни, тогда и осуществляется диалог — протекающий в здесь-и-сейчас между двумя сущностями. И если это случается, психотерапевт знает, что он был только инструментом божественной силы, божественного исцеления. Он будет так же благодарен за этот опыт, как и пациент. Фактически, он и получит от этого опыта столь же много, как и пациент.

Когда ты видишь в человеке пациента, ты воспринимаешь его как машину. В точности как механик, который стремится починить и настроить механизм, психотерапевт — это специалист, зацикленный на знаниях, содержащихся в его голове. Он пытается помочь другому человеку так, будто тот не человек, а машина. Он может быть очень квалифицирован, может прекрасно знать методики, но толку от него будет мало. Дело в том, что сам этот подход пагубен. Сам этот взгляд на пациента, когда он воспринимается как объект, порождает в пациенте сопротивление. Ему обидно.

Ты обращаешь на это внимание? Довольно мало врачей, рядом с которыми не чувствуешь себя униженным, рядом с которыми не кажется, что тебя воспринимают как объект, и ты чувствуешь, что к тебе относятся с уважением, видят в тебе личность, а не механизм. Это особенно верно, когда речь идет о психотерапии. Психотерапевту нужно забыть все, что он знает. В один миг ему нужно стать любовью, потоком любви. В один миг он должен принять человечность другого, субъективность другого. Нельзя низводить другого человека до вещи, иначе ты с самого начала закроешь дверь, через которую может спуститься великая целительная сила. Психотерапия — одно из самых сложных дел в мире, потому что нужно уметь помогать, и в то же время забыть о том, что ты умеешь помогать. Чтобы помочь, нужно многое знать, и в то же время, для того чтобы помочь, нужно все это забыть. Психотерапевт должен делать очень противоречивые вещи — лишь тогда возможно исцеление. Когда течет поток любви и психотерапевт

слушает пациента с огромным вниманием, а сам пациент прислушивается к своей внутренней сущности, к голосу собственного подсознания, — когда происходит это слушание, тогда постепенно два человека исчезают в глубоком вслушивании. Возможно, присутствуют две полярности...

Когда ты слушаешь меня, исцеление происходит постоянно. Когда ты слушаешь меня настолько внимательно, что тебя уже нет — ни ума, ни мышления, — ты превращаешься в слух, только слушаешь, впитываешь... и меня уже нет... в такие редкие моменты, когда и тебя тоже нет, — происходит исцеление. Внезапно ты исцелен. Сам того не осознавая, ты исцеляешься каждый день. Ты этого не осознаешь, но исцеление окутывает тебя со всех сторон, целительная сила окутывает тебя со всех сторон. Твои раны исцеляются, тьма исчезает, пути рвутся. Это и есть терапия.

На Востоке никогда не было ничего похожего на психотерапевтов, потому что мастера более чем достаточно. Все, что знают современные психоаналитики, на Востоке известно веками — во всем этом нет ничего нового. Но на Востоке нет такого понятия, как психоаналитик, есть только мастер. Не существует пациента, существует только ученик.

Вдумайся в эту разницу. Когда ты приходишь ко мне как пациент, твой ум уродлив, когда же ты приходишь как ученик, твой ум прекрасен. Когда я смотрю на тебя как психотерапевт, такой мой взгляд низводит тебя до вещи, когда же я смотрю на тебя как мастер, мой взгляд возвышает тебя до высот твоего сокровенного существа. На Востоке мы никогда не называли мастера «психотерапевтом», хотя он — величайший из психотерапевтов, когда-либо существовавших в этом мире. Миллионы людей исцелились просто благодаря тому, что они находились возле Будды. Куда бы он ни шел, происходило исцеление, но об исцелении никто не говорил. Это просто происходило, и не было нужды ни о чем говорить. Само присутствие Будды, как и исполненный

любви взгляд мастера и готовность ученика впитывать то, что ему дают...

Идея быть «пациентом» отвратительна. В самом этом слове ничего отвратительного нет, оно происходит от прекрасного корня, от того же корня, что и слово «терпение» (*patience*), — но стало отвратительным, потому что ему придали другой смысл. Ученик — совсем другое дело: ты пришел, чтобы научиться чему-то, а не для того, чтобы лечиться. Исцеление происходит само собой. Любая терапия — это обучение. Отчего человек становится болен психически? Оттого, что он научился чему-то неправильному. Ты научился чему-то неправильному и увяз в этом. Нужно, чтобы кто-то избавил тебя от ложной программы, помог тебе избавиться от этого ложного знания и направил твою энергию в другое русло — вот и все.

Приведу пример. Ко мне приходила одна женщина. Я наблюдал за ней много лет — она приходила год за годом. В первый раз, когда она пришла, она сказала мне, что ей совсем безразличен секс, а ее мужу он нужен постоянно. Ей это очень не нравилось, ее едва ли не тошнило. «Как прекратить это? Что мне делать?» — спрашивала она. Поговорив с ее мужем, я сказал ему:

— Потерпи всего месяц — не проявляй к ней сексуального интереса. Через месяц все изменится.

Он последовал моему совету. Женщина пришла ко мне снова.

— Мне обидно, муж не проявляет ко мне сексуального интереса, — заявила она.

— Ты должна понять, что происходит, — ответил я. — Когда муж проявляет сексуальный интерес к тебе, ты получаешь некоторую власть над ним. Ты наслаждаешься этой властью, но в то же время чувствуешь, что тобою пользуются. Муж видит в тебе сексуальный объект, и значит, ты служишь лишь средством удовлетворения определенной потребности. Ты чувствуешь, что тобою пользуются.

Почти все женщины чувствуют, что ими пользуются, — и в этом проблема. Но стоит мужу перестать проявлять интерес, она забывает о том, что ею пользуются, и пугается... Она начинает думать, что муж утратил интерес к ней. Теперь у нее уже нет власти над ним, она не владеет им. Итак, я сказал этой женщине:

— Просто посмотри фактам в лицо: если ты хочешь владеть мужем, тогда и он будет владеть тобой. Если ты хочешь владеть мужем, то он будет тобою пользоваться.

Ум, желающий владеть, сам находится во владении. Иначе говоря, владеть чем-то — значит быть во власти того, чем ты владеешь. Чем большим ты владеешь, тем в большее рабство попадаешь. Свобода приходит тогда, когда ты отучаешься владеть. Тогда ты перестаешь искать власти над кем бы то ни было. Ревность и та исчезает. И когда ты не пытаешься владеть другим человеком, ты создаешь вокруг себя столько красоты, что и этот человек не может воспринимать тебя как вещь. Ты становишься личностью — великолепной, полной жизни, светозарной личностью, — ты становишься светом в себе. Никто не может владеть тобой. Всякий, кто окажется рядом, ощутит великую красоту и не сможет думать о тебе как о вещи.

Каждая женщина страдает, потому что, в первую очередь, хочет владеть. А раз она хочет владеть, она тоже во власти и у нее появляется чувство: «Меня используют». Если ее не используют, она чувствует, что ее власть тает. Таким образом, женщина постоянно страдает. То же самое касается и мужчин.

Глубоко взглянуть в проблему означает исцелиться, потому что такой взгляд непременно вскрывает, что ты выучился какому-то ошибочному трюку. Отучись... в этом исцеление. Люди душевно больны потому, что они неправильно научены. Каждый запрограммирован на состязательность, и в то же время каждого учили вести себя смиренно и спокойно. Это нелепо, потому что несовместимо. Либо ты состязаешься и тогда остаешься

напряженным, либо ты тих и миролюбив, но тогда не можешь состязаться.

Тебя учили дихотомии. Тебе велели двигаться в двух направлениях одновременно, и ты это усвоил. Тебя учили быть скромным и постоянно учили быть эгоистом.

Если твой сын — лучший ученик в школе, ты счастлив. Ты устраиваешь вечеринки для его друзей и постоянно говоришь ему, что он замечательный человек, что он лучший и получит золотую медаль. Настоящая пища для эгоизма — все эти медали. И в то же время ты учишь его скромности. Тем самым ты создаешь противоречие: если он станет скромным, то не сможет состязаться, а если он увлечен состязанием, то не может быть скромным. Если его эго хочет завоевать все золотые медали, какие только можно получить в жизни, ему нельзя быть скромным. Тогда вся его скромность будет лицемерием. Нужно понимать это. Теперь у него проблема: постоянно демонстрировать скромность и постоянно стремиться к успеху в жизни. Если он добьется успеха, то не сможет насладиться им в полной мере, потому что для этого нужно стать высокомерным и эгоистичным, тогда как ему внушили идеал скромности и бескорыстия. Если он станет скромным и бескорыстным, то тоже не сможет быть счастливым, потому что его идеал — успех в мире, он должен показать всему миру, на что способен.

Общество постоянно ведет себя противоречиво, непоследовательно и все время учит тебя совершенно неправильным вещам. Отсюда и заболевания; отсюда в тебе душевное смятение, внутренние конфликты. Рано или поздно ты приходишь к состоянию полного беспорядка, когда все вверх тормашками. И ты можешь отправиться либо к мастеру, либо к психотерапевту. К мастеру ты приходишь как ученик — учиться. Ты научился чему-то неправильному, теперь нужно отучиться от всего этого и научиться чему-то новому. Приходя как ученик, ты не чувствуешь унижения, ты чувствуешь

радость. Но если ты приходишь к психотерапевту как человек с психическими проблемами, как пациент, ты смущен. Свои визиты к психотерапевту следует скрывать от других: «Людям лучше не знать об этом, а то получается, что мой ум функционирует неправильно». Если ты ходишь к психотерапевту, тебе не хочется распространяться об этом. И у психотерапевта тоже есть проблемы, почти такие же, как у тебя; возможно, он способен в какой-то степени помочь тебе, но самому себе он помочь не сумел.

У мастера проблем нет. Он может оказать тебе огромную помощь, потому что видит тебя насквозь. Ты для него прозрачный. Психотерапевт — профессионал, даже если он заботится о тебе, демонстрирует любовь и привязанность, это все лишь профессиональные жесты. Мастер не связан с тобой профессионально. Ваши взаимоотношения совсем другие — от сердца к сердцу.

Есть много типов психотерапии, но на практике ни один из них не приносит пользы. Пациенты переходят от психоаналитика к психоаналитику, от терапии к терапии. Всю свою жизнь они ходят от двери к двери. Тут нужны мастера, нужны реализовавшиеся люди, которые достигли любви. Но даже в обычной психотерапии, если в какие-то моменты возникает чувство, что пациент больше уже не пациент, а психотерапевт уже не психотерапевт — немного любви, немного человечности... они забывают о своих профессиональных взаимоотношениях, между ними начинает течь любовь, — немедленно происходит исцеление.

Исцеление — функция любви. Любовь — величайшая терапия, а миру нужны психотерапевты, потому что любви в нем мало. Если бы люди любили — если бы родители любили, если бы школьные учителя и университетские преподаватели любили, если бы в обществе царил атмосфера любви — потребности в психотерапевтах не было бы.

Каждый рождается для того, чтобы быть здоровым и счастливым. Каждый стремится к здоровью и к сча-

стью, но где-то что-то идет не так и все становятся несчастными. Несчастье должно быть исключением, а оно стало правилом. Счастье должно быть правилом, но оно стало исключением. Я бы очень хотел жить в мире, где рождаются будды и на них никто не обращает внимания, потому что они — правило. Ныне Будду помнят, Христа помнят, Лао-цзы помнят, потому что они — исключения. Иначе кого бы они интересовали? Если бы будды жили в каждом доме, толкались на каждом рынке и Лао-цзы встречались бы на каждом шагу, кого бы это трогало? Это было бы в порядке вещей. Так оно и должно быть.

Лао-цзы говорил: «Когда мир был по-настоящему нравственным, не существовало возможности стать святым». Когда мир был по-настоящему религиозен, потребность в религиях отсутствовала. Люди были просто религиозны, а религии — не нужны. Там, где присутствовали порядок и дисциплина — естественные порядок и дисциплина, — слов «порядок» и «дисциплина» не существовало. Идея порядка возникает лишь тогда, когда есть беспорядок. Люди начинают говорить о дисциплине, когда дисциплины нет, и они говорят об исцелении, когда приходит болезнь. Люди говорят о любви, когда любви не хватает. Но в основе своей терапия — это функция любви.

Если ты — психотерапевт, никогда не воспринимай пациента как пациента. Относись к нему как к человеку, который пришел чему-то научиться, — как к ученику. Помогай ему, но не как специалист. Помогай как человек, и это принесет ему исцеление. Будет меньше терапии и больше исцеления. В противном случае терапия продолжается годами и результат почти нулевой. А иногда может быть даже нанесен вред.

Я слышал об одном мужчине с очень странной привычкой: приходя в бар, он пил вино, но не допивал бокал, а выплескивал остатки на окружающих.

Его не раз били за это... Однажды хозяин бара посоветовал ему:

— Сходил бы ты к психоаналитику. Тебе нужно подлечиться: ведь тебя не раз били и вышвыривали из бара, но ты снова и снова делаешь то же самое. Что-то с тобой не так. Ты одержим.

После этого тот мужчина не заходил в бар три месяца. Когда он объявился там снова, хозяин бара спросил его:

— Ты обращался к психоаналитику? Я заметил, что ты на три месяца исчезал.

— Да, и мне это очень помогло, — ответил мужчина.

— Вылечился? — поинтересовался хозяин.

— Ага, полностью, — ответил посетитель, но в тот же вечер поступил как обычно!

— Ну и что же это за лечение? — сокрушался хозяин бара. — Ты опять взялся за старое!

— Я полностью изменился, — сказал мужчина. — Раньше я чувствовал себя виноватым, а теперь — ничуть. Психоаналитик очень мне помог. Он избавил меня от чувства вины. Раньше я стыдился своего поведения, а теперь мне наплевать на то, что думают обо мне люди.

Такое случается сплошь и рядом: психоанализ помогает людям спокойно воспринимать происходящее. Он не дает им более глубокое чувство ответственности, просто освобождает от чувства вины. Чувство вины — плохое, нужно его устранить. Однако нужно устранить его таким образом, чтобы человек не только отучился чувствовать себя виноватым, но приучился к мысли об ответственности. Вина — это плохо, вина очень опасна, она тебя разрушает. Она как рана. Но чувство ответственности очень и очень важно — оно пробуждает в тебе душу, делает целостным. Если ты не чувствуешь ответственности, ты не здоров. Чувство ответственно-

сти — признак здоровья. Сама идея ответственности дает тебе свободу, дает достоинство. В результате твое бытие обретает подлинность. Ты более полно присутствуешь в настоящем моменте.

Идея вины — фальшивая монета. Вина выглядит как ответственность, но не является ею. Вина угнетает. Ответственность дает глубину, остроту осознания. Ты становишься более целостным, более собранным.

Кроме того, если ты любишь людей, то и тебя будут любить. Если ты исцеляешь людей, если становишься каналом целительной силы и энергии, то и сам будешь исцелен. Уча человека, ты и сам учишься. Самый лучший способ изучить что-то — преподавать это. Но помни, что мастер одновременно является и учеником. Он постоянно учится. Каждый ученик — новый урок, и, начиная работу с пациентом-учеником, ты открываешь новую книгу, новую жизнь.

Дары любви велики. Создай вокруг себя такую атмосферу, чтобы пациент приходил учиться, переучиваться и трансформировать себя. Нужно воспринимать его не как «медицинский случай», а как незащитного человека — такого же незащитного, как и ты сам. Не смотри на него с башни своего высокомерия, не думай, что ты выше его и знаешь больше, чем он, — этот взгляд бесчеловечен, и любовь становится невозможной. Смотри на другого с позиций обычного человека, такого же незащитного, как и он сам, — вы в одной лодке, в одной и той же переделке. Только тогда ты сможешь быть полезен, и через тебя придет исцеление.

Я слышал историю о знаменитом гарвардском профессоре Чарльзе Т. Коупленде. Однажды студент спросил его:

— Не посоветуете ли, что мне нужно сделать, чтобы овладеть искусством ведения беседы?

— Есть одна вещь, — ответил Коупленд, — если ты готов меня слушать, то я скажу тебе.

На несколько минут воцарилась тишина, потом студент сказал:

— Я слушаю, профессор.

— Вот видишь, — заключил Коупленд, — ты уже учишься.

Слушать — значит учиться, потому что, когда ты безмолвно слушаешь, с тобой начинает говорить все мироздание. Наилучший момент для обучения — когда ты абсолютно безмолвен.

Когда ты молчишь, жизнь открывает тебе свои секреты.

Поэтому, независимо от того, помогаешь ли ты ученику, попутчику в дороге, приятелю или пытаешься вылечить пациента, — будь хорошим слушателем. Слушай так заинтересованно, так внимательно, чтобы другой человек понемногу смог раскрыть тебе все свои тайные глубины, которые он не раскрывал никому больше, потому что никто не был готов слушать, глубины, которые он не раскрывал даже себе, потому что и сам был неспособен себя выслушать, — глубины, которые всегда оставались во тьме. Стань настолько потрясающим слушателем, чтобы атмосфера твоего слушания вскрывала все самое сокровенное в твоем пациенте, в твоем ученике. И он будет удивляться тому, что рассказывает тебе, поскольку ему было невдомек, что все это в нем есть. Благодаря слушанию ты поможешь ему осознать его собственное бессознательное — а это несет исцеление. Как только бессознательное осознается, очень многое исчезает. Весь хлам исчезает, а все важное углубляется.

Но как научить человека слушать? Для этого нужно уметь слушать самому. Когда слушаешь пациента или друга — не скучай. Если тебе становится скучно, скажи, что сейчас неподходящий момент: «В другой раз. Сейчас я не настроен слушать». Никогда не слушай человека, если тебе скучно, потому что испытываемая тобой скука создает атмосферу, в которой твоему собе-

седнику кажется, что его отвергают. Твоя скука словно говорит ему: «Все, что ты говоришь, — чушь. Перестань. Заткнись». И не имеет значения, что ты не произносишь этого вслух. Все твое существо заявляет: «Заткнись! Хватит уже».

Понимая это, Фрейд разработал особый метод — он просто прятался от пациента. Тот лежал на кушетке, а Фрейд сидел вне его поля зрения. Пациент не мог видеть, как реагирует на его слова Фрейд и слушает ли он вообще. Фрейд сидел в головах, а пациент просто произносил монолог, будто разговаривал сам с собой. Фрейдистский анализ отнимает очень много времени: три, четыре, пять, даже десять лет. Бывают пациенты, которые подвергаются психоанализу по двадцать лет, и ничего не происходит. Это бесчеловечно. Повернись к пациенту лицом. Посмотри ему глаза. Не прячась, словно призрак. Будь человечен, будь открыт и слушай.

Фрейд учил своих последователей никогда не прикасаться к пациенту. Это совершенно неправильно и бесчеловечно. Бывают моменты, когда необходимо просто взять пациента за руку и это принесет очень много пользы, намного больше, чем любой анализ. Но Фрейд боялся возможной близости терапевта и пациента. Терапевт должен оставаться далеким и отрешенным, он не должен спускаться в человеческий мир. Возникает впечатление, что Фрейд боялся собственной человечности. Он боялся собственного ума. Он не допускал близости, по-видимому, в нем жил очень глубокий страх, очень глубокий комплекс. Человек, который боится взаимоотношений, боится себя, потому что во взаимоотношениях он может раскрыться и увидеть себя, как в зеркале. Фрейд был пуританином.

Не нужно держать дистанцию, потому что тогда исцеления не будет. Приблизься. Чтобы пациент мог раскрыться и раскрыть свое сердце, нужно, чтобы он стал тебе близок.

И реагируй! Не слушай как мраморная статуя — реагируй, потому что, когда ты реагируешь, взаимоотно-

шения наполняются жизнью, текущий момент наполняется жизнью. Если ты не реагируешь, все становится мертвым и постылым. Реагируй, пусть все оживет — и тогда возможно многое. Становится возможно намного больше всего, чем при психоанализе. Потому что психоанализ Фрейда затрагивает исключительно голову. А настоящая психотерапия должна быть всеобъемлющей.

Сознание, бессознательное и целостность

Однажды в школу к Мулле Насреддину пришла женщина со своим маленьким сыном. Женщина попросила Муллу испугать мальчишку — тот слишком много проказничал, никого не слушался. И нужно, чтобы его напугал какой-нибудь авторитетный человек. Понятно, что Мулла пользовался в селении большим авторитетом. Он встал в угрожающую позу, и его глаза налились кровью. Затем он начал скакать по комнате. Женщина подумала: «Ну, все! Муллу теперь не остановишь — как бы он не убил бедного мальчика!»

От испуга женщина упала в обморок, а мальчик сбежал. Мулла же настолько испугался сам себя, что в ужасе выскочил из школы. Он постоял некоторое время во дворе, успокоился и медленно вернулся в школу, тихий и серьезный. Тем временем женщина пришла в себя. Она сказала:

— Мулла, это очень странно! Я не просила, чтобы ты напугал меня!

— Ты ничего не понимаешь, — ответил Мулла. — Не ты одна испугалась. Я тоже себя испугался. Когда страх набирает силу, он сметает все на своем пути. Начать пугать легко, но управлять страхом сложно. Поэтому, начиная, я был хозяином положения, но скоро страх набрал силу, и тогда хозяином стал он,

а я — его рабом. Ничего не мог с ним поделаться. У страха нет любимчиков. Когда он бьет, то бьет по всем.

Прекрасная притча, демонстрирующая глубокое проникновение в человеческий ум. Ты все осознаешь только вначале, а затем бессознательное берет над тобой верх. Бессознательное захватывает власть и становится хозяином положения. Ты начинаешь гневаться, но не можешь закончить. Скорее уж гнев покончит с тобой. Ты можешь начать все что угодно, но рано или поздно управление переходит к бессознательному — и ты уволен. Ты управляешь происходящим только вначале, но не в конце, и последствия того, что ты начал, не в твоей власти.

Это естественно, потому что лишь очень маленький фрагмент твоего ума осознает. Он работает, как стартер в твоей машине, — запускает процесс и потом уже не нужен, дальше мотор работает сам. Он нужен лишь для того, чтобы начать, — без него начать сложно. Но не следует думать, что, если ты запустил какой-то процесс, ты им управляешь. Именно в этом суть притчи. Из-за того, что ты запустил процесс, у тебя возникает ощущение, будто и управляешь им ты. Тебе начинает казаться, что ты можешь его остановить.

Ты мог бы не запускать его — это другое дело, но если уж запустил, произвольное скоро становится произвольным, осознанное неосознанным, потому что твое сознание — только верхний слой, самая поверхность ума, а остальной ум бессознательный. Ты начинаешь, а бессознательное отвечает за дальнейшее движение и работу.

Так что фактически Мулла сказал: «Я не несу ответственности за то, что произошло. Я отвечаю только за начало, а начать это предложила мне ты. Я начал пугать мальчика, он испугался, потом ты упала в обморок, потом стало страшно мне самому — и все пошло кувырком».

В нашей жизни тоже все идет кувырком, ибо сознание лишь начинает что бы то ни было, а затем управление переходит к бессознательному. Если ты этого не чувствуешь, если не осознаешь, как работает этот механизм, ты всегда будешь рабом. А рабство переносится легче, когда ты думаешь, что являешься хозяином. Тяжело быть рабом, когда ты осознаешь свое рабство. И быть рабом совсем не тяжело, если ты продолжаешь обманываться, считать себя хозяином — своей любви, своего гнева, своей жадности, своей ревности, своей ярости, своей жестокости, своего сочувствия и сострадания.

Я говорю «свое», но это верно лишь вначале. Лишь один миг, лишь искра — твоя. Затем включается механизм, а все твои механизмы бессознательны.

Почему так? Откуда этот конфликт между сознанием и бессознательным. А конфликт есть. Ты не можешь ничего предсказывать даже в отношении себя. Даже ты, твои действия для тебя непредсказуемы — ты не знаешь, что произойдет, не знаешь, что будешь делать. Ты даже не знаешь, что будешь делать в следующий миг, потому что исполнитель действия остается глубоко во тьме. Ты — не исполнитель. Ты только стартер. Если весь механизм не станет осознанным, ты превратишься в проблему для самого себя, превратишься в свой ад. Не останется ничего, кроме страданий.

Человек может стать целостным лишь двумя способами. Первый способ состоит в том, чтобы преодолеть фрагментарность сознания, отбросить тот фрагмент ума, который обрел осознанность, швырнуть его во тьму бессознательного, растворить — и ты обретешь целостность. Но тогда ты уподобишься животному, что невозможно. Как ни старайся, это невозможно. Это можно себе представить, но не осуществить. Тебя будет выбрасывать назад, в человеческое состояние. Та малая часть тебя, которая обрела сознание, не может снова стать бессознательной. Это как яйцо, которое стало курицей. Теперь курица не может снова превратиться

в яйцо. Проросшее семя уже начало свое путешествие к преобразению в дерево. Возврата нет, оно не может вернуться и стать семенем. Ребенок, вышедший из лона, не может вернуться обратно, сколь бы приятно ему там ни было.

Возврата нет. Жизнь всегда движется в будущее и никогда в прошлое.

Только человек может думать о прошлом. Именно поэтому я говорю, что это можно вообразить, но не реализовать. Ты можешь представить себе, можешь помыслить возвращение в прошлое, можешь поверить в это, можешь попытаться вернуться в прошлое, но действительно отправиться назад не сможешь. Это невозможно. Нужно двигаться вперед. И движение вперед — второй путь к обретению целостности.

Осознано или неосознанно, человек движется вперед каждый миг. Если ты движешься осознанно, твоя скорость увеличивается. Если ты движешься неосознанно, ты не транжиришь энергию и время. Тогда всего за одну жизнь может произойти то, что не произошло бы и за миллион жизней неосознанного движения, ибо неосознанное движение есть движение по кругу. Каждый день ты повторяешь одно и то же, каждую жизнь ты повторяешь одно и то же, и жизнь превращается просто в привычку, в механическое привычное повторение.

Привычку к повторению можно преодолеть, если двигаться осознанно. Тогда произойдет прорыв. Поэтому важно осознать, что твое осознание настолько слабо, что оно работает только как стартер в автомобиле. Если ты не сделаешь так, чтобы осознания у тебя стало больше, чем неосознанности, больше, чем бессознательности, ситуация не изменится.

Что же мешает? Почему ситуация именно такова? Почему таковы факты? Почему существует конфликт между сознанием и бессознательным? Это естественно. Все, что ни есть, — естественно. Человек эволюционировал миллионы лет. В результате этой эволюции воз-

ник ты, твое тело, твоя внутренняя механика. Эволюция представляла собой долгую борьбу — миллионы и миллионы опытов успеха и неудач. Твое тело многому научилось. Оно все время чему-то училось. Твое тело знает много, и его знания — застывшие. Оно снова и снова воспроизводит одни и те же модели поведения. Даже если обстоятельства меняются, тело остается прежним. Например, ты испытываешь гнев точно так же, как первобытный человек, точно так же, как любое животное, точно так же, как ребенок. Механизм следующий: когда ты испытываешь гнев, твое тело обращается к четко фиксированной привычке, к ритуалу, к рутинному образу действий.

В тот самый миг, когда твой ум говорит «гнев», определенные железы выбрасывают в кровь химические вещества. Кровь насыщается адреналином. Это необходимо, потому что в гневе ты готов наносить удары, а иначе тебя самого ударит противник. Тебе требуется более активное кровообращение, и адреналин обеспечит его. Тебе может потребоваться вступить в схватку или уклониться от нее, сбежать. В обоих случаях адреналин тебе поможет. Когда животное злится, его тело приходит в готовность: драться или бежать. Такова альтернатива — если животное чувствует, что оно сильнее противника, оно будет драться, если же оно чувствует, что слабее, — убежит. И этот механизм работает очень отлаженно.

Но в случае человека ситуация совсем другая. Ощущая гнев, ты можешь не проявлять его. Животное на это не способно, а для тебя все зависит от ситуации. Если ты злишься на слуг, ты можешь проявить свой гнев. Если на начальника — можешь и не проявить. Более того, ты можешь даже смеяться или улыбаться, можешь заставить начальника думать, что ты не только не злишься, но даже радуешься. Тем самым ты сбиваешь с толку механизм своего тела. Оно готово драться, а ты улыбаешься. Ты создаешь путаницу в теле. Оно не может понять, что ты делаешь. Может быть, ты сошел с ума? Оно готово предпринять одно из двух естествен-

ных действий: драться или бежать. А твои улыбочки — что-то новое. Обман — что-то новое.

У тела нет механизма для этого, поэтому тебе приходится выдавливать из себя улыбку без участия химических веществ, которые помогают тебе улыбаться, помогают смеяться. В ситуации, вызывающей гнев, химические вещества смеха отсутствуют. Тебе приходится принуждать себя к улыбке, это ложная улыбка, а организм выделил в кровь вещества, необходимые для драки. Ну и что должна делать в такой ситуации кровь? У тела есть свой, хорошо понятный ему язык, а ты ведешь себя, как безумец. Между тобой и твоим телом образуется разрыв. Механизмы тела бессознательны, произвольны. Твое желание, твое осознанное намерение ему не требуется, потому что на осуществление осознанного намерения нужно время, а бывают ситуации, когда нельзя терять ни секунды.

На тебя бросается тигр — и времени на размышления нет. Ты не можешь обдумать, что тебе делать. Нужно действовать, не включая ум. Если в дело вмешается ум, тебе конец. Думать нельзя, ты ведь не можешь сказать тигру: «Эй, погоди! Дай-ка мне обдумать все это — разобратся, что я должен делать». Ты должен действовать немедленно, не обращаясь к сознанию.

И у тела есть соответствующий механизм. Появляется тигр, ум просто знает, что появился тигр, и начинает работать соответствующий механизм тела. Его работа не зависит от ума, потому что ум работает очень медленно, очень неэффективно. В критических ситуациях на него положиться нельзя, поэтому за дело берется тело. Ты испугался. Ты побежал прочь и спасся.

Но то же самое происходит и тогда, когда ты стоишь на сцене перед большой аудиторией. Тигра нет, но множество людей пугает тебя. Страх обретает форму, тело получает сигнал. Информация о том, что ты испугался, поступает автоматически, и организм начинает вырабатывать химические вещества — те же, которые оно вырабатывает и при нападении тигра. Но тигра нет, и

в действительности никто на тебя не нападает, однако в твоём уме публика как будто бы символизирует нападение. Кажется, что все настроены враждебно, и тебе становится страшно. Твое тело готовится вступить в борьбу или обратиться в бегство, но обе эти альтернативы исключены. Тебе нужно стоять и произносить речь!

И тут твоё тело покрывается потом, даже если дело происходит прохладным вечером. Почему? Потому что оно готово бежать или драться. Кровь циркулирует интенсивнее, тело разогревается — а ты стоишь на месте. Поэтому ты начинаешь потеть, а потом тебя пробирает мелкая дрожь. Все тело начинает дрожать.

Это как если бы ты одновременно нажал на газ и на тормоз. Мотор разогревается и набирает обороты, а ты при этом тормозишь. Все тело машины будет дрожать. То же самое происходит, когда ты стоишь на сцене. Ты чувствуешь страх, и твоё тело готово бежать. Педаль газа выжата до отказа, но ты не можешь скрыться отсюда — тебе нужно выступать перед аудиторией. Ты лидер или что-то вроде того — ты не можешь бежать. Тебе нужно встретиться лицом к лицу со всеми этими людьми, нужно стоять здесь, на сцене. Нужно выступить.

В этот момент ты одновременно делаешь две вещи, которые противоречат друг другу. Ты жмешь на газ и в то же время — на тормоз. Ты не бежишь, но тело готово бежать. Ты начинаешь дрожать, и тебе жарко. Твое тело недоумевает: «Что же ты делаешь?» Оно не может тебя понять — между вами возникает разрыв. Подсознание делает одно, а сознание — что-то другое. Ты разделен.

Этот разрыв нужно понять глубже.

Разрыв присутствует во всех твоих действиях. Ты смотришь фильм, эротический фильм, и испытываешь половое возбуждение. Твое тело готово окунуться в сексуальные переживания, но ты только смотришь фильм. Ты просто сидишь на стуле, хотя твоё тело готово к половому акту. Фильм разжигает тебя — он подталкивает тебя к действию. Ты возбужден, но ничего не можешь сделать. Тело готово к определенному действию, но

ситуация этого не позволяет, — таким образом, возникает разрыв. У тебя появляется такое ощущение, как будто между тобой и твоим телом возник барьер. Из-за этого барьера, из-за постоянного возбуждения и одно-временного подавления — когда ты жмешь сразу на газ и на тормоз, — из-за этой противоречивости твоего опыта ты заболеваешь.

Если бы ты мог регрессировать и стать животным — что невозможно, — ты был бы целостным и здоровым. Странный факт: в естественной среде животные не болеют, но стоит поместить их в зоопарк, как они начинают имитировать людские недуги. В природе животные никогда не сходят с ума, а в зоопарках такое случается. За всю известную человеческую историю нет ни одного сообщения о том, чтобы животное совершило самоубийство, а вот в зоопарках звери убивают себя. Это странно, но в то же время вовсе и не странно, потому что, как только человек начинает принуждать животных к неестественной жизни, они становятся разделенными внутри. Происходит разделение, возникает разрыв, целостность утрачивается.

Человек разделен. И что с этим делать? Как ликвидировать этот разрыв и привести осознанность в каждую клетку тела, в каждый укромный уголок твоего существа? Как привести осознанность! Это — единственная задача, которую решают все методы, призванные привести тебя к просветлению: привести осознанность во все твое существо, чтобы ничто не оставалось неосознанным. Существует много испытанных методов, и я буду говорить о некоторых из них — о методах, позволяющих наполнить осознанностью каждую клетку твоего тела. Не наполнив осознанностью все свое существо, ты не сможешь обрести блаженство, не сможешь обрести покой. Ты будешь и дальше жить в дурдоме.

Каждая клетка твоего тела влияет на тебя. У нее есть свои особые функции, свои знания, своя программа. В тот миг, когда ты начинаешь что-либо делать, клетки

твоего тела включаются в процесс — так, как считают нужным. Ты удивлен и обеспокоен: «Что происходит?» И ты прав. Твои желания могли быть совсем другими. Но как только ты даешь задание своему телу, своим клеткам, они выполняют его по-своему — в соответствии со своими умениями. Поэтому некоторые ученые думают, что мы не сможем изменить человека, если не изменим его клетки.

Например, представители такой психологической школы, как бихевиоризм, полагают, что Будда несостоятелен, и Иисус несостоятелен, что их начинания были обречены на неудачу, потому что, не изменив структуру человеческого тела — его химическую структуру, мы не можем изменить ничего.

Эти бихевиористы — Уотсон, Павлов, Скиннер — утверждают, что, если Будда безмолвствует, это свидетельствует о том, что у него другая химическая конституция, и только. Если он безмолвен, если его окружает умиротворенность, если он никогда не волнуется, никогда не злится, это говорит лишь о том, что в силу каких-то причин у него в организме отсутствуют химические вещества, вызывающие беспокойство и гнев. Иными словами, Скиннер и иже с ним утверждают, что рано или поздно мы сможем создать Будду химическим способом. Нет нужды в медитации, нет нужды в увеличении осознанности. Нужно только изменить химический баланс. В определенном смысле они правы, и это очень опасная правота, потому что, если исключить из твоего организма определенные химические вещества, твое поведение изменится. Если ввести в твой организм определенные гормоны, твое поведение изменится. Ты — мужчина, и ты ведешь себя по-мужски, но это не ты ведешь себя по-мужски, а твои гормоны принуждают тебя к такому поведению. А если эти гормоны изъять и ввести другие, принадлежащие женской структуре, ты станешь вести себя по-женски. Таким образом, в действительности поведение — не твое, а гормональное. Не ты гневаешься, а определенные гормоны в тебе. Не ты

тих и медитативен — все дело в определенных гормонах, в химических веществах в твоём организме.

Так что ученый, который думает так же, как Скиннер, скажет, что Будда несостоятелен и все, о чем он говорит, не имеет смысла. Ты говоришь человеку: «Не гневайся», — но его переполняют химические вещества, гормоны, которые порождают в нем гнев. Таким образом, с точки зрения бихевиориста дела обстоят точно так же, как если бы у человека была температура 41 градус, а ты говорил бы ему всякие красивые слова: «Успокойся, медитируй, перестань температурить!» Это выглядит абсурдно — что человек может поделать? Если ты не изменишь что-нибудь в его организме, температура не спадет. Температура вызвана определенным вирусом, определенными химическими процессами. Если их не изменить — если не изменить химический баланс, человек так и будет температурить. Увещевать его бессмысленно — абсолютно абсурдно.

То же самое с точки зрения Скиннера и Павлова относится и к гневу; то же самое относится и к сексу. Сколько ни говори о воздержании, если твой организм переполнен сексуальной энергией, гормонами, эта сексуальная энергия не в твоей власти. Скорее ты в ее власти. Так что можешь говорить о воздержании сколько угодно, но такие разговоры ничего не изменят.

И в некотором смысле они правы, но только в некотором смысле. Они правы в том, что при изменении химического баланса, при устранении всех половых гормонов из твоего тела, ты утратишь сексуальное влечение. Но ты не станешь Буддой. Ты просто станешь импотентом, станешь недееспособен. Будешь чего-то лишен.

А Будда не лишен ничего. Совсем наоборот: в его жизнь вошло что-то новое. Дело не в том, что у него нет половых гормонов — они есть. Так что же с ним произошло? Его сознание углубилось и проникло даже в половые клетки. Половые клетки остаются на месте, но теперь они не могут действовать независимо. Если

центр не велит им действовать, они не могут действовать. Они остаются неактивными.

У импотента половых клеток нет, а у Будды они есть, и они более сильны, чем у обычного человека, — более сильны, потому что не используются. В них накапливается энергия, они кипят энергией, но внутрь этих клеток проникло сознание. Теперь сознание не только запускает процесс — оно стало его хозяином.

В ближайшем будущем подход Скиннера может занять преобладающие позиции, он может стать большой силой. Подобно тому как Маркс внезапно стал большой силой во внешней экономике общества, Павлов и Скиннер в любой день могут стать преобладающей силой во внутренней экономике человеческого тела и ума. И они могут доказать все, что говорят, — они могут доказать это! Но у данного явления есть два аспекта.

Посмотри на лампочку — если разбить ее, свет исчезнет, но не электричество. То же самое, если выключить свет, — лампочка останется целой, но свет исчезнет. Таким образом, свет может исчезнуть двумя путями. Если разрушить лампочку, электричество к ней поступать будет, но из-за того, что нет посредника, через которого оно проявляется, электричество не превратится в свет. Если твои половые клетки разрушены, сексуальность в тебе сохранится, но исчезнет посредник, через которого она проявляется. Это один способ.

Скиннер экспериментировал со многими животными. После операции на определенной железе злой пес становится благостным, как Будда. Он сидит себе тихо-нечко, будто медитирует, и нет никакой возможности снова пробудить в нем ярость. Что бы ты ни делал, он смотрит на тебя без малейшего гнева. Дело не в том, что пес стал буддой, и не в том, что исчез его внутренний ум. Нет, ум остался на месте, но исчез посредник, через которого проявляется гнев. Это — импотенция. Исчезает посредник, а не желание. Когда посредник разрушен — когда лампочка не существует, — у тебя может

возникнуть вопрос: «Где свет и где электричество?» Оно осталось на месте, но теперь к ним нет доступа.

Восток подходит к этому делу с другой стороны — он не пытается разбить лампочку. Это глупо, потому что, если ее разбить, ты даже не будешь знать о поступающем к ней электрическом токе. Вместо этого измени ток, трансформируй его, пусть он движется в новом направлении — и лампочка останется на месте, целая и невредимая, но без света.

Теория Скиннера и бихевиористов может приобрести большой вес, потому что предлагаемые ими решения очень просты. Ты гневлив — тебя можно прооперировать и изменить твой химический баланс. Ты неводержан в сексе — тебя можно прооперировать и изменить твой гормональный фон. Ты не будешь сам решать свои проблемы — ими займется хирург, фармацевт или кто-то еще. А если твои проблемы решает кто-то другой, ты теряешь очень важную возможность. Потому что когда их решаешь *ты*, то ты растешь. Если же их решает кто-то другой, ты остаешься прежним. Проблему можно решить путем манипуляций с телом, и она исчезнет — но и ты уже больше не будешь человеком.

Будды делают упор на трансформацию сознания, и в первую очередь — на силу внутренней осознанности.

В *Упанишадах* сказано: «Укорененность в солнце осознания — единственная лампа».

Солнце очень далеко. Его свет летит к Земле десять минут — а ведь свет движется очень быстро, со скоростью 300 000 километров в секунду. У солнечного света уходит десять минут на то, чтобы достичь Земли, — Солнце очень и очень далеко. Но по утрам оно прикасается к каждому цветку в твоём саду. Если твоя энергия превращается в солнце где-то в глубинах твоего центра, если твой центр становится солнечным центром и ты обретаешь осознанность, несомненную осознанность, которая растёт, — тогда лучи твоей осознанности достигают каждого уголка твоего тела, каждой клеточ-

ки. Твоя осознанность проникает в каждую клетку тела.

Точно так же все на Земле оживает с восходом Солнца. Вдруг все озаряется светом, и сон исчезает; однообразная ночь исчезает. Все словно бы возрождается. Птицы начинают петь и воспаряют в небо, цветы раскрываются. Все возвращается к жизни — благодаря теплоту прикосновению солнечных лучей. Аналогично, если в тебе есть центр сознания, центр осознания, оно пропитывает собой каждую пору твоего тела, озаряет каждый уголок, проникает в каждую клетку. А у тебя много клеток — в твоём организме семьдесят миллионов клеток. Ты — большой город, большая страна. Семьдесят миллионов клеток — и сейчас они все не осознанны. Твоя осознанность никогда не достигала их.

Пусть твоя осознанность растёт, пусть она проникнет в каждую клетку твоего тела. И в тот миг, когда твое сознание касается клеток, они становятся другими. Само их качество изменяется. Человек спит — затем встает солнце, и он просыпается. Разве это тот же самый человек, который спал? Равнозначен ли его сон пробужденному состоянию? Был закрытый бутон, но встало солнце, и бутон раскрылся — превратился в цветок. Разве этот цветок — то же самое, что бутон, который был прежде? В него проникло что-то новое. Появилась живость, способность расти и раскрываться. Только что птица спала как мертвая, но взошло солнце, и она воспарила в небо. Разве это та же самая птица? Нет, это совсем другое явление. Нечто прикоснулось к птице, и она ожила. Все было объято безмолвием, а теперь все поет. Утро — это песнь.

То же самое происходит внутри клеток просветленного человека. Это явление известно как *буддха-кайя* — тело просветленного, тело-будда. Это не такое же тело, как у тебя, и не такое же, как было у Гаутамы Сиддхартхи до того, как он стал Буддой.

Будда находится на пороге смерти, и кто-то спрашивает у него: «Ты умираешь? Где ты будешь, когда

умрешь?» Будда отвечает: «Тело, которое было рождено, умрет. Но есть и другое тело — *буддха-кайя*, тело-будда, которое не рождается и не может умереть. Я покинул то тело, что было дано мне здесь, досталось мне от родителей. Как змея каждый год сбрасывает старую кожу, так я покинул то тело. Теперь осталось только *буддха-кайя* — тело-будда».

Что это означает? Твое тело может стать телом-буддой. Когда твое сознание проникает в каждую клетку, само качество твоего существа изменяется, преобразуется. Потому что теперь каждая клетка жива, сознательна, просветлена. Больше нет рабства. Ты стал хозяином. Просто превратившись в центр сознания, ты стал хозяином себя — стал мастером.

В *Упанишадах* сказано: «Укорененность в солнце осознания — единственная лампа». Зачем же ты тогда берешь в храм мирскую лампу? Возьми внутреннюю лампу! Зачем ты зажигаешь свечи на алтаре? От них нет толку. Зажги внутреннюю свечу, стань телом-буддой. Пусть каждая твоя клетка обретет сознание. Не позволяй ни одной частице своего тела оставаться бессознательной.

Как создать этот центр осознания? Я расскажу о нескольких методах, но начать лучше всего с Будды. Он разработал один из самых замечательных методов, мощную технику создания внутреннего огня — внутреннего солнца осознания. Более того, его метод таков, что внутренний свет начинает сразу проникать прямо в клетки твоего тела, во все твое существо.

Будда использовал в качестве метода дыхание — осознанное дыхание. Этот метод известен как *анпанасати-йога*, то есть йога осознания входящего и выходящего дыхания. Ты дышишь, но бессознательно. А дыхание — это *прана*, дыхание — это бергсоновское *elan vital*, жизненная сила, сама жизненная сила, сам свет — и оно тобой не осознается. Ты не осознаешь его. Если бы тебе было необходимо осознавать дыхание, ты мог бы в любой момент свалиться замертво, потому что сознательно поддерживать дыхание тебе было бы очень сложно.

Сознательно дышать — проблематично. Тебе приходилось бы постоянно помнить об этом, а ведь ты не можешь удерживать что-либо в памяти ни секунды! А если бы ты на минуту забыл дышать — тебе пришел бы конец. Итак, дыхание — неосознанный процесс, он не зависит от тебя. Даже впад в кому на многие месяцы, ты продолжишь дышать.

Будда использовал дыхание для того, чтобы одновременно решить две задачи: *во-первых*, пробудить в себе сознание, и *во-вторых* — помочь своему сознанию пропитать каждую клетку тела. Он говорил: «Дышите осознанно». Это не упражнение и не особый ритуал. Это просто превращение дыхания в объект осознания — ничего не изменяя. Тебе не нужно изменять свое дыхание — пусть протекает как есть, естественно. Не изменяй его. Делай нечто другое: когда вдыхаешь, вдыхай осознанно. Пусть твое сознание движется с входящим в твое тело воздухом. Когда выдыхаешь, осознанно двигайся наружу. Внутрь — наружу. Двигайся с дыханием осознанно. Пусть твое внимание остается с дыханием, теки вместе с ним, не забывай ни об одном вздохе.

Говорят, Будда сказал, что если ты можешь осознавать свое дыхание всего лишь в течение одного часа — ты уже просветленный. Но нельзя пропускать ни вдоха. Одного часа достаточно. Кажется, это мелочь — краткий промежуток времени, но нет. Если ты попробуешь, то час осознания покажется тебе вечностью, потому что обычно человек не может сохранять осознанность больше пяти-шести секунд — да и то лишь очень сосредоточенный человек. Если ты не таков, то будешь терять осознанность каждую секунду. Вдох... воздух едва вошел в тебя, а ты уже унесся умом куда-то. Потом вдруг ты снова вспоминаешь о своей практике и обнаруживаешь, что воздух уже выходит из тебя наружу. Не успеет он выйти до конца, а ты опять куда-то унесся.

Течь вместе с дыханием означает не допускать ни одной мысли, потому что мысли занимают твое внимание, они отвлекают тебя. Будда нигде не говорит

об остановке мышления, но он говорит: «Дыши осознанно». При этом мышление останавливается само собой. Нельзя делать обе вещи одновременно — думать и дышать осознанно.

Мысль приходит в твой ум и забирает внимание. Одна-единственная мысль — и ты перестаешь осознавать процесс дыхания. Поэтому Будда использовал очень простую технику — и очень важную. Он говорил своим ученикам: «Занимайтесь своими делами, но не забывайте об одной простой вещи: помните о вдохе и о выдохе. Двигайтесь вместе с дыханием, теките с ним!» И чем больше ты стараешься осознавать свое дыхание, тем более сознательным можешь стать. Твое сознание будет усиливаться с каждой секундой. Это трудное и сложное дело — но стоит прочувствовать его, и ты станешь другим человеком, другим существом в другом мире.

Это работает двояко: когда ты совершаешь вдохи и выдохи осознанно, ты постепенно приближаешься к своему центру, потому что дыхание достигает центра твоего существа. Всякий раз, когда воздух входит в тебя, он прикасается к твоему центру.

Глядя на дыхание с точки зрения физиологии, ты думаешь, что оно нужно лишь для очищения крови, что оно сугубо телесный процесс. Ты считаешь, что это только функция системы кровообращения, сердца, насосной системы, обеспечивающей обновление крови — насыщение ее жизненно важным кислородом и выведение двуокси углерода, который представляет собой отработанный материал, подлежащий удалению и замещению.

Но это только физиологическая составляющая процесса. Если ты начнешь осознавать свое дыхание, то постепенно будешь уходить все глубже. И однажды ощутишь, что центр расположен возле пупка. Его можно ощутить лишь тогда, когда ты движешься со своим дыханием достаточно долго — потому что с приближением к центру усиливается твоя склонность терять осознанность.

Начни в тот момент, когда вдыхаемый тобой воздух только-только собирается входить внутрь тебя. Едва он коснется носа, начни осознавать. По мере его продвижения внутрь тебе будет все сложнее поддерживать осознанность. Придет какая-нибудь мысль, или раздастся звук, или произойдет какое-то событие, — и ты отвлечешься от осознания дыхания.

Если ты сумеешь дойти до самого центра, где дыхание на миг останавливается и возникает пауза, может произойти скачок. Воздух входит внутрь, воздух выходит наружу — а между этими движениями есть краткий промежуток. Этот промежуток и есть твой центр. Когда ты неотрывно следуешь за дыханием, лишь тогда, после продолжительных усилий, ты сможешь осознать промежуток, в котором движение дыхания отсутствует — где воздух не входит и не выходит. Между вдохом и выдохом есть краткий промежуток, интервал — и во время этого интервала ты находишься в центре.

Таким образом, Будда использовал дыхание в качестве канала к центру. Продолжай осознавать дыхание при движении наружу. И снова будет промежуток. Есть два промежутка — один внутри и один снаружи. Воздух идет внутрь, воздух идет наружу — посередине есть промежуток. Воздух идет наружу, воздух идет внутрь — и здесь опять есть промежуток посередине. Осознать второй промежуток еще сложнее.

Рассмотри этот процесс. Твой центр находится между вдохом и выдохом. Но есть еще один центр — космический. Ты можешь называть его «богом». Между выдохом и вдохом снова возникает промежуток. В нем — космический центр. Эти два центра — не разные явления, но вначале ты осознаешь свой внутренний центр, потом осознаешь внешний центр и в конечном счете постигаешь, что эти два центра суть одно. Тогда слова «внешний» и «внутренний» утрачивают для тебя смысл.

Будда учит осознанно двигаться с дыханием и тем самым создавать центр осознания. Как только центр создан, осознание начинает двигаться вместе с дыхани-

ем в твою кровь и к каждой клетке — ведь каждой клетке нужен воздух, каждой клетке нужен кислород. Каждая клетка дышит — каждая! А сейчас ученые говорят, что, по-видимому, даже Земля дышит. И идея Эйнштейна о расширяющейся Вселенной наводит ученых на мысль, что вся Вселенная тоже дышит.

Когда ты выдыхаешь, твоя грудь расширяется. Когда выдыхаешь — сжимается. И вот некоторые ученые предполагают, что вся Вселенная дышит. Когда Вселенная делает вдох, она расширяется. Когда вся Вселенная делает выдох, она сжимается.

В древних индуистских писаниях *Пуранах* сказано, что творение мира — это вдох Брахмы, а разрушение, конец света, — это выдох Брахмы: один вздох — одно мироздание.

На микроскопическом, почти на элементарном уровне то же самое происходит с тобой. Когда твое сознание сливается с дыханием, каждый вздох несет осознание в клетки. Лучи осознания проникают везде, все твоё тело становится телом-буддой. В действительности, тогда у тебя совсем уже нет материального тела. У тебя есть тело осознания. Именно об этом и говорит сутра из *Упанишад*: «Укорененность в солнце осознания...» — и это единственная лампа.

Не меньше, чем метод Будды, нам будет полезно понять и другой метод. Тантра использует секс — еще одну разновидность жизненной силы. Если ты хочешь идти глубоко, нужно использовать жизненные силы — самые глубокие в тебе. Тантра использует секс. Занимаясь сексом, ты оказываешься очень близко к центру мироздания — к самому источнику жизни. Если ты можешь войти в половой акт осознанно, он превращается в медитацию.

Это очень сложно — сложнее, чем работать с дыханием. Конечно, осознанное дыхание — непростое дело... но секс по своей природе требует отключения сознания. Если ты будешь осознавать, то потеряешь желание и страсть. Если будешь осознавать, у тебя внутри

не пробудится половое влечение. Таким образом, тантра делает сложнейшее дело. Во всей истории экспериментов с сознанием тантра проникла наиболее глубоко.

Конечно, можно обманывать — а в тантре обманывать очень легко, потому что никто кроме тебя не знает, как в действительности обстоит дело. Никто другой не может знать. И лишь одному из сотни удастся преуспеть в тантрическом методе осознания, потому что секс сам по себе требует неосознанности. Итак, тантрист — ученик, практикующий тантру, — должен работать с сексом, с сексуальным желанием точно так же, как с дыханием. Он должен осознавать его. Начиная половой акт, он должен сохранять осознанность.

Все твоё тело, сексуальная энергия, подходит к пику и готово взорваться. Тантрист подходит к пику осознанно — и существует метод, позволяющий определить, действительно ли это так. Если сексуальная разрядка происходит самопроизвольно и ты не являешься хозяином процесса, это означает, что ты не осознаешь его. Тобой овладела бессознательность. Секс подходит к своему пику, и тебе не остается ничего другого, как разрядиться. Эта разрядка осуществлена не тобой. Возможно, ты начал сексуальный процесс, но завершил его не ты. Завершающая фаза всегда переходит под контроль бессознательного.

Если же ты можешь удержаться на пике и осознанно решать, разрядиться или не разрядиться, если ты можешь отступить от пика, не совершив разрядку, или оставаться на пике часами, — если это осознанное действие, значит, ты хозяин положения. Если человек может подступить к сексуальному пику, к самой границе оргазма, а затем удержаться на нем и сохранять осознанность, то внезапно он осознает глубочайший центр внутри себя — внезапно. И он не только осознает этот центр внутри себя, он также осознает центр своей партнерши, глубочайший центр.

Вот почему тантрист, если речь о мужчине, всегда боготворит свою партнершу. Для него партнерша явля-

ется не просто сексуальным объектом, она божественна — она богиня. И само соитие — не плотский акт. Если ты можешь войти в соитие осознанно, оно становится глубочайшим духовным действием, какое только возможно. Но такое глубочайшее вхождение почти невозможно.

Так что используй либо дыхание, либо секс. Использовать дыхание — легче. Использовать тантрический метод сложнее. Ум хотел бы использовать именно его, но это сложно. Лишь дыхательный процесс прост. Полагаю, в ближайшее время метод Будды принесет много пользы людям. Он доступен, прост и не очень опасен.

Существует также и множество других методов. С помощью любого из них ты можешь укорениться во внутреннем свете. А стоит тебе укорениться в нем, и он начинает проникать в клетки твоего тела. Тогда вся твоя система обновляется и ты обретаешь тело-будду, просветленное тело.

Мой приятель имеет докторскую степень по программированию, и его диссертация посвящена искусственному интеллекту. Так вот, он утверждает, что человек — не более чем биохимический компьютер. Будда говорил, что все вещи — только смеси простых веществ и нет никакой личности, никакой души, никакого духа, никакого «я». Это вроде бы согласуется с точкой зрения моего приятеля. Помогите, пожалуйста, потому что мне кажется, что в этих представлениях чего-то не хватает, но сам я не вижу, чего именно.

Человек, несомненно, представляет собой биокомпьютер, но и нечто большее тоже. О большинстве людей можно сказать, что они биокомпьютеры и только. Обычно человек состоит только из тела и ума. Про то и другое действительно можно сказать, что это всего лишь смеси простых веществ. Если человек не погрузится в

медитацию, он не сможет найти нечто большее, нечто трансцендентное по отношению к телу и уму.

Психологи, в частности бихевиористы, изучают человека вот уже полвека. Но они изучают обычного человека, и их выводы, сделанные на основании работы с этим материалом, не вызывают никаких сомнений. В обычном, лишенном осознанности человеке нет ничего, кроме смеси веществ, составляющей тело-ум. Тело — это внешняя оболочка ума, а ум — внутренняя оболочка тела. И то и другое рождается, и то и другое когда-нибудь умрет.

Но есть кое-что еще. Именно это «кое-что» делает человека пробужденным, просветленным — Буддой, Христом. Но Будда или Христос не могут быть изучены методами Павлова, Скиннера, Дельгадо и иже с ними — их методы годятся для изучения бессознательного человека, изучая которого ты, конечно же, не найдешь ничего трансцендентного. В бессознательном человеке трансцендентное присутствует лишь как потенциал, как возможность. Оно еще не реализовано — еще не стало реальностью. Поэтому оно недоступно для изучения.

Ты можешь изучать трансцендентное только в Будде — но даже и тогда изучать будет очень сложно, почти невозможно, потому что все, что ты можешь изучать в Будде, — это опять-таки его поведение. Если ты решил для себя, что ничего другого не существует, если ты уже заранее пришел к такому выводу, ты даже в поведении Будды распознаешь только механические реакции — ты не увидишь его спонтанность. Чтобы увидеть эту спонтанность, тебе самому нужно заниматься медитацией.

Психология только тогда сможет стать настоящей психологией, когда ее основанием будет медитация. Слово «психология» означает «наука о душе». А современная психология пока что наукой о душе не является.

Будда однозначно отрицает личность, эго, «я». Но он не отрицает душу, ведь душа и личность — не синонимы.

мы. Он отрицает личность, потому что личность есть лишь у несознающего человека. Несознающий человек нуждается в представлении о некоем «я», иначе он будет лишен центра. Он не знает о своем настоящем центре. Ему нужно изобрести ложный центр, чтобы иметь возможность минимально функционировать в мире — иначе его функционирование будет невозможным. Ему нужна идея о некоем «я».

Ты наверняка слышал знаменитое высказывание Декарта: *Cogito ergo sum* — «Я мыслю, следовательно, существую».

Однажды студент на лекции спросил у преподавателя картезианской философии:

— Сэр, я мыслю, но откуда мне знать, что я существую?

— Кто задал этот вопрос? — спросил профессор, делая вид, что оглядывает аудиторию в поисках вопрошающего.

— Я, — ответил студент.

Человеку необходимо представление о некоем «я», иначе его функционирование будет невозможным. Итак, поскольку мы не знаем своего подлинного «Я», мы заменяем его ложным «я» — чем-то надуманным, смесью веществ.

Будда отрицает личность, потому что с его точки зрения «личность» — это всего лишь другое название эго с легким налетом духовности — и только. Он использует слово *анатта*. *Атта* означает «личность», или «я», а *анатта* означает «не-личность». Но он не отрицает существование души. В действительности ты можешь познать свою душу лишь тогда, когда личность полностью отброшена. Однако Будда ничего об этом не говорит, потому что ничего сказать и нельзя.

Будда подходит к вопросу *via negative*, то есть через отрицание. Он говорит: ты не тело, ты не ум, ты не личность. Он продолжает отрицать, исключать; он от-

рицает все, что только можно себе представить, а о том, что осталось, не говорит. Осталась же твоя реальность — безусловно чистое безоблачное небо, без мыслей, без личности, без эмоций, без желаний, без эго, без ничего. Все облака рассеялись... просто чистое небо.

Это нельзя выразить, назвать, определить. Вот почему Будда не говорит об этом ни слова. Он знает, что, стоит сказать хоть слово, и ты немедленно скатишься обратно к своей старой идее личности. Если он скажет: «В тебе есть душа», как ты поймешь его слова? Ты подумаешь: «Он называет это душой, а мы называем личностью, — это одно и то же. Возможно, высшая личность, духовная личность, не обычное эго». Но все равно это идея, что у тебя есть отдельная сущность — независимо от того, духовная она или нет. Будда отрицает, что у нас есть некая сущность, отдельная от целого. Ты един с гармоничной сущностью мироздания, поэтому не нужно говорить то, что обособило бы тебя от нее. Даже слово «душа» подразумевает некую идею отдельности — ты неизбежно поймешь его так, как подсказывает тебе твое бессознательное.

Твой приятель утверждает, что человек не более чем биохимический компьютер. Но разве мог бы биохимический компьютер сказать такое? Разве мог бы биохимический компьютер отрицать существование личности, души? Ни одному биохимическому или любому другому компьютеру нет никакого дела до личности или ее отсутствия. А если твой приятель обсуждает это, значит, он вовсе не биохимический компьютер. Биохимический компьютер не может написать диссертацию об искусственном интеллекте. Думаешь, искусственный интеллект может написать диссертацию об искусственном интеллекте? Для этого требуется нечто большее.

Неверно думать, что Будда согласен с такой точкой зрения — нет, никоим образом. Опыт Будды — опыт медитации. И без медитации никто не может получить ни малейшего представления о том, о чем говорит Будда. Твой приятель рассуждает с точки зрения научного

наблюдателя — это не его опыт, это его наблюдения. Он изучает биохимические компьютеры и искусственный интеллект извне. Но кто занимается изучением?

Ты можешь представить себе два компьютера, изучающие друг друга? Компьютер может знать лишь то, что в него заложено, — не больше. В него вводится информация, и он хранит ее в своей памяти, — это система памяти. Что касается математических операций, он может творить чудеса. В математических расчетах компьютер намного более эффективен, чем Альберт Эйнштейн, но он не способен заниматься медитацией. Ты можешь представить себе, чтобы компьютер просто сидит безмолвно и ничего не делает — весна пришла, травка растет?..

Есть много такого, что невозможно для компьютера. Он не может полюбить. Собери вместе сколько угодно компьютеров — между ними не вспыхнет любовь! Компьютер не может ощутить красоту, не может ощутить блаженство. Компьютер не может осознавать. Компьютер не способен ощутить безмолвие. Все эти качества показывают, что у человека есть нечто, превосходящее искусственный интеллект.

Искусственный интеллект может выполнять работу ученых, работу математиков, вычисления — и делать это очень быстро и эффективно, поскольку он машина. Но машина не может осознавать, что она делает. Компьютеру не бывает тоскливо, он не может ощутить бессмысленность своих занятий, он не может страдать. Компьютер не может отправиться на поиски истины, не может отречься от мира и стать саньясином, не может удалиться в горы или в монастырь. Он не может представить себе ничего, помимо механических действий, — а все, что имеет значение, лежит за пределами механических действий.

Часть III

ПСИХОЛОГИЯ БУДД В ДЕЙСТВИИ

Психология будд — это йога, дисциплина, внутреннее путешествие, наука — называй как хочешь, — направленная на постижение того, что внутри тебя есть нечто такое, что можно познать, лишь войдя туда, внутрь, пребывая там. Никакой другой способ, никакой другой подход невозможен.

Ключ — в осознании

Бессознательное можно трансформировать только через осознание. Это сложно, но другого пути нет. Существует множество методов сохранения осознанности, но осознанность совершенно необходима. Ты можешь использовать разные техники для поддержания осознанности, но осознанность обязательна.

Если кто-то спросит, есть ли возможность разогнать тьму чем-либо, кроме света, ответ один: как бы ни было сложно добыть свет, другого способа нет — потому что тьма — это просто отсутствие света. Так что нужно обеспечить присутствие света, и тогда тьмы не будет.

Бессознательность — это не что иное, как отсутствие осознания. Она не есть нечто существующее, поэтому единственное, что ты можешь сделать, — это начать осознавать. Если бы бессознательность была чем-то таким, что имеет самостоятельное существование, тогда другое дело... но это не так. Бессознательность не означает что-то; она означает только неосознанность. Это просто отсутствие. У нее нет независимого существования — самой по себе ее нет. Аналогично, когда мы говорим «тьма» — это слово вводит нас в заблуждение, потому что возникает ощущение, будто тьма — нечто присутствующее тут. Но это неверно, ты не можешь что-то сделать с тьмой как таковой — правда?

Возможно, раньше ты не задумывался над этим фактом, но с тьмой как таковой ничего не сделаешь. Если хочешь сделать что-то с тьмой, тебе нужно работать со светом, а не с самой тьмой. Если хочешь, чтобы стало темно, погаси свет. Если хочешь, чтобы тьмы не стало, зажги свет. А с тьмой как таковой ничего сделать нельзя — нужно действовать посредством света.

Почему нельзя воздействовать на тьму напрямую? Потому что не существует такой вещи, как тьма. Нужно сделать что-то со светом, только таким образом ты сможешь что-то сделать с тьмой.

Если есть свет, тьмы нет. Если света нет, есть тьма. Ты можешь принести в комнату свет, но не можешь принести тьму. Можешь вынести свет, но не можешь вынести тьму. Никакой связи между тобой и тьмой нет. Почему? Если бы тьма существовала, тогда человек мог бы быть с ней как-то связан, но тьмы не существует.

Язык дает тебе ложное представление, будто тьма — это нечто. Но тьма — негативный термин. Она не существует. Это слово обозначает лишь отсутствие света — ничего больше. То же самое касается бессознательности. Поэтому, если ты спрашиваешь, что нужно делать помимо того, чтобы осознавать, ты задаешь неуместный вопрос. Можно только осознавать, ничего другого сделать нельзя.

Конечно, есть много методов поддержания осознанности — это совсем другое дело. Есть много способов создать свет, но в любом случае его нужно создавать. Ты можешь разжечь костер, и тьмы не станет. Можешь зажечь керосиновую лампу, и тьмы не станет. Можешь применить электричество, и тьмы не станет. Но в любом случае, какой бы метод ты ни использовал, свет нужно создавать.

Свет — необходимое условие. И все техники медитации представляют собой всего лишь методы развития осознания. Они не дают тебе альтернативы, помни это. Альтернатив осознанию не существует — ни одной. Осознание — единственная возможность разогнать тьму, разогнать бессознательность. Но как создать осознание? Самый чистый метод — это внутреннее осознание того, что происходит на границе между сферой бессознательного и сознанием, — надо принести осознание туда.

Гнев находится там — он производится во тьме. Гнев уходит корнями в бессознательное — в сознание поднимаются только его ветви и листья. Корни, семена, источники энергии гнева — в бессознательном. Ты осознаешь лишь далекие ветки. Осознавай эти ветки — чем больше ты их осознаешь, тем лучше тебе удастся заглянуть во тьму.

Замечал ли ты, что, если пристально вглядываться в глубины тьмы в течение некоторого времени, в ней появляется слабый свет? Ты сосредоточиваешься на тьме — и начинаешь чувствовать, начинаешь видеть. Можно натренировать себя, и тогда во тьме появится некоторое количество света — потому что в действительности в этом мире ничто не абсолютно. Все относительно. Когда мы говорим «тьма», речь идет не об абсолютной тьме. Речь лишь о том, что здесь меньше света. Если ты будешь упражняться, чтобы научиться видеть во тьме, ты сможешь видеть. Смотри, сосредоточивай внимание на тьме — постепенно твои глаза укрепятся и ты будешь видеть.

Внутренняя тьма, бессознательность — то же самое. Вглядись в нее... Но ты можешь вглядеться только тогда, когда не активен. Если ты начинаешь действовать, твой ум рассеивается. Не совершай внутренних действий. Когда есть гнев — не действуй. Не осуждай, не оценивай, не потакай ему и не подавляй его. Не делай ничего — просто смотри на него, наблюдай.

Почувствуй разницу. Обычно происходит в точности обратное. Когда ты сердисься, твой ум сосредоточивается на внешней причине гнева — всегда! Кто-то тебя оскорбил, и ты разозлился. Теперь есть три вещи: внешняя причина гнева, внутренний источник гнева и ты между ними. Гнев — внутренняя энергия. Причина, спровоцировавшая пробуждение этой энергии, находится снаружи. А ты — между ними. Естественный образ действия ума — не осознавать источник, а сосредоточиваться на внешней причине. Когда ты злишься, это означает глубокую концентрацию на внешней причине.

Джайнистский мастер Махавира называл гнев одним из видов медитации. Он называл его *рудра дхьяной* — медитацией на негативных отношениях. Все дело в глубокой сосредоточенности: когда ты сильно разгневан, ты настолько сосредоточен, что весь мир исчезает, а в фокусе остается только причина гнева. Вся твоя энер-

гия сосредоточена на причине гнева — ты настолько сосредоточен на ней, что полностью забываешь себя. Именно поэтому в гневе ты можешь сделать вещи, о которых потом скажешь: «Я сделал это вопреки себе». И правда: *тебя* там не было.

Для обретения осознания тебе нужно развернуться на сто восемьдесят градусов. Тебе нужно сосредоточиться не на внешней причине, но на внутреннем источнике. Забудь о причине. Закрой глаза, отправься внутрь и углубись в источник. И тогда ты сможешь с пользой применить ту же самую энергию, которая иначе была бы растрачена на что-то внешнее.

Гнев несет в себе много энергии. Гнев и *есть* энергия — чистейший внутренний огонь. Не растрачивай его на внешние объекты.

Или возьмем другой пример. Ты сексуально возбужден: секс — это тоже энергия, огонь. Но, опять-таки, при сексуальном возбуждении ты сосредоточен на ком-то внешнем, не на источнике. Ты думаешь о ком-то — о любовнице, о возлюбленной, — когда тебя наполняет сексуальное желание, ты всегда сосредоточен на другом. И ты рассеиваешь энергию. Мало того что ты рассеиваешь ее в процессе полового акта, ты еще больше рассеиваешь ее, когда думаешь о сексе, потому что половой акт — непродолжительное дело. Ты доходишь до пика, энергия высвобождается, и ты откатываешься назад. А думать о сексе можно постоянно. Ты все выплескиваешь и выплескиваешь энергию на мысли о сексе, рассеиваешь ее. И таким рассеиванием занимается каждый. Девяносто процентов наших мыслей — о сексе. Что бы ты ни делал на внешнем уровне, внутри всегда присутствует сексуальная заинтересованность — пусть даже ты этого не осознаешь.

В комнату, где ты сидишь, входит женщина — и твоя поза сразу меняется. Спина выпрямляется, дыхание изменяется, кровяное давление изменяется. Ты можешь абсолютно не осознавать всего этого, но все твое тело реагирует сексуально. Когда женщины в комнате не

было, ты был одним человеком, а теперь стал совсем другим.

Группа, состоящая только из мужчин или только из женщин, — это одно дело. Стоит в комнату войти одной женщине или одному мужчине, и энергетическая структура группы внезапно меняется. Ты можешь этого и не осознавать, но, когда твой ум сосредоточен на ком-то, твоя энергия начинает двигаться.

Когда чувствуешь сексуальное возбуждение, смотри на источник, а не на внешнюю причину, — помни об этом. Наука больше интересуется причинами, а осознание больше интересуется источником. Источник всегда внутри, причина всегда снаружи. Обращая внимание на причину, ты всегда оказываешься вовлеченным в цепь реакций, ты настраиваешься на среду. Обращая внимание на источник, ты настраиваешься на самого себя. Так что помни: это самый чистый способ превращения бессознательной энергии в сознательную. Развернись на сто восемьдесят градусов — посмотри внутрь себя! Это сложно, потому что наш взгляд определенным образом зафиксирован. Ты как человек с парализованной шеей, который не может обернуться и посмотреть назад. Твои глаза зафиксированы — ты смотрел наружу всю жизнь, многие тысячелетия, и потому просто не умеешь смотреть внутрь.

Делай так: когда что-то происходит в твоём уме, отследи происходящее до источника. Возник гнев — внезапной вспышкой, — закрой глаза и помедитируй на него. Откуда пришел гнев? Никогда не задавай себе вопрос, кто его причина, кто тебя разозлил, — это ложный вопрос. Спроси себя, какая энергия внутри тебя трансформировалась в гнев — откуда этот гнев протекает, откуда поднимаются его пузырьки? Из какого внутреннего источника исходит эта энергия?

Осознаешь ли ты, что в гневе можешь сделать что-то такое, чего не сделал бы, если бы не гневался? Разгневанный человек может легко швырнуть большой камень. В спокойном состоянии он его даже не поднимет.

В разгневанном человеке очень много энергии — он подключился к скрытому источнику. Поэтому обезумевший от ярости человек становится очень сильным. Почему? Откуда берется эта энергия? Она приходит не снаружи. Сейчас все его источники воспламенились одновременно — гнев, сексуальность, все это пылает одновременно. Каждый источник энергии стал доступным.

Постарайся увидеть, откуда поднимается гнев, откуда приходит сексуальное желание. Отследи испытываемое тобой чувство, вернись назад по следу. Медитируй безмолвно и отслеживай гнев до его корней. Это сложно, но не невозможно. Это не легко — не может быть легко, потому что тебе придется бороться с давно укоренившейся привычкой. Тебе придется разрушить все свое прошлое и сделать нечто новое — чего ты не делал никогда прежде. Сложность обусловлена лишь только весом привычки. Но попробуй, и ты сможешь задать новое направление движению своей энергии. Ты станешь кругом, а в круге энергия никогда не рассеивается.

Если моя энергия поднимается из источника и движется наружу, она не может пойти по кругу — она просто рассеется. А если энергия движется внутри, она замыкается на себя. Моя медитация ведет к тому, что энергия возвращается к источнику, откуда произошел гнев, и замыкается в круг. Этот внутренний круг — сила Будды. Сексуальная энергия не движется к кому-то, она возвращается назад, к своему источнику. Этот внутренний круг сексуальной энергии — тоже сила Будды.

Мы слабы не потому, что у нас меньше энергии, чем у Будды, — у нас столько же энергии. Все мы рождаемся с одинаковым объемом энергии — но мы привыкли рассеивать ее. Она просто уходит и никогда больше не возвращается. Она не может вернуться. Стоит ей выйти наружу, и она уже не вернется — ушла.

Во мне рождается слово, и я его произношу — оно улетело. Оно не вернется ко мне, и энергия, затраченная

на то, чтобы его произнести, — рассеялась. Но вот во мне рождается слово, и я не выплескиваю его, храню молчание. Это слово движется, движется, движется и падает обратно в свой источник. Энергия восстановлена.

Молчание — энергия. Отсутствие гнева — энергия. Но речь не о подавлении. Если ты подавляешь гнев, ты все равно расходуешь энергию. Не подавляй — наблюдай и следуй. Не сражайся — просто вернись вместе с гневом назад. Это — самый чистый метод осознания.

Можно использовать и некоторые другие вещи. Начинаящие могут применить определенные механизмы. О трех таких механизмах я расскажу. Механизмы одного типа основаны на осознании тела. Забудь о гневе, забудь о сексе — работать с ними сложно, а когда они завладевают тобой, ты становишься настолько безумен, что не можешь медитировать. Когда ты злишься, ты не можешь медитировать, ты даже думать о медитации не можешь. Ты просто теряешь рассудок. Так что забудь — это слишком сложно. И используй в качестве инструмента осознания свое тело.

Будда говорил: когда идешь, иди осознанно. Когда дышишь, дыши осознанно. Соответствующий буддистский метод называется *анапанасати-йога* — йога вдоха и выдоха, осознание вдоха и выдоха. Воздух входит в тебя на вдохе — двигайся вместе с воздухом; знай, осознавай, что воздух движется внутрь. Когда воздух выходит наружу, двигайся вместе с ним. И на входе, и на выходе пребывай вместе с дыханием.

С гневом сложно, с сексом сложно — с дыханием не сложно. Двигайся с дыханием. Не позволяй воздуху входить или выходить неосознанно. Это медитация. Ты сосредоточен на дыхании, а когда ты сосредоточен на дыхании, мысли останавливаются сами собой. Ты не можешь думать, потому что стоит допустить мысль, и сознание переносится с дыхания на мысль. Ты упускаешь дыхание.

Попробуй и поймешь. Когда ты осознаешь дыхание, мысли исчезают. Та же энергия, которая используется для мышления, идет на осознание дыхания. Если начнешь думать, потеряешь нить дыхания, забудешь о нем и станешь думать. Нельзя делать и то и другое одновременно.

Следование за дыханием — долгий процесс. Нужно уйти в него глубоко. На это придется потратить минимум три месяца, а максимум три года. Если заниматься непрерывно, по двадцать четыре часа в сутки... Это метод для монахов, для тех, кто отказался от всего, только они могут наблюдать за своим дыханием по двадцать четыре часа в сутки. Вот почему буддистские монахи, как и монахи других традиций, сокращают свои жизненные потребности до минимума — чтобы их ничего не отвлекало. Они питаются подаянием, а спят под деревьями. Все их время посвящено той или иной внутренней практике осознания — например, практике осознания дыхания.

Буддистскому монаху приходится постоянно осознавать свое дыхание. Безмолвие, которое отражено на его лице, — это безмолвие осознания дыхания, и ничего больше. Когда ты начинаешь осознавать, твое лицо становится безмолвным, потому что если внутри нет мыслей, то и лицо не отображает тревог, не отображает мышления. Лицо расслабляется. Постоянное осознание дыхания останавливает ум. Вечно озабоченный ум останавливается. А если ум останавливается и ты просто осознаешь дыхание, если ум не функционирует, то ты не злишься, не проявляешь свою сексуальность.

Сексуальность, гнев, жадность, ревность, зависть и так далее нуждаются в поддержке со стороны механизмов ума. Если эти механизмы прекращают работу, подобные переживания исчезают. Это приводит тебя к тому же, что и первый метод: энергия, которая расходовалась на секс, на гнев, на жадность, на амбиции, не выплескивается. Ты все время занят осознанием дыха-

ния — день и ночь. Будда говорил: «Даже во сне старайся осознавать дыхание». Поначалу это сложно, но если ты будешь осознавать дыхание днем, то постепенно осознание распространится и на время сна.

В сон проникает все, что глубоко утвердилось в уме днем. Если ты беспокоился о чем-то днем, беспокойство придет к тебе и во сне. Если ты постоянно думал о сексе, тебе приснится секс. Если ты целый день злился, будешь злиться и во сне. Вот почему Будда говорит, что это не сложно, — если человек постоянно следит за дыханием и заботится об осознании дыхания, то в итоге этот настрой проникнет и в его сон. И тогда он не будет видеть снов. Если ты постоянно осознаешь свои вдохи и выдохи, ты не сможешь видеть сны.

Как только начнется сновидение, осознание исчезнет. Если есть осознание, сновидение невозможно. Поэтому сон буддистского монаха не похож на твой. Его сон обладает другим качеством. В нем иная глубина, в нем есть некоторая осознанность.

Ананда сказал Будде:

— Я наблюдаю за тобой уже много лет. Это похоже на чудо: ты спишь и в то же время бодрствуешь. Ты всю ночь сохраняешь одну и ту же позу.

Рука Будды оставалась на том же месте, где он оставил ее, засыпая, и нога оставалась в неизменном положении. Будда всю ночь спал в одной позе. Ни малейшего движения! Ночи напролет Ананда наблюдал за ним и изумлялся: «Да что же это за сон такой!» Будда совсем не двигался. Лежал как мертвец и просыпался в той же позе, в какой заснул. Ананда спросил:

— Что происходит? Ты спишь или не спишь? Ты совсем не двигаешься.

— Наступит день, Ананда, и ты поймешь, — ответил Будда. — Твое непонимание говорит о том, что ты не практикуешь анапанасати-йогу должным образом; твой вопрос свидетельствует лишь об этом.

Иначе он вообще не возник бы. Ты не практикуешь анапанасати-йогу — если бы ты постоянно осознавал свое дыхание днем, то не смог бы не осознавать его ночью. Если ум занят осознанием, сновидения не могут проникнуть в него. А если нет сновидений, то ум чист, прозрачен. Твое тело спит, но ты не спишь. Твое тело расслаблено, но ты осознаешь — внутри горит пламя. Так что, Ананда, — сказал Будда согласно преданию, — я не сплю. Лишь тело мое спит. Я осознаю. И не только во сне... Ананда, когда я умру, ты увидишь: я сохраню осознание. Только тело умрет.

Практикуй осознанное дыхание, и ты обретешь способность постигать. Или практикуй осознание движений тела. Будда использовал для этого особое слово — сосредоточенность. Он говорил: «Ходи сосредоточенно». Мы же обычно ходим, не обращая никакого внимания на этот процесс.

Однажды во время проповеди напротив Будды сидел мужчина и без нужды шевелил то всей ногой, то пальцем на ноге. В этих его движениях не было ни малейшей потребности. Будда прекратил проповедовать и спросил:

— Зачем ты двигаешь ногой? Зачем шевелишь пальцем?

После этих слов человек немедленно перестал делать свои машинальные движения. Тогда Будда спросил:

— Почему ты вдруг остановился?

— Я ведь даже не осознавал, что шевелю пальцем или ногой! — ответил мужчина. — Я не осознавал! А как только вы спросили меня, я осознал.

— Какая нелепость! — сказал Будда. — Твоя нога шевелилась, а ты не осознавал этого? Что ты делаешь со своим телом? Ты живой человек или мертвец? Это твоя нога и твой палец. Они двигаются, а ты этого даже не осознаешь? Что же ты тогда осознаешь?

Ты можешь убить человека, а потом заявить: «Я не осознавал». В действительности, убийцы и не осознают. Трудно убить кого бы то ни было, сохраняя осознание.

Будда говорил:

— Когда двигаетесь, когда ходите, будьте наполнены осознанием. Знайте внутри себя, что идете.

Не нужно пользоваться никакими словами, не нужно иметь никаких мыслей. Тебе не нужно мысленно проносить: «Я иду», потому что если ты будешь это проносить, то перестанешь осознавать свои шаги — ты будешь осознавать свою мысль и упустишь осознание движения. Осознавай его на соматическом уровне, не на ментальном. Просто чувствуй, что ты идешь. Пробыди в себе соматическое осознание, чувство, чтобы ты мог чувствовать напрямую, без вмешательства ума.

Дует ветер — ты это чувствуешь. Не пользуйся словами. Просто чувствуй и осознавай чувство. Лежишь на пляже, песок прохладен, приятно прохладен. Ощути это — не пользуйся словами. Просто ощути — прохладу песка, проникающую в твоё тело прохладу. Просто чувствуй. Осознавай, не пользуйся словами. Не говори: «Песок прохладный». В тот самый миг, как ты сказал это, ты утратил момент бытия. Променил его на интеллектуальные построения.

Ты с возлюбленной. Чувствуй ее присутствие, не пользуйся словами. Чувствуй тепло, поток любви. Просто ощущай ваше единство. Не пользуйся словами. Не говори: «Я тебя люблю», так ты все разрушишь. Ты впустишь ум. В тот миг, когда ты говоришь: «Я тебя люблю», это превращается в воспоминание о прошлом. Просто чувствуй, без слов. То, что прочувствовано без слов; все, что прочувствовано во всей целостности, без вмешательства ума — дает тебе сосредоточенность.

Когда ешь — ешь сосредоточенно, ощущай вкус сосредоточенно. Не пользуйся словами. Вкус сам по себе

такая замечательная и всепронизывающая штука! Не пользуйся словами и не разрушай ощущение вкуса. Прочувствуй его до самой основы. Ты пьешь воду — ощути, как она течет в глотку, не пользуйся словами. Просто прочувствуй, будь сосредоточен. Движение воды, ее прохладу, отступление жажды, следующее за этим удовлетворение — прочувствуй!

Ты сидишь на солнышке — ощути тепло, не пользуйся словами. Солнце ласкает тебя. Ты чувствуешь глубокое единство с ним. Прочувствуй это! Так развивается соматическое осознание, телесное осознание. Если ты разовьешь его, твой ум остановится. Ум не нужен. А если ум остановится, тебя понесет в глубины бессознательного. Благодаря очень и очень глубокой осознанности ты сможешь проникнуть в бессознательное. Теперь у тебя есть с собой свет, и тьма исчезает.

Для тех, кто ориентирован на тело, годится соматическая сосредоточенность. Для тех же, кто не ориентирован на тело, предпочтительнее осознавать дыхание.

Есть очень и очень много методов. И любой метод представляет собой усилия, направленные на осознание. От осознания никуда не денешься. Начинать можешь откуда хочешь, но ключ — в осознании.

Современные методы для современного человека

Зачем Ты разработал новые активные техники медитации — например, медитацию «Кундалини» и «Динамическую медитацию», хотя уже существуют традиции, предлагающие сотни техник: йога, суфизм, буддизм и так далее?

Все древние методы медитации разработаны на Востоке и никогда не учитывали потребности западного

человека, он оставался за скобками. Я же создаю техники не для восточного человека, а для любого — будь он с Запада или с Востока.

Есть разница между восточной традицией и западной традицией. А ведь именно традиция формирует ум. Например, восточный ум очень терпелив — тысячи лет он обучался сохранять терпение, независимо от условий.

Западный ум очень нетерпелив. Нельзя применять к ним обоим одни и те же методы или техники.

Восточный ум приучен сохранять некоторое равновесие при успехах и неудачах, в богатстве и в бедности, в болезни и в здравии, в жизни и при смерти. Западному уму неведомо такое равновесие — он слишком склонен к возбуждению. Успех его возбуждает, ему начинает казаться, что он попал на вершину мира, у него развивается комплекс превосходства. В неудаче он переходит к другой крайности, низвергается в седьмой круг ада. Он несчастен, он страдает и у него развивается колоссальный комплекс неполноценности. Его рвет на части.

А жизнь состоит из крайностей. Есть моменты красоты и моменты уродства. Есть моменты, когда ты влюблен, и моменты, когда ты объят гневом, ненавистью. Западный ум просто движется вслед за ситуацией. Он всегда возбужден. Восточный ум научился... это просто воспитание — не революция. Это обучение, дисциплина, практика. В своей основе восточный ум точно такой же, как западный, но в силу воспитания может сохранять некоторое равновесие.

Восточный ум очень медлительный — нет смысла торопиться, жизнь идет своим чередом и все предопределено судьбой, поэтому если ты обретаешь что-то, то не благодаря скорости, не благодаря спешке. Если ты что-то обретаешь, то потому, что так назначено судьбой. Так что вопрос о том, чтобы куда-то торопиться, вообще не поднимается. Если что-то должно произойти, это произойдет в свое время — ни секундой раньше и ни секундой позже.

В результате течение жизни на Востоке очень медленное. Такое впечатление, что река вообще стоит на месте, она такая медлительная, что ты не можешь разглядеть течение. Более того, на Востоке людей учат, что ты уже жил миллионы жизней и миллионы жизней у тебя впереди, так что продолжительность жизни не ограничивается семьюдесятью годами, она колоссальна. Спешить некуда. Впереди уйма времени — к чему торопиться? Если что-то не случится в этой жизни, случится в другой.

Западный ум стремителен и быстр, потому что он настроен только на одну жизнь — семьдесят лет, а сделать нужно очень много. Треть жизни уходит на сон, треть жизни на учебу — что остается?

Значительная часть оставшегося времени идет на то, чтобы заработать себе на жизнь. Если все подсчитать, ты удивишься. Из семидесяти лет не остается и семи на то, что тебе нравится. Естественно, возникает спешка, безумная гонка — настолько безумная, что ты забываешь, куда, собственно, бежишь. Все, что ты помнишь, — это следить за скоростью. Средство превращается в цель.

То же самое и в других направлениях... Восточный ум развивал себя иначе, чем западный. Сто двенадцать методов медитации, разработанные на Востоке, не учитывают особенности западного человека, они разработаны не для него. Западного человека тогда вообще не было. *Вигьян Бхайрава Тантра* написана от пяти до десяти тысяч лет назад — вот как давно были разработаны и отточены эти сто двенадцать техник.

В то время еще не было западного человека, западного общества, западной культуры. Запад был варварским, первобытным, он вообще не заслуживал никакого внимания. Весь мир был на Востоке, именно там была зона роста, там сосредоточивались все богатства и цивилизация.

Мои методы медитации разработаны в силу абсолютной необходимости. Я хочу, чтобы это различие между Западом и Востоком исчезло.

За эти пять или десять тысяч лет после создания Шивой *Вигьян Бхайрава Тантры* никто не разработал ни одного метода. Но я внимательно изучил различия между Востоком и Западом — один и тот же метод нельзя непосредственно применять к ним обоим. Вначале нужно привести восточный и западный ум в похожие состояния. Мои техники динамической медитации, медитации кундалини и другие — катарсические. В их основе лежит катарсис.

Тебе нужно выбросить весь мусор, которым заполнен твой ум. Если ты не разгрузишься, то не сможешь сидеть безмолвно. Это все равно что приказать ребенку, который переполнен энергией, сидеть молча в углу комнаты. Очень сложно. Ты пытаешься подавить вулкан! Самый лучший способ — вначале сказать ему: «Пойди и беги десять раз вокруг дома, а потом возвращайся, сядь в уголке и сиди тихо».

Тогда это возможно — ты делаешь это возможным. Ребенок сам хочет посидеть, расслабиться. Он устал, он вымотан — сейчас ему не придется подавлять свою энергию, чтобы сидеть спокойно, он выплеснул ее, когда бегал вокруг дома. Теперь он рад отдохнуть.

Катарсические техники просто помогают тебе отбросить свое нетерпение, свою непоседливость, свою склонность к спешке, свои ранее подавлявшиеся порывы.

Нужно помнить еще об одном факторе: эти техники совершенно необходимы перед выполнением практик вроде випассаны — когда ты просто сидишь, ничего не делаешь и пусть трава растет сама собой. Ведь при этом нужно сидеть безмолвно и ничего не делать — это главное условие для того, чтобы трава росла сама собой. Если ты не сможешь сидеть безмолвно, ничего не делая, ты потревожишь траву.

Я всегда любил сады и, где бы я ни жил, везде делал красивые садики, устраивал газоны. Я часто беседовал с людьми, сидя на своем газоне, и вскоре заметил, что они выдергивают травинки... просто возбужденная

энергия. Если человеку нечего делать, он начинает выдергивать травку. Мне приходилось делать замечания: «Если ты будешь и дальше заниматься этим, нам придется перебраться в комнату. Я не позволю тебе портить мой газон».

Они на некоторое время прекращали это делать, но потом, заслушавшись, снова бессознательно тянули руки к травинкам. Таким образом, сидеть молча и ничего не делать на самом деле вовсе не означает сидеть молча и ничего не делать. Это означает делать большое одолжение траве. Если ты не в состоянии ничего не делать, трава не может расти — ты будешь ей мешать, будешь ее выдергивать, будешь ее тревожить.

Так что эти методы абсолютно необходимы для западного ума. Но появился еще один фактор: они стали необходимы и для восточного ума. Тот ум, для которого Шива некогда записал сто двенадцать методов медитации, больше не существует — даже на Востоке. Запад оказал на Восток огромное влияние. Все изменилось.

Во времена Шивы западной цивилизации еще не существовало. Восток был на пике славы, его называли «золотой птицей». У него была вся роскошь и все удобства — он был воистину богат.

Сейчас все наоборот — на протяжении двух тысяч лет Восток был поработан, его эксплуатировали почти все на свете, в него вторгались десятки разных стран, грабили, насиловали, жгли. Теперь он нищий.

И три столетия британского правления в Индии привели к разрушению индийской образовательной системы, которая в корне отличалась от западной. Британцы заставили восточный ум обучаться в соответствии с западными стандартами. Они почти сумели превратить восточную интеллигенцию во второсортную западную интеллигенцию. Они принесли на Восток свои болезни: суетливость, спешку, нетерпеливость, постоянное недовольство, тревогу.

Кто бывал в храмах Кхаджурахо или в храмах Ко-нараки, тот мог увидеть Восток в его истинной красе.

Только в Кхаджурахо была сотня храмов... сохранилось лишь тридцать — семьдесят разрушено магометанами. Тысячи прекрасных храмов с изумительными скульптурами были разрушены. А эти тридцать сохранились. Просто повезло: они находились в лесу. Возможно, завоеватели просто не заметили их.

Британское влияние на индийский ум оказалось настолько сильным, что даже такой человек, как Махатма Ганди, хотел, чтобы эти тридцать храмов покрылись грязью и их больше никто не смог увидеть. Ты только задумайся о людях, создавших эти сто храмов... должно быть, на строительство каждого уходило века. Они настолько тонко сработаны, настолько пропорциональны и прекрасны... ничто на Земле не сравнится с ними.

Ты ведь понимаешь, что храмы не появляются сами по себе; если в городе была сотня храмов, значит, там должны были жить тысячи людей — иначе в сотне храмов нет никакого смысла. Где эти люди? Они были убиты вместе с храмами.

И я взял в качестве примера именно эти храмы, потому что их скульптуры казались порнографическими с точки зрения западного ума. И Махатме Ганди они тоже казались порнографическими.

Индия в большом долгу перед Рабиндранатом Тагором. Этот человек помешал Махатме Ганди и другим политикам, которые хотели скрыть храмы от глаз людских. Рабиндранат Тагор сказал: «Какая глупость! Это не порнография, это красота».

Порнографию от красоты отделяет очень тонкая черта. Обнаженная женщина — не обязательно порнография; обнаженный мужчина — не обязательно порнография. Прекрасный обнаженный мужчина и прекрасная обнаженная женщина могут быть просто образцами красоты, здоровья, пропорции. Если олень наг и прекрасен — ведь никто не думает, что это порнография, — тогда почему бы не воспринимать обнаженного мужчину или женщину просто как образец красоты?

В викторианской Англии некоторые дамы скрывали ножки стульев под тканевыми чехлами, потому что ножки не должны быть обнажены — ножки стула! Но поскольку они называются ножками, считалось неприличным и некультурным оставлять их обнаженными. В викторианские времена существовало движение людей, добивавшихся, чтобы хозяева собак во время выгула прикрывали животных тканью. Собака не должна быть обнажена... как будто сама по себе обнаженность порнографична. Порнография — в уме!

Я бывал в Кхаджурахо сотни раз, и ни одна скульптура не показалась мне порнографической. Картина или скульптура становится порнографией только в том случае, если она возбуждает в тебе сексуальность. Это единственный критерий: если изображение возбуждает в тебе сексуальность, если оно служит стимулом для твоего полового инстинкта. Кхаджурахо — не тот случай. Фактически, эти храмы были созданы с противоположной целью.

Они были созданы для медитации на любовные игры мужчины и женщины. И эти камни оживали... Те люди, которые их создали, должно быть, были величайшими художниками, каких только знал мир. Эти изображения сделаны для того, чтобы на них медитировать, они — объекты медитации.

Это храм — медитирующие садились снаружи, глядели на изображения и наблюдали, зарождается ли у них внутри сексуальное желание. То был критерий: если сексуальное желание не возникало, человек мог войти в храм. Все скульптуры такого рода расположены вне храма, на его внешних стенах, внутри храма нет обнаженных статуй.

Это было необходимо людям для медитации, в ходе которой они могли убедиться, что в них нет полового желания. Все совсем наоборот — статуи не возбуждали, а помогали приглушить свою обычную сексуальность. Тогда человек мог войти в храм — а иначе этого делать не следовало. Богохульство — входить в храм, имея вну-

три такие желания. Это было бы осквернением храма — оскорблением храма.

Люди, построившие эти храмы, также создали замечательную и обширную литературу. Восток никогда не подавлял сексуальность. Лишь с приходом Будды и Махаивры безбрачие впервые обрело духовный статус. А до Будды и Махавиры все провидцы *Упанишад* и *Вед* были женатыми людьми, они не давали обет безбрачия и у них были дети.

И эти люди не отрекались от мира — они жили в богатстве и комфорте. Они жили в лесах, но получали всевозможные блага от учеников, от царей, от возлюбленных. Их лесные школы и академии были очень богатыми.

Начиная с Будды и Махавиры на Востоке зародилась болезненная традиция безбрачия — традиция подавления. А когда в Индию пришло христианство, тенденция к подавлению еще усилилась. За три сотни лет христианства подавление стало почти настолько же свойственно восточному уму, как и западному.

Так что мои методы применимы к обоим типам ума. Я называю их подготовительными техниками. Их задача — разрушить все, что может помешать тебе погрузиться в безмолвную медитацию. Если Динамическая медитация или медитация Кундалини проходит успешно, ты чист. Ты избавился от склонности к подавлению. Ты избавился от суетливости, спешки, нетерпения. Теперь ты готов войти в храм.

Именно по этой причине я говорю о приятии секса — потому что, не принимая секс, ты не сможешь избавиться от подавления. А я хочу, чтобы ты был совершенно чист, естествен. Я хочу, чтобы ты вошел в такое состояние, когда тебе станут доступны все сто двенадцать методов.

Вот почему я разработал свои методы — это просто техники очищения.

Также я включил в нашу работу западные терапевтические методы, потому что западный ум, а под его влия-

нием и восточный ум — они оба заболели. Здоровый ум в наше время редкое явление. Каждый испытывает своего рода тошноту, душевную тошноту, чувствует в себе пустоту, похожую на болезненную рану. Жизнь каждого превратилась в кошмар. Каждый тревожится, слишком боится смерти... боится не только смерти, но и жизни.

Люди живут равнодушно, не живут, а тлеют — без жара и яркого света, не так, как жил грек Зорба... вместо здорового вкуса к жизни у них большой ум. Положительно жить, вот они и живут. Положено любить, вот они и любят. Нужно делать то-то и то-то, быть таким-то и таким-то — вот они и слушаются. У них нет порыва, идущего из глубин их собственного существа. Из них не хлещет энергия. Они не готовы ничем рисковать ради полноты жизни. В них нет безрассудства — а без безрассудства нет здоровья. Безрассудство — это критерий, исследование неведомого — критерий. Люди не ведают молодости, они становятся стариками с самого детства. Молодость к ним никогда не приходит.

Западные методы психотерапии не помогут тебе вырасти духовно, но они годятся, чтобы подготовить почву. Они не могут посеять семена цветов, но могут подготовить почву — а это необходимо. Такова одна из причин, почему я включил в свою работу психотерапевтические инструменты.

Есть еще одна причина: я хочу, чтобы Восток встретился с Западом.

Восток разработал методы медитации, Запад не разработал таких методов, Запад разработал методы психотерапии. Если мы хотим, чтобы западный ум заинтересовался техниками медитации, если мы хотим, чтобы Восточный ум приблизился к Западному, тогда нужно что-то дать и что-то принять. Нельзя использовать только восточные методы — нужно включить и плоды западной эволюции. И я нахожу психотерапевтические методы очень полезными. Они не могут провести тебя очень далеко, но определенную часть пути проведут —

и то хорошо. А там, где останутся они, эстафету подхватит медитация.

Западному уму нужно чувствовать, что он тоже вложил что-то в это объединение, в это слияние. Нельзя, чтобы вложение было только с одной стороны. И западные техники важны, они не могут навредить, они могут лишь принести пользу.

Я использовал их много лет, с огромным успехом. Они помогали людям очистить свое существо, готовили их к вхождению в храм медитации. Моя работа направлена на то, чтобы убрать стену между Востоком и Западом. Земля должна быть единой, не только в политическом, но и в духовном отношении.

Некоторые люди думают, что это только ловкий способ промывания мозгов. Но это нечто большее — промывание ума, а не мозга. Промывание мозгов очень поверхностно. Мозг — это лишь механизм, используемый умом. Промыть мозг очень легко — так же как промыть, почистить и смазать любой механизм. Но если загрязнен ум, стоящий за мозгом, — если именно он грязен, полон подавленных желаний и всякого уродства, — то мозг очень скоро снова заполнится всем этим безобразием.

И я не вижу в этом ничего плохого — промывание всегда на пользу. Однако я предпочитаю сухую чистку. Я не использую старые способы мытья.

И да, человек почувствует себя обманутым, когда поймет, что у него отняли ум, — ведь он думал, что это единственная драгоценность, которая у него была. Но так будет только вначале. После того как ум будет устранен, человек с изумлением обнаружит, что за умом лежало его настоящее сокровище. А ум — только зеркало. Он отражал сокровище, но не был самим сокровищем. Сокровище скрыто за умом, и это сокровище — твое существо.

Существуют ли какие-то особые виды медитации, полезные для лечения тех или иных видов психических заболеваний?

Современная психиатрия всецело ориентируется на заболевания — она ничего не знает о здоровье. Современная психология — все ее направления — следует медицинской модели. В этом — упущение Зигмунда Фрейда. Он разработал нечто чрезвычайно важное, но тем не менее упустил самое главное. Он слишком интересовался отклонением от нормы, заболеванием. И постепенно, из-за того, что он изучал болезнь и только болезнь, ему стало казаться, что человек безнадежно болен.

Изучать болезни необходимо, потому что больным людям нужно помогать. Но им невозможно помочь, если ты не знаешь, что такое здоровье. В лучшем случае ты способен помочь людям приспособиться к обществу — но общество и само больно.

А ведь именно этим занимаются современные школы психотерапии. Как только у кого-то немного нарушается способность приспосабливаться к окружающей обстановке, психиатр пытается восстановить ее. Способность приспосабливаться считается нормой. Но это не всегда верно — потому что если само общество ненормально, то и приспосабливаться к нему ненормально.

Фактически, такие люди, как Рональд Лэнг, уже высказывали свои сомнения в отношении этого проекта. Общество ненормально, а вы помогаете людям к нему приспособиться? Вы служите обществу, а не людям. Вы — агенты общества, сообщники правителей. Вполне возможно, что человек, которого вы лечите — медикаментами, электрошоком, психоанализом и тысячей других методов, — вполне нормален. Он не может приспособиться к ненормальному обществу именно потому, что сам нормален.

Просто вспомни о Будде — он не может приспособиться к обществу. Будды всегда были бунтовщиками. Они не могут склониться перед обществом, не могут ему сдаться — общество больное! Общество проклято — и это проклятие сплетено священниками и политиками.

Общество живет в условиях великого заговора. Людям не позволяют быть здоровыми, потому что здоровые опасны. Людям не позволяют быть разумными, потому что разумные опасны.

Ваша образовательная система существует не для того, чтобы помочь людям стать разумными, но для того, чтобы помешать им в этом. Она существует для того, чтобы превратить каждого в посредственность, чтобы низвести каждого до уровня глупого ученого. Двадцать пять лет обучения — от детсада до окончания университета — могут любого довести до уровня глупого ученого, из любого сделать посредственность, поскольку ваше образование требует, чтобы человек умел воспроизводить все, чему его научили. Таков критерий оценки его разумности.

Этот критерий подходит для оценки памяти попугая, но не разума и интеллекта. Разум — нечто совершенно другое. Разум не имеет ничего общего с повторением. Он всегда пытается жить по-своему, хочет делать свое дело. Разум стремится проникнуть в тайны жизни не при помощи заранее известного набора формул или предписанных стратегий. Он всегда оригинален.

Университеты искореняют оригиналов — все их усилия направлены на уничтожение оригинальности, потому что оригинальные люди всегда создают проблемы в обществе. Ими не так легко манипулировать и их не так-то легко превратить в клерков и школьных учителей — непросто низвести до состояния эффективных машин. Они будут бороться за себя, попытаются жить не по заданной схеме, а в соответствии с собственным видением.

Если человек любит музыку, то он будет жить жизнью музыканта, даже если ему придется просить подаяние. Даже если у него будет реальная возможность стать премьер-министром, он предпочтет жить в нищете и играть свою музыку. Это разумно, потому что лишь в том случае, если ты живешь, ориентируясь на собственный свет, на собственные озарения, на собственный

внутренний голос, ты можешь обрести блаженство и удовлетворение.

Для того чтобы стать премьер-министром, разум не нужен. Фактически, если у тебя есть разум, ты не сможешь стать премьер-министром... потому что какой человек, обладающий разумом, пойдет в политику? Кто захочет ввязываться в эту уродскую игру? Человеку хочется стать поэтом, или художником, или танцором... но кому захочется стать политиком? Никак не разумному человеку, а только тому, кто пока еще остается варваром, — тому, кто все еще получает удовольствие от насилия и власти над другими.

Университеты разрушают разум. Ваше образование очень вредно для разума — оно состоит на службе у общества, а общество ненормально, очень ненормально. За три тысячи лет было пять тысяч войн — можно ли предположить, что это общество здорово? Можно ли сказать, что это общество в своем уме? Человек в нем всегда готов убить или совершить самоубийство. Ну и что можно сказать о таком обществе?

Психиатрия и психоанализ пытаются приспособить людей. Они называют неприспособленных людей «ненормальными». Именно поэтому психологи твердят, что Иисус был ненормальным. Они утверждают, что он был невротиком. Иисус — невротик! А люди, которые додумались убить этого человека, — здоровые? Иисус невротик, а Понтий Пилат здоровый. Пилат нормальный.

Если Иисус невротик, тогда и Будда невротик, Махавира невротик, Пифагор, Патанджали, Лао-цзы, Заратустра — все они невротики. Сократ невротик — а судьи, которые решили, что его нужно отравить, нормальные.

Вся Земля — сумасшедший дом. Кто болен? И как можно определить болезнь, если ты не знаешь, что такое здоровье?

Зигмунд Фрейд ошибался, потому что изучал только больных людей. Больных людей можно изучать по-

тому, что болезнь всегда происходит на периферии. Здоровых нельзя изучать, потому что здоровье — всегда в центре. Оно идет из самого твоего существа. Болезнь поверхностна, здоровье сущностно. Зигмунд Фрейд не смог бы изучать Будду, потому что не обнаружил бы никаких симптомов.

Ты можешь обратиться к любому врачу и спросить: «Каково определение здоровья?» Ты удивишься: ни один врач не может ответить на этот вопрос. В лучшем случае он скажет: «Если человек не болен, он здоров». И что это за определение? «Если у человека нет заболеваний, он здоров». Здоровье — позитивное явление, а вы определяете его негативно.

Они могут дать определение болезни; могут определить, что такое рак, что такое туберкулез и многие другие заболевания, — они могут дать определение миллионам разных болезней. Но одно-единственное явление — здоровье — не поддается определению. Оно совсем не изучено.

Если психология не займется людьми целостными и святыми — просветленными, бодрствующими, осознающими, вышедшими за пределы любой идентификации, обретшими чистое сознание, — если психология не изучит этих людей... Но тогда психологии придется изменить методы. Тогда она не сможет и дальше имитировать физиологию, физику, химию и естественные науки. Ей придется многому учиться у литературы, поэзии, музыки. Тогда она должна будет скорее приблизиться к искусству, чем имитировать науку.

Очень неудачно, что Зигмунд Фрейд был по профессии медиком, врачом. Его идея сделать психологию наукой была идеей ученого-медика. Он изучал больных людей и основывал свое понимание именно на болезнях. А когда ты лечишь больных, только больные к тебе и приходят, — постепенно все твои знания о людях оказываются ограничены лишь тем, что ты узнал, изучая больных. И это становится твоим представлением о людях вообще. Вот почему все, что Фрейд говорит о

человеке, изначально не верно. Он говорит о больном, а не о человеке вообще — не обо всем человечестве. Не о человеке как таковом, а только о больном.

Например, если ты станешь изучать слепых и придешь к выводу, что никто из людей не способен видеть, — это верное представление? Твое представление будет верно не в отношении человека как такового, а только в отношении слепых.

Психиатры имеют дело только с больными людьми и на основании этого делают выводы обо всем человечестве, дают определение людям. Но это выходит за границы их сферы компетенции. Вначале нужно понять целое — и больных, и здоровых людей. На самом деле в качестве критерия должен выступать абсолютно здоровый человек — именно он должен служить ориентиром.

Психология должна стать психологией будд. Лишь тогда она будет истинной, подлинной.

Моя задача не такая, как у психиатра или психотерапевта. Я не лечу больных. Моя задача — пробудить источники здоровья в тебе. Я не заинтересован в том, чтобы тебя лечить, я заинтересован в том, чтобы освободить тебя.

Ты спрашиваешь: есть ли конкретный метод медитации, позволяющий излечиться от тех или иных психических заболеваний? Нет. Но это не означает, что медитация не помогает, — она помогает, но лишь случайно. Она помогает — но это побочное действие.

Моя основная задача — создавать будд — людей, обладающих целостностью. Я не лечу больных, хотя приходят ко мне и больные, и они получают помощь, но моя цель не в этом. Здесь у нас не терапевтическое сообщество, а духовная коммуна. Да, мы применяем терапевтические методы, но они направлены не на так называемых больных, потому что с моей точки зрения все человечество больно, ненормально.

Применяемые нами методы терапии не направлены на излечение тех или иных заболеваний. Мы просто

помогаем так называемым нормальным людям стать *по-настоящему* нормальными.

На мой взгляд, всех людей воспитывают больные, ненормальные — родители, учителя, и конечно, они передают свои болезни детям. Если человек не осознает, что с ним сделали, если он не решится, не наберется смелости отказаться от заложенных в него программ, он никогда не станет нормальным.

Здесь проводится много терапевтических занятий, просто чтобы помочь обычным людям — так называемым нормальным — осознать, что они ненормальны. И это первый шаг к тому, чтобы вернуться к норме. Как только ты поймешь, что не нормален, многое станет меняться. В тебе начнет пробуждаться отчетливое осознание: что-то нужно делать, причем срочно.

Мы помогаем людям отказаться от заложенных в них программ — индуистских, христианских, магометанских, коммунистических. Мы помогаем им отбросить *все* программы, потому что лишь незапрограммированный человек действительно нормален и естествен. Любые программы — это извращения.

Таким образом, мы не заинтересованы в том, чтобы помогать так называемым больным людям, наша задача — помогать так называемым здоровым. Но иногда к нам приходят и больные, и это идет им на пользу. Это побочный феномен на периферии нашей деятельности.

Я не могу сказать, какой тип медитации поможет при том или ином заболевании. Фактически, все методы медитации в той или иной степени помогают, потому что техники медитации изначально направлены на одну и ту же точку внутренней тишины. Бывают активные методы и пассивные методы — это не имеет значения, цель одна и та же. Это может быть суфийский метод или дзэнский метод — цель одна и та же. Она в том, чтобы сделать тебя безмолвным, устранив любое мышление, — чтобы ты стал просто зеркалом, отражающим все, что есть.

Мое определение «Бога» — «то, что есть». Как только ты начинаешь видеть то, что есть, и настраиваться на него, возникает здоровье. Ты становишься частью этой бесконечно прекрасной Вселенной.

Психоанализ и психиатрия помогают больным людям. Медитация помогает людям здоровым, желающим подняться на пик здоровья — подняться на Эверест здоровья, который Абрахам Маслоу называет «пиковыми переживаниями». Эти пиковые переживания даны каждому из нас от рождения. Если у тебя не бывает пиковых переживаний, ты теряешь нечто необычайно ценное.

Но медитация продвинулась на шаг дальше, чем гуманистическая психология Абрахама Маслоу. Вопрос не только в том, чтобы обрести пиковые переживания, — потому что они приходят и уходят, нельзя оставаться на пике постоянно. У тебя может быть оргазмическое переживание, ты можешь подняться на пик, но в тот же миг, когда ты достигаешь пика, сразу же начинается движение вниз. Ты не можешь остаться на пике — там нет места, где можно было бы остаться.

Все пики воспроизводят древний миф о Сизифе. Боги наказали Сизифа за то, что он восстал против них. По их воле он должен постоянно катить камень на вершину горы. Вершина слишком мала, а камень велик. Едва оказавшись на вершине, камень скатывается вниз.

Это история каждого человека. Тебе не удастся устоять на вершине. Ты совершаешь восхождение, долгое восхождение на вершину — но стоит тебе достичь ее, и все кончено. В тот миг, как ты осознаешь, что достиг вершины, она уже оказалась позади — ты начал движение вниз. Там, наверху, нет места, где можно было бы задержаться.

Медитация помогает тебе не только испытать пиковые переживания — это лишь для начинающих, — не только пережить прекрасный опыт, но и обрести всеобъемлющее оргазмическое сознание. Не пиковое,

не оргазмическое переживание, а оргазмическое сознание, чтобы ты мог пребывать в оргазмическом экстазе двадцать четыре часа. И тогда вся твоя жизнь, секунда за секундой, будет праздником.

Моя работа направлена на медитацию, на религиозность. Я помогаю людям вначале прийти к пиковым переживаниям, чтобы в них родилось желание оставаться на пике. Но остаться на пике невозможно. Тогда перед тобой возникает другая задача: создать оргазмическое сознание. Пик — это переживание, оно приходит и уходит. Оргазмическое сознание — это трансформация твоего существа. Это новое рождение — воскресение. Пиковые переживания помогают многим больным людям. Я вижу свою задачу не в этом, но так происходит.

Хотелось бы знать, чем использование психотерапевтических техник в Твоей работе отличается от других методов психотерапии, таких, как психоанализ Фрейда, методы гуманистической психологии и работа в группах развития.

То, что я делаю, в корне отличается от всех других методов психотерапии. Основное отличие в том, что все эти методы ориентированы на больных людей, на тех, у кого есть психологические проблемы. Обычно терапевтические методы направлены на то, чтобы вернуть таких людей к нормальной жизни. Все эти терапевтические техники служат потребностям общества, которое сводит людей с ума, делает их шизофрениками. Затем оно возвращает их обратно к норме, к состоянию среднего ума, чтобы они могли функционировать в прежнем режиме, лишившем их возможности функционировать.

Все психотерапевтические школы — фрейдистская, юнгианская или адлеровская — действуют точно так же, как в прошлом действовали священники. Они —

священники новых, искушенных времен, но функция у них та же самая. Их действия направлены против революции, против перемен.

Почему общество постоянно производит больных? Ни одно животное не болеет так, как человек. Почему человеческое общество постоянно создает шизофреников? Почему так много изнасилований? Почему так много людей отягощены чувством вины, почему так много убийств и самоубийств? И даже если человек пытается жить нормально, глубоко внутри никто не нормален. Всех одолевают кошмары, страхи, жадность, неуверенность. Все эти психотерапевтические методы состоят на службе у общества, которое и сводит людей с ума.

Основное различие в том, что я пытаюсь помочь людям понять, что они не несут ответственности за свои психические расстройства. Они — жертвы. Моя цель состоит не в том, чтобы сделать их «нормальными» и помочь вернуться в церковь, в контору, к той же самой жене и в тот же самый мир. Нет, моя цель — дать человеку новую индивидуальность, бунтующий разум и точку зрения, позволяющую увидеть, что общество манипулирует им и эксплуатирует его — почти убивает.

Это — первый этап той терапии, которую я использую в моей работе. Я хочу, чтобы человек осознал, что больно общество, а он — только жертва.

И еще, мы помогаем человеку осознать: он стал жертвой потому, что более разумен, чем другие люди. Идиоты не сходят с ума, они на это не способны. Чтобы ум заболел, нужно, чтобы он в принципе был. Нормальные посредственные люди, которых считают психически здоровыми, на самом деле — умственно недоразвитые. Даже если они захотят сойти с ума, у них ничего не получится. Для безумия требуется определенный интеллект.

Не случайно так много великих писателей, поэтов, ученых, музыкантов — людей, которые достигли вы-

сочайшего интеллектуального пика в той или иной сфере, — сходят с ума. Многие из них совершают самоубийство. Странно... Мы создали воистину странный мир, где идиоты нормальны, а гении ненормальны, где идиоты не сходят с ума, а гении сходят и страдают от многочисленных душевных мук. А старые методы психотерапии пытаются вернуть их обратно, к состоянию нормального туповатого человека.

Естественно, эти люди в меньшинстве. Неудивительно, что они думают, будто с ними что-то не так. Иметь интеллект, живя среди миллионов недоразвитых собратьев, — небезопасно. Это тревожно, опасно. Когда большинство людей в интеллектуальном плане остаются на уровне тринадцатилетнего подростка — а именно таков средний умственный возраст масс, — более сильный интеллект создает тебе проблемы. Они — «общество», а ты — индивидуум. Беспомощный.

Моя задача — помочь людям осознать, что их болезнь важна. Они не должны смущаться, они должны радоваться, потому что у них есть интеллект — достаточно сильный интеллект, более сильный, чем у обычных нормальных людей. Именно отсюда их проблемы. Они не могут приспособиться к обществу, они везде чувствуют себя не на месте. Вот почему у людей возникает мысль, что с ними что-то не так. В действительности же все совсем наоборот. Они — нормальные люди, но они в абсолютном меньшинстве. А большинство глупо, но это большинство. Ваши так называемые психотерапевты просто служат тем, у кого власть и сила.

Моя задача — дать тебе уверенность в том, что твоя болезнь символична, что твой разум не дефективен и не нужно стесняться его. Фактически, ты должен быть благодарен мирозданию за то, что у тебя возникают вопросы, которые не встают перед обычными людьми. Ты создаешь в своей жизни проблемы, которых не создают обычные люди. И из-за того, что ты не похож на большинство, толпа провозгласила тебя безумным.

Фрейдисты, юнгианцы, последователи Адлера — все они признают, что ты безумен и нуждаешься в лечении. Их лечение сводится к тому, чтобы привести тебя к общему знаменателю с социумом. Я ставлю перед собой обратную задачу: вначале помочь тебе расслабиться в твоей ситуации, помочь тебе уяснить, что именно общество больно, а не ты и именно обществу нужны перемены и революции, а не тебе. Если ты не вписываешься в общество, то не потому, что ты безумен. Причина в том, что твой интеллект настолько высок, что ты не можешь вписаться в общество умственно отсталых.

Далее (и это даже еще более важно) моя терапия поможет тебе впервые обрести уверенность в себе, самоуважение, осознание того, что с тобой все в порядке, — но это только подготовительная работа. Основная работа начинается потом. Все вокруг заставляют тебя поверить, что с тобой что-то не так, — прежде всего тебе нужно отмахнуться от всей этой чепухи и вернуть себе самоуважение. А затем начинается настоящая медитативная работа.

Психотерапия — лишь подготовка почвы. Ее недостаточно. Ее цель — исправить то, что сделало с тобой общество. Как только это исправлено, как только с тебя снят груз, начинается настоящая работа: исследование своей собственной территории. Итак, в моей системе терапия представляет собой только подготовительную работу, которая дает тебе возможности и желание исследовать свою реальность.

Все эти психотерапевты, психоаналитики, психиатры — они не имеют ничего общего с медитацией. Они не готовы способствовать твоему росту. Фактически, они стремятся максимально обрезать твои ветви — твою высоту, твой рост, чтобы ты стал похож на остальных карликов. Принимая идеи масс, ты тем самым позволяешь им обрезать твой интеллект, уничтожить твою страсть задавать вопросы, подавить в тебе любое стремление идти глубже, чем обычные люди. Моя зада-

ча — вначале освободить тебя от груза, а затем дать тебе понимание и чувство, что это еще не конец. Просто не быть больным — мало. Тебе нужно стать психологически здоровым, целостным. И пока ты еще не пришел к самореализации, работа не закончена.

Психотерапия останавливается на этапе, когда ты снова становишься нормальным — тебя вернули назад, к норме. Я же в своей работе отношусь к твоей болезни с уважением, поскольку в ней отражено все общество. Ты стал жертвой общества, потому что был более уязвимым, более открытым, более доступным. Тебе наносили раны со всех сторон. Ты был более разумен и обладал достаточным интеллектом, чтобы не приобщаться к предрассудкам и идиотским идеологиям. И этим ты накликнул на себя проклятие.

Некогда религии отправляли тебя в ад. Теперь они устарели, и ад особо никого не волнует. Фактически, теперь никто в него не верит. Теперь тебя отправляют на кушетку к психоаналитику — на непрерывную пытку, которая длится годами. В действительности нет ни одного человека, который прошел бы психоанализ до конца. Ох и странная же у вас наука!

Проходит семь лет, девять лет, десять лет, а психоанализ все еще не закончен. Проблемы все еще есть. Возможно, ты стал относиться к ним снисходительнее, возможно, научился осознавать их и не демонстрировать в обществе — не вести себя так, чтобы люди считали тебя странным. Тебя научили приспособливаться... на это ушли годы и тысячи долларов — просто на то, чтобы научить тебя приспособливаться к идиотам!

Моя задача — вернуть тебе индивидуальность. Именно твоя индивидуальность восстала против социальных норм, именно твоя индивидуальность не захотела, чтобы ее разрушили. Моя функция — помочь тебе открыть свою целостную революционную индивидуальность, свою уникальность. Я здесь не для того, чтобы сделать тебя винтиком в огромной машине цивилизации и культуры, которую мы создавали на протяжении мил-

лионов лет. Закончилось тем, что мы превратили всю Землю в сумасшедший дом.

У Халиля Джебрана есть рассказ. Один из его друзей сошел с ума. Джебран не мог в это поверить, потому что этот человек был очень умным — неужели его действительно следовало поместить в сумасшедший дом? Джебран пошел его проведать. Ему было очень грустно за друга и жалко его. Он нашел друга сидящим под деревом на скамейке в саду сумасшедшего дома. Джебран подошел к нему и попытался как-то выразить свое сочувствие. Но его друг лишь засмеялся в ответ.

— Должно быть, ты и вправду сошел с ума, — сказал Джебран. — Я проявляю к тебе сочувствие, сострадание, дружеское участие, а ты лишь смеешься.

— Как же мне не смеяться, — ответил ему друг, — когда все эти безумцы вокруг пытаются доказать мне, что безумен я, но им это не удастся, хотя они и в большинстве. В действительности, я очень рад, что меня поместили сюда, потому что настоящий дурдом остался за стенами этого заведения. Здесь я могу свободно жить жизнью психически здорового человека. Никто мне не мешает.

— Не стоит мне сочувствовать, — продолжал он. — В действительности это я должен сочувствовать тебе. Какого черта ты там делаешь в этом огромном дурдоме? Почему бы тебе не перебраться сюда, ко мне?

Халиль Джебран был поражен. У него в уме засел вопрос: может быть, его друг прав?

Для меня тут нет никакого «может быть». Этот человек прав.

Таким образом, психотерапия, которую я использую в своей работе, представляет собой поиск твоей индивидуальности и уникальности. Затем, после того как ты освободишься от мысли, что ты болен, открывается

новое измерение. Ты можешь вырасти — стать более осознанным и в конечном счете просветленным. Я использую твою болезнь ради твоего высшего здоровья, целостности. Психотерапевты не знают об этой твоей целостности. Они вообще не соображают, что делают. Они просто служат политикам, религиозным авторитетам, истеблишменту, а не помогают тебе. Они — часть общественной системы.

Психотерапевты, работающие со мной, — не часть общественной системы. Они помогают тебе избавиться от навязанного тебе другими людьми представления, что с тобой что-то не так. Как только ты полностью освободишься от этого хлама, медитация станет для тебя простой и спонтанной. Ты отодвинешь гнилое общество и откроешься для мироздания. Как только ты пустишь корни и обретешь центр, медитировать станет очень легко. И медитация сможет привести тебя к наивысшему опыту жизни.

Нормальные люди никогда не придут к этому опыту. Им не хватает интеллекта даже на то, чтобы заболеть. Точно так же не может заболеть мертвец. Он всегда здоров. Нет никакой возможности лишить его здоровья. Даже если ты сделаешь ему ядовитый укол, он не болеет. Он останется совершенно здоровым.

Эта жизнь хрупка и уязвима для болезни и разрушения. Интеллект еще более хрупок. Если жизнь — дерево, то интеллект — цветок, он еще более хрупок. Более яркий, более живой, более выразительный, более поэтический — но и более хрупкий. А просветление — вершина хрупкости. Оно как аромат, ты даже не можешь его пощупать. Ты можешь ощутить его присутствие, можешь по запаху узнать о его существовании, но удержать в кулаке не можешь.

Таким образом, я использую психотерапию совсем иначе. Ее цель иная, подход иной. Другие психотерапевты уважают общество и порицают индивидуума. Я уважаю индивидуума и порицаю толпу, потому что у человеческой массы нет души. Это просто огромное

сборище почти мертвых особей, которые не знают, что такое жизнь, и никогда не узнают.

Для меня психотерапия — только подготовительная работа, а далее идет медитация. И как только к тебе придет глубочайшее приятие, ты сможешь расти.

Исследования показывают, что определенные состояния сознания, вызываемые медитацией, пробуждают особые колебания мозговых волн. Эти состояния ныне создаются при помощи электронной и звуковой стимуляции мозга, и их можно изучать через биологическую обратную связь.

Для традиционного медитативного состояния — когда ты сидишь в тишине (или, как минимум, спокойно осозная) — характерно преобладание альфа-волн. Более глубокая медитация характеризуется тета-волнами. Состояние, известное как ясное осознание, обусловлено альфа- и тета-волновой активностью мозга, характерной для глубокой медитации, плюс бета-волнами, характерными для обычного мыслительного процесса. Ясное осознание можно освоить при помощи биологической обратной связи, используя новейшее оборудование.

Являются ли эти виды мозговой активности и, соответственно, биологической обратной связи полезными инструментами для медитирующего? И как соотносится использование технических приспособлений с медитацией без использования каких-либо технических средств? Можно ли считать это примером соединения науки и медитации?

Это очень сложный вопрос. Тебе нужно понять одну из важнейших особенностей медитации — к ней не приводят никакие технологии. Когда речь идет о медитации, старые так называемые медитативные техники

и новые технологии, обеспечивающие биологическую обратную связь, ничем не отличаются друг от друга.

Медитация не является побочным продуктом какой бы то ни было техники. Медитация происходит за пределами ума. Ни одна техника не может выйти за пределы ума. Тем не менее в научных кругах неизбежно будут существовать значительные заблуждения, для которых есть определенные предпосылки. Эти предпосылки таковы: когда человек пребывает в состоянии медитации, его мозг испускает определенные волны. И такие же волны можно индуцировать извне, при помощи технических средств. Но эти волны не порождают медитацию — именно здесь корень заблуждения.

Наоборот, медитация порождает эти волны. Они — отражение того, что происходит в сознании.

Ты не можешь увидеть, что происходит внутри. Но сейчас существуют чувствительные инструменты... Мы можем выяснить, какие волны генерируются, когда человек спит, какие волны генерируются, когда человек видит сон, какие волны генерируются, когда он медитирует.

Однако, создав такие же волны, ты не создашь ситуацию, потому что они — лишь симптомы, индикаторы.

И это прекрасно, что они есть, — теперь ты можешь их изучать. Но помни, что к медитации нет сверхкраткого пути и никакое механическое приспособление тут не поможет. Фактически, медитация не требует никаких техник и технологий.

Медитация — это просто понимание. Вопрос не в том, чтобы сидеть тихо, и не в том, чтобы менять мантру. Вопрос в понимании тонких процессов ума. Когда ты их понимаешь, в тебе пробуждается великое осознание, которое не принадлежит уму. Это осознание пробуждается в твоём существе, в твоей душе, в твоём сознании.

Ум — лишь механизм, но, когда осознание пробуждается, оно обязательно создает вокруг себя опреде-

ленный энергетический узор. И этот энергетический узор становится заметен уму. Ведь ум — очень тонкий механизм.

Научное исследование ведется извне, поэтому самое большее, что ты можешь исследовать, — это ум. Видя, что всякий раз, когда человек безмолвен, безмятежен, спокоен, в его уме неизбежно возникает определенный волновой узор, научное мышление приходит к выводу: если мы сможем воссоздать этот же волновой узор в уме при помощи какой-то технологии биологической обратной связи, тогда внутренняя сущность человека вознесется к высотам осознания.

Так не получится. Это не вопрос причинно-следственной связи. Волны в уме — не причина медитации, совсем наоборот. Они — следствие. От следствия нельзя прийти к причине.

Вполне возможно, что при помощи биологической обратной связи ты сможешь создавать определенные узоры в уме, и они дадут человеку ощущение умиротворенности, тишины и безмятежности. И поскольку этот человек не знает, что такое медитация, и ему не с чем сравнивать, может случиться, что он по ошибке подумает, что он медитирует. Но нет. Ведь как только механизм биологической обратной связи перестанет работать, волны исчезнут, а вместе с ними тишина, и покой, и безмятежность. Ты можешь работать с научными инструментами сколько угодно лет, но это не изменит твой характер, не изменит твои нравственные ориентиры, не изменит твою индивидуальность. Ты останешься тем же, как прежде.

Медитация же трансформирует. Она поднимает тебя на высшие уровни сознания и изменяет весь твой образ жизни. Она превращает твои реакции в осознанные ответы, трансформируя тебя до такой степени, что просто не верится, как человек, который прежде реагировал на ту или иную ситуацию гневом, может теперь действовать с глубочайшим состраданием и любовью — в той же самой ситуации.

Медитация — это состояние бытия, к которому приходишь через понимание. Она требует интеллекта, а не техник. Ни одна техника не может дать тебе интеллект.

Иначе мы давно уже превратили бы всех идиотов в гениев. Все посредственные люди стали бы как Альберт Эйнштейн, как Бертран Рассел, как Жан-Поль Сартр. Нет никакого способа изменить твой интеллект снаружи — сделать его острее, пронизательнее, пробудить его к озарениям. Это просто вопрос понимания, и никто другой не может что-то понять за тебя — ни человек, ни машина.

На протяжении веков так называемые гуру обманывали людей. Теперь грядут времена, когда вместо живых гуру людей станут обманывать гуру-машины.

Гуру обманывали людей словами: «Я дам тебе мантру. Повторяй мантру». Понятно, при постоянном повторении мантры создается энергетическое поле с определенной длиной волны, но человек остается прежним, потому что все это поверхностно.

Точно так же, если ты бросишь камешек в тихое озеро, по всей его поверхности от края до края пробегутся волны — но они не затронут глубин озера. Глубины не осознают, что происходит на поверхности.

К тому же то, что ты видишь на поверхности, — иллюзорно. Ты думаешь, что волны движутся, но это не так. Ничто не движется.

Когда ты бросаешь камешек в озеро, волны никуда не бегут. Ты можешь проверить это, пустив цветок плавать по поверхности озера. Ты удивишься: цветок останется на одном месте. Если бы волны бежали к берегу, они унесли бы цветок. А цветок остается на месте. Волны не движутся вперед, вода просто колышется вверх и вниз на одном месте, создавая иллюзию поступательного движения. Глубины озера ничего об этом не знают. И, создав эти волны, ты никак не повлияешь на характер озера, на его красоту.

Ум находится между тобой и миром. Что бы ни происходило в мире, это влияет на ум и с помощью ума ты

можешь понять, что происходит снаружи. Например, ты смотришь на меня — ты не *видишь* меня в буквальном смысле, это просто твой ум, подвергаясь воздействию различных лучей, создает такую картинку. Ты находишься внутри — и изнутри наблюдаешь картинку. Ты не видишь меня, не можешь видеть. Ум служит посредником. Когда он подвергается воздействию извне, внутреннее сознание считывает информацию о том, что происходит снаружи. То же самое пытаются воспроизвести ученые: они исследуют медитирующих и считывают длины их волн, энергетические поля, порождаемые медитацией. И научный подход предполагает, что если эти энергетические структуры возникают тогда, когда человек медитирует, значит, у нас есть ключ: если нам удастся воспроизвести их в уме, тогда внутри нас возникнет медитация.

Вот здесь-то и таится ошибка.

Ты можешь создать в уме структуры, и человек, ничего не знающий о медитации, ощутит тишину и безмятежность — на минутку, только на то время, пока генерируются эти волны. Но ты не можешь обмануть человека, практикующего медитацию, потому что он увидит, каковы эти возникающие в уме структуры...

Ум — низшая реальность, а низшая реальность не может изменять высшую. Ум — слуга, он не может изменить хозяина.

Но ты можешь экспериментировать. Просто осознавай, что независимо от того, подключен ли к тебе прибор биологической обратной связи или ты поешь «ОМ», — это не имеет значения. И то и другое только создает спокойствие ума, которое еще не медитация.

Медитация — это полет за пределы ума. Она не имеет ничего общего со спокойствием ума.

Американский философ Джошуа Либман написал известную книгу «Спокойствие ума». Много лет назад, наткнувшись на нее, я написал Либману письмо: «Если вы честный и искренний человек, вам нужно отозвать книгу из магазинов, потому что такого явления, как

спокойствие ума, не существует. Ум — это проблема. Спокойствие есть только тогда, когда ума нет, — каким же образом может существовать спокойствие ума? Спокойствие ума — обман, это означает, что шум утих до такого уровня, что вы считаете его тишиной. И вам не с чем сравнивать».

Человека, знающего, что такое медитация, невозможно обмануть никакими техниками, потому что ни одна техника не даст тебе понимание протекающих в уме процессов. Например, ты чувствуешь злость, ревность, ненависть или вожделение. Существует ли техника, которая поможет тебе избавиться от злости? От ревности? От ненависти? От вожделения? Но ведь если все это в тебе сохранится, твой образ жизни останется прежним.

Есть лишь один путь — другого никогда не существовало. Есть один-единственный путь к пониманию того, что злиться глупо, — наблюдать за гневом во всех его фазах, бдительно следя за тем, чтобы он не захватил твоё сознание; пристально разглядывать каждый шаг гнева. Ты удивишься: по мере того, как растёт твоё осознание путей гнева, сам гнев испаряется. И когда гнев исчезает, наступает безмятежность. Когда исчезает ненависть, появляется любовь. Когда исчезают ревность и зависть, в тебе пробуждается глубокое дружелюбие ко всем. Попробуй понять...

Но все религии разлагают твой ум, потому что они не учат тебя наблюдать, не учат понимать. Вместо этого они предлагают тебе готовый вывод: злиться — плохо. Однако в тот момент, когда ты осуждаешь, ты не можешь осознавать. Осознание требует состояния несуждения. А все религии учат судить: это хорошо, а это плохо, это грех, а это добродетель — человеческому уму скармливают эту чушь на протяжении столетий. Это касается всего — как только ты видишь что-то, в тебе немедленно возникает суждение о предмете. Ты не можешь просто видеть, не можешь быть просто молчаливым зеркалом.

Понимание возникает тогда, когда становишься зеркалом всего того, что происходит в уме.

Есть красивая история — не просто история, а исторический факт.

Один из учеников Гаутамы Будды собрался в путешествие — распространять учение мастера. Он пришел к Будде, чтобы получить благословение и спросить, есть ли какое-то последнее послание, последние слова, которые тот должен сказать ему.

Гаутама Будда сказал:

— Помни одно: когда идешь, пусть твой взгляд будет всегда сосредоточен в четырех футах перед тобой, смотри только на четыре фута вперед.

С тех пор в течение двадцати пяти столетий буддистские монахи так и ходят. В частности, это помогает им не видеть женщин. Ученики Будды были монахами. Они дали обет безбрачия.

Ананда, другой ученик Гаутамы Будды, не мог понять, зачем это нужно, почему монах должен всегда направлять свой взгляд на четыре фута перед собой. Он поинтересовался:

— В чем смысл? Объясни мне.

— Так он не сможет смотреть на женщин, — ответил Будда. — Хотя бы на их лица. Разве что он сможет видеть их стопы.

— Но ведь может возникнуть ситуация, когда женщина в опасности, — заметил Ананда. — Например, упала в колодец и зовет на помощь. Что тогда делать ученику? Он увидит ее лицо, ее тело.

— В особых ситуациях позволено смотреть на женщину, — ответил Будда, — но это не правило, а исключение.

— А можно ли к ней прикасаться? — не унимался Ананда. — Ведь может быть ситуация, когда женщина вдруг упадет. Что должен делать твой ученик? Помогать ей или нет? Или старушка хочет перейти дорогу — что делать твоему ученику?

— В качестве исключения — но помни, что это не правило, — он может прикоснуться к женщине при одном условии, а если он не может выполнить это условие, тогда никаких исключений быть не должно. Условие состоит в том, что он должен оставаться только зеркалом и не выносить никаких суждений, не формировать никакого отношения. «Красивая женщина» — это суждение. «Она прекрасна» — это суждение. Он должен оставаться зеркалом и тогда может сделать исключение. В противном случае пусть женщина остается в колодце — ее вытащит кто-то другой. А ты спасай себя!

Будда имел в виду вот что: в любой ситуации, в которой в уме пробуждается желание, или жадность, или вожделение, или тщеславие, или собственнический инстинкт, человек, практикующий медитацию, должен быть только зеркалом. Что это означает? Быть зеркалом означает просто осознавать.

В состоянии чистого осознания ум не может утащить тебя в грязь, в трясину. Испытывающий гнев, ненависть, ревность ум абсолютно бессилен перед лицом осознания. А поскольку ум абсолютно бессилён, все твоё существо погружается в глубочайшую тишину — в безмятежность, являющуюся проводником для понимания.

Естественно, эта безмятежность — эта тишина, радость, блаженство — повлияет на ум. Создаст рябь на поверхности ума, изменит длину его волн. Какой-нибудь ученый регистрирует эти волны, волновые узоры и подумает: «Если удастся создать в человеке такие же волновые узоры при помощи технических средств, мы сможем воссоздать глубокий опыт Гаутамы Будды». Не будь таким идиотом!

Вполне возможно, что твои технические приспособления — очень хорошая и полезная штука. Они не причинят никому вреда и помогут человеку ощутить безмятежность и тишину — пусть даже совсем поверх-

ностно, но и это хоть что-то значит для людей, которые ничего не знают о безмятежности.

Для жаждущего даже мутная вода не кажется мутной.

Для жаждущего даже мутная вода — великое благословение.

Так что можешь начинать свои эксперименты — благословляю тебя, но помни, что ты даешь людям не медитацию. Ты и сам не знаешь, что такое медитация. Ты можешь помочь им отдохнуть, помочь расслабиться — и в этом нет ничего плохого.

Но если ты внушишь им мысль, что это и есть медитация, тогда от твоей деятельности будет несомненный вред — потому что люди остановятся на техническом стимулировании, останутся с поверхностной тишиной и будут думать, будто это — все, что они могут обрести.

Ты можешь принести людям пользу. Скажи им: «Это всего лишь механический способ привести твой мозг в состояние покоя, однако покой ума — не истинный покой. Истинный покой — когда ум отсутствует. А этого невозможно добиться извне, только изнутри. И внутри у тебя есть интеллект и понимание, позволяющие совершить такое чудо».

Это хорошо для людей, которым не удастся расслабиться, которые не могут и на несколько секунд обрести безмятежность, ум которых занимается непрестанной болтовней, — твоё техническое приспособление полезно, твои механизмы для биологической обратной связи полезны. Но совершенно ясно говори человеку, что это — не медитация, а лишь механическое приспособление, помогающее расслабиться и обрести поверхностный опыт тишины. Если тишина пробудит в ком-то желание найти подлинный внутренний источник безмятежности, значит, твои механические приспособления сослужили хорошую службу и ты как специалист стал не помехой, а мостом. Стань мостом.

Помоги людям ощутить вкус, насколько это возможно при помощи машин, но не внушай им ложную веру, будто это и есть медитация. Говори им: «Это лишь отдаленное эхо реальности. Если ты стремишься к реальности, тогда тебе нужно пройти через внутренний поиск, глубоко понять свой ум, осознать все коварные уловки ума, чтобы научиться отодвигать его в сторону. Тогда ум больше не будет отгораживать тебя от мироздания, и откроются двери».

Медитация — наивысший опыт блаженства. Ее нельзя создать при помощи наркотиков, ее нельзя создать при помощи машин, ее нельзя создать извне.

Забудь о просветлении

Просветление — побочный продукт понимания того, что жить в прошлом глупо, потому что это всего лишь воспоминание. Но миллионы людей транжирят свое время на воспоминания. Миллионы других живут в будущем. Ты не можешь жить в будущем — это строительство воздушных замков.

Понять, что ни прошлого, ни будущего не существует... Все, что у тебя есть, — это очень короткий момент, текущий момент. Тебе не нужно соединять друг с другом даже два момента. Когда один момент проходит, у тебя уже есть другой. У тебя всегда есть один момент, и он так мал, так мимолетен, что если ты думаешь о прошлом или будущем, то упускаешь его. А он — единственная жизнь и единственная реальность, которая у тебя есть.

Когда ты поймешь этот процесс, тебе кое-что станет ясно. Тебе станет ясно, почему ум избегает настоящего, которое реально, и пытается переместиться в прошлое или будущее, которые не реальны. Когда пытаешься в этом разобраться, выясняешь вот что: в настоящем моменте ума не существует.

Ум — это просто собрание воспоминаний о прошлом и сконструированных на основании этих воспоминаний воображаемых картин будущего.

Уму не знакомы три времени. Он знает лишь два: прошлое и будущее. Настоящее не существует для ума. Существующее для ума не существует; а несуществующее — существует. Поэтому основные наши усилия направлены на то, чтобы выйти за пределы ума, выйти за пределы несуществующего и встать посередине — там, где настоящее.

Как пребывать в настоящем? В этом весь секрет медитации. Когда ты пребываешь в настоящем, просветление становится просто побочным продуктом. Не поручай это уму — он немедленно превратит это в цель. Ум не умеет ничего другого. Он не может поместить *это* в прошлое, потому что в прошлом ты никогда ничего такого не переживал, так что прошлое закрыто. И он попытается поместить *это* в будущее, что как будто естественно, ведь тебе только предстоит *это* испытать. Но *это* всегда происходит только в настоящем.

Так что забудь о просветлении. Оно — побочный продукт, тут уж ничего не поделаешь. В этом прелесть побочных продуктов: тебе нужно делать что-то другое, и тогда возникает побочный продукт. Тебе нужно научиться все больше и больше пребывать в текущем моменте. Иными словами, тебе нужно все больше учиться пребывать в состоянии не-ума.

Есть причина, почему мистики называют медитацию «не-умом». Если называть это явление медитацией, ум опять сделает из него цель. Тогда тебе нужно будет стремиться к медитации. И нет никакой разницы, состоит ли цель в просветлении или в медитации, — цель остается, будущее остается, и это разрушает настоящее.

Мистики, которые первыми заменили медитацию на не-ум, совершили огромный прорыв. Не-ум нельзя превратить в цель, ум не может поставить себе такое в качестве цели. Это просто абсурдно — как ум может по-

ставить себе целью не-ум? Он скажет, что такое просто невозможно; ум — это все, никакого не-ума нет.

Такова стратегия: не позволить тебе поставить цель. И ее поняли очень немногие люди: мы называем это не-умом именно для того, чтобы лишить ум цели.

Так что все больше и больше входи в состояние не-ума. Просто устраняй воспоминания, устраняй игру воображения, очищая и проясняя текущий момент. И когда это состояние углубится, когда усилится твоя способность пребывать в не-уме, просветление придет само собой.

Просветление — это просто признание твоего существа, признание его вечности, признание того, что смерти не было прежде и она не наступит, смерть — это фикция. Увидеть свое существо в его предельной обнаженности, в его абсолютной красоте, в его величии, в его безмолвии, в его блаженстве, в его экстазе — все это подразумевается под словом «просветление».

Стоит тебе отведать этого нектара, и ум ослабит свою хватку. Потому что ты находишь нечто настолько высококачественное, настолько удовлетворяющее, дающее столько полноты, что ум чувствует: он исчерпал себя. Он выглядит уродливым и принес тебе только страдания, волнения, тревоги. Что он дал тебе? Его хватка ослабляется, он прячется в тень и постепенно совсем исчезает.

Ты продолжаешь жить, но теперь живешь от момента к моменту, а то, что ты получил в качестве побочного продукта маленького проблеска не-ума, продолжает расти. И этому росту нет конца.

У просветления есть начало, но оно никогда не заканчивается.

Никто не говорил этого прежде. Говорили, что просветление — это совершенство, а совершенство означает невозможность роста. Оно происходит однажды, и тогда любой рост, любая эволюция завершены. Но на основании собственного опыта я могу авторитетно заявить, что никакое состояние, в котором ты застрял

надолго, не может быть экстатичным, не может быть исполнено блаженства. Ты начнешь принимать его за нечто само собой разумеющееся.

Оно было экстатичным, потому что прежде ты жил в агонии и по сравнению с былой агонией это был экстаз. Твоя жизнь была полна боли, ты был изранен, — и на этом фоне новые переживания дарили тебе удовлетворение, чувство завершенности. Но потом, день за днем, месяц за месяцем, год за годом, жизнь за жизнью ты забывал об агонии, забывал вкус боли. И в результате этого забвения твое просветление кажется чем-то обыденным, чем-то само собой разумеющимся, постылым и мертвым. Экстаз тот же самый, но ты уже не переживаешь его так, как прежде. Это полная остановка — а жизнь не знает полных остановок.

Но почему все мистики настаивали на том, что это состояние совершенно? Потому что они боялись. На уровне логики они не могли встретиться лицом к лицу с философами, с критиками... поскольку если сказать, что это состояние несовершенно, значит, после него должно произойти что-то еще. Ты не достиг цели — чего-то еще не хватает. Поэтому твое достижение не полно. Если оно не совершенно, значит, не полно.

Чтобы никто не назвал это состояние неполным, они утверждали, что оно совершенно. Но они забыли, что однажды кто-то может поставить совершенство под вопрос. Пока еще никто этого не делал, а я делаю, — совершенство обречено быть мертвым, оно не может быть живым, потому что ничего не происходит. Оно одно и то же — и завтра, и послезавтра, и вечно.

Тебе наскучит твой экстаз, твое удовлетворение — а пути назад нет. Ты не сможешь снова найти агонию, снова найти страдания, потому что они уже отпали от твоего существа. Обратного пути нет, и в будущем, сколько видит глаз, все остается неизменным.

Я отрицаю совершенство. Просветление кажется совершенным, поскольку нет ощущения, что чего-то недостает в каждый миг. Все, о чем ты мечтал, все, что

ты мог себе вообразить, не идет ни в какое сравнение с этим. Просветление представляется абсолютным, совершенным, непревзойденным; но это заблуждение. Оно будет расти безбрежно. К нему будут прибавляться все новые качества, и каждый раз ты будешь им изумляться.

Итак, я хочу, чтобы мои люди отчетливо понимали: просветление — это только начало, начало колоссальной эволюции, не имеющей пределов. Лишь тогда вы сможете продолжать петь и танцевать. И каждый момент будет для вас захватывающим, потому что никто не знает, что принесет следующий момент — новые озарения, новые видения, новый опыт.

Здесь нет никаких границ. Никогда не наступит момент, когда ты сможешь сказать, что путешествие закончилось. Путешествие только начинается, оно никогда не оканчивается.

Другие мистики не говорили об этом, потому что боялись: если сказать людям, что путешествие только начинается и никогда не заканчивается, они так и не начнут его. Какой смысл в путешествии, имеющем только начало, но не конец? Лучше заняться чем-то другим. Зачем тратить свою жизнь на путешествие, которое не приведет тебя к тому месту, где ты можешь сказать: «Я пришел»?

Но я хочу быть абсолютно честным по поводу просветления. И я хочу, чтобы его бесконечность возбудила. В этом не недостаток, в этом достоинство — в том, что все непрерывно расширяется, все растет, все тянется ввысь... И тем не менее впереди остается бесконечное небо, впереди остается бесконечная Вселенная.

И если Вселенная бесконечна, что непостижимо для ума... ты не можешь постичь Вселенную как бесконечность. Ум не может постичь бесконечность по той простой причине, что он функционирует посредством логики. Он говорит: «Пусть далеко, но где-то же она должна закончиться. Как она может все тянуться и тянуться? Возможно, мы никогда не дойдем до конца,

возможно, никогда не найдем границу Вселенной, — это возможно, потому что мы сами ограничены, — но отсюда еще не следует, что Вселенная безгранична».

Логика не может этого постичь, мышление не может найти этому никакого обоснования. И если ты начинаешь думать, то не можешь поверить в такое. Ты можешь переносить границу сколь угодно далеко, но граница остается.

Однако в действительности границы быть не может, потому что граница всегда подразумевает две вещи: что-то с этой стороны и что-то с той. Невозможно провести границу, имеющую лишь одну сторону. Во-круг твоего дома есть забор, потому что существует дом соседа. Но твой забор — это не конец, а просто начало другого двора.

Поэтому, если порой логика заставляет тебя заключить, что должна быть граница, нужно спросить: а что за границей? Что-то там должно быть. Пусть даже ничего, это «ничего» все равно остается частью Вселенной. Зачем ты проводишь границу? Ведь эта пустота — тоже Вселенная.

Стоит понять, что любая граница требует двух вещей — того, что на ней заканчивается, и того, что за ней начинается, — и в тебе зарождается идея, что конечная Вселенная невозможна. Возможна только бесконечная Вселенная.

И для бесконечной Вселенной нужна бесконечность роста, потому что, если ты достигаешь точки, где думаешь, что обрел совершенство, ты уже больше не в ладу со Вселенной.

Та же логика применима к эволюции. Здесь, опять-таки, все тот же вопрос о границах — эволюция должна продолжаться бесконечно. В мироздании нельзя провести границы. Границы не реальны.

Один из моих преподавателей в университете, доктор С. С. Рой, написал докторскую диссертацию по работам Брэдли и Шанкары — оба сторонники философии абсолюта, оба верят в совершенство. И он защитил

свою диссертацию успешно — получил степень доктора философии.

Я ему сказал:

— Возможно, вы теперь и доктор философии, но, если бы я присутствовал на вашей защите, вы бы никогда не получили докторскую степень, потому что Шанкара и Брэдли утверждают — и вы в своем сравнительном исследовании показываете, что в сущности они говорят одно и то же, — что у совершенства есть границы. Вы рассказываете об этом с таким пылом, что, кажется, и сами в это верите.

— Да, — ответил он, — я изучал труды Шанкары и Брэдли всю мою жизнь, и они оба оказали на меня колоссальное влияние. Они величайшие философы в мире.

— Они просто дети, — возразил я, — потому что верят, будто у совершенства есть границы. Следовательно, никакой рост невозможен. Совершенство — это смерть, а жизнь — это рост.

Затем я спросил у него напрямик:

— Что бы вы предпочли: быть совершенным и мертвым — или несовершенным и живым? Таков выбор.

— Никогда не думал об этом, — сказал он. — О том, что совершенство — это смерть, а несовершенство — рост. Но когда вы вот так говорите, кажется, что все верно.

— А вы задумайтесь: как долго существует мироздание? Оно еще не достигло совершенства. Рост не прекратился, эволюция не прекратилась, хотя мироздание существует уже целую вечность. Какие же у нас основания полагать, что завтра оно обретет совершенство?

— Целая вечность в прошлом не привела его к совершенству. Почему мы можем думать, что до совершенства остался всего один день, или несколько дней, или несколько лет? — продолжал я. — Мы всегда посередине. Мы никогда не узнаем начала, потому что его никогда не было, и никогда не узнаем конца, потому что его не будет.

Мы всегда находимся посередине — растем. Это вечный рост во всех измерениях.

То же самое касается и просветления.

Каким образом наблюдение приводит к не-уму? Мне все больше и больше удается наблюдать свое тело, мысли и чувства — и это прекрасно. Но моменты, когда нет мыслей, немногочисленны и редки. Когда Ты говоришь: «Медитация — это свидетельство», — мне кажется, я понимаю. Но когда Ты рассказываешь о не-уме, все кажется совсем не таким простым. Не объяснишь ли?

Медитация означает очень долгое паломничество. Когда я говорю, что медитация — это свидетельство, речь идет только о самом начале медитации. А когда я говорю, что медитация — это не-ум, речь идет о завершении паломничества. Свидетельствование — начало, а не-ум — исполнение. Свидетельствование — это метод достижения не-ума. Естественно, ты чувствуешь, что свидетельствовать проще. Это ближе к тебе.

Но свидетельствование — это как посадка семян — потом нужно еще долго ждать. Не просто ждать, но верить, что семя прорастет, превратится в куст и однажды весной на кусте расцветут цветы. Не-ум — последняя фаза цветения.

Конечно, посеять семена очень просто — достаточно иметь руки. Но цветение — за пределами твоих возможностей. Ты можешь подготовить почву, но цветы расцветут сами по себе — ты не можешь их принудить к этому. Весна вне твоей власти, но если ты безусловно все подготовил, весна придет, это гарантировано.

Ты движешься правильным путем: свидетельствование — верная тропа, и время от времени ты переживаешь моменты без мыслей. Это проблески не-ума... но очень краткие проблески.

Помни один фундаментальный закон: то, что существует одно мгновение, может стать вечным. Тебе никогда не бывают даны два мгновения одновременно, но всегда лишь по одному мгновению. И если ты можешь трансформировать мгновение в состояние безмыслия, это означает, что тебе открылся секрет. Тогда нет никаких препятствий, никаких причин, почему ты не можешь изменить и второй момент, который тоже непременно придет и будет обладать тем же самым потенциалом, теми же самыми качествами.

Если ты знаешь секрет, значит, у тебя есть отмычка, способная открыть любой миг, распахнув его в отблеск не-ума. Не-ум — финальная стадия, когда ум исчезает навсегда и безмыслие становится твоей внутренней реальностью. Если эти немногочисленные проблески уже есть, значит, ты на верном пути и используешь правильный метод.

Но не будь нетерпелив. Бытие требует огромного терпения. Высшие тайны открываются лишь тому, кто обладает огромным терпением.

Вспомнилось...

В Древнем Тибете существовал обычай: каждая семья почитала за честь внести свой вклад в великий эксперимент по расширению сознания. И первого ребенка в каждой семье отдавали в монастырь, учиться медитации. Возможно, ни одна другая страна не проводила такого масштабного эксперимента в сфере сознания.

Разгром Тибета китайскими коммунистами — одно из величайших бедствий в истории человечества. Тут дело не просто в маленькой стране — дело в великом эксперименте, который проводился в Тибете в течение многих веков.

Первого ребенка отдавали в монастырь в раннем детстве — в возрасте пяти или шести лет от роду. Тибетцы знали, что дети обучаются свидетельствованию легче, чем взрослые. Ребенок же невинен, и грифельная доска его ума еще пуста, научить его пустоте очень легко. Взрослые же совершенно испорчены.

Но вхождение ребенка в монастырскую жизнь происходило очень непросто, особенно когда он был совсем маленький. Мне вспоминается один случай... Я расскажу только об одном случае, хотя их были сотни, это неизбежно.

Ребенок шести лет покидает дом. Его мать плачет, потому что жизнь в монастыре для такого малыша будет очень трудна. Отец говорит ребенку: «Не оглядывайся. Это вопрос чести для нашей семьи. За всю историю нашей семьи ни один ребенок не оглядывался назад. Каким бы испытаниям тебя ни подвергали при приеме в монастырь — пусть даже в опасности окажется твоя жизнь, — не оглядывайся. Забудь обо мне, о маме и ее слезах.

Мы с большой радостью посылаем тебя туда ради величайшего эксперимента по работе с человеческим сознанием, хотя расставаться трудно. Но мы знаем, что ты пройдешь через все эти испытания; ты ведь нашей крови и, конечно, не посрамишь семью».

Малыш едет на коне, в сопровождении слуги. Перед поворотом дороги в нем пробуждается сильнейшее желание бросить взгляд на родительский дом, на сад. Там, должно быть, стоит папа, мама плачет... Но он помнит слова отца: «Не оглядывайся».

И он не оглядывается. Со слезами на глазах он проезжает поворот. Теперь он уже просто не может, оглянувшись, увидеть дом, и никто не знает, как долго он не увидит отца, мать и всю свою родню, — возможно, многие и многие годы.

Они приезжают в монастырь. У ворот его встречает настоятель, церемонно приветствует, как взрослого, — кланяется ему, и мальчик кланяется в ответ.

Настоятель говорит:

— Вот твое первое испытание — ты должен сидеть у дверей монастыря с закрытыми глазами без движения до тех пор, пока тебя не позовут внутрь.

Ребенок садится у ворот с закрытыми глазами. Проходят часы... а ему не позволено даже пошевелиться.

Мухи садятся на его лицо, но он не может отогнать их. Это вопрос чести — ведь настоятель отнесся к нему как к взрослому. Он уже думает не как ребенок; если к нему проявляют такое уважение, значит, он просто обязан исполнить желание семьи, обязан оправдать ожидания настоятеля.

Проходит день, и монахи монастыря уже сочувствуют мальчику. Голодный, томимый жаждой... он просто сидит и ждет. Они начинают понимать, что, хотя ребенок и мал, в нем есть большая внутренняя сила и решимость.

Наконец, когда солнце склоняется к горизонту — прошел целый день, — настоятель подходит к воротам и забирает мальчика в монастырь. Он говорит:

— Ты прошел первое испытание, но впереди еще много вершин. Я уважаю твоё терпение — это редкость для такого малыша. Ты сохранил неподвижность, не открыл глаза. Ты не утратил присутствие духа и верил, что, когда придет время, тебя позовут внутрь.

А потом — годы тренировок, годы свидетельства. Ребенку позволят снова увидеть родителей, возможно, лет через десять или через двадцать. Критерий такой: ему не позволят увидеть родителей, увидеть семью, пока он не обретет не-ум. Лишь достигнув состояния не-ума, он может снова вернуться в мир. Тогда это уже не будет для него проблемой.

Когда человек оказывается в состоянии не-ума, ничто не может отвлечь его от своего существа. Нет большей силы, чем сила не-ума. Такому человеку невозможно причинить вред. Никаких привязанностей, никакой жадности, никакой ревности, никакого гнева — ничто из всего этого не может подняться в нем. Не-ум — абсолютно чистое небо, без единого облачка.

Ты спрашиваешь: «Как наблюдение приводит к не-уму?»

Есть фундаментальный закон: у мыслей нет собственной жизни. Они — паразиты; они живут за счет того, что ты отождествляешь себя с ними. Когда ты говоришь:

«Я зол», — ты впрыскиваешь свою жизненную энергию в гнев, потому что отождествляешь себя с гневом.

Но если ты говоришь: «Я наблюдаю за гневом, мелькающим на экране ума внутри меня», ты уже не наполняешь гнев жизнью, соком, энергией. И ты видишь: из-за того, что ты не отождествляешься с гневом, он абсолютно бессилён, он не влияет на тебя, не изменяет тебя, не воздействует на тебя. Он абсолютно пуст и мертв. Он пройдет, оставив небо чистым, а экран ума — пустым.

Постепенно, постепенно ты начинаешь выходить за пределы своих мыслей. В этом — весь процесс свидетельства и наблюдения. Георгий Гурджиев называл это не-отождествлением — ты больше не отождествляешь себя с мыслями. Ты просто стоишь в стороне и в отдалении — как будто бы эти мысли принадлежат кому-то другому. Тырываешь свою связь с ними. Лишь тогда ты можешь их наблюдать.

Наблюдение требует некоторой дистанции. Если ты отождествляешь себя с мыслями, никакой дистанции нет — они слишком близко. Это все равно что поднести зеркало слишком близко к глазам — ты не видишь своего лица. Требуется некоторое расстояние, лишь тогда ты сможешь видеть свое лицо в зеркале.

Если мысли слишком близко, ты не можешь наблюдать их. Ты впечатлен и окрашен собственными мыслями: гнев заставляет тебя злиться, жадность заставляет жадничать, похоть заставляет воделеть — потому что между вами нет никакой дистанции. Они слишком близко, и ты вынужден думать, что ты и твои мысли — одно.

Наблюдение разрушает это единство и создает разделение. Чем больше ты наблюдаешь, тем больше расстояние. И чем больше расстояние, тем меньше энергии забирают у тебя мысли. У них нет других источников энергии. Вскоре они начнут умирать, исчезать. В моменты их исчезновения ты обретишь первые проблески не-ума.

Именно это происходит сейчас с тобой. Ты говоришь: «Мне все больше и больше удается наблюдать свое тело, мысли и чувства — и это прекрасно». Это только начало. Даже начало прекрасно — достаточно просто оказаться на верном пути, не делая ни шага, и ты испытываешь колоссальную радость без всякой на то причины.

А когда ты начинаешь идти верным путем, твое блаженство, твой прекрасный опыт, становится все более и более глубоким, все более и более широким, приобретает новые нюансы, новые оттенки, новые ароматы.

Ты говоришь: «Но моменты, когда нет мыслей, немногочисленны и редки». Это уже большое достижение, потому что у многих нет ни единого проблеска. У их мыслей постоянно час пик — мысль за мыслью, бампер к бамперу, бесконечной чередой, во сне и наяву. То, что вы называете сновидениями, — не что иное, как мысли в форме картинок... потому что бессознательный ум не знает письменного языка. Не существует школ или институтов, где преподавали бы письменный язык бессознательного.

Бессознательное очень примитивно, оно в точности как маленький ребенок. Листал ли ты книги для малышей? Если хочешь научить чему-то ребенка, нужно нарисовать ему большую картинку. Именно поэтому в детских книгах много цветных картинок и совсем мало текста. Ребенка больше интересуют картинки. Он примитивен, он понимает лишь язык картинок.

Ты понемногу добиваешься, чтобы картинки ассоциировались у него со словами, — видя манго, он знает: «Это манго». И он знает, что изображению манго соответствует определенное слово, называющее его. Ребенка интересует именно манго, но постепенно он начинает ассоциировать с этим фруктом и слово «манго». По мере того как малыш растет, картинок становится все меньше, а языка — все больше. К тому моменту, когда он поступает в университет, картинки совсем исчезают из книги, остается только язык.

Между прочим, в связи с этим фактом, отмечу: телевидение возвращает человечество в примитивное состояние — потому что люди опять смотрят на картинки. Это сулит опасности в будущем — уже очевидно, что люди перестали читать великую литературу. Кто станет напрягать себя чтением, если всегда можно посмотреть фильм по телевизору? Это — очень опасное явление, потому что есть вещи, которые невозможно изобразить в картинках. Великие произведения литературы можно отобразить в картинках лишь отчасти. Опасность в том, что люди начнут забывать язык — его красоту, его магию — и деградируют до состояния дикарей, уткнувшихся в телеэкраны.

Сегодня средний американец смотрит телевизор шесть часов в день. Это разрушит нечто, чего мы достигли с таким трудом. Человек, который смотрит телевизор по семь с половиной часов в день... не стоит ожидать, что он будет читать Шекспира, Калидасу, Рабиндраната Тагора, Германа Гессе, Мартина Бубера или Жан-Поля Сартра. Чем более великим является литературное произведение, тем меньше возможностей перевести его в картинки.

Картинки — цветные, возбуждающие, простые, но они не сравнятся с языком. Будущее нужно защищать от многих вещей. Компьютеры могут разрушить память людей... в ней отпадет потребность — ты сможешь просто носить в кармане маленький компьютер, размером с сигаретную пачку, и в нем будет все, что тебе нужно знать. И тогда тебе незачем иметь собственную память — достаточно нажать одну-единственную кнопку и компьютер выдаст тебе любую необходимую информацию.

Компьютер может разрушить всю систему памяти человечества, которая с таким трудом формировалась в течение веков. Телевидение может отнять у нас всю великую литературу и возможность того, что в мире снова рождаются такие люди, как Шелли или Байрон. Это — великие изобретения, но никто не рассматривал последствия. Они приведут человечество к деградации.

Испытываемые тобой чувства — явный показатель того, что ты на верном пути. У искателя всегда возникает вопрос, в правильном ли направлении он движется. Нет никакой уверенности, никакой страховки, никакой гарантии. Перед тобой открыты все направления — как же выбрать верное?

Существуют способы и критерии выбора. Если избранный путь, избранная методология доставляет тебе радость, усиливает чувствительность, способность к наблюдению и дарит переживание величайшего благополучия — это единственный критерий того, что ты идешь верным путем. Если же ты становишься более несчастным, гневливым, эгоистичным, жадным, похотливым, значит, ты идешь по ложному пути.

На верном пути твое блаженство будет возрастать с каждым днем, и твои дивные переживания будут становиться изумительно психоделическими, цветными — цвета, которых ты никогда не видел в мире, запахи, которых ты не ощущал в мире. И тогда ты сможешь продолжать свой путь без страха, что что-то пойдет не так.

Такие внутренние переживания помогут тебе всегда оставаться на верном пути. Просто помни: если они усиливаются, это свидетельствует о том, что ты движешься. Сейчас у тебя было всего несколько моментов безмыслия... Этого нелегко достичь, это огромное достижение, потому что у многих людей за всю жизнь не было ни единого момента, когда их не одолевали бы мысли.

Проблески будут расти.

По мере того как ты будешь становиться все сосредоточеннее, все бдительнее, эти проблески будут становиться все больше. И недалек тот день... если ты будешь двигаться, не оглядываясь и не сбиваясь с пути... если ты будешь идти прямо, то недалек тот день, когда ты впервые обнаружишь, что проблески стали очень большими: они длятся часами, и за все это время у тебя не появляется ни одной мысли. Теперь твой опыт не-ума значительно расширился.

Высшее достижение — когда все двадцать четыре часа в сутки ты пребываешь в не-уме.

Речь не о том, что ты не можешь использовать ум. Это — заблуждение, распространяемое теми, кто ничего не знает о не-уме. Наличие не-ума не означает, что ты не можешь использовать ум, оно означает лишь то, что ум не может использовать тебя.

Не-ум не означает, что твой ум разрушен. Не-ум означает, что ум отодвинут в сторону. Ты можешь привести ум в действие в любой момент, когда тебе нужно пообщаться с миром. Он станет твоим слугой. А прямо сейчас он — твой хозяин. Даже тогда, когда ты сидишь один, ум постоянно трещит: «Ке-ке-ке! Ке-ке-ке!» — и ты ничего не можешь поделать, ты абсолютно беспомощен.

Не-ум означает, что ум поставлен на свое место. В качестве слуги ум — отличный инструмент; если же он становится хозяином, это прискорбно. Это опасно. Это разрушит всю твою жизнь.

Ум — лишь посредник в тех случаях, когда ты хочешь общаться с другими людьми. Когда ты один, потребности в уме нет. Так что, когда ты хочешь использовать его, можешь использовать.

И помни еще одно: когда ум хранит безмолвие в течение многих часов, он отдыхает — а от этого свежее, молодеет, набирается творческих сил, становится чувствительнее и здоровее.

У обычных людей ум начинает свою деятельность приблизительно в возрасте трех-четырёх лет, и потом работает семьдесят-восемьдесят лет без выходных. Естественно, что они не способны к творчеству. Они безмерно утомлены — всякой чепухой. Миллионы людей в мире живут без творчества. А творчество — одно из блаженнейших переживаний. Но их ум настолько утомлен... он не бурлит энергией.

Человек не-ума содержит свой ум в покое, полным энергии, невероятно чувствительным, готовым окунуться в действие по первому приказу. Не случайно

слова человека, имеющего опыт не-ума, наполнены особой магией. Когда он использует ум, тот наполняется харизмой, магнетической силой, обладает огромной спонтанностью и свежестью предрассветной росы. Таковой ум — самое зрелое средство, при помощи которого творит и проявляет себя природа.

Итак, человек медитации, или, иными словами, человек не-ума, превращает даже свою прозу в поэзию. Без малейших усилий его слова настолько наполняются весом, что никакие аргументы уже не нужны. Они сами себе аргументы. Сила, которую они несут в себе, становится самоочевидной истиной. Им не нужна никакая поддержка, ни со стороны логики, ни со стороны писаний. Слова человека не-ума обладают внутренней достоверностью. Ты чувствуешь их сердцем.

Самоочевидная истина... Оглянись через века: ученики никогда не пререкались с Гаутамой Буддой, равно как с Махавирой, и с Моисеем, и с Иисусом. Поскольку было в их словах и в самом их присутствии нечто такое, что убеждало. И ты оказывался обращен, хотя они не прилагали ни малейших усилий, чтобы тебя обратить. Никто из великих мастеров не был миссионером, они никого не пытались обратить, но обратили миллионы.

Это чудо, и его источником является отдохнувший ум, который всегда полон энергии и используется лишь изредка.

Когда я говорю с вами, мне приходится использовать ум. Когда я сижу в своей комнате почти целый день, я забываю об уме. Я — просто чистая тишина... и в это время ум отдыхает. Я использую ум лишь тогда, когда разговариваю с вами. Когда я один, я совсем один, и мне нет нужды использовать ум.

Ты говоришь: «Когда Ты говоришь: «Медитация — это свидетельство», — мне кажется, я понимаю. Но, когда Ты рассказываешь о не-уме, все кажется совсем не таким простым».

Как это может казаться простым? Ведь это пока еще только твоя будущая возможность. Ты уже медитируешь. Возможно, пока еще находишься на начальных стадиях, но у тебя уже есть определенный опыт медитации, который позволяет тебе меня понимать. Но если ты можешь понять медитацию, тогда не о чем волноваться.

Медитация уверенно ведет к не-уму, так же как каждая река течет в океан, не имея ни карт, ни указателей. Все без исключения реки рано или поздно достигают океана. И любая без исключения медитация рано или поздно достигает состояния не-ума.

Но естественно, когда Ганга течет по Гималаям, в горах и горных долинах, она не имеет ни малейшего представления о том, что такое океан, она не может даже представить себе, что океан существует, — но она движется к океану, потому что воде свойственно всегда искать самое низкое место. А океан и есть это самое низкое место... Поэтому реки, родившись среди гималайских вершин, сразу же начинают движение в самые низкие места — и в конце концов неизбежно находят океан.

Медитация — это обратный процесс: она движется вверх, к вершинам, а не-ум — это самая высокая вершина. Не-ум — просто слово, и точное его значение: просветление, освобождение, свобода от уз, опыт бессмертия и вечности.

Это громкие слова, а я не хочу никого пугать — именно поэтому я и использую простое слово не-ум.

ЭПИЛОГ: РАССЛАБЬСЯ — И ПРОСВЕТЛЕНИЕ ПРИДЕТ

Существует ли простой и расслабленный путь к просветлению, не требующий особых усилий и позволяющий вдоволь поспать?

Ты спрашиваешь об этом меня — человека, который никогда ничего не делал. Просто расслаблялся... не напрягался и не отказывал себе во сне! Я вообще в основном сплю. Я встаю утром только для того, чтобы поговорить с вами, потом снова иду спать. Просыпаюсь для вечерней беседы и снова спать. Должно быть, я сплю не меньше восемнадцати часов. Шесть часов бодрствую: два часа провожу с вами, один час уходит на купание и прием пищи, а остальное время я пребываю в абсолютном самадхи. Я даже не вижу снов — слишком ленив для этого. И ты задаешь этот вопрос *мне*?

В этом вся моя философия — в том, что ты не должен предпринимать никаких усилий, что тебе нужно расслабиться, а просветление придет само собой. Оно придет тогда, когда решит, что ты достаточно расслаблен, — долой напряжение, долой усилия, и оно сразу же обрушится на тебя, словно дождь из тысяч цветов.

Но все религии учат тебя обратному, — дескать, просветление очень трудоемкий процесс, оно требует длительных усилий, возможно, многих жизней, но и тогда у тебя нет никакой уверенности, никаких гарантий. Ты можешь сбиться с пути даже тогда, когда до просветления остался всего один шаг. Ты ведь не знаешь дорогу к просветлению! Поэтому шансы сбиться с пути, заблудиться очень и очень велики. Очень немногие натываются на просветление — случайно. Им просто повезло.

Миллионы людей пытались и ничего не нашли — но они не осознают, что сам этот поиск заставляет их слишком напрягаться, сами их усилия создают условия, при которых просветление невозможно. Просветление может наступить тогда, когда ты настолько тих, настолько расслаблен, что тебя почти нет. Только чистая тишина — и вдруг происходит взрыв твоей светозарной души.

Люди, проявившие излишнее рвение, просто разрушили свой разум или свое тело, и я не думаю, что они достигли просветления. Те немногие, кто все-таки достиг просветления, достигли его расслабленно. Расслабление — именно та почва, на которой произрастают розы просветления.

Поэтому хорошо, что ты хочешь быть расслабленным, непринужденным, не прилагать усилий и вдоволь спать. Это и есть рецепт — ты обретишь просветление. Ты можешь обрести просветление сегодня же! Просветление — это твое сокровенное существо. Лишь из-за того, что ты прилагаешь слишком много усилий, активно ищешь, делаешь то и это, — ты не достигаешь своего существа. Расслабившись, ты никуда не идешь, ничего не делаешь, и трава начинает расти сама собой.

Все, что нужно, — это бдительность, интеллект, сознание, которые не связаны с усилиями, а еще свидетельствование и наблюдение — тоже не требующие напряжения. Это все очень приятные переживания. От них не устаешь. Становишься очень спокойным и безмятежным.

Насколько нам известно, так называемые святые не отличались интеллектом. Они полностью разрушали его в результате своих дурацких усилий. А я говорю, что любые усилия, направленные на просветление, — дурацкие.

Просветление — твоя природа! Просто ты об этом не знаешь, иначе был бы уже просветленным. С моей точки зрения, вы все просветленные, потому что я вижу яркое пламя внутри вас. Глядя на вас, я вижу не тела,

а ваше существо, которое представляет собой дивной красоты пламя.

Говорят, в тот миг, когда Гаутама Будда обрел просветление, он с изумлением обнаружил, что все мироздание стало просветленным, потому что изменились его собственные глаза, изменилось его видение. Он мог взглянуть во всех — даже в животных и в растения — настолько же глубоко, насколько и в самого себя. И он видел, что все они движутся к просветлению.

Всем существам нужно осознать свою собственную природу. Без этого жизнь — не радость, не праздник.

Просто будь разумным, и просветление произойдет само собой — тебе даже не нужно о нем думать.

Женщина заходит в банк, направляется прямо в кабинет директора, подходит к его столу и заявляет:

— Я хочу заключить пари на десять тысяч долларов.

— Очень жаль, мадам, — отвечает директор, — но банк не заключает пари.

— Я хочу заключить пари не с банком, а лично с вами, — говорит посетительница. — Готова биться об заклад, что к десяти часам завтрашнего утра ваши яички станут квадратными.

— Полагаю, вы ненормальная, — сказал директор, — но пари принимаю. Приходите завтра в десять и захватите с собой десять тысяч долларов.

На следующий день в девять пятьдесят пять женщина является в банк в сопровождении высокого представительного мужчины.

— Кто этот парень? — спрашивает директор.

— Мой адвокат, — отвечает женщина. — Он проследит, чтобы все прошло как следует.

— Ладно, — говорит директор и со смехом спускает брюки.

Женщина протягивает руку и щупает, стали ли яички квадратными. В этот момент ее спутник падает в обморок.

— Что с ним? — спрашивает директор.

— Видите ли, — ответила женщина, — я заключила с ним пари, что сегодня в десять часов утра буду держать директора банка за яйца.

Просто пользуйся интеллектом!

Начальник с крайне недовольным видом подходит к столу Пэджи и кладет ему руку на плечо.

— Слушай, — говорит он, — сделай мне лично и всему коллективу одолжение: прекрати насвистывать, когда работаешь?

— Эй, чувак, а кто здесь работает? — изумился Пэджи.

Вождь племени людоедов отправился в круиз на теплоходе. В первый же вечер он пришел в ресторан и попросил карту вин. Потом заказал бутылку французского вина и тут же его выпил. Официант подошел к вождю и спросил, не желает ли тот полистать меню.

— Спасибо, не нужно, — ответил вождь, — принесите-ка мне лучше список пассажиров.

Католический миссионер попал в плен к людоедам и с изумлением обнаружил, что вождь учился в Британии и безупречно говорит по-английски.

— Ничего не понимаю, — негодует священник, — неужели годы, проведенные в цивилизованном мире, ничему вас не научили?

— Ну как же, — сказал вождь, — теперь я пользуюсь вилкой и ножом.

Просто пользуйся интеллектом. Мир неразумен. Он функционирует совершенно неразумно и создает для всех самые разнообразные страдания, вместо того чтобы помогать стать счастливее. Все друг друга дурачат, тащат все глубже в тьму, в грязь, в проблемы. Кажется,

все в этом мире получают удовольствие лишь от одного: создавать проблемы окружающим. Вот почему Земля окружена таким облаком тьмы. Иначе здесь был бы постоянный праздник огней — и не обычных огней, а огней вашего существа.

Почему священники сумели убедить людей в том, что просветление — очень сложная, почти невозможная задача? Причина в твоём уме. Твой ум всегда интересуется сложным и невозможным, потому что это — вызов, а эго нуждается в вызовах, чтобы становиться все больше, и больше, и больше.

Священники сумели убедить тебя, что просветление очень сложная штука — почти невозможная. Из миллионов лишь единицы обретают просветление. Замысел священников в том, чтобы ты не смог стать просветленным. Они использовали очень хитрый прием, чтобы помешать тебе обрести просветление. Они бросили вызов твоему эго, и ты заинтересовался всевозможными ритуалами, аскезой, самоистязанием. Ты постарался как можно глубже окунуться в страдания.

Но те люди, которые превратили свою жизнь в пытку, — мазохисты — не могут стать просветленными. Они становятся все более и более помраченными. И люди, живущие во мраке, очень легко начинают рабски пресмыкаться, потому что в результате своих нелепых усилий они утратили весь интеллект, все сознание.

Ты наблюдал когда-нибудь за собакой, которая зимним утром греется на солнышке? Она замечает свой хвост, и в ней пробуждается интерес. Что это такое? Она прыгает, стараясь поймать хвост... И тут собака звереет, потому что хвост ведет себя очень странно. Как только собака прыгает, он прыгает тоже. Расстояние между собакой и хвостом остается неизменным. И собака все бегаёт и бегаёт по кругу. Я наблюдал: чем дальше ускользает хвост, тем больше решимости появляется в собаке. Она собирает всю свою волю, пытается поймать его и так, и эдак... Бедняга не знает, что поймать соб-

ственный хвост невозможно. Он и так принадлежит ей. Поэтому, когда прыгает собака, прыгает и хвост.

В просветлении нет ничего сложного или невозможного. Тебе ничего не нужно делать, чтобы его обрести. Оно — твоя неотъемлемая природа, твоя личность. Все, что нужно сделать, — это на миг полностью расслабиться, забыть о любых делах, о любых усилиях, чтобы больше ничто тебя не занимало. И твое ничем не занятое сознание внезапно осознает: «Я есть *это*».

Просветление — самая простая штука в мире, но священники никогда не хотели, чтобы весь мир стал просветленным. Тогда люди не были бы христианами, они не были бы католиками, не были бы индуистами, не были бы магометанами. Их нужно держать непросветленными. Их нужно держать слепыми по отношению к их собственной природе. И священники нашли очень хитрый способ это сделать. Ничего особенного делать не пришлось — достаточно было внушить окружающим идею, что просветление — очень сложная, почти неосуществимая задача.

Человеческое эго немедленно заинтересовалось. Эго никогда не интересуется очевидным. Оно никогда не интересуется тем, что уже есть. Ему интересны лишь отдаленные цели — чем дальше цель, тем больше интерес. Но просветление — не цель, и оно совсем недалеко — оно и есть ты!

Ищущий и есть предмет поиска.

Наблюдатель и есть наблюдаемое.

Познающий и есть познаваемое.

Как только ты поймешь, что твоя природа — просветление... фактически, на санскрите религия — это дхарма. Слово «дхарма» означает природу, твою собственную природу. Оно не означает «церковь», не означает «богословие», оно просто означает «твоя природа». Например, какова дхарма огня? Быть горячим. А какова дхарма воды? Течь вниз. Какова природа человека? Какова дхарма человека? Стать просветленным — познать свою божественную природу.

Если ты сможешь понять, насколько легко, нет, насколько непринужден путь к твоей природе... Я признаю, что у тебя есть интеллект, лишь в том случае, если ты сможешь это понять. Если ты этого не поймешь, у тебя не только отсутствует интеллект — ты просто эгоист, который пытается... Точно так же одни эгоисты пытаются стать самыми богатыми, другие эгоисты пытаются стать самыми могущественными, а вот ты пытаешься стать просветленным. Но просветление недостижимо для эго. Богатство достижимо, власть достижима, авторитет достижим — хотя и они даются трудно, очень трудно.

Генри Форду, который родился бедняком, но потом стал одним из богатейших людей своего времени, однажды задали вопрос: «Чего бы вы хотели в будущей жизни?»

Он ответил: «Я не хотел бы снова быть таким богатым. Я постоянно мучил себя — всю жизнь. Я приходил на завод в семь часов утра, тогда как рабочие приходили к восьми, клерки к девяти, а директор являлся только к десяти. И они уходили в пять вечера, мне же приходилось работать допоздна — иногда до десяти, иногда до двенадцати.

Я работал не покладая рук, чтобы стать очень богатым, и я разбогател. Но какой в этом смысл? Я не мог наслаждаться жизнью. Я трудился больше, чем мои работники, а они получали больше радости. У меня не было выходных. Даже в выходные я приходил на завод, чтобы подготовиться к следующей неделе».

Да, это трудно, но ты можешь стать сказочно богат, если приложишь достаточно усилий. Это сложно, но ты можешь взобраться на вершину Эвереста, если приложишь достаточно усилий. Но малейшие усилия делают просветление невозможным. Если ты применяешь свой ум — напряженный и обеспокоенный — для работы над просветлением, значит, ты движешься в ложном направлении — прочь от просветления.

Тебе нужно полностью расслабленное, совершенно безмятежное, непринужденное, безмолвное состояние бытия. И вдруг... взрыв. Ты просветлен от рождения, независимо от того, понимаешь ты это или нет.

Общество не хочет, чтобы ты это осознал. Религии не хотят, чтобы ты это осознал. Политики не хотят, чтобы ты это осознал, — потому что это в корне противоречит их интересам. Они могут сосать твою кровь именно потому, что ты не просветлен. Они сумели низвести все человечество до дурацких ярлыков: христианин, индуист, магометанин, как будто бы вы все только вещи — предметы потребления. Они повесили всем вам на лбы бирки, где написано, кто вы такие.

В Индии ты можешь действительно увидеть брахманов с символами на лбу. Видишь символ и знаешь, к какому классу брахманов принадлежит этот человек. Они — просто материальные ценности, предметы потребления. Знаки их принадлежности начертаны прямо на лбу. Возможно, ты и не начертал на лбу свой символ, но ты прекрасно знаешь, что где-то в глубине твоего существа выгравировано — ты христианин, или буддист, или индуист.

Если вы все станете просветленными, вы будете просто светом, радостью для себя и для других, благословением для себя и для всего мироздания, и вы будете высшей свободой.

Вас невозможно будет эксплуатировать, невозможно будет поработить. И в этом проблема: никто не хочет, чтобы вы стали просветленными. Если вы не увидите этого, то и впредь будете играть на руку власти имущим, которые все — паразиты. Их единственная функция — сосать вашу кровь.

Если ты хочешь свободы, то просветление — единственная свобода. Если ты хочешь индивидуальности, то просветление — единственная индивидуальность. Если ты хочешь наполнить свою жизнь блаженством, то просветление — единственная возможность обрести

этот опыт. И это очень легко — совершенно легко. Это единственная вещь, для обретения которой не нужно ничего делать, потому что оно уже у тебя есть. Тебе нужно только расслабиться и увидеть его.

Поэтому у нас в Индии нет никаких аналогов западной философии. Философия означает размышления об истине — «любовь к мудрости». В Индии у нас есть нечто совершенно другое. Мы называем это *даршан*. И *даршан* означает не мышление, но *видение*.

О твоей истине нужно не думать, ее нужно видеть. Она уже здесь. Тебе никуда не нужно идти, чтобы найти ее. Тебе не нужно думать о ней — нужно перестать думать, чтобы она могла обнаружиться в твоём существе.

Нужно свободное пространство внутри, чтобы скрытый свет мог распространиться и наполнить твоё существо. Он не только наполняет твоё существо, но начинает излучаться вовне. И тогда вся твоя жизнь превращается в красоту — не телесную красоту, а красоту, излучающуюся изнутри, красоту твоего сознания.

ОБ АВТОРЕ

Учение Ошо не поддается никакой классификации, оно охватывает все сферы — от индивидуального поиска смысла жизни до самых насущных социальных и политических вопросов, которые стоят сегодня перед обществом. Он не писал своих книг, это распечатки с аудио- и видеозаписей его бесед, которые всегда были импровизациями и проводились перед слушателями разных стран на протяжении тридцати пяти лет. Он выражает свое послание так: «Помните: то, о чем я говорю, адресовано не только вам, но и будущим поколениям».

Лондонская газета *Sunday Times* назвала Ошо одним из «тысячи людей, которые определили лицо XX столетия», а американский писатель Том Роббинс сказал о нем, что «это самый опасный человек со времен Иисуса Христа». Издание *Sunday Mid-Day* (Индия) выбрало Ошо одним из десяти человек — наряду с Ганди, Неру и Буддой, — изменивших судьбу Индии.

Ошо как-то сказал, что он помогает создавать условия для рождения нового человека. Он часто называл такого человека «Зорбой-Буддой», потому что тот будет способен радоваться и земным удовольствиям, как Грек Зорба, и пребывать в тихой безмятежности, как Гаутама Будда. Красной нитью через все сферы деятельности Ошо проходит представление, охватывающее извечную мудрость Востока и высочайшие возможности западной науки и технологий.

Ошо также известен своим революционным вкладом в науку внутренней трансформации и таким подходом к медитации, который соответствует ускоренному темпу современной жизни. Уникальные динамические медитации Ошо разработаны прежде всего для высвобождения накопленных стрессов тела и разума, чтобы было легче перейти к расслабленному и свободному от мыслей состоянию медитации.

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЦЕНТР МЕДИТАЦИЙ ОШО

Международный центр медитаций Ошо — это место, где люди более полно, расслабленно и с большим удовольствием могут попробовать пожить по-новому. Он расположен приблизительно в ста милях на юго-восток от Мумбая в городке Пуна, Индия. Тысячам людей, которые каждый год приезжают сюда из более чем ста стран мира, центр предлагает самые разнообразные программы.

Городок Пуна возник как место летнего отдыха для махараджей и богатых британских колонистов, а теперь это процветающий современный город, в котором расположено несколько университетов и предприятий компьютерной индустрии. Центр медитаций занимает площадь около сорока гектаров в окруженном зеленью пригороде, который называется Корегон-парк. В городке центра может разместиться ограниченное количество гостей, но рядом есть много отелей и частных квартир, где можно остановиться на пару дней или на несколько месяцев.

Программы центра основаны на концепциях Ошо о формировании качественно нового человека, который может творчески участвовать в обычной жизни и расслабленно погружаться в тишину и медитацию. Большинство программ проводятся в современных помещениях с кондиционерами и включают различные индивидуальные занятия, курсы и мастерские, охватывающие всё — от занятий искусством до процедур по общему оздоровлению организма. Также проходят курсы по личностной трансформации и терапии, эзотерическим наукам, дзэнским методикам занятий спортом, обсуждаются вопросы взаимоотношений и значимых изменений в жизни у мужчин и женщин. Одновременно с ежедневными медитациями в течение всего года проводятся индивидуальные занятия и групповые мастерские.

В уличных кафе и ресторанах на территории центра предлагается традиционная индийская кухня и блюда разных стран мира. Вся еда готовится из овощей, выращенных без химических добавок на ферме общины. В центре налажено собственное снабжение чистой, фильтрованной водой.

Посетите наш сайт www.osho.com/resort, где вы сможете найти более подробную информацию, включающую стоимость проезда, расписание занятий и порядок резервирования мест в гостинице центра.

*Более детальную информацию
вы сможете найти на сайте*

www.OSHO.com

Всеобъемлющий многоязычный веб-сайт включает в себя журнал, книги ОШО, беседы Ошо в аудио- и видеоформате, библиотеку Ошо с архивами текстов на английском и хинди, а также расширенную информацию об Ошо-медитациях. Также вы найдете расписание предметов в мультиуниверситете Ошо, а также информацию о Международном медитативном центре Ошо.

Веб-сайты:

<http://OSHO.com/resort>

<http://OSHO.com/magazine>

<http://OSHO.com/shop>

<http://www.youtube.com/OSHO>

<http://www.oshobytes.blogspot.com>

<http://www.Twitter.com/OSHOtimes>

<http://www.facebook.com/pages/OSHO.International>

<http://www.flickr.com/photos/oshointernational>

*Для того чтобы связаться
с OSHO International Foundation:*

www.osho.com/oshointernational
oshointernational@oshointernational.com

Литературно-художественное издание

ОШО

ПРОСВЕТЛЕНИЕ — НАША ИСТИННАЯ ПРИРОДА

Перевод: *Е. Мирошниченко*

Редактор *А. Мышкин*

Корректор *Е. Введенская*

Оригинал-макет: *Г. Булавко*

Обложка: *И. Дерий*

ООО Издательство «София»

107140, Россия, Москва, ул. Красносельская Нижняя, д. 5, стр. 1

Для дополнительной информации:

Издательство «София»

04073, Украина, Киев-73, ул. Фрунзе, 160

Подписано в печать 28.02.2012 г.

Формат 84x108/32. Усл. печ. л. 13,44.

Тираж 5000 экз. Зак. № 4533.

Отделы оптовой реализации издательства «София»

в Киеве: (044) 492-05-10, 492-05-15

в Москве: (499) 317-56-22, 317-56-44

в Санкт-Петербурге: (812) 676-07-68

Книга — почтой в России

тел.: (499) 476-32-58

e-mail: kniga@sophia.ru

<http://www.sophia.ru>

Отпечатано в ОАО "Тульская типография".

300600, г. Тула, пр. Ленина, 109.

**Просветление — не что иное, как обнаружение истинного лица — сущностной реальности, которую ты принес в этот мир и которая сохранится после твоей смерти.*

Ошо



ОШО

В этой книге Ошо описывает простую и практичную науку о сознании, которую он называет *психологией будд*. Новая наука Ошо — радикально новый взгляд на человеческие возможности, свободный от привычных религиозных и научных догм.

Книга опровергает заблуждение, согласно которому подлинная духовная трансформация доступна лишь аскетам, и указывает путь за пределы доминирующих в обществе ложных представлений о человеке.

Описанная в книге практика позволяет получить полный контроль над собственным умом и жизнью и вернуться к своей изначальной природе — синонимом которой является просветление.

ISBN 978-5-399-00362-7

