

Кинойога

**О том, как любой фильм может
изменить вашу жизнь**

Тэв Спаркс

**МОСКВА
2011**

Перевод с английского Александры Емельяненко,
Научная редакция к. ф. н. Владимира Майкова

Эта книга пригласит вас в путешествие вглубь себя, для размышления над вопросом «Что мои реакции на фильм могут сказать обо мне?» Тэв Спаркс опирается на глубокое знание мира кинопроизводства и обширный, почти четвертьвековой, опыт терапевтической работы с необычными состояниями сознания. Результатом стал уникальный инструмент, с помощью которого одно из самых популярных развлечений может стать средством духовной и эмоциональной трансформации.

© 2009, TavSparks

© 2009, Hanford Mead Publishers, Inc

© 2011, Издательство «Ганга»

© 2011, Трансперсональный проект

Тэв Спаркс

С признательностью и благодарностью

Прежде всего, моим верным друзьям и издателям, Кайлии Тэйлор и Джиму Шофилду за их доверие, вдохновение, творчество, веру и поддержку. Ещё Кайлии за её видение, правку, и полное акушерское пособие при рождении нашего проекта *«Кинойога»*.

Также Лесли Кинан, Музе, за её вдохновение. Санни Страсбург за то, что в обложке этой книги она смогла передать красоту, благоговение и тайну. Также спасибо Тэду Рискину за его йогу правки и редакции текста.

И, конечно, нескольким ближайшим кинойогам – моим сыновьям, Эйсону и Брину, моей жене Кэри, Кристине и Стэну Грофам, Мэтью Стелзнеру и Марку Стелзнеру, Кэтлин и Джеку Сильверам, Джею Утталу, Диане Медине, Ньенке Мербис, Патапате Лулу, Линде Грибенау. И всем моим друзьям и коллегам с проходивших по всему миру семинаров и встреч, которых я втянул в просмотр бесконечной череды фильмов, потворствуя извилистым тропкам в лабиринтах моей души. Надеюсь, что вы морально уцелели.

Моей маме за огонь в её глазах тем дождливым днем 57 года, когда после занятий наш шевроле-универсал плыл вниз по Малбери-стрит в Мэконе, штат Джорджия, и, охваченная внезапным вдохновением, она вдруг обернулась ко мне и моим сестрам и спросила: «Мне кажется, вам хотелось бы посмотреть «Волшебник страны Оз»

И, наконец, творческому духу каждого создателя и зрителя фильмов в истории за благословенный для всех нас дар чувствовать через кино более глубокую связь с нашим подлинным «я».

Содержание

Благодарность		3
Содержание		4
Часть I.	Как кино стало йогой	7
Глава 1	Берите билет	9
Глава 2	Из которой мы узнаём предысторию	19
Глава 3	Развлекаясь	29
Глава 4	Игра	39
(Схема)	APS™ – навигационная система осознания	56
Глава 5	Зона	63
Глава 6	Я смеялся и плакал	73
Часть II.	Свет, камера, мотор!	105
Глава 7	Занимайте места	107
Глава 8	Зона безопасности	111
(Схема)	Матрица смерти-возрождения	118
Глава 9	Зона ловушки	137
Глава 10	Зона войны	163
Глава 11	Смерть	197
Глава 12	Зона свободы	205
Часть III.	Правила игры	241
Глава 13	Побывав там, совершив это... множество раз.	243
Глава 14	Жизнь как в мистерии	259
Глава 15	Эпилог: солнечный свет	271
Приложения		
Приложение А	Фильмы для кинойоги	275
Приложение Б	Примеры, использованные в кинойоге	277
Указатель		279
Об авторе		289

Заметки на полях

Похоже, нам нужна карта побольше	32
Самая свежая старая как мир новость	36
Эпопея с газировкой	41
Глазами ребенка	57
Сидя на ките	67
Школы тайных знаний	69
Признания фаната	75
Слезы	92
Биологическое рождение	109
Как слушать фильм	115
Как поглощать фильмы	128
Проверка на «вшивость»	144
Шаманская инициация	148
Зависимость и зоны	163
Взгляды	166
Сиквелы	179
Кинооптимист	210
Свет Эарендила	263

Часть I
Как кино стало
йогой



Берите билет

Морфеус - Нео: Не поздно отказаться. Потом пути назад не будет. Примешь синюю таблетку – и сказке конец. Ты проснешься в своей постели и поверишь, что это был сон. Примешь красную таблетку – войдешь в Страну Чудес, и я покажу тебе, глубока ли кроличья нора.

~Матрица

Кино стало полным благословением моей жизни. Для меня кинотеатр – не просто место, где можно укрыться с попкорном и M&M's. Для меня это храм. Это алтарь. Это вместилище тайны. Он стал святилищем, куда я направляюсь, чтобы обретать себя, меняться, расти. А еще терять себя, умирать и возрождаться. Кто бы мог подумать? Одна из моих самых сильных страстей, кино, манит к себе, то и дело, дразня кристально ясным образом сокрытой внутри меня целостности, давая все возможные подсказки, как её достичь.

Давайте начнем с пары вопросов. Во-первых, вы когда-нибудь мечтали что-то в себе изменить, чтобы жить более полно? И, во-вторых, вы бывали когда-нибудь потрясены фильмом до глубины души? Вы когда-нибудь покидали кинотеатр уже другим человеком, отличным от того, каким входили? Я имею в виду, глубоко тронутым, так или иначе: вдохновлённым, исполненным надежды, лучащимся энергией,

испытывающим отвращение, опустошённым, преображённым? Когда с нами происходит нечто столь существенное, то именно этот фильм, или даже эта сцена, этот диалог или этот музыкальный отрывок, могут стать ключом к кратчайшему пути на дороге к той полноте жизни, о которой мы мечтали. Вот о чем эта книга.

Кино может преображать. Вам это, должно быть, и так известно, но сие преобразование может быть более глубоким, нежели вы себе представляли. Звучит революционно. За исключением того, что это вовсе не так уж сложно. Нам нужно сделать всего пару вещей: обратить внимание на чувства, возникающие в эти захватывающие моменты фильма, точно так же, как и в любые другие его моменты. А затем позволить нашим чувствам самым простым способом преобразить нас: работать на нас, быть нашими союзниками. Эта книга расскажет, как сделать это – а также многое другое – всего лишь наслаждаясь фильмом.

Существует практика, которой я занимаюсь многие годы. Я назвал её кинойогой, лишь для краткости и простоты. Я не имею в виду йогу как систему телесных поз. Это только одно из её определений. Я рассматриваю йогу в более широком смысле, как любую духовную практику. Слово «йога» происходит от санскритского «йоке», означающего «соединять».

Задумайтесь на мгновение: если бы вы нуждались в соединении или связи с чем-либо, на что бы это было похоже? Не знаю насчет вас, но для меня чувство отделенности или изолированности – «несвязанности» с чем-нибудь – может быть просто ужасным. Поэтому мне нужно связать мою отделённость с чем-нибудь: вдохновением, идеей, другим человеком или людьми, может быть, даже со всем человечеством, планетой или космосом. Когда я соединяюсь с чем-то большим, чем я сам, я просто чувствую себя лучше, целостнее. Именно на достижение

этого направлены все психологические и духовные практики. Верите вы или нет, просмотр кинофильмов может возыметь тот же эффект.

И вот как это работало в моей жизни: суть дела в том, что ничто уже не было для меня прежним после просмотра таких единственных и уникальных в своем роде фильмов, как *«Бегущий по лезвию»*, трилогии *«Властелин колец»* или любого другого из сотен фильмов, буквально преображавших меня снова и снова. Я продолжаю превращение. Я больше не в стоп-кадре. Как будто я обладаю лицензией супергероя, или, точнее, антигероя, согласно которой в последнем кадре последней пленки с последнего стеллажа написано «Продолжение следует». Ну, что ж, я счастлив в очередной раз просто умчаться в новый закат. И я чувствую это главным образом потому, что здесь, в темноте, перед залитым светом экраном, меня по-прежнему охватывает неутолимая жажда поиска той тайны, имя которой мне неведомо.

Честно говоря, связь и соединение с чем-то большим, чем наши отделённые «я», происходит у миллионов из нас всякий раз, когда мы чувствуем страсть и это нас увлекает. Фильмы – не единственный способ, даже для меня. Есть ещё семья и работа, которую я ощущаю как свое призвание. Есть ещё деревья, лебеди, музыка и множество других даров. Но эта книга посвящена одной особенной вещи – кино, в ней будет показано, как именно оно может изменить нашу жизнь, и тем самым дать каждому из нас возможность превратить всё, чем мы являемся, что делаем и переживаем, в преображающее путешествие. В ней описано, как совершенно особым образом преисполниться ощущения чуда и благоговения, расти, меняться и обретать полноту.

Кинойога может существенно помочь тем из нас, у кого никогда не было и намёка на какой-то жизненный план –

вдохновляющую стратегию собственных перемен, или чудо и благодать ежедневных ритуалов: прогулки на природе, наслаждения музыкой и, разумеется, похода в кино. Эта книга предоставит нам такой план, стратегию, и расскажет, как им пользоваться.

Полностью возможно соприкоснуться с бесценным сиянием единственного и неповторимого мгновения, которое может обернуться тысячами единственных и неповторимых мгновений. Также можно иметь значимые отношения, ощущать свое предназначение, быть страстным, увлеченным и способным объединить все грани своей натуры, светлые и темные, без принесения в жертву, подавления или ощущения дискомфорта по поводу своей многогранности. Кинойога научит нас, как можно обратить в праздник самые непредсказуемые повороты нашей жизни во всех ее проявлениях, видя в них часть великой тайны и целостности, к которой мы постоянно стремимся. И, пока мы в пути, всласть насмотреться фильмов.

Попкорн с собой?

Спрошу ещё: а как насчет вас? Вы любите кино? Кинойога превратит то, что вам уже нравится, в то, что вам понравится ещё больше. Относитесь к кино равнодушно? Что, если я скажу вам, что даже в этом случае кино может круто изменить вашу жизнь к лучшему? Даже те картины, которые вы ненавидите. Я собираюсь поделиться с вами, каким образом мы можем преобразовать свою жизнь и при этом развлекаться. Это работает так хорошо, что может показаться, что вы мошенничаете.

Знакомо, не правда ли? Вы чувствуете беспокойство. Планета не выдержала бы столкновения с содержимым вашей головы и тотчас же провалилась бы в тартарары. И тут вы начинаете немного работать над собой. Ну, не совсем начинаете, но приближаетесь к этому. Сколько раз мы говорили, что хотим

поработать над собой? Мы хотим больше тренироваться, не быть такими подавленными, иметь лучшие взаимоотношения.

Говоря о работе над собой, вы замечали когда-нибудь, как мы разделяем работу и развлечение? Когда в последний раз вы сетовали: «Завтра мне нужно встать пораньше и пойти поиграть»? Частенько нам даже не приходит такое в голову. Я услышал одно из немногочисленных исключений в интервью Брюса Спрингстина. Журналист спросил, была ли у него какая-то другая работа, помимо музыки, в самом начале его пути. И Брюс сказал что-то о работе, которая не связана с рытьем траншей. А потом добавил: «Вот почему музыку *играют*».

Возьмем кино. Почти все, кто ходит в кино, а это множество людей, делают это из-за удовольствия. Это забавно. Все, кроме критиков. Поскольку для них это работа. Хотя, возможно, многие из них похожи на Брюса: они поймали попутный ветер. Им платят за то, что им нравится.

Слышали когда-нибудь фразу, ставшую ходовой с лёгкой руки Джозефа Кэмпбелла, «Следуйте за своим счастьем»? Он определённо знал, о чем говорит. Только одна маленькая проблема: счастье практически неуловимо. Мне кажется, что он имел в виду делать то, что по-настоящему нас увлекает. И всё же, здесь что-то упущено. Если я никогда этого не испытывал, если у меня даже нет ясного представления, на что это должно быть похоже, если мне не к чему стремиться, как именно я собираюсь следовать за своим счастьем? Я имею в виду, что все духовные традиции твердят нам о том, что если долго работать над собой, то на нас снизойдёт блаженство. Если это так, то почему мы толпами не сбегает из офисов, сбрасывая на ходу деловые костюмы, не надеваем шафрановые одежды и не берём старые миски для подаяний? С одной стороны хорошо: ведь у нас появилась бы уйма работы.

Давайте взглянем на это с другой стороны. Несколько лет назад я прочёл книгу режиссера Роберта Родригеса, которая называлась «Бунтарь без команды». Книга вышла после того, как он взорвал Голливуд своим первым фильмом «Музыкант» («Эль Мариачи»), снятым за семь тысяч долларов. В его книге говорилось о том, как он снял этот фильм. Я загорелся и стал писать сценарии. И еще я хотел играть, предполагая, что лучший способ увидеть те фильмы, которые мне нравятся, – это снять их самому. И возможно тогда, в каких-то параллельных вселенных, меня пригласят стать режиссёром моих шедевров. Как-то так вот... Но, что действительно меня вдохновило, это когда он сказал «Следуйте своей страсти».

Этот вариант подходит мне гораздо больше, ибо я могу соотнести свою жизнь со страстью скорее, чем со счастьем. Страсть подразумевает яркие чувства. Это касается не только секса. Его тоже, но и всего остального. Я подумал, что начинает увязываться. Если я что-то и делал всю свою жизнь, так это старался почувствовать немного настоящей страсти. Счастье? Как я узнаю его? Это когда чувствуешь себя превосходно? Я имею в виду, на все сто? Или это, действительно, за пределами чувств – подобно ещё одной целой вселенной? Или как будто вас поразило громом? Может ли счастье быть некой алхимической смесью из приятных и неприятных ощущений? Словно некая таинственная сила, исходящая из рая и ада полностью уносит нас в иные миры? Понимаете, что я имею в виду под неувовимостью?

Итак, возвращаясь к работе над собой, например, прохождению психотерапии, занятиям йогой, медитацией, да чем угодно. И снова работа над собой. Что тут же много поведает о том, как мы относимся к личностному росту и трансформации. Я хочу сказать, что в наши дни большинство

хочет измениться, хотя бы немножко. А многие – кардинальным образом.

Но сколько из нас могут с уверенностью заявить, что питают истинную страсть к личностной трансформации? Для большинства из нас, вне зависимости от того, что именно мы делаем для собственного роста, это всё ещё напоминает работу. По правде говоря, мы лучше посидим на диване и займемся чем угодно, что не будет напоминать нам работу. Ведь так? Скажем, посмотрим кино. Большую часть времени мы предпочтём развлекаться, а не участвовать. Чтобы мы восприняли идею покинуть диван, как развлечение, нас нужно хорошенько припереть к стенке.

Ну, а если нам это не нужно, я имею в виду, не нужно вставать с дивана? Или вставать с него лишь иногда, просто для того, чтобы прошествовать в местный мультиплекс и немного проветриться? Что, если мы сможем убить сразу двух зайцев... – нет, погодите-ка, позвольте перефразировать. Я лучше воспользуюсь выражением моего сына Брина, который вознамерился никогда не причинять вред животным и предложил такое: «Что, если мы накормим двух кошек из одной ладони?»

Вне всякого сомнения, просмотр фильмов является забавой и развлечением, кино нас успокаивает, позволяет нам позабыть о ходе часов, наполнив некоторым содержанием наше времяпровождение, сбежать, исчезнуть, помечтать, всё, что угодно. Но нам даже в голову не придёт, что поход в кино может быть действительным исцелением, и послужить мощным инструментом для трансформации. Он может стать таковым, если мы знаем, как это делать. И эта книга всё о том же. Мы даже могли бы назвать её «Терапия диванного овоща».

Для развлечения нам не нужно участие интеллекта. Но у большинства из нас есть и другая мотивация для просмотра

фильма, которую мы можем даже не осознавать. Фильмы затрагивают струны наших душ. Они захватывают и уносят на глубину. Далее мы посвятим много времени вопросу того, как и почему это происходит. Пока же давайте просто скажем, что опыт: наши чувства, борьба, страстные желания, мечты и прочее, является универсальным. Через него проходят все. И когда нечто происходит с героем на экране, это проникает в самую глубину души, где мы знаем, что именно он испытывает. Это знание содержится внутри нас, поскольку мы переживали то же самое.

Есть одна проблема: в большинстве случаев кинематографисты – автор сценария, режиссёр, продюсер, композитор и другие – создают картину, существующую в том, что я называю узким диапазоном сознания. Под узким диапазоном сознания я понимаю ценности и значимые для нас вещи. Наше понимание и жизненную философию. Ну, например: «как хорошо было бы раздобыть немного денег», «как плохо расстаться с парнем», «самая важная в жизни вещь – хорошо выглядеть», «разбей ему башку и стань главным», «туалетные шутки действительно смешные».

Но попадаются и более широкоформатные полотна. Например: «Свобода, любовь и правда стоят того, чтобы за них бороться». «Цель жизни – познать самого себя». Или, «жизнь представляет собой архетипическую битву между такими великими противоположностями, как добро и зло». Именно они настолько глубоко затрагивают нас, что могут изменить всю нашу жизнь. Именно в них и раскрывается то, что я называю духовной технологией фильма. Картины, подобные этим, с лёгкостью могут стать источником вдохновения.

Но я хотел бы пойти ещё дальше. Фильм не должен обязательно быть гениальным, чтобы затронуть нас. Чтобы стать преображающим, ему не нужно принадлежать к

максимальному диапазону сознания. В кинойоге этого не требуется. Мы собираемся исследовать то, как любой увиденный нами фильм может стать источником значительных перемен. Сколько времени в прошлом году вы потратили на просмотр фильмов в кинотеатре или у себя дома? А сколько времени вы потратили на медитацию, танцы, занятия йогой, визиты к психотерапевту? Хотите удвоить время вашего самоисследования, при этом даже не вспотев? Да? Я тоже.

Итак, представьте, что мы находимся в *«Братстве кольца»*, мы – хранители кольца, и мы собираемся отправиться в Мордор, чтобы доставить кольцо к Роковой горе. И так же, как хоббит Пиппин, мы убеждаем Эльронда, эльфийского правителя Ривенделла, что нужны братству для «задания такого рода». Мы собираем всё мужество, чтобы стать добровольцами. И лишь запоздалая мысль заставляет нас произнести, как это сделал Пиппин: «Ну, и куда же мы идем?» И более того, как мы туда доберемся?

Давайте сейчас просто скажем, что собираемся рассматривать эту кинойогу в целом, как игру, в которую можно играть. И, как в любой игре, в ней есть несколько простых правил. Итак, давайте бросим взгляд – постойте, оставайтесь на линии, сейчас должна быть сцена, когда по экрану пойдут волны, звук стихнет и наступит время, чтобы рассказать предысторию. Чтобы сыграть на том, что предложил Роберт Родригес в *«Бунтаре без команды»*, я хочу пригласить вас на несколько мгновений фильма разделить со мной мою страсть. А после мы разделим ваши. Узнаем кое-что о кинойоге. И потом нам останется лишь немного поиграть. Заметили, что я не сказал «работать»?



Из которой мы узнаем предысторию

Рой Батти, репликант модели «Nexus-6» - Декарду, охотнику на репликантов: *«Я видел такое, что вам, людям, и не снилось: атакующие корабли, пылающие над Орионом. Лучи Си, разрезающие мрак у ворот Тангейзера. Все эти мгновения затеряются во времени, как слёзы в дожде. Пришло время умирать».*

~ Бегущий по лезвию

Недалеко от того места, где живем мы с моей супругой Кэри, нашим сыном Брином и котом Тандером, расположен один старенький кинотеатр. Он не столь старомоден, чтобы выглядеть классическим, просто немного обветшалый и дешевый. Если вас это устраивает, вы сможете посмотреть новый фильм спустя полгода после премьеры за полцены. Я говорю «вас», потому что сам никогда там не был. Хочу сказать, что я сноб. Но мой снобизм не того сорта, что вы подумали, что-то вроде «не-хочу-быть-погребенным-в-этой-куче-мусора».

Мой снобизм больше походит на «зачем кому-то идти в кино, чтобы, напрягаясь и вытягивая вперед шею, пытаться услышать звук, исходящий из крошечных, микроскопических, полных статического электричества динамиков по обе стороны от окутанного дымом экрана размером с почтовую марку,

испещренного следами четырех десятилетий фастфудных битв пятничным вечером, сверкающего как нефтяное пятно в ярких лучах рассыпающегося проектора довьетнамской поры, шумящего громче, чем звуковая дорожка фильма, если придется выбирать: смотреть или слушать?»

Но потом я прочел в газете, что его слегка подлатали: установили стадионные сиденья и несколько вибрирующих кресел. Но вовсе не это бросилось мне в глаза. Меня привлекла DLP¹. DLP - это цифровая проекционная технология, чтобы она ни означала. Можно рассмотреть её как бледное подобие персональной плазмы. Я вовсе не пытаюсь её дискредитировать. У меня самого большой DLP-телевизор, которым я очень доволен. Гораздо важнее, что в этом пугающе древнем соседском кинотеатре был установлен цифровой звук и цифровая картинка, что придало ему сходство с неограниченным алмазом. Что ж, это меняет дело. Можно и попробовать, тем более что графство в Северной Калифорнии, где я живу - предположительно, одна из Мекк артистической утонченности - совсем не похоже на райские кинотеатральные кущи, куда я надеюсь быть перенесенным, когда моя карьера одержимого критика кинотеатров здесь, на планете Земля, будет завершена. Итак, мы с Кэри и парой друзей, так же помешанных на кино, пошли на какой-то посредственный фильм, просто чтобы разведать обстановку. И это произвело на нас должное впечатление. Чёткая цифровая картинка и чистый, объемный

¹ DLP (англ., сокр. от Digital Light Processing) — используемая в видеопроекторах технология, товарный знак компании Texas Instruments. В DLP-проекторах изображение создаётся микроскопически маленькими зеркалами, которые расположены в виде матрицы на полупроводниковом чипе, называемом Digital Micromirror Device (DMD, цифровое микрозеркальное устройство). Каждое такое зеркало представляет собой один пиксель в проецируемом изображении. Общее количество зеркал означает разрешение получаемого изображения.

звук с сочным басом, который, впрочем, мог быть и помощнее. А дальше последует одна аксиома - от человека, который всю жизнь улетал от взрывающего мозг рок-н-ролла, работа которого, помимо всего прочего, включает почти ежедневное прослушивание барабанных ритмов на пределе громкости, и который жаждет не слышать, но ощущать басы саундтрека в своей грудной клетке, если не наподобие сердечного приступа, то хотя бы как землетрясение величиной 7 баллов по шкале Рихтера - и звучит она так: *звук всегда, абсолютно всегда может быть громче*. И всё-таки, туда стоило сходить снова.

И этот следующий раз настал, когда мы с Кэри попали на почти священный для меня повторный выпуск шедевра Ридли Скотта - научно-фантастического нуара *«Бегущий по лезвию»*, который взорвал... погодите-ка минутку:

Флэшбэк: ИНТ. кинотеатр в Мэконе, штат Джорджия, вечер 1982 г.

Уже три года, как я чист от смертельной зависимости. Я с моей нынешней подружкой, которая тоже находится в Программе. Она из Джексона, штат Миссисипи. Мы в захудалом кинотеатре ждём, когда погаснет свет. Мы не можем решить, пойти ли нам сначала на 12-шаговую группу, пожертвовав сеансом, или сначала попасть в кино, а потом на группу. Кроме того, мы ничего не знаем об этом фильме, *«Бегущий по лезвию»*, за исключением того, что я видел его далеко не шикарную рекламу, в которой был Хан Соло, то есть Харрисон Форд, и которая не содержала отзывов. Мы выбрали фильм.

Свет гаснет. Кажется, показали ещё пару анонсов, не помню точно. И вот начинается фильм. Экран не слишком притягивает меня. Скорее, я охвачен влюбленностью и качаюсь на сиденье. Ну, вы понимаете. Крутой замес из новых чувств и новизны выздоровления. На тёмном фоне проступают светлые

буквы. Информация, которая может пригодиться. Вам всего лишь нужно сказать себе, что вы в нужном кинотеатре. Может показаться, что это не имеет значения, но это только кажется, потому что даже сейчас я ни в чем не уверен.

Саундтрек: невообразимая, загадочная электронная музыка, которая спустя 25 лет кажется столь же обычной, как утреннее пение птиц - возможно даже, что-то компьютерное. Почему тогда я не был в этом уверен? Потому что в эти допотопные времена компьютеры еще не заполнили всё вокруг. А затем по экрану снова плывет текст завязки: что-то об андроидах, которые называются репликантами, о блейдраннерах - наёмных охотниках за репликантами, и о том, что когда они убивают репликанта, это называется отставкой. Хммм... постойте минутку. Пожалуй, может заинтриговать?

А затем это происходит. Грохот, нечто среднее между канонадой и громом - возможно, какой-то синтезатор. Слова «Лос-Анжелес 2019». И лучший из написанных Вангелисом саундтреков начинает звучать с самого первого кадра, когда из тумана, или смога, рассеянного света и непонятных индустриальных сполохов проступает ночной Лос-Анжелес. С заднего плана прямо на нас стремительно несется летающая машина, а другая мчится с переднего плана прямо к кошмарному горизонту.

Меня вынесло, детка, просто вынесло. И спустя все эти годы я всё ещё не вернулся. Я попал в другой мир. Я перестал существовать. Тот я, что был минуту назад, исчез, потому что музыка и изображение разорвали меня на части, пробив огромную брешь в том, что я считал реальностью. И мне открылась та же старая штука, о которой Гамлет сказал лучшему другу после того, как увидел призрак своего отца:

«Есть многое на свете, друг Горацио, что и не снилось нашим мудрецам»². Вам лучше поверить этому.

В кинотеатре я подобен Дураку - нулевой карте из старших арканов Таро: насвистываю и кружусь, огибая острые углы. У меня нет и намек на осознание, что я просто пойман в сети собственной картины реальности, бреду словно лунатик, будто бы знающий, что он делает, опьяненный любовью, полностью очищенный и жаждущий выздоровления, готовый получить от этого мира что угодно.

А затем я просачиваюсь сквозь эту бахромчатую прореху, совсем как это описал полковник Курц, когда в самом конце «Апокалипсиса сегодня» он обратился к капитану Уилларду, совершившему свое безумное путешествие вверх по реке, чтобы очутиться в самом сердце тьмы: «как улитка, ползущая по лезвию бритвы». Так точно и элегантно сказано о том, что значит терять себя, уноситься - нет, быть унесённым в новую реальность, к новому «я».

Вот что сделал Ридли Скотт и его коллеги: авторы сценария Хэмптон Фэнчер и Дэвид Уэбб Пиплз, музыкальный бог Вангелис и оператор Джордан Кроненвет, гений спецэффектов Дуг Трамбулл, ставший предтечей Industrial Light and Magic³, основанной Джорждем Лукасом. Здесь технология, в самом деле, замешана на свете и магии. Какой-то глубинный, инопланетный коктейль звука и изображения, точно эти парни в одночасье стали демиургами Вселенной, воплощением самого Брахмана, созидающего небо, в то время как Великая Мать, в потугах, рождала созревший замысел - фильм, плод её чрева. Вот что задействовала команда этих ребят из Голливуда. Вот что они все задействуют: космические силы творения.

² Пер. М.П. Вронченко (прим. пер.).

³ Industrial Light and Magic - американская компания, занимающаяся созданием визуальных эффектов к кинофильмам (прим. пер.).

А мы, Дураки, пританцовывая, направляемся напрямиком в объятия другого мира, но, что ещё лучше, мы возвращаемся: всегда обновлённые, с горящими глазами, полные трепета перед тайной, смотрящие на мир по-новому, идущие новыми ногами, чувствующие более полно, позволяя совершенной восприимчивости новорождённого поведать нам о том, кто мы есть и как нам покинуть этот окутанный сумраком храм, когда зажгутся огни, и мы услышим: «Перед тобой новая сияющая ночь». Именно это сотворил со мною *«Бегающий по лезвию»* в тот первый раз. Он не был первым и не станет последним. Но определённо скажу вам: это священнодействие.

Назад к месту основного действия:

Возвращаемся в настоящее, по крайней мере, туда, где мы с Кэри идем на повторный выпуск *«Бегающего по лезвию»*. В различных воплощениях, дома и в кинотеатрах, я видел *«Бегающего по лезвию»* около пятидесяти раз. Это один из немногих за последние десятки лет фильмов, который выходит в прокат каждые десять-двадцать лет. В этот раз прокат был связан с заявлением Ридли Скотта о том, что он выпустил окончательную версию фильма: с цифровым изображением и звуком, куда также вошли некоторые новые сцены. У вас нет сомнения в том, что я был там. Я шёл, как на паломничество в Мекку, как на Кумбхамелу, где снова и снова собираются миллионы последователей. Шёл на ещё одно собрание на берегах Ганга.

Местом этого воплощения служило обветшалое здание по соседству, с вибрирующими креслами, DLP, сценой, полученной по концессии ещё в 70-х, и крошечной покосившейся туалетной комнатой. Это похоже на тот первый раз на южной окраине Мэкона. Хотя нет. Тогда я не знал, что произойдет. Ладно, я и сейчас не знаю, что произойдет. Я хочу сказать, что моё незнание тогда и сейчас – суть разные вещи. Вам может

24

показаться, что я говорю загадками, но это не так. Это имеет смысл.

Это относится к воздействию кино на мою жизнь. Но есть здесь и более глубокий смысл. Он касается того, что значит: каждую минуту жизни насколько возможно глубоко погружаться в тайну. В этом случае, даже если кажется, что вы уже делали это прежде, у вас в любой момент есть шанс улететь, снова и снова. Я так благодарен своему земному пути за возможность испытывать эти потрясения: раз за разом, неважно от чего, от каждого мгновения, наполняющего мир тайной и призраком смерти.

Пусть это вас не пугает. Я не имею в виду физическую смерть. Я говорю о возможности смерти маленького ложного «я», в которое я сделал серьезные инвестиции. О той части меня, которая не существует между двумя промежутками времени. О том человеке, каким, по моим представлениям, я являюсь, которого я знаю до кончиков пальцев, и от которого, по правде говоря, немного устал. О том, кто поддерживает мое неустанное движение навстречу новому восходу, как будто свет вожделенного нового «я» должен залить меня с головы до ног. Поверите вы или нет, мы можем поддерживать равновесие, пока в очередной раз не умрем, и всё не изменится в одно мгновение, мы можем превратить это в духовную практику, которую называют *йогой*.

Для меня наступил очередной раз, и при этом я думаю, что мне известно всё, что этот сеанс сможет мне поведать: это касается взаимоотношений, про то, как обходить мели в изменчивых водах жизни на планете Земля. И я считаю, что знаю, чем станет для меня *«Бегущий по лезвию»*? С первыми кадрами глубокой, насыщенной, цифровой черноты и звуками музыки Вангелиса, раздающейся из не таких уж безнадежных динамиков, о которых я говорил, глубоко в моей груди красота начинает расходиться огромными тектоническими плитами, и я

плачу. Я снова дома. Я опять попал сюда. Я знаю это место. И в то же время, не знаю его.

Немного перефразируя пилота транспортного судна, доставившего Рипли и пехотинцев на землеподобную планету для убийства страшной твари из фильма Джеймса Кэмерона «Чужие», радировавшей на материнский корабль об удачной посадке: Я «на самой вершине. Прямое попадание». Как в монологе Роя Батти, репликанта модели «Nexus-6», в конце «Бегущего по лезвию»: «Я видел такое, что вам, людям, и не снилось».

Я вижу новые детали на заднем плане, персонажей, о присутствии которых даже не подозревал. Линии диалога, которых я не слышал раньше. Не говоря уже о том, что добавил или изменил Скотт. Вот что сделала цифровая версия. Ну, просто нет слов. Как у героини Джоди Фостер в фильме Роберта Земекиса «Контакт», прорвавшейся сквозь череду пространственно-временных туннелей в построенной по инопланетным чертежам гиперпространственной машине, когда на побережье в новом мире она смотрит на два солнца и говорит: «Я не могла даже представить себе такое. Им надо было послать поэта».

Знаете, это правда. Поскольку ни одно представление или что-то из судящей обо всём части мозга точно не помогут объяснить тот опыт, который по-настоящему преображает нас. Он лежит за пределами этой области ума, и ближе всего подобраться к его описанию мы можем разве что при помощи поэзии. Я хочу сказать, что жизнь может быть полна таких возможностей, осмысленно поведать о которых миру может только поэт.

Для меня так происходит в кино. И знаете, что? Я всегда становлюсь частью такой экстатической компании. Каждый просмотр связывает меня с племенем дервишей от поп-

26

культуры. Ничего особенного, потому что каждый из нас испытывает или хочет испытывать свой собственный экстаз. Пару раз нам свалится что-нибудь на голову, а потом мы становимся внимательными. Например: «Что, черт побери, это было?»

А когда нас ошарашит понимание того, что же заставляет небеса стук-стук-стучаться в нашу дверь, у нас появится прекрасная возможность подобрать для себя что-то особенное. Мы начинаем, иногда случайно, попадать в ситуации, где снова может произойти подобное волшебство. Вот что я подразумеваю, когда говорю, что это может стать практикой, нашей йогой. Именно так я поступаю с кино. Я покажу это на примере кинойоги. Об этом всём и говорится в этой книге: как распутать клубок тех могущественных сил, которые могут изменить нас, и вплести их в ткань нашего бытия.

Время от времени, если нам повезёт или на нас снизойдет благодать, как уж вам угодно, нас сотрясает столь сильно, что весь наш мир разваливается на части. В такие моменты перед нами может промелькнуть слабый проблеск нашей целостности. Иногда это просто чувство. А иногда это мощный прилив, поглощающий нашу душу и тело. Вечера с *«Бегущим по лезвию»*, а на его месте может быть любой другой предложенный вами фильм, всегда давали мне возможность увидеть этот кристально ясный образ. А время от времени даже намёк на то, как его достичь.

Я чувствую себя как Фродо во *«Властелине колец»*, книге, которая вдохновляла многих из нас в те славные деньки обучения в средней школе. Десятилетия спустя Питер Джексон отдал этому произведению дань глубочайшего уважения, воплотив в самом великом фильме, какой я когда-либо видел. Подобно Фродо и миллионам людей, я стал хранителем кольца,

я отправляюсь в грандиозное путешествие, не имея ни малейшего представления о том, с чем мне придётся столкнуться.

Но знаете, не стоит волноваться. Ибо передо мной лежит множество дорог из желтого кирпича, и все они, так или иначе, ведут меня в кино. Потом я просто занимаю место. Гаснет свет. Я открываю глаза, глядя на волшебный экран, и, даже в том случае, когда я проснулся всего лишь наполовину, передо мной кадр за кадром прокручивается моя жизнь.

Мне нужно лишь быть внимательным. Позволить истории станцевать в моей душе, а потом прочесть запись этого танца, подобного полету лебедя утром тихого зимнего дня на фоне закатывающейся луны. Я выхожу из кинотеатра совсем не тем человеком, которым входил в него. Я чувствую, что стал другим: чуть больше связанным с жизнью, с человечеством, с самой сутью вещей новым, удивительным образом. Он наполняет меня благоговением и трепетом перед тем, насколько мало я в действительности знаю. И страстным желанием прижать к груди весь мир, поглядывая одним глазком на следующую дорогу из желтого кирпича.



Развлекаясь

Джек: *Какие у тебя ноги?*

Арчи Гамильтон: *Пружины. Стальные пружины.*

Джек: *И что они должны сделать?*

Арчи Гамильтон: *Промчать меня по треку.*

Джек: *Как быстро ты можешь бежать?*

Арчи Гамильтон: *Как леопард.*

Джек: *И как быстро ты побежишь?*

Арчи Гамильтон: *Как леопард.*

Джек: *Так покажи мне это!*

~ Галлиполи⁴

Может показаться немного странным, что трансформация происходит и тогда, когда вам кладут кусок пирога, и когда вы его едите. Эта идея может показаться кощунственной. В большинстве ранних культур не было таких развлечений, как у нас. Пару тысячелетий назад искусство и театр были совместным действием. Их целью был не только рост индивидуума, а, что важнее, и преобразование сообщества. Они больше походили на ритуальные празднества, были способом приблизиться к Великой Тайне. Вы не созерцали, откинувшись

⁴ Речь идёт о художественной картине 1981 г. австралийского режиссера Питера Уира, а не об одноименной документально-исторической киноленте 2005 г. турецкого режиссера Толги Орнека.

на спинку кресла, как нечто происходит с кем-то другим. Вы были частью событий. Все проходили этот путь вместе.

Жаждавший мести за убийство его семьи Максимус, которого сыграл Рассел Кроу в *«Гладиаторе»* Ридли Скотта, был благородным воином с разбитым сердцем. Помните эту сцену, когда, переполненный отвращением, он стоит на арене после того, как уничтожил больше десятка отборных мегагладиаторов? И вот он поднимает взгляд на толпу, которая тогда переполняла стадион, а сегодня переполняет кинозалы, И только после того, как он бросил в них свой окровавленный меч, он произносит: «Вы ещё не развлеклись?» Похоже, он начал понимать.

Ещё до вымышленного Максимуса об этом довольно точно сказал Аристотель. Он утверждал, что цель созерцания театральной постановки, будь то комедия или трагедия, но в особенности трагедии, состоит в катарсисе (или очищении). Чтобы испытать катарсис, аудитория должна участвовать в действе. Они пришли не просто развлечься. Способом участия становится идентификация с главным героем или другими персонажами постановки. То же самое с кино.

В случае трагедии у нас есть герой с каким-то трагическим изъяном, ввергающим его в злоключения и вызывающим крушение. И зрители отождествляются с тем, через что он проходит. Другими словами, это эмоционально, физиологически и духовно затрагивает их. Они сочувствуют герою, разделяют его или её грусть, отчаяние, утрату и всё, что он переживает, независимо от содержания.

Именно это важно для тех, кому интересна кинойога. Зрители не просто наблюдают страдания героя и других действующих лиц. Фактически они испытывают собственные чувства. Они обнаруживают, что все великие человеческие страсти: ненависть, любовь, зависть, гнев, радость, печаль и

другие - имеют универсальную природу. Они есть внутри каждого из нас, как и внутри любого другого человека.

Так что, если бы мы были, скажем, в Афинском театре, или в родном городке махнули с другом в кино и, эмоционально отождествившись с главным героем или другими персонажами, прошли их путём, тогда бы с нами произошло то, что Аристотель называл катарсисом. Вот здесь и находится отправная точка кинойоги. Это не причуда или попытка заманить вас банальной отсылкой к авторитетам. У этой игры есть серьёзные исторические корни.

Ладно, что такого в этом катарсисе, в переживании всех этих чувств? Они важны, потому что катарсис исцеляет. Он очищает нас. Это способ опустошить переполненное хранилище эмоций, которые могут глотать нас всю жизнь. Фактически в арсенале любой психологической или духовной практики имеется средство для соприкосновения с этими чувствами. Можно освободить не только эмоции, но и тела. И даже способ мышления может измениться до неузнаваемости. Настолько кардинально, что мы по-другому будем видеть весь мир. Это может настолько изменить нашу жизнь, что покажется, как будто одна часть нас умерла, а другая родилась заново.

Именно за этим люди идут на терапию, даже если сначала они не отдают себе в этом отчет. Это одна из причин, по которым мы занимаемся медитацией и работаем над собой. Так мы освобождаемся. И вот то, к чему мы приходим, возможно, и является главной причиной, по которой мы смотрим кино. Катарсис. Быть может, Максимуса взбесило в первую очередь осознание того, что привело на стадион зрителей. Возможно, ему хотелось крикнуть: «Почему на арене нет вас? Это не подействует, пока вы не почувствуете то же, что и я».



Похоже, нам нужна карта побольше.

Пока я не посмотрел «Челюсти», я не мог понять, из-за чего вся шумиха. А потом я понял. Это было похоже на невероятную современную сказку о Моби Дике, особенно заключительная часть, происходящая в открытом море. Вся последняя часть «Моби Дика», главы которой носят названия «Погоня, день первый», «Погоня, день второй» и «Погоня, день третий», посвящена финалу охоты на этого белого кита. Вплоть до этого момента классический роман Германа Мелвилла был просто поразительным. Но на этапе погони за китом в моих глазах он вышел за все возможные пределы, став настоящей эпопеей. И то же самое произошло в заключительной части «Челюстей»: охота на акулу приобрела эпический размах. «Похоже, нам нужна лодка побольше». Ну не круто ли?

Всякий раз, когда мы ступаем на территорию эпоса, подобного «Челюстям», нам предстоит открыться и подобрать слова для опыта психодуховной смерти-возрождения, о котором я упоминал в связи с моими прошлыми киноприключениями. Смерть и возрождение - метафора, схема, отражающая то, как я переживаю трансформацию через кино. Она отпечаталась во мне с первого кинопрорыва. Это путь, который я знаю глубже всего. Сквозь призму смерти и нового рождения я могу размышлять о сотнях пережитых мною фильмов. Поразительно, что почти в каждом из них прослеживается тема смерти-возрождения, пусть и неосознанно, но ставшая частью творческого замысла. А во многих из них -



тема смерти-возрождения настолько очевидна, что создатели, должно быть, специально сделали её ключевой.

Проще всего описать процесс смерти-возрождения как завершение чего-то, находящегося внутри нас. Исчезает какой-то способ взаимодействия с миром, размышления или чувства о нас самих или других людях, космосе, о том, кем, как нам кажется, мы являемся. И на его месте появляется нечто новое.

Иногда изменения незначительны, и пройти через них довольно легко. Старый способ не слишком сильно укоренился, поэтому новому нетрудно прийти на смену. Но иногда не всё так просто. Большинству из нас кое-что в себе нравится. Может быть, в школе вам казалось, что вы добрый и симпатичный. А потом вы попали в колледж, и эта высшая лига совершенно выбила вас из колеи. И вашему представлению о себе пришёл конец. Возможно, это огорчило вас, но не слишком сильно. Это вас не убило. Вы это пережили.

В иных случаях это подобно адским мучениям, если старое представление о себе - это всё, что у нас есть. В нём может быть заключена вся наша самооценка. Возможность отказаться от него, не зная, что придёт ему на смену, повергает нас в ужас. Скажем, вы представляете себя в постели горячим любовником. В этом образе заключена мощная энергетика. Как у Кристиана из сериала «Части тела», детство которого было проникнуто заброшенностью и насилием. Сексуальные победы - один из способов, которым он неосознанно пытается восполнить это, не отказываясь по-настоящему ни от



одной части своего уязвимого и раненого «я».

Но внезапно происходит нечто: как у Кристиана, когда он становится отцом, и сталкивается со всем своим одиночеством, травмами и низкой самооценкой, пришедшими из детства. Вот тогда процесс изменений приобретает поистине эпические масштабы, и может переживаться буквально как смерть. Мы можем годами бороться с ней, из последних сил держась на краю жизни, выцарапывая и хватая всё, чего мы достойны. Кажется, что именно это и поставлено на карту: всё, чего, по нашему мнению, мы достойны.

Новое представление о себе, которое приходит после смерти старого, всегда позволяет нам жить полнее и быть более реализованным. Я не говорю, что это происходит безболезненно. Это ранит, но в боли есть смысл. Она приводит к цели. Подробнее о смерти-возрождении читай дальше, ибо это основа всего путешествия кинойоги.

Фабрика грёз.

Кино насквозь пропитало нашу культуру. «Голливуд» каждой отдельной страны - это фабрика грёз. Даже если многое из того, что они производят, может выглядеть несущественным, кино всё равно остаётся духовной технологией. Всегда есть возможность создать шедевр, произведение искусства. С одной стороны, кино питается порождающей его культурой. С другой – сами очертания мировой культуры могут быть на долгие годы сформированы кинопродукцией.

Я никогда не забуду первые «Звёздные войны». Как не забудут их миллиарды других людей. Я не принадлежал к числу тех, кто посмотрел его ребенком, и чьё представление о мире было раз и навсегда сформировано этим фильмом. Нет, мои


детские импринты были родом из другого кино. Такого, как «*Двадцать тысяч лье под водой*», «*Бэмби*», «*Старый брехун*», «*Отважные капитаны*», «*Волшебник страны Оз*», «*Седьмое путешествие Синдбада*», «*Радон*», «*Мост через реку Квай*», «*Бен-Гур*», «*Тарас Бульба*», «*Дэви Крокетт*», «*Аламо*» и «*Унесённые ветром*». Ах да, ещё «*Мумия*», «*Кровь Дракулы*», «*Я был молодым Франкенштейном*» и, откровенно говоря, «*Психо*». Список можно продолжать до бесконечности.

Мне было двадцать семь, когда вышли «*Звёздные войны*», это было спустя семь лет после главного опыта смерти-возрождения, который произошёл у меня во время просмотра «*Фантазии*», и об этом я расскажу чуть позже. Когда я посмотрел «*Звёздные войны*», я был в двух шагах от собственной эпопеи, своего духовного пути. Конечно, мне понравился аромат космической саги, удалых приключений и романтики. Но тем, что по-настоящему потрясло меня, была Сила. Наконец в современной поп-культуре нашелся глубокий духовный принцип, который был бы доступен миллиардам. Мировые религии могли бы потратить еще пять тысячелетий, прежде чем предложить огромному количеству людей такую радикальную, одновременно безопасную и простую в использовании концепцию, как «*Да пребудет с тобой сила!*». Уже не говоря о борьбе Светлой и Тёмной сторон, разворачивавшейся прямо перед вами.

Возвращаясь к «*Челюстям*», первому великому блокбастеру. Они коварно выпустили наружу древний архетипический страх. На поверхности - конечно, не на самой поверхности, а немного в глубине - находится наш страх перед акулами. Но что в действительности за этим стоит? Что, если речь идет о великой неизведанности, Тайне, заключенной внутри? Я не говорю сейчас о заезженном фрейдистском ид. Я имею в виду нечто вроде мифического ящика Пандоры, больше

похожее на огромное коллективное бессознательное, о котором писал Карл Юнг.

Самая свежая старая как мир новость.



В каком-то смысле, подход к жизни с точки зрения смерти-возрождения может показаться новым и радикальным способом. Но, на самом деле, это самый древний природный процесс на планете. Мы можем почувствовать это, если замедлимся каким-нибудь значимым способом, прервавшись на некоторое время, скажем, для терапии, или ухода в ретрит, пребывания на природе, медитации, да чего угодно. Даже если мы не сделаем этого сами, жизнь может с визгом затормозить тысячью разных способов: несчастным случаем, болезнью, потерей, смертью близких. Глубоко внутри всегда можно ощутить этот круговорот, его всеобщую справедливость. Там он и окажется, прохладной, свежей дымкой поднимаясь сквозь череду битв и искушений, через которые проходит каждый из нас.

Может показаться совершеннейшим чудом, когда в какой-то волшебный момент круговорот смерти-возрождения взрывается светом осознания, как это случилось со мной во время просмотра «Бегущего по лезвию» и множества других картин. Полностью самопроизвольно, неожиданно-негаданно, но это произошло. Внезапно всё изменилось, хоть и осталось прежним. Когда мы перестаём из всех сил цепляться за наши представления о себе, не остается ничего иного, как отпустить их и сказать: «Добро пожаловать».



Нам может быть мучительно больно, словно в аду. Может казаться, что мы умираем. Но, в конце концов, после смерти, когда наступает новое рождение, оно может стать самой прекрасной вещью на свете. Вам знаком этот мотив в стиле госпел, «Amazing Grace»? «Как сладок это звук...» и прочее. Я не шучу. Когда умирает то, что мы так лелеем, когда мы сдаёмся, капитулируем, прекращаем свою битву за то, чем мы были (даже если это делает нас несчастными), какая-то часть внутри нас точно знает, что это произошло вовсе не из-за нашего героизма или избранности. Становится совершенно ясно: это просто подарок.

Практически каждый, кто начинает самоисследование, погружается в глубину своей психики: кто-то плещется на поверхности, иные ныряют довольно глубоко. И знаете, что? Даже если мы больше всего боимся акул и безымянных монстров, в глубине есть не только они. Нет, там есть ещё дельфины, русалки и такая неземная красота, которую мы даже не можем себе представить.

А если вы забываете семьдесят пять процентов фильма, ещё не дойдя до парковки? Я никогда не встречал человека, который бы не запомнил хоть что-нибудь из какой-нибудь сцены какого-нибудь фильма. Ни одного. Достаточно ли одного воспоминания? Можете поспорить, что да. Даже один мощный опыт способен тем или иным образом изменить нашу жизнь. Верно? Вы знаете, что да. Оглянитесь. Это ведь несложно, правда? Какое-нибудь воспоминание, ощущение. Постарайтесь припомнить фильм, который вам больше всего понравился или не понравился. Это легче, чем вы думали, не так ли?

Моя наставница, Энжелес Эрриен, говорит, что любой запомнившийся нам сон - это лекарство. Чтобы отдать ей должное, мы можем пойти немного дальше и сказать, что любое воспоминание - это лекарство. А потом ещё немного раскрутить эту мысль, посмотреть глубже и сказать, что любой запомнившийся фильм не далёк от сна. Это определенно сильное лекарство. Мы не случайно запоминаем кино. Наша задача, если мы хотим практиковать кинойогу, состоит в том, чтобы проснуться. Что-то по-настоящему важное говорит нам изнутри: «Привет, обрати внимание. Ты не случайно это чувствуешь». Хотите узнать, почему? Ладно, посмотрим, как у вас получится.



Игра.

Тайлер Дерден: *Телевидение внушило нам веру в то, что все мы станем миллионерами, звёздами кино и рок-н-ролла. Всё враньё. И мы начали это осознавать.*

~ Бойцовский клуб

Фетида: *А вдруг появятся другие герои? А храбрость и находчивость станут присущими смертным?*

~ Гибель титанов⁵

Один Удар: *Некоторые люди ясно слышат внутренний голос. И делают то, что он им подсказывает. Такие люди либо сходят с ума, либо становятся легендой ...*

~ Легенды осени

Мы узнаём, что положило начало Игре.

Помните, я говорил о своей работе, которую ощущаю как призвание? Кэри, я и многие из наших друзей проводят семинары для ищущих. Хотя это и не основная задача, но по ряду причин на них мы показываем множество фильмов. Во-

⁵ Имеется в виду картина 1981 г. режиссера Десмонда Дэвиса, а не её ремейк 2010 г. режиссера Луи Летерье.

первых (уверен, вас это шокирует), я заядлый киноман. И, наряду с другими практиками, мы обычно смотрим несколько подходящих по тематике фильмов.

Во-вторых (честно говоря, это основной мотив), кино позволяет по-новому увидеть, поддержать и помочь интегрировать весь тот опыт, который участники получают на семинаре. Мы смотрим кино, переживаем то, с чем стараемся установить прочную связь, наблюдаем видеоряд, слушаем музыку, пропуская всё это не только через разум, но через тело и наши чувства, и вместо размышлений мы получаем прямой опыт.


За годы работы те фильмы, что я показываю на семинарах, успели немного приестся. Участники, наверное, думают, что я зануда или ненормальный. Я показал десятки разных фильмов, от очевидных шедевров, таких как *«Кабеза де Вака»*, испанского режиссёра Николаса Эчеваррия, до классического *«Эквуса»* Сидни Люмета. Я даже провожу недельный семинар по восхитительной трилогии Питера Джексона *«Властелин колец»*.

В одно я верю всем сердцем: фильмы не могут дать нам то, чего у нас нет совсем. Они всего лишь пробуждают то, что уже есть внутри, чтобы мы смогли это осознать. Когда это происходит, мы исцеляемся на эмоциональном, психологическом и духовном уровне. Эта способность фильмов пробуждать нас исключительно важна, и она существенно усиливается, когда мы фокусируемся на основных правилах игры в киноигру.

Большинство участников целиком погружаются в этот опыт. Даже тех, кто не в восторге от фильма, признают пользу от возможности осознать нечто важное во время просмотра. Они понимают, что исцеляются во время просмотра тех или иных сцен, руководствуясь несколькими простыми инструкциями. Об


этом будет идти речь в оставшейся части книги: внимание к своим реакциям во время просмотра фильма позволяет получить значимый, надолго преображающий нас опыт.

Эпопея с газировкой



Ты можешь пройти через смерть-возрождение, даже притормозив у ближайшего магазинчика, чтобы купить газировку. Знаешь, что я имею в виду? Ты чувствуешь, что умираешь от жажды, и, предвкушая первый глоток живительной свежести, на повышенной передаче несёшься вперёд. Ты чуть не сбил велосипедиста, и тебе приходится ударить по тормозам. В это время загорается жёлтый свет. Сходя с ума, ты целую вечность торчишь на красном, а закипающая внутри энергия, словно лава в жерле вулкана, готова вот-вот извергнуться наружу. Наконец, ты можешь ехать дальше.

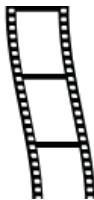
Скоро - вообще-то скоро по астрономическому времени, потому что внутри ты ощущаешь, как сменилась целая череда ледниковых периодов - ты подходишь к двери магазинчика, возле которой рычит смахивающий на бешеного пёс. К этому времени он уже начинает напоминать огнедышащего дракона. Каким-то чудом тебе удастся миновать хранителя врат и пробраться внутрь. Не может быть, у них нет твоей любимой газировки. Погодите, кажется, есть одна баночка, но (позвольте ещё немного вас помучить), ты забыл дома бумажник. И это уже не просто газировка, это вопрос жизни и смерти, и все силы вселенной сошлись на этом поле битвы. Представь эту картину. Это просто СМЕРТЬ! Окончательно сражённый, без эликсира жизни ты



понуру бредешь наружу, в мрачную вселенную. Твой путь лежит мимо шести ящичков с напитками, которые богиня даров только что доставила в своей колеснице. Ты падаешь ниц, слышишь звон в кармане и, погляди-ка, о чудо! всё вдруг изменилось! ТЫ ЗАНОВО РОДИЛСЯ! А это ведь просто газировка, верно?

По правде говоря, смерть-возрождение - это естественный способ бытия на нашей планете. Неестественным для нас (и для наших родителей, и для родителей наших родителей) его делает усвоенный с детства способ мышления, напрочь отвергающий этот круговорот. Мы выросли с убеждением, что единственная достойная цель: всё время достигать большего, становиться лучше, богаче, значимее, умнее, красивее, быстрее, круче – всегда и во всём. В нашей культуре все изменения линейны, как поездка в один конец. Чем больше, тем лучше. Если бы мне удалось заработать ещё немного денег. Если бы нам удалось добыть ещё немного миллионов баррелей нефти, срубить ещё немного деревьев, купить ещё немного недвижимости. Знакомая картина?

Каждый старается получить что-то за счёт других. А между тем Мать-природа плавно движется сквозь вечные циклы: день сменяется ночью, а ночь - днём. Меняются времена года. Всё рождается и умирает. Жизнь продолжается в новых формах. Мы, люди, кажется, единственные живые существа на этой планете, всерьёз считающие, что циклы перемен придуманы для слабаков. И если мы находимся в нисходящей фазе цикла, когда мы отступаем, и нам нужно перегруппироваться, лечь на дно и многое



переосмыслить, то это, наверняка, связано исключительно с нашей слабостью, и с нами определённно что-то не в порядке, и так происходит вовсе не потому, что это естественный и неизбежный путь роста и изменений.

Как играть с этой книгой.

Мой младший сын Брин относится к тем искателям приключений, которые путешествуют по экрану монитора. PlayStation 3, X-Box 360 - всё равно. В этом он берёт пример с моего старшего сына Эйсона, в своё время исходившего по экрану монитора немало троп и дорог. Помимо всего прочего, оба этих джентльмена - до ужаса продвинутые киноёги, вместе с которыми мы совершили множество незабываемых кинопутешествий.

Когда Брин погружается в игру, он полностью в ней. Попадая на другой уровень, он не останавливается, даже чтобы узнать новое задание. Он просто движется навстречу неизвестности. Для него в этом заключена вся соль: азарт и возбуждение. Лишь изредка, основательно застряв, он возвращается к описанию или путеводителю по игре. «Ладно, давай-ка уже разберемся с этим» - вот что им движет. Обратите внимание, похоже, что это семейное.

Вы можете точно так же отнестись к киноёге. Вы уже разогрелись и готовы к просмотру, а, возможно, даже и к некоторой трансформации. Похоже на «*Перекресток Миллера*» братьев Коэнов: «Эй, что слышно? Ну, и где там та часть, в которой мы умрем и возродимся?» Кто-то скажет: «Кроме шуток, я в терапии уже в течение нескольких лет. Я медитирую каждый день. Мне не нужна никакая психологическая лапша. Я знаю, как работать над собой. Я хочу поиграть».

Если что-то из выше изложенного о вас, то вы в полной боевой готовности. Вам не нужно сейчас читать следующие главы. Вы можете разбежаться и нырнуть. И всё же, спустя какое-то время, вы можете найти эти главы достойными внимания. Застряв, как Брин, на каком-то уровне, вы всегда можете воспользоваться описанной в следующих двух главах навигационной системой осознания как указателем. В них я даю голый скелет того, что собой представляет кинойога - *кинойога для движения в левом ряду*. Прочтите её. Если вам захочется подробностей, обратитесь к странице 47 за «Краткими указаниями к игре». После этого останется только начать игру.

В Приложениях вы найдёте два списка. В первом содержится полный перечень фильмов, упомянутых в книге. Во втором указаны все фильмы, использованные или как образец для нескольких сценариев для кинойоги, или же в качестве примеров различных этапов матрицы смерти-возрождения, которая является основной картой трансформации, используемой в игре. К тому же, названия всех фильмов выделены в указателе курсивом с номерами соответствующих страниц.

Пролистывая книгу, вы могли заметить тут и там узкие абзацы, отмеченные символом киноленты, представляющими мои размышления и некоторые дополнительные факты и наблюдения о том, как сделать кино духовной практикой. Вы можете читать их или нет, в зависимости от настроения. Или если вы сделаете какое-то интересное открытие во время просмотра. То, что с первого взгляда покажется несущественным, может увлечь вас спустя некоторое время.

Но если вы решите пропустить эти «узкие абзацы», ничего страшного. В них нет ничего такого, без чего нельзя было бы начать игру. Они нужны для тех из вас, кто любит изучать инструкции по сборке и эксплуатации. Читатели, помните, в

любой момент, когда вам захочется чего-то большего, «узкие абзацы» будут к вашим услугам.

Сейчас, если вы похожи на Эйсона или Бриана, и хотите пропустить большинство инструкций, направляйтесь прямо к главе «Я смеялся и плакал», начинающейся на странице 73, или главе «Смерть» на странице 195. Во второй части книги не пропустите заголовки «Предварительный показ». Будет полезно прочитать о навигационной системе осознания на странице 56 (см. схему на стр. 56) и матрицах смерти-возрождения, таблица с которыми находится на стр. 118. Именно там мы максимально погружаемся в кино. Ну что же, пора накинуться на киноюгу! Удачной игры!

Кинойога для движения в левом ряду.

Мы сидим на диване или в кресле кинотеатра. Мы смотрим фильм и наблюдаем за своими реакциями. Мы не считаем режиссёра ответственным за наши чувства, а смотрим внутрь. Мы стараемся понять, что именно в нас затрагивает та или иная сцена. Это может быть что-то, что мы хорошо о себе знаем, или что-то совсем новое: завораживающее, таинственное, или же всё сразу.

Независимо от того, что это, как только мы проникаем в переживание насколько возможно глубоко, мы тут же позволяем ему проявиться в нашем сознании и заключаем в объятия. Вот и всё. На самом деле, на диване или в кресле кинотеатра, поедая шоколад или попкорн, мы выполняем одну из глубочайших духовных практик, известных человечеству. А мы-то думали, что просто хорошо проводим время.

Самая безопасная игра.

Для тех, кто находится на борту: пару слов об играх вообще. То, что сказал Алонсо, персонаж Дензела Вашингтона,

Хойту в исполнении Итана Хоука в «Тренировочном дне» - безудержном и захватывающем исследовании отношений от Антуана Фукуа. Стараясь оправдать творимые на улицах бесчинства и произвол, он сказал Хойту: «Это шахматы, а не шашки».

Да, это тоже настольная игра. И в ней тоже надо переставлять фигуры. Но правила и движения фигур немного иные. Совершенно иные, словно в другой вселенной. Не имеет смысла сидеть за шахматной доской и горевать из-за того, что это не шашки. Правда, иногда мы ведём себя именно так, но это всего лишь пустая трата сил. Надо просто пойти и поискать шашки.

В этой игре тоже есть инструкции. Вы можете сказать: «Ну, это не так, как было у меня во время психоанализа». Или «На занятиях йогой (на медитации, в группе Анонимных Алкоголиков, да где угодно) нам такого не говорили». Конечно, вы правы. Но, как сказал Лу Рид, «Эй, детка, давай-ка пройдемся на ту сторону». Ну что ж, давайте пройдемся.

Краткие указания к игре.

1. Исцеление - это внутренняя работа. Всё, что нам нужно для движения к целостности, заключено внутри нас. Основной инструмент - это способность к осознанию или самосознанию.
2. Чтобы играть в кинойогу, нам нужна APS™⁶ - навигационная система осознания (смотри схему на стр. 56). Чтобы представить себе эту систему, вообразите большой знак «плюс». Горизонтальная ось отражает всё, что находится снаружи. Вертикальная ось - процессы, происходящие внутри. Реакция

⁶ APS - Awareness Positioning System – навигационная система осознания. Название созвучно устоявшейся в русском языке англоязычной аббревиатуре GPS (Global Positioning System) (прим. пер.)

возникает на фильм, действующий на нас снаружи. Но исцеление приходит изнутри, по вертикальной оси. Поэтому мы не привязываемся к фильму, который находится снаружи. Отталкиваясь от своих реакций, мы заглядываем внутрь себя, чтобы узнать, что именно в нас было затронуто. Как только мы признаем тот факт, что природа этой работы является исключительно внутренней, мы освобождаемся

3. Почти в каждом фильме содержится, по крайней мере, одну из четырёх фаз трансформации, которую мы называем матрицей смерти-возрождения (см. таблицу на стр. 118). Вы можете держать их перед глазами во время игры. Каждый раз, когда вы чувствуете, что находитесь в одной из фаз, вы как будто попадаете в неведомый мир. Вот эти фазы: *Зона безопасности, Зона ловушки, Зона войны и Зона свободы.*

Двигаясь к целостности - мы получаем инструкцию номер один.

Давайте начнём с метауровня и окинем взглядом всю картину. Мы все постоянно стремимся к целостности. Это не какая-нибудь открытая мною великая истина. Тысячелетиями об этом говорили философы и мудрецы. Любого рода опыт может дать нам ощущение большей целостности. Со временем наш опыт увеличивается, становясь более разнообразным, ввиду чего наше ощущение целостности может усилиться. Например, разве в семнадцать лет вам не казалось, что вы всё уже знаете? А когда вам исполнилось двадцать пять, если уже исполнилось, разве вам не пришло в голову «Господи, каким придурком я был в семнадцать?» И так все время.

Мы можем существенно ускорить движение к целостности своими сознательными усилиями. Занимаясь

терапией, йогой, медитацией, танцами, молитвой и всем, что позволяет нам чувствовать себя лучше и быть более счастливыми. Мы будто бы начинаем двигаться по полосе скоростного движения или в левом ряду. А некоторые практики несут нас ещё стремительнее - как сказал один учитель, словно медитируешь в несущемся экспрессе. Просто представьте, что движение к целостности может подарить нам исцеление, освобождение, или какие-то новые возможности.

Внутренняя работа.

Движение к целостности - это ещё и внутренняя работа. Абсолютно все ключи от нашей трансформации находятся внутри. У каждого из нас. Внутри нас есть некая сила - неважно, как мы называем её - душа или высшее «я» - которая действует исключительно в наших интересах. Она работает всё время.

Для простоты назовём её Внутренним целителем. Именно он сообщает нам, на чем в данный момент стоит сосредоточиться, что проработать или подлечить, чтобы достичь своего высшего и лучшего «я». С его помощью в поле нашего осознания в подходящее время оказываются какие-то серьёзные вопросы, воспоминания, универсальные истины, а также опыт и озарения любых видов.

Способность осознавать сама по себе целительна. Прежде, чем что-либо изменить или извлечь из чего-либо пользу, нам нужно это осознать. Это не так уж революционно. Практически каждый терапевт скажет, что прежде, чем исцелиться от чего-нибудь, надо понять, что же это такое. Внутри у каждого из нас есть свои стереотипы; о которых мы забыли или никогда не знали. И все они мотивируют нас совершенно невообразимо. Мы думаем, что мы свободные люди, делающие ясный выбор и действующие независимо. За тем исключением, что это не совсем так.

Внутренний бессознательный материал ловит нас в сети и сажает на привязь. И то, что есть на самом деле - лишь поводок разной длины. Чем больше наложенных на себя ограничений мы можем высвободить, тем длинней становится поводок, тем большей свободой мы обладаем. Пока однажды мы не срываемся с поводка. И когда мы решаемся, то исходим из подлинного переживания свободы, которое на самом деле у нас есть, а не из того, что мы себе придумали.

Например, некоторые из нас прирождённые одиночки. Нам нравится быть наедине с собой больше, чем бродить среди людей. Другие нас не волнуют. Нам просто нравится собственная компания. Есть ещё те из нас, кто одиноки, потому что нам неуютно с другими. В толпе нас накрывает приступ паники, нам не по себе среди людей, мы ненавидим вечеринки, а свадьбы и аэропорты приводят нас в ужас. Нам легче выколоть себе глаз, чем немного поупражняться в светской болтовне.

Так же справедливо и то, что некоторые из нас родились публичными людьми. Нам и в одиночестве неплохо, но это явно не то, что мы выбираем изначально. А есть и такие, для кого быть одному - серьёзный вызов. Или, ещё хуже, одиночество настолько тревожит нас, что мы не в состоянии его выносить. В основном мы прячемся в толпе. Другие люди дают нам возможность чувствовать себя в безопасности или ощущать свою идентичность.

Если мы принадлежим к тем, кого пугает одиночество или пребывание среди людей, на то, как мы чувствуем, могут влиять неосознанные проблемы. Есть они или нет, все мы склонны строить свою жизнь, отражая или компенсируя страх одиночества или других людей. Мы можем убеждать себя, что нам нравится быть свободными, хотя на самом деле мы боимся отношений. Или наоборот, мы воспевает партнёрство, в

действительности предпочитая быть хоть с кем-то, чтобы не просыпаться по утрам в одиночестве.

Что я хочу сказать: мы думаем, что мы свободные люди, делающие свободный выбор. А на самом деле - мы на поводке, о котором я говорил. В этом случае поводок - это наш страх одиночества или других людей. В любой ситуации мы убеждаем себя, что это только наш выбор, и нам нравится делать то, что мы делаем. Но наши выборы и предпочтения отнюдь не свободны. Они ограничены нашими страхами. Наше ощущение свободы иллюзорно, по крайней мере, отчасти. Хорошая новость состоит в том, что, осознавая свои страхи, узнавая их, мы можем постепенно удлинить свой поводок, а то и вовсе отстегнуть его. А затем, со временем, мы можем стать действительно свободными.

Проблема Будды.

Если исцеление - это внутренняя работа, то для чего тогда окружающий мир? Кроме всего прочего, мы проводим в нем немало времени, правда? Я имею в виду тех, с кем мы связаны отношениями, ну, ладно, вообще всё на свете: людей, места, вещи - всё это находится снаружи. И как это согласуется с той идеей, что исцеление – это внутренняя работа?

Пока мы сосредоточены на ком-то или чём-то снаружи, пока связываем свое счастье или благополучие с чем-то внешним, мы никогда не сможем полностью реализоваться. Продолжая верить, что для нашего счастья должно измениться что-то снаружи, мы навсегда останемся в рабстве. Мы всегда будем отдавать свою энергию вовне.

Если мы убеждены, что, концентрация на чём-то внешнем позволит нам освободиться, а верите вы или нет, многих из нас с детства учили именно этому, то можем считать себя по сути одураченными. Это абсолютно безнадежная ситуация. Почему? Потому что все семь миллиардов людей на планете делают одно

и то же. Каждый верит, что станет счастливым, если другие люди, места и вещи дадут ему то, что он хочет.

И мы можем попасть в серьёзные неприятности, если то, чего мы хотим, привлекает кого-то ещё. Лучшее, на что мы можем рассчитывать - это кратковременное счастье, за которое сначала надо сразиться. И, в довершение всего, за него надо будет бороться ещё, чтобы не потерять. От одной только мысли об этом мне становится плохо.

Возможно, лучше всего из людей эту проблему разъяснил Будда. Он сказал, что страдание порождается желанием, неутолённой страстью. Мы или не имеем того, чего жаждем, и от этого несчастны, или завладеваем чем-либо и боимся это потерять. В любом случае мы снова и снова несчастны - сразу же, или через несколько секунд, часов или дней, пока не возникло следующее желание. Опять-таки, проблема в том, что мы действуем по всей безграничной окружающей нас игровой площадке, где каждый из жителей планеты Земля найдет, чем заняться. Почему нет, если мы верим, что станем от этого счастливее?

Между прочим, хорошо зарекомендовавший себя на практике рецепт написания сценария, подходящий, по большому счёту, для любого фильма, гласит: *некто отчаянно жаждет чего-либо и, пытаясь заполнить это, попадает в неприятности*. Вдумайтесь: приключения, мелодрамы, ужасы, комедии - всё, что угодно, включая реальную жизнь. То, насколько это верно, просто пугает. У всех нас есть то, что я называю проблемой Будды.

Навигационная система осознания, где мы получаем инструкцию номер два.

А что изменится, если мы будем основываться на обозначенных положениях игры - счастье приходит изнутри и

так далее? Изменится способ нашего взаимодействия с окружающим миром. Нам понадобится кардинально новый подход к людям, местам и вещам. Одна из жизненно важных функций Внутреннего целителя - быть источником этой революционной перемены. Этот ранее неоткрытый ресурс заключён в нашей внутренней силе, которая способствует фундаментальной переориентации. Это то, что я называю APSTTM или «Навигационная система осознания».

Вы когда-нибудь сбивались с дороги? Разворачивались, ехали в другую сторону, абсолютно не представляя, куда же повернуть? Тогда вы съезжали на обочину и пытались разобраться в лабиринтах дорожной карты, которую достали из бардачка или распечатали на принтере. Получалось не быстрее, чем в те давние времена, когда существовали астрология, и мореплаватели тратили кучу времени, пытаясь найти дорогу по звёздам. Во всяком случае, когда они могли их видеть.

А можете ли вы припомнить моменты получше: когда вы активировали вашу новую GPS, ваш верного штурмана? Затем проходила минута-другая, и происходило чудо, когда далёкий спутник засекал ваше положение на планете Земля. Раз и готово! По вашей собственной воле некая невидимая сущность из киберпространства с немыслимой точностью, в мельчайших деталях указывает вам путь к цели и спрашивает, что бы вы хотели перекусить и какой фильм посмотреть, пока будете туда добираться.

Представьте, что APSTTM - это нечто похожее, за исключением того, что речь идет не о путешествии по федеральной автостраде. Это волшебство совсем иного рода. Оно может помочь в тех путешествиях по внутренним автострадам, в которые мы то и дело отправляемся. В те одиссеи чувств и стремлений, надежд и чаяний, разочарований и достижений, которые являются ключом к тому, насколько мы

реализованы, и составляют суть того, кто мы есть на самом деле. Метафора наших блужданий по тысяче и одной внутренней Дороге, ведущей в никуда, в попытках выбраться то из одной, то и другой передрыга, довольно точно отражает наши попытки обрести счастье. Для большинства из нас почти всё время проблема заключается в использовании старых, неуклюжих, вышедших в тираж стратегий, чтобы достичь той степени реализации, которой мы, как нам кажется, заслуживаем. Подобно тому, как GPS чудесным образом упростила езду по дороге, APS™ может помочь в многочисленных путешествиях по тем внутренним дорогам, которые в традиции Анонимных Алкоголиков именуются «большими магистральями». Я говорю обо всех дорогах, буквально о каждой, что нам предстоит.

Вот как работает наша APS™. Представьте, как на экране радара, два пересекающихся вектора, вращающихся в трёхмерном пространстве - здесь можно сделать паузу. Вы скажете: «Вы что, шутите! Вектора в чём-то там! У меня в жизни хватает неприятностей. Система, на которую я бы потратил время, должна упрощать, а не усложнять ситуацию». И знаете, что? Будете правы на все сто.

Давайте отмотаем назад. В «Главе второй» в нашем определении APS™ предлагается на миг представить, что люди от природы стремятся к реализации, даже если вся совокупность прошлого опыта с очевидностью доказывает, что на данный момент они полные неудачники. Что, если я откажусь от трёхмерной модели и оставлю всего два измерения, как на листе бумаги? Теперь представьте, что встроенная в нас с рождения система, которую я называю APS™, устроена по типу знака «плюс». Так лучше? Знаете, что дальше? У вас даже есть рисунок. Если вам сложно самим представить себе эту схему, обратитесь к странице 56. Горизонтальная ось, идущая из стороны в сторону, отражает наши отношения с окружающим

миром - миром людей, мест и вещей. Как уже говорилось, обычно мы там и сосредоточены. Там мы и ищем своё счастье. На самом деле, пока мы не переживём опыт, который мог бы перевернуть наше сознание, эта ось остаётся для нас единственной.

Проверьте себя: если это всё, что у нас есть, то символ «плюса» вообще не подойдёт для понимания нашей APS™. В нашем распоряжении только «минус». Это кое-что говорит о жизни, основанной только на горизонтальном измерении. Получившийся у нас «минус» может означать, что нам чего-то не хватает. Что нам нужно ещё одно измерение, чтобы достичь целостности.

Чтобы превратить «минус» в «плюс», нам понадобится вертикальная ось. Вертикальная ось знака «плюс», направленная вверх и вниз, представляет нас и нашу собственную природу. Промежуток, расположенный ниже точки пересечения осей, представляет моё внутреннее пространство - мои чувства, стереотипы, привычные способы мышления и взаимодействия с миром. В нём содержится не только то, что я знаю о себе, но и бессознательный материал. Этот отрезок символизирует мою психику.

Отрезок вертикальной оси, находящийся выше точки пересечения, также относится ко мне, но отражает несколько иные аспекты. Он представляет то, как я стремлюсь и пытаюсь достичь высшего «я», насколько я его представляю и чувствую. Мы можем назвать его нашими духовными устремлениями, нашей концепцией высшего «я», бога или богини, или как-то ещё. Это всё, к чему мы стремимся, когда чувствуем побуждения такого рода. Таким образом, вертикальная ось - то исцеление, которого мы ждем, занимаясь глубокими практиками.

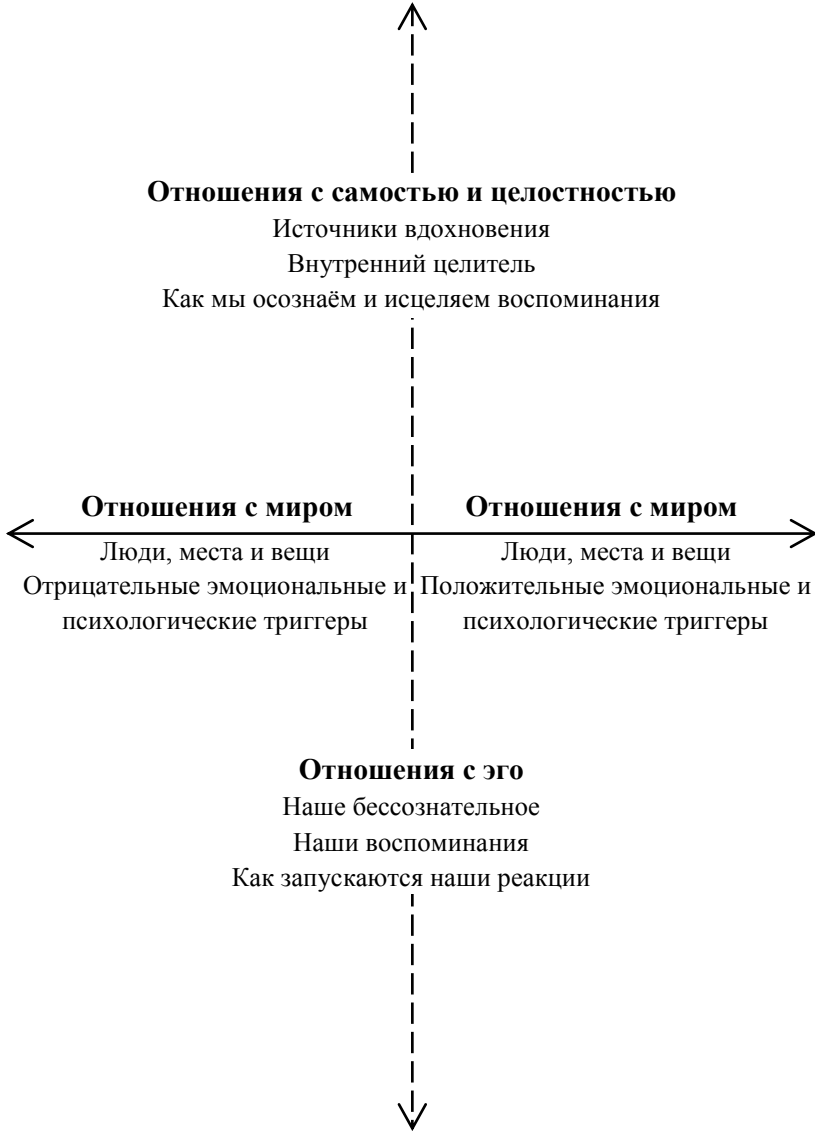
В течение жизни большинство из нас уделяет мало внимания вертикальному измерению жизни или вообще его

игнорирует. Мы фокусируемся на горизонтальном векторе: чего мы хотим от окружающих людей и ситуаций. Так происходит, пока что-то не заставит нас взглянуть внутрь, неважно, будет оно чем-то разрушительным и тяжёлым, как глубокая физическая или эмоциональная боль, зависимость, панический страх, или мощным и вдохновляющим, как спонтанные духовные переживания. Обычно только полное отчаяние останавливает наши поиски счастья «где-то там».

Поиск исключительно «где-то там» даёт нам временную передышку среди боли и неприятностей. Если мы начинаем поиск счастья внутри, по вертикальной оси координат, то можем чувствовать себя счастливыми в любой ситуации извне. Поскольку тогда мы знаем, что внешние события преходящи, тогда как на внутреннюю реализацию всегда можно опереться.

На первый взгляд, концепция APS™ может показаться радикальным нововведением. Но то, что мы никогда не использовали персональную APS™ и, возможно, не подозревали о её существовании, не значит, что у нас её нет. В действительности, она раз и навсегда дана каждому. Вам, наверное, известно, что GPS является дополнительной опцией в большинстве автомобилей? Так вот, APS™ входит в стандартный комплект любой человеческой модели. Нам нужно только активировать её, включить в режим работы онлайн. Проведите пару тестовых операций, как с любой другой технологией. Нам лишь понадобится открыться её удивительным возможностям. И тогда мы никогда, никогда не заблудимся в своих жизненных путешествиях, какими бы запуганными и противоречивыми они ни были.

Навигационная система осознания (APS™).
Как внешний мир может привести к внутренней трансформации



Никого не обвинять.

Давайте рассмотрим некоторые дополнительные детали вновь открытой APS. Существует оборотная сторона того, почему мы предпочитаем жить только в горизонтальном измерении. Ошибочно полагая, что счастье исходит извне, мы считаем, что оттуда же исходит и боль. Иными словами: когда нам плохо, мы виним других или внешние обстоятельства.

Помните выражение «Бес попутал»? Это преувеличенный способ сказать то, что мы произносим всё время. Мы на самом деле думаем, что наши чувства меняются в зависимости от действий других людей и внешних событий. Например, мы говорим: «Ты разлил меня» или «Если бы ты не делал это и вот это, я был бы счастлив». Есть ещё тысяча подобных выражений.


Что, если не привязывать наши чувства к чему-то внешнему, а рассматривать любой «горизонтальный» опыт, независимо от того, с людьми ли, местами или ситуациями ли мы соприкоснулись, как возможность вырасти, узнать что-то новое о себе? Что, если мы увидим в этих событиях не *причины* нашего состояния, а *триггеры* - маячки или сигнальные огни, которые могут вести к пониманию подлинных причин наших реакций? А они находятся – где бы вы думали? – внутри нас, в пространстве вертикального измерения.

Итак, мы пока что установили, что подлинные причины находятся внутри нас, на вертикальной оси. Это абсолютно меняет наше видение горизонтального измерения - игровой площадки размером с целый мир. Теперь «мир снаружи» становится безграничным пространством возможностей и сигнальных огней, позволяющих расти. Хм, похоже, мы можем пойти немного дальше.

Ну, к примеру: скажем, в свою бытность ребенком, всякий раз, когда я и тянулся за вторым куском пирога или торта, моя

мама называла меня эгоистом и жадиной. Наверное, в терапии я могу встретиться с гневом, возможно, стыдом и некоторой порцией низкой самооценки. Возможно, я склонен лишать себя удовольствий или даже пренебрегать своими потребностями в отношениях с партнёром.

Глазами ребенка.



Первым, а может быть, первым запомнившимся фильмом, был «Двадцать тысяч лье под водой»⁷. Было утро субботы. Мне было около четырёх. Я думаю, у нас ещё не было собственного телевизора, а может быть, он только появился. Кажется, что мы были вдвоём с сестрой, без родителей. Помню, что мы зашли в середине фильма. В те дни я запросто мог так сделать. Не то, что сейчас, когда из-за потерянной миллисекунды фильма я готов прервать просмотр. Про этот фильм я помню только две вещи. Одну из сцен и то, что я чувствовал.

Даже сейчас я могу явственно вспомнить Глаз - глаз гигантского спрута. И героя – много позже я узнал, что это был Кирк Дуглас - пытавшегося поразить спрута с палубы какого-то корабля, но это могла быть и подводная лодка. Волны захлёстывали палубу. Я явственно помню, как у меня открылся рот. Потому что я испытывал Благоговейный трепет.

Я словно был смыт с палубы собственного корабля, корабля своей реальности, такими же безжалостными волнами, какие бушевали вокруг Кирка Дугласа. Меня вынесло. И знаете, что! Впервые в своей

⁷ Речь о картине 1954 г. режиссера Ричарда Флайшера, студии Уолта Диснея, а не о более ранних или более поздних экранизациях, которых если считать ту, что собирается снимать Дэвид Финчер, насчитывается десять.



короткой жизни я почувствовал себя дома. Погружённым в пространство мифа и архетипов. И по сей день этот мир остаётся для меня более реальным, чем все переживания моей жизни. Просто таким образом это происходит со мной. Не удивительно, что я люблю фильмы. Они мосты связующие меня с родным домом.

Теперь, в моей нынешней жизни, я на вечеринке и мы все развлекаемся. Я протягиваю руку к последнему оставшемуся шоколадному пирожному, как тут моя подружка делает мне шутовское замечание: «Ах ты, маленький поросёнок, хрю, хрю». Затем она целует меня и смеётся, но я не смеюсь вместе с ней. Я умираю. Я готов провалиться сквозь землю от стыда, огромные волны гнева бушуют внутри меня. Я ненавижу эту женщину. Я думаю: «Она обидела меня, сделала мне больно. Я не собираюсь с ней оставаться. Я не могу ей доверять. Женщины всегда делали мне больно. Лучше мне стать монахом и отказаться от секса и шоколада». Думаете, я слегка перегнул палку?

Что же произошло? Чтобы разобраться, обратимся к нашим новым руководящим принципам, в особенности к APS™. У меня есть два способа реагировать на эту ситуацию. Во-первых, я могу обвинить свою подружку в нанесении мне моральной травмы, а затем отступить, перегруппироваться или убежать. Как я делал это в те последние пять раз, когда случалось подобное. Кстати, этот проклятый, практически безупречный способ оставаться в одиночестве в течение долгих лет.

Или же я могу задействовать свою APS™: «Чёрт, больно-то как! Будем считать, что зажглась сигнальная лампочка. Вот классный триггер, запускающий мои переживания по горизонтальной оси, находящийся извне. Откуда я знаю?

Потому что моя реакция слегка неадекватна реальной ситуации. Должно быть, в моей голове столкнулись какие-то серьёзные бессознательные мотивы, если я хотел разорвать отношения из-за того, что случилось».

Откуда же берутся эти мотивы? Они приходят из глубин моей собственной души. Если я хочу полностью их осознать, я должен взглянуть вниз вертикальной оси знака «плюс», вглубь собственной жизни, прошлого, где я уже проникал в суть такого рода ситуаций. Проще сказать, чем сделать, потому что гораздо легче обвинять кого-то другого, чем выискивать нечто в своей душе, даже если вам и не нужно обвинять себя. Предположим, я это сделал, хоть это было и нелегко. Поскольку раньше я сталкивался с подобными ситуациями, то довольно быстро могу опуститься максимально глубоко, словно перебирая чётки.

Я хорошо знаю, что на их нить нанизаны паттерны отчасти взаимосвязанных чувств: в данном случае речь идёт о боли, стыде и гневе. Передо мной два пути: обвинить окружающий мир - горизонтальная ось; или же принять ответственность - вертикальная ось. Большая разница.

Это не значит, что я должен себя обвинять. Я не хочу сказать, что люди не делают нам больно. Я бы хотел, чтобы слова *вина* не существовало вовсе. Речь не идет об обвинении: себя или окружающих. Так мы никогда не освободимся. Речь идёт об одной весьма практической вещи, выполнение которой позволит нам измениться так, чтобы лучше себя чувствовать во взаимодействии с миром. Как я уже сказал, мы отбрасываем попытки обвинить себя или других и опускаемся вдоль вертикальной оси знака «плюс». Когда я это делаю, я могу распрощаться со своими детскими реакциями на маму.

Ясный взгляд сквозь цветные очки.

Есть ещё кое-что интересное. Как вам такой сценарий: предположим, я часто сталкиваюсь с чувством отверженности. Это сложное переживание. Оно похоже на цветные очки, которые окрашивают всё, на что мы смотрим. А видеть мир сквозь очки отверженности довольно трудно. Допустим, я на той же вечеринке, и стыд не позволил мне съесть последнее пирожное. Моя подружка поднимается и уходит на кухню.

То, что она встаёт и идёт на кухню - по сути, нейтральное действие. Она просто делает что-то своё. Это не имеет ко мне никакого отношения. Если она, конечно, не злая ведьма из пряничного домика, которая знает о моём паттерне отверженности и желает свести меня с ума: ну, это сочтём полностью паранойяльной реакцией, и к тому же она вовсе не ведьма.

Но что происходит со мной? Меня захлёстывают эмоции, и я чувствую - что? Отверженность. Она только что отвергла меня. Почему я реагирую таким образом? Потому что я смотрю сквозь очки отверженности, а не потому, что она действительно что-то сделала. Улавливаете мысль? Представляете, насколько сложным может быть такое совместное взаимосвязанное творение наших реальностей? А ведь мы пока коснулись всего двух паттернов: этого, и ещё одного с пирожным. А у каждого из нас их куда как больше. Смешайте их, и ваши очки превратятся в безумный калейдоскоп.

Нам кажется, что мы свободны, но пока мы реагируем на ситуации, которые видим сквозь очки, это не так. В нашей новой игре мы попрактикуемся в использовании APS™ для того, чтобы смотреть и переживать фильмы. Сколько раз вы говорили: «Эта картина или сцена взбесила меня, вывела из себя, напугала меня до смерти, заставила меня плакать, вызвала отвращение, оскорбила меня» или ещё что-нибудь? Как будто

всё это было в фильме. Вам не приходило в голову, что кроме вас, эту же картину видели миллионы? Но вы могли быть одним из немногих, кто так отреагировал.

О чём это нам говорит? О том, что сила наших эмоций не заключена в самой картине. Она внутри нас. В зависимости от того, какие очки на нас в данный момент надеты, такая реакция возникнет у нас на фильм, демонстрируемый на экране. Нам нужно усвоить это, если мы хотим играть в кинойогу.

Ещё раз, чтобы ничего не упустить. Время кинойоги, мы сидим на диване, как сидел бы на нём Аристотель, созерцая античные трагедии, будь у него диван и телевизор. Мы активируем свою APS™. И сквозь способность осознавать, мы наблюдаем за нашими реакциями на фильм: не только на картину в целом, но и на каждую сцену. Замечая каждую реакцию. Вместо того, чтобы обвинять фильм, мы смотрим вглубь себя. Мы погружаемся внутрь.

Мы находим, что внутри нас откликается на ту или иную сцену. Мы опускаемся вдоль вертикальной оси к первоисточнику. Мы нащупываем лежащее в основе переживание, по крайней мере, делаем это на максимально возможной глубине. Затем, любым подходящим для нас способом мы поднимаем этот опыт вдоль вертикальной оси до самого сердца. Мы обнимаем его. Мы даже можем подняться по вертикальной оси чуть выше и обратиться к тому, что нас вдохновляет. Если мы пока не обладаем известными нам источниками вдохновения, то можем открыться Великой Тайне. Вы можете делать всё, что вам подходит. А потом мы отпускаем этот опыт. Это и есть кинойога.



Зона.

Рядовой Уитт: *Я видел другой мир. Иногда мне кажется, что это была игра воображения.*

~ Тонкая красная линия⁸

Гимли: Верная смерть. Никаких шансов на успех.
Так чего же мы ждём?

~ Властелин колец: Возвращение короля

Офелия: *Меня зовут Офелия. А Вы кто?*

Фавн: *Я? У меня так много имён. Древних имён, который могут произнести лишь ветер да деревья.*

Я - гора, я - лес, я - земля. Я... я - фавн. И Ваш покорный слуга, ваше Высочество.

~ Лабиринт Фавна

Вы всё ещё на борту. Как насчёт матрицы смерти-возрождения? Подходит время узнать побольше о четырёх областях в нашей вселенной кинойоги: эти фазы или периоды трансформации в той или иной мере содержатся почти в каждом фильме. Это Зона безопасности, Зона ловушки, Зона войны и Зона свободы. Когда мы пребываем в одном из этих

⁸ Речь о картине 1988 г. режиссера Терренса Малика, а не первой экранизации одноименного романа Джеймса Джойса 1964 г. режиссера Эндрю Мортонна.

пространств, то можем буквально почувствовать, что находимся в полностью явленном мире со своими правилами и уникальными законами развития. Тому, как использовать в собственной трансформации осмысление этих четырёх стадий жизненного развития, я обязан моему дорогому другу и наставнику Стэну Грофу. Многие годы мы, кроме всего прочего, разделяли страстное увлечение кино. Своим пониманием движения к целостности я в большинстве своем обязан множеству наших совместных приключений.

Прежде всего, давайте попытаемся получить более глубокое представление о процессе мышления в системе этих зон. Будет проще, если мы представим себя космическими путешественниками, которые составляют карты новых планет. Когда мы совершаем посадку на планету, то изучаем местность. Какая здесь атмосфера? Есть ли растительность? А как насчёт живых существ? Из чего состоит эта планета, из углерода? Кремния? Ртутя? Если у вас есть карта местности, то когда позже вы захотите там прогуляться, не нужно будет брести наугад. То, что вы ожидаете увидеть, должно соответствовать тому, что вы уже обнаружили. Вы без проблем с этим справитесь.

Конечно, вы не ожидаете, что новая планета будет похожа на Землю, где есть трехмерное пространство и время, а также странные, сварливые двуногие, изо всех сил норовящие уничтожить всё вокруг. Другое место - другие условия. Так же обстоит дело и с четырьмя зонами в матрице смерти-возрождения. Выяснив условия, вы получаете представление о том, что вас ожидает. Чем дольше вы играете, тем больше можете на них положиться, тем большими вашими союзниками они становятся. Тем больше вы понимаете, что ваш жизненный опыт почти во всех сферах может соответствовать одной из этих зон.

Оценка 101 фильма. Вот это да!

Пока мы намечаем контуры этих зон, следует ещё добавить пару моментов о самой кинойоге в целом. Говоря по правде, немногие из нас могут распознавать чувство, когда оно взрывается у нас в голове. Слишком часто наше сознание подёрнуто лёгкой дымкой, зависая на одном из облаков наших фантазий. Или существует, как сказал один известный автор, в нескольких дюймах от наших тел. Безусловно, интеллект очень важен, его сила способствует нашей полной интеграции. Но в кинойоге нашей основной опорой являются чувства.

Кинойога не является одной из учебных дисциплин, над постижением которой мы изо всех сил напрягаем извилины, пытаясь разложить фильм по полочкам, проанализировать, что же на самом деле хотел сказать режиссёр, или же оценить ракурс или освещение. Это даже не кинотерапия, в ходе которой, если у вас, скажем, проблемы с зависимостью, ваш терапевт порекомендует к просмотру *«28 дней»*, *«В трезвом уме и твердой памяти»* или *«Покидая Лас-Вегас»*. Это хорошая, но несколько прямолинейная терапия. Фильмы - любой фильм при любой проблеме - могут быть чем-то неизмеримо большим. Чтобы играть в эту игру, нужно обо всём забыть. Помните лишь о том, что самый худший фильм способен изменить вашу жизнь.

Смотреть сквозь призму четырёх матриц - всё равно, что приподнять завесу, скрывающую множество откровений, о которых мы даже не подозревали. Я вспоминаю ночь, которую я давным-давно провёл с музыкантом по имени Берри Оукли, бас-гитаристом великой рок-группы Allman Brothers. Он был для меня как учитель.

Это было сразу после выхода первого альбома Allman Brothers, мы тогда жили в одном доме. Мы просидели всю ночь, слушая величайшую рок-музыку того времени. Пока мы слушали, Берри рассказывал о том, что он любит, о тех вещах,

которые имели для него особенное значение как для музыканта, в первую очередь о басовых партиях, которые связывали всё произведение воедино. В ту ночь у меня было такое чувство, как будто я впервые слушал и переживал музыку.

Той ночью музыка стала для меня даже больше, чем откровением, которым она уже была. Мы хотим, чтобы именно это произошло здесь с кино. Иногда достаточно простого указания, мы вдруг замечаем нечто краешком глаза, и перед нами раскрывается новая вселенная, о существовании которой мы и не догадывались. Теперь мы видим её потому, что знаем, куда смотреть.

Я надеюсь, что практикуя кинойогу, вы сможете по-новому, более тонко на чувственном уровне воспринимать фильмы, новыми ушами и глазами. Каждый раз, когда гаснут огни, наши камертоны становятся чуть более восприимчивыми, чтобы фильмы могли играть на наших точно настроенных инструментах. Развивая эту метафору можно сказать, что вся эта игра предназначена для того, чтобы оживить нас, позволить нам спеть нашу собственную песнь преображения. Кино может помочь нам почувствовать те особые движения души, которые запустят новый, более удовлетворяющий нас способ жизни.

Матрица смерти-возрождения резонирует в нас потому, что опирается на уникальный опыт нашего собственного путешествия по жизни, который, как при закрытом показе, предназначен только для наших глаз, воспроизводится в нас так, как будто мы не только смотрим фильм, а и *чувствуем* его. И если мы хотим набросать картину четырёх фаз, следует помнить, что главной их характеристикой являются пробуждаемые чувства. В глубине души мы уже знаем, о чем они говорят: о том, как всю жизнь мы трансформируемся, обходя поочередно эти четыре зоны, со всеми возможными испытаниями и победами, даже если тогда мы о них и не догадывались.



Сидя на ките.

Иногда, когда мы обнаруживаем сердцевину нашего глубокого переживания, мы узнаем нечто поразительное о нашей психике - нашем внутреннем мире. Вместо того, чтобы служить вместилищем только для одной нашей жизни от рождения до настоящего момента, психика оказывается гораздо обширнее. Мы можем испытать опыт, выходящий за рамки текущей жизни.

Например, мы можем посетить вселенную мифологии, описанную Джозефом Кэмпбеллом, мир великих эпических сказаний, общих для всех нас. На самом деле Кэмпбелл однажды сказал, что Фрейд, учивший, что наша текущая жизнь - это всё, что у нас есть, «рыбачил, сидя на ките», настолько в действительности безгранична наша психика.

Другое имя для этой общей большой вселенной, отбрасывающей тень на наши маленькие отдельные личные миры, - это коллективное бессознательное, описанное и предложенное Карлом Юнгом.

Итак, мы начинаем: попробуйте представить моменты в своей жизни, когда вы переживали и чувствовали то, о чём я расскажу.

Первое - безопасность: похоже, что всё в полном порядке - никаких забот, просто отдаёшься течению. Идеи нового проекта, начало физического или умственного путешествия даже не появились на горизонте. Это период до того, как в нас просыпается зудящая жажда перемен, мы просто плаваем, как плод в хорошей матке. Никуда не нужно идти. Ничего не нужно делать. До тех пор, пока мы не услышим то, что описал Джозеф

Кэмпбелл в своей книге «Путешествие героя» как «Зов к странствиям».

Второе, мы начинаем понимать, что взбудоражены, будто на иголках сидим. Стены начинают сдвигаться, и неожиданно мы оказываемся в ловушке. Какие-то силы внутри нас или снаружи желают нашего роста или перемен, но мы не готовы. Нас одновременно тянет в разные стороны. С этими силами не поторгуешься. Определённо, нам нужно покинуть безопасное пространство матки или нашего дома. Но нам ещё недоступны те психические или физические силы, которые позволят набрать скорость и совершить это путешествие. Загнанные, одинокие, непонятые - ещё не вышли из матки, но ещё и не в родовом канале, пока ещё не вышли на дорогу, пока ещё не взяли на себя управление. Мы так хотели бы отсидеться, но знаем, что нам придётся действовать. Ничего не напоминает?

Идём дальше, третье - сражение или война. Мы берём препятствие, получаем пинок, начинаем двигаться, подгоняемые этой безжалостной творческой энергией, исходит ли она изнутри или снаружи, и не можем до конца постичь имеющийся у неё план. Мы вышли из матки и определённо находимся в родовом канале. Подавленное настроение и ощущение безвыходности исчезает, и теперь нами движет сила, слишком мощная, чтобы её остановить, возможно, даже агрессия. Мы стремимся к свету, к цели, мерцающей вдаль, но это борьба. Битва с открытым исходом. Нам необходимо собрать всё мужество, преодолеть всё, что тянет назад, сразиться со всеми препятствиями. Не факт, что у нас получится. Кажется, что весь мир ополчился против нас. Мы или наши замыслы, можем погибнуть, сгореть дотла. Пройдя сквозь битву и почти достигнув врат победы, мы можем почувствовать, что проиграли, ощутить подобие смерти, когда мы просто не можем идти до конца, не можем вынести всё это. Это битва. Это война.


68

И четвёртое: когда мы меньше всего ожидаем этого, или когда мы ожидаем самого худшего, к нам приходит освобождение. Господи, как же это произошло? Мы достигли его именно тогда, когда думали, что всё потеряно. Мы прошли сквозь это. Мы родились на свет. Война окончена, и мы, наконец, свободны. Мы вернулись домой после добытой тяжким трудом победы. Нам может даже казаться, что какая-то старая часть нашего «я» осталась позади, словно она умерла. Некоторым странным образом, так оно и есть, и новое «я» заняло её место.

Гак, в четырёх небольших абзацах, мы описали то, на что немногие психологи и многие мистики потратили миллионы слов - универсальный и бесконечный процесс, который снова и снова проходит каждый человек. Некоторые называют это смертью и возрождением. Я, во всяком случае. Если мы оглянемся на свою жизнь, посмотрим на неё пристально и максимально честно, на любой значительный кризис, существенную победу, которую мы одержали или нет, на испытания, с которыми мы сталкивались, то сможем увидеть одну, а то и все четыре зоны на всём нашем пути, пройденном в этих жизненных передрыгах.

Помните, что главную роль играют чувства. Все мы бывали в этих зонах. Вот почему сейчас это имеет такое значение. Сейчас, мельком взглянув за кулисы, мы приблизились к сенсационному открытию, вроде того, что я сделал, когда Берри Оукли, посвятил меня в премудрости рок-н-ролла, которое на этот раз будет касаться того, насколько часто в кино используются законы этих четырёх зон. Но настоящая сенсация: узнать, что там, на экране, именно мы смеёмся, плачем, умираем и возрождаемся.

Школы тайных знаний.



Ещё одна замечательная вещь об опыте смерти-возрождения: он демонстрирует цикличность жизни. Различные культуры тысячелетиями создавали сообщества, которые опирались на смерть и новое рождение. Большинство мировых религий, так или иначе, обращается к этой теме. Во многих ранних культурах, включая Грецию и Египет, существовали скрытые практики, выполняемые участниками мистических школ, державшими в секрете их посещение. В этих школах совершались ритуалы, специально предназначенные для переживания опыта смерти и возрождения.

И для каждого из нас существуют свои великие, всеобъемлющие циклы смерти и нового рождения, отмечающие сущностно важные переходы. Есть те, которые нам трудно пройти, потому что ставки слишком высоки и слишком важен исход. А есть и всевозможные мини-циклы, сквозь которые мы проходим каждый день, например: «Эпопея с газировкой», которую я описал ранее.

Знаете, с чего начинается создание фильма? С искры вдохновения в душе, с захватывающей идеи. А знаете, с чего физически начинается создание фильма? С чистого листа. Как думаете, к кому приходит вдохновение? К сидящему над чистым листом? Угадали. Это человек. Кино отражает, по меньшей мере, некоторые аспекты житейских коллизий, общие для всех: сражения, победы и трагедии, которые есть в жизни каждого человека - именно это Аристотель говорил о пьесах.

Если мы немного поиграем в кинологу, то сможем лучше понять универсальное строение сюжета, которому учат сценаристов: «Некто отчаянно жаждет чего-либо и, пытаясь заполучить это,

попадает в неприятности». Абсолютно точно. Есть время, когда вы неподвластны желаниям: вы в гармоничном мире Зоны безопасности. Но вы знаете, что страсть и жажда обладания обязательно придут. И нет возможности достичь желаемого. Вы в тупике. Это небезопасная зона. Это блюз. Это Зона ловушки.

Но вот после кажущейся вечности, проведённой на этих бесплодных землях, в конце туннеля брезжит слабый свет. Вдали мерцает выход, но вам предстоит сражаться за него в Зоне войны. Потом, когда вам покажется, что всё потеряно (возможно, вам придётся сдаться, отказаться от борьбы и пройти через крушение своих мечтаний и стремлений), вы выбираетесь невредимым. Восходит новая заря. Начинается новый день. Перед вами новый мир - Зона свободы. Возрождение.

Матрица смерти-возрождения.

Итак, нам известно, что психика имеет, по крайней мере, два измерения: личное и коллективное. Но, знаете что? Это ещё не всё. Есть ещё одно измерение, которое важно для нас именно сейчас. Если мы исследуем его достаточно глубоко, то обнаружим в этом измерении весь наш опыт смерти и нового рождения. Кроме того, здесь нам доступна память о собственном биологическом рождении. Это измерение смерти-возрождения очень похоже на дверь между личной и коллективной областями бессознательного. Поэтому мы называем его матрицей смерти-возрождения - это та часть Киногоалактики, в которой находится своя солнечная система с Зоной безопасности, Зоной ловушки, Зоной войны и Зоной свободы.

Трансформация заключается в движении к целостности: от ограниченного опыта того, кем мы являемся, расширяется к перспективе того, что значит быть человеком. Обсуждаемый нами опыт смерти-возрождения отражает то, каким образом происходит это движение к целостности. Это путь от *представления*, что мы лишь изолированные особи на планете

Земля к *непосредственному опыту*, что наше индивидуальное «я» - всего лишь часть того, кем мы являемся на самом деле. Другими словами, с помощью смерти-возрождения каждый из нас совершает этот гигантский скачок от изолированного индивидуума, живущего в мире других изолированных индивидуумов, к человеку, ощущающему связь со всеми существами и с самой жизнью. Это чувство общности, единства, исходит из коллективного измерения, в котором находятся все грани того, что мы называем Великой Тайны. По отзывам многих кинологов, именно к этой Великой Тайне они хотят прикоснуться, когда уже сказано и сделано всё возможное.



Я смеялся и плакал.

Джек Липник: *Ты можешь рассказать историю? Можешь рассмешить нас? Заставить нас плакать? Можешь заставить нас залиться звонким пением? Разве этого мало?*

~ Бартон Финк

Ли Му Бай: *Лучше я буду духом, обреченным на скитания рядом с тобой, чем войду в рай без тебя.*

~ Крадущийся тигр, затаившийся дракон

Картман: *Этот фильм извратил мой хрупкий умишко.*

~ Южный парк: больше, длиннее и без купюр

Если говорить о вкусах, то большинство согласится, что в кинематографических предпочтениях проявляются гендерные различия, иначе мы вряд ли бы когда услышали такой термин, как «женское кино». Например, Кэри будет смотреть любую романтическую комедию, даже ту, которая судя по её трейлеру, обещает быть совсем ужасной, и даже если сюжет понятен из названия. Ей всё равно.

Я, с другой стороны, пойду на любой фильм о вампирах, если он наполовину, даже на одну сотую неплох. Хорошо, я пойду на *любой* фильм о вампирах. В фильмы о вампирах как

будто изначально заложена эпопея. Всякий раз, когда вы имеете дело со смертью, но не умираете, а существуете вечно, обладая невероятным могуществом, вроде умения летать, нечеловеческой силы и нешуточного животного магнетизма, да ещё начинаете кусать за шею хорошеньких женщин, дела не могут быть настолько плохи.

Как же это связано с кинозой? Надеюсь, это становится вполне очевидным: то, что нам нравится или не нравится в картине, обычно связано с глубинными переживаниями, теми чувствами, которые пробуждает в нас кино. Вот почему, если нам не нравится тот или иной фильм, это ещё не причина его не смотреть. Возможно, наши предпочтения могут указывать на способность того или иного фильма исцелить нас. Будь у нас такой прибор, как «исцелиметр», те фильмы, к которым мы испытываем особую неприязнь, скорее всего, отличались бы довольно высокими показателями по его шкале.

Теперь вы знаете, что я понимаю под «чувствами, которые пробуждает фильм». Я говорю обо всех чувствах, которые могут возникнуть у нас при просмотре, например:

Ненавижу этот фильм

Мне очень понравился

Было смешно

Я плакал

Я был взбешён

Я был в восторге

Я был потрясён

Я был сражён наповал

Я чувствовал стыд

Я был смущён

Я испытывал отвращение

А как насчёт этого:

Я был до смерти напуган

Это было упоительно

Я был взбудоражен

Я был в ужасе

Я почувствовал облегчение

Я чувствовал невероятную радость

Я переживал единство со всем человечеством.

Если вы когда-нибудь получали удовольствие от фильма, то, несомненно, чувствовали что-то подобное. Именно поэтому вы продолжаете смотреть кино.


Признания фаната

Вы когда-нибудь стояли в очереди в кино или на концерт? Почему мы стоим в очередях? Да потому, что мы фанаты. Потому что нами движет страсть. Охватывает ли вас возбуждение за несколько мгновений до того, как погаснет свет? И сразу после этого? Мы, киногоги, живём ради этих мгновений.

Вне всякого сомнения, я всерьёз увлечён кинематографом. Неудивительно, что моя жена Кэри, мои сыновья, близкие друзья и множество знакомых, коллег и просто других людей, которые посещали мои семинары и тренинги, разделяют мою страсть. Как вы, вероятно, могли заметить, некоторые жанры нравятся мне больше других. Но я, безусловно, способен оценить по достоинству любую действительно сильную картину.

«Оценить по достоинству» здесь не означает, что фильм мне понравится. А если он действительно стоящий, то может понравиться мне, к какому бы





жанру ни принадлежал. Под «стоящим» я подразумеваю действительно сильный фильм. Тот, в котором есть эта магия. Этой магией я называю мой личный набор не поддающихся определению критериев, который, скорее всего, есть и у вас. Абсолютно отличный от моего, он так же достоверен и неприкосновенен. Фильм может понравиться мне, даже если мне будет очень трудно его смотреть. Есть множество, ну, по крайней мере, несколько фильмов, смотреть которые мне не доставило никакого удовольствия, но они меня восхищают.

У нас с Брином, ещё с тех пор, когда он был мальшиом, есть свой кинорейтинг. Выглядит он так: в самом низу «Мы его ненавидим». Выше по шкале находится «Неплохо», дальше - «Нам понравилось». За этим следует «Понравилось-понравилось», ещё дальше «Понравилось-понравилось-понравилось», а высшая оценка - «Мы его обожаем».

Годами, со времени своего первого похода в кино, мне хотелось поделиться своими впечатлениями, хоть я не понимал тогда, с чем они были связаны. У меня был свой «барометр» из M&M's. Я всегда ходил в кино с M&M's. Я мог получать удовольствие от фильма и продолжать есть M&M's. Но когда фильм был действительно выдающимся, я всегда их ронял. Если я чувствовал эту магию, если я чувствовал, что фильм постепенно входит в сотню картин, стоящих у меня в «первой десятке», кинотеатр наполнялся звуком, напоминающим стук бусинок из лопнувшего ожерелья, которые падали и катились между кресел в разные стороны. Это я, подавшись вперёд, выпускал из рук



M&M's.

Если не учитывать мою специфическую реакцию на отдельные картины, существуют жанры, к которым я особенно привязан: приключения ужасы, научная фантастика, нуар, мистика и все по-настоящему эпические картины. И есть те, что всегда находятся в категории наименее предпочтительных: обычно это романтические комедии и фильмы о неблагополучных семьях. То же самое можно сказать о любом истинном ценителе кино. Не то, чтобы наши предпочтения совпадали, но у каждого из них обязательно есть свой собственный список.

У нас есть традиция, согласно которой Кэри, Брин, я и двое братьев - наших близких друзей, собираемся вместе в ночь вручения премии «Оскар». Иногда один из нас работает и не может прийти. Однажды я продвигал кое-какие сценарии и оказался в Голливуде. Я сидел в отеле на бульваре Уилшир и чувствовал себя словно в эпицентре взрыва. Это было ужасно. Те, у кого получается прийти, приносят собственную версию фильмов-победителей, а также десятки лучших и худших фильмов года, и мы по очереди зачитываем их вслух.

Каждый из нас не меньше сотни фильмов смотрит в кинотеатрах, а ещё больше - дома. Всегда поразительно, что, несмотря на некоторое сходство выбора, существует огромное разнообразие в наших списках, в том числе в лучшей и худшей десятке. Всегда есть фильмы, которые один из нас поместил в лучшую десятку, а другой - в худшую. Удивительно, что даже в маленькой группе друзей предпочтения могут



настолько различаться.

Среди профессиональных критиков реакции на фильм могли быть самыми разнообразными. Поискав фильм на сайте rottentomatoes.com, вы получите об этом прекрасное представление. Для каждого фильма есть список отзывов с индикацией, считает ли обозреватель картину «свежей» или «гнилой». Есть даже некий средний показатель всех рецензий на данный фильм, приведённый по стобалльной шкале «томатометра».

Совсем скоро мы собираемся «просмотреть» в этой книге кучу фильмов, так что в следующем разделе вы можете немного попрактиковаться или разогреться. Готовы?

Допустим, я новичок в кинологе. Эта игра для меня - первое плавание. Помните, что возможно, ко многим фильмам вы не будете испытывать каких-то особенных чувств. В чём же дело? По самой своей природе, кинолога будет работать только тогда, когда хоть что-нибудь в фильме вас затронет. Или вас затронет тот факт, что вас ничего не затрагивает. Поэтому давайте начнём с картины, вызывающей чувства, картины, бьющей исподтишка. Нет, погодите, мы вернёмся к этому позже. У нас проблема.

Внимание, спойлер!

Одно из неписанных правил моего киноэтикета состоит в том, что никто, это значит *никто*, не должен произносить ни слова, то есть *ни слова* о фильме, который я собираюсь посмотреть. Ни в какой из моментов, ни единого слова. Я ненавижу, чтобы что-либо о фильме присутствовало в моём сознании. Можете назвать меня немного эксцентричным. Вы будете удивлены, но это хуже, чем эксцентричность. Возможно, вы используете слово «одержимость».

У меня гигантская проблема с рекламными трейлерами: я их обожаю, но стараюсь не смотреть. Кто-то должен пристрелить создателей трейлеров. Это же сущее наказание, в трёх случаях из четырёх после просмотра трейлера нет смысла смотреть кино. Мне ведь уже показали отрывки из финальных сцен триллера. Это преступление. Я серьёзно.

Для меня проблема состоит в том, что любая увиденная мною сцена или услышанный диалог навечно запечатлеваются в сознании. Когда я смотрю фильм, то обязательно ожидаю или думаю о том, что я увидел в трейлере. Это совершенно уничтожает ту сокровенную тайну, тот миг открытия, когда картина рождается передо мной из ничего. Это волшебное мгновенье, и я не хочу отравлять его обрывками ранних впечатлений, затуманивающих спонтанное восприятие.

С другой стороны, мою любовь к трейлерам, которые я стараюсь не смотреть (если только я не уверен, что фильм абсолютно не вписывается в мою жизнь), объясняет тот факт, что многие из них сами по себе - произведения искусства. Эти шедевры существуют независимо от фильмов, для продажи которых они были созданы. Если это именно такой случай, я просто наслаждаюсь просмотром трейлера так же, как я наслаждаюсь фильмом. За несколько минут трейлер может унести меня в другой мир, хотя чувства к полнометражной версии могут быть совсем иными. Иногда трейлер, как и фильм, просто потрясающий. Но я видел несколько трейлеров, перевернувших моё сознание, тогда как фильмы оказались полным отстоем.

Видите, какая дилемма. Если бы в кинотеатре вы сидели позади меня, то во время показа рекламных роликов увидели бы следующее. Этот с виду вполне нормальный человек внезапно перестает есть поп-корн, наклоняет голову, закрывает уши

руками и начинает их сильно тереть, что-то неразборчиво бормоча. Потирание ушей помогает скрыть совершенный звук ТНХ⁹ аудиосистемы. Бормотание в действительности является некоей идуистской мантрой, которая помогает мне не слышать диалог. Знаю, что это смешно выглядит. Но, послушайте, это глубокая практика. Быть кинологом-фанатиком совсем непросто.

А теперь я собираюсь нарушить все свои правила. В оставшейся части книги я собираюсь обсуждать фрагменты фильмов - очень важные, цельные отрывки, - которые, возможно, разрушат целостное впечатление о фильме, если в попытках поиграть в кинологу вы, по моей настойчивой рекомендации, станете их смотреть, а это произойдёт, если вы такие же киноманьяки, как я. Так что можете считать это официальным сигналом тревоги.

Единственная рекомендация: прежде, чем играть в кинологу, вы можете просмотреть любой упоминаемый мною фильм целиком, во всей его полноте. Но раз уж вы так смахиваете на киноманьяков, то, скорее всего, большую часть этих картин вы уже видели. Помните, что я вас предупредил. Я приношу свои искренние извинения вам, а также богам и богиням кинематографа, если каким-либо образом задену ваши или их интересы и усугублю свою и без того сомнительную карму киномана. Мы начинаем. Ниже приведены некоторые типичные сценарии вашего возможного похода в ближайший кинотеатр для игры в кинологу.

⁹ ТНХ - система требований к качеству звуковоспроизведения, позволяющая наиболее полно воплотить замысел звукорежиссёра киностудии (прим. пер.)

Я собираюсь посмотреть кино, которое, скорее всего, мне понравится, но не будет чем-то из ряда вон выходящим.

Скажем, я - похожий на вас парень, собирающийся провести субботний вечер. Я посмотрел трейлер и считаю, что фильм окажется неплох. Рецензии вполне приличные - пара звёзд, пара больших пальцев и больше 50 баллов по шкале «томатометра» на сайте rottentomatoes.com. Фильм понравился паре обозревателей, которым я доверяю. И он снят в одном из моих любимых жанров, скажем, это боевик. Я сажусь в кресло с попкорном, напитком и M&M's. Пока всё идёт неплохо. С самого начала я поглощён фильмом. В нём есть крутой герой или антигерой. Есть, по крайней мере, одна горячая девчонка. Плохие парни чертовски плохи и заслуживают трёпки.

Я всё это чувствую. Но, по мере развития сюжета, события выходят из-под контроля, по крайней мере, моего. Кажется, сейчас случится то, что может просто уничтожить меня, пробудить во мне ад. Горячая девчонка, которая так мне нравилась, попадает в серьёзную переделку. А если это просто один из ваших голливудских фокусов, она же не умрёт, правда? Я имею в виду, что она будет на краю гибели, но всё-таки выживет. И мне же необязательно из-за этого так потеть?

Будучи киноогом, я наслаждаюсь происходящим, трясясь на ухабах, чувствуя почти всё то же самое, что при обычном просмотре. Но вот здесь колёса подбрасывает особенно сильно. Девчонка, к которой я равнодушен, УМИРАЕТ! НЕТ, ТОЛЬКО НЕ ЭТО! Я не верю своим глазам. Внезапно меня выбрасывает из зоны комфорта. Мой мир разрушен. Меня вышибло из колеи. Мои инсайты на подходе. Чувства перепрыгивают друг через друга, спеша попасть в сферу осознания: печаль, недоверие, опустошённость, утрата, страх

выхода из зоны комфорта и разочарование в природе космического порядка. И что же только что произошло?

Загорается лампочка. Меня зацепило. Думаете, нет? Особенно по сравнению с моим приятелем в соседнем кресле, который слегка качает головой, словно хочет сказать, что дело то житейское. Очевидно, что гибель прекрасной девушки, которую я так сильно переживал, совсем его не расстроила. Но для меня это сущий ад. О чём же это говорит? Настал момент для игры в кинологу. Для меня звучит звоночек: возможность исцелиться! Возможность исцелиться! Пора активировать мою APST[™]. Теперь я могу проверить себя с её помощью. Может быть, не в ту же секунду. Возможно, сначала мне нужно выползти из кинотеатра. Или рассказать о том, что происходит, своему приятелю. Что происходит, когда я говорю с ним? Я открываюсь и позволяю чувствам течь сквозь меня.

Возможно, что к этому времени я исследовал в терапии сходные переживания. За исключением тех случаев, когда в моей жизни не происходило ничего подобного. Я опускаюсь по вертикальной оси APST[™] и не нахожу ничего похожего. Я никогда не терял подругу или сестру. Хотя, постойте. Раньше я точно встречался с этим в кино. Как в фильме Дэвида Финчера «Семь», в конце которого злодей в исполнении Кевина Спейси, отрезав голову привлекательной женщине, которую играет Гвинет Пэлтроу, отправляет страшную посылку её мужу, герою Брэда Питта. Я чуть с ума не сошёл.

То же самое произошло со мной во время просмотра одного из последних десяти, а, может, пятидесяти фильмов ужасов, мрачной австралийской ленты «Волчья яма», где с обеими героинями, к которым я был равнодушен, творились жуткие вещи. Так что это не отдельно взятый кошмар. Откуда ещё он может взяться?

А что, если это коллективное бессознательное? Просто допустите такую возможность, ибо что-то подсказывает мне, что моя реакция может быть архетипической. Но полной ясности нет. Возможно, это как-то связано с моим отделением от архетипической Матери. И тогда я начинаю вспоминать о своем отделении от моей реальной матери. Или я начинаю переживать природу самой божественной Женственности и находить её место в моей жизни. Возможно, что ко мне пробивается ощущение, связанное с рождением и отделением от матери в родовом канале. Или чувство, что моё рождение могло бы убить её. Кто знает?

Итак, мой Внутренний целитель подсказывает, что я на правильном пути. Одно я знаю совершенно точно: смерть девушки в фильме подняла значимые для меня переживания, которые существенно влияют на мою жизнь. Даже если я не знаю, в чём именно состоит это влияние, если это ещё тайна для меня, мне всё равно становится лучше. Потому что я больше не пойман в безвыходной ловушке обвинения фильма, я больше не его жертва. Я могу с этим что-то сделать. Я могу извлечь свою энергию из внешней ситуации и направить её внутрь. Само по себе сознание этого уже помогает.

Помогает то, что я начинаю управлять своей жизнью, чувствовать свою силу, не обвинять других. Чувствовать, что это приключение исцелит меня, что я не застрял в своеобразной мучительной петле, в которой обречён болтаться до конца своих дней. Я начинаю понимать, что это путешествие обо мне, и у меня находятся ключи от трансформации. Я знаю, что это, возможно, повторится. В том смысле, что прекрасные женщины не прекратят умирать в кино только потому, что меня это огорчает.

Но в следующий раз, когда это случится, моя APS™ активируется автоматически. Я скажу «ага» (сигнал лампочки) - да это же снова мой паттерн. И на этот раз я, может быть, буду чувствовать себя немного иначе, понимая чуть больше. Что же я делал? Я просто играл в киноюгу. И я думаю, что-то подобное вполне могло бы случиться с вами одним субботним вечером.

Я собираюсь посмотреть фильм, на который давно собирался, но знаю, что буду потрясен.

Это уже другая ситуация, следующего уровня киноюги. Вы знаете, как я отношусь к вампирским фильмам. Кроме того, я без ума от всех выдающихся фильмов ужасов, даже если они содержат в себе двойное послание для меня. Вот в чём проблема: если они плохие, я не буду напуган до смерти. И это неплохо. Вроде бы. Потому что это также значит и то, что они не будут работать.

Думаю, что в случае, когда я не потрясен увиденным, я испытываю некоторое облегчение, смешанное с разочарованием. Потому что всё дело в том, чтобы пережить потрясение. Если фильм хорош, то я чертовски напуган. А что происходит, когда я, будучи киноюгом, чертовски напуган? Я исследую свой страх с помощью APS™. Я ныряю в него, полностью переживаю, наблюдаю, что он мне несет, и из какой части психики исходит. И как он связывает меня с другими людьми, которые проходили через подобное.

Именно это случилось со мной в 1979, когда вышел первый «*Чужой*». Режиссёром был выдающийся Ридли Скотт. В поднятой вокруг фильма сильной шумихе смаковалось то, насколько он пугающий. И как мы столкнёмся с тем, чего никогда ещё не видели на экране. Сами съёмки окружала атмосфера невероятной таинственности, ходили слухи, что кое-что держали в секрете даже от некоторых актёров. Что за

начало! Когда я шёл в кино, то ощущал легкое сходство с казнью. Я был до смерти напуган, но одновременно и заинтригован - как раз подходящее сочетание для хорошего фильма ужасов.

Я пошёл вместе с друзьями. Это было одно из тех волшебных мгновений, когда все мы смотрели фильм впервые. Не только мы, и все остальные тоже. Это не напоминало «*Челюсти*» с их волной мгновенного возбуждения, которая прокатывалась по всем зрительским рядам. Это не было похоже на «*Звёздные войны*» или «*Властелина колец*», когда возникающий феномен поп-культуры подразумевает вашу причастность к чему-то большему. Здесь было по-другому. Так же все разделяли общие переживания, но это было по-другому. Все словно притихли. Определённо, воздух был наэлектризован, но без эйфорических оттенков (как в первый день выхода на экраны «*300 спартанцев*» - сказки о битве при Фермопилах, напоминающем битву за Аламо, или «*Тёмного рыцаря*», когда бешеные фанаты заполнили Итах в Сан-Франциско, или когда вышли «*Хранители*»). Это больше походило на подспудный коллективный ужас. Чувство, что мы все находились в одной лодке, которой суждено было пойти ко дну, только неизвестно, в какой именно момент. Мы были группкой обречённых скитальцев. Все чувствовали, что попали в крупные неприятности. Мы были уверены, что столкнёмся с особым видом ужаса. И в каком-то смысле, это было очень круто.

Именно по этой причине все мы там и оказались. Все мы хотели там быть. И, в то же время, не хотели. Видите, куда я клоню? Я и раньше испытывал нечто подобное на фильмах ужасов, но никогда раньше не оказывался в кругу людей, чувствующих то же самое. В воздухе, подобно дыму благовоний, витало ощущение страха, неминуемой гибели и

возбуждения. Тихо. Слишком тихо. До боли в ушах. В ожидании общей смерти.

И она пришла. Настал этот незабываемый миг. Герой Джона Хёрта только что освободился от отвратительного, похожего на осьминога, пришельца, который покрыл его лицо и высасывал жизнь из его желудка. Он и команда чувствуют облегчение и обедают в кают-компании. Внезапно герой Хёрта начинает задыхаться. Они укладывают его на обеденный стол. А потом происходит это: его грудная клетка взрывается, малыш-чужой высовывает голову, смотрит вокруг и издаёт звук - это шипение маленького чужого скоро превратится в то «фирменное» шипение взрослой особи, которому суждено стать визитной карточкой последующих фильмов серии.

Ходили слухи, что не все из актёров знали о том, что именно должно было произойти. И если вы посмотрите на их лица, полные абсолютного удивления, отвращения и страха, то поймёте, что это не актёрская игра. Я видел фильм раз пятьдесят и до сих пор это не выглядит, как игра. В любом случае, малютка-чужой пускается наутёк, а зрители и те, кто на экране, застывают с широко раскрытыми глазами в полном ступоре, не в силах поверить увиденному.

Если вы молоды и посмотрели кучу фильмов ужасов, но никогда не видели «*Чужого*», или видели и его тоже, потому что он был в повторных прокатах, вы можете сказать: «Ну и что такого? Что-то подобное всё время происходит в фильмах ужасов - монстры обычно выскакивают из животов». И вы будете правы. Это действительно происходит сплошь и рядом. Но «*Чужой*» стал образцом, с него всё и началось, по крайней мере, что касается фильмов категории А. Поверьте мне, это было ужасно. И пробуждающе.

Как это могло пробудить наши чувства? Если бы все зрители в зале во время просмотра этой сцены практиковали кинойогу, и наши APS™ были включены, несомненно, мы бы могли распознать некоторые из тех мощных чувств, о которых я упомянул. Но многие ли смогли бы сказать, что это связано с их глубинным личным опытом? Например, «О да, я припоминаю, как чужой вырвался у меня из груди, залив кровью меня и друзей в клубе». Понимаете, о чём я? Откуда же исходит этот вид ужаса? Что нас так задевает? Что цепляет нас?

Это ещё одна ситуация, когда нам следует обратиться к коллективному бессознательному, чтобы отыскать какой-то смысл и основание для наших сильных реакций. Знаете, чем это было для меня? На это указывает большая часть того, о чём говорится в этой книге. Вы будете правы, предположив, что это каким-то образом связано со смертью и рождением. Речь о рождении - каком-то пугающем, искаженном, тёмном варианте рождения. Рождения на темной стороне, когда не приходится говорить о появлении прелестного крошечного младенца, в комнате не витают ангелы, и глаза присутствующих не наполнены слезами умиления.

Мы говорим о совсем другом рождении: рождении самого зла. Подобного ребёнку Розмари из одноименной картины, или Дэмиену из «*Омена*». И это просто ужасающе страшно. Все мы, живущие, связаны с архетипической природой Тёмной стороны, и поэтому в наших сердцах рождается страх. Вот почему это захватывает нас. Мы напуганы, ведь это угрожает нашему безопасному миру, в котором рождение, по крайней мере, завершённое и благополучное, заканчивается чем-то добрым и милым. Внезапно мы сталкиваемся с возможностью чего-то совершенно противоположного. Наши уютные домики трещат по швам.

Это заставляет нас взглянуть в лицо каждому кошмару, каждой ночной катастрофе, или дневной, если она подходит для этих целей. Опыт такого рода может стать вызовами от нашей психики. Он вызывает к жизни каждое пугающее воспоминание, каждый случай, когда нам было страшно или с нами происходило что-то неладное, и доводит его до осознания. Вот почему это может быть чрезвычайно целительным.

Ведь с каждым из нас происходило что-то пугающее или болезненное. И даже из традиционной психотерапии мы знаем, что возможность исцелиться от этих переживаний заключена в способности их осознать. И в этом нам снова поможет кинойога. Мы целенаправленно выбираем фильм для просмотра, даже если знаем, что он может напугать или взбудоражить нас. Если у нас хватит мужества, мы получим не только испуг. Мы сможем исцелиться. Вот для чего предназначена кинойога: с помощью фильмов мы испытываем мощные переживания, которые могут быть целительными.

Я иду на фильм и готов поклясться, что не стал бы его смотреть и через миллион лет, даже если я знаю, что он «очень даже», потому что он поднимет кучу тех вопросов, о которых я пытался не думать большую часть своей жизни.

Вы можете спросить, с чего бы мне вообще к нему приближаться. Есть масса причин. Возможно, он считается шедевром, вокруг него большая шумиха, либо фильм номинирован на Оскар. Очень вероятно, что фильм будет напряженным, а этот козырь бьёт все остальные доводы. Как я уже говорил, напряжённость - это часть магии. Может быть, Кэри до смерти хочется его посмотреть, а я уже использовал три последние попытки сделать выбор. Ещё мне просто нравится делать что-то вместе с ней, а это неплохая возможность. А

может быть, - быстро добавил он, - если я посмотрю фильм, который выбрала Кэри (пожертвовав собой во имя отношений), вполне возможно, она оплатит тем же, отправившись со мной смотреть супер-«стрелялки», даже если за мной кинодолжок!

А быть может, я киног и достаточно суицидален, чтобы пожелать подробно исследовать те чувства и реакции, которые вызовет во мне фильм. Пусть моя APST[™] и Внутренний целитель прольют на них свет осознанности, дабы я мог продолжать свое преобразующее путешествие. И всегда есть шанс, что фильм мне понравится. Серьёзно, это может случиться.

В любом случае, для меня есть категория фильмов, попадающих под определение действительно «ужасных». Это картины, где вы оказываетесь в чьем-либо доме, с живущей там семьей, в которой царит полный разброд. Напряжённые драмы о семейной динамике. Кроме шуток, я просто схожу с ума. Я на самом деле их не выношу. Почему? Хотя бы из-за своего детства, в котором моя семья была чемпионом мира по семейной динамике. И всякий раз, когда я попадаю на такую картину и, извиваясь в кресле, думаю, что предпочел бы выколоть себе глаза, я часто обнаруживаю, что занимаюсь тем, как-не-окунуться-в-кинологу.

Я могу описать каждую трещинку на потолке некоторых кинотеатров, каждую складку на занавесе. Я досконально их изучил, пока на большом экране бушевал мой личный ад. Я приложил массу усилий, чтобы отвести взгляд от экрана и сосредоточиться на чём-то ещё. О, как приятно отвлечься на людей, жующих попкорн, на плач младенцев, на безнадежных идиотов, болтающих по мобильникам. Я жажду настроиться на волну посторонних разговоров, навязчивых смс-сообщений, которые обычно считаю вопиющим нарушением кинозрительского

этикета, достойным заказного убийства, адских мук или чего-нибудь ещё похуже.

Итак, мне необходимо сознательно вспомнить, что я – киног, и хотя бы частью внимания вернуться к фильму. Я чувствую мучительную боль несчастного главного героя и переживаю все страдания его семейной жизни, невероятное напряжение между членами семьи, сарказм, издевательства, всё, что угодно. Я отождествляюсь, скажем, с Игби, пропащей душой из фильма *«Игби идёт ко дну»*, который вместе с братом планирует милосердное убийство своей саркастичной, контролирующей, жестокой матери. С ребёнком без семейных связей, без ощущения дома или безопасности, который шатается по улицам Нью-Йорка в поисках любого пристанища или подобия семейного очага, которого у него никогда не было.

Или я чувствую себя одним из братьев, который разрывается между родителями в *«Кальмаре и ките»*. Отец - злой, контролирующий, саркастичный, язвительный и эгоистичный. Мать – о, она такая либеральная, чувственная, хотя и сосредоточенная лишь на самой себе. Или идентифицируюсь с Ларсом из *«Ларса и настоящей девушки»*, который столь сильно травмирован потерей родителей, чувствует такую неутраченную боль, что не выносит прикосновений и так боится отношений, что заводит их с резиновой куклой.

Или я просто избегаю происходящего на экране. Я закрываю глаза и думаю о единорогах – да, чёрт знает о чём, даже о свидании с Инквизицией, это намного лучше, чем смотреть, как монахини из фильма *«Сестры Магдалины»* чудовищно издеваются над молодыми женщинами, которые попали в приют из-за жестокости и насилия мужчин. Что там говорила героиня Элен Дежнерес в мультфильме *«В поисках Немо»*? «Просто плавать, плавать, плавать». Когда я смотрю

такие фильмы, хочется перефразировать: «Просто дышать, дышать, дышать». А иногда дела идут так плохо, что можно было бы сказать: «Сделай вдох. Сделай выдох. Повтори».

Во время кратких вспышек отваги, я активирую свою APST[™] и позволяю чувствам наполнить меня. И тогда, о боже, я спускаюсь по вертикальной оси в мир, который знаю слишком хорошо - в мир моей прасемьи. Большое чёрное нечто, которого я старательно избегаю на экране. Нечто, куда я, тем не менее, уже много лет как хочу взглянуть, с помощью традиционной терапии и альтернативных исцеляющих методик. Так почему бы, чёрт возьми, нет?

Когда становится действительно плохо, вместе с болезненными воспоминаниями всплывает образ из первого запомнившегося мне фильма о семейной динамике: *«Обыкновенные люди»*¹⁰. Архетипический обеденный стол - для многих из нас настоящее место преступления. Мальчик, которого играет Тимоти Хаттон, и его родители, Дональд Сазерленд и Мэри Тайлер Мур. Ничего особенного, вся семья собралась вечером, как обычно.

Камера скользит вокруг стола, от лица к лицу, туда и обратно. Добродушное «чем занимались сегодня?», мучительно болезненные попытки быть беззаботным в атмосфере «полного благополучия». И знаете, что? Всё выглядит достаточно неплохо. Пока камера не опускается под стол. Мы видим мальчика, изо всех сил вцепившегося в свой стул в отчаянной борьбе за жизнь. Тогда как наверху, в семейном мирке, всё в


¹⁰ Речь о ставшей уже классической картине 1980 г. реж. Роберта Редфорда, принесшей ему премию Оскар, а не 2009 г. реж. Владимира Перишича, ну, и, разумеется, не о документальных картинах английских или австралийских кинематографистов разных лет.

ажуре - ещё один вечер за столом с поднятыми шорами, а в воздухе витают зловещие проклятия.

Ещё одна интересная вещь: этот образ сохранился в моей памяти не потому, что напоминал о боли из моего детства. Для меня это было мощным подтверждением того, что я не сумасшедший. Что я не одинок. Что другие люди проходили через подобное в своей жизни и уцелели. Он объединяет меня с остальным человечеством, а не разделяет. Я в хорошей компании.


Сейчас это недорого. Купите фильм или возьмите напрокат. Посмотрите его. Или любой из тех сотен, который сделает то же самое: перевернёт вашу душу, сможет вас изменить. Это кинога в её самом тяжелом и самом лучшем проявлении. Благодарю тебя, Роберт Редфорд, за «Обыкновенных людей». Благодарю всех тех в Голливуде, кто вложил свою душу в создание этих отважных и трудных картин.

Слёзы



Плакать всегда было мучительно сложно. Начать с того, что я был чувствительным парнишкой. Но в нашей семье это было небезопасно. Мой отец был из тех, кто говорит «будь мужчиной» и много рассказывает о том, через что он прошёл. Я припоминаю едва ли пару его объятий, зато массу крепких рукопожатий. Они должны были быть крепкими, потому что настоящие парни делают именно так.

Но то, что происходило в темноте кинозала между мной и экраном, было полностью в моей власти. И мои первые киношные слёзы начались с «Бэмби», превратившись впоследствии в прочную традицию длиною в жизнь. Господи, когда застрелили его маму!..



Напоминало ли мне это о доме? Я имею в виду, потеря мамы? Никогда не забуду, как Бэмби стоял на снегу совсем один. Конечно, могучий олень-защитник подходит к нему из темноты и становится рядом. Но, простите меня, это всё-таки не то же самое, что мама.

Вскоре после этого был «Старый брехун». Когда он заразился бешенством после того, как спас мальчика от больного волка, не говоря уже о диких кабанах, я никак не мог поверить, что он умрёт. Но они его прикончили. И я снова плакал. К счастью, в этом фильме было нечто похожее на возрождение, что почти спасло меня и определённо смягчило горе утраты. В последней сцене один из щенков Старого Брехуна бежит по лугу и пугает стайку перепёлок. Что это напоминает? Да, смерть и возрождение.

Но в пределах дома я должен был быть начеку и научился прятать слёзы. Фактически, это стало моей йогой. Я прекратил плакать, за исключением случаев воздействия кое-какой химии, например, алкоголя и наркотиков. Я хочу сказать, что мог быть полон грусти. На самом деле, я был грустным большую часть времени. Слёзы подступали к моим глазам, но не могли пролиться. Слёзы увлажняли мои глаза, но это было их максимально возможным проявлением. В некоторых видах терапии такие слёзы называют замороженными. Мне потребовалось проделать кучу работы над собой, чтобы научиться плакать, за исключением одного случая.

Угадали, этот случай связан с кино, «Пролетая над гнездом кукушки». Это было в самом конце, после того, как персонаж Джека Николсона подвергли



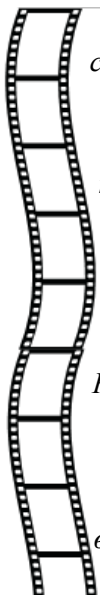
лоботомии. Он лежит в своей кровати, изо рта бежит слюна, душа его покинула. И его друг-индеец (которого играет великий актёр Уилл Сэмпсон) душит его подушкой, потому что для такого яркого огня настоящая трагедия не погаснуть, а источать смутное мерцание.

А после этого он вырывает умывальник, швыряет его в окно и убегает. Я не мог этого вынести. Слезы затопили меня. Должен заметить, чтобы слёзы поднялись с этой проклятущей мёртвой глубины, нужен был колоссальный внешний толчок. «Пролетая над гнездом кукушки» был именно таким. Он был о сокрушительном прорыве. Он был о свободе.

Кстати, я забыл. За годы замороженных слёз я плакал ещё дважды. Оба случая разделял короткий промежуток. Мне было девятнадцать. Думаю, моё духовное пробуждение только начиналось. Первый эпизод связан с любовной трагедией «Эльвира Мадиган»¹¹ - шведским фильмом в духе Терренса Малика. А второй - с «Бонни и Клайд», ещё одной любовной трагедией. По крайней мере, в то время я смотрел через эти очки. Эти два фильма стали призывом к пробуждению. Никогда после этого я не смотрел кино так, как раньше.

С тех пор были и другие вехи, отмечавшие выход на новые уровни просмотра фильмов. Такие, как «Галлиполи» Питера Уира. «Бегущий по лезвию» изменил меня навсегда. Так же, как «Матрица». Мне

¹¹ Скорее всего, речь о картине 1967 г. режиссера Бу Видерберга, а не о картине 1943 г. режиссера Аке Охберга, поскольку вторая вообще была только в ограниченном прокате в ряде европейских стран.



лучше остановиться, потому что я пишу о слезах, а список «меняющих всё фильмов» можно продолжать до бесконечности. Подумать только, после того, как мои слёзы стали оттаивать, список великих картин и тех, над которыми я плачу, идут рука об руку.

Просто интересно: многие ли из вас плакали, когда смотрели «Терминатор»? После того, как Сара Коннор и Кайл Риз, воин из будущего, занимаются любовью, и держатся за руки в особенном Кэмероновском стиле, а где-то снаружи неустанно идёт по их следу терминатор? Риз говорит: «Я вернулся сюда только для того, чтобы встретиться с тобой, Сара. Я люблю тебя. И всегда любил». Даже вспоминая об этом, я с трудом могу держать себя в руках. Эпическое кино, просто эпопея в чистом виде.

Я пытаюсь убедить тех из вас, кто не выносит насилия в кино, что подобного рода фильмы тоже могут быть преображающими.

Здесь мы подходим к развилке. Многие из моих знакомых кинологов говорят, что до этого момента они безусловная часть команды. Но здесь, поезд сходит с рельсов. С чего бы нам хотеть идти на один из невероятно жестоких фильмов, если мы твёрдо уверены в их потенциальном вреде? Не потому ли, что мы кинологи до мозга костей? И потому, что философская база этой игры достаточно масштабна, чтобы распространяться даже на столь вопиющие случаи. До сих пор было кино для разогрева, некоторые сложные для просмотра картины и фильмы, мучительные лично для нас. Мы, по крайней мере, имеем представление о пользе осознания тяжелых эмоций, а может, уже начали к ней подбираться. Возьмём то, на

что мы до сих пор смотрели и попробуем, подойдёт ли что-нибудь для этого случая?

Объяснение, которое я собираюсь дать, основано на том, что я вижу всё время, особенно на семинарах. Но я наблюдал это и в других сообществах, где собираются интеллигентные, думающие и обычно духовные индивидуумы. Это один из главных вызовов киноаги. Это интеллигентный, чувствительный, духовно-ориентированный человек, поклявшийся избегать насилия на экране. Почему так?

Главная причина заключается в том, что никто в здравом уме не желает насилия в своей жизни. И подспудный аргумент: люди чувствуют, что если они будут смотреть жестокий фильм, то каким-то образом поспособствуют росту насилия в мире. Крайне любопытно, как добрые люди приходят к такому выводу. Прежде всего, мы все испытывали ту или иную степень насилия в своей жизни. Оно могло быть физическим, эмоциональным или психическим. Его причиняли близкие, незнакомцы или какие-то безличные аспекты общества в целом. Не говоря уже о том, что само рождение исполнено насилия по своей сути, а все мы были рождены, если не эмоционально, то анатомически. Да, мы испытывали насилие. И, будем честными, порой и сами совершали какие-то жестокие действия, или участвовали в осуществлении насилия, по поводу чего, вероятно, испытываем некоторый стыд или вину.

Очевидно, что наблюдение за насилием в кино, как со стороны жертвы, так и со стороны агрессора, приводит точно к тому же эффекту, какой мы ожидаем от киноаги: поднимает в нас чувства и переживания этого спектра. И мы обращаемся с этими паттернами и чувствами, даже если они чрезвычайно сильны и отягощены всевозможными негативными

подтекстами, точно так же, как и с другими паттернами нашего бессознательного.

Поскольку суть именно в этом, становится ясно, насколько полезной может оказаться кинойога. Если нас будоражит насилие в кино, это просто ещё одно чувство. Нам дарована прекрасная возможность исцелить те ситуации в нашей жизни, в которых присутствовало насилие, причиненное нам или совершённое нами. Поскольку никто из нас не обладает иммунитетом к воздействию насилия, крайне благоразумно иметь ещё один эффективный инструмент по работе с ним в своем арсенале.

А теперь о том, насколько мы косвенно способствуем росту насилия просмотром жестоких фильмов. Ряд авторитетных исследований не выявил связи между насилием в жизни и на экране. Но, несмотря на исследования, одобряем ли мы насилие или участвуем в дальнейшем его росте, если идём на подобные фильмы? Большинство терапевтов вам скажет, что мы склонны проявлять то, что скрыто в нашем бессознательном, и чего мы о себе не знаем. Карл Юнг называл скрытые внутренние паттерны *Тенью*. Проявление тех аспектов себя, о которых мы не догадываемся, он называл отрицанием Тени.

Значит, вместо того, чтобы бояться того, что просмотром жестоких фильмов мы умножим количество насилия в мире, следует признать верным как раз обратное. Если мы способны применить стратегию кинойоги к своим реакциям на насилие, которое видим на экране и к тому, как оно нас задевает, то сможем исцелить те внутренние пространства, где мы когда-либо подвергались насилию. А затем, как говорит Юнг и подавляющее большинство терапевтов, мы перестанем отрицать свою тень.

Мы прекратим проявлять свои непознанные стороны. Мы не станем способствовать росту насилия. Потому что, играя в киноюгу, работая со своими реакциями на жестокость, мы, по сути дела, смотрим на то, какую роль мы уже сыграли в том, как насилие влияет на нас самих и окружающих. Затем мы осознаём эти паттерны. Результатом будет то, что, достигнув сферы осознания, эти вещи перестают на нас влиять. В этом случае менее вероятно, что мы будем действовать неосознанно, травмируя при этом окружающих эмоционально или физически. А в повседневной жизни мы начинаем действовать с меньшим страхом и большей свободой. Мы становимся более свободными от этих бессознательно-рефлекторных агрессивных реакций, в которые то и дело впадали раньше. Теперь мы реже оказываемся в ситуациях, которые раньше расценивали как угрожающие из-за прошлого опыта проявленной по отношению к нам жестокости.

Мы посещаем деревню милых счастливых людей.

Давайте посмотрим на насилие в кино с другой стороны. Одно из безоговорочных условий фильма - наличие конфликта. И ещё одна призма, сквозь которую мы можем взглянуть: что насилие является формой крайнего проявления конфликта. Даже в комедиях полно насилия. Если речь не идёт о грубых шутках, большинство комедий обязательно содержит какую-то разновидность психологического, физического или иного насилия, а часто всё вместе взятое. Возьмите самую романтическую комедию из тех, что вы видели. Что делают хорошие люди, чтобы причинить вред друг другу: они обманывают, отказывают в любви, причиняют эмоциональные страдания - это бессознательное или сознательное насилие, даже если они не бьют друг друга доской по голове. Мы просто не можем избежать конфликтов: ни в кино, ни в реальной жизни.

В случае взрыва праведного гнева в ответ на это архиважный тезис, я хочу повторить: *Фильмы снимают о конфликтах. Конфликтах*. Мне жаль, но избыток конфликтов в жизни не является достаточным веским аргументом. Помню, как один известный критик грошил *«Властелин колец: Братство кольца»*. Знаете, что он сказал? Что в нём слишком много приключений. Держите меня, а то помру со смеху! Как если бы вы пошли на комедию и остались недовольны, потому что слишком много смеялись. Я достаточно терпим и непредубеждён насчёт всех наших непереносимостей, когда дело касается чувств, вызываемых кино. Но если конфликт становится проблемой, этот вызов нужно проработать.

На курсах сценаристов преподают, как «посадить героев на дерево и бросать в них камни. А затем камни должны становиться всё больше». Вспомните утверждение, которое справедливо как для кино, так и для жизни: некто отчаянно жаждет чего-либо и, пытаясь заполучить это, попадает в неприятности. Какое вам будет дело до фильма, если герои всегда будут славными и невозмутимыми, и не будут так или иначе чего-то хотеть? Насколько это неубедительно?

Как говорят на курсах сценаристов, захочет ли кто-нибудь пойти на фильм с названием *«Деревня милых счастливых людей»!* Помню, я где-то читал, что если бы речь не шла об адюльтере - о жарком и примитивном, тайном, запретном сексе, то такого явления, как романы девятнадцатого века просто не существовало бы. Это может прозвучать достаточно резко, но если у нас проблема с кино из-за избытка чувств, то это самое подходящая возможность заняться собственной киноогой.

Предварительный показ киноогы для пар.

Один мудрый человек сказал однажды, что любой может пойти на вершину горы, медитировать там лет двадцать и стать

всецело духовным. Трудно, но выполнимо. Тот же мудрец сказал также, что сложнейший из всех путь - это йога отношений. Он не годится для слабых духом. Как же работает эта йога? Вам понадобятся те же принципы, о которых мы говорили в отношении кинойоги.

Всякий раз, когда вы реагируете на то, что говорит или делает ваш партнёр, практикуйте следующее: активируйте свою APST[™], перестаньте фокусироваться на нём или на ней и направьте свое внимание от горизонтальной оси к вертикальной. Попробуйте не обвинять своего партнёра во всех грехах во вселенной, и вы поймёте, что именно имел в виду мудрец, говоря о сложности отношений.

А что же кинойога? Есть ли шанс не прибегать к ней всякий раз, когда на горизонте маячит конфликт на почве разных мнений о кино? Ещё бы! Ну, я не говорю о тех незначительных разногласиях, которые касаются превращения гостиницы в кинотеатр Imax. Или о том, чтобы потратить трёхмесячный доход на первый взнос за двенадцатиканальную звуковую систему. Или о приобретении платинового, супер-премиум-для-особых-людей кабельного пакета с тремястами восемнадцатью каналами, в то время, как вам доподлинно известно, что ваш партнёр смотрит только десять, даже если он или она говорит, что никогда не знаешь, когда понадобятся остальные триста восемь. Эй, это не панацея. Это по-прежнему касается только вас.

Я хочу поделиться с вами ситуацией, когда кинойога буквально открыла глаза Кэри и мне. И действительно помогла нам понять друг друга лучше. Я читал в одном интервью, как одна звезда кино назвала свою звёздную жену членом команды, потому что она подарила ему на Рождество какие-то особенно дорогие его сердцу фильмы. Кэри тоже член команды. Она не

прочь пойти на многие во многих отношениях дурацкие картины, если есть хоть малейший шанс, что в фильме будет что-то подкупающее, за исключением «стрелялок».

Например, она с удовольствием посмотрела многие любимые мной фильмы: *«Терминатор»*, *«Ворон»*, *«Тёмный город»*, *«Тонкая красная линия»*, все три *«Матрицы»*, обе части *«Убить Билла»* и *«Криминальное чтиво»*, но не *«Город грехов»* и *«300 спартанцев»* - ни за что и никогда. Но это справедливо и в обратном направлении. Я высидел множество картин, предложенных Кэри, и они мне действительно понравились. Например, *«Гордость и предубеждение»*, *«Реальная любовь»*, почти всё с Колином Фертом, Хью Грантом или Джоном Кьюсаком, *«Комната с видом»*, *«Роми и Мишель на встрече выпускников»*, *«Пятьдесят первых поцелуев»* и все фильмы компании Merchant Ivory Productions¹².

Но вот наступает момент, когда события перестают идти по плану. Для меня любой новый фильм Ридли Скотта - это повод для праздника галактического масштаба. Поскольку Кэри это знает, она любит меня и ей нравится большинство фильмов Ридли Скотта, на которые я затащил её в прошлом, она согласилась пойти со мной на премьеру *«Гладиатора»*. Припоминаете систему кинорейтинга в нашей семье? В тот день мы охватили всю шкалу. Я был на одном конце, я был в восторге. А она была на другом, она его ненавидела. Хуже ситуацию сложно себе и представить.

¹² Merchant Ivory Productions, основанная в 1961 г. Исмаилом Мерчантом и Джеймсом Айвори компания по производству фильмов, специализирующаяся на постановке классических костюмированных драм из английской и европейской жизни, таких как «На исходе дня», «Комната с видом» и многих других. В общей сложности существует порядка 60 картин этой компании.

Я, наивный, полагал, что фильм не понравился ей из-за обилия сцен насилия. Поскольку я думал, что дело именно в этом, я был готов с ней поспорить, ведь она уже смотрела раньше такие же жестокие фильмы, и многие ей нравились, потому что в них была масса других привлекательных моментов.

Но она ненавидела его по другой причине. Она сказала, что была масса всего, что могло бы ей понравиться – всё-таки это был Ридли Скотт – за исключением одного главного момента. Сути сюжета. Дело было в том, как выписан главный герой, Максимус, которого сыграл Рассел Кроу и за которого он получил Оскара.

Это не даёт ей покоя и по сей день: после того, как Коммод, которого сыграл Хоакин Феникс, убивает своего отца, императора, в исполнении Ричарда Харриса, и намеревается стать новым императором, он просит Максимуса присоединиться к нему и возглавить войска. Максимус знает, что Коммод - ничтожный подонок, и отказывается. Из-за отказа Максимуса Коммод убивает его ни в чём не повинную семью. Это разрушает до основания жизнь Максимуса и служит завязкой для событий всего оставшегося фильма. Он пропащий человек, который, с точки зрения Кэри, позволяет своей упрямой гордыне и недалёковидному представлению о чести стать причиной смерти дорогих ему людей. Пример типичной мужской реакции, вызванной тестостероновым отравлением.

По мнению Кэри, он мог хотя бы ненадолго присоединиться к Коммоду, позволить ему думать, что он на его стороне, уберечь тем самым свою семью, и в то же время быть в силах противостоять Коммоду и спасти Рим ценой сделки. Согласно Кэри, он позволил своей смехотворной гордости и разновидности мужского высокомерия выйти на первый план, что в результате закончилось для него столь трагично.

Это поразило меня до глубины души, потому что я воспринял всё диаметрально противоположно. Одной из тысячи причин, по которым я восторгался фильмом, точно и определённо была та, что Максимус поступил именно так, как он поступил. Вот как я это вижу: Максимус полон чести и чувства долга перед семьёй, которую он любит. Но не только перед ними, ещё и перед императором Марком Аврелием и Римом.

Я вижу его выдающимся трагическим персонажем в духе Аристотеля. К его падению и к смерти тех, кого он больше всего любил, привел конфликт между исключительной преданностью и честью. Он не мог лгать. Он не мог фальшивить. И эта честь уничтожила его семью и его самого.

Поразительным для меня было то, что я смог идентифицироваться с Максимусом, с его дилеммой благородного человека, старающегося найти прямые пути в насквозь испорченном обществе, именно это стремление сохранить свою честь, его честная ошибка, проявившаяся в некоторой излишней негибкости, и привела к его падению. Но я действительно испытал катарсис вместе с ним. И всякий раз, когда я смотрю этот фильм, я продолжаю его испытывать.

Какое-то время я пытался убедить Кэри, что она неправа. Это привело к нескольким оживлённым дискуссиям. Нет никого патетичнее меня, когда я пытаюсь сказать Кэри, что она неправа. Знаете, в чём было дело? Она не была неправа. Я тоже не был. Мы просто смотрели через разные очки. В этом случае очки представляли две противоположные архетипические реакции на природу мужественности: одна представляла мужскую сторону, а другая - женскую.

С одной стороны, Кэри расценивала ригидность Максимуса как классический пример исключительно мужской

реакции, которая причиняет боль и страдания его близким. А я воспринял его честь и его конфликт как архетипический пример того, с чем сталкивается мужчина в современном мире, - противоречивые чувства долга по отношению к семье и работе: пытаешься поступить правильно, сохранить свою честь, а в результате попадаешь в переплёт.

Вопрос не в том, кто из нас прав. С равной вероятностью мы оба могли бы оказаться и неправыми. Но это ясно демонстрирует силу уникальных и совершенно самостоятельных точек зрения, равноценность которых священна. Видите, насколько многогранна кинойога? Я очень многому научился у Кэри за эти годы, и это всего лишь ещё один штрих. Разница в наших мнениях позволила мне выйти за пределы своих собственных жёстких ограничений (подобных тем, в которых пребывал Максимус) и увидеть мир с другой точки зрения. Как правило, сначала я лягаюсь и визжу, но в конечном итоге у меня всё получается.

Я просто хотел отметить ещё одно преимущество кинойоги. Оно служит подспорьем для йоги отношений. Я замечаю не только собственные реакции на фильм. В данном случае меня затронули реакции моего партнёра! И вот моя APS™ просто дымится! Я обеими руками держусь за вертикальную ось, пытаюсь проследить своё извечное желание сказать, что это Кэри во всём виновата. На самом деле я знаю, что её не в чем упрекнуть. Я слишком хорошо знаю, что происходит. Поскольку выше речь уже шла о том, что мы склонны винить окружающий мир в своих проблемах, то разве сейчас вы бы поверили, что меня и в самом деле бес попутал? Я так не думаю.

Часть II
Свет, камера,
мотор!



Занимайте места.

Элвуд: *С нами Господь.*

~ Братья Блюз

Джаспер: *Всё наша жизнь – не более, чем грандиозное мифическое сражение веры и случая.*

~ Дитя человеческое¹³

Фродо: *Тогда я знаю, что делать. Я только боюсь делать это.*

Галадриэль: *И слабейший из смертных может изменить ход будущего.*

~ Властелин колец: Братство кольца

Что ж, давайте посмотрим кино. Ах да, нам понадобится ещё одна остановка. Проблема налицо. Вы читаете эту книгу, а мы подошли к части, где нам предстоит погрузиться в четыре зоны матрицы смерти-возрождения, включая смерть, и обозначить отрывки из фильмов, которые великолепно проиллюстрируют этот процесс. И теперь вы можете спросить: «Мы что, будем просто говорить о кино?» А я отвечу: «А как же! Это же книга, как нам ещё это сделать?»

¹³ Речь, разумеется, об англо-американской картине 2006 г. реж. Альфонсо Куарона, а не о латвийской одноименной картине 1991 г. реж. Яниса Стрейча.

А тогда вы скажете: «Нет, выходит как-то нескладно. Речь ведь идёт о том, чтобы пропускать фильмы через себя, действительно их переживать, а мы собираемся просто разговаривать?» И услышите в ответ: «Кроме шуток. Вы правы, но я не волшебник». И вы обратитесь к проходящей рядом подруге: «Послушай, детка, пойдём посмотрим классный фильм». И, знаете, я не упрекну вас за то, что вы отложили книгу в сторону.

Итак, учитывая наличие этой дилеммы, возможны три варианта развития событий. Вы можете просмотреть список фильмов, о которых мы будем говорить, прерваться, выйти из дома, купить или взять какой-то из них напрокат и посмотреть. Или, быть может, вы дочитаете эту главу, и она вас затронет. Тогда вы выйдете из дома, купите или возьмёте напрокат упомянутый фильм, и посмотрите его впервые или ещё раз, но уже новыми глазами. Возможно также, что пробежавшись по списку картин, вы возьмёте диски и посмотрите те отрывки, о которых мы будем говорить, один за другим, на всём пути смерти-возрождения.

Помните, что вам понадобятся разделы, обозначенные заголовком «Предварительный показ». Если вам захочется углубиться, то в текстовых разделах обозначены кульминационные моменты. Чтобы облегчить процесс чтения и просмотра, я разместил в следующем параграфе шпаргалку - «лоцманскую карту» кинойоги. Так что если захотите поиграть, вам не нужно будет перелистывать всё прочитанное в поисках подходящих отрывков. Обратите внимание и на имеющуюся (на стр. 118) схему матриц смерти-возрождения. Она также призвана облегчить игру.

Краткие указания - повтор.

1. Исцеление - это внутренняя работа. Все силы, необходимые для нашего движения к целостности, содержатся внутри нас. Главный инструмент, которым пользуется наш

108

Внутренний целитель - это способность осознавать или самосознание.

2. Для игры в кинологу, нам понадобится навигационная система осознания или APS™ - некая разновидность GPS для способности осознавать. Представьте знак «плюса»: горизонтальная линия - это внешний мир. Вертикальная - внутренний. Реакции, возникающие во время просмотра, исходят извне, от горизонтальной линии. Но всё, что нас исцеляет, родом изнутри, из вертикали. Посему мы не возлагаем ответственность на фильм, который находится снаружи. Мы учитываем все свои реакции и вглядываемся внутрь, чтобы понять, что именно затронул фильм. Приняв это, мы станем свободными.

3. Почти каждый фильм содержит хотя бы одна из универсальных стадий трансформации, которую мы называем матрицей смерти-возрождения. Настройтесь на их появление, когда будете играть. Всякий раз, когда вы почувствуете присутствие одного из этапов, это будет похоже на пребывание в другом мире. Вот эти этапы: *Зона безопасности, Зона ловушки, Зона войны и Зона свободы.*

Биологическое рождение

В последнее время проводится массу исследований о способности плода помнить моменты внутриутробного развития и о важной роли процесса рождения в нашей последующей жизни. Будет очень здорово, если когда-нибудь учёные провозгласят: «Человек может помнить свое рождение».

Но пока они не выдвинули подобных утверждений, многие из нас об этом и так уже знают из своих собственных переживаний, напоминающих повторное проживание родового процесса. Нам уже





известно, насколько важен процесс рождения для нашей жизни. Более того, мы знаем и о том, что этот опыт может быть невероятно целительным.

Когда такие исследователи, как мой друг и наставник Станислав Граф, автор «Психологии будущего», изучали процесс смерти-возрождения, они открыли нечто потрясающее. Оказалось, что четыре аспекта трансформации матрицы смерти-возрождения соответствовали четырём этапам биологического рождения. Другими словами, рождение физическое и перерождение в результате трансформации протекали по одной и той же схеме.

Поэтому, говоря о смерти-возрождении, мы одновременно ведём речь и о рождении физическом. Сталкиваясь с опытом смерти и нового рождения в кино или во время другой практики, мы с большой долей вероятности можем говорить о равнозначности этих двух уровней. Исцеление может происходить на одном уровне или сразу на обоих. Возникающие чувства и образы так же равнозначны. Если мы обращаемся к динамике физического рождения или к смерти-возрождению в целом, то склонны опираться на специфический вид логики, в рамках которой существует эта тождественность. Совсем скоро вы отчётливо это увидите.

Итак, приступим. Отправимся в путешествие по ряду картин. Как сказал персонаж Тома Хэнкса своему взводу в фильме «Спассти рядового Райана» в день начала операции в пятидесяти ярдах от пляжа «Омаха», прямо перед тем, как открылась дверь десантного судна, и пятидесятимиллиметровые орудия разорвали в клочья половину бойцов, «До встречи на берегу».



Зона безопасности.

Покахонтас: *Мать, где ты живёшь? На небе? В облаках? В море? Покажи мне твоё лицо. Дай мне знак. Мы всходим, мы всходим.*

~ *Новый свет*¹⁴

Коммод, наблюдая за спящим Люциусом: *Он крепко спит, потому что его любят.*

~ *Гладиатор*¹⁵

Шанс: *Пока корни не повреждены, всё хорошо, и всё будет хорошо в саду.*

~ *Будучи там*

Ричард: *А я, я по-прежнему верю в рай. Но теперь я понимаю, что искать его на земле не стоит. Ведь это не место, где ты находишься, а чувство, испытываемое в тот момент, когда ты*

¹⁴ Речь об американском фильме 2005 г. реж. Терренса Малика, а не о французской картине 1995 г. реж. Алена Корно или франко-итальянской ленте 2006 г. реж. Эмануэле Криалезе.

¹⁵ Очевидно, имеется в виду легендарная картина 2000 г. реж. Ридли Скотта, а не фильмы 1992 г. реж. Роуди Херрингтона, 1986 г. реж. Абея Феррары и 1938 г. реж. Эдварда Седжвика.

становишься частью целого, и если этот момент наступил, он длится вечно.

~ Пляж¹⁶

Питер Пэн: Когда первый малыш впервые засмеялся, его смех превратился в песчинки, и они разлетелись по всему миру. Так появились феи.

~ Волшебная страна

По мере нашего продвижения сквозь зоны, давайте будем усложнять сюжет. Это нужно для того, чтобы обогатить восприятие и возникающие у нас ассоциации с нашей собственной жизнью. Так что вместо простого описания зон как этапов психо-духовной смерти-возрождения, мы добавим параллели, связанные с процессом физического рождения. При необходимости за дополнительной информацией можно обратиться к схеме на странице 118.

Как мы уже говорили, зона безопасности - это райское блаженство. Её суть в чувстве полной безопасности - как если бы мы были соединены с матерью, биологической или, возможно, Божественной. Наши потребности тотчас удовлетворяются: в пище, любви и прочем. Это переживание соответствует периоду пребывания в матке. Когда нас что-то затрагивает и пробуждает подобные ощущения, выражаясь метафорически: мы чувствуем себя в раю. Или же мы можем переживать биологические аспекты этого опыта: плодом, покачивающимся в тёплой водной вселенной, пуповиной соединенным с матерью. Либо мы просто чувствуем удовлетворённость, безопасность и заботу.

¹⁶ Речь о картине 1999 г. реж. Дэнни Бойла, а не о сериале 2009 г. реж. Брэда Крейсберга, и не о французском фильме 1954 г. реж. Альберто Латтуады.

Ранее я упоминал «Путешествие героя» Джозефа Кэмпбелла. Если вы пропустили эту часть, я просто скажу, что это приключение всей нашей жизни, через которое мы проходим ежедневно, чем бы ни занимались, этакая дорожная карта трансформации. Впервые всеобщее внимание к нему привлёк Джордж Лукас в *«Звёздных войнах»*. Он говорил о нём, как о базовой структуре для создания фильма. Возможно, именно по этой причине фильм имел столь масштабный успех. Он практически всем понравился. Кстати, существует тесная связь между Путешествием героя и процессом смерти-возрождения, о котором мы говорим.

К примеру, начало Путешествия героя напоминает сидение дома, где мы внезапно слышим Зов к странствиям. Это очень похоже на путешествие сквозь смерть к возрождению. В родовом процессе: ваш дом, по крайней мере, изначальный - это матка. Когда начинается рождение: биологическое, или же трансформационный процесс смерти-возрождения, мы также слышим зов - призыв к рождению.

Проблема лишь в том, что для того, чтобы родиться, мы должны пройти через напряжённую борьбу. Находясь в матке, или в самом начале пути, мы абсолютно наивны - это предварительный этап нашего приключения. Это место, где «Мне не нужно беспокоиться, потому что у меня есть всё необходимое» или чувство «Зачем мне сражаться?». Когда-нибудь чувствовали подобное? Кто-то из вас согласится. А вы говорите «нет»? На самом деле, многие не могут почувствовать эту зону, потому что, оглядываясь назад, не видят ничего, кроме боли. Этому есть пара причин.

Во-первых, отправным пунктом для биологического рождения или трансформации смерти-возрождения, не всегда служит хорошая матка. Есть и другая возможность: то, что называется «токсичной» маткой. Мы можем ненавидеть то, где

находимся, потому что там нет ожидаемой безопасности. Мы не чувствуем связи. Место, откуда мы исходим, может казаться опасным, для кого-то - это matka, а для других - наша семья после рождения. В этом случае, говорим ли мы о Путешествии героя или о рождении, речь не идёт о том, что мы оставляем какое-то чудесное место. У нас отсутствует ориентир безопасности. И это придаёт нашему приключению особый оттенок горечи.

Даже при наличии хорошей матки, порой, мы не можем вспомнить чувство безопасности по другой причине: её могло не быть во время рождения и ранних лет, проведенных на Земле в наших семьях и в тех уникальных условиях. Могло произойти строго противоположное: болезнь, какая-то семейная дисфункция, например, зависимость от алкоголя или наркотиков, насилие, да что угодно. Если это так, то в нашей психике любое возможное воспоминание о безопасности надёжно спрятано под другим болезненным опытом.

Но есть и хорошая новость: если мы обнаружили, что это наш случай, что мы не можем вспомнить пребывание в хорошей матке или другой опыт безопасности, это вовсе не означает, что мы безнадежны. Самые разные практики открывают нам доступ к коллективному бессознательному, описанному Карлом Юнгом. В коллективном измерении нам всем доступен опыт хорошей матки - места, где мы чувствуем себя в безопасности, где удовлетворяются все наши потребности, поскольку безопасность и хорошая matka - это архетипы, с которыми каждый из нас может войти в контакт.

В действительности, одна из основных составляющих исцеления для тех из нас, у кого было трудное рождение, или кто испытывал сложности в период раннего детства, заключается в том, что с началом осознания болезненного опыта и постепенным освобождением от него в нашей жизни

начинают проявляться архетипы положительных аспектов процесса смерти-возрождения и рождения, как такового. Когда это происходит, мы можем быть уверены, что движемся верным путём к исцелению. Но, как уже говорилось выше, это процесс. Он не бывает мгновенным. Но он определённо происходит. Много лет я наблюдал, как это случается с сотнями ищущих.

А сейчас мы пристально взглянем в Зону безопасности, изучая то, какие ощущения она вызывает, где берёт своё начало и каким образом является составной частью пути, по которому мы движемся в направлении к целостности. Давайте поиграем и посмотрим, как она проявляется в некоторых характерных эпизодах известных фильмов.

Предварительный показ: зона безопасности. Рай.

«В поисках Немо» просто великолепен. В глубине мерцают искрящиеся краски. Я не различаю цветов, но считаю это зрелище одним из самых прекрасных. И он очень милый. Даже если он полон утрат, страхов, боли и страстных желаний, он всё равно остаётся милым. Не приторным, но полным любви. А музыка Томаса Ньюмана изумительно подчёркивает мягкость и красоту образов на экране.

Как слушать фильм



Для меня невозможно разделить великий фильм и звучащую в нём музыку. Я питаю особую страсть к звуковым дорожкам. Сейчас, когда пишу, я одновременно пробегаю по ним, словно иду мыслью по музыкальному следу, выводящему меня прямоком к Томасу Ньюману. Мне кажется, он один из самых выдающихся. Прислушайтесь к мрачным трекам «Проклятого пути». А его взвешенная душераздирающая музыка к «Ангелам в Америке», «Побегу из Шоушенка» и непонятому шедевр «Знакомьтесь, Джо Блэк».



Ещё один композитор, написавший, наверное, самую незабываемую музыку к фильмам в истории кино - это Эннио Морриконе. Например, музыка к трилогии Серджио Леоне, которая вознесла на вершину славы Клинта Иствуда: «За пригоршню долларов», «На несколько долларов больше»¹⁷ и ставший классикой «Хороший, плохой, злой». Это были (как же их называли?) «спагетти-вестерны». Они абсолютно изменили представление о вестернах, что отразилось позже в работах таких мастеров, как Сэм Пекинпа и собственно сам Иствуд.

Никогда не забуду, как на заре туманной юности пошёл на один из них со своей подружкой. Начинается всё с чего-то вроде: «Почему бы, чёрт возьми, нам его не посмотреть?», а потом фильм не оставляет от вас камня на камне. Именно Морриконе придал этим картинам эпический размах. Два других его шедевра: это потрясающий «Однажды в Америке», причём его полная версия, а не первоначальный сокращённый релиз. И «Военные потери» Брайана Де Пальмы.

На данный момент, я не могу припомнить, ни одной поразившей меня картины, у которой бы не было невероятной звуковой дорожки. Кто-то из великих сказал однажды, что музыка это язык души. Она обходит наши поверхностные защиты и умственную болтовню, как будто их не существует. Плохая музыка может полностью похоронить фильм. А хорошая – превратит посредственную картину в шедевр, и вам не будет жаль потраченных на билет денег.

¹⁷ Другой известный вариант названия этой картины «За несколько лишних долларов».



Каждая эпическая картина запоминается своей музыкой. Мы можем не вспомнить мгновенно ту или иную сцену, но мелодию сразу подхватят наши души и снова распахнут занавес. Мысленно вернитесь к классике: «Унесённые ветром», «Лоуренс Аравийский», «Бен-Гур», «Доктор Живаго»¹⁸, «Список Шиндлера», «Храброе сердце», «Роб Рой», «Гладиатор», «Пианино», «Властелин колец», «Титаник», «Тонкая красная линия». Когда мы вспоминаем, мы же не думаем, правда? Мы слушаем. Кино и музыка неразделимы.

Практически на всём протяжении «В поисках Немо» рассказывается о пребывании в матке - океанической вселенной. А фильм целиком можно описать как захватывающее приключение первой фазы процесса смерти-возрождения. В первой части создана обстановка текущего внутриутробного опыта. Она начинается с любви и привязанности: супружеская пара рыбок выхаживает икринки, чтобы из них вывелись мальки. Пока всё безоблачно. Просто рай. Но смерть сметает всё в мгновение ока. В этот миг безопасность закончилась.

После этого и начинается сама история. Маленький Немо готовится к своему первому дню в школе. Его отец, пожалуй, чересчур заботлив: я бы сказал, что он сам, по сути, ребёнок, который весь фильм тревожится по пустякам, но, возможно, он просто что-то во мне задевает. Но его трудно обвинять. А затем, примерно на одиннадцатой минуте, мы видим эту дивную сцену.

¹⁸ Речь о весьма поэтичной картине 1965 г. реж. Дэвида Лина, а не о позднейших экранизациях: 2002 г. реж. Джакомо Кампиотти, и, увы, не о российском сериале 2005 г. реж. Александра Прошкина.

	Зона безопасности	Зона ловушки	Зона войны	Зона свободы	
Архетипы и образы	Океанический экстаз Блаженство Рай Связь Единство Слияние с Божественной матерью Невинность	Космическая поглощённость Ад Бесконечные страдания Бессмысленность Тёмная ночь души Экзистенциальный кризис Отделённость Покинутость Вина- Неполноценность Палата умалишённых Концентрационные лагеря	Вулканический - Дионисийский экстаз Чистилище Свет в конце тоннеля Борьба, в которой есть смысл Смерть- Возрождение Власть-Агрессия Сексуальность Демонические переживания Отчаянный авантюрист Воин Апокалипсис- Армагеддон Гаремы- Карнавалы	Космический экстаз Возвращение домой - Единство Внезапный неожиданный прорыв Возрождение Духовное пристанище Божественное дитя с матерью Великолепная природа Конец войны - Революция Единство - Безопасность Сияющий свет, краски Любовь - Гуманизм Освобождение	Матрица смерти-возрождения
Биологическое рождение	ХОРОШАЯ МАТКА Симбиоз Океаническая - Водная среда Связь с матерью через пуповину Удовлетворение эмоциональных и физических потребностей Питание Безопасность ТОКСИЧНАЯ МАТКА Негативные эмоции Попытки аборта Опасность - Тревога Метафизическое зло Паранойя Недостаток безопасности	Шейка матки закрыта Зажатость (ущемление) Давление Подавление - Сдавление Отсутствие выхода Затруднение дыхания Заброшенность Одиночество Депрессия Бессилие - Безысходность Мучения	Шейка открыта Бешенство Сексуальное возбуждение Боль - Напряжённость Агрессия - Убийственная ярость Схватки - Борьба в родовом канале Столкновение энергий Первичная мощь Битва за свободу	Рождение Выход на свет Акушерские пособия Слияние во время кормления Расслабление Свобода Расширение пространства Исчезновение опасности, боли, прекращение борьбы Завершённая Безопасность	

Все рыбки-малыши усаживаются на спину к милому, очаровательному гигантскому скату-манте. Они отправляются в школу. Трудно представить, насколько прекрасен этот эпизод. Он длится едва ли тридцать секунд. Скат поёт морскую песенку, и под проникновенную, чарующую музыку они скользят в этом райском краю подводных растений и кораллов. Тридцать секунд, и меня нет. Я растворился в фильме. Я уже плачу.

Добро пожаловать в Зону безопасности: райский мир всеобщей связности и удовлетворённости. Это хорошая матка. Это ещё непроявленная невинность, без тени опыта, ещё до того, как на горизонте забрезжит рождение. Моё детство, возможно, и не является кладезем подобных переживаний. Но эта сцена для меня - камертон. Я ощущаю трепет в глубине души. Может, этого и не было в моей жизни, но это могло быть в моём рождении. А если этого не было в моём рождении, то я настраиваюсь на волну, идущую из того мира, где каждый из нас может прикоснуться к подобному опыту: с миром архетипов, ключевых паттернов, единых для всех нас.

Потом рыбки-малыши начинают шалить и подплывают к краю рифа. И вот их уже манит мрак глубин, бездонная пустота, разверзшаяся по ту сторону знакомого мира. Музыка подчёркивает происходящее. В этой пропасти таятся всевозможные потери, обрывы связи, одиночество и опасность. В этой точке возможен любой исход. Они выглядывают и видят, как в глубине исчезают очертания корабля, или какой-то другой громадины. Невинность утрачена, открыты врата для страха. Похоже ли это на первые схватки? На «Боже, что происходит!»?

Или это Зов к странствиям? Вы чувствовали когда-нибудь эту адскую смесь возбуждения, желания и страха? Как если бы вы находились на краю высокого утёса, и от одного взгляда вниз у вас бы закружилась голова, и вы до смерти испугались? Но одновременно с этим вас тянет прыгнуть: не для того, чтобы

погибнуть, а чтобы преодолеть себя, совершить прыжок веры, выйти за существующие границы! Это похоже на Зов. Будьте уверены, в этом фильме это всего лишь начало приключения. Школа, похоже, теряет актуальность. И Немо отправляется в путь, что дает завязку всему сюжету: он заключается в поисках Немо.

Вот так безобидный летний блокбастер, предназначенный для семейного просмотра, может таить в себе некоторые глубинные человеческие стремления. Семейное единство, боль от его утраты и борьба за его повторное обретение. Мы откликаемся на смерть-возрождение как рыбки-сына, так и рыбки-отца, не на физическую смерть, но на гибель их представлений о себе. Каждый из них проходит через испытания, каждый проходит Путь героя, и в результате они рождаются в своих новых «я». А в конце картины они восстанавливают семейное единство. Да!

Знаете, это не просто сюжет, подобные вещи происходят сплошь да рядом. Поэтому массовый успех был предопределён. Кроме того, это же архетипические переживания. Но что выделяет именно эту историю из многих других - её красота. Эта невероятная красота изображения и музыки. Даже сейчас, когда я пишу эти строки, моё сердце открывается ей навстречу, и я тихонько наслаждаюсь тем, что вижу и слышу внутри.

На Земле, как ... ну, как где-то ещё.

Режиссёр Дэнни Бойл ворвался на экраны со сногшибательной, но остроумной картиной *«На игле»*, роль в которой стала прорывом для Юэна МакГрегора. Там есть одна совершенно незабываемая сцена, а может быть, она и вполне забываемая, решите сами, в которой главный персонаж - героиновый наркоман, которого играет МакГрегор, пытается завязать.

Он принимает какой-то суррогатный транквилизатор, чтобы справиться с влечением, а после этого его хорошо проносит, в результате чего таблетка проходит напрямиком сквозь него, не усвоившись в организме, и в первозданном виде смывается в унитаз. Когда, к своему ужасу, он понимает, что произошло, то в приступе безумного отчаяния, известного, добавлю от себя, только зависимым, он ныряет в туалет и плывёт по трубам в поисках волшебной таблетки, как в фильме «*Двадцать тысяч лье под водой*», хотя больше это напоминает невероятное путешествие по родовому каналу.

Но я не собираюсь сейчас обсуждать эту сцену или фильм Дэнни Бойла, хотя он и полон мотивов смерти-возрождения. Простите, но он слишком хорош, чтобы о нём не вспомнить. Больше всего для иллюстрации той зоны, где мы сейчас находимся, подойдёт «*Пляж*», в котором снялся Леонардо Ди Каприо после «*Титаника*», - фильм, сделанный по душераздирающей книге искусного писателя Алекса Гарланда. Это одна из универсальных или архетипических сказок о нашем поискерая на земле. Да, если вы начинаете видеть взаимосвязь между раем и Зоной безопасности, то вы на верном пути.

Эта версия эпоса о Шангри-Ла¹⁹ повествует о трёх подростках - беженцах из 21 века, которые подобны своим предшественникам из шестидесятых и более ранних эпох: битникам и жителям богемных кварталов Парижа, представляющих *puer eternis*²⁰ - архетип искателя, бегущего из

¹⁹ Шангри-Ла — вымышленная страна, описанная в 1933 году в новелле писателя-фантаста Джеймса Хилтона «Потерянный горизонт». Шангри-Ла Хилтона является литературной аллегорией Шамбалы.

²⁰ Puer aeternus (лат. «вечный мальчик») — один из юнгианских архетипов: ребёнок, который не желает взрослеть. Ему противопоставляется senex — «вечный старик». Для этого архетипа присуще упорное нежелание принимать на себя ответственность, свойственную взрослому возрасту, своего рода неизбывный инфантилизм.

настоящего. Это те, кого рейв и экстази влекут на побережье Гоа в Индии и дальше по всему свету. На этот раз они очутились в Таиланде, оказавшись лицом к лицу с тем, о чём три десятилетия назад так настойчиво предупреждал Б.Б. Кинг в своей песне, и через что проходит практически каждый беглец из времени: «Страсть прошла».

Итак, что же происходит по сюжету? В номере по соседству с убогой лачугой, где коротает время герой Ди Каприо, подавленный, опустошённый и разочаровавшийся в жизни, убивает себя искатель постарше. В комнате мёртвого парня персонаж Ди Каприо находит окровавленную карту острова, о существовании которого предположительно никому не известно, с изумительным пляжем: девственным, нетронутым, просто божественным. Это его мечта, ответ на все его молитвы. Он понимает, что это кульминация той страсти, которая влекла его и его приятелей на поиски земного рая.

Он ещё не успел понять то, о чём Морфеус говорил Нео в «Матрице» той дождливой ночью, когда они сидели перед камином, и он предложил Нео и нам, если мы достаточно пробуждены, чтобы это услышать, возможность сделать выбор. Возьмешь синюю таблетку - и будешь обречён на прозябание, забудешь обо всех мечтах, потому что они всё равно нереальны. Или возьмёшь красную и позволишь жизни показать тебя, насколько глубока кроличья нора.

Нас терзает то, что Морфеус назвал «занозой в мозгу», голос которой мы никогда не можем заглушить. Его слова подтверждают то, на что мы здесь всё время обращаем внимание: что *счастье является внутренней работой*. Я хочу сказать, что есть места, действительно воплощающие архетипы райского совершенства, но, скорее всего, чтобы их найти, нам нужно кое-что изменить внутри: «вытащить из головы занозу». И тогда мы запросто можем обнаружить, что находимся на

122

святой земле, именно там, где мы есть, и это не мечта о более зелёном газоне где-то там, где-нибудь, о каком-то далёком Пляже, дарующем нам благодать.

Но я забегаю вперёд. Поскольку он и двое его друзей ещё об этом не знают, как и мы не знаем об этом большую часть своей жизни, и отчасти благодаря этому, в самых прекрасных порывах человечества создать рай на земле, свершились великие географические и духовные открытия, а также были созданы уникальные произведения искусства.

Но я снова забегаю вперёд. Что же они делают? Как все великие герои, они переживают массу приключений. Они плывут в лодке, пока это возможно. Потом они перебираются вплавь через залив полный акул и чуть не идут ко дну. Когда они добираются до острова, им приходится ползти через джунгли, кишачие змеями и насекомыми, и удирать от безжалостных наркодельцов. Затем они прыгают с водопада, по счастливой случайности попадают в первозданное озеро и встречают проводника, который должен доставить их к затерянному племени. С этого момента начинается другая сцена Зоны безопасности.

Под музыку Моби - одного из самых сладкоголосых менестрелей нового поколения, они идут через дюны и пальмовые рощи, чтобы впервые увидеть Пляж. Всё обстоит именно так, как они себе представляли: это действительно рай на земле. Мы следуем за ними сквозь тропический лес, выходим на побережье, и прежде, чем это покажет камера, мы видим отражение лагуны на их лицах: она подобна жидкому драгоценному камню цвета бирюзы, а иногда кобальта, окружённому короной из рифов, а солнце превращает рябь на поверхности воды в брызги света.

Когда они падают на песок, как будто на бархатный плед Матери-земли, камера возвращается к их лицам. Они новые

люди земли - юные, невинные, носители надежд и чаяний безумного мира. Безумного, за исключением этого места и этого мгновения, которое, кажется, ничто не способно омрачить. Потому что они абсолютно уверены в том, что эта чистота – суть, природа их душ.

Они вернулись домой, безостановочная гонка закончена. Они почувствовали занозу в голове, и сделали всё, что могли, чтобы поймать мечту. И вот они на берегах совершенства – пока что совершенства. По мере того, как камера скользит вверх, переноса наш взгляд сквозь время к освещенной луной звёздной тьме глубокой ночи, мы удивительно знакомым образом чувствуем, что мечте суждено померкнуть.

Не буду говорить вам, что случится дальше. Но можно предположить. Потому что мы начинаем понимать, что счастье, как уже сто раз здесь говорилось, - это внутренняя работа. Но если счастье - это внутренняя работа, то и к страданиям это относится в полной мере. И если мы склонны проецировать райское блаженство на какое-то внешнее пространство, то, скорее всего, с адскими мучениями мы проделаем то же самое, как вы, наверное, уже догадались.

Это стремление к совершенству, на которое толкают нас смутные мечты, универсально. Мы находим его в литературе любых культур: в поэмах, романах, эпосах, комиксах, где угодно. В любом произведении искусства: живописи, скульптуре, архитектуре. Послушайте любую музыку: индийские напевы, симфонии, трансовые ритмы, диджериду австралийских аборигенов, барабаны бушменов или классику рок-н-ролла - везде мы увидим, услышим, почувствуем этот зов к совершенству, мечту о неземном счастье, о Зоне безопасности.

Эти поющие о совершенстве сирены могут увлечь нас на один из двух путей. Один ведёт вперёд, к свету маяка, толкая к грядущему апофеозу и завершению в Зоне свободы, достичь

которой можно, пройдя через боль и страдания Зоны ловушки и Зоны войны. Или нас отбросит назад, к грёзам, мерцающим древней памятью некоего утраченного в прошлом совершенства, и это будет подобно библейскому грехопадению. К отсветам того совершенства, которое мы познали.

Мы знаем, что это не причуда нашего воображения, а место, которое мы хорошо знаем. Мы там побывали. Для более наглядной иллюстрации того, что имеется в виду, я снова воспользуюсь музыкальной метафорой. Эта мечта о совершенстве, которое должно быть нашим по праву рождения, существует в двух различных октавах - двух взаимодополняющих уровнях, имеющих одну тему.

Первая, самая древняя и высокая октава относится к ощущению рая, места, откуда мы пришли, утраченного дома, совершенства, единства с Богом-отцом или Богиней-матерью. Мы подозреваем, что были знакомы с этим совершенством и пребывали в нем до своего человеческого воплощения, до того, как стали на путь индивидуальности. Как повествуют мифы, мы покинули совершенный мир, но глубоко внутри сохранили память о нём, подобно той занозе, о которой говорил Морфеус.

Итак, это один уровень. Другой - это сам процесс нашего рождения, при котором вместо эха утраченного рая, который мог существовать вообще в ином измерении, у нас есть память о месте, напоминающем Зону безопасности, - хорошей матке. Похоже, что все мечты, за которыми мы гоняемся в мире, где вечно за что-то сражаемся, на самом деле лишь попытки вернуться в утробу. Они исходят из нашего стремления повторно ощутить безопасность, свободу и совершенство, которые мы переживали на самом деле.

И вот, пожалуйста: «*Пляж*», символ того, каким мог быть, или как на самом деле выглядит тот рай и безопасность, о котором мечтает каждый. И Дэнни Бойл с Алексом Гарландом

поймали это ощущение, включая символизм побережья и первозданного океана, что в точности передает суть попытки вернуться в амниотическую вселенную матки с её теплыми безопасными водами. Возможно, мы не настолько безумны, чтобы вообразить, что это какое-то известное нам место на Земле.

Так который же из двух путей наш? Пытаемся ли мы всё время вернуться назад, повторить или заново обрести то, что когда-то имели? Или же нас влечёт маяк, вспышки которого доходят до нас этими холодными тёмными ночами, полными одиночества и потерянности, несмолкающим ритмом страстного желания? Вперёд или назад? А что, если сразу в обе стороны? Что, если они обе имеют право на существование, и в поиске самих себя для нас принципиально важно открыться обоим направлениям?

Как греческий двуликий Янус смотрел вперёд и назад, в прошлое и будущее, так и мы, обратившись к обоим сторонам, можем услышать важные для себя вещи. Проигнорировав одну из них, мы не достигнем полноты совершенства, возможности обрести собственный идеальный мир здесь и сейчас, каким бы он ни был.

Не ищите в этой книге ответа на вопрос, вперёд или назад вам идти. В ней его нет, и, честно говоря, не думаю, что он есть в других книгах. Книги могут зажечь нас, отправить в странствия. Потому что не в книге, а только в путешествии, в которое каждый из нас отправился, можно найти ответы на все возможные сокровенные вопросы. Но если вас увлекло прочитанное, то вам, возможно, захочется взять диск и посмотреть *«Пляж»* или какой-то другой фильм из тысячи. Потому что в глубине души каждого создателя кино живёт искатель, так же как путешественник - в душе каждого кинозрителя.

Неприятности в раю.

«Тонкая красная линия» - это третий фильм Терренса Малика, который он снял в 1998 г. С середины семидесятых и до этого времени он не снимал кино. Тогда он сделал «Дни жатвы», а первым его фильмом были «Лустоши». В то время он был новым гениальным хулиганом: как почти совсем недавно Квентин Тарантино, и его яркому дарованию сулили большое будущее.

Но после «Дней жатвы» он исчез. Он прекратил делать кино, потому что не хотел тратить время на поиски компромиссов, которые так часто случаются в Голливуде. В конце девяностых он вернулся с «Тонкой красной линией», приведя в восторг своих поклонников. С тех пор он сделал «Новый свет», историю Покахонтас и капитана Джона Смита, оду природе и духу. И мы, его почитатели, кажется, будем вознаграждены ещё раз, его «Древом жизни»²¹.

На первый взгляд, «Тонкая красная линия» - история о вторжении Соединённых Штатов на Соломоновы острова с целью забрать их назад у японцев. Но на более глубоком уровне - это подлинно эпическая, духовно окрашенная поэма о природе бытия. В некоторых фильмах мне нужно пожить или побыть, проникнуться ими, как поэзией. В некоторых трудно оставаться надолго. Но никто не будет отрицать, что они невероятно сильны. Я обнаружил, что если я пытаюсь сконцентрироваться и понять, что происходит в таких фильмах, их настоящее послание проходит мимо меня.

²¹ К моменту русского издания книги «Кинойога» фильм «Древо Жизни» Терренса Малика уже вышел в мировой прокат, получив Гран-при на Каннском кинофестивале, и действительно порадовал зрительскую аудиторию.


Как поглощать фильмы

Кажется, что Терренс Малик родом не с той планеты, откуда другие режиссёры. Он ни на кого не похож. Он или нравится, или нет. Я от него в восторге. В своих картинах он пренебрегает традиционными ценностями Голливуда, вроде трёхактной структуры сценария, ограниченного использования закадрового текста и непрерывности действия. Если бы я смотрел его фильмы так, как я смотрю большинство повседневных картин, мне было бы чрезвычайно трудно их понять. То же, что и с поэзией.

Я всякий раз теряюсь, когда читаю стихи. Пока я не позволяю им, иногда с первого раза, протиснуться сквозь моё сознание, не слишком пытаюсь вникнуть. Мне кажется, что именно так я улавливаю суть. Как будто я позволяю читать другой, не рациональной части своего сознания. Возможно, это интуиция, я не знаю.

Но так у меня получается. Смысл возникает или просто приходит, без всяких моих попыток. А когда я читаю снова, то обнаруживаю новые уровни. Это справедливо и для фильмов. Так произошло со всеми картинами Терренса Малика. Это же случилось и с потрясающим «Помни» Кристофера Нолана, в котором у главного героя была амнезия, и действие фильм разворачивалось от более поздних событий к более ранним. И мощной картиной Стивена Гэгана «Сириана», которая повествует о мировом нефтяном кризисе и состоит из переплетения нескольких сюжетных линий. И со многими другими.

Когда речь идёт о повторных просмотрах, то некоторые считают меня чокнутым из-за того, что я



хожу на фильмы по несколько раз. Не так давно в Дании, когда я рассыпался в похвалах трилогии «Властелин колец», один из моих друзей засмеялся и сказал: «Вернись к жизни». Я ответил ему, что это и есть моя жизнь.

Если бы вы были в музее и увидели восхитительную картину, нескольких минут в выставочном зале для её полного восприятия вам было бы явно недостаточно, ведь, правда? Вы бы захотели побыть с ней столько, сколько вам нужно, потому что она волнует ваше сердце, душу или что-то ещё. Возможно, вы купите репродукцию или запланируете регулярное посещение музея. Каждый раз, когда невидимый архетип красоты, силы, восторга или чего-то подобного, проявляется в этом мире - это особый случай. И всякий раз, когда это происходит, мы позволяем себе греться в его лучах. Мы заслуживаем этого. Произведения искусства - это дары. Я наслаждаюсь этими дарами.

Многие могут усомниться в том, что любой фильм является произведением искусства. Мне это не приходит в голову. Я расскажу, что обычно бывает со мной. Когда я иду в кино в первый раз, я позволяю фильму поглотить меня, я полностью отдаюсь переживанию. Я стараюсь не привносить вторичный по отношению к происходящему процесс мыслетворчества: такой как суждения, критика, анализ — всю эту ненужную детальную разборку, которую выполняет наш ум. Я пытаюсь следовать первичным способам восприятия: например, интуиции, чувствам, душе, если угодно; той части себя, которая открыта вдохновению.



Возможно, что во второй раз я снова позволю фильму поглотить меня. Но начиная с третьего раза, я сам начну его поглощать. Я растворяюсь в происходящем на экране, каком-то взгляде, фрагменте истории, эпизоде, оттенках смысла. Я позволяю своему сердцу парить. В следующий раз будет что-то ещё. Если многоплановость сюжета, его наполненность разнородными переживаниями достаточно велика, я обнаруживаю, что в один момент идентифицирую себя с одним героем, а в следующий раз переживания другого персонажа в точности напоминают мои. Так случается на наших семинарах, посвященных «Властелину колец». Половину всего времени недельного семинара участники рассказывают о своём внутреннем Гэндальфе, внутренней Арвен, внутреннем Горлуме. Это же кинойога!

Есть ещё несколько картин, также не вписывающихся в среднестатистический Голливудский стандарт, независимо от места производства. Я хочу сказать, что они не придерживаются общепринятой практики рассказывания историй. Именно такие киноистории создает потрясающий японский режиссёр Хаяо Миядзаки, например, «Принцесса Мононоке» и «Унесённые призраками». Эти фильмы получились не потому, что режиссёр просто хотел сделать что-то непохожее на других. Я думаю, что тут ещё дело в разности восприятий: на Востоке, видимо, не принято упаковывать вещи в умственные коробки, как мы привыкли ежедневно делать это здесь.

Антиголливудский подход к форме изложения



сюжета характерен не только для азиатского кино. За всю историю кинематографа мастера со всего света то и дело пренебрегали общепринятой структурой сюжета. И, надеюсь, так будет и дальше. Мы же кинологи! Мы хотим освободиться. А их свобода в использовании возможностей даёт нам лучший шанс разрушить формы, сдерживающие нас. Будем надеяться, что они никогда не прекратят нас подталкивать.

В любом случае, фильмы Терренса Малика именно такие. Лучше всего откинуться в кресле, приостановить работу рационального левого полушария и позволить переживаниям заполнить нас. Самое главное: прекратите думать. Прекратите пытаться понять. Поразмыслите над этим рецептом, он годится для большинства картин. Мы можем сделать одно из двух. Либо затолкать фильм в шаблоны заранее воздвигнутых стереотипов мышления. Или открыться Тайне, позволить картине преобразить нас и изменить очертания души.

В «Тонкой красной линии» так много красоты, так много силы. Он гораздо больше, чем просто рассказ о первой стадии процесса смерти-возрождения. Но его начало превосходный пример того, что зачастую фильмы являются эпопеями смерти и возрождения, и начинаются с того, о чём мы говорили выше: с Зоны безопасности. Возможно, Малик относится к тем немногим, кто делает это осознанно. Так что здесь мы осветим всего лишь часть несметных сокровищ фильма, хотя я бы желал уделить внимание им всем.

Первые кадры поистине незабываемы: сочные басы, открывающие музыкальное сопровождение Ханса Циммера, подчёркивают поэтичность происходящего, не заглушая его, а на экране в зловонный заболоченный водоём соскальзывает

крокодил и исчезает под водой. Это идеальный пример того, что мы называем «токсичная матка».

Мы можем представлять первую зону безопасным домом, наполненным любовью, единством, заботой, удовлетворением потребностей. Но во многих случаях различные травмы, которые с нами случаются, делают её ядовитой и небезопасной. Либо происходят неприятные вещи, которых не должно было быть, например, болезнь, либо нами пренебрегают и нам не хватает положенной заботы и ухода. Так вместо чистого прозрачного пруда образуется трясина.

Крокодил - пронзительный символ тьмы, опасности, зла и насилия, подстерегающего снаружи. Многие говорят о присутствующем в их жизни ощущении какой-то неопределенной тревоги или опасности. Это определенно можно объяснить трудным детством. Но также далеко не последнюю роль может играть рождение. Затем сцена меняется, мы переносимся из трясины к границе рая - доисторическому лесу. Мы слышим голос за кадром, вещающий о битве между светом и тьмой, и вопрошающий: «Соперничают ли они друг с другом?»

Это завязка. Она определяет то, как будет утрачено блаженство. Но следующие двадцать минут мы находимся в настоящем раю: деревушка на острове в Южном море и Шангри-Ла коренных жителей. Их дом - идиллия из смеха, изобилия, простоты, связей между людьми, любви и безопасности - все составляющие хорошей матки, счастливого детства и невинности, существующей до начала путешествия. А затем в этот рай забредают два дезертира. Островитяне обнимают их, как невинные дети.

Одного из дезертиров играет Джим Кавизел с его глазами ангела. Говорят, что Малик повсюду искал актёра именно с такими глазами. Как и Мэл Гибсон, выбравший его на роль

Иисуса в фильме «Страсти Христовы». Его персонаж - это душа фильма. В этой сцене он сам мог быть одним из островитян. Он полон невинности и чистоты.

Два дезертира режутся среди нетронутой красоты Матери Природы. Они позабыли о мире, где есть война. Они на время забыли о своей эпопее, из которой сбежали. А потом они видят идущий за ними корабль - символ войны, ответственности, сражений и смерти. В раю запахло жареным. Этот символ напоминает скользящего под воду крокодила. Если использовать метафору рождения, начинаются схватки. Будем надеяться, что, с боями прорываясь через остров, они вскоре совершат путешествие от смерти к повторному рождению. Но сейчас настало время покинуть утробу.

Персонаж Кавизела не скоро вернётся на остров. Это произойдёт после того, как он столкнётся с ужасами войны: смертью, разрушением и потерей иллюзий. И обнаружит, что рая больше нет. Это произошло не только на материальном уровне, хотя и на нём тоже: хижины разрушены, чернеют ямы костров, всюду мусор.

Конец невинности явственно ощутим. Дети бросаются врассыпную. Старики с опаской выглядывают из тени. На всём лежит печать пустоты и уныния. Картина Малика несёт в себе много посланий, и потеря невинности - лишь одно из них. Трагедия изгнания из Эдемского сада. Так много всего для рая.

Разрушенный рай.

Пока мы путешествуем по этим фильмам, вспомните, откуда мы начали. Оглянитесь на абсолютную красоту, невинность и простоту *«В поисках Немо»*. На жажду каждого из нас вернуться на *«Пляж»* и насладиться океаническим экстазом. И как в *«Тонкой красной линии»* всё становится немного сложнее. Матка, или родной дом, может быть источником гораздо более мрачных воспоминаний. Запомните, что матка

или родной дом - это не только место нашего рождения или первых лет жизни. Это также и архетипическая метафора. В начале любого цикла нашей жизни мы можем ощущать атмосферу дома: завязывая отношения, уезжая учиться или перебираясь в другую страну.

Иногда мы чувствуем себя в безопасности, как вдруг бац! – умирает кто-то из наших близких: случается болезнь, утрата, автомобильная авария – всё, что мы ощущаем как нападение или откровенное насильственное потрясение мира, царящего внутри нас. Большое количество фильмов передаёт и это чувство тоже. Вот пара из них.

Я уже упоминал *«Челюсти»*. Последовательность начальных сцен вошла в историю кино. Она прекрасно вписывается в нашу картину. Почти через три минуты после начала обворожительная юная девушка снимает с себя одежду и идёт поплавать в лунном свете, в то время, как её подвыпивший приятель, покачиваясь, пытается раздеться, чтобы присоединиться к ней. Всё прекрасно: вечеринка на берегу с друзьями, мягким светом костра, музыкой и спиртным.

Многие вспомнят, что произошло дальше, но в то время мы и не предполагали, насколько шокирующим это может быть. Звучит полный угрозы и постепенно нарастающего страха отрывок из музыки Джона Уильямса, используемый настолько часто, что нынче стал уже почти пародией. Она плывёт на спине, это хорошая матка. А затем происходит Нападение Века - одна из самых ужасающих, отвратительных вещей, когда-либо происходивших в кино. Это практически калька, под которую будут снимать все последующие сцены. Он превосходно демонстрирует наступление внезапного конца безопасности, то же самое может происходить с плодом, когда начало родов воспринимается как угроза и нападение извне.

В «*Полтергейсте*», более поздней картине, которую снял мастер фильмов ужасов Тоуб Хупер, а продюсером выступил Стивен Спилберг, происходит нечто весьма похожее. В фильме рассказывается о маленькой девочке, ставшей каналом для зловещих духов, проникших в её дом из другого измерения. Последняя ночь в этой истории наступает через час и сорок две минуты после начала фильма. Атмосфера уже накалена до предела. Враждебные духи вылетают из стен и просачиваются повсюду.

Двери на тёмную сторону широко распахнуты. Всех обуревают ужас. Кажется, что всего этого уже вполне достаточно. Но нет. Не для Спилберга и Хупера. Поэтому полуобнажённая главная героиня (конечно же) соскальзывает в недостроенный бассейн... ночью... во время грозы. В тёмную воду, окружённую скользкими и грязными чёрными стенами.

Звучит, как прелюдия к некоторым из худших наших кошмаров, не так ли? Затем все эти скелеты и полуразложившиеся трупы начинают всплывать вокруг неё. Она барахтается среди мертвецов, стараясь выкарабкаться на неверный берег. Но она всё время соскальзывает обратно, прямо в их костлявые руки. Это ещё один блестящий пример токсичной матки.

Если мы переживаем подобное, то Зона безопасности становится для нас Опасной зоной. Она говорит нам, что даже неведомое и возможно пугающее рождение, которое ждёт нас впереди, всё-таки лучше, чем текущая ситуация. Это напоминает мне один афоризм выздоравливающего наркомана: «Выезжая задним ходом из ада, я угодил прямиком в рай».



Зона ловушки.

Если Арагорн уцелеет в этой войне, вы все равно разлучитесь. Пусть Саурона уничтожат, и Арагорн станет королём, и сбудутся все твои надежды, но тебе всё равно придётся вкушать горечь смертной жизни. От меча или от медленной старости Арагорн умрет. И ты не найдёшь утешения, ничто не умалит боль этой утраты. Он встретит смерть, воплощая величие короля людей, увенчанный славой, которая не померкнет до последнего дня существования мира. Но ты, моя дочь, будешь влачить свою долю во мраке и сомнениях, которые накроют тебя неожиданно, как зимние сумерки. Здесь ты будешь жить, обрученная со своим горем, под сенью увядающих деревьев, пока мир не изменится, и твоя бесконечно долгая жизнь не угаснет. Арвен, здесь для тебя нет ничего, только смерть.

~ Эльронд, правитель Ривенделла,
своей дочери Арвен, эльфийской принцессе:

Властелин колец: Две крепости

Проксимо - Максимусу: *Мы, смертные, лишь тени и прах.*

~ ***Гладиатор***

Фил: *Вы хотите знать погоду, но спрашиваете об этом не того Фила. Я сам расскажу вам о зиме: она будет холодной, серой и продлится до конца ваших дней.*

~ День Сурка

Пи-Ви Херман: *Будто бы вы распускаете большой свитер, а с другой стороны кто-то продолжает нанизывать новые ряды, ряды, ряды, ряды, ряды, ряды, ряды...*

~ Большое приключение Пи-Ви

Мириам: *Вместо шума с игровых площадок в ушах стоит звон отчаяния. Что-то странное творится с миром, в котором не слышны детские голоса.*

~ Дитя человеческое

Если Зона безопасности переживается как рай и единство, то Зону ловушки можно смело сравнить с адом. А если вы родом из ада токсичной матки, Зоны небезопасности, то на второй стадии вам предстоит погрузиться в ад ещё глубже, в самое пекло. Когда родовой процесс или путешествие начинается (помните, что наш опыт переживается на двух уровнях восприятия), мы ощущаем изгнание из рая. Внезапно мы чувствуем одиночество, пустоту, бессилие, подавленность, стыд, наша самооценка снижается - всё полностью противоположно тому, что мы чувствовали раньше.

Иногда нам кажется, что мы больше не пребываем в безопасности оттого, что заслужили быть изгнанными. Мы чувствуем, что это наша вина. Также возможно, что мы чувствуем себя жертвой. Зона ловушки – основной уровень

этого всепроникающего чувства, знакомого всем нам. Что бы ни случилось, теперь мы можем надеяться только на самих себя.

Если мы фокусируемся на биологическом рождении, то обнаруживаем новый самостоятельный уровень переживаемых страданий. Потому что в Зоне ловушки плод действительно находится в безвыходной ситуации. Шейка матки не раскрыта, поэтому возможности движения вперёд ещё нет. И не видно никакого света в конце туннеля.

Попадание в Зону ловушки похоже на нисхождение в ад, во тьму, абсолютное одиночество и внезапный страх скорой смерти. Если воспользоваться метафорой Путешествия героя, это момент, когда мы пересекаем врата параллельного мира, где всё перевернуто с ног на голову и мы исполняем смятения, страха и безнадёжности.

Это планета под названием «Жизнь - дерьмо, а в конце смерть». Мир категории «Жизнь лишь завеса из слёз». Вы думаете: «И зачем всё это?» Кажется, что время остановилось. В голову приходит: «Сейчас я здесь. Я всегда был здесь и всегда буду». Напоминает сцену из картин Феллини: бесконечная карусель на безумном карнавале клоунов и марионеток. Наверное, я никогда не видел кого-то, кто не встречался с этим миром, по крайней мере, на каком-то этапе своей жизни. На наших семинарах участники кивают, когда речь идёт об этом переживании, как будто хотят сказать: «Это не шутка, мы знаем, что это такое».

Зона ловушки, предварительный показ: Выхода нет.

Когда мы слышим Зов, то должны ответить. Когда стенки матки сокращаются, так или иначе, наступает час расставания. В выражении «тащить силком» появляются новые смысловые оттенки, не правда ли? На этой стадии путешествия мы склонны думать одновременно о двух вещах. С одной стороны, глубоко внутри у нас возникает приятное щекочущее чувство,

сердечный трепет от осознания того, что рождение потребует от нас готовности умереть. Рождение и вправду угрожает жизни. Определенно так, по крайней мере, оно круто её меняет. С другой стороны, мы считаем, что нужно всего-то прыгать по дорожке из желтого кирпича - тоже мне, большое дело! - и это сбивает нас с толку. Но всё далеко не так просто.

Идёт ли речь о Путешествии героя или о процессе рождения, мы обнаруживаем, что стиснуты двумя противодействующими силами. Одна вынуждает нас прорываться вперёд, а другая же намертво стоит у нас на пути. Мы можем ощутить это на уровне эмоций, когда в какой-то момент жизни попадаем в безвыходную ситуацию. Это может быть и мощным физическим переживанием, когда сокращения матки сдавливают плод со всех сторон. Как будто на грудную клетку давят весом в десять тонн. Мы с трудом дышим. Голова, шея и плечи в тисках. Ещё в конце семидесятых Джордж Лукас продемонстрировал нам нечто подобное в космических реалиях.

Это было давным-давно, в далёкой галактике, в сердце галактического военного конфликта - кажется, речь идёт о *«Звёздных войнах»*. Помните, как наши герои впервые попали в западню на Звезде смерти? Произошла перестрелка, после которой Люк, Хан, принцесса Лея и Чуи упали в гигантский мусорный отсек. Это перекликается с бассейном из *«Полтергейста»*: темные зловещие воды, полные неопишемого мусора. После их непродолжительной перепалки по поводу того, по чьей вине они там оказались, они замечают рябь на поверхности воды. На миг из грязной жижи выныривает чешуйчатая спина и вновь скрывается под нею.

Это вам ничего не напоминает? Если вам кажется, что мы здесь уже были, то вы правы. Это токсичная матка: тревога, опасность, неизвестность, подстерегающая снаружи. Жуткий глаз высовывается и глядит на них. Вы помните, что затем Люк

140

скрывается под водой. Оно его схватило! Определённо, серьёзная заявка для начала. Но когда мы думаем, что с ним всё кончено, он внезапно выпрыгивает обратно!

Потом мы различаем какой-то глухой звук. Какой-то зловещий скрежет. А затем стены начинают сдвигаться. Наши герои изо всех сил стараются их сдержать, но ничего не выходит. Это не просто мусорный отсек, это мусорный пресс. Это не просто токсичная матка. Это опасный родовой канал, смыкающийся вокруг нас. Он становится всё меньше и меньше. Выхода нет. Они бесповоротно застряли, не осталось ни одной возможности выбраться, им некуда двигаться. Они беспомощны. Всё напрасно, это конец. Давление достигает максимальной точки, я бы назвал её «точкой расплющивания».

Погодите-ка минутку. Ведь прошла едва ли половина первого из шести фильмов. Все они не могут сейчас погибнуть. Не было и тени сомнений, что их спасут дроиды: R2D2 и СЗРО²². Ура! Когда я впервые это увидел, то, не шучу, весь набитый людьми кинозал испустил большой вздох облегчения. Не из-за того, что они остались живы, мы же знали, что ещё больше половины фильма впереди. Джордж не собирался убивать их всех прямо там. Мы вздохнули, потому что хорошо знакомы с подобным давлением по опыту из своей собственной жизни, а может быть, бессознательно, своего рождения. Мы все проходили через подобное: безвыходность, тупик, бессилие, мы все знали, что значит, когда мир сжимается вокруг.

²² R2D2 (произносится как «Арту-диту») и СЗРО (произносится как «Си-трипио») – соответственно астромеханический (для обслуживания тяжёлой техники, космических кораблей, а также управления компьютерными системами) и протокольный (для записи и сохранения словесной информации, а также перевода языков других народов) дроиды, т.е. роботы нового поколения, придуманные Джорджем Лукасом для своей эпопеи «Звёздные войны».

В этот раз Лукас поступил довольно забавно, он попытался нарисовать ужасную ситуацию приемлемыми красками, применив некую разновидность родительской цензуры. Что-то похожее сделал Стивен Спилберг в *«Индиане Джонсе и храме судьбы»*. Но в этом случае Индиана и его приятель оказались с обратной стороны потайной двери, усыпанной стальными лезвиями, которые должны были их пронзить. На сей раз то, что мы переживаем, совсем не забавно. Это скорее относится к категории «детям до 16-ти». Мы постоянно испытываем такие чувства в кино.

В детстве я посмотрел фильм про Джека Потрошителя²³. Картина была полностью чёрно-белой, за исключением одного кадра. Шла та часть картины, где Джек попадает в шахту лифта, кабина лифта опускается прямо на него и он знает, что сейчас будет раздавлен. Камера вместе с лифтом стремительно приближается к полу, о который расплющивает тело Джека. Единственными цветными кадрами этой картины были внутренности и кровь Джека, стекающая сквозь половицы.

Как я, совсем ребёнок, попал на этот фильм? Думаю, просто повезло. Кроме того, это было задолго до того, как фильмы стали относить к той или иной категории. Но я хочу сказать, что напряжение подобного рода пронизывает множество картин. Любой фильм о заключении: *«Большой побег»*, *«Побег из Шоушенка»*, *«Хладнокровный Люк»*, телесериал *«Тюрьма ОЗ»*. Любой выдающийся фильм о психиатрической лечебнице: например, *«Пролетая над гнездом кукушки»* и многие другие, все они пробуждают это

²³ Скорее всего, имеется в виду британская картина 1959 г. режиссеров Роберта С. Бэйкера и Монти Бермана. Хотя, есть также небольшая вероятность того, что это была 10-я серия малоизвестного нашему зрителю британского сериала *«Завеса»* 1958 г. реж. Дэвида МакДональда, в котором роль рассказчика сыграл легендарный Борис Карлофф.

пронзительное, сводящее с ума чувство. Потому что мы все, так или иначе, знакомы с тем, что значит быть в ловушке: физически, эмоционально или интеллектуально.

Что намного хуже, так это то, что почти в каждом случае нам откуда-то знаком вкус свободы, даже если это воспоминание о хорошей матке. И всем нам хотелось бы туда вернуться. Но знаете, что? Этого не произойдёт. Ничего подобного. Мы должны будем прорываться вперёд, даже если стены становятся всё ближе. Это просто обман чувств.

В поисках голубой феи.

Чувство сопричастности, единства, всеобщей связности, что и означает «йога», или базальное чувство дома могут сделать даже самые мрачные периоды немного светлее. Так происходит, если мы можем нащупать внутреннюю связь, воспоминание о хорошей матке и единстве с матерью. Но после начала родов, когда нас уносит из матки или, выражаясь метафорически, из материнского дома, нас изгоняют из рая и лишают безопасности, иногда мы не можем вспомнить и воссоединиться с этим переживанием. Кажется, что у нас есть только болезненное одиночество. Нам это знакомо. У кого из нас не было в жизни множества подобных мгновений, или хотя бы нескольких? В каждом путешествии души какую-то часть пути мы должны проделать в одиночку.

Мы собираемся посмотреть, как это архетипическое одиночество отражено в кинематографе. Оно знакомо не только нам, но и создателям фильмов. И не всегда о нём говорится так легко, как в «Звёздных войнах». Иногда это бьющая в лоб своей абсолютной прямоотой, голая, горькая правда, причиняющая боль и страдания.

Проверка на «вшивость»

Так, что же такое «проверка на «вшивость»? Это дешёвый манипулятивный прием, применяемый с целью вызвать у зрителей сильную эмоциональную реакцию. Например, в комедиях, это какая-то заезженная острота или «туалетный юмор», когда ничего смешнее придумать не могут. В фильмах ужасов, вместо мастерского нагнетания ситуации или создания психологически напряженной атмосферы, будут то и дело выскакивать мертвецы с замогильным воем. А в драмах произойдет то, что случилось в «Языке нежности».

Сейчас он мне нравится. А раньше он всякий раз совершенно вышибал меня из колеи. Стоило мне полностью погрузиться в происходящее на экране, как у героини Дебры Уингер обнаруживают рак и она умирает. Простите, это что, была проверка на «вшивость»? Фильм и без того был достаточно напряженный: создатели потрудились на славу, даже более чем. Но убить такой мильи и обаятельный персонаж - это самый дешёвый, самый легкий способ выжать ещё пару слёз и получить гарантированную реакцию зрительской аудитории. Я просто не думаю, что это было так уж необходимо. В основном это просто вывело меня из себя.

Ну, хорошо, это задело меня за живое. Но знаете, я уже был на взводе. А эта смерть довершила начатое, скомкав оставшуюся часть моего катарсиса. В конце концов, когда мое негодование минуло, я стал способен, пользуясь выражением из основного текста, стойко переносить «голую, горькую правду,



причиняющую боль и страдания». Почему нет? Особенно, если я занимаюсь кинематографией. Если так нужно для моего исцеления, пусть фильм поглотит меня всего без остатка. Не сомневайтесь в том, что иногда придётся пройтись по другой, изнаночной стороне. «Язык нежности», вне всякого сомнения, меня пожрал. Да, да, вы правы. «Возможность исцелиться! Возможность исцелиться!». Заладили одно и то же.

Возьмём, к примеру, «Искусственный разум» Стивена Спилберга. По сути, это история Пинокио - эпическая сага о приключениях искусственного мальчика и его борьбе за то, чтобы стать настоящим. Одна из центральных тем фильма: отделение от матери, Зона ловушки матрицы смерти-возрождения. Итак, выберите фрагмент 13, через 3 минуты и восемь секунд после его начала, не забудьте две коробки бумажных салфеток и возьмите за руку кого-то, заслуживающего доверия. Как в «Матрице» Сайфер сказал Нео перед тем, как тот обнаружил, что вся его жизнь была иллюзией: «Пристегни ремень, Эли, и скажи Канзасу: «Прости и прощай!».

Ещё до этой сцены в фильме происходит нечто демоническое. Супружеская пара покупает робота-ребёнка Дэвида, потому что их собственный сын лежит в коме. Как только они приняли решение оставить робота у себя, то необратимо запрограммировали его на абсолютную любовь к своей новой маме. Однажды произойдя, это изменение становится окончательным и бесповоротным. Я волнуюсь, даже когда пишу об этом. Почему? Потому что это происходит с каждым ребёнком. Каждый из нас жестко запрограммирован на то, чтобы любить свою маму. Вот почему эти отношения могут носить столь трагичный характер. Поскольку, как всем нам известно, есть много способов повредить эту изначальную

связь. И оставаясь жестко запрограммированными на любовь, мы несём потери. Вот что я называю демоническим.

Возвращаясь к фильму: вопреки всем прогнозам, их реальный ребенок приходит в себя и оказывается весьма злобным, ревнивым и хитрым. Он подстраивает ряд происшествий, в результате которых супруги решают, что Дэвида нужно отвезти обратно на фабрику и уничтожить. Наступает день, когда Дэвид и его мама уезжают на фабрику.

Вы просто не можете себе представить ту совершенную любовь, которую Дэвид питает к своей маме. Я говорю истинную правду. Дэвид полон счастья обожания. Он думает, что они едут на пикник. Мама совершенно растеряна, потому что она всё ещё любит Дэвида, чувствует огромную вину и колеблется, уничтожать его или нет. Прямо перед самой фабрикой она внезапно передумывает и сворачивает на просёлочную дорогу. Она не в состоянии его уничтожить, поэтому решает оставить его там. И вот, Дэвид, ничего не подозревая, бежит к деревьям, предвкушая целый день наедине с мамой. Затем она сбивает его с толку, сообщая, что собирается его здесь оставить. А Дэвид никак не может взять в толк, о чём речь, так как запрограммирован на абсолютное доверие. Он спрашивает: «Это игра?». Но потом он начинает понимать. Его страдание по-настоящему душераздирающе.

Его мама уходит. «Прости за этот жестокий мир», - плачет она. Разве не то же самое рано или поздно слышит каждый обитатель земли? Перефразируя Ричарда Бакминстера Фуллера, можно сказать, что у нас нет инструкции по эксплуатации космического корабля под названием жизнь. Мы не знаем правил обращения с болью и одиночеством, которые будем чувствовать в то или иное время.

Когда она уезжает, а в зеркало заднего вида мы видим Дэвида, одиноко стоящего посреди дороги - это совершенный


момент. Он, конечно, может быть совершенен в своей чудовищности. Но не только в этом, он совершенен сам по себе. Он подобен кристаллу, ясному и сверкающему. Спилбергу удалось точно передать это чувство отверженности, утраты и одиночества. Иногда я думаю, как он мог это сделать? Я ничего не знаю о его детстве. Как бы там ни было, он полностью воплотил этот архетип.

Полагаю, что это чувство потерянного ребёнка, старающегося найти себя, ещё никогда прежде в кинематографе не было передано с такой силой и выразительностью, как в этой сцене. После того, как он остался один, Дэвид попадает в город аттракционов, своеобразный Лас-Вегас будущего, где настойчиво ищет Голубую фею. Как и Пинокио, он отправляется на поиски Голубой феи, чтобы узнать, может ли она превратить его в настоящего мальчика. Он винит себя - вы понимаете: себя? - в том, что мама его не любит. И думает, что всё изменится, если он станет настоящим. Сколько из нас совершали подобный ритуал на свой собственный лад, чтобы исцелить изначальную боль и почувствовать себя достойным любви?

Дорога в ад.

Вы помните, что если Зона безопасности похожа на рай, то вторая стадия - Зона ловушки - определённо напоминает ад? Нам может казаться, что мы низвергнуты из безопасного окружения в его противоположность, не только опасную, но полную ужаса и мрака. Поэтому часто Зона ловушки переживается как нисхождение в нижний мир.

Шаманская инициация



Интересно, что смерть и возрождение являются также частью шаманизма - одной из древнейших трансформационных практик на планете. Её точный возраст неизвестен, он насчитывает шестьдесят тысяч лет, а может быть, и больше. Сейчас она популярна во всём мире. Один из способов, каким ученик может стать шаманом - это самому пройти через смерть-возрождение. Как только это произошло, после того как умерла какая-то старая отжившая их часть, и они возродились в новом, более целостном осознании себя, они могут называть себя шаманами и сопровождать других в исцелении и трансформации.

Шаманы часто описывают путешествие в Нижний мир, где они встречаются с демонами, их разрывают на части и съедают чудовищные сущности. После того, как они прошли через смерть, они поднимаются в Верхний мир на спине орла, карабаясь по Мировому дереву или как-то по-иному. Это символизирует возрождение. В кино часто встречается это пересечение порога, если пользоваться терминологией Путешествия героя. Разумеется, частью кульминации фильма будет восхождение на небеса или какое-то другое весьма благостное место.

Я хочу обратиться к сцене, которая замечательно описывает это путешествие в ад. В ней есть множество элементов Зоны ловушки, о которых мы говорили. Это не самый выдающийся фильм. Но он хорош. В нём есть несколько эпизодов, которые неизменно будоражат участников наших групп. Это «Лестница Иакова» Эдриана Лайна. Фильм

повествует о ветеране Вьетнамской войны в исполнении Тима Роббинса, которому кажется, что он сходит с ума. Выясняется, что во время войны на нём испытывали какие-то препараты, и теперь его мучают галлюцинации. В любом случае, нам нужен эпизод 27, через час и пятнадцать минут после начала фильма. В этой сцене его сбивает машина, и он оказывается в больнице. Его везут на рентген, он смотрит вверх широко раскрытыми глазами и переживает невероятно живую галлюцинацию.

Сначала всё как обычно. Затем картинка чуть затемняется, возникает зловещий, медленно нарастающий рокот. Внезапно он обнаруживает, что спускается в мир дьявольских кошмаров, полный ужасных образов и звуков. Сначала он видит смятый велосипед своего родственника, и для него это весьма болезненное воспоминание. А потом он оказывается в психиатрической лечебнице, которую можно представить только в самом худшем из кошмаров. Появляются гротескные персонажи: искаженные лица, с капающей изо рта слюной, бьющиеся головами о проволочное ограждение. Там есть безумная женщина, кормящая младенца, остальные бессвязно бормочут и вращают глазами. Картина вам ясна.

Но это ещё цветочки. Хотя мы не видим, как он передвигается: нет ни ступеней, ни лифта, мы в полной уверенности, что он спускается всё ниже. Только теперь белый кафельный пол весь в крови и слышны только стоны и крики. И вот уже каталка с ним натывается на части тел и внутренности, проезжая мимо лежащих грудями искалеченных, получеловеческих останков. Наконец, он исчезает в углу позади какого-то ужасающего вида садомазохиста, прикованного цепью, чья голова вытворяет совершенно жуткие чужеродные движения. Довольно точно передана атмосфера преисподней, не правда ли?

Должен признаться, что это тяжелый фильм. Но в нашем безумстве определённо есть своя система. Этот фильм вошел в подборку не из-за шокового эффекта, хотя и производит его в полной мере. Мы основывались на том, что ошеломляющие образы этой сцены пробуждают сильные глубокие чувства и воспоминания, связанные с Зоной ловушки. Прежде всего, это ощущение капкана или тупика. Как мы уже говорили выше, один из классических тупиков: быть запертым в психиатрической лечебнице.

Почему именно психиатрическая лечебница? На одном из этапов путешествия, когда мы переживаем смерть, но еще не возродились, нам может казаться, что мы сходим с ума. Это происходит оттого, что старый способ мышления нас покидает. Мы теряем связь с миром. Мы жаждем смысла и понимания, но их время ещё не настало. Это случится, но немного позже. А сейчас, мы подобны Висельнику из колоды карт Таро, когда всё поставлено с ног на голову. Добавьте к ощущению тупика утрату рассудка и окажетесь в больнице для умалишённых. У вас никогда не было кошмаров о том, что вы не могли выбраться из подобного места? В таких снах царит кромешный ад, так что, проснувшись, вы ощущаете себя на вершине блаженства.

Что насчёт крови и частей тела? Во-первых: физически процесс рождения может быть настолько травмирующим, что это будет переживаться как расчленение. Во-вторых: на другом уровне понимания это символизирует нашу неизбежную смерть. Помните, что даже психологическая и духовная смерть может сопровождаться ощущением телесного умирания. Как мы уже говорили в одной заметке на полях, смерть может символически являться нам так же, как и в шаманских ритуалах: как разделение тела на части. Множество мифов несут в себе эту символику. В египетских мифах это случилось с Озирисом, а в

греческих – с Орфеем и Дионисом. Это общий для всех культур архетип.

Когда режиссёр использует подобный язык в своей картине, это сразу поднимает её силу с личностного на архетипический уровень. Не то, чтобы Лайн хотел всего лишь вызвать отвращение, хотя это ему действительно удалось. Ведь многое из того, что появляется на экране, так сильно влияет на нас потому, что исходит из бессознательного режиссера. Но не только из его бессознательного, из нашего тоже.

Быть рабом.

В одной из выдающихся немых картин, *«Метрополисе»* Фрица Ланга, есть изумительный эпизод, который с особенной отчётливостью демонстрирует один из оттенков Зоны ловушки. В нём герой обнаруживает огромный подземный комплекс механизмов, питающих Метрополис. Из лаконичных чёрно-белых образов, преимущественно строгих геометрических форм составлен видеоряд, полный поэтической гармонии, пусть даже это картина подземного мира. Перед нами лабиринт сложных механизмов, колёс, рычагов и котлов, извергающих огонь и пар.

Подобно муравьям или пчёлам, повсюду снуют рабочие. Циклы их бесконечного труда состоят из опускания рычагов, регулировки настроек и поддержания хрупкого баланса зубчиков и шестерёнок, дабы механизмы ненароком не вышли из строя. Они рабы машин. Как будто у машин нет другой цели для работы (вроде поддержания жизни города), кроме собственного удовольствия. У людей нет другой цели и нет другой жизни, кроме как служить придатками машин. Знакомо, правда? Весьма напоминает рутину повседневного выживания на нашей планете.

Наш герой в ужасе. Это Призыв к пробуждению. Он только что с благообразной поверхности, где всё прекрасно и не запятнано сажей и потом с подземных этажей. Теперь он видит

правду. Внезапно приборы показывают значительный перегрев. Из котлов вырываются пламя, пар и дым. Один рабочий в панике пытается снизить температуру. Он напоминает персонаж из старого шоу Эда Салливана, который отчаянно старался удержать множество крутящихся тарелок, но на сей раз нам не до смеха. Приборы не слушаются. Рабочий старается изо всех сил, но ничего не получается. Машина взрывается, и весь огромный механизм начинает разваливаться. Люди падают с лесов прямо в чаны с огнём и свариваются заживо. Это превращается в настоящий ад.

В этот момент из хаоса возникает удивительный образ. Машина превращается в широко открытый рот с зубами из языков пламени. И внезапно рабочие становятся зачарованной вереницей рабов, поднимающихся на лестницу перед гигантским ртом. Достигнув разверстой пасти, они падают и исчезают в ней. В субтитрах мы читаем, как наш герой восклицает: «Молох!» Рабочие же продолжают своё погребальное шествие к пожирающей их страшной пасти.

Поразительно, что Молох был кровожадным божеством Карфагена - города-государства на севере Африки, ставшего знаменитым благодаря своим сражениям с Римом. Вы можете вспомнить, что карфагенянином был Ганнибал. В любом случае, в Карфагене существовал обычай, по которому благополучие жителей обеспечивалось принесением в жертву Молоху живых младенцев. Подумайте только: принесение в жертву младенцев. Разве это не метафора для Зоны ловушки? Многие из нас не знали никаких забот в родном доме или утробе матери, но затем начало родов или Зов к странствиям вырвали нас из атмосферы благополучия. Путешественник или плод может воспринимать, что его приносят в жертву, бросают на съедение волкам, что мы невероятно уязвимы и можем положиться только на самих себя.

Есть ещё одна мощная ассоциация с Молохом. Вы чувствовали когда-нибудь, что в своей работе, отношениях, чём-нибудь ещё по горло увязли в бесконечном однообразии? Как белка в колесе, вы всё продолжаете свой бег на месте. Что всё напрасно. Что ни в чём нет смысла. К чему бороться? Что бы я ни сделал, я никуда не сдвинусь. Никогда не думали, что мы в некотором роде рабы бессмысленного процесса, единственная цель которого: поглотить нашу энергию?

Вот как чувствовал себя наш герой, увидев подземелье Метрополиса. Когда вся грандиозная сцена трансформировалась в пожирание рабов гигантским Молохом, не напомнило ли это нам кусочки из нашей жизни? Потому что на каком-то этапе мы тоже чувствуем себя приносимыми в жертву некоему безымянному конгломерату механизмов, бездушной системе, которая только и хочет нас уничтожить? И, пока мы не проснулись, мы ежедневно маршируем, как рабы, прямо к пасти этого демона.

Мы отчаянно хотим отойти от конвейера. Попытка избежать этого чувства, освободиться - одна из главных причин, побуждающих нас к трансформации. Это и есть цель смерти-возрождения. Но на стадии Молоха мы находимся в сущем аду. В конце туннеля нет света. Нам кажется, что мы навсегда останемся здесь, в бесконечно крутящемся колесе.

На ум приходит отрывок из блестящего и разбивающего все каноны фильма Ридли Скотта *«Бегающий по лезвию»*, о котором мы говорили ещё в самом начале. Рой Батти, которого играет Рутгер Хауэр – это супер-репликант, андроид, жизнь которого может закончиться в любую секунду, и он это знает. Он держит Декарда, которого играет Харрисон Форд, - охотника за репликантами, который должен был «выпустить из него дух», но сейчас висит на крыше обветшалого здания под бесконечным дождём. Он может разжать руку или вытащить его. Тогда Рой

говорит Декарду: «Не привык жить в постоянном страхе? - Так ощущает себя раб».

Рой на сто процентов прав. В страхе должен жить убийца. Страх держит нас в рабстве. Как сказано в Большой Книге Анонимных Акоголиков, мы движимы сотней разновидностей страха. И один из худших - это страх застрять в каком-то аду бесконечной рутины, безнадёжности и бессмысленности. Смерть-возрождение может освободить нас, по крайней мере, от нескольких из этой сотни страхов, и это одна из лучших причин, по которой мы можем решиться пойти на это. Некоторые из них могут быть очень глубокими, например, страх смерти. Разве это не прекрасная возможность?

В Зоне ловушки мы чувствуем, что выхода нет. Нам кажется, что это единственно возможная картина мира, что так было всегда и по-другому быть не может. Как мы уже говорили, это лишь один из посещаемых нами миров, одной из основных характеристик которого, как в «Метрополисе», является безнадёжность. Но есть и другие миры. И пока мы не можем до них добраться, есть смысл переждать. Соорудить временное укрытие, отсидеться и посмотреть. Вдруг что-то начинает приближаться. Я это чувствую. А вы? И что это за свет там внизу, в конце тоннеля?

Скоро вас съедят.

Я не собирался писать о трилогии Питера Джексона «*Властелин колец*», по крайней мере, не в этой книге. Этот фильм настолько мне близок, что я хотел бы посвятить ему отдельный том. И обязательно это сделаю. Но сейчас я не могу удержаться. Должен сказать, что с 1982 года и до тех пор, пока не вышла картина «*Братство кольца*», в мире было то, на что я мог безоговорочно положиться. Это касалось «*Бегущего по лезвию*» - моего самого любимого фильма на все времена. Я тут много говорю о собственной зашоренности. А «*Братство*

кольца» заставило меня ответить за свои слова и стало моим фильмом номер один.

Когда я досмотрел *«Братство»* и кое-как выполз из кинотеатра, после того, как иссякли слёзы абсолютного восторга от этой красоты и силы, я понял, что случилось нечто, чего я уже не ожидал в этой жизни: у меня появился новый любимый фильм на все времена. Теперь это уже три навечно любимых фильма трилогии *«Властелин, колец»*. Могу со всей откровенностью заявить, что этот шедевр удовлетворил мои самые высокие зрительские запросы.

Не было ничего прекрасней. Не хочу сказать, что и не будет! На самом деле, молния то и дело попадает в меня дважды. Ожидаются ещё две не менее совершенные работы, так как Питер Джексон снимает картину, состоящую из двух полнометражных частей, по произведению Толкиена: *«Хоббит»*, являющемуся приквелом к трилогии *«Властелин колец»*. Причём повесть была сюжетно расширена и дополнена материалом, почерпнутым из такого шедевра, как *«Сильмариллион»*. Так чудесно, что Питер работает вместе со своей коллегой Филиппой Бойенс. Они вместе работали над сценарием трилогии. Вы не поверите, кто будет режиссёром: Гильермо Дель Торо, гениальный автор *«Лабиринта Фавна»* и дилогии *«Хеллбой»*. Он великолепен, и он единственный, кто мог бы сменить Питера Джексона в режиссёрском кресле.

Но даже если мне не суждено снова оказаться в кинематографическом раю, мне не нужен ещё один новый фильм. Я полон благодарности за это чувство. Как будто у меня появился шанс полностью преодолеть, пусть даже в крохотной сфере своей жизни и всего лишь раз давнее человеческое желание получить всё больше и больше от жизни. Это бесценный дар.

Пока мы говорим об этом, я хотел сказать ещё кое-что. Я прочёл трилогию в школе, и она изменила мою жизнь. С тех пор я много раз её перечитывал, и некоторые сцены навсегда запечатлелись в моем сердце. Я могу чувствовать, обонять, видеть и ощущать происходящее, как если бы я был частью событий. Во мне живут эти кристально ясные образы, более чёткие, чем многие воспоминания.

Когда я посмотрел фильм, мне было дано откровение, я испытал пиковое переживание. Я увидел, что некоторые сцены буквально, просто до мельчайших деталей, соответствуют тем образам, возникшим в моём сознании во время чтения. Не спрашивайте меня, как это произошло. Это ещё одна часть той удивительной мистерии, которой, в общем-то, является история трансформации. В этом также проявляются и некоторые потрясающие особенности киноадаптации. Но тут я должен прерваться.

Тэву из Средиземья: «Мы здесь, в зоне ловушки...»

«Возвращение короля», Горлум воплощает свой хитроумный замысел, манипулируя Фродо и пытаясь представить дело так, что Сэм съел весь лембас, волшебные эльфийские лепёшки. Фродо отсылает Сэма обратно. Фродо и Горлум взбираются по опасной лестнице в склоне горы и входят в туннель, который, по словам Горлума, является тайным проходом в Мордор. Фродо верит ему, кроме того, его сознание затуманено Кольцом, поэтому он не догадывается о том, что происходит. Но мы-то понимаем.

В завершении «Двух крепостей» Горлум что-то бормочет себе под нос, как он это обычно делает. Он чувствует, что Фродо его предал, и, по иронии судьбы, это действительно случилось, и это разбивает нам сердце. Горлум планирует достичь двух целей: во-первых, вернуть Кольцо, и это для него всегда цель номер один, а во-вторых, убить Сэма и Фродо. Он

размышляет, а затем его озаряет догадка: «ОНА сделает это за нас, о, да». Если вы читали книгу, вы знаете, кто такая «ОНА». А если не читали, то никогда не догадаетесь.

ОНА - один из самых ужасных монстров во всей литературе и кинематографе. Это Шелоб - гигантская паучиха, обитающая в горных тоннелях Мордора, она "играючи", по словам одного из орков, высасывает кровь из орков, эльфов и людей, а затем съедает останки жертв. После того, как Горлум подстраивает изгнание Сэма, он ведёт ничего не подозревающего Фродо прямо в логово Шелоб. С этого начинается сцена, где мы сталкиваемся с леденящим душу совершенством Зоны ловушки. Мы мгновенно оказываемся в родовом канале: в туннеле, горной пещере. Туннель - это всегда архетип инициации, опасного приключения, неотвратимого смертельного путешествия, грядущих испытаний.

Кстати, когда будете смотреть трилогию в следующий раз, из сотни тысяч прекрасных деталей, которые поразят вашу душу и воображение, на этот раз обратите внимание на начало *«Братства кольца»*. Мы видим, как Фродо отдыхает под огромным деревом в Шире, и это отражает совершенство Зоны безопасности - пространства хорошей матки. Фродо жуёт травинку, когда раздаётся пение волшебника Гэндальфа. Фродо садится, его глаза и улыбка светятся мирной, беззаботной, мягкой, милой красотой и счастьем. А теперь оцените изменение в выражении его лица по мере развития картины, взгляните, выражаясь кинематографическим языком, на развитие его персонажа. Это чудо.

Мы не сможем сделать этого прямо сейчас, если не вспомним все испытания, преобразившие Фродо на его пути к Роковой горе. Его взгляд, полный печали и слёз, после того, как любимый им Гэндальф упал в бездну, став последней жертвой Бальрога. И его взгляд здесь, в глубине гор, куда привёл его

Горлум, когда ужас от осознания того, куда попал Фродо, начинает проникать в его душу, а тошнотворное зловоние логова Шелоб сгущается вокруг, как сумрак ночного кошмара. И ещё один взгляд, который мы увидим в следующей Зоне..., но об этом ещё не время.

Но сейчас, по мере того, как Фродо осознаёт свою участь, его взгляд скользит от одной ужасающей картины к другой. Под его ногами - хрустящие кости и гниющая плоть. Мумии животных и зловонные, полуразложившиеся коконы с людьми раскачиваются в полутьме, словно люстры в покойницкой. А затем он понимает, в какую ловушку заманил его Горлум.

«О, Сэм», - только и может вымолвить он, но уже слишком поздно. Сэм ушёл, отосланный, отвергнутый. Ушёл его самый верный друг, готовый умереть за него, всегда и везде деливший с ним кров. Фродо остался один: ни друзей, ни безопасности, ни надежды. Смотря в лицо величайшему злу и почти верной смерти от пока неизвестной ему руки.

Но совсем скоро, когда Шелоб выскальзывает из мрака и нависает над ним, Фродо понимает, что встретился с чудовищем из самых жутких своих кошмаров. То, с чем столкнулся Фродо, так же и наш худший кошмар: туннель наших глубинных испытаний и инициации, изгнание из рая, утрата безопасности, низвержение в ад, царство подавленности, беспомощности и страха. Всё угрожающее, смертельно опасное, мучительное и ужасное воплощено в чудовищном монстре из наших фантазий - в данном случае, - гигантском пауке.

Почему именно паук? Потому, что они ядовиты, смертоносны, и просто потому, что от них просто мурашки по коже. Потому что они могут поймать нас, как беспомощных бабочек. Кроме всего прочего, это Зона ловушки: они могут заманить нас блеском своей паутины, связать, обездвигить, парализовать и высосать жизнь из нас, абсолютных жертв, когда

им заблагорассудится. Пауки и подобные им монстры населяют почти все наши худшие кошмары. С ними мы сталкиваемся во время рождения, проходя через смертельно опасную борьбу в родовом канале. Они представляют безымянные силы тьмы, поглощающие нас, притаившиеся во мраке нашего воображения, и в любой подходящий момент готовые выпрыгнуть и пожрать нас, наши мечты, надежды и сами наши души.

Шелоб гонится за Фродо, а он в панике убегает от неё, всё больше углубляясь в туннель. С каждым шагом его растерянность возрастает. Чем больше он теряется, тем более знакома ей эта ситуация. Она играет с ним, и с каждой секундой смерть подкрадывается к Фродо всё ближе. Как загнанный, обезумевший от страха зверёк, он пятится наугад, наступая на кости и останки тел, ступая напрямик в густую паутину. Он в западне. Он размахивает руками, как обречённый мотылек – крылышками. Его борьба только ухудшает положение дел. Наконец, он теряет способность двигаться.

В этом суть Зоны ловушки: абсолютный тупик и полное отсутствие выхода. Одиночество и ощущение себя идеальной жертвой. Чувствовать себя едой для монстра. Быть захваченным всеми кошмарами из наших безумных фантазий. Быть поглощённым тьмой и утратить как воспоминание о Зоне безопасности, так и малейшую надежду на возможное появление когда-нибудь Зоны свободы. Именно так и чувствует себя Фродо в туннеле на пути в Мордор: беспомощным, оставленным и одиноким.

Но Фродо - герой, как и все мы. И в моменты великих потерь, когда мы сдаёмся перед неизбежным смертельным роком, каждому из нас надо суметь, подобно Фродо, выхватить клинок. У него есть Жало, волшебный меч, который загорается синим пламенем в присутствии орков. «Это эльфийская работа, да уж», - так сказал ему Бильбо. И с нашими судьбоносными

мечами, какими бы они ни были, в чём бы ни воплощались для нас последние крохи мужества и воли, мы начинаем прорываться к свободе... или нет. Здесь мы закончим эту часть истории. Потому что даже крупице тайны нужно время, чтобы осесть и усвоиться. И даже предупреждение о спойлерах не сможет исцелить раны от чрезмерных знаний о кино. Если вы ещё не видели этот фильм, просто пойдите и посмотрите.



Зона войны.

Тони Монтана: *А я хочу то, что само идёт в руки.*

Мэнни: *Что же тебе идёт в руки?*

Тони Монтана: *Весь мир, дружок, и всё, что в нём есть.*

~ *Лицо со шрамом*²⁴

Тед Суонн: *Нам нужно убедить рядовую домохозяйку, что помидор, сожравший её любимую собачку, вовсе не опасен.*

~ *Атака помидоров-убийц*

Пол Галье: *Каждый раз, как это случается, ты думаешь, это любовь. Но нет. Это кровь.*

~ *Люди-кошки*²⁵

Эль Мариачи: *Нажимать на курок проще, чем играть на гитаре. Разрушать легче, чем создавать.*

~ *Отчаянный (Десперадо)*²⁶

²⁴ Имеется в виду картина 1983 г. реж. Брайана де Пальмы, а не классическая версия 1932 г. режиссеров Ховард Хоукса и Ричард Россона, или короткометражка 1982 г. реж. Сержа Генсбура.

²⁵ Речь, конечно, не о классической картине 1942 г. реж. Жака Турньё, а о не менее известном её ремейке 1982 г. реж. Пола Шрёдера.

²⁶ Тут, конечно, говорится о картине 1995 г. реж. Роберта Родригеса, а не о её тезках 1968 г. реж. Серджио Бернадеса Фильо, и 1991 г. реж. Рико Мартинеза.

Неизвестный: *Боюсь, что единственным способом избавиться от демона, как написано в книге, будет расчленение тела.*

~ Зловещие мертвецы

Ганнибал Лектор: *Я должен признаться, что хотел бы полакомиться вашей супругой.*

~ Ганнибал²⁷

Царь Ксеркс: *Твои соперники-афиняне преклонят колени пред тобой, если ты предо мной их преклонишь.*

Царь Леонид: *Твоя щедрость божественна, как и твой лик, царь царей. Таким предложением может пренебречь только безумец. Но, видишь ли, сама мысль о том, чтобы преклонить колени - это... Пока мы кололи твоих солдат, у меня страшно затекла нога, и теперь болит, так что колени мне преклонять трудно.*

~ 300 спартанцев²⁸

Марв: *Здесь кровь за кровь и притом галлонами. Как в старые дни - недобрые дни. Всё началось сначала. И у меня выбора не осталось. Я готов к войне.*

~ Город грехов

²⁷ Совершенно однозначно речь идёт о картине 2001 г. реж. Ридли Скотта – последнем из тетралогии о докторе Ганнибале Лектере, а не о немецком фильме 2007 г. реж. Улли Ломмеля, которую всё же правильнее переводить, как «Каннибал». Все картины о прославленном карфагенском полководце Ганнибале Барке 1959 г., 2006 г. и 2011 г. не имеют отношения к данной тематике.

²⁸ Имеется в виду, не классическая картина 1962 г. реж. Рудольфа Мате, а современная версия событий, снятая в 2006 г. реж. Заком Снайдером.

Держитесь. Даже если кажется, что Зона ловушки будет длиться вечно, перемены уже близко. В Зоне войны кардинально меняется абсолютно всё. На биологическом уровне открывается шейка матки, что даёт возможность плоду продвигаться дальше. Говоря метафорически, появляется свет в конце тоннеля. Открывается выход из преисподней. Подступают схватки, плод проталкивается по родовому каналу, а мы прокладываем себе дорогу на пути наших приключений. После безнадежности второй стадии, здесь, наконец, появляется надежда, даже, точнее сказать, предчувствие надежды. Главная битва ещё впереди. Но у нас есть ещё одно преимущество. Бессилие сменяется ощущением силы.

Скажем так: депрессия трансформируется в агрессию, чего бы это ни стоило. В Зоне войны мы сталкиваемся с новым букетом сильных страстей. Часто мы ощущаем их как великие эпические сражения, полные борьбы, насилия и смертельной ярости. Также это зона мощных сексуальных импульсов и переживаний. Это мир демонической, стихийной, неуправляемой, вулканической энергии. В Путешествии героя ему соответствует титаническая борьба, предшествующая достижению цели, Высшему испытанию, каким бы оно ни было.



Зависимость и Зоны

Только подумайте: если мы рассмотрим многообразие личностей зависимых, их жизненный уклад и предпочитаемые ими наркотики, то обнаружим, что их можно условно разделить на две группы, тяготеющие к зонам, о которых мы упоминали: к Зоне ловушки или Зоне войны. Те, кто отождествляется с Зоной ловушки, тяготеют к «замедлителям» - опиатам



(героину, оксиконтину²⁹ и викодину³⁰), барбитуратам и транквилизаторам. Я слышал, что многие из них говорили о своём желании вернуться в какое-нибудь тихое, спокойное место, где нет борьбы и неприятностей, где все их потребности немедленно бы удовлетворялись. Узнаёте? Это же Зона безопасности.

Тех же, кто чувствует себя как дома на третьей планете - Зоне войны, привлекают стимуляторы, амфетамины и кокаин. От них вы услышите такие метафоры, как: «прорваться», «взлететь на вершину». Все они будут связаны с продвижением через Зону войны к следующей зоне - Свободе. Некоторые зависимые хотят вернуться, другие - пойти вперёд. Похоже, что наркотики, которые они выбирают, отражают индивидуальные психологические и духовные чаяния. Над этим стоит поразмыслить, если вы выздоравливающий наркоман или терапевт, занимающийся проблемами зависимости.

²⁹ ОксиКонтин – это брендовое название для опиоидного анальгетика, содержащего активное вещество оксикодон (oxycodone). ОксиКонтин оказывает сильный болеутоляющий эффект, назначается для снятия боли, возникающей в случае онкологических заболеваний, артритов и болей спины. Однако этим веществом часто злоупотребляют, чтобы получить мгновенное действие, так называемый «приход». ОксиКонтин вызывает сильную зависимость, поэтому очень быстро начинают требоваться всё большие дозы из-за возникновения толерантности в наркотику.

³⁰ Викодин (гикодан, лортаб, гидрокодон, туссионекс) - сильнодействующее наркотическое обезболивающее и противокашлевое лекарство, содержащее гидрокодон и парацетамол (ацетаминофен). Длительный приём в больших дозах может вызвать слабую эйфорию, а в дальнейшем - болезненное пристрастие. Из-за побочных эффектов был рекомендован к запрету в США.

Зона войны, предварительный показ: Прорываясь на другую сторону.


Часто пережитая в прошлом боль удерживает многих из нас в позиции жертвы. Это естественно. Это характерно для Зоны ловушки. Нам может казаться, что мы бессильны что-либо изменить. Но иногда, благодаря поддержке извне, например, во время терапии, или в связи со спонтанной внутренней трансформацией, мы начинаем «черпать из нашего источника силы». Порой может понадобиться серьёзная встряска, чтобы мы открыли резервуар энергии, о которой совсем не подозревали. Поначалу эта энергия может ощущаться как гнев. Тем самым депрессия Зоны ловушки превращается в агрессию Зоны войны, сила которой толкает нас по родовому каналу или по дороге судьбы напрямик к Высшему испытанию Путешествия героя - рождению или возрождению.

Агрессия и тестостерон - в "фабрике грёз" любой страны их полно. Что там говорится о целевой группе посетителей кинотеатров? Кажется, это мужчины от 16 до 26? Что-то вроде того. Мальчишки и куча парней постарше хотят видеть погони и перестрелки. Одна из причин, по которой зона войны столь популярна, - это само по себе возбуждение, прилив адреналина. Это хорошо продаётся. В середине пятидесятых столь же сильный интерес вызывала Зона ловушки. Весь этот антураж «жизни как вуали страданий и слёз». Великие мэтры вроде Ингмара Бергмана снимали изумительные экзистенциальные картины. Но сейчас всё совсем по-другому. Вообще говоря, кино стало значительно более шумным.

Поэтому в любом DVD-магазине мы можем с закрытыми глазами выбрать любой диск, и с большой долей вероятности окажется, что на нём картина Зоны войны, просто потому, что их очень много. И среди них много довольно удачных. Давайте

взглянем на некоторые из них, чтобы узнать, что делает их особенными. И почему они так хорошо иллюстрируют ту часть процесса, где появляется свет в конце тоннеля, но движение к которому отнюдь не напоминает проулку в парке.

Взгляды



В основном тексте я всё время прошу вас «взглянуть». Это напомнило мне кое-о-чём. О взглядах. Моё кинематографическое сознание наполнено особыми взглядами. Годы фильмов и героев в тех или иных сценах. И эти взгляды, от которых сердце выскакивает из груди, которые навсегда запечатлелись в душе. Те, которые я бы купил, как DVD, а сейчас, конечно, BD, чтобы пересматривать снова и снова. Конечно, взгляды, которые запомнились вам, совсем не похожи на мои. Но вот пара из тех, что мне не забыть никогда.

«Вор»³¹ - это классический фильм второго моего любимого режиссёра Майкла Манна, снятый в 1981 году. Главный герой, которого играет Джеймс Каан, как вы уже догадались, вор. Он только что совершил немыслимую кражу бриллиантов, вскрыв неприступное хранилище специальной паяльной лампой. Он проник внутрь и вышел наружу. Пока его команда упаковывает бриллианты, он садится на стул.

Он поднимает сварочную маску, зажигает сигарету, затягивается и медленно выпускает дым. А

³¹ Поскольку, для кинематографа, видимо, люди этой профессии представляют особый интерес, то известно порядка пятнадцати различных экранизаций с таким названием. И если для автора картина 1981 г. Майкла Манна выглядит классической, то для отечественного кинозрителя классической может являться работа 1997. г. реж. Павла Чухрая с Владимиром Машковым в гл. роли, а для французского – лента 1961 г. Реж. Луи Маля с легендарным Жан-Полем Бельмондо в гл. роли. Главное: не перепутать!



затем следует этот взгляд: участвуют его глаза, губы, и всё то, что скрыто за глазами и губами. Удовлетворение, облегчение, гордость, юмор. И не только это. Есть ещё любовь и надежда, потому что это его последнее дело, и его ждёт женщина, о которой он всегда мечтал. Наверное, есть ещё много того, о чём мы никогда не узнаем. Но я могу смотреть на это весь день, словно на Мону Лизу.

Или возьмём «Братство кольца», когда мы оказываемся на мосту Казад-Дум. Гэндальф исчез во тьме вслед за Бальрогом. Ушёл лидер братства, тот, в ком каждый искал мудрость и силу. Арагорн, именующий себя Странником, не может принять своё истинное предназначение. Он ведёт друзей к дневному свету, но на мгновение останавливается, и коварная стрела орков летит в него из нависающей мглы.

И тогда я вижу его взгляд, столь пронзительный, что у меня и сейчас наворачиваются слезы. Скорбь по ушедшему другу и наставнику, мимолётная тень отчаяния и, быть может, сомнения. И вот он обретает стальную решимость. Прямо на наших глазах он подхватывает плащ предводителя братства, не потому, что жаждет власти, а совсем наоборот. Потому что он принимает свою судьбу, пусть даже это делает его ещё более одиноким. Он делает глубокий вдох, а затем спешит вслед за друзьями, чтобы вести их оставшуюся часть пути.

В одном из наиболее эпических фильмов Зоны войны, который можно пересматривать снова и снова, есть один взгляд, который навсегда отпечатался в моём сердце. Это начальные кадры «Гладиатора», о котором мы говорили выше в другом

контексте. Я знаю, что когда речь заходит о Ридли Скотте, мне трудно сохранять объективность. Но для меня он лучший. Я всегда-всегда узнаю фильмы Ридли Скотта. Он просто так снимает. Ну, так..., так... ну, ладно, быть может, в другой раз мы поговорим о том, что же такого особенного делают эти режиссёры, чтобы мы буквально за считанные секунды поняли, в чём именно фильме очутились.

В первом кадре мы видим руку. Позже мы поймём, что так появляется главный герой, Максимус, которого играет один из выдающихся современных актёров - Рассел Кроу. Под звуки детского смеха рука скользит по верхушкам пшеничных колосьев на поле. И сразу же мы ощущаем «хорошую матку» этого фильма. Это дом. Это Зона безопасности. Здесь царит мир и покой.

Сцена быстро меняется, и перед нами Максимус крупным планом. Вот он, ещё один взгляд, который никогда мне не надоест. Загнанный, измученный, свирепый, решительный, преданный и много какой ещё. Мы понимаем, что рука в колосьях принадлежала ему, и что это его воспоминание. Оно приходит к нему на грани одной из многих жестоких битв, в которых он сражался за Рим и своего императора. И мы знаем, где его сердце: оно в пшеничном поле у него дома, его сердце с ребёнком и женой.

Внезапно камера отрывается от унылого и грязного пейзажа зимнего сражения и останавливается на разноцветной птичке, сидящей на сухой ветке. А затем - на лице Максимуса. Воин растроган. Его глаза блестят. На губах играет нежно-удивлённая улыбка. Птичка вспархивает, и Максимус какое-то время провожает её взглядом. Мы понимаем, что она напомнила ему о месте, где находится его пшеничное поле.

Затем его взгляд возвращается к земле. Сколь потрясающе увидеть, как растворяется эта трогательно-удивлённая улыбка и

168

его лицо становится лицом безжалостного генерала, предводителя воинов. И актёр, и его персонаж способны переживать эмоции и страсти в невероятно широком диапазоне. Сейчас он отправляется в бой, и горе тем, кто стоит у него на пути. Такой вот взгляд. Но это всего лишь преамбула к той сцене из *«Гладиатора»*, о которой я хочу рассказать: о битве между галлами и римлянами.

Сейчас любой может снять сцену сражения. Но что может выделить одну сцену из множества подобных, что возвышает её над всеми остальными? Мы откликаемся на то, что нас трогает. Не щекочет в животе, не затапливает адреналином. Должно быть что-то ещё, какой-то иной уровень энергии, который возвеличивает битву и придаёт ей космический размах.

Этого можно достичь двумя способами. Первый - это непосредственный контекст событий, сама история, предмет сражения, мы можем видеть это в *«Форте Аламо»*³², в фильме *«300 спартанцев»*, где воины насмерть стоят в Фермопилах. Что называется «за алтари и очаги». Второй способ - это снять батальную сцену таким образом, как будто на поле боя идёт борьба смерти-возрождения. Всё каким-то образом начинает приобретать эпический размах, а мы, зрители, переживаем войну как архетип, практически как битву между самими богами.

Некоторым мэтрам это удаётся. Именно так делал свои вестерны Сэм Пекинпа. Это осуществил Мэл Гибсон в *«Храбром, сердце»*, а Спилберг - в *«Спассти рядового Райана»*. Малик определённо добился этого в *«Тонкой красной линии»*.

³² Непростой выбор между картиной «Аламо» 1960 г. реж. Джона Уэйна, на которой по его утверждению, вырос автор, и одноименной в английском варианте, а по-русски «Форт Аламо», 2004 г. Джона Ли Хэнкока. Но, сравнение с картиной «300 спартанцев» образца 2006 г. позволяет с высокой степенью вероятности утверждать, что речь идёт всё-таки о фильме 2004 г.

Это есть в «*Лоуренсе Аравийском*» Дэвида Лина, «*Холодной горе*» Энтони Мингеллы, «*Ране*» Акиры Куросавы, и даже во «*Взводе*» Оливера Стоуна. Безусловно, в самом сильном своём проявлении это представлено в трилогии Питера Джексона «*Властелин колец*». И конечно, мы можем найти это в «*Гладиаторе*». (И пусть при выпуске на экраны студия искромсала «*Царство небесное*» Ридли Скотта, режиссёрская версия которого, кстати, полностью отражает замысел создателя и восстанавливает доброе имя картины, борьба смерти-возрождения там абсолютно точно присутствует.)

Само название «*Гладиатор*» пробуждает подобные ассоциации. Мы уже поднимаемся на некий уровень мифологической схватки. И Скотт нас не разочаровывает. Взгляните на два воинственных племени, стоящих на поле битвы друг против друга: римляне, дисциплинированные, вооружённые, безжалостные и, если судить по экипировке, со всем римским капиталом за спиной. Другие же дикие, кровожадные, свободные, свирепые и гордые. Общие планы, рвы, широкие поля, лес, катапульты. И раздающиеся затем в пространстве картины слова Максимуса: «По моему сигналу устройте им ад». Невероятно. Круто до невозможности.

Именно это происходит на экране. Там бушует абсолютно архетипическая чудовищная жестокость. Море крови, но это не только кровь. Ужасающе, но ужас этот восходит к некоему архетипическому чуду самой природы жизни и смерти. Выражаясь языком наших целей и помыслов относительно того путешествия, в которое мы отправились, можно сказать, что мы станем свидетелями того, как разворачивается эпическая битва за само наше существование. Сражения за то, во что мы верим. Мы прорываемся сквозь всё, что стоит у нас на пути, чтобы достичь того, что считаем своей целью. Классическая горизонтальная битва: сражение с внешними силами за то, что,

170

как мы считаем, должно принадлежать нам по праву. Сражение за своё место под солнцем.

Это Зона войны, в своём изначальном и самом победоносном измерении. Но, как мы увидим, в этой вселенной есть кое-что ещё. Линейная победа вовсе не завершение - ни для нас, ни для Максимуса, даже если мы сражались за неё и думали, что этим всё и закончится. Поэтому мы движемся дальше, в другой угол поля битвы, к иным мотивациям: более тёмным и, возможно, зловещим, но присутствующим в каждом из нас, как и это иное измерение.

Разрядка от «Криминального чтива».

На одном уровне мы можем назвать первичную энергию, возникающую в Зоне войны, *гневом*. На другом - это яростная битва плода на пути к рождению. И, в то же время, это сила. Она может быть личной или божественной. А ещё это страсть, возбуждение и творчество. В конце концов, это просто энергия. Она может проявляться в нашей жизни совершенно по-разному.

Иногда тот уровень Путешествия героя, который живописует фильм, абсолютно не зависит от контекста. В этом случае его задаёт сама стилистика картины, кинематографический язык, используемый режиссёром при её создании, его творческий почерк. Всё это определённо относится к «*Криминальному чтиву*» Квентина Тарантино. Есть в этом фильме один фрагмент, настолько исполненный маниакального возбуждения, зашкаливающей, доходящей до безумия нервозности, столь присущей этой неистовой энергии, что невозможно смотреть его безучастно.

На наших семинарах мы демонстрируем отрывки из фильмов и обычно с большим трудом пробираемся сквозь подавленность и безвыходность Зоны ловушки. А потом мы включаем этот отрывок, и все начинают возбуждённо хихикать. Температура в комнате поднимается на несколько градусов.

Люди извиваются на полу и начинают отключаться. В конце концов, комната взрывается от рассредоточенной, первичной, свободной, энергии. Самое время сделать перерыв на обед.

Это сцена, где Винсент в исполнении Джона Траволты проводит вечер в городе с подружкой своего босса-гангстера Мией, которую играет Ума Турман. Винсент наркоман, а Мия, случайно перепутав героин Винсента с кокаином, получает передозировку. Винсент в панике мчится за помощью к своему дилеру. Он знает, что если Мия умрёт, то от него только мокрое место останется.

Его дилер Лэнс (Эрик Штольц), тоже смертельно обдолбанный, отвечает на звонок Винсента. Он бежит к окну и классическим, виденным-вами-сотни-раз-до-этого образом отдёргивает шторы. Или это больше похоже на канун Рождества, когда чувак бежит к окну, чтобы быстрее поднять раму для подарка Санта-Клауса. В это время машина Винсента паркуется прямо на газоне у Лэнса. С этого момента люди начинают с огромной скоростью безостановочно метаться взад-вперед по квартире, словно очереди автомата «Узи», а камера дёргается и пляшет из стороны в сторону, пытаясь поймать героев, превратившихся в безумных маниакально-депрессивных беснующихся марионеток, жутко поносящих друг друга на сленге, пока кто-нибудь не упадёт замертво.

Однако никто не падает, кроме Мии, которая и так уже лежит с пеной на губах. Подружка Эрика, Розана Аркетт, усугубляет нагнетаемую атмосферу, придавая всей суматохе густой оттенок цинизма. Да, ещё на диване в полнейшей прострации сидит неизвестная готическая девица, и её пустые зрачки лишь подчеркивают безумную суету, царящую вокруг. Вещи внутри дома разлетаются в разные стороны, как если бы вы смотрели мультики про Тома и Джерри на ускоренной перемотке. Что происходит? Они должны найти «маленькую

172

чёрную книжку», «МАЛЕНЬКИЙ ЧЁРНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ СПРАВОЧНИК»!

Чтобы запустить сердце Мии, нужен укол адреналина. Все участники сцены двигаются чрезвычайно быстро, думаю для того, чтобы расшевелить Мию. Я демонстрировал эту сцену в неанглоязычных странах, где обычно у нас есть субтитры или переводчик. Но иногда вы просто пытаетесь следовать происходящему на экране и надеетесь на лучшее. И даже в тех странах, где английский знали лишь пару человек, которые никак не могли поспеть за происходящим, эта сцена вызывала те же чувства. Каждый начинал испытывать возбуждение и не мог усидеть на месте. Вы могли бы поклясться, что чувствовали разлитое в воздухе электричество.

Винсент и Лэнс суетятся над Мией, стремительно покидающей этот мир. Мы, зрители, до такой степени верим в силу слов, что когда приходит время воткнуть гигантскую иглу прямо в жирную точку, нарисованную на груди у Мии волшебным маркером, готовы воскликнуть: «Стой! погоди минутку. О, чёрт». А затем, полные ужаса и отвращения, добавляем: «Я не могу на это смотреть, но я должен».

И затем, когда в единственном замедленном мгновении всей сцены, игла замирает в воздухе, а с её кончика скатывается бриллиантовая капелька адреналина, всем в зале: то есть нам с вами и кое-кому на экране, приходит в голову: «Господи, что же сейчас будет?» А кто-нибудь скажет: «Именно этот вопрос я хотел задать самому себе». А потом ещё кто-нибудь: «Это не смешно». И все мы в стране киноаги с этим соглашаемся, за тем небольшим исключением, что это действительно смешно.

Мы знаем только одно: нам-то адреналин не нужен. Мы уже улетели. Мы в небесах. Пока игла не вонзилась в грудь. Затем камера на секунду замирает, и мы вместе с ней. После этого Мия садится так же внезапно, как кукла появляется из-за

кулис, судорожно втягивает воздух, и мы вдыхаем вместе с ней. Кто-то просит: «Если ты с нами, скажи что-нибудь». И даже когда «что-нибудь» наконец произносит Мия, с тем же успехом это могли сказать и мы. Потому что сейчас не существует никаких «их» и «нас». Мы все едины: кино и его зрители, в том особом пространстве, куда есть доступ только у посвященных, там, где царит стопроцентная, кристально-ясная, совершенная магия.

В той энергии, о которой я вёл речь, жизнь и смерть пребывают в балансе. Ну, не совсем пребывают в балансе. Тогда бы это больше напоминало ощущения Зоны ловушки. Здесь Мия балансирует на грани жизни и смерти со столь высокой частотой, что её трудно уловить. Всё заканчивается хорошо. Мия приходит в себя, Винсент отвозит её домой, а Марселлас, его босс, остаётся в неведении. Но всё это неважно. Это может стать Зоной свободы – уже другим фрагментом для другой главы, но поверьте, что энергия, с которой эта сцена разворачивается – это энергия борьбы. Когда наступает передышка, я слишком взвинчен, чтобы ею воспользоваться.

Тёмная сторона силы.

Вам когда-нибудь снились по-настоящему извращённые сны: полные крови, вывороченных кишок и причудливого секса, - которые одновременно сбивают вас с толку и слегка заводят? Ну, в этом нелегко признаться. Как думаете, почему? С одной стороны, нам стыдно. Больше похоже, что мы не хотим, чтобы люди считали нас извращенцами, маньяками или какими-то невменяемыми.

Мы боимся, что психиатры посмотрят на нас сквозь призму поп-культуры, как будто у нас серьёзный синдром дефицита внимания, нарциссизм или другое дежурное блюдо, с помощью которого они пытаются объяснить нечто, выходящее за рамки обычного. На самом деле, у нас может быть и это тоже.

Но иногда кажется, что традиционные диагносты не владеют полной картиной, объясняющей появление у нас снов или фантазий подобного толка.

Очень сложно глубоко понять такого рода материал, если при взгляде на человека ограничиваться обычными представлениями, что важно лишь то, что случилось после рождения и до настоящего момента. Но если взглянуть сквозь призму смерти-возрождения или даже просто биологического рождения, и добавить к этому архетипическое измерение Юнга, то подобные необычные фантазии приобретают куда более глубокий смысл и уже не кажутся столь безумными.

Возьмём, к примеру, демонический аспект: этот пугающий спуск к тёмным глубинам. Это напоминает «Ночь на Лысой горе» сцену из гениальной «*Фантазии*» Уолта Диснея, к которой мы вернёмся чуть позже. Да, очень похоже, только чуть интенсивнее, скажем, на порядок. Взглянем на это поближе. Эти силы и чувства, которые мы испытываем по их поводу, являются частью коллективного бессознательного, большого холста, вмещающего, в том числе, и нас. Более того, взгляд на них с точки зрения родовой динамики развеивает наши возможные заблуждения и старые отрицательные заряды, тлеющие в нашем сознании. И вместо того, чтобы чувствовать себя ненормальными, мы поймём, что на самом деле всё идёт весьма прилично.

Когда люди во время любой глубокой внутренней работы сталкиваются с опытом смерти-возрождения, «демонические» переживания происходят на самом краю, в точке перехода между Зоной войны и Зоной свободы. Как мы уже говорили, Зона войны насквозь пропитана агрессией, сексуальностью и борьбой.

Представьте, что вы находитесь в Зоне войны и приближаетесь к метафорической смерти на её рубеже. Это значит, что мы неподалёку от некоего духовного открытия.

Смерть-возрождение практически всегда подразумевает переживание духовного характера. Ведь когда это случается, мы ещё на шаг становимся ближе к целостности. Всякий раз, когда мы жертвуем отделённостью и начинаем чувствовать себя частью всего человечества, чувствуем свою причастность, как мы говорили в начале, мы более склонны интерпретировать и переживать это как нечто священное.

Но если мы ещё не достигли духовных измерений, то после всей мясорубки Зоны войны наш духовный импульс смешается с агрессией и сексуальностью. И тогда наше бессознательное начнёт преподносить нам необычные коктейли из чувств, снов и образов. Например, мы может соприкоснуться с демоническими аспектами, которые являются разновидностью тёмной, демонической духовности.

В «*Фантазии*» воплощением священного была «Ave Maria», а воплощением демонического - «Ночь на Лысой горе». Что, если бы священное и демоническое были тесно переплетены? Звучит тревожно, но странным образом одновременно и притягательно. Это одна из причин, по которой «Звёздные войны» имели столь широкую популярность. Всегда есть интригующая возможность поддаться очарованию Тёмной стороны. Её притягательность замешана на власти, сексе и духовном импульсе, которые настигают вас одновременно. Вместе получается полный комплект.

Возьмём, к примеру, вампиров. Как думаете, в чём секрет их немеркнувшей мировой славы? Вероятно потому, что здесь замешан секс, власть и некий духовный порыв, воплощённый в победе над смертью и обладании другими тайными силами. Немудрено, что вас может это зацепить. Как я уже говорил, я просто «питаюсь» кино про вампиров. Они все мне нравятся, даже самые ужасные. Поверьте, что среди них немало всякого мусора.

В «Дракуле Брэма Стокера» Френсиса Форда Копполы есть невероятная сцена, которая идеально передаёт суть того, о чём мы сейчас говорим. Это даже больше, чем сама суть. Это опыт. Он зажигает нас желанием увидеть его. Это чертовски хороший вампирский фильм. Он не совершенен, но действительно хорош. Я говорю о классике Брэма Стокера, об оригинальной вампирской истории с Гэри Олдмэном в роли Дракулы и Киану Ривзом, играющим молодого Джонатана Харкера.

Первая ночь Харкера в замке графа Дракулы. Ужин, мягко говоря, был обескураживающим. Наступает время отхода ко сну, и Харкер ложится на огромную старинную кровать. Перед тем, как он засыпает, начинает звучать зловещая музыка и слышится тяжёлое женское дыхание. В следующий момент он осознает, что с узора на его одеяле сошли три вампирские богини. Они полностью обнажены, за исключением прозрачной материи вокруг талий. Они как Горгоны-супермодели с шевелящимися змеями в волосах. Но при этом от них глаз не оторвать.

Они начинают очаровывать его. Это вам не банальный укус в шею. Отнюдь нет. Эти сирены хотят укусить и высосать кровь из кое-чего другого. Вся сцена невероятно завораживает. Тёмная, чувственная, полная опасности. Её трудно не посмотреть. Харкер вот-вот полностью отдаст себя во власть этих женщин. Он уже почти готов по доброй воле стать вампиром, как вдруг появляется Дракула, разгневанный тем, что его рабыни отведдают Харкера до него. Поэтому он до смерти их пугает, если не учитывать того, что они и так уже мертвы. Они выскальзывают из комнаты, как, ну в общем, как роскошные полуобнажённые вампирши.

Помните, я рассказывал, как все, кто смотрел на нашем семинаре сцену из «*Криминального чтива*», оживлялись и

буйствовали? А когда мы демонстрируем эту сцену, в комнате довольно тихо. Может, кто-то пару раз ёрзнет на месте или раздастся несколько едва слышных смешков. Всё это потому, что эта сцена попадает точно в цель. Она околдовывает. Вселенная архетипов включает в себя самые разные чувства и переживания. И то, о котором мы сейчас говорим, здесь также присутствует: сила чувственности, сексуальной привлекательности и влечения, смерти, опасности и любви, смешанные в странной, перевернутой с ног на голову духовности.

Эта перевернутая духовность архетипична. Это значит, что она универсальна для всех нас. Может, мы и не проявляем её в реальном мире, но она существует в глубине нашей души, наряду с обычной духовностью. Иногда она прорывается в сновидениях, а иногда мы можем неосознанно действовать под её влиянием. Как мы уже говорили, переживание этой силы в безопасных условиях, осознанное обладание ею и освобождение от ее власти с большой степенью вероятности позволит нам не проявлять её в окружающем мире, то же справедливо и в отношении агрессивных импульсов. А может, мы всё же могли бы её немного попроявлять? Что бы вы делали, если бы были совершенно свободны от любых обязательств, и роскошная, восставшая из мёртвых горячая штучка подходящего для вас пола постучалась бы в вашу дверь и спросила: «Не хочешь ли выйти, поиграть немного?» Да ладно, можете не отвечать.

В пещере тёмной королевы.

Вы могли прочесть выше заметку на полях, озаглавленную *«Взгляды»*. Если вы её ещё не прочли, то там я говорил, что нам предстоит ещё один знаменательный взгляд из Зоны войны. И вот, встречайте: это Рипли, героиня Сигурни Уивер в продолжении *«Чужого»* - фильме *«Чужие»* Джеймса Кэмерона. Вообще-то Рипли - не что иное, как выразительные взгляды, начиная с *«Чужого»*, заканчивая *«Чужим»*.


Воскрешение», плюс всё, что находится в промежутке («*Чужие*» и «*Чужой 3*»). Она, наверное, одна из самых значительных героинь, а в этом случае мы можем сказать и героев, приключенческих фильмов и боевиков.

Сиквелы

Увер довелось поработать с такими выдающимися мэтрами, как Ридли Скотт, Джеймс Кэмерон, Дэвид Финчер (хотя ему и урезали бюджет, что сильно помешало этому удивительному режиссёру) и Жаном-Пьером Жёне. На одном из этапов жизни тетралогии, кто-то в Голливуде оставил за бортом известного художника Г.Р. Гигера, который получил «Оскар» за свой труд в «*Чужом*», но не обрёл должного признания с выходом картин-продолжений.

Часто за успехом первого фильма неизменно следует продолжение, если его хоть как-нибудь можно продолжить. И, как правило, оно уступает оригинальной картине. Кино просто льётся с экрана, и ничто нигде не пульсирует: ни в фильме, ни у меня как у зрителя. Но иногда случаются приятные исключения. Например, «*Крёстный отец*» Копполы или «*Бэтмен: Начало*» и «*Тёмный рыцарь*» Кристофера Нолана - блестящий фильм, выходящий далеко за рамки картины о супергерое. Было весьма разумно оставить Сэма Рэйми режиссером трёх частей «*Человека-паука*».

Работа Джорджа Миллера над трилогией «*Безумный Макс*» полностью себя оправдала. А позволить Гильермо Дель Торо сделать второго «*Блэйда*» - всё равно, что полить торт глазурью, потому что первый фильм был тоже очень хорош. Два «*Хеллбоя*» дель Торо были такими же волшебными, но



во втором он позволил своей невероятной чувствительности сделать невозможное. Не могу дождаться двух частей «Хоббита». Наверное, он единственный, кто способен следовать замыслу Питера Джексона. И ещё стоит упомянуть Альфонсо Куарона, прославившегося мексиканской историей «И твою маму тоже», который великолепно снял третий фильм из серии о Гарри Поттере. Это лишь небольшой перечень сиквелов, которые могут быть столь же хороши, как и первые части.

Первым «Чужим» Ридли Скотт создал целое новое направление в жанре фильмов ужасов. Сколько вам известно режиссёров, создавших новые жанровые направления, причём дважды, как Ридли? Он сделал это не только с «Чужим», но и с «Бегущим по лезвию», который открыл новое направление в научной фантастике. «Чужой» был дополнен эпической, продуманной, блестяще смонтированной картиной Джеймса Кэмерона. Дэвид Финчер внёс интересные экзистенциальные оттенки в третий фильм, который получился мрачным и таинственным. Хотя я чуть не сошёл с ума, когда он убил Хикса и маленькую Ньют. Они двое в значительной степени обеспечили успех «Чужим», и я думал, что они заслуживают шанса выжить и продолжить борьбу в очередном опусе. Они были героями. Я до сих пор горюю о них. Жан-Пьер Жёне привнёс свою мрачную чувствительность, с которой он снял «Город потерянных детей», в последний фильм, «Чужой. Воскрешение».

В DVD-версии «Чужих» есть одна сцена в 30 главе длиной 9 минут и 39 секунд, это просто целая праздничная распродажа товаров для Зоны войны и лёгкий намёк на Зону

свободы. Рипли только что вызволила малютку Ньют из кокона ксеноморфов. Она прорывается из кишашего чужими отсека, когда внезапно они натываются на сердце ада.

Когда Рипли поднимает глаза, она ещё не понимает, где они оказались. Это уже столько раз с ней происходило: нескончаемые стрельба, бегство и спасение. Внезапно они оказываются в полной тишине, нарушаемой чьим-то дыханием, больше похожим на низкое шипение. А ещё этот ужасный чавкающий, тягучий, чмокающий звук. Она держит в одной руке Ньют, в другой - мощное космическое оружие, и медленно обводит взглядом пространство вокруг себя.

Я считаю это одной из самых незабываемых ловушек в научно-фантастических приключениях. Они только что попали в пещеру с яйцами королевы чужих, самой ужасной из них всех. Камера отъезжает назад. Рипли и Ньют дрожат, несмотря на горячий воздух. Они стоят в центре поля с коконами, внутри каждого из которых притаилась отвратительная маленькая осьминогоподобная тварь, которая присасывается к вашему лицу, просовывает яйцевод к вам в горло и прямо внутрь вас откладывает крохотного чужого, который прогрызёт себе дорогу наружу из вашей грудной клетки, как только станет достаточно большим и, чёрт его дерит, наберётся сил.

Но это ещё не всё. Несколько взрослых особей мужского пола притаились в уголках пещеры, ожидая возможности добраться до Рипли и Ньют. Но и это ещё не всё. Потому что есть ещё королева, эта огромная чёрная тварь, похожая на индийскую богиню Кали из мифологии ночных кошмаров. Она восседает на чём-то, напоминающем трон, и медленно откладывает яйца, которые выходят из гротескно гигантского червеобразного яйцевода, в коконы, усеивающие пол пещеры. Рипли смотрит на неё, и её взгляд как будто говорит: «Вот, д---о!».

Всякий раз при выходе яйца королева издаёт шипение, непристойно обнажая сочащиеся кислотой бритвенно-острые зубы на фаллических челюстях. Это противостояние двух величайших архетипических женщин-воительниц в истории боевиков. Рипли пятится назад к выходу. Она останавливается, задумывается на мгновение. А потом мы видим этот взгляд. Если это возможно, она станет ещё беспощадней. Она замирает. Затем она как будто пожимает плечами, «чёрт возьми, почему бы и нет», чуть поднимает голову, еле заметно улыбается, как будто приняв моментальное решение, и поливает яйца чужих струей огня.

Сначала она сжигает всё вокруг огнём, затем расстреливает из пулемёта чужих, которые были настолько глупы, чтобы встать на её пути. Когда патроны заканчиваются, она бьёт из подствольного гранатомёта по коконам и яйцекладу королевы. Когда боеприпасы кончаются, она бежит изо всех сил, не выпуская Ньют из рук. Есть две вещи, которых ей надо опасаться: во-первых, за ней гонится разъярённая королева. А вторая: у неё есть только две минуты, чтобы отдалиться на максимально безопасное расстояние, прежде чем термоядерный взрыв уничтожит всю планету.

Им удаётся подняться на лифте и выбраться на поверхность. Строение охвачено огнём. Вокруг гремят взрывы и падают обломки здания. Королева поднимается на другом лифте, который открывается прямо у них за спиной. Рипли и Ньют выходят на поверхность и бредут к посадочной платформе, где их должен ждать робот, Бишоп, и спасательная шлюпка, на которой он заберет их отсюда к черту на кулички. Но Бишоп там нет.

Они качаются от ветра и бушующего огня, а вокруг рушатся платформы и башни здания. Лифт открывается, и оттуда выходит королева. Рипли закрывает лицо Ньют рукой.

«Солнышко, закрой глаза», - говорит она девочке, которую поклялась защищать, и которую ей до сих пор удавалось вытащить отовсюду, но не сейчас. Прямо перед тем, как королева собирается разорвать их на части, с неба камнем падает спасательная шлюпка Бишопа. Они карабкаются на борт и дают дёру. Компьютер на планете начинает обратный отсчёт: «Десять, девять...» Вы слышали это сотни раз.

Как только они оказываются на минимально безопасном расстоянии, планета взрывается. В *Бхагават Гите*, индуистском эпосе, этот взрыв описали бы как «свет десяти тысяч солнц». Спасательная капсула продолжает свой путь в бескрайнем звёздном небе. «У нас всё получилось», говорит Рипли. «Я знала, что ты вернёшься», отвечает Ньют. Они прошли через это. Они в безопасности. Пока.

Вот это и есть: посадить героиню на дерево и кидать в неё камни, а потом начать швыряться валунами побольше. Давайте взглянем на все атрибуты смерти и рождения, которые у нас здесь есть. Во-первых, бросается в глаза символизм фигуры матери, защищающей своё дитя. Или нечто напоминающее ситуацию «ребёнок в опасности», иногда встречающуюся в родах. Потом, у нас есть шквал огня, который всегда присутствует при апокалипсисе: огнемёт Рипли, планета на грани взрыва и тому подобное. Помните, мы обсуждали, что последняя стадия смерти может напоминать Армагеддон или апокалипсис? Взрыв планеты определённо подходит под апокалипсис.

Кое-что интересное об огне в данном контексте: в нём присутствуют два элемента. Один полностью разрушительный, он представляет уничтожение ложного «я», всего устаревшего, отжившего. Но огонь также очищает: возможно, сжигает всё отравленное и нечистое, напоминая медицинские прижигания. Мы можем использовать для этого специально созданное слово:

пирокатарсис. Когда на свет должен был появиться Брин, Кэри и я занимались с инструктором по домашним родам. Он сказал, что когда показывается головка ребенка, это называется огненным кольцом. Это звучит как синхронистическая связь между психодуховной смертью-возрождением и биологическими родами.

Сочетание огня и неминуемой смерти Рипли и девочки - это абсолютное воплощение той стадии, где ложное «я» готовится к исчезновению. Она сделала всё, чтобы выжить, но этого было недостаточно. Шлюпка не прилетела. В конце концов, она сдаётся. Ей больше ничего не остаётся. Это конец. «Закрой глаза, милая». Вот что она сказала, когда поняла, что всё кончено. Затем из ниоткуда приходит чудесное спасение, символизирующее начало возрождения. Когда вам кажется, что вы погибли или на краю гибели, возрождение определённо покажется чудом.

Известный миф повествует о птице феникс, которая строит гнездо и откладывает туда яйцо. Огонь уничтожает яйцо и гнездо, а из места самосожжения восстаёт новая птица. Спасение Бишопом Рипли и Ньют - это возрождение феникса из пепла умершего прошлого. Взрыв планеты за её спиной - это пламенное уничтожение ложного «я». После этого следует мирная развязка, корабль скользит среди безмятежных звёзд, что символизирует новое рождение: свет в конце тоннеля, затишье после бури, горшок с золотом в конце радуги, Зону свободы.

Не удивительно, что в таком количестве боевиков почти в самом конце приходит время для мощных взрывов и разрушений, даже если за ними и не следует столь же впечатляющее возрождение. Но душа знает вкус нового рождения. Мы можем не осознавать этого в обычной жизни, но точно узнаём в какой-нибудь масштабной картине. И в момент, когда это происходит непосредственно с нами.

В «*Чужих*», этой саге о смерти-возрождении, есть ещё одна очень важная часть. Это присутствие тёмной королевы чужих, смертоносной матери. В конце произошло мифологическое противоборство между Рипли и королевой, светом и тьмой. Раньше я не упоминал о том, что собираюсь сказать сейчас, поскольку хотел дождаться этой главы. Зачастую процесс рождения на этапе Зоны ловушки, а порой и Зоны войны, аспекты соприкосновения со смертью, исчезновения или поглощения воплощает в некой монструозной фигуре: пауке, гигантской змее, или даже королеве чужих. Рипли предстоит встретиться со своим альтер-эго: тёмной матерью. Её победа подобна победе жизни над смертью.

Небольшое отступление, в котором я хотел поделиться тем, что показалось мне забавным: я читал в антологии рецензию на «*Чужих*», написанную одним из самых известных, популярных и уважаемых критиков нашего времени. Он дал ему три с половиной звезды (на ползвезды меньше своей максимальной оценки). Он сказал, что фильм действительно его впечатлил. А затем полностью себя выдал. Он добавил, что считает «*Чужих*» почти безупречными во всех отношениях, но, покидая кинотеатр, чувствовал себя неважно. И он не мог объяснить, в связи с чем.

Каждый, читающий эти строки, попытается угадать, отчего же ему было плохо? Вы поняли. Фильм всколыхнул нечто у него внутри. Поверьте, «*Чужие*» могут всколыхнуть массу вещей. Я вовсе не собираюсь критиковать критика. Конечно, его зацепило. Нас всех цепляет. Как и у всех нас, у него есть Внутренний целитель и APS™. Она как раз начала работать, поднимая материал из глубин психики и сигнализируя: «Возможность исцелиться! Возможность исцелиться!»

Представляете, как бы было круто, если бы в этот момент он начал играть в кинологу, исследуя свою вертикаль в

попытках обнаружить, что же именно внутри него было столь сильно задето этим фильмом? Критики всегда указывают путь большинству из нас, даже когда мы могли бы больше доверять собственному мнению. Но киноюга может превратить их в совершенно новую разновидность первопроходцев, разве нет?

Окончательно и бесповоротно.

Вы, конечно, можете мне не верить, но существовала жизнь и до *«Бегающего по лезвию»*. Я мог бы назвать это периодом *«Апокалипсиса сегодня»*. Это были те ещё деньки. Как в *«Бегающем по лезвию»* Эддон Тайрел, гениальный изобретатель репликантов, сказал своему «блудному сыну» Рою Батти, репликанту модели «Nexus-6»: «Насладись тем временем, что осталось». Я упивался временем *«Апокалипсиса сегодня»*. Вот вам ещё одна история с «незабываемыми первыми кадрами».

Я читал об этом фильме. Было несколько причин для существовавшей вокруг него шумихи: режиссёром был Френсис Форд Coppola, великий создатель *«Крёстного отца»*, за кадром разворачивались настоящие драмы, а в основе лежал выдающийся сюжет. Леденящий душу выдающийся сюжет. Я был просто помешан на этой картине. Сценарист Джон Милиус хотел сделать сюжет в подлинном духе Вьетнамской войны. Он взял потрясающую архетипическую историю Джозефа Конрада *«Сердце тьмы»*³³ и создал на её основе свою военную сагу. Сюжет оригинальной истории был о человеке, который совершил изменившее всю его жизнь путешествие вверх по реке в сердце Африки, чтобы встретиться с загадочным персонажем по имени Курц. Это на одном уровне. На более высоком уровне

³³ По роману Джозефа Конрада в 1993 г. режиссером Николасом Роугом был снят фильм «Сердце тьмы» (в нашем прокате больше известный, как «Дух тьмы»).

это было путешествие души к своим корням, или даже к самим истокам безумия в человеческой душе.

Я серьёзно настроен, совсем не так, как при первом просмотре «*Бегающего по лезвию*», который на тот момент находился в самом низу моего списка предпочтений. «*Апокалипсис сегодня*» находился на первом месте. Итак, я отправляюсь. Кино начинается. Первое, что я вижу, меня не слишком впечатляет: похоже, это туман, пару секунд мне кажется, что это туман. А потом сквозь туман, хотя это может быть и дым, доносится приглушённый рокот вертолётных лопастей. Вертолёт внезапно показывается и тут же исчезает из поля зрения. Но из дыма рождается ещё кое-что, это музыка, звук гитары, который опять уносит меня из этого мира.

«Это конец. Вот он, мой старый друг. Это конец, мой единственный друг, это конец» - звучит «*The End*» в исполнении The Doors - один из величайших гимнов контркультуры шестидесятых, песня, которая, как вы догадываетесь, сформировала меня и изменила мою жизнь. С этими словами джунгли расцветают огнём напалма, и сцена, наконец, освещается.

В этот миг словно какая-то античная муза, Владычица Шоу, постановщица драм нашей жизни, подняла занавес, открывая мне, единственному сидящему в первом ряду, мой собственный театр, моё шоу, подобно тому, как Она ставит сцену непосредственно для каждого из нас, с безупречным исполнением, в любое мгновение нашей жизни, если только мы в состоянии проснуться и насладиться зрелищем. Проблема в том, что в подобные моменты рядом с нами нет никого, кто дал бы нам пробуждающий тычок локтем под рёбра. Наше время приходит или нет. Для меня настал как раз такой момент.

На фоне горящих джунглей подобно блуждающему огоньку появляется и исчезает огромное лицо каменного бога. А вместо вертолётных лопастей мы видим вращающийся

вентилятор на потолке третьеразрядного гостиничного номера. Камера смотрит вниз сквозь лопасти вентилятора, показывая убогую кровать, а на ней - загнанного человека с надгробными плитами в глазах. Пока звучит песня, мы проникаем в его личный ад: он заливает себя спиртным, беззвучно кричит, сидит на корточках, участвуя в первобытном ритуале, разбивает кулаком зеркало, словно хочет вдребезги разнести свой собственный чудовищный облик, разрисовывает лицо собственной кровью.

Наконец музыка умолкает, он подходит к окну, раздвигает жалюзи, смотрит на оживлённую улицу юго-восточного азиатского города, и его голос за кадром говорит: «Сайгон... блин!». Я уже там. Хотите тоже там оказаться? Приобретите фильм. Не читайте дальше, пока не посмотрите, ладно?

Как обычно, я хотел рассказать совсем не об этом. Это просто разминка. Думаю, мне хотелось немного потешить душу. Просто писать об этом уже приятно. Наш Внутренний целитель, наша Муза, всегда с нами. Она поднимает занавес на этом шоу, открывая любой из миров, которого жаждет наша душа. Она знает, что наша жажда является для неё призывом, она может предложить нам бескрайние пространства, планеты, вселенные, лишь с одной единственной целью: пробудить нас, вдохнуть в нас жизнь и позволить меняться. Как я уже сказал, она рядом каждую минуту, если только мы подготовим для неё сцену и как-то ритуализируем сам процесс.

Напоминаю, что именно это мы и делаем с фильмами: ритуализируем их, осознанно, с целью трансформации делая то, что раньше делали для забавы. Попробуйте, и эти ритуальные переживания помогут увидеть десять тысяч других способов вашей практики в течение всей жизни.

Но вернёмся к *«Апокалипсису сегодня»* и той сцене, которую я приберёг для Зоны войны. Нашего героя зовут
188

капитан Уиллард. Его миссия: с небольшой командой подняться по реке вглубь Камбоджи и «отправить в отставку»³⁴ вышедшего из-под контроля американского полковника Курца, причём произвести это следует «окончательно и бесповоротно». Вот нить, связующая это полотно воедино. Но на самом деле происходит то, что было описано в *«Сердце тьмы»*: человек путешествует в глубины собственной души, чтобы встретиться с собой и противостоять темной стороне своего существа.

Почему там так мрачно? Потому что мы порочны по своей природе? Вовсе нет. Там темно, потому что мы боимся впустить немного света. По сюжету, по мере плавного продвижения лодки вверх по реке в сердце тьмы, команда попадает в передряги, которые с каждым разом становятся всё более дикими и примитивными. Они постепенно оставляют поверхностный покров так называемой цивилизации, представленной здесь высокотехнологичными чудесами современной военной науки. Всё это потихоньку исчезает и становится тем более примитивным, чем ближе они подбираются к лагерю Курца и его разношёрстной армии дезертиров и аборигенов в глубине Камбоджи.

Завязкой этой сцены является достижение переломной точки, после которой команда не сможет вернуться назад. Одного из членов команды только что убили копьем. Они в другом мире. Они перенеслись назад во времени и пробираются в потёмках, лишившись тонкого налёта цивилизации, покрывающего бескрайний океан архетипического бессознательного, как назвал бы его Карл Юнг. Их осталось только трое: Уиллард и двое его подчинённых, добродушный

³⁴ На сленге, использовавшемся ЦРУ во Вьетнаме, выражение: terminate with “extreme prejudice.” «отправить в отставку (уволить в запас) без выходного пособия (пенсии и довольствия)» означало убить или уничтожить без суда и следствия.

«Шеф» из Нового Орлеана и золотой мальчик-сёрфер³⁵ из Южной Калифорнии, принявший ЛСД.

Уиллард, наконец, раскрывает своё задание и даёт им возможность вернуться, если они хотят, тогда как он продолжит путь один. Но они пропадут без него. «Шеф» говорит: «Мы пойдем вместе, на лодке. Мы пойдем с тобой. Пойдем с тобой, но на лодке. Лады?». Лодка - это всё, что уцелело от мира, оставшегося за спиной, от безопасности, последний клочок современности, так называемой цивилизации, стоящий между ними и сумраком ночи. За пределами лодки находится река и джунгли, а река ведет их прямо к Курцу, который символизирует всю пугающую неизвестность, подстерегающую нас в глубинах нашего существа, когда мы боимся на неё взглянуть.

Вспомните Зону войны, и чем она разрешается: её апогеем является Зона свободы – новое рождение. Но это далеко не легкая и увеселительная прогулка в новую жизнь, это вам не фантазия алкоголика о том, что утром он проснётся, примет душ, наденет чистое белье, просто пойдёт на группу АА и останется трезвым. Так не бывает. Существует цена вопроса. Цена - это смерть внутри нас чего-то очень дорогого. Того, с чем мы так сроднились, даже если оно камнем тянет нас на дно. Порой, мы должны выдерживать ослепительно яркий свет нашей души, позволяющий нам встретиться с мрачными истинами и тёмными побуждениями, которыми мы часто руководствуемся. Нам страшно на них смотреть, потому что нам кажется, что это всё, что у нас есть.

Конечно, это не так, но, размышляя подобным образом, мы погружаемся в пучины ужаса. Поэтому мы тратим свою

³⁵ Эти двое - механик Джей Хикс, имеющий прозвище «Шеф» и петти-офицер 3-го класса Лэнс Джонсон, лучший сёрфер конца 50-х соответственно.

жизнь в попытках убежать от воображаемого зла или тьмы, которую считаем свойственной только нам, но на самом деле, если мы остановимся и оглядимся, то постигнем её архетипическую природу, присущую абсолютно всем, природу естественной стадии на пути смерти и возрождения в процессе нашей возможной трансформации. Как поётся в песне Moody Blues: «Спроси у зеркала. Кто же оказался круглым дураком? Не унывай. Такое со всеми бывает».

Это то место Зоны войны, где рано или поздно нам становится очевидно, что то, с чем мы боремся, находится вовсе не снаружи. То же самое происходит с капитаном Уиллардом. Встреча с полковником Курцем - это встреча с самим собой. Вот как Коппола отправляет нас в путешествие к самим себе. Эта сцена длится всего две минуты, но, если мы к ним готовы, эти две минуты могут быть длиною в жизнь.

Мы слышим тихую, зловещую музыку, с медленной глубокой пульсацией басов, мы смотрим глазами камеры, установленной на борту лодки, рассекающей вверх по спокойной тёмной воде. Ветви нависают над лодкой, будто чьи-то руки. Лес длинными костлявыми пальцами плетёт заклинание, угрожая схватить и раздавить лодку, словно некоего захватчика, предпринявшего безумную попытку вторгнуться в сердце тьмы.

Уиллард вырывает страницу за страницей из досье Курца и бросает их в кильватер лодки, а набегающая тёмная вода подхватывает и уносит их из виду. Эти странички - последние обрывки современного ума, тонущего в доисторических водах, бесполезные в этом древнем и архаичном мире, до которого не доходят слабые лучики нашего современного психологического озарения. За кадром голос Уилларда говорит, что он чувствует поток, несущий его вверх по реке, приближающий его прямо к

полковнику Курцу, а на самом деле, прямо к самому себе. Чем он ближе, тем меньше знает, что же будет делать, когда доберётся.

Туман сгущается, зелень темнеет с каждой пройденной милей. В верхушке кривого дерева, нависающего над водой, горят и дымятся обломки сбитого истребителя, превращая его в погребальный факел. Они проплывают прямо под ним. На берегу угадывается лес из крестов, на верхушках которых - черепа, освещенные неверным огнём алтаря. Вырезанные из дерева головы древних богов показываются и исчезают в тумане, словно призраки. Сама лодка похожа на какой-то тёмный плод, медленно продвигающийся по родовому каналу реки к некоему монументальному апофеозу, скрытому за непроницаемой завесой страха - к грядущей смерти и, надеемся, последующему за ней возрождению.

Туман рассеивается. Музыка смолкает. Кричит ночная птица. Лагерь Курца расцветает на берегу, точно ядовитая орхидея: это разрушенный храм, нечестивое жилище давно забытого бога. Не слышно ничего, кроме медленного барабанного боя, в половину частоты шаманского ритма: бум-бум, бум-бум, пауза, потом опять глухое бум-бум, бум-бум. И ещё звук вёсел: из прибрежной бухты скользит флотилия каноэ времен неолита с безмолвными разрисованными воинами на борту.

Уиллард из другого времени осторожно направляет лодку навстречу воинам. Она растворяется среди них. Полковник Курц ждёт Уилларда в развалинах храма. О том, что происходит дальше, расскажет другая сказка следующей ночью. Добро пожаловать в сердце тьмы.

Во многих мифах герои погибают, встречаясь с тем, что Джозеф Кэмпбелл назвал Высшим испытанием. Смерть приходит к ним самыми разными путями. Иногда они должны убить дракона или злого волшебника. Часто это ритуальная

192

смерть какой-то части нашего «я», чего-то искусственного, какого-то старого способа жизни, из которого нам надлежит вырасти.

Не имеет значения, кто или что умирает, герой лишается всего, оставляя позади ставшую тесной прошлую жизнь. Подобное очищение необходимо для возникновения чего-то нового. И часто наше новое рождение подразумевает, в той или иной степени, подобную смерть. Давайте посмотрим, что происходит дальше: как наша собственная река к сердцу тьмы опустошает нас, в конечном итоге, превращаясь в океан света, которого не было и в помине ни на одной из карт.



Смерть.

Гэндальф: *Конец? Нет, наш путь не кончается смертью. Смерть лишь продолжение пути, начертанное всем. Серая, как дождь, завеса этого мира отдёрнется и откроется серебристое окно, и ты увидишь...*

Пиппин: *Что увижу?*

Гэндальф: *Белые берега, и за ними - далёкие зелёные холмы под восходящим солнцем.*

~ Властелин колец: Возвращение короля

Рассказчик: *Шансы каждого из нас на выживание близки к нулю.*

~ Бойцовский клуб

Репликант Леон - Декарду: *Очнись. Пора умирать.*

~ Бегущий по лезвию

Максимус своим воинам перед битвой: *Если окажетесь одни среди цветущего луга, обжигаемые солнцем, ничего не бойтесь, ибо вы уже в Элизиуме, и вы мертвы.*

~ Гладиатор

Владыка Шибальбы: *Смерть - это дорога к благоговению.*

~ Фонтан

Ада: *Какая смерть! Какой шанс! Какой сюрприз! Моя воля выбрала жизнь. Всё же это напугало и меня, и многих других.*

~ Пианино

Итак, вот что пока произошло в нашем путешествии: мы покинули Зону безопасности, наш дом, плох ли он был или хорош. Мы были потерянными и запертыми в Зоне ловушки, бесконечном аду без надежды на выход. В Зоне войны мы обнаружили свет в конце тоннеля и немного энергии, чтобы до него добраться. Затем мы пробивались к свету сквозь разные захватывающие, иногда сексуальные, но всегда неистово мощные приключения, пока... пока что?

Пока мы не подошли к тому, что в Путешествии героя называется Высшим испытанием. Вы можете подумать, что сейчас мы зададим кому-нибудь жару, выиграем схватку, получим приз, женимся или выйдем замуж, и будем жить долго и счастливо. Но это не совсем так. Осталась суцая мелочь: там, в темноте, нас всё ещё поджидает смерть.

Возможно, мы только начали видеть всё в розовом свете. Безмятежное отплытие прямо к противоположному берегу. За исключением того, что мы боимся обнаружить, что это не просто тупое приближение к гарантированной победе. Просто показать, на что мы способны, потом ещё раз и ещё, а когда мы устанем махать кулаками, тогда-то всё и закончится. Мы победили: прыгаем в лимузин и мчимся сквозь россыпь конфетти.

Конечно, так заканчивается большинство историй. Но пока наши герои не побывают в настолько серьёзной переделке, что до конфетти они могут и не добраться, мы даже не подумаем идти в кино. Шага за порог не сделаем.

А на самом деле, в жизни, как и в хорошем кино, жару задают именно нам. Это может быть настолько ужасным, что происходящее покажется нам концом света, сущим Армагеддоном. В каждом жанре удары судьбы выглядят поразному. В приключенческих фильмах это, вполне очевидно, пребывание жизни главной героини в смертельной опасности. В комедиях это всё, что главная героиня может потерять: деньги, работа, престиж..., продолжите ряд сами. А в мелодрамах кризис случается, когда героиня добивается настоящей любви или погружается в страдания и печаль. Во всех случаях мы хотели бы, чтобы всё наладилось, но это всё ещё невозможно. Всё самое дорогое и ценное должно пока висеть на волоске.

Нам кажется, что мы - главные герои апокалипсиса. Весь тщательно выстроенный мир, всё, что мы знаем, или думаем, что знаем, летит в тартарары. Мы боролись изо всех сил, но сейчас близки к поражению. Всё вокруг объято пламенем. Мы сделали всё возможное, но этого недостаточно. Нам предстоит слишком тяжёлый бой, в котором нам не победить.

Для плода в процессе биологического рождения это момент когда мы можем потерять его, наши силы могут просто иссякнуть. В родах могло применяться обезболивание. Если это так, нам может казаться, что борьба бесконечна, что нам никогда не выбраться, даже если мы будем сражаться на пределе возможностей. Иногда случается удушье или другие медицинские осложнения, и тогда смерть перестаёт быть метафорой. Она становится вполне реальной. До света рукой подать, но мы никак не можем выбраться. Близость цели вместе с чувством, что мы никогда её не достигнем, настолько

опустошительны, настолько безнадёжны, что нам не остаётся ничего другого, как только сдаться.

Когда это становится очевидным, мы ещё продолжаем хвататься за то, что оставили позади. Это ничего не меняет, потому что всё потихоньку ускользает из наших рук. Канун великой победы оборачивается последней битвой и горечью поражения. Все наши стандарты обратились в прах. Мы повержены, на краю пропасти, смотрим смерти в лицо. В этот момент мы чувствуем, что действительно можем умереть, не только метафорически, а по-настоящему, на самом деле.

Но даже сейчас близкая физическая кончина возвещает гибель чего-то другого: гибель нашего ложного «я», нашей старой сущности. Нашего прежнего образа жизни. Наше поражение на поле брани или где-то ещё означает, что наш способ бытия в мире не соответствовал задаче, какой бы она ни была. Мы проиграли.

Смерть эго.

Как я уже сказал, метафорическая смерть, иногда называемая смертью эго, происходит на границе между Зоной войны и Зоной свободы. Кстати, мы уже рассматривали понятие «эго»? В наше время мы насквозь пропитаны Фрейдом. Поэтому часто употребляем слово «эго». Чаще всего мы имеем в виду ту напыщенно раздутую часть нас, которая считает себя большой шишкой, самой крутой или самой что ни на есть. Фрейд же под этим рабочим термином в действительности подразумевал нечто совсем иное. Попросту говоря, он считал, что эго - это та часть нашей психики, которая позволяет нам функционировать в окружающем мире.

Если это так, не удивительно, что традиционные терапевты приходят в ужас, когда мы говорим о смерти эго. Это может означать, что мы желаем смерти тому, что делает нас цельными. И если это вдруг произойдёт, то мы превратимся в

198

серьёзный клинический случай, не сможем завязывать шнурки на ботинках, самостоятельно питаться и вести человеческую жизнь.

Но есть ещё одно определение эго, уходящее корнями в юнгианский анализ и духовные традиции. Там под эго подразумевают ложное «я», те ограничения личности, порожденные нашими стереотипами, страхами и прочим. Именно это мы подразумевали всё время, когда вели речь о смерти и возрождении. Жизнь внутри ложного «я» поддерживает нашу ограниченность, питает наше ощущение ничтожности и отделённости от самих себя, человечества, планеты и космоса.

Когда умирает эта часть нашей личности, на её место может прийти новое, более объемное или целостное «я». Новое «я», воссоединённое с миром, позволяет нам получать большее удовлетворение от жизни. Мне показалось важным обратить внимание на эту разницу, просто на случай, если некоторых из вас смущает идея смерти эго.

Предварительный показ: Смерть.

Прежде, чем мы пройдем через возрождение, давайте поговорим об одном потрясающем фильме, который создаст для него настрой. Мы недавно обсуждали некоторые сильные образы и чувства. Но всегда полезно немного отстраниться: сделать шаг назад и оглядеться, чтобы иметь некоторую перспективу этого путешествия, совершая предварительный просмотр. Легко потеряться во множестве деталей, и нам может не хватить смелости увидеть весь этот длинный путь.

Помните, как давным-давно, в фильме *«В поисках Немо»*, добродушный старый манта вёз маленьких рыбок на их первый урок и пел свою песенку? Помните эту чудесную мелодию, этот покой, это чувство родного дома? А потом, словно Зов к приключениям, на краю бездны появилась лодка. Помните ли нашу смутную тоску о совершенстве в фильме *«Пляж»*? И

остров в *«Тонкой красной линии»*, где мамы с детишками играют в пруду: их песни, их смех, их веселье?

Затем стенки матки начинают сокращаться. Это первое предчувствие опасности. Крокодил соскальзывает в трясины. Начинается процесс рождения, подобный нападению акулы из *«Челюстей»*. Распахнутый мир безмятежного острова начинает смыкаться. Мы ощущаем, что попали в ловушку, как в *«Звёздных войнах»*. Мы начинаем чувствовать, что утрачиваем связь с матерью и родным домом. Мы схвачены, как Фродо в *«Возвращении короля»*, смотрим в лицо опасности, которая, как гигантский паук, душит нас или угрожает поглотить. Или мы подобны искусственному ребёнку, желающему стать настоящим, как в *«Искусственном разуме»*. Мы отвержены, изгнаны, обречены на одинокие странствия. Как только мы низвергаемся с небес, дорога ведёт нас прямо в ад - вниз по *«Лестнице Иакова»* в мир одиночества, боли, ужаса и страданий, которые кажутся бесконечными. Или же мы обнаруживаем себя во вселенной *«Метрополиса»*, полной рутины и бессмысленности. Кажется, что выхода действительно нет.

Внезапно в конце тоннеля появляется свет. Мы перестаём чувствовать себя песчинкой в огромной пустыне и ощущаем мощную энергию *«Криминального чтива»*. Теперь мы знаем, что можем двигаться, пробиваться вперёд. Возможен прилив ярости и силы, как в *«Гладиаторе»*. Дорога может вести нас сквозь запретные чувства, как в *«Дракуле Брэма Стокера»*. Или ещё дальше, вверх по реке безумия, как в *«Апокалипсисе сегодня»*, сталкиваясь, в конечном итоге, с самими собой. Мы можем вступать в одно сражение за другим, понемногу приближаясь к развязке, пока битва не становится похожей на наступающий конец света и не вынуждает встретиться с нашей тёмной стороной, как это происходило в *«Чужих»*.

А потом, когда нам кажется, что мы определённо должны победить, мы оказываемся на грани полного поражения. Мы чувствуем, что всё кончено, поскольку рядом - неминуемая смерть. Неужели, это всё? Или есть что-то ещё? Мы и подумать не могли, что с нами всё это приключится. Какое горе, если это и, вправду, конец. Давайте посмотрим, что будет дальше. Ко всему прочему, повернуть назад уже не получится.

Небесное погребение.

Один из величайших режиссёров современности, Мартин Скорсезе, одно время собирался стать священником. Возможно, поэтому во многих его фильмах отчаянное насилие достигает того мифологического уровня, на который мы так часто ссылались.

Кажется, что он постиг все аспекты, особенно, что касается Зоны войны, с её жестокостью, сексуальностью и духовностью вместе взятыми. В его шедевре *«Последнее искушение Христа»* освещены все эти темы. Ими пронизана и незабываемая история Далай-ламы - *«Кундун»*. Этот фильм позволяет нам увидеть смерть и тот поворотный момент, когда на сцену выходит священное.

9 глава картины, 57 минут и 45 секунд от начала. Нужный нам отрывок длится две минуты и тридцать две секунды - две с половиной минуты сокрушительной и незабываемой мощи. Китай собирается вторгнуться в Тибет. Умер отец Далай-ламы, и монахи готовятся к его погребению. Отрывок начинается с того, что монахи оборачивают мёртвое тело материей. Это происходит под звук колоколов и молитв и перемежается с кадрами, где монахи читают мантры.

До конца отрывка в нём будут переплетены две сюжетные линии. Во-первых, это сам похоронный обряд в виде небесного погребения. Вторая - это кадры, на которых Далай-лама гуляет на просторе со своими советниками. За кадром звучит голос,

который обращается к идущему Далай-ламе, он излагает требования, предъявляемые Китаем к Тибету. Происходящее во время небесного погребения напоминает то, что Китай собирается сделать с Тибетом. Давайте посмотрим.

Представьте высокое плато, под облаками - приближаясь, над головой, клекоча, кружат грифы. Кучка грифов, расправив крылья, перешагивают через кости давно умерших. Они окружают группу монахов, несущих завёрнутое в ткань тело. На заднем плане звучит мистическая музыка Филипа Гласса вперемешку с песнопениями монахов, что придаёт священнодействию эпический размах. Монахи вытаскивают из одеяний длинные ножи и начинают их точить. Когда они срезают ткань, покрывающую тело грифы подходят к ним ближе. Тех монахов, что точат ножи, окружают другие, они читают ритуальные тексты для того, чтобы умерший, успешно пройдя все слои между смертью и перерождением, достиг ясного света.

Затем монахи начинают разрезать тело на маленькие куски и смешивать их с ритуальными веществами. Они бросают плоть теснящимся вокруг грифам, которые шипят и сражаются за каждый кусок. Пока это происходит, голос за кадром сообщает о том, как Китай готовится разорвать Тибет на маленькие куски.

Это, в общем-то, смерть Тибета. Мы видим ритуальное расчленение тела и расчленение Тибета. Смерть помещена в духовный контекст и сопровождается молитвами о благом путешествии души, одновременно мы оплакиваем смерть целой страны, надеясь всё же на её неминуемое возрождение как страны духовной свободы.

Оглянитесь на пройденный путь. Вы видите, как он привёл нас к этой точке, где мы умираем, расстаёмся с собой, где распадаются те части нашего существа, которые мы

называем эго, ложное «я»? Вы также осознаете, что грифы - не просто падальщики, это птицы ритуального огня, пожирающего старое «я», чтобы освободить новое? Этот обычай может показаться нам чуждым, поскольку мы привыкли к совсем другим похоронным обрядам. Но здесь, на высоком тибетском плато, духовная сила безошибочна в своих проявлениях.

Сочетание тибетской культуры, музыки, песнопений, ритуальное расчленение тела, происходящее на фоне смерти Тибета, накладывает неизгладимый отпечаток на нашу душу, в которой начинает разворачиваться во всей полноте архетип смерти и нового рождения. Я говорю «начинает», поскольку ему ещё предстоит проявиться в полной мере. Но мы уже прошли через некий переломный момент. Он явственно ощутим. Продолжим же путь и посмотрим, куда приведёт нас это вновь обретенное чувство.



Зона свободы.

Рубин «Ураган» Картер: *Ненависть загнала меня в тюрьму. Любовь же освободит меня из неё.*

~ *Ураган*³⁶

Иззи: *Но все тени рано или поздно погибают от утреннего света.*

~ *Фонтан*

Колин: *Ты совершила это Чудо?*

Мэри: *Нет, это ты.*

Колин: *Как в твоей сказке. Весь мир во мне.*

~ *Таинственный сад*³⁷

Покахонтас: *Я буду находить радость во всём, что вижу.*

~ *Новый свет*

Мы заблудились, и это не шутка. Всё кончено. Прошла уже целая вечность, но мы всё ещё сражаемся, потому что речь идёт о жизни и смерти. Но в конце мы можем только сдаться. Отпустить. Когда это происходит, всё в очередной раз меняется.

³⁶ Речь, очевидно, идёт о картине 1999 г. реж. Нормана Джуисона с Дензелом Вашингтоном в гл. роли, а не о других фильмах: 1929, 1937, 1975 и 1979 годов с тем же самым названием.

³⁷ Имеется в виду картина 1993 г. реж. Агнешки Холланд, не фильмы 1949 г. реж. Фреда М. Уилкокса и 1987 г. реж. Алана Гринта.

Если речь идёт о биологическом опыте, если мы – продвигающийся в родовом канале плод, нам приходит время появиться на свет. Если мы переживаем это метафорически, как часть процесса трансформации, нам приходит время умереть. Лишь после этого происходит возрождение. В самом конце борьбы, когда всё покрыто пеленой мрака, мы приходим к свету. Мы рождаемся заново. Мы прошли сквозь это, как проходит младенец. Мы приходим в новый мир новыми существами. Это конец борьбы и рождение свободы. Мы добрались.

Мы снова дома. Но на сей раз это не похоже на беззаботность нашего дома в Зоне безопасности, перед тем, как мы отправились в путешествие. На этот раз мы сражались за свои интересы, проиграли, погибли и вернулись обновлёнными. В процессе возрождения наша капитуляция помогла нам победить. Это совсем не та прямолинейная победа, на которую мы рассчитывали, это новая жизнь в течение большого вечного цикла смерти и возрождения, по которому люди проходят от начала времён. Мы встретились с Высшим испытанием, прошли его, получили дар, милость или что-то ещё. Осталось только вернуться домой. Всё закончилось. Всё изменилось, и всё осталось тем же самым.

Предварительный показ: Зона свободы. Обломки тюрьмы.

Вы замечали когда-нибудь, что после мощных взрывов, финальных перестрелок, и «жарких полдней» в «городе грехов» та часть, где «они жили долго и счастливо» занимает буквально пару минут экранного времени? Я хочу сказать, что фильм на этом заканчивается. Мы едва успеваем взглянуть на воссоединившуюся пару или на что-то другое, что удалось спасти. Конечно, мы их видим. Мы знаем, что это произошло.

Но их прогулка при закате так стремительна. Не задумывались, почему так происходит?

Во-первых, этому учат на сценарных курсах. И написано во всех книгах больших специалистов, которые я читал. Когда всё кончено, всё кончено. Не надо смаковать подробности. Одно из немногих критических замечаний относительно *«Возвращения короля»* касалось того, что после переломных битв и развязки истории с кольцом, фильм длится слишком долго. Имеется в виду то, что после этого делали хоббиты. Я не буду в это углубляться, потому что готов разразиться целым трактатом по поводу этой грандиозной трилогии. Я только скажу, что Джексон не только создал шедевр, не отступив в то же время от книги, он выделил нам массу времени для возрождения, для возвращения домой после Высшего испытания. Он сделал этап обретения Свободы таким важным, как и три других: Безопасности, Ловушки и Войны.

Мы выяснили, что генеральная линия Голливуда может быть выражена словами моего бывшего начальника на стройке: «Кончай работу, и шабаш!». Но это всё же не даёт нам истинного ответа на вопрос, почему. Все ли в Голливуде уверены, что нам настолько безразлично новое рождение? Или существует некий блок в коллективном сознании, из-за которого мы не позволяем себе полностью отдаться и пережить подлинное завершение? Может, мы в культурной западне Ловушки и Борьбы или Войны. Возможно, Свобода должна вырваться на волю.

В любом случае, эта ситуация затрудняет демонстрацию нового рождения или стадии Зоны Свободы с помощью отрывков из фильмов. У нас есть уйма «ловушечных» и «сражательных», но крайне мало «безопасных» и «свободных» фрагментов. Зона свободы представлена мини-кусочками, где нам удастся одним глазком взглянуть на возрождение. К тому

же, обычно они почти сливаются с окончанием фазы войны. Давайте посмотрим некоторые из них, и узнаем, удастся ли нам уловить вкус того, к чему мы шли всё это время.

Вы помните те примеры, когда речь шла об ощущении себя в ловушке, в безвыходной ситуации? Подобно пребыванию в психиатрической лечебнице или в тюрьме? Логично предположить, что основным примером опыта возрождения является побег. Один из наиболее впечатляющих эпизодов мы найдём в ленте Фрэнка Дарабонта «Побег из Шоушенка». Мы подключаемся к происходящему в 32 главе DVD-версии, через один час, пятьдесят восемь минут и тридцать одну секунду после начала фильма. Эпизод не столь уж долгий, всего две минуты, чего, как я уже говорил, совсем недостаточно для возрождения, но когда вы его увидите, то в глубине души поймёте, что это всё, чего вы хотели.

Главный герой Энди, которого играет Тим Роббинс, провёл в тюрьме много лет. Он прорыл тоннель в коммуникационную шахту, и ему остаётся только пробить дыру в большой канализационной трубе, чтобы выползти наружу. Снаружи бушует гроза, и когда он пробивает камнем дыру в трубе, он делает это во время вспышек молнии и раскатов грома. Когда он пробивает отверстие, нечистоты окатывают его с ног до головы. Затем он забирается внутрь. Пока он ползёт по трубе, за кадром драматически звучит голос Моргана Фримэна, от лица которого ведётся повествование с начала фильма.

Энди ползёт по гигантской трубе, и выглядит это весьма неприглядно. Голос за кадром говорит что-то вроде: «Энди прополз пятьсот ярдов по канализационной трубе до свободы. Как там воняло, я себе даже представить не могу. Энди прополз пятьсот ярдов. Это равняется пяти футбольным полям, чуть-чуть меньше, чем полмили». В это время мы видим Энди, пробирающегося... - по чему бы вы думали? По родовому

208

каналу! Полному грязных биологических жидкостей. Между прочим, рождение - не слишком утончённый процесс. Я присутствовал при рождении Брина. Я слышал, что в этот момент комнату наполняют ангелы, но мы никаких ангелов не видели. Даже без ангелов это было одним из самых сильных переживаний в нашей жизни, и оно было вполне биологическим.

Итак, Энди пробирается по трубе-каналу. За кадром нарастает музыка Томаса Ньюмана. Пока Энди не вырывается наружу, или же, если смотреть на это под другим ракурсом, пока он не «выходит на свет». Он падает в канаву, уже ночь, а вокруг бушует буря. Музыка достигает своего пика, Энди поднимается на ноги, затем переходит вброд поток и выходит на чистое место. Он снимает робу. Камера смотрит на него сверху, откуда падает дождь. Энди поднимает руки к камере, к буре, к небесам, к молниям, на его лице восторг и ликование, а музыка достигает своего апогея.


Это один из тех моментов, когда на глазах наворачиваются слёзы, и сердце не может не дрогнуть. Создатели фильма преуспели. Мы отождествились с Энди, страдали вместе с ним в тюрьме, испытывая невзгоды и лишения. Когда он оказывается на свободе, то мы вырываемся вместе с ним. Так же, как его боль помогла нам увидеть наши страдания, его победа пробудила память, хотя бы архетипическую, о свободе, которая была знакома всем нам, даже если мы никогда её по-настоящему не испытывали.

И вот опять у нас имеются две параллельные динамики. Мы видим метафорическое возрождение в виде его побега из тюрьмы. Но мы помним о борьбе в родовом канале и выходе из него, в ручки - кого же? Где же акушерка или мама? В этом случае их олицетворяет чистая вода ручья после ужаса канализационного коллектора. Это очищение падающим с небес

дождём, который смывает как болезненные воспоминания, так и нечистоты, через которые ему пришлось пробираться.

Это напоминает классическую песню The Who, в которой Роджер Далтри пел «Любовь, пролейся на меня». Или это могло быть «воссий надо мной». Не суть важно, ибо это новое рождение. Это свобода. Она - тот камертон, о котором я говорил, она резонирует с нашим сердцем, рождая в нём желание вскочить и изо всех сил устремиться к ней. Мы можем даже почувствовать, что заслуживаем её, как заслуживал Энди.

Кинооптимист



Иногда мои товарищи по просмотрам идут поглазеть на фильм, на который я сам ни за что бы не пошёл. Я говорю о заведомо неудачных картинах. Почему же я всё-таки иду с ними? Просто я кинооптимист. Я верю, что всегда найдётся что-то, что меня затронет, пусть даже какая-нибудь мелочь. Хотя бы взгляд, потому что я люблю взгляды. Или десятисекундный кусочек саундтрека. Один кадр, широкая перспектива, или крупный план. Пара сказанных кем-нибудь слов. Мне всё равно. Очень маловероятно, что фильм будет полностью неподходящим для моих кинопереживаний - маловероятно, но возможно.

Когда эта маленькая вещь происходит, пусть даже она занимает совсем немного экранного времени, это так важно для меня, что я начинаю считать все деньги, потраченные на билет, напитки, шоколад и попкорн, крайне выгодным вложением. Подумайте об этом. Сколько бы вы отдали за чувство, которое, даже став воспоминанием, может воскреснуть в любое время, в любом месте и наполнить вас вдохновением, страстью и надеждой? Я же говорил, эта терапия вам по карману.

Освобождение от брони.

В следующем фильме, как и в «Побега из Шоушенка», Зона свободы занимает немного больше времени, чем обычно выделяемые пару минут. Это полный силы фильм Роланда Жоффе «Миссия», в котором потрясающе сыграли Роберт Де Ниро и Джереми Айронс. Из-за прекрасной темы нового рождения мы частенько используем в своей работе музыку из этой картины, написанную Эннио Морриконе.

Айронс играет священника, который строит миссию в верховьях реки в горных тропических джунглях Южной Америки. Де Ниро - солдата, который убил родного брата, и сейчас терзаем виной и горем. Эти чувства надёжно удерживают героя Де Ниро в Зоне ловушки. Но, как вы знаете, в кино о чувствах не говорят, их показывают. Жоффе создаёт незабываемую сцену, в которой персонаж Де Ниро карабкается на гору с полным комплектом амуниции, привязанным к его спине, чтобы добраться до миссии, лежащей за бурной горной рекой.

Безусловно, это его вина и стыд, но через минуту мы увидим, что есть кое-что ещё. Священник олицетворяет бескомпромиссное воплощения потребности в искуплении и кармической расплате. Он знает, что солдату нужно освободиться от своей боли, поэтому он не даёт ему никаких поблажек. Да солдат их и не ищет. Он настолько раздавлен тем, что сделал, что любая причина была бы достаточной для его смерти. В нем нет ни грамма жалости, сочувствия или сострадания к самому себе.

Когда я увидел, как он тащит свою амуницию на гору, я настолько проникся его болью, что почти тотчас же захотел заполнить экран состраданием и прощением. В эту минуту я бы безоговорочно ими поделился. Готов поспорить, что я не единственный, кому знакомо бремя вины и стыда. Возможно, в этом и состоял замысел? В катарсисе, в отождествлении с

солдатом, проходящим через всё это? Если с нами это происходит, фильм достиг своей цели.

Они добираются до края долины, где расположена миссия. Солдат весь мокрый от пота и грязи. Как сказали бы выздоравливающие алкоголики, он достиг своего дна. Он - жалкое подобие человека. Вот что сделали с ним стыд и вина. Обступившие его индейцы щебечут на своём языке и посмеиваются над ним. Теперь сочувствие наполняет и священника. Но солдат не сдаётся. Он украдкой поглядывает на священника, чтобы тот освободил его и дал понять, когда он будет достаточно наказан. Но священник не собирается его вызволять. Он знает, что солдат должен сделать это сам.

Индейцы попеременно смотрят то на священника, то на солдата. Это один из тех магических узловых моментов, где дело может принять абсолютно любой оборот, особенно, если это касается судьбы человека. Индеец берёт в руки нож и склоняется над солдатом. Он берёт его за голову и тянет её вверх, обнажая шею. Нож находится в нескольких сантиметрах от его яремной вены. Затем индеец сгибается и перерезает - но не горло, а верёвку, которой привязан груз к спине солдата. Амуниция падает вниз с утёса и навсегда исчезает в бушующих водах реки.

Это поворотный момент. Солдат переживает последние минуты, в том или ином смысле слова. Смерть могла его настичь двумя путями. Один из них - физическая гибель: если бы индеец перерезал ему горло, а его страданиям был бы положен благой конец, и его тело, упав с обрыва, утонуло бы в бурном потоке. Второй: индеец перерезает что-то другое, как это и произошло, в конце концов, когда он перерезал верёвку, на которой держалось снаряжение. Это также прекращает страдания, но в данном случае это смерть эго, а не физическая смерть.

Игра Де Ниро в этом отрывке - настоящее произведение искусства. Рыдания, которые прорываются глубоко изнутри, когда с его спины - и сердца - спадает тяжкий груз, абсолютно подлинны. Он плачет, оставшись абсолютно один, плачет всем своим естеством. Не представляю, как он этого добился. Мы часто видим подобное в своей работе, когда участники освобождаются от давней боли, от своего старого «я». Они не делают ничего специального. Это совершенно спонтанно. Так происходит возрождение.

Пока происходит его освобождение, индейцы, абсолютно незнакомые с подобного рода чувствами вины и стыда, смеются и танцуют вокруг. Но священник знает, что происходит. Он улыбается и обнимает солдата, пока скорбь и вина не превращаются в облегчение и свободу. То же самое происходит и с нами - или может произойти. Мы носим своё ветхое «я» как промокшую насквозь куртку или комплект боевого снаряжения. Мы тщательно создавали его всю свою жизнь, стереотип за стереотипом, боль за болью. Это настоящая броня. Она защищает нас от других и от всего мира.

Ирония заключается в том, что она защищает нас от самой необходимой вещи: от взаимосвязи с другими людьми. По-настоящему мы охраняем только своё ложное «я», которое отчаянно цепляется за жизнь. Пока в какой-то переломный момент, в волшебный миг, нож правды и любви не перережет веревку, которая привязывает груз к нашей спине. Это происходит тогда, когда мы уже сыты этим по горло.

В современном мире мы можем наблюдать пару потрясающих параллелей с этой историей, когда физическая смерть пересекается с психо-духовной смертью-возрождением. Во-первых, это зависимость и обретение трезвости. Я написал книгу о новом подходе к этому вопросу. Одной из основных

идей было то, что зависимость и выздоровление подчинено именно этой теме - смерти и возрождению.

Почти все зависимые оказываются на таком перепутье, которое изображено в *«Миссии»*. Они могут пережить смертный опыт одним из двух способов. Прежде всего, если они продолжают употребление, то умрут физически. По иронии судьбы, если они желают выздороветь, им придётся пройти через смерть другого рода, смерть системы защит, ложного «я», которое питает зависимость. Это нужно просто для того, чтобы начать выздоравливать. Но есть и другой самостоятельный уровень смерти и возрождения, когда люди действительно проходят через процесс исцеления, связанный, скажем, с системой 12 шагов или другой регулярной ежедневной психологической и духовной практикой.

Но есть ещё более высокий, глобальный уровень, открывающийся из взаимосвязи зависимости и смерти-возрождения. Можно попробовать описать глобальный кризис, угрожающий всем нам, как биологическому виду, как нашу зависимость от власти и жадности. Интересный вопрос: если использовать карту психики, о которой мы всё время говорим, то преимущественно в которой из четырёх зон сейчас находится наша Земля? В Зоне безопасности, ловушки, войны или свободы?

Безусловно, каждая из них представлена, хотя бы в небольшой степени. Но я определённо выбрал бы Зону войны. Мы как будто находимся на поздней стадии смерти и возрождения, когда вокруг бушует грандиозная битва. Коллективное эго планеты отчаянно сражается, чтобы выжить. Так же, как в случае с отдельно взятым наркоманом, возможны два варианта смерти, через которые мы, человеческое сообщество, можем пройти. С одной стороны, как любой зависимый или как персонаж Де Ниро в *«Миссии»*, мы можем

214

встретиться с возможностью физической смерти. Только на глобальном уровне это будет выглядеть как уничтожение планеты и вымирание человечества. К сожалению, многим из нас этот сценарий не кажется таким уж фантастическим. Нам нужно всего лишь очнуться на мгновение и как следует оглядеться вокруг.

Или вместо уничтожения планеты мы можем пройти через глубокую психологическую и духовную трансформацию путем того, что многие из нас пройдут через свою собственную смерть-возрождение, внося свой вклад в коллективный процесс. Это возрождение похоже на то, что случилось с солдатом в фильме. И оно изменит не только нас, но и всё вокруг. Это повлияет на то, как мы относимся к экологическим, социальным и экономическим вопросам, и другим глобальным проблемам, с которыми мы столкнулись. Тогда это принесёт пользу всем нам, а не только кучке эгоистов.

Всё, чем мы занимаемся, можно отнести к расширенному варианту йоги, духовной практики на каждый день. Конечно, она основана на кино, и мы действительно следуем своей страсти и получаем удовольствие. Но любая по-настоящему ценная духовная практика может применяться в контексте, который намного превосходит наши первоначальные замыслы. Чтобы совершить открытия, нам нужно раздвинуть рамки и увидеть картину целиком. Тогда мы сможем связать то, что мы делаем здесь, с остальной частью своей жизнью где-то там.

Я просто хотел затронуть здесь эту взаимосвязь, потому что фильм *«Миссия»* предоставил прекрасную возможность сделать это. Не забывайте, что мы, наконец, достигли духовных измерений, хотя бы добрались до них. Ведь сейчас мы говорим о смерти старого «я». А как мы уже упоминали, когда умирает маленькое «я» и на его место приходит большее целостное «я», это всякий раз духовное переживание. Подобнее об этом чуть позже.

Поднимаясь из глубины.

В начале каждого эпизода сериала *«Звёздный путь. Следующее поколение»*, капитан Пикар, которого играет Патрик Стюарт, говорит: «Космос, последний рубеж». Это перекликается с устоявшимся представлением о том, что нам, людям, больше нет необходимости исследовать Землю. Поэтому, чтобы удовлетворить страсть к путешествиям или разыгравшийся у нас синдром «травы, которая всегда зеленее с другой стороны холма», мы норовим рвануть куда-нибудь к звёздам. Но фильмы вроде *«Космической одиссеи 2001 года»* и *«Пекла»*, шедевра 2007 года, добавляют к этому утверждению новые штрихи. Конечно, космос - это большая загадка. Но пространства нашей души куда более загадочны. Поэтому Кубрик и Бойл использовали космические декорации, чтобы увлечь нас в путешествие внутрь нашего сознания. Внутренний космос - последний рубеж. Звучит неплохо.

Джеймс Кэмерон в *«Чужих»* тоже вывел нас во внутренний космос, показав тёмные и возбуждающие стороны человеческой природы. Его по-настоящему вдохновляет Марс и любые экспедиции к красной планете, которые могут состояться в недалёком будущем. Однако, похоже, что предмет его страсти находится не так далеко от дома, он здесь, на Земле. Точнее, не совсем на земле, а в бездонных океанских пучинах.

Он совершил невероятное количество погружений во время съёмок своего мега-блокбастера *«Титаник»*, и ещё больше - во время съёмок *«Чужих из бездны»*. Его *«Бездна»* кажется немного недооценённой, хотя среди фильмов о глубинах океана она занимает такое же место, как картины Кубрика и Бойла - среди фильмов о космосе.

Завязка такова: происходит авария на подводной нефтяной платформе, она начинает тонуть и вместе с командой погружается на дно, оказываясь на самом краю бездонной

впадины. На фоне неумолимо-заканчивающегося ограниченного запаса воздуха разворачивается весь спектр взаимоотношений между героями, включая интриги и подлости. Находясь на краю гибели, команда отправляет наружу добровольца, всегда великолепного Эдда Харриса, снаряжая его экспериментальной технологией, которая использует насыщенную кислородом жидкость. Он становится подобным человеку-амфибии.

Он спускается по уступу в бездну. Конечно же, ситуация подразумевает серьёзные временные ограничения, технически как-то связанные с сомнительными научными разработками в контексте фильма. Но нам нет до этого дела, потому что Кэмерон - мастер эпических повествований, саспенса и сильных сцен. Ещё важнее, что он всегда создаёт персонажей, которым мы сопереживаем, и приглашает на эти роли прекрасных актёров.

Невероятное погружение Харриса является апогеем режиссёрского замысла. Он спускается всё глубже и глубже, и его спуск длится, кажется, целую вечность. Именно здесь превосходный саспенс переходит в совершенно иное измерение. Если бы дело происходило на космическом корабле, летящем из земной атмосферы в открытый космос, в этот момент отошла бы последняя ступень ракеты-носителя. Именно потому, что мы вместе с Харрисом находимся на орбите. Только это не орбита, а спуск во тьму, тайну и неизвестность. Это больше, чем физическое погружение. Это эпическое путешествие души в собственные глубины, к донине неизведанной сокровенности. Это действительно последний рубеж.

Харрис останавливается на уступе глубже, чем когда-либо ступала нога человека, - среди чёрно-синего мира, в полном одиночестве. Истекают его последние секунды. По радио он может общаться с обречённой станцией, которая, даже утонув, всё же находится на много километров ближе к поверхности. На другом конце провода - женщина, которую он любит. Он вот-

вот погибнет. Но он обретает покой. Это имеет значение, потому что это важно для персонажа Харриса. Нас это трогает потому, что мы видели, как он живёт, а сейчас наблюдаем за тем, как он умирает. Он сдаётся. Это происходит без всякой помпы. Он окружён тишиной - глубинным миром темноты и тайны. Он прощается и закрывает глаза.

В следующем кадре камера находится так далеко от него, что мы едва можем различить Харриса в смутном мерцающем пятне на уступе. Затем она начинает приближаться, пока не оказывается прямо у его лица, отделённая лишь оболочкой скафандра. Мы видим, как в нём отражается свет. Это не просто свет, он имеет форму, это удивительное и прекрасное неведомое создание. Это ангел глубин, похожий на какую-то мистическую морскую бабочку - незнакомое нам существо, обладающее человеческой привлекательностью. Существо протягивает свою полупрозрачную руку, и всё, что может сделать Харрис - попытаться дотронуться до неё. Вот так посреди бездны, в разгар развлекательного кино, возникает своего рода аллюзия на фреску на потолке Сикстинской капеллы, где Бог и Адам касаются друг друга кончиками пальцев. Но только здесь возникает космическая связь между нашим миром и тайной, скрытой в бесконечных глубинах.

Подводный ангел несёт Харриса сквозь бескрайнюю бездну, всё глубже и глубже, пока за краем очередного утеса не открываются сине-чёрные равнины, струящие неровный свет, и выходящий за пределы всякого воображения мерцающий подводный город. Музыка достигает апогея, а глаза Харриса, как и наши, исполняются удивления, когда подводный ангел проносится вместе с ним над светящимся городом.

Они спускаются ещё ниже, на этот раз достигая чего-то, похожего на простирающийся перед ними тоннель. Затем они летят или плывут, это похоже и на то, и другое, по туннелю, по

218

этому родовому каналу. Ангел всё быстрее и быстрее несёт его сквозь этот проход, соединяющий знакомый ему мир с другим измерением. А потом он/она бережно кладёт его на светящийся пол. Сквозь водную мембрану он выскальзывает в безмолвное пространство, наполненное светом. Единственный звук - это его дыхание, эхом раздающееся в хрустальной тишине.

Он снимает шлем. Задыхаясь, он прекращает циркуляцию воды в системе скафандра. Затем он делает первый глубокий вдох в своей новой жизни. Готов поклясться, это похоже на первый вдох младенца. Именно это мы видим на семинарах, когда люди проходят через процесс рождения. Как Кэмерону удалось настолько точно это передать? Неужели он это знал? Или это великое космическое озарение? Держу пари, он знал это. В его *«Терминаторе»* Сара Коннор, которую пытается убить терминатор, спрашивает Кайла, который пытается её защитить: «На что похоже путешествие во времени?» И он отвечает: «Я не знаю. Белый свет, боль. Как будто ты заново родился». Я не шучу, это запечатлено на плёнке.

Путешествие сквозь смерть и новое рождение. Когда конец уже близок, неотвратим и неизбежен, когда всё кончено, когда мы сдаёмся, терпим поражение, вот тогда и происходит чудо. Мистические тексты любой эпохи поведают не одну историю о надвигающемся конце, за которым следовало явление ангела. Или некой светящейся сущности, космического спасителя, который уносил душу умершего в новые земли к новому рождению. Переход всегда происходит в чудесный мир, где больше нет места старым представлениям умершего о реальности.

В фильме красиво передана тема психо-духовной смерти и возрождения в соответствующих образах биологического появления на свет. Герой кашляет, когда амниотическая жидкость попадает в дыхательные пути, затем совершает

первый глубокий вдох, подобно тому, как пребывавшее внутри матки водное существо превращается в дышащее воздухом создание. И Кэмерон виртуозно помещает всю историю внутри зрелищного триллера, который от этого становится ещё более чудесным. Мы могли бы заранее с большой вероятностью предсказать огромное количество погибших. Но кто, скажите на милость, рассчитывал увидеть здесь новое рождение? Он просто показал его на ином уровне. Мы беззащитны перед подобными столь внезапными чудесами, позволяющими нам открываться тайне и возможности резких и кардинальных перемен. Такое использование фильма соответствует изначальным планам киностудии. Там знают, как правильно работать с технологией священного.

В самом конце всего.

Прошу вас, пожалуйста, немедленно посмотрите трилогию *«Властелин колец»*, даже если вы уже её видели. Обещаю, что, начав играть в киноюгу, вы никогда больше не сможете смотреть кино прежними глазами. Я не хочу сказать, что нам с вами будут нравиться одни и те же фильмы, но вам покажется, что вы никогда не видели их прежде. Попробуйте. Я прошу вас посмотреть *«Властелин колец»* прежде, чем вы продолжите чтение, вот ещё почему - мы снова собираемся в Средиземье, на этот раз перед «самым концом всего», когда смерть может стать возрождением, а борьба - свободой.

В последний раз, когда мы видели Фродо, он, как муха в паутине, висел в пещере Шелоб, спрятанной в глубине исполинских гор, окружающих Мордор. Нужно ли говорить, что ему удалось освободиться, что Сэм вернулся к нему, и они продолжили путь через наводнённый орками Мордор, к склонам Роковой горы? Или поведать о том, как в самом конце пути Сэм нёс его по склону, потому что Фродо был почти раздавлен порабощающей силой кольца? Как они снова встретились с

Горлумом, да и как могло быть иначе, ведь Горлум полностью находился во власти кольца, и ненависть накрепко связала его с Фродо. Как они отчаянно боролись, балансируя на утёсе Роковой горы, у огненных врат, на самом краю пропасти, в глубине которой, в сердце ада, их ждала река лавы. Это было единственное место, где могло быть уничтожено кольцо, если бы его хранителю удалось невозможное: устоять под непрерывным гнётом совершенной воли повелителя всего Средиземья.

Помните, как мы обсуждали динамику развития характера Фродо? Я ещё говорил о том, что позже нам предстоит исследовать ещё один его *взгляд*? На самом деле нам интересны три его взгляда, которые отмечают ключевые моменты его трансформации. Один - когда он понимает, что не в силах больше сделать ни шага. Фродо находится на бритвенно-острых, зубчатых выступах Роковой горы, и это происходит прямо перед тем, как Сэм говорит ему: «Я не могу нести кольцо за вас. Но я могу нести вас». Даже сейчас, когда сражения кипят во всём мире, когда подобные полубогам эльфы, гномы и люди сходятся в отчаянных битвах, судьба Средиземья по-прежнему находится в руках полурослика Фродо, прошедшего через бесчисленные испытания, самого маленького и самого храброго странника из всех их.

Его путь начался в Шире, Зоне безопасности, потом то и дело заводил в Зону ловушки, и вёл через миры преисподней, где гибли волшебники прежних времён, дальше он проходил сквозь Зону войны и сражений, в которых сложили головы бесстрашные легендарные герои, и вот теперь кольцо стало таким тяжёлым, что Фродо не может двигаться дальше. Всё это мы читаем на его лице. Огромное спасибо Элайже Вуду, что он не играл, а фактически открылся архетипу Фродо, поднявшемуся из каких-то тайных глубин, и полностью в нём растворился.

Обратите внимание на печаль, опустошённость, безнадёжность и поражение, которые есть в этом взгляде, а потом вспомните улыбку, о которой мы говорили раньше, под деревом в сияющем беззаботном Шире, когда он слышит весёлую песню Гэндальфа, разливающуюся среди мирных деревьев. Настало его время, как оно настанет для всех нас, если это ещё не произошло, когда мы приближаемся к концу, завершению. Все собранные изнутри силы, вся помощь извне, необходимая нам для сражений в Зоне войны, действовали лишь до сего момента, смогли одолеть столько всего, сколько встретилось на пути.

Возможно, было время, когда эти силы казались нам магическими и бесконечными, мы думали, что они будут хранить нас во всех испытаниях на долгом пути, который увенчается триумфом. Но сейчас, на склонах нашей собственной Роковой горы, неподалёку от волшебных врат, мы с ужасом понимаем, что близки к поражению. Все мы там оказывались, все мы переживали коллапс самодостаточности и близящийся крах наших сокровенных чаяний, скорую гибель самой нашей сути.

Фродо – это отражение всех нас. Мы все – Хранители кольца. Мы опираемся на все, чем одарила нас природа: ум, голос, облик, физическую силу, очарование, всё, на чём зиждется наша уникальность. Что бы это ни было, мы используем это, потому что в этом и есть вкус жизни, это бодрит нас и позволяет чувствовать себя особенными в мире, наполненном похожими на нас людьми, в поисках своего края. Наше собственное Кольцо складывается из всевозможных выборов, призванных максимально повысить эффективность наших талантов - разумеется, в собственных интересах, как это обычно происходит.

Если нам повезёт, в какое-то мгновение мы можем открыться совсем другим силам, соединиться с чем-то большим, захотим помогать другим людям и, возможно, бескорыстно использовать наши умения. Как часто наши благие намерения ничем не заканчивались, из-за того, что мы не могли всего предвидеть, а для принятия правильного решения нам не хватало целостного представления о ситуации? Нас ослепляло именно то, чего мы не понимали в самих себе.

В своём святом неведении мы решали, что знаем, что хорошо для других и невольно начинали их контролировать, якобы для их же блага. На самом же деле нас вели эгоистичные мотивации, о которых мы и не подозревали. Сколько раз наши лучшие помыслы заканчивались безрезультатным вмешательством в жизни окружающих, и чем больше мы старались помочь, тем хуже всё становилось?

Вот что значит быть Хранителем. Как сказал бы Аристотель (исследовавший падение другого героя), трагизм нашей судьбы связан с верой в то, что мы сможем использовать Силу на благо других так, что никто не пострадает. Это, в конце концов, приводит нас к ключевому вопросу, который мы задаём себе на одном из этапов своего путешествия: «Может ли хоть кто-то из нас действительно обладать Силой, без вреда или даже смертельной угрозы для себя и окружающих?»

Этот вопрос я задаю самому себе, и ответ ждёт меня впереди. Я говорю сейчас о нескольких книгах, которые хотел бы написать. В двух-трех абзацах весьма сложно глубоко исследовать этот фундаментальный вопрос, с которым каждый из нас сталкивается ежедневно. Он влияет на нас сейчас, он всегда присутствовал в нашей жизни, и продолжит оказывать огромное воздействие на всё человечество.

В буквальном смысле, то, что происходит сейчас на нашей планете, можно наиболее ясно и точно представить, как

столкновение с проблемой Силы. Нам предстоит узнать, как выйти из него, не утонув в негативных влияниях, являющихся неотъемлемой составляющей эгоистичных, жадных и корыстных аспектов нашей личности. Когда мы стараемся сделать что-то на благо окружающих, этот вопрос приобретает ещё большую актуальность. Ведь частенько, когда мы помогаем другим, нашим подлинным мотивом является наше желание выглядеть святыми. Не только в собственных глазах, если мы досконально исследуем себя, то увидим, что ожидаем похвалы от других.

Я собираюсь писать об этом, даже с целью подразнить вас вопросами такой первостепенной важности. По правде говоря, мы все столкнёмся с ними в процессе трансформации. *«Властелин колец»* просто отважно идёт дальше, куда не осмеливаются взглянуть даже некоторые великие религии. Он бросает этот вопрос нам в лицо. Если мы обладаем силой, она поработит нас. Что же нам делать? Давайте посмотрим, что случилось с Фродо, и попытаемся что-нибудь из этого почерпнуть. Ведь впереди у нас ещё два *взгляда*.

Перенесёмся на обрыв над огненной рекой: там стоит Фродо, убежавший от Сэма и Горлума. Всё, что ему нужно сделать в конце своего невероятного путешествия, совершенного наперекор всему, это бросить кольцо в когда-то породившую его реку лавы. Сэм присоединяется к нему после того, как убрал с дороги Горлума. По крайней мере, он думает, что убрал его с дороги.

Он видит, как Фродо склоняется над обрывом, и на его лице играют отблески огненной реки. Он умоляет Фродо бросить кольцо в огонь. Фродо оборачивается к нему и вот он, этот взгляд - господи, мы едва можем его узнать. Исчезло всё, что мы так любили, то есть не осталось ни капли. Он захвачен

жаждой власти, его душа сокрыта и погребена во мраке. Он говорит: «Кольцо моё».

Когда я пишу это, у меня мурашки бегут по коже и слёзы выступают на глазах. Этот взгляд стоит тысячи. Он стал тем, что находится внутри всех нас, и если мы хотим настоящих перемен, рано или поздно мы должны распознать это в себе. Мы меньше всего хотим это видеть, и у всех нас это есть. Это проросло во Фродо и полностью им завладело.

Не думайте, что это могло случиться только с Фродо. Если мы будем хотя бы чуточку честными, то признаем притягательность власти. Мы вспомним те времена, когда она охватывала нас, заставляя принимать решения, причинявшие боль нам и нашим близким. Сердце разрывается, когда мы видим падение Фродо от невинности к борьбе, соvrращению и провалу. С ним мы можем пережить наше собственное потенциальное падение. Тем слаще будет миг, когда смерть обернется новым рождением.

Забежим ещё на несколько мгновений вперёд: Фродо и Сэму удалось вырваться из пасти Роковой горы, вокруг них вздымаются волны огня и рушатся горные вершины. Да, река лавы поглотила кольцо и Горлума. Нет, я не собираюсь рассказывать, как это произошло. Некоторые вещи нужно увидеть собственными глазами. Но это произошло, и сейчас разворачивается процесс очищения: мы могли бы назвать его пирокатарсисом, очищением огнём. Сгорает старый мир. Фродо и Сэм достигли своей цели, но это не означает, что они вернутся обратно в Шир.

Они вскарабкиваются на валун, который возвышается посреди реки лавы, исторгнутой Роковой горой, и оказываются на островке, окруженном смертельными потоками огня. Они потрясены и не могут поверить своим глазам. Затем камера приближается к лицу Фродо и мы видим его взгляд: «Оно ушло», - говорит он с неописуемым изумлением. «Я вижу

Шир». Его глаза ещё раз наполняются светом. Но это уже не тот мягкий свет невинности, который мы видели в Шире. Это свет победы, добытой невероятно тяжелой ценой. Это пламя занимающегося возрождения, которому ещё предстоит завершиться.

С вами случилось, находясь на грани смерти: физической или же эмоциональной, быть спасённым, в физическом или эмоциональном смысле? Этот момент невозможно описать словами, это оглушительный триумф жизни над уничтожением, совершенно первобытный восторг бытия, когда жизнь, оставляемая нами навсегда, обрушивается на нас взрывом милости, выходящей за пределы разума. В любом случае, и этих слов будет недостаточно. Но говорю вам, всё это есть в лице Фродо: его взгляд - это момент чистого вырвавшегося наружу торжества жизни. И абсолютного облегчения.

Но для Фродо и Сэма это лишь мгновение. Очередной взрыв сотрясает камень, на который они забрались. Ливнем комет обрушивается лава с покрытого гарью неба, забрызгивая всё вокруг красно-белыми каплями расплавленной смерти. Мир исчезает на глазах. Это просто вопрос времени. Они всматриваются в глаза друг другу и понимают это. Им не удастся спастись.

Следующая сцена - одна из самых трогательных, которые мне доводилось когда-либо видеть. Они делятся вслух мыслями о том, чего им будет не хватать, и самыми прекрасными воспоминаниями о Шире. Хотя во время прощания на их глаза наворачиваются слёзы, мы видим, что они постепенно смиряются со своей участью, два старых друга, чья дружба переросла в любовь, связанные тем, чего никому вовек не понять, даже если бы им удалось остаться в живых, чтобы поведать об этом.

Они опираются спиной о камень, словно он сделан из чего-то мягкого. Оба кладут руку на плечи друг другу, и в последний раз чувствуют поддержку, спину, которую каждый не раз подставлял другому во время бесчисленных испытаний. Это их глубоко личный опыт, разделенный на двоих: несмотря ни на что, они совершили нечто, призванное изменить будущее всего мира, и далеко не всякому великому герою это было по плечу.

И тут раздаются слова, которых я ждал с самого первого просмотра картины, и всё ещё жду всякий раз, как смотрю её. А в самый первый раз я ожидал их оттого, что во время прочтения книги они запечатлелись в моей душе столь сильно, как почти ничего дотоле. Фродо молвит: «Я рад, что ты здесь со мной. Здесь в самом конце всего, Сэм».

Ну, вот и всё. В самом деле, как-то уж совсем простенько. Действительно, ничего из ряда вон выходящего. А всё потому, что, когда фактически происходит капитуляция — речь не о какой-нибудь унижительной уступке, или лишенном здравого смысла, управляемом страхом акте показательного героизма, а о реальном соглашении — это действительно очень просто. Но простота эта отнюдь не означает отсутствия глубины, ибо нет ничего глубже. Это умиротворение, не доступное нашему пониманию, несомненно, рожденное болью и горем за пределами веры. Но для того, чтобы постичь не только умом, а и всем своим естеством то, что Будда называл непостоянством, необходимо самим капитулировать, сдаться, приняв неизбежность смерти, физической или эмоциональной, смерти нашего ложного «я». В этом заключается бесценный дар сего фрагмента.

Возможно, история закончилась бы их смертью прямо там, и в целом была бы завершённой. Но нет. Есть ещё кое-что. Я даже не могу себе представить, что возможно создать что-либо более утонченное и глубокое. Но так случилось. Гаснет

изображение, нет слов, чтобы передать дивную красоту музыки Говарда Шора, звучащей там, как и в любые другие моменты трилогии. Но тут, в этот миг их неизбежной смерти, на фоне светло-грустной песни - выражения ангельской скорби, на пылающем, клубящимся дымом горизонте появляется одна..., нет, три крылатых тени. На сей раз это не свирепые летающие твари с назгулами. Это Гваихир Владыка Ветров - повелитель всех орлов и два его сородича. На его спине сидит Гэндальф. Они с клёкотом бросаются вниз, и столь бережно подбирают Сэма и Фродо своими когтями, точно заботливейшая мать берёт на руки свое драгоценное дитя. И несут их в безопасное место.

Неожиданное, чудесное спасение - глубинная тема всех мировых мистических традиций. Смерть и возрождение. Тема переноса из ада в рай на спине орла, солнечной птицы, является обычной для шаманизма. Но давайте не впадать в процесс анализа прямо сейчас. У нас для этого будет ещё достаточно времени впереди. Давайте сконцентрируемся на самом переживании. И, быть может, мы сумеем погрузиться в возможность такого чудесного спасения, происходящего с нами, или вспомним об уже случившемся.

А коль скоро это так, дайте себе время, чтобы хорошо распробовать, что напоминает или что могло бы напоминать сие «блюдо» по вкусу. Чудные мгновения. Благодать, словно мягкая вспышка, возникшая из недоступного нам источника: неожиданная, а, возможно, незаслуженная. Быть может, именно поэтому такие мгновения являются дарами свыше. Так же, как и подобным даром является вся трилогия «Властелин колец». Сделаем же себе одолжение и насладимся ею, ибо в такие моменты она поистине чудесна.

Вспоминая о «Фантазии».

Много лет тому назад, я как раз закончил читать современный пересказ *«Тибетской книги мёртвых»*. В этой

228

связи я много размышлял об опыте смерти-возрождения. И вот я оказываюсь на этом причудливом мультфильме, «Фантазии», в котором Уолт Дисней только начинал экспериментировать с музыкой и анимацией. Я заморожен всеми этим многообразием переливающихся красок и звуков, и вдруг на экране возникает изображение гроба, плывущего вниз по течению. Гроб, как вы понимаете, напрямую связан со смертью, о которой я только что читал. С вами когда-нибудь случалось подобное? Какие-то значимые совпадения, которые просто бросаются вам в глаза?

Карл Юнг назвал эти совпадения «синхронистичностями». Он считал их знаками, которые появляются во внешнем мире, связанными с глубинными аспектами нашего бессознательного, когда наша жизнь выходит за рамки личного путешествия. Возможно, приобретая тот эпический размах, который характерен для событий мирового масштаба. Он был убеждён, что синхронистичности происходят, когда мы проходим через особо важные, поворотные моменты жизни.

Тогда я впервые понял, что в просмотре фильмов определённно есть нечто существенное. С того момента каждая сцена картины была для меня абсолютно личной и столь же важной, как вопрос жизни и смерти. Как будто я смотрел фильм новыми глазами: глазами, которые наделяли каждую историю понятным только мне смыслом. Даже когда я что-то видел, то не мог наверняка сказать, действительно ли там это было, или же я наслаждался «частным показом» со специально прописанными для меня инсайтами. Я не смог бы с уверенностью сказать, смотрели мы с друзьями один и тот же фильм или нет.

К двум завершающим эпизодам я уже находился в ином измерении. Как будто фильм и я были едины. Я ощущал, что отбросил все фильтры своей повседневной жизни, ту старую манеру думать и чувствовать, отгораживающую меня от жизни. Я полностью отождествился с потоком, путешествием.

оглядываясь назад, я прекрасно понимаю, как это произошло. Но в тот момент я был весьма далёк от самоанализа. Я был абсолютно погружён: я чувствовал, переживал, отдавался образам и звукам.

В моём опыте с «*Фантазией*» в тот момент интенсивность сюжета, казалось, достигала апогея. Я хочу сказать, что события разворачивались таким образом, что, по моим ощущениям, в данных обстоятельствах был единственно возможный исход. И снова я спрашивал себя, неужели только я чувствовал эту совершенную динамику сюжета? Или она присутствовала в душах создателей фильма? Самый главный вопрос: у них так получилось случайно или же намеренно? Разве развитие всех выдающихся фильмов, от трагедии до комедии, не происходит крещендо? Оттого ль это, что мы интуитивно понимаем, что, лишь дойдя до пика, сможем вырасти и измениться?

Как бы там ни было, но дирижёр, одновременно исполнявший роль конференсье, дающего предварительное объяснение и введение к каждому фрагменту, поведал, что два этих последних эпизода посвящены демоническому и священному, как я уже говорил ранее. Демоническое выражалось музыкой Мусоргского «Ночь на лысой горе», а священное - «Аве Марией» Шуберта.

Думаю, в свете того, что я уже рассказал о себе, ни для кого не будет неожиданностью, что меня всегда привлекала тёмная сторона. Не хочу сказать, что я повсеместно её проявлял. Ну, конечно, бывало иногда. Я мучил только себя и только в психологическом и эмоциональном смысле. Меня всегда захватывали фильмы и книги с явным присутствием тёмных аспектов. Меня покоряла пылающая страсть насилия, сексуальности, великие противоположности, вроде агонии и экстаза, войны и мира, борьбы и сдачи в плен. Мне нравится По и Лавкрафт, фильмы о войне, вестерны и великие эпопеи вроде

«Илиады» и «Одиссеи», все как один насыщенные насилием, сексом и сильными страстями. Поэтому я был готов к «Ночи на Лысой горе».

Это был момент, который, как я чувствовал, должен был стать логическим завершением, идеальной вершиной путешествия, выполненного для меня по индивидуальному заказу. Я оказался прав. Это было незабываемо. Я был в отлёте. На тот момент это было самым восхитительным переживанием в моей жизни. Я хорошо это знал. Я мчался на этой волне, как в последний раз. В некотором глубинном смысле, так оно и было. В этом отрывке из горы появляется огромный демонический персонаж и, окружённый своими прислужниками: чертями, духами, ведьмами и другими детьми ночи, совершает дикий оргиастический ритуал. Ближе к концу демонической оргии начинает звонить церковный колокол. Близится рассвет. Ночные создания съёживаются и прячутся в свои могилы и пещеры. Повелитель демонов поднимает вверх голову, вздымает к небу руки, словно вознося хулу на Бога, и скрывается в недрах Лысой горы.

Я был вместе с ним. Я чувствовал то же самое. Демонические, оргиастические пляски были апофеозом безумства, в котором я был готов находиться всю оставшуюся жизнь. Колокольный звон был концом страсти, концом всех лучших времён. Похоже на то, как я чувствовал себя в детстве субботними вечерами, когда мне удавалось посмотреть какой-нибудь классный фильм. Я знал, что уже очень поздно и пора спать, а завтра, когда наступит воскресное утро, нужно будет вставать, идти в церковь и терзаться из-за всех своих грехов. Когда началась «Две Мария», я со всем разочарованием и сарказмом подумал: «Добро пожаловать в священное».

Тогда я подумал: «Моя жизнь закончена». Я был прав, но не в том смысле, в котором тогда считал. Я мог думать только о том, что страсть ушла. На экране процессия женщин с фонарями

в руках в сумерках пересекала мост и опушку леса. Это было невыносимо скучно. А потом до меня дошло. У меня перехватило дыхание. Я положил руку на сердце и накрыл её другой рукой. Огромная волна света и чувства накрыла меня, и я закачался взад-вперёд на своём сиденье. Я внезапно осознал, что почти ничего не знаю ни о жизни, ни о чём-нибудь ещё. Мои недавние взлелеянные представления о крутизне или бесценности собственных чувств, показались просто смешными. Я чувствовал, будто стал стремительно уменьшаться, и услышал, как повторяю, словно мантру: «Я ничто. Я ничто».

Музыка достигла апогея, камера вместе с ней поднялась к свету и новой заре. Именно там и в тот миг я и умер. Конечно, не физически. Умер тот человек, которым, как я считал, я был раньше, с его представлениями о своём месте среди других людей, на земле и в космосе. Как позже выяснилось, именно тогда я начал устанавливать отношения с чем-то, что было больше, чем моё «я». То, что произошло в это мгновение, навсегда осталось для меня великим таинством.

Многие годы, оглядываясь назад на эту процессию женщин на экране, я готов был поклясться, что они двигались по опушке, неся в руках гроб. Ведь разве не обо мне была вся эта история? Я точно никогда не забуду гроб, плывущий вниз по течению, в начале фильма. Увидеть гроб снова, в самом конце фильма, в лесу, было бы чудесно. Потому что это была моя смерть. В этом гробу лежал я. Поведаю вам кое-что любопытное, уже после того, как мы с вами обсудили механизм возникновения подобных штук. Недавно я снова пересматривал фильм, и в процессии на лесной опушке не было никакого гроба. По крайней мере, не в последней версии, которую я смотрел. Но я на все сто уверен, что уж в первый-то раз он, несомненно, был там.

Это был конец. И в то же время - начало. Я чувствовал себя обновлённым и невероятно наивным. Как будто я вернулся домой. С того времени я десятки раз умирал и многократно возвращался. Если я чему-то и научился, так это тому, что смерть и возрождение всё продолжают сменять друг друга, по крайней мере, так происходит со мной.

Когда мы вышли из кинотеатра, и я стал делиться со своими друзьями, смотревших тот же самый фильм, но у кого определённо были другие впечатления, то обнаружил, что говорю им то, чего не только не говорил раньше, но и не подозревал, что я это знаю. Что-то подобное, мы, вероятно, ожидаем услышать от того, кто годами медитирует в пещере или заперт в психиатрической лечебнице. Когда в их взгляде появилась насмешка, я впервые задумался о том, что мне стоит внимательнее относиться к тому, что я говорю. Джозеф Кэмпбелл сформулировал нечто подобное, описывая различие между мистиком и шизофреником, так: «Мистик, - сказал он, - точно знает, с кем не нужно разговаривать».

Возвращение домой.

Иногда весьма достойные фильмы, являющиеся настоящей классикой, не попадают в поле нашего зрения. Блестящие работы, от которых студии либо отказались, либо сразу выпустили на видео, либо сослали в прокат на мелкие зарубежные рынки. В наших силах нырять за ними, разыскивать и выносить на свет божий.

Об одном из таких фильмов мне поведал мой близкий друг из Испании. Там он известен как «*Блуберри*», и я не мог найти его, как ни пытался. Оказалось, что для американского DVD-рынка название было изменено. Его коснулась поп-культура, и теперь он называется «*Ренегат*». Вспомните целевую аудиторию: молодёжь от 18 до 25. Как вы думаете, куда они пойдут: на «*Блуберри*», которое становится на

английском просто «Черникой» или на «Ренегата»? Их привлечёт ягода с кучей антиоксидантов или крутой чувак? Помоему, всё ясно.

Это вестерн, но он не похож на другие фильмы этого жанра. Большинство из них подразумевает активные действия, перемежающиеся стрельбой. Это золотое правило сценарных курсов: если вы будете только говорить, то получится ужасная скукота. Действие должно проявляться вовне. К примеру, я как-то смотрел антропологическую ленту, на которой была аутентичная запись шаманской церемонии в джунглях Амазонки. Шаманы приняли ритуальное вещество, и сидели возле костра. Дело было поздно ночью.

Завязка многообещающая. Но рассказ получится очень скучный. Просто двое мужчин сидят с закрытыми глазами возле огня, и всё это на протяжении двух часов. Время от времени они издавали приглушённые звуки, да иногда что-то напевали. Было слышно только кваканье лягушек и какие-то шорохи в ночи, когда напряжение достигало максимума. Этим всё и ограничивалось. Скорее всего, в своём внутреннем мире эти парни совершали фантастические путешествия, которые потянули бы не на один Оскар. Но ничего из этого не было на экране. Как я уже сказал, это прямая дорога к быстрой смерти в кинокомплексе.

Однако «Блubberri», бросивший вызов всем правилам, не только вышел сухим из воды, но продемонстрировал нечто совершенно новое в данном жанре. Это вестерн, но только шаманский. Я хочу сказать, что перестрелка, кульминационный момент, все перипетии этой истории происходили во внутренних пространствах, когда главный герой и антигерой находились под воздействием ритуальных веществ. В отличие от антропологического фильма, который я описал выше, создатели воплотили внутренний мир на экране. Это было

великолепное путешествие. Бесспорно, мощнейший видеоряд и одни из самых потрясающих цифровых эффектов, какие только мне доводилось видеть.

Обратимся к последнему эпизоду: противостоянию в священной пещере. Участвуют злой колдун и юный ученик под мудрым руководством старого шамана. Это великолепная, полная эпического размаха история: «Звёздные войны» на диком Западе Молодому подмастерью предстоит пройти через Высшее испытание: столкнуться с демонами внутри себя, пережить смерть и возрождение, одновременно сражаясь со своим главным, гораздо более опытным противником, не слишком радужная перспектива, как ни крути. Мудрый наставник лишь присутствует, позволяя ученику справляться самому, потому что в собственных битвах можем участвовать только мы сами.

Великолепное, поразительное зрелище. Я никогда раньше не видел подобных образов на экране, к тому же прекрасная музыкой, сочетающая инструментальные партии с чарующе прекрасными индейскими напевами, на порядок усиливала впечатление от происходящего. В конце концов, наш герой погибает, не в физическом смысле, конечно. Напротив, с ним происходит именно, то, о чём мы так долго говорили. Он проходит через испытание и возрождается. Что же злой колдун? Он тоже погибает, и на этот раз физической смертью.

О такого рода победе в литературе по выздоровлению от зависимости говорится следующее: сдаться, чтобы победить, отпустить, чтобы найти себя. Этот парадокс в корне противоречит глубоко укоренившимся в современном сознании стереотипам, согласно которым наша борьба и тяжёлая работа, в конце концов, обязательно должны увенчаться успехом. Да, в результате мы побеждаем, но не потому, что взяли молоток побольше. Мы побеждаем потому, что отбросили его и позволили всему, что было внутри, что стояло за нами, выйти на

свет, проявиться и исчезнуть. Западному сознанию нелегко проглотить столь горькое лекарство. Но, скорее всего, мы обнаружим, что только с его помощью мы можем спасти нашу планету.

Вернёмся к *«Блubberри»*. Мы уже знаем, что в нём есть смерть и новое рождение. Если бы этим всё и ограничилось, фильм по-прежнему являлся бы одним из самых смелых экспериментов в области духовного опыта, которые я видел. Но создатели этим не ограничились. На этом пироге есть ещё изящная кремовая розочка. Это рассказ из первых уст о том, что случается после смерти и нового рождения.

Мы называем это Зоной свободы. В *«Блubberри»* абсолютно достоверно показано, как герой обретает свободу. Они ухватили суть. Он свободен. Герои находятся в пещере в глубине далёких скалистых гор. После того, как главный герой возвращается в этот мир, между ним и старшим шаманом происходит проникновенная и трогательная сцена, полная любви и глубокого взаимного уважения. Теперь они как братья. Наставник приветствует главного героя в сообществе тех, кто, как пел Джим Моррисон, прорвался «на другую сторону». «Следи за своими мыслями и чувствами», - напутствует мудрый учитель полного благодарности, умершего и родившегося заново молодого шамана. Что-то смутно напоминает, не правда ли? Например, то, что мы так долго обсуждали в *«Кинойоге»*. Потом наставник говорит своему новому брату, что он может выйти наружу, и что там его ждёт она.

Кто же эта «она»? Конечно, это любовь всей его жизни в исполнении Джульетт Льюис. Поэтому герой выбирается из пещеры навстречу солнечному свету. И мы снова попадаем в место, которое уже видели и так хорошо знаем: рай, Эдем, дом, Зона безопасности. Он видит свою избранницу, она плавает, обнажённая, в девственно-чистом пруду, под сверкающими

236

брызгами водопада. Её нежная улыбка зовёт его. Он снимает с себя одежду и присоединяется к ней в хрустальной воде.

Затем мы видим величественного орла, который всегда и во всех культурах является классическим символом возрождения. Помните, мы с вами говорили о нисхождении в Нижний мир, разделении на части и последующем восхождении в Верхний мир? Часто восхождение совершается на спине солнечной птицы, орла. В этой сцене кажется, что камера смотрит на происходящее глазами орла, который спускается к зелёному каньону среди величественных вершин и сверху взирает на влюблённых в пруду.

Камера убирает «орлиный взор» и перемещается, постепенно поднимаясь из глубины пруда, в который нырнул молодой шаман. Он видит ожидающее, открытое ему навстречу тело своей возлюбленной, и устремляется в её объятия. Затем они сливаются воедино, представляя архетипический союз Мужского и Женского начал, ещё один символ нового рождения, особенно характерный для древних алхимических традиций. Но совершенное возрождение на этом не заканчивается. Нам отчётливо показали суть самой важной целительной динамики в опыте нового рождения.

Помните, мы упоминали о некотором сходстве между первой стадией, Зоной безопасности, и четвёртой, Зоной свободы? В частности, в них обеих есть связь с чем-то большим, ощущение дома. С той лишь разницей, что в Зоне безопасности есть невинность отсутствия опыта, так как путешествие нам только предстоит. А в Зоне свободы мы чувствуем безопасность и завершённость, которая появляется у нас после того, как путешествие окончено.

В своей работе мы регулярно наблюдаем, что после опыта нового рождения путешественники возвращаются к невинности и защищённости внутриутробного пребывания. Обычно это

происходит в форме чарующего воссоединения с матерью, в её личном или архетипическом аспекте, или с Женским началом вообще, будь оно личным или божественным. Хорошая новость об этой связи состоит в том, что часто это не просто её восстановление. Как мы уже обсудили ранее, всё могло начинаться с токсичной матки. В этих случаях такая связь ощущается впервые. Этот опыт может быть невероятно целительным, особенно если ранняя история содержит глубокие травмы разделения, заброшенности, одиночества или подобные.

Именно это отражено в «Блubberри». Во-первых, мы видим, как герой пробуждается к красоте природы, и это классический сценарий возрождения. Затем он возвращается в матку, амниотическую вселенную, которую в данном случае представляет прекрасный пруд под водопадом. Мы также видим его воссоединение с женским началом в образе его возлюбленной. Безусловно, это исцеление на личностном уровне. Но эта связь выходит за пределы его личности и становится союзом с архетипической Божественной матерью или вселенским Женским аспектом бытия.

Через эту связь он обретает завершённость. Свобода и Безопасность сходятся воедино в идеальном примере исцеления. Это также и оптимальная стратегия для достижения максимальной полноты жизни. Это значит жить одновременно в двух измерениях, пребывая в полноте своей личности и, в то же время, являясь частью большей целостности, где индивидуумы обитают не как разрозненные сущности, а как души среди других душ: наконец, свободные, больше не отделённые, когда личное «я» связывается или соединяется с вселенским «Я», или универсумом.

В заключительные моменты камера поднимается над ними, над прудом, горной грядой, равнинами, облаками и устремляется прямо в звёздное небо. Это идеальное описание

единства человека и космоса, связи между нами и Божественным. И это замечательный момент для того, чтобы закончить наши предварительные показы.

«Блubberри» демонстрирует один из самых потрясающих результатов кинойоги. Мы видим его на экране, но более важно, что мы понимаем, что сами способны пережить подобное.

Вот почему я люблю кинойогу. Я до сих пор, не могу понять, в чём здесь секрет. Я преображаюсь, занимаясь тем, что люблю всем сердцем. Если я немного и кривлю душой, то так тому и быть. Вместе с билетом мой шанс ждёт меня у врат кинорая.

Часть III
Правила игры



Побывав там, совершив это... множество раз.

Разящая Птица: *Я как-то подумал, что из всех путей в этой жизни, самый главный тот, что ведёт к истинной сущности человека.*

~ *Танцующий с волками*

Эрик Лиддел: *Я верю, что Бог создал меня для определённой цели. Но, помимо этого, Он сделал меня очень быстрым. И когда я бегу, я чувствую Его радость.*

~ *Огненные колесницы*

Осёл: *Посидим допоздна, посмотрим ужастики, а утром приготовлю вафельки.*

~ *Шрек*

Базз Лайтер: *Шаг в бесконечность!*

~ *История игрушек.*

Итак, мы совершили, надеюсь, чуточку волшебное путешествие по нескольким предварительным показам и начали понимать, на что следует обращать внимание при игре в киноюгу. Фактически, наша кино-одиссея подошла к своему естественному завершению. Многие из вас готовы к игре. Если вы чувствуете, что у вас есть всё необходимое, чтобы начать, то, используя любую возможность и все мои благословения,

возьмите старт. Вас ожидает только фантастическое развлечение и внутренние сокровища, способные изменить вашу жизнь.

Но некоторым из вас, возможно, потребуется кое-что ещё, прежде чем они ответят на Зов путешествия. Если это про вас, то пришло время настроить внутренний радар и, возможно, обратиться к руководству по игре, которое сделает её проще пареной репы. Вспомните, как мы говорили об одной из наиболее часто встречающихся мантр человечества: «Не могу поверить, что со мной это снова происходит». Если мы когда-нибудь так говорили, а уж будьте уверены, что это так, то мы кое-что знаем о том, как проживать свою жизнь.

Во-первых, необходимо воздержаться от исполнения самого длинного блюза в нашей жизни: проявления унижительной жалости к себе и психологии законченной жертвы. К этому можно отнести утверждение, что наша жизнь определяется внешними обстоятельствами, и мы к ней практически не причастны.

Во-вторых, и это уже более интересная вариация на тему того, как мир играет нами, мы могли бы даже серьёзно подготовить какой-нибудь грандиозный обвинительный контрвыпад, который бы начинался приблизительно так: «Каким же я был дураком, чтобы совершать одну и ту же ошибку снова и снова».

Интересно, что когда мы начинаем заниматься собой, скажем, играть в киноигру, руководствуясь некоторыми из её основных принципов, описанных ранее, эти стенания звучат немного иначе. Звучит по-прежнему невесело, но в некотором ином отношении – полностью противоположно тому, что прозвучало до того. Похоже на: «Не могу поверить, что я снова это делаю». Заметили разницу?

В первом случае, когда «Я не могу поверить, что со мной это снова происходит», отсутствует принятие ответственности за то, что с нами случается: мы виним мир вокруг нас, и постепенно становимся игрушкой в его руках. Но во втором утверждении, «Не могу поверить, что я снова это делаю», - мы признаём нашу ответственность, как соавтора, за большую часть того, что мы чувствуем и переживаем в мире. Ещё важнее то, что оно отражает наш способ реагировать на то, что происходит, что мы делаем и фундаментальное убеждение, что в нашей вселенной мы не просто жертва, но реальная действующая сила.

Нам нужно активировать нашу APSTTM. Один из величайших даров трансформации - способность к самоосознаванию, использованию своего ума и силы воли для того, чтобы направлять внимание внутрь, противодействуя древнему великому искушению, которое твердит нам, что жизнь приходит к нам извне. Но в этой игре, во вселенной кинойоги, которую, я надеюсь, мы начинаем постигать, может обнаружиться модель того, как жить в каждый момент своей жизни, а не только использовать свой ум новым само-расширяющим способом. Это о том, как позволить чувствам управлять нашими изменениями. Это о том, чтобы позволить им стать нашими союзниками, узнать от них нечто настолько важное о нас, что мы иначе могли бы упустить.

Когда мы немного освоимся в кинойоге, мы начнём понимать, что наши чувства, которые на первый взгляд толкают нас на повторные поступки, это не отдельные случайные вспышки. Они не просто случайные события, воздействующие на нас спонтанно. Они показывают, какое значение в нашей жизни имеют паттерны. Если мы обращаем внимание, включаем наше осознание, то, вероятно, начнем замечать взаимосвязь между

событиями и эмоциями в течение определенного времени. Когда это начинает происходить, игра выходит на совершенно новый уровень, и играть становится легче и веселее. Мы, как космические сыщики экстра-класса, подбираем ключи к самой большой загадке – к самим себе. Мы даже можем почувствовать, что мы учёные, ставящие на себе эксперименты.

Представьте, что эти события вместе с чувствами, которые мы испытываем по отношению к ним, словно сошедшие с одного конвейера, подобны бусинкам на леске. Леска - это паттерн, нить, которая связывает их вместе и показывает могущество бусинок. Возьмите любое сильное чувство: грусть, тоску, гнев, безопасность, страх, отвагу, любовь, экстаз, а затем вспомните все случаи, когда вы испытывали одно из них. Проследите эту нить назад во времени, насколько сможете. Что мы увидим? Это не просто чувство, в нём прослеживается сила паттерна, мотивирующая нас либо негативно: бросая нам вызов, испытывая нас, либо позитивно: пополняя в целом наш жизненный опыт.

После того, как мы проследили чувства вдоль вертикали с помощью нашей APS™ и обнаружили паттерн, мы возвращаемся в настоящий момент. В момент, где мы переживаем чувства снова, как в театре во время игры в кинологу. И, в зависимости от того, на каком этапе нашего путешествия мы находимся, насколько мы пробудились, мы приходим к одному или к другому из этих двух утверждений: «Не могу поверить, что это снова со мной происходит». Или: «Не могу поверить, что я снова это делаю». Наша задача в это время: слушать каждый сигнал от Внутреннего целителя. От него приходят самые разные сообщения. Например, мы можем услышать: «Возможность исцелиться! Возможность исцелиться!» И если вам пришло в голову: «Не могу поверить,

что я снова это делаю», это серьёзный прорыв. Положите его в копилку.

Если мы сбиты с толку или поглощены силой чувства, даже самого распространённого, если мы потерялись в ситуации, которую это чувство окрашивает, мы можем спросить себя: «Мне это уже знакомо?» или «Я раньше чувствовал что-нибудь подобное?». Если вы ответите утвердительно, а я уверен, что почти всегда так и будет, мы мгновенно перескакиваем из позиции жертвы в позицию хозяина, от реакции к действию. Этот простая техника смены фокуса может внести огромный вклад в наше благополучие. Это как перекрёсток. Если мы выбираем идти в сторону этих двух вопросов, мы внезапно оказываемся на новой территории, принципиальная характеристика которой, - самоподдержка вместо саморазрушения.

Эти два вопроса открывают дорогу к трансформации. Это как если бы у нас оказался прожектор или телескоп, на самом деле так яркое свет осознания или сознания, который позволяет увидеть прошлую жизнь и осветить то, что было скрыто в тени. Мы движемся вдоль нити назад во времени настолько, насколько возможно. Так мы играем в кинологу. Мы позволяем себе чувствовать, открываемся самым сокровенным переживаниям, памяти тела. Когда мы последуем за ними с этой опросной формой для самоисследования, мы удивимся, насколько ясными и очевидными почти всегда являются ответы.

В большинстве случаев это не является чем-то совсем неизвестным, своего рода полной неожиданностью. Это так же нам знакомо, как наши руки. Это не придёт с экрана во время фильма. Это придёт из нашей жизни. Мы можем довериться этому. Мы можем довериться Внутреннему целителю, той силе в нас, которая помогает направлять свет на то, что может нас исцелить. Конечно, некоторые стороны трансформации

довольно запутанны. Но есть и множество простых, вроде привычки задавать себе эти вопросы. Эта несложная практика - замечательный базовый лагерь для начала большой самоисследовательской экспедиции. Это по силам каждому. Просто попробуйте, когда в очередной раз услышите от себя: «Не могу поверить, что это снова со мной произошло».

Оставшиеся двадцать пять процентов.

Представим, что мы изменили свою мантру «Не могу поверить, что со мной снова это произошло» на «Не могу поверить, что я опять это делаю». Это уже три четверти победы. Последнюю четверть, последние двадцать пять процентов, занимает стратегия, призванная помочь нам осознать этот паттерн и объять его: присвоить и принять как часть себя. А затем подобрать какой-нибудь ритуал, который поможет его отпустить. Как вы это сделаете? Любым приемлемым для вас способом.

Вот лишь несколько возможных. Что делаю я, особенно, когда уже долгое время практиковал его объятие, так это бросаю его в яркий огонь, горящий перед моим мысленным взором. Устраиваю большое очищение, пирокатарсис. Кто-то использует молитву. Выздоровливающие зависимые часто обращаются к Шестому и Седьмому шагам, они становятся «абсолютно готовыми» к тому, чтобы расстаться с паттерном и затем «смирненно просят» свою Высшую силу избавить их от него.

Есть чудесная буддийская практика медитации, называемая Випассаной или практикой полноты осознания, которая тоже прекрасно работает. В ней вы концентрируетесь на дыхании, сидя в медитации. Когда появляется чувство или паттерн, вам предлагается продолжить фокусироваться на дыхании и отпустить его. Просто оставайтесь настолько

осознающим и настолько непривязанным, насколько сможете. Это ещё одна практика, где осознание само по себе является целительным. Первый шаг - это действительно осознать, второй - дать имя, а заключительный - отпустить.

Ещё один подход, предлагаемый буддийской традицией, заключается в том, чтобы идти навстречу и заключать в объятия всплывающие в сознании неприятные темы вместо того, чтобы шарахаться от них, избегать или отгораживаться. Мы выросли с мыслью, что, объемя их, мы лишь ухудшим дело. Но правда заключается в обратном. Если мы отталкиваем их, они бегут за нами вдогонку, словно пытаются привлечь наше внимание. Очень важно помнить истину о том, что нас исцеляет именно внимание и способность осознать.

Эти практики потребуют от вас некоторого присутствия духа. Чтобы их испробовать, мы должны пойти на риск. Когда мы выполняем их какое-то время, у нас внутри действительно становится больше мира и покоя, добавляется уверенности в себе и здоровой самооценки. Не имеет значения, каким именно образом вы это практикуете. Самое важное – это присвоить себе чувство или паттерн, взять ответственность на себя. Это значит объять, а не отталкивать. Мы тратим так много сил, чтобы отвернуться от того, что так настойчиво требует нашего внимания. Как отпустить это – целиком зависит от нас. Главное, чтобы мы продолжали практиковать.

Вы не поверите своим глазам.

Хорошо, предположим, что к этому времени вы уже прошли предварительные показы кинойоги. Вы пошли в кино и пробуете применить свои навыки к фильму. И вы полны всевозможных добрых намерений. Вы даже предложили поиграть вашей девушке или парню. Затем, о, чудо из чудес! - вас посетили какие-то сильные эмоции. Пока всё в порядке.

Когда они появились, вы поняли: «Всё отлично, вот оно, это и есть игра».

Как сказал Сэмуайз, впервые ударив орка кастрюлей по голове: «Кажется, приспособился». Вы говорите: «Это... м-м-м... погодите минутку, ещё одна порция фильма». А потом: «А, вот ещё одно чувство. Постой, чувак, здесь я просто завёлся», а потом: «Забудь, фильм идёт слишком быстро. Перегрузка чувств! Перегрузка чувств! Мне кажется, я уловил, но...»

Сейчас фильм уже закончился, вы в кафе и немного на взводе. У вас получилось, прямо там, когда вы смотрели фильм. Но потом всё прекратилось и вы разочарованы. И вы говорите: «С меня хватит. Это надувательство. Я не собираюсь больше играть, это слишком сложно. Но, знаете, что? В этом что-то есть. Я не уверен, что до конца понял, что это было, но что-то определённо произошло.

Я слышу какой-то грохот в джунглях. Я взбудоражен, но не могу понять, в чём дело. Погодите-ка. Такое чувство, как будто... нет, не может быть, но похоже на занозу. Господи, она же у меня в голове! Это работает, я играю в кинойогу! Нет, не играю. Я делаю вид. Я перебрал M&M's. Избыток сахара в крови. Я предпочёл бы никогда не слышать об этом. Мне стало ещё хуже. Я, я...»

Держитесь! Как вы посмотрите на мои слова о том, что вы, как пилот из «*Чужих*» «на самой вершине. Прямое попадание»? Хотя вы и новичок, но ухватили самую суть. Именно это и должно было произойти. Вы потрясены. А как вы думали, всё будет: просто придёте в кино, что-то там почувствуете, а потом всё будет светло и безоблачно? Хотел бы я, чтобы так и было. Конечно, когда мы набъём немного руку на кинойоге, так и произойдёт. Но сейчас, на выходе из кинотеатра, наше беспокойство вполне закономерно.

Помните, как вы привыкали к элементам управления, когда начинали играть в видеоигры? Вы не играли? Ладно, вспомните, как вы приступали к чему-то ещё, и пытались разобраться, с чего начать? То же самое с киношной. Я хочу дать вам маленькую шпаргалку, что-то вроде инструкции к игре, что-то не сложнее кроссворда или sudoku для небрежного просмотра за чашкой латте. Это поможет освоиться с тем способом мышления, который кажется сейчас немного обескураживающим, но вскоре может стать вашей второй натурой.

Я собираюсь предложить вам несколько простых и доступных вопросов, и, может быть, вы захотите набросать немного своих комментариев в ответ. Это несложно. Одно-два слова о чувствах и ощущениях, которые вызвал фильм. И этот простая сидячая работа может зажечь вас изнутри, освободить запертые в темнице эмоции. Обратитесь к силе вашего Внутреннего целителя, и тогда - именно тогда, наступит время приключений.

Итак, для начала перед вами правила игры. После того, как поиграете немного, вам уже не понадобится шпаргалка. Как я уже сказал, это просто для того, чтобы обозначить направление. А теперь сделайте глубокий вдох и приступайте.

Ваш дружественный киношный обозреватель чувств.

При выходе из кинотеатра начните с краткой проверки состояния. Вы можете сидеть и пить свой кофе, это не важно. Сделайте один или два глубоких вдоха. Это поможет вам расслабиться и сконцентрироваться. Если у вас есть сообщник, может быть забавным проделать всё это вместе.

☞ Приведите в готовность вашу APS™.

☞ Проведите быстрое сканирование тела. Вы расслаблены? Скованны? Есть ли напряжения в каких-то конкретных участках тела? Не болит ли голова? Чувствуете тепло и удовлетворённость? Возбуждены? Самое главное: ваше самочувствие отличается от того, каким оно было до просмотра?

☞ Можете написать одно-два слова в ответ или просто поделиться с товарищем. Вам не нужно ничего делать со своим самочувствием, достаточно просто его заметить. Осознание само по себе приносит исцеление.

☞ Теперь проведите быстрое сканирование чувств. Что происходит именно сейчас? Не усложняйте: вы радуетесь, грустите или сходите с ума? Хорошо, если хотите более детальное описание, можете уточнить: это экстаз, стыд, возбуждение, страх, опустошённость, ревность, умиротворение, одиночество? Снова спросите себя: ваше состояние отличается от того, что было до фильма? Просто осознавайте. Не старайтесь что-нибудь изменить или заставить что-либо произойти.

☞ Что, если вы впали в оцепенение и не можете определить, что чувствуете? Это тоже круто. Просто осознавайте своё состояние и не оценивайте себя, если можете. Оцепенение – вполне уместная реакция на то, что происходит в кино. Оно может нести ценное послание о вас. Это углублённый способ игры в киноигру.

☞ Отлично, вы двигаетесь в правильном направлении. Затем обратитесь к самому фильму. Сначала общая картина: что произвело на вас самое сильное впечатление? Помните, что это не курсы кинокритиков. Постарайтесь идти не от головы. Дайте как можно больше места чувствам: я получил удовольствие, мне жутко не понравилось, я испытывал отвращение, меня зацепило, я просто улетел.

☞ Отметьте тенденцию говорить «Фильм заставил меня почувствовать...», если она у вас есть. Если вы обнаружите подобные высказывания, обратитесь к APST[™], чтобы перефразировать их: «Во время просмотра фильма, я чувствовал...» или «После фильма я почувствовал...»

☞ Сделайте ещё один шаг вглубь: проделайте то же самое для отдельных сцен, героев, музыкальных отрывков, фрагментов диалога – любой части фильма, которая привлекла ваше внимание. Например: «Когда Эовин убила предводителя назгулов, я чувствовал подъём, переживал торжество справедливости и невероятное возбуждение». Или «Когда я снова услышал музыкальную тему Роки, меня охватило какое-то омерзительное опустошение и чуть не вывернуло наружу, я был вне себя от негодования».

Вот и всё. Большого не требуется. ПОЗДРАВЛЯЕМ! Вы можете мне не верить, но вы только что играли в киноюгу. Получилось неплохо, правда? Итак, вы спрашиваете себя: «И это всё? Подумаешь, не так-то и сложно». Сложно другое: как мы уже много раз повторяли, всё дело в том, чтобы сохранять осознанность. Порадуйтесь за себя: вы вступили на территорию, о которой девяносто девять процентов людей боится даже помыслить.

И что, ничего не произошло? Вы ещё не достигли просветления? Сделайте ещё пару глубоких вдохов. Вот на что это похоже глубоко внутри: наши эмоции подобны затору из брёвен двенадцатиметровой высоты на одной из рек Аляски в период таяния льда. Мы просто подкрались на цыпочках к затору и попытались вытащить одно из брёвен в его середине. Если нам повезёт, то мы вытащим то, что называется «ключевым бревном». Когда мы вытаскиваем ключевое бревно, весь затор приходит в движение и разрушается, а в результате

восстанавливается свободное течение реки. А быть может, ключевым окажется соседнее бревно, они все в этом заторе одинаково важны. И лесорубам, и нам остаётся только сидя наблюдать за развитием событий и быть внимательными.

Итак, как мы это делаем? Продолжайте жить своей жизнью. А перед этим лучше возьмите в прокате ещё один фильм. Поиграйте снова. Обратите внимание. На что? На всё, что сможете: на ваши обычные реакции, например. Начните вести заметки, обрисовывать общую картину. Мало-помалу этот затор из брёвен начнёт прорываться. Ну что, чувствуете в себе силы двигаться дальше? Прекрасно. Перед вами ещё один уровень кинойоги.

Ваш несколько более серьёзный киношный обозреватель чувств.

Вы можете посмотреть тот же фильм повторно или взять новый. Во втором случае следуйте тем же инструкциям, что и в первый раз. Сейчас мы просто добавим несколько дополнительных шагов. Готовы?

☞ После того, как вы обнаружили чувство, задайте себе один или оба из следующих вопросов: знакомо ли вам это чувство? Раньше я когда-нибудь испытывал подобное?

☞ Если вы ответили утвердительно, остановитесь на секунду. Сделайте один или два глубоких вдоха. Активируйте свою APST[™]. Постарайтесь вспомнить, когда и где вы испытывали схожее чувство. Если вам это удалось, черкните пару слов по этому поводу или набросайте картинку. Это поможет запечатлеть его, вернуть к жизни. Или поделитесь со своим сообщником по кинойоге. Остановитесь. Позвольте себе почувствовать. Не нужно ничего делать. Просто почувствуйте.

☞ Теперь обратитесь к последнему случаю, когда вы чувствовали подобное и используйте его как трамплин для ещё

одного прыжка в прошлое - к предыдущему. Получилось? Запишите, расскажите партнёру, занесите в реестр.

☞ Теперь повторите: а ещё раньше бывали похожие случаи? Сделайте ещё один вдох. На это раз представьте, что вы вдыхаете все случаи, когда в вашей жизни появлялось это чувство. Весь Паттерн. Проследите его, на всём пути в прошлое. Как будто вы откидываете занавес и внезапно обретаете телескопическую перспективу. Мощный прожектор. Направьте его свет в прошлое. Позвольте себе увидеть, насколько возможно, всю предыдущую жизнь. Позвольте себе чувствовать.

☞ Если вы захотите сбежать, отметьте это. Продолжайте быть внимательными, насколько сможете. Приложите все усилия, чтобы объять этот паттерн. Вдохните его. Сделайте пару заметок или поделитесь с другом.

☞ Обратитесь к параграфу об оставшихся двадцати пяти процентах и воспользуйтесь одним из описанных способов отпускания поднятого материала. Мысленно представьте большой костёр. Бросьте туда паттерн. Но не бросайте его туда прежде, чем объять. Вам нужно объять его до того, как отпустить. Если вы выздоравливаете по программе 12 шагов, обратитесь к Шестому и Седьмому шагу. Если вы поддерживаете связь с вашей Высшей силой или источником вдохновения, прочтите молитву. Если вы знаете подходящую практику медитации, воспользуйтесь ею.

☞ Если у вас нет какой-то регулярной практики, просто попробуйте что-нибудь сделать! Даже если вам кажется это неправильным или безумным. Придумайте что-нибудь. Будьте оригинальны. Чёрт, вы же и так оригинальны. Осознавайте. Продолжайте быть настолько внимательными, насколько возможно. Этого достаточно. Когда-то наставник сказал мне: «Когда лягушка сидит на листике кувшинки и решает прыгнуть,

в это время она продолжает сидеть. Ей всё-таки нужно прыгнуть». Так прыгайте!

Прекрасно. Сделайте ещё один глубокий вдох. На сегодня хватит. Отличная работа, Фродо или Лира из *«Золотого компаса»*, искатель приключений, тот, кто сейчас читает эту книгу. Почувствуйте удовлетворение от проделанной работы. Вы этого заслуживаете. Лишь одно напоследок: у вас не может не получиться. Даже если вы полностью обескуражены увиденным, просто заметьте это. Чувствуете, как земля под ногами начала шататься? Да пребудет с вами сила. Знаете, вы вполне можете уцелеть. Оставайтесь со своими находками: вашими чувствами и записями. Не отгораживайтесь от других, если сможете. Возьмите с собой друга и посмотрите фильм снова, или возьмите какой-нибудь другой. Помните, что йога соединяет.

Вы похожи сейчас на Нео из *«Матрицы»*, после того, как Морфеус, Тринити и команда «Навуходоносора» разбудила его, вызволив из утробоподобного кокона, и он впервые открыл глаза на палубе, а Морфеус сказал ему: «Добро пожаловать в реальный мир», а позже, проводя первую экскурсию по матрице сказал: «Добро пожаловать в пустыню реальности». Даже если реальность лежит вне зоны вашего комфорта, есть как минимум одно весьма существенное преимущество: сейчас вы более живой, чем когда-либо раньше. Даже если вы находитесь на самом краю, вы ощущаете жизнь так полно, как никогда до этого. Это новая заря. Это новый день. Вы на самом деле хотели бы вернуться? Вы смогли бы?

Когда это слишком похоже на работу.

Ещё кое-что: перечисленные выше вопросы. Это лишь направления движения. Они нужны только для тех, кто понятия не имеет, как начать играть в кинойогу. Я постарался максимально их упростить, но многим из нас это по-прежнему напоминает

работу. Многим они вообще не понадобятся, особенно обладающим определёнными навыками самоанализа. Например, у вас была практика психотерапии, медитации или чего-то подобного. Или у вас есть сверхбыстрый доступ к вашей APS™. Если это про вас, смело откладывайте в сторону все инструкции. Вы и не заметите, что уже начали играть.

Я хочу сказать, что когда вы находитесь в кинотеатре, вы можете проделать все те шаги, которые мы описали для вашего предположительного пребывания в кафе после фильма, прямо во время просмотра, всякий раз, когда будут пробуждаться ваши чувства. Вам даже не нужно активировать APS, потому что она уже работает. Ощутите импульс, идущий от фильма, тот пусковой механизм, который зацепил вас по горизонтальной оси. Оттолкнитесь от него и нырните вглубь вертикальной оси, и вот оно, сокровище! Ваша внутренняя затронутая часть похожа на сигнальный маяк, на магнит, который мгновенно притянул стрелку компаса.

Затем, практически мгновенно, вы можете разобраться с этим: объять, дать место в вашем сердце, почувствовать, а потом отпустить, бросив в огонь или воспользовавшись другим способом. И всё это во время просмотра фильма. Вы одновременно находитесь в двух измерениях: смотрите фильм и играете в киноугу, осознавая свои переживания.

Например, вот так: «Постой-ка! Я злюсь во время этой сцены, когда он так с ней обращается. Приятель, а мне ведь знаком этот гнев. И вот я отправляюсь вниз по вертикали, спускаясь в прошлое на лифте. Да, это напоминает мне школьные времена, когда хулиганы приставали к той беззащитной девчонке. А ещё я могу вспомнить, что отец точно так же обращался с моей сестрёнкой». Понимаете, к чему я? Следуйте за чувством. Верхом на молнии. В этом случае вы не

останетесь с полной торбой неразрешенных вопросов. Вы развернули ситуацию, заставили её работать на себя. Вы перестали быть жертвой фильма, взяв его в союзники.

Даже если всё это для вас абсолютно в новинку, и игра получается лучше с использованием приведённых выше вопросов, по мере того, как вы будете продолжать, вы постепенно перейдёте к этому второму способу. Самое прекрасное, что постепенно киннойога становится второй натурой, такой же простой, как само дыхание. Это случается, когда мы действительно осваиваем новый способ жизни: ясность и чистота внутри, свечение ходовых огней, отсутствие тянущего вниз лишнего груза, распахнутые в мир глаза и открытость окружающему. Целый новый мир, которого мы достойны.



ЖИЗНЬ КАК В МИСТЕРИИ.

Сайфер: *Я ведь знаю, что у тебя на уме. Я думаю о том же, с тех самых пор, как попал сюда. Почему я не взял другую таблетку?*

~ *Матрица*

Крейг Шварц по поводу существования портала, ведущего в голову Джона Малковича: *В общем, все это очень странно. Сверхъестественно, можно сказать. Это какой-то философский вопрос о сущности Я, о месте человека на Земле, о переселении душ. Знаешь, я ли я? Малкович ли Малкович? У меня была доска, теперь ее нет. Где она? Исчезла просто? Так не бывает. Она у него в голове? Я не знаю. Но здесь кроется метафизический смысл. И мне уже не успокоиться, пока не выясню, в чем дело.*

~ *Быть Джоном Малковичем*

HAL 9000: *Дэйв, мой мозг гибнет. Я это чувствую.*

~ *Космическая одиссея 2001*

Галадриэль: *А тебе, Фродо Бэггинс, я дарю свет Эарендила, нашей любимой звезды. Он будет сиять для тебя во тьме, когда остальные огни погаснут.*

~ *Властелин колец: Братство кольца*

Нелегко поверить в то, что можно так жить.

Я хотел бы здесь коснуться проблемы непрерывности выполнения практики кинойоги в нашей жизни. Возможно, что фильм или какое-то внешнее событие затронули нас чересчур сильно. Вполне может быть, что мы увидели событие или паттерн впервые, и при этом у нас возникли неожиданно мощные переживания. Это может быть связано с детской травмой или с какими-то аспектами процесса рождения. Мы могли догадываться о существовании этой темы, но сейчас она проявилась намного сильнее, чем раньше.

В подобном случае отпустить этот паттерн может быть весьма непросто. Мы пытаемся, но он настолько силён, что никак не поддаётся. Связанные с ним сильные эмоции продолжают сотрясать нас. Это может быть очень трудно. Нам может показаться, что мы неправильно используем кинойогу. Но в действительности мы достигли в ней определенного успеха. Это значит, что наш Внутренний целитель начал действовать и привносить нечто в сферу осознания, дабы у нас было больше возможностей это проработать. Просто иногда, чтобы мы смогли отпустить паттерн, сначала кое-что должно произойти. Это связано с тем, о чём мы так много говорили: во-первых, Внутренний целитель отвечает за наш рост и, во-вторых, исцеление происходит через осознание.

Итак, давайте пробежимся по этому сценарию: внезапно появляются мощные переживания, наносят нам удар исподтишка, а мы чувствуем, что не можем их легко отпустить. Давайте немного потренируемся: когда появляется паттерн, Внутренний целитель помещает его в поле осознания с помощью APS™. Это нам известно. Пока всё правильно. Но Внутренний целитель отвечает не только за то, что попадает в поле нашего осознания, а ещё и за то, сколько времени уйдёт

на исцеление. Было бы чудесно, если бы каждый имеющийся у нас паттерн мгновенно исчезал сразу же после своего появления. Но, как правило, бывает по-другому.

Некоторые из них очень заметно влияют на нашу жизнь, намного больше, чем мы могли себе представить. Некоторые травмы могут затрагивать самую суть нашего естества. В этом случае на нашей леске будет большая коллекция бусинок, и множество сложных эпизодов в нашей жизни может быть связано с подобными ранними травмами. Вполне резонно предположить, что для исцеления таких паттернов потребуется какое-то время. Понадобится много внимания и осознанности. Возможно также, что потребуются серьёзные систематические усилия, например, психотерапия, медитация, молитва и тому подобное, чтобы мы могли узнать эти паттерны во всей их полноте, признать их своими, а затем окончательно освободиться и почувствовать себя намного лучше.

Почти каждый, кто занимался подобной последовательной практикой в течение хотя бы нескольких лет, согласится с тем, что некоторые наши паттерны на редкость неподатливы. Они долгое время присутствуют в нашей жизни, и нам кажется, что в них заключены тонны энергии. Просто смешно, что раз за разом фильмы затрагивают в нас одни и те же чувствительные струнки. Чувства и паттерны не исчезнут от того, что мы пару раз на них взглянем, пускай даже десять или двадцать раз.

Мы уже испробовали некоторые стратегии вроде медитации, психотерапии, молитвы, танцев – всего, что может стать нашим союзником во время работы с тем, что проявилось во время киннойоги. Но я хотел бы упомянуть ещё об одном методе, который я и мои соратники-кинойоги практикуют многие годы, и готовы поклясться в том, что это один из самых верных путей трансформации. Я говорю о холотропном дыхании (Holotropic

Breathwork™). Эта практика подразумевает использование просто глубокого дыхания и мощной музыки для погружения в своего рода пробуждающее, глубокое трансовое состояние, с последующим пребыванием в нём в течение двух-трёх часов.

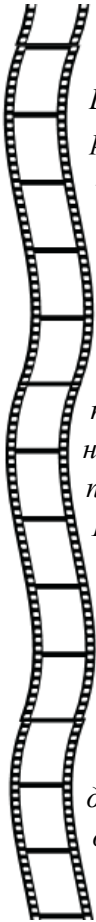
Находясь в этом состоянии, мы можем пережить широчайший спектр опыта. Мы соприкасаемся с глубокими чувствами, высвобождаем физические напряжения и блоки в теле, совершаем духовные прорывы и прорабатываем травмы – даже те, о которых мы не догадывались до тех пор, пока они не всплыли, как на фильме во время игры в кинойогу. У нас могут быть самые разнообразные озарения и откровения о человечестве, мире и космосе, которые мы редко испытываем в обычном бодрствующем состоянии: вся палитра от ничтожного раскаяния до сознания целого космоса.

Впоследствии этот опыт часто приводит к ощущению подлинной свободы, исцелению и облегчению. Мы не используем эту дыхательную практику самостоятельно, но всегда с тем, кто может поддержать нас во внутренних путешествиях. Самое замечательное, что когда мы сопровождаем кого-либо, то стараемся не вмешиваться в процесс его дыхания, чтобы он мог пережить путешествие максимально безопасно и полно. Большинство из тех, кто знаком с этой практикой, находят её невероятно позитивной и трансформирующей. Одним из её глубочайших аспектов является открытие силы нашего собственного Внутреннего целителя, и осознание того, что снаружи нет никакого великого эксперта, управляющего нашим ростом. Это безусловная поддержка.

Но есть и другие хорошие новости. Мы всегда обнаруживаем, что если мы последовательно занимаемся кинойогой и теми практиками, о которых говорили выше, даже

самые сложные наши паттерны через какое-то время беспокоят нас всё меньше и меньше. Наша жизнь становится более полной и освобождается от воздействия того, что прежде нам так досаждало. Наши поводки становятся всё длиннее, и это значит, что в нашей жизни появляется всё больше уверенности и свободы. Практика даёт плоды. Это не всегда происходит мгновенно. Сообщите, если найдёте быстрый ремонт с пожизненной гарантией. Я буду первым в очереди.


Свет Эарендила



Давайте перенесёмся ненадолго обратно в логово Шелоб. Вы помните, наверное, как Фродо попал в родовой канал, в этот туннель, убегая от гигантской паучихи, и намертво застрял в Зоне ловушки. Там произошло ещё кое-что, о чём я не упомянул, но на что имеет смысл обратить внимание сейчас, когда мы знаем, насколько трудной может быть трансформация. Когда Шелоб приближалась к нему, Фродо осенило, что он кое о чём позабыл, возможно, потому, что раньше в этом не возникало необходимости. Он достаёт хрустальный фиал с прозрачной жидкостью из кармана. Это подарок Галадриэли, королевы эльфов.

Она сказала ему те слова, которые вы, наверное, прочли несколько минут назад в эпиграфе к этой главе: «А тебе, Фродо Бэггинс, я дарю свет Эарендила, нашей любимой звезды. Он будет сиять для тебя во тьме, когда остальные огни погаснут».

Поверьте, остальные огни действительно погасли для него здесь, в глубоких пещерах гор Мордора. Как вы думаете, чего он ожидал от этого подарка, когда доставал его и произносил волшебные заклинания?




Возможно, что оттуда, словно крутой джинн-ниндзя, выпрыгнет какой-нибудь устрашающий помощник и направит своё оружие или что там у него есть на Шелоб? Быть может, появления армии эльфов? Возможно, чего-то в этом духе. По крайней мере, он на это надеялся.

Что же произошло? Пещера озарилась светом, вот что. Достаточно ярким, чтобы увидеть того, кто был готов разорвать его на куски. Никаких ниндзя, лучей силы, волшебного зелья в аэрозоле, чтобы распылить его на Шелоб и расплавить её, точно Злую Ведьму Запада из «Волшебника страны Оз». Просто свет. И только. В «Бегущем по лезвию» репликант Рой Батти, доживающий отпущенные ему четыре года жизни, встречается со своим создателем, доктором Элдоном Тайрелом. Тайрел говорит, что не в силах изменить срок его жизни и спрашивает, не хочет ли Рой пройти какие-то модификации. Рой отвечает ему: «Я имел в виду нечто более радикальное. Я хочу жить дольше. Отец».

Может быть, Фродо тоже размышлял о чём-то более радикальном. Ему достался только свет. И только? Неужели он хотел сокрушить Шелоб светом? Но, знаете, в кинологе свет - это абсолютно всё. Что бы произошло с Фродо, если бы пещеру не залило светом? Он не увидел бы Шелоб, и она наверняка съела бы его, или чего похуже. Он бы не смог выхватить свой меч, Жало, и встретить её, нападая в ответ, и совершить всё необходимое, чтобы продолжить свой путь.

Что значит свет для нас в кинологе? Я имею в виду свет осознания, величайший дар исцеления,



подлинную силу Внутреннего целителя.

Вот что значит для нас этот фрагмент: когда мы ступаем на эпический путь самоисследования, мы похожи на Фродо: погружены во тьму бессознательного с нависающими над нами горами прошлого. Мы ищем дорогу. Мы в поиске. Когда мы открываем нечто болезненное, нам может прийти в голову повернуть обратно. Но каким-то образом мы знаем, что единственный путь пролегает сквозь это.

Но, как и у Фродо, у нас есть союзник — это свет, свет осознанности. Что же, на наш взгляд, произойдёт, когда мы начнём его использовать? Что мы, беззаботно насвистывая, вальяжно покатаем по дороге, всерьёз не заморачиваясь? Что, обнаружив чувство или паттерн, например, при просмотре фильма, и отследив его в прошлом, мы избавимся от него по мановению волшебной палочки? Прошу прощения, но в большинстве случаев так не бывает. Всё немного сложнее и глубже.

Когда мы впервые встречаемся с чем-то по-настоящему серьёзным, должен признаться, мы можем почувствовать себя одуроченными. Мы достаём эликсир, подарок нашей внутренней Галадриэли, нашего Высшего «я» или источника вдохновения. Подарок - это осознание, свет. Что делает свет вместо немедленного исцеления, уничтожения Шелоб, которая гонится за нами из пещер прошлого? Как в случае с Фродо, он открывает нам худшее из того, что мы могли себе представить. Он не уничтожает это. Он просто даёт нам возможность заметить, показывает нам, с чем мы столкнулись, проливает свет



осознавания. Даёт нам указание на то, что мы должны с этим делать дальше.

Звучит жутковато? Я знаю. Мы говорим о блуждании в лесу. Никакой инструкции, ничего подобного. Но именно так трансформация работает большую часть времени. Никаких срочных ремонтов, очень мало deus ex machinas³⁸, и совсем немного волшебных пуль. Но это не трагедия, а всего лишь приключение. У всех нас есть собственный меч - это стратегии, о которых мы узнали, они подскажут нам, что нужно делать с тем, что выхватил из тьмы огонь Эarendила. Мы не безоружны.

Не желаем ли мы подружиться со светом? Ведь это единственный способ, каким мы можем пробраться через свой личный Мордор. Да уж, я знаю, что в первое заметное пробуждение чувств иногда может явиться для нас неприятным сюрпризом. Звучит немного сурово. Но мы можем разбавить, добавив щепотку ковбойской удалости. Добавим-ка свежую нотку в выражение «засветить», и попробуем зажечься сами. Исполниться света осознавания.

Так происходит исцеление. Быть может, мы искали чего-то совсем иного. Но нам уже столько раз

³⁸ «Deus ex machina» (лат. «Бог из машины») — выражение, означающее неожиданную, нарочитую развязку той или иной ситуации, с привлечением внешнего, ранее не действовавшего в ней фактора. В античном театре выражение обозначало бога, появляющегося в развязке спектакля при помощи специальных механизмов (например, «спускающегося с небес») и решающего проблемы героев. В современной литературе выражение употребляется для указания на неожиданное разрешение трудной ситуации, которое не вытекает из естественного хода событий, а является чем-то искусственным, вызванным вмешательством извне.



доставалось нечто, совершенно отличное от того, чего мы ждали, и каждый раз это оказывалось самым подходящим, даже если на тот момент это было последнее, о чём мы могли подумать. И вот снова: свет Эарендила, наш собственный особый дар. Нам лишь нужно прибегнуть к его помощи, когда другие огни погаснут, в тёмных уголках нашей собственной души. Идеальный подарок в подходящий момент, если мы научимся ему доверять.

Когда нас ослепляет свет.

Помните, мы спрашивали себя, насколько мы мотивированы прошлым, насколько наши чувства влекут нас назад, к вполне реальному или воображаемому былому совершенству? Или же, на самом деле, нас подгоняет нечто из будущего, толкает нас вперёд, словно маяк, своим путеводным светом к ждущему нас вдалеке идеалу? Вы, наверное, вспомните, как мы решили, что справедливы оба утверждения. Кажется, что нам нужно и одно, и другое, чтобы почувствовать себя хорошо.

Те два вопроса, о которых мы говорили: «Знакомо ли мне это?» и «Чувствовал ли я раньше нечто подобное?», отражают первую половину этой динамики (где нам нужно встретиться с теми вещами из прошлого, которые питают наши застывшие паттерны, снова и снова заставляя нас повторно совершать одни и те же ошибки).

Что же насчёт маяка из будущего? Что происходит, когда нас потрясает нечто неведомое? И если мы спросим «Знакомо ли мне это?» и «Встречался ли я с этим раньше?», то ответ будет только один: никогда. Никогда ничего подобного не испытывал. Даже не представляю, что это может быть.

Я называю это ударом исподтишка, с той стороны, откуда мы совсем не ждём. Вы также можете припомнить, что мы стремимся расти двумя путями. Один: это постепенное пробуждение, которое происходит за определённое время. Напоминает походы к психотерапевту, когда спустя месяц или два мы считаем это пустой затеей, потому что ничего особенного не произошло. Или мы начали заниматься йогой или медитацией, и, откровенно говоря, в основном, усердно скупаем.

А потом в одно прекрасное утро мы просыпаемся и замечаем, что чувствуем себя немного по-другому, чуточку лучше. Происходит нечто, что нам трудно заметить за короткий промежуток времени, но что постепенно образует надёжное, возможно, незабываемое основание, на котором мы можем решиться построить новую жизнь. Наше тело, кажется, не столь напряжено. Мы не так скоры на реакцию гнева в ответ, как это было раньше. Эти перемены существенны, но они не взрывают нас изнутри. Никакого оркестра и фанфар, ну да, день за днём, вялотекуще, ничего особенного, моя жизнь меняется, но когда же произойдёт то самое?

А как же с другим путём? Например, с тем, что произошло со мной в кинотеатре во время *«Бегущего по лезвию»*, *«Апокалипсиса сегодня»* или *«Фантазии»*? В этих случаях нас взрывает изнутри, переворачивает. Так вы из тех, кто любит фейерверки? Любите, когда что-то сваливается на голову? Ничего страшного. Мистическая литература полна примеров подобного рода переживаний. Именно так начиналась любая стоящая философия или движение: кого-то взрывало изнутри.

Как я уже говорил, да пребудет с вами сила. Кроме одной крохотной детали: к такому опыту совершенно невозможно подготовиться. Потому что по природе своей это правило-взрывательные, умошательные, покровоснимательные,

шаблонуничтожительные, рискобрательные, сноменятельные, отношенияломательные, вопросозадавательные, глазозажигательные, ротооткрывательные, головоотрывательные, бессоницепорождавательные, коленодрожательные, сердцетрепетательные, убегательные и подползательные поворотные точки вашей жизни. Но, за этим небольшим исключением, вам совершенно не о чем беспокоиться.

Причина, по которой на нет смысла волноваться, заключена в том, что когда с нами это происходит, мы становимся похожи на героя Боба Дилана из его альбома «Blood on the Tracks». Когда мы совершенно убеждены в том, что «мы отравлены диким кустарником и идём, заматая следы», некая прекрасная и сострадательная сила, абсолютно непостижимая, скажет: «Входи, я дам тебе убежище от бури».

Что это за убежище, в котором можно укрыться от бури смятения, от возрождения в нашем мире, где, по словам Ричарда Бакминстера Фуллера, для космического корабля «Земля» не предусмотрено инструкций? Это когда перед нами открывается целый новый мир, полный опыта и вовремя появившихся нужных людей. Книга, которая падает с полки нам на голову. Долгое время избегаемый фильм, на который вас пригласил друг. Новая работа, пребывание на природе, улыбка на борту автобуса, свет на пути - эти и ещё бесчисленное множество других, больших и маленьких, но одинаково значимых событий.

Потому что трансформация приносит нам лишь пробуждение, способность быть внимательными, видеть и чувствовать то, что раньше от нас ускользало. Самое потрясающее, что буря преображения и укрытие, дающее спасение, всегда находились рядом. Мы просто их не замечали.

Как я уже говорил, если мы начинаем играть в киноогу, то никогда не сможем смотреть фильмы по-старому. Но я

попробую пойти дальше. Ещё более ценно то, что, когда с нами любимым чудесным образом начинают происходить подобные вещи, мы утрачиваем способность жить прежней жизнью. Это большой секрет Полишинеля.

Вот поэтому мы играем в киноюгу. Вы поймёте почему, когда, спустя какое-то время после начала, однажды скажете себе: «А знаете, что? Эта игра подходит и для отношений. Вот здорово, она хороша и для воспитания детей. И для работы тоже. Погодите минутку, её можно использовать, даже для резки хлеба, собирания цветов, занятия любовью или спасения планеты. Сейчас мне кажется, что абсолютно всё, что мы делаем - это *йога*».

«Если я стану немного более пробуждённым, чуть более внимательным, то кто знает, что уготовила мне жизнь, какие приключения и эпопеи ещё ждут меня на пути». Подумайте об этом, ведь это весьма неплохой доход при не столь уж значительных инвестициях в то, что какое-то время казалось просто игрой.

А мы-то думали, что просто посмотрим парочку фильмов. Добро пожаловать в «Йогу жизни». Обнимайте. Наслаждайтесь.



Эпилог: Солнечный свет.

Рики Фитц: *Это был один из тех дней, когда вот-вот должен пойти снег. И воздух пронизан электричеством. Ты почти слышишь его. Понимаешь? И этот пакет..., он как будто танцевал со мной. Как маленький ребёнок, который просит поиграть с ним. Целых пятнадцать минут. В тот день я осознал, что существует... другая жизнь. Независимо от нас. И удивительная великая сила..., которая как бы дала мне понять, что не стоит бояться. Никогда. Я понимаю, что на видео этого не увидишь. Но мне это помогает вспомнить. Мне нужно вспомнить. Иногда в мире столько красоты. Я чувствую..., что я просто не могу справиться с ней. И моё сердце вот-вот остановится.*

~ Красота по-американски

Фродо: *Мой дорогой Сэм. Нельзя вечно разрываться надвое. Ты будешь единым целым долгие-долгие годы. У тебя впереди столько забот и радостей. Для тебя эта история продолжится.*

~ Властелин колец: Возвращение короля

Эйч Ай Макданнох: *Но мне не снилось ничего про нас с Эд, до самого конца. А он был как в тумане, потому что нас отделяли от него годы и годы. Но я увидел пожилую пару, к которой пришли в гости их дети и внуки. И эти люди не были неудачниками, их дети и внуки тоже. Я не знаю, может, вы скажете, был ли этот сон воплощением моих желаний? Или я просто бежал от реальности, как я это часто делаю. Но мы с Эд тоже можем быть хорошими. И это казалось вполне реальным. Это вполне могли быть мы, это вполне мог быть наш дом. Если не в Аризоне, то где-то не очень далеко. Где все родители сильные, мудрые и способные. И все дети счастливые и любимые. Не знаю, может быть, это была Юта.*

~ Воспитывая Аризону

Брин и я только что посмотрели «Пекло», который я могу назвать самым любимым фильмом года, во всяком случае, он из тех, что в первой пятёрке. (Мы смотрели его на нашей несчастной домашней плазме, с использованием DLP. Я не жалею. Нам везёт, если во время просмотра вокруг не рушится дом, остаются целыми диван, телевизор и стереосистема. Наш бас абсолютно «вне закона».)

«Пекло» - это очередной шедевр Дэнни Бойла, поставленный по сценарию Алекса Гарланда. Солнце умирает. А с ним умирает и Земля. Группа молодых учёных и космонавтов летит в космическом корабле размером с Манхэттен к солнцу в надежде повторно его воспламенить. Этот проект задействовал все оставшиеся на Земле ресурсы. Это последняя надежда. Понятно, что это билет в один конец, если им вообще удастся приблизиться к солнцу.

Звучит, вроде глупо, не так ли? Но это не так. Это невероятно: это ужасает, врзается в память, это великая эпопея, в которой отражена самая суть, очень трогательная, проникающая в самое сердце, и действительно классная. Как я могу закончить эту книгу, если подобные фильмы продолжают открывать моё сердце. Последние годы были действительно урожайными на шедевры: *«Лабиринт Фавна»*, *«Фонтан»*, *«Дитя человеческое»*, *«Спасительный рассвет»*, *«Поезд на Юму»*, *«Старикам здесь не место»*, *«Нефть»*, *«300 спартанцев»*, *«Ларс и настоящая девушка»*, *«Гангстер»*, *«Порок на экспорт»*, *«Тёмный рыцарь»*, *«Миллионер из трущоб»*, *«Залечь на дно в Брюгге»*, *«Чтец»*, *«Дорога перемен»*, *«Хранители»*, и это лишь немногие из них. Я знаю, что это немного только для меня. Спасибо, что всё ещё миритесь с моим чувством юмора.

Мы говорили, что в благодарности заключена огромная сила, это чувство может привести к длительным позитивным изменениям. Я верю в это. Я чувствую, что это настоящее благословение: выйти из кинотеатра или встать с дивана, полным впечатлений, ранимым, словно ребёнок. Полностью освобожденным от знаний, и, напротив, исполненным чудесного, пребывающем в блаженном неведении, в высочайшем благоговении перед тайной, много большей, чем я сам. Иметь возможность снова и снова чувствовать страсть и силу творения, изливаемую на нас техно-мистерией кинематографа, который я считаю одним из величайших современных видов искусства, - это абсолютный экстаз. Что я могу ещё сказать?

Эта форма искусства не обязательно должна превращаться в ваше рутинное занятие. Совсем нет. Но любая наша деятельность, если в ней достаточно страсти, может зажечь наш внутренний свет. Иногда мне хочется иметь таких помощников,

как Гэндалф, или волшебную палочку, как у Гарри Поттера. Но знаете, думаю, если бы у меня это было, я мог бы всё испортить.

Один из героев *«Пекла»* говорит перед тем, как пожертвовать собой ради команды и быть испепелённым солнцем: «Мы – ничто, лишь звёздная пыль». Просто звёздная пыль. И на этом всё? Звёздная пыль - это не так уж и плохо. Одноимённый фильм тоже был просто волшебным. В *«Звёздной пыли»*, есть эта... ну вот, я опять за своё. Как я уже говорил, кому-то нужно меня останавливать.

Знаете, что делает в *«Пекле»* космонавт за несколько секунд до того, как его дотла сожжёт солнце? Он надевает самые тёмные защитные очки, выходит на наблюдательную площадку и ждёт, пока корабль не повернётся и солнце не покажется из-за экрана. А потом он смотрит прямо на него, широко раскрыв глаза, широко раскрыв душу, оставаясь со светом как можно дольше, сдаваясь смерти. Клянусь, потом он обнаружил, что был прав. Мы – ничто, лишь звёздная пыль. Что я хочу сказать? Имеет ли это значение? Нет. Имеет значение то, что благодаря *«Пеклу»* я стал ближе, чем несколько часов назад, к чему-то поистине замечательному. Разве можно мечтать о большем?

ФИЛЬМЫ ДЛЯ КИНОЙОГИ.

Ниже перечислены фильмы, упомянутые или исследованные в «Кинойоге». Пожалуйста, не забывайте, что это лишь одно из созвездий в киноселенной, где каждая картина подходит для игры.

20 тысяч лье под водой

Ангелы в Америке

Бегущий по лезвию

Бездна

Безумный Макс, трилогия

Блэйд, трилогия

Блуждающие

Большой побег

Бонни и Клайд

Брубейкер

Бэмби

Бэтмен: Начало

В поисках Немо

Взвод

*Властелин колец: Братство
кольца*

*Властелин колец: Возвращение
короля*

Властелин колец: Две крепости

Военные потери

Волчья яма

Волшебник страны Оз

Вор

Ворон

Галлиполи

Гарри Поттер, все части

Гладиатор

Гордость и предубеждение

Город потерянных детей

Дни жатвы

Дорога перемен

Дракула Брэма Стокера

За пригоршню долларов

Залечь на дно в Брюгге

Звёздные войны, все эпизоды

Изби идёт ко дну

Индиана Джонс и храм судьбы

Искусственный разум

Кабеза де Вака

Кальмар и кит

Комната с видом

Космическая одиссея 2001

Крёстный отец, трилогия

Криминальное чтиво

Кровь Дракулы

Кундун,

Лестница Иакова

Лоуренс Аравийский

Матрица, трилогия
Метрополис
Миллионер из трущоб
Миссия
Музыкант (Эль Мариачи)
Мумия
На несколько долларов больше
Обыкновенные люди
Однажды в Америке
Омен, трилогия
Побег из Шоушенка
Полтергейст
Помни
Последнее искушение Христа
Принцесса Мононоке
Проклятый путь
Пролетая над гнездом кукушки
Психо
Пустоши
Пятьдесят первых поцелуев
Реальная любовь
Роми и Мишель на встрече выпускников
Седьмое путешествие
Синдбада
Семь
Сестры Магдалины
Спасти рядового Райана

Старый брехун
Страсти Христовы
Тёмный город
Терминатор
Тонкая красная линия
Тренировочный день
Убить Билла, обе части
Унесённые ветром
Унесённые призраками
Фантазия
Хладнокровный Люк
Холодная гора
Хороший, плохой, злой
Храброе сердце
Хранители
Царство небесное
Челюсти
Чтец
Чужие
Чужие из бездны
Чужой
Чужой 3
Чужой 4: Воскрешение
Эквус
Эльвира Мадиган
Я был молодым
Франкенштейном
Язык нежности

Примеры, использованные в «Кинойоге».

Ниже приводится список картин, использованных в «Кинойоге» в качестве примеров матрицы смерти-возрождения. Если колонка «Начало фрагмента» пуста, то он начинается с началом главы. Иначе я указываю час, минуту и секунду, когда внутри главы начинается нужный фрагмент. Удачной игры!

Название фильма	Глава	Начало фрагмента	Длина фрагмента
Зона безопасности			
<i>В поисках Немо</i>	4		1 мин 20 с
<i>Пляж</i>	11		2 мин 30 с
<i>Тонкая красная линия</i>	1	0:1:07	2 мин 53 с
Зона безопасности - токсичная матка			
<i>Челюсти</i>	2	0:2:00	50 с
<i>Полтергейст</i>	41	1:42:20	1 мин 25 с
Зона ловушки			
<i>Звёздные войны</i>	34		4 мин 45 с
<i>Искусственный разум</i>	13	0:48:30	33 мин 8 с
<i>Лестница Иакова</i>	27	1:14:22	1 мин 52 с
<i>Метрополис</i>	3	9:44	4 мин
<i>Властелин колец: Возвращение короля (полная версия)</i>	2	0:1:00	6 мин 12 с

Название фильма	Глава	Начало фрагмента	Длина фрагмента
Зона войны			
<i>Гладиатор</i>	2	0:7:15	5 мин
<i>Криминальное чтиво</i>	11		4 мин
<i>Дракула Брэма Стокера</i>	14		2 мин 30 с
Зона свободы			
<i>Побег из Шоушенка</i>	32	1:58:28	2 мин
<i>Бездна</i>	39	2:03:00	4 мин
<i>Миссия</i>	11	0:39:48	2 мин 41 с
<i>Фантазия</i>	15	1:50:00	14 мин
<i>Властелин колец: Возвращение короля</i>	72		3 мин 40 с
<i>Блуждающие</i>	21 и 22		10 мин

Указатель

- 12 шагов**, 21, 214, 255
20 тысяч лье под водой, 35, 58, 121, 275
28 дней, 65
300 спартанцев, 85, 101, 162, 169, 273
Allman Brothers, 65
APS™, 4, 46, 51-62, 82, 84, 89, 91, 100, 104, 109, 185, 245, 246, 252-254, 257, 260
Blood on the Tracks, 269
Industrial Light and Magic, 23
Merchant Ivory Productions, кинокомпания, 101
Moody Blues, 191
rottentomatoes.com, 78, 81
Who, The, 210
агрессия, 68, 118, 165
ад, 33, 90, 119, 124, 138, 200
Аламо, 35
алхимия, 14, 237,
амниотическая вселенная, 126, 238
Ангелы в Америке, 115, 275
Анонимные Алкоголики, 46, 53, 154
апокалипсис, 118, 183, 197
Апокалипсис сегодня, 23, 186-193, 200, 268
архетип, 16, 35, 59, 83, 87, 91, 103, 114, 115, 118, 119-122, 129, 134, 143, 147, 150, 151, 157, 169, 170, 175, 178, 182, 186, 190, 203, 209, 222, 237, 238
Атака помидоров-убийц, 161
Батти, Рой, 19, 26, 153, 186, 264
Бегающий по лезвию, 11, 19, 21-27, 36, 94, 153, 154, 180, 186, 195, 264, 268, 275
Бездна, 216, 275, 278
безнадёжность, 135, 154, 163, 222
Безумный Макс, 179, 275
Бен-Гур, 35, 117
Бергман, Ингмар, 165
бессилие, 118, 138, 141, 163
бессознательное, 36, 67, 71, 83, 87, 117-98, 114, 157, 175, 190, 229, 265
Блуберри, 233, 234, 236, 238, 239, 275, 278
Блэйд, 179, 275
боевик, 81, 179, 182, 184
Божественная мать, 112, 118, 238
Бойл, Дэнни, 120, 121, 125, 216, 272
Бойцовский клуб, 39, 195,

боль, 34, 55, 86, 90, 92, 103, 115, 118, 120, 125, 137, 143, 145, 147, 165, 209, 213, 225
Большое приключение Пи-Ви, 138
Большой побег, 142, 275
Бонни и Клайд, 94, 275
Братство кольца, 17, 99, 107, 154, 155, 157, 167, 259, 275
См. Властелин колец, трилогия
Братья Коэны, 43
Брахман, 23
Брубейкер, 275
буддизм, 50-51, 227, 248, 249
Будучи там, 111
Бхагават Гита, 183
Быть Джоном Малковичем, 259
Бэмби, 35, 92-93, 275
Бэтмен: Начало, 179, 275
В поисках Немо, 90, 115, 117, 120, 133, 199, 275, 277
В трезвом уме и твердой памяти, 65
Вангелис, 22, 23, 25
Вашингтон, Дэнзел, 45
Великая Мать, 23
Взвод, 170, 275
вина, 60, 118, 138, 211-213
Випассана, 248
Висельник, 150
Властелин колец, трилогия, 11, 27, 40, 63, 85, 99, 107, 117, 129, 130, 137, 154-155, 170, 195, 220, 224, 228, 259, 271, 275, 277, 278
Внутренний целитель, 51, 83, 89, 109, 185, 188, 246, 247, 251, 260, 262, 265
Военные потери, 116, 275
Возвращение короля, 63, 156, 195, 271, 275, 277, 278
См. Властелин колец, трилогия
возрождение, 32-36, 41, 69-71, 93, 113, 131, 148, 165, 184, 191, 192, 202, 206-208, 213, 220, 226, 228, 233, 235, 237, 238, 269
коллективное, 168
Волчья яма, 82, 275
Волшебная страна, 112
Волшебник страны Оз, 3, 35, 264, 275
Вор, 166
Ворон, 101, 275
Воспитываая Аризону, 272
Вторая мировая война, 110, 127
Высшая сила, 248, 255
Высшее испытание, 163, 165, 193, 196, 206, 235
Вьетнамская война, 148, 186
Галлиполи, 29, 94, 275
Гангстер, 273
Ганнибал, 162
Гарланд, Алекс, 121, 125, 272
Гарри Поттер, 180, 274, 275
герой, 30, 81, 82, 86, 102, 122,

151-153, 159, 166, 168, 193, 208, 220, 227, 235-238
Гибель титанов, 39
Гибсон, Мэл, 132, 169
Гигер, Ганс Рудольф, 179
Гладиатор, 30, 101, 111, 117, 137, 167-170, 195, 200, 275, 278
Гласс, Филип, 202
глобальный кризис, 214
гнев, 30, 58-60, 98, 165, 171, 246, 257, 268
Голливуд, 14, 23, 34, 77, 92, 127-130, 179, 207
Гордость и предубеждение, 101, 275
Город грехов, 101, 162
Город потерянных детей, 180, 275
Грант, Хью, 101
Далтри, Роджер, 210
Дарабонт, Фрэнк, 208
Две крепости, 137, 156, 275
См. Властелин колец, трилогия
Де Ниро, Роберт, 211-214
Де Пальма, Брайан, 116
Дель Торо, Гильермо, 125, 179
демоны, 118, 145-148, 153, 162-163, 175-176, 230-231, 235
День Сурка, 138
депрессия, 118, 163, 165
Джексон, Питер, 27, 40, 154, 155, 170, 180, 207
Ди Каприо, Леонардо, 121-122
Дилан, Боб, 269
Дионис, 151
Дитя человеческое, 107, 138, 273
Дни жатвы, 127, 275
Доктор Живаго, 117
Дорога перемен, 273, 275
Дракула, 177
Дракула Брэма Стокера, 177, 200, 275, 278
Дуглас, Кирк, 58
духовная практика, 10, 11, 25, 31, 44, 45, 214, 215
душа, 3, 9, 16, 28, 48, 60, 66, 70, 92, 94, 102, 116-119, 126, 129, 133, 143, 157, 159, 166, 184, 186-190, 202-203, 208, 216-219, 224, 227, 230, 235, 238, 267, 274
Дэви Крокетт, 35
Женственность, архетип, 83, 238
Жоффе, Роланд, 211
заброшенность, 33, 118, 238
За пригоршню долларов, 116, 217
зависимость, 5, 15, 21, 44, 55, 57, 62, 65, 114, 163, 164, 213, 214, 235, 246
Залечь на дно в Брюгге, 273, 275
Звёздная пыль, 274
Звёздные войны, 34, 35, 85, 113, 140, 143, 176, 200, 235, 275, 277
Звёздный путь. Следующее поколение, 216

зло, 16, 90, 92, 116, 118, 135, 140, 141, 149, 162, 171, 177, 191, 192, 235
Знакомьтесь - Джо Блэк, 115
Зов к странствиям, 68, 113, 119, 152, 199
Зона безопасности, 4, 47, 63, 71, 109-112, 115, 118-125, 131, 135, 138, 147, 157, 159, 164, 168, 196, 206, 214, 221, 236, 237, 277
Зона войны, 4, 47, 63, 71, 109, 118, 125, 161, 163-165, 167, 171, 175-178, 180, 185, 188, 190, 191, 196, 198, 201, 214, 221, 222, 278
Зона ловушки, 4, 47, 63, 71, 109, 118, 125, 137-139, 145, 148-152, 157-159, 163, 165, 171, 174, 185, 188, 196, 211, 221, 263, 277
Зона свободы, 4, 47, 63, 71, 109, 118, 124, 159, 181, 184, 190, 198, 205-207, 211, 236, 237, 278
Изби идёт ко дну, 90, 275
Индиана Джонс и храм судьбы, 142, 275
Искусственный разум, 145, 200, 275, 277
История игрушек, 243
исцеление, 15, 46, 48, 50, 54, 108, 110, 114, 115, 145, 148, 214, 238, 252, 260-266
Каан, Джеймс, 166
Кабеза де Вака, 40, 275
Кавизел, Джим, 132-133
Кали, 181
Кальмар и кит, 90, 275
капитуляция, 37, 206, 227
кино
взгляды, 166, 178, 210
как поглощать фильмы, 128
как слушать фильм, 115
сиквелы, 179
кинойога
для пар, 99
зоны, 163, *См.* Зона безопасности, Зона ловушки, Зона войны, Зона свободы
игра, 43-45
как играть, 43
карта, 32, 64, 113
краткие указания, 46, 108
киношный обозреватель
чувств, 251, 254
кинойоги, 4, 27, 34, 43, 44, 62, 63, 75, 84, 95-100, 104, 108, 131, 156, 173, 239, 245, 249, 254, 260, 261, 275
коллективное бессознательное, 36, 67, 71, 83, 87, 114, 175
комедия, 30, 51, 73, 77, 98-99, 144, 197, 230
романтическая, 73, 77, 98
Комната с видом, 101, 275
Конрад, Джозеф, 186
Контакт, 26
Коппола, Френсис Форд, 177, 179, 186, 191

Космическая одиссея 2001, 216, 259, 275
Крадущийся тигр, затаившийся дракон, 73
Красота по-американски, 271
Крёстный отец, 179, 186, 275
Криминальное чтиво, 101, 171, 177, 200, 275, 278
Кровь Дракулы, 35, 275
Кроу, Рассел, 30, 102, 168
Кроненвет, Джордан, 23
Кубрик, Стэнли, 216
Кумбхамела, 24
Кундун, 201, 275
Куросава, Акира, 170
Кэмерон, Джеймс, 26, 95, 178-180, 216-220
Кэмпбелл, Джозеф, 13, 67-68, 113, 192, 233
Лабиринт Фавна, 63, 155, 273
Лавкрафт, Говард Филипс, 230
Ланг, Фриц, 151
Ларс и настоящая девушка, 90, 273
Легенды осени, 39
Леоне, Серджио, 116
Лестница Иакова, 148, 200, 275, 277
Лин, Дэвид, 170
Лицо со шрамом, 161
ложное «я», 184, 199, 203, 213
Лоуренс Аравийский, 117, 170, 275
Лукас, Джордж, 23, 113, 140, 142
Льюис, Джульетт, 236
любовь, 15, 23, 30, 33, 79, 95, 132, 145, 146, 161, 167, 205, 210, 226, 236, 246, 270, 276
Люди-кошки, 161
МакГрегор, Юэн, 120
Малик, Терренс, 94, 127, 128, 131-133, 169
Манн, Майкл, 166
матка, 67, 68, 112-114, 117-119, 125, 126, 132-135, 138-141, 143, 157, 163, 168, 200, 220, 238, 277
Матрица, 9, 94, 101, 122, 145, 256, 259, 276
медитация, 14, 17, 31, 36, 46, 47, 248, 255, 257, 261, 268
Метрополис, 151, 153, 154, 200, 276, 277
Милиус, Джон, 186
Миллер, Джордж, 179
Миллионер из трущоб, 273, 276
Мингелла, Энтони, 170
Мировое древо, 148
Миссия, 211, 214, 215, 276, 278
миф, 35, 59, 67, 107, 125, 150, 170, 181, 184, 185, 192, 201
Миядзаки, Хаяо, 130
Моби, 123
Моби Дик, 32

молитва, 47, 122, 201, 202, 248, 255, 261
монстр, 37,86, 157-159, 185
Морриконе, Эннио, 116, 211
Моррисон, Джим, 236
Мост через реку Квай, 35
Мужественность, архетип, 237
мужество, 17, 68, 88, 103, 106
Мумия, 35, 276
Мусоргский, Модест, 230
На игле, 120
На несколько долларов больше, 116, 276
насилие, 33, 90, 95-97, 101, 114, 132, 163, 201, 230
невинность, 118, 119, 132, 133, 225, 237
Нефть, 273
Нижний мир, 147, 148, 237
Николсон, Джек, 93
Новый свет, 111, 127, 205
Нолан, Кристофер, 128, 179
Ньюман, Томас, 115, 209
обвинения, 60, 83
обезболивание, 197
Обыкновенные люди, 91, 276
Огненные колесницы, 243
одиночество, 34, 49, 50, 59, 118, 119, 126, 138, 139, 143, 146, 147, 159, 200, 217, 238, 252
Однажды в Америке, 116, 276
Озирис, 150
океан, 117, 126, 189, 193, 216
океанический экстаз, 118, 133
Олдмэн, Гэри, 177
Омен, 87, 276
опасность, 118, 119, 132, 140, 177, 178, 183, 197, 200
Орфей, 150
Оскар, 77, 88, 102, 179, 234
осознанность, метауровень, 47
Отважные капитаны, 35
Отчаянный (Десперадо), 161
Оукли, Берри, 65, 69
Пекинпа, Сэм, 116, 169
Пекло, 216, 272, 274
Перекресток Миллера, 43
Пианино, 117, 196
Пиплз, Дэвид Уэбб, 23
Пиппин, 17, 195
пирокатарсис, 184, 225, 248
плод, 23, 67, 71, 109, 112, 134, 139, 140, 152, 163, 171, 192, 197, 206
Пляж, 112, 121-126, 133, 199, 277
По, Эгар Аллан, 230
Побег из Шоушенка, 115, 142, 208, 211, 276, 278
Поезд на Юму, 273
позиция жертвы, 83, 96, 138, 152-153, 165, 244, 245, 247, 258
Покидая Лас-Вегас, 65
Полтергейст, 135, 140, 276, 277
Помни, 128, 276
Порок на экспорте, 273

Последнее искушение Христа, 201, 276
Принцесса Мононоке, 130, 276
Проклятый путь, 115, 276
Пролетая над гнездом кукушки, 93, 94, 142, 276
психиатрическая лечебница, 142, 149, 150, 208, 233
психика, 37, 54, 67, 71, 84, 88, 114, 185, 198, 214
Психо, 35, 276
Путешествие героя, 68, 113, 114, 120, 139, 140, 148, 163, 165, 171, 196
Пэлтроу, Гвинет, 82
Пятьдесят первых поцелуев, 101, 276
Радон, 35
рай, 14, 73, 111, 112, 115, 117, 119, 121-125, 127, 135, 138, 143, 147, 155, 228, 236
Реальная любовь, 101, 276
Ребёнок Розмари, 87
ритуал, 12, 29, 70, 147, 150, 188, 192, 202, 203, 231, 234, 248
Роб Рой, 117
Роббинс, Тим, 149, 208
родовой канал, 68, 83, 118, 121, 141, 157, 159, 163, 165, 192, 206, 209, 219, 263
См. туннель
Родригес, Роберт, 14, 17
рождение, 32, 37, 53, 67, 70, 71, 83, 87, 96, 109, 110, 112-115, 118, 119, 125, 132, 135, 139-141, 150, 159, 165, 171, 175, 183-185, 190, 193, 197, 200, 203, 207, 209-211, 219, 220, 225, 236, 237, 260
рождение, биологическое, 5, 71, 109, 110, 118, 150, 197
рождение, обезболивание, 197
Роковая гора, 17, 157, 220-225
Роми и Мишель на встрече выпускников, 101, 276
Рэйми, Сэм, 179
Сазерленд, Дональд, 91
Салливан, Эд, 152
самоподдержка, 247
саундтрек, 21, 22, 210
свобода, 4, 16, 47-50, 60-63, 69, 71, 86, 94, 98, 109, 118, 124, 125, 131, 143, 159, 160, 164, 174, 175, 184, 190, 198, 202, 205-211, 213, 214, 220, 236-238, 262, 263, 278
Седьмое путешествие
Синдбада, 35, 276
сексуальность, 118, 175, 176, 201, 230
Семь, 82, 276
Сердце тьмы, 186, 189
Сестры Магдалины, 90, 276
синхронистичность, 229
Сириана, 128
Скорсезе, Мартин, 201

Скотт, Ридли, 18, 20, 22, 25, 70, 102, 151, 170, 135, 180

Смерти-возрождения матрица, 4, 44, 45, 47, 63, 64, 66, 71, 107-110, 118, 145, 277
схема, 118

смерть, 4, 25, 32, 34, 36, 37, 41, 45, 61, 63, 68-70, 74, 75, 83-88, 93, 102, 103, 107, 110, 113, 115, 117-120, 131, 137, 139, 140, 144, 148, 150, 154, 158, 159, 169, 170, 174-178, 183-185, 190-193, 195-199, 201-203, 205, 206, 211-215, 219, 220, 225-229, 232-236, 274
метафорическая, 32, 150, 170, 175, 183, 197-199, 202, 203
страх смерти, 154
эго, 193, 198, 199, 212, 214, 215, 227

смерть-возрождение, 4, 32-36, 41, 42, 44, 45, 47, 63, 64, 66, 70-72, 107-110, 112-115, 117, 118, 120, 121, 131, 145, 148, 153, 154, 169, 170, 175, 176, 183-185, 213-215, 219, 228, 233, 235, 236, 277

сновидения, 150, 178

совершенство, 122, 124-126, 157, 199, 267

создатели фильма, 3, 33, 79, 126, 143, 144, 170, 186, 209, 230, 234, 236, 264

спагетти-вестерн, 116

Спаркс, Брин, 3, 15, 19, 43-45, 76, 77, 184, 209, 272

Спаркс, Кэри, 3, 19-21, 24, 39, 73, 75, 77, 88, 89, 100-104, 184

Спаркс, Эйсон, 3, 43, 45

Спасительный рассвет, 273

Спасти рядового Райана, 110, 169, 276

Спейси, Кевин, 82

Спилберг, Стивен, 135, 142, 145, 147, 169,

Список Шиндлера, 117

Спрингстин, Брюс, 13

Старикам здесь не место, 273

Старый брехун, 35, 93, 276

Стоун, Оливер, 170

Страсти Христовы, 133, 276

страх, 35, 49, 50, 55, 81, 84-87, 98, 115, 119, 134, 139, 154, 158, 159, 192, 199, 227, 246, 252

стыд, 58-61, 74, 96, 138, 174, 211-213, 252

Стюарт, Патрик, 216

Тайлер Мур, Мэри, 91

Тайна, 3, 9, 11, 12, 24, 25, 29, 35, 60, 62, 72, 79, 83, 99, 131, 142, 156, 160, 176, 217, 218, 220, 221, 273

Таинственный сад, 205

Тайрел, Элдон, 186, 264

Танцующий с волками, 243

Тарантино, Квентин, 127, 171

Тарас Бульба, 30

тёмная сторона, 35, 87, 135, 174, 176, 190, 200, 216, 230
Тёмный город, 102, 276
Тёмный рыцарь, 85, 179, 273
Тень (по Юнгу), 97
терапия, 14, 15, 31, 36, 43, 47, 58, 65, 82, 88, 91, 93, 166, 165, 210, 257, 261
Терминатор, 95, 101, 219, 276
Титаник, 97, 100, 171
токсичная матка, 113, 118, 132, 135, 138, 140, 141, 238, 277
томатометр, 78, 81
Тонкая красная линия, 63, 101, 117, 127, 131, 169, 200, 276, 277
травма, 34, 59, 132, 238, 260-262
Траволта, Джон, 172
трансформация, 2, 14, 15, 29, 32, 43, 44, 47, 48, 56, 63, 64, 71, 83, 109, 110, 113, 148, 153, 156, 165, 188, 191, 206, 215, 221, 224, 245, 247, 261, 263, 266, 269
трейлеры, 73, 79, 81
Тренировочный день, 45, 276
туннель, 26, 71, 139, 153, 156-159, 218, 263
как архетип, 157
Турман, Ума, 172
тюрьма, 142, 205-209
Тюрьма OZ, 142
Убить Билла, 101, 276
Уивер, Сигурни, 178
Уильямс, Джон, 134
Уингер, Дебра, 144
Уир, Питер, 94
Унесённые ветром, 35, 117, 276
Унесённые призраками, 130, 276
Ураган, 205
Фантазия, 35, 175-176, 228, 230, 268, 276, 278
Феллини, Федерико, 139
феникс, 184
Феникс, Хоакин, 102
Ферт, Колин, 101
фильмы
вестерны, 116, 169, 230, 234
жестокие, 95-97, 101
которые нам не нравятся, 144, 145
любимый, 155
научно-фантастические, 21, 181
о вампирах, 73, 84, 176, 177
о войне, 134, 230
плакать при просмотре, 61, 73, 92-95, 155, 209, 225, 226
приключенческие, 179, 197
ужасов, 82-85, 135, 144, 180
Финчер, Дэвид, 82, 179-180
Фонтан, 196, 205, 273
Форд, Харрисон, 21, 153
Форт Аламо, 85, 169
Фрейд, Зигмунд, 67, 198
Фримэн, Морган, 208
Фродо, 27, 107, 156-159, 200-228, 256, 259, 263-265, 271

Фуллер, Ричард Бакминстер, 146, 269
Фэнчер, Хэмптон, 23
Харрис, Эд, 217-218
Харрис, Ричард, 102
Хаттон, Тимоти, 76
Хауэр, Рутгер, 153
Хеллбой, 155, 179
Хладнокровный Люк, 142, 276
Хоббит, 155, 180
Холодная гора, 170, 276
Хоук, Иган, 45
Храброе сердце, 117, 169, 276
Хранитель кольца, 17, 27, 41, 221-223
холотропное дыхание, 261
Хупер, Тоуб, 135
Хэнке, Том, 90
Царство небесное, 170, 276
Циммер, Ханс, 131
Части тела, сериал, 33
Человек-паук, 179
Челюсти, 32, 35, 85, 134, 182, 200, 276, 277
честь, 103-104
Чтец, 273, 276
Чужой, тетралогия, 26, 84, 86, 87, 149, 178-180, 185, 200, 203, 216, 250, 276
шаманизм, 148, 150, 192, 228, 234-237
Школы тайных знаний, 70
Шрек, 243
Штольц, Эрик, 172
Шуберт, Франц, 230
Эквус, 40, 276
экстаз, 27, 118, 122, 133, 230, 246, 252, 273
Эль Мариачи, 14, 161, 276
Эльвира Мадиган, 94, 276
эпический, 34, 67, 77, 95, 116, 117, 127, 145, 163, 167, 169, 170, 180, 202, 217, 229, 235, 265
эпос, 32, 121, 124, 183
эпопея, 5, 32, 35, 41, 70, 74, 95, 131, 133, 230, 270, 273
Эрриен, Энжелес, 38
Юнг, Карл, 36, 67, 97, 114, 175, 189, 199, 229
Я был молодым Франкентейном, 35, 276
Язык нежности, 145, 276
ярость, 118, 163, 171, 200

Тэв Спаркс – автор, ведущий международных семинаров, владелец и директор Трансперсонального тренинга Грофа (GTT), в рамках которого возможна сертификация в области холотропного дыхания (Holotropic Breathwork™). Он живет в Милл Волли, Калифорния, с женой Кэри и сыном Брином. Его сын Эйсон и внуки Даллин и Келлин живут в Джорджии. О Тэве Спарксе, кинойоге и холотропном дыхании вы можете подробнее узнать здесь:

www.tavsparks.com, www.movieyoga.com, www.holotropic.com

Другие книги Тэва Спаркса:

Широко раскрытая дверь: Двенадцать шагов, духовные традиции и новая психология. Книга связывает Двенадцать шагов Анонимных алкоголиков с величайшими духовными философиями мира. Книга приглашает заново открыть источник силы, лежащий в основе программы 12 шагов, в непосредственном опыте персонального исследования и взаимодействия с Высшей силой. А также обсуждает опыт капитуляции, смерти, возрождения и обретения целостности, особенно во время выполнения 11 шагов.

Через грозу: эпическая поэма смерти и возрождения.

Эта «эпическая» поэма была спонтанно написана Тэвом Спарксом в его бурные годы, во времена тёмной ночи его души. «*Через грозу*» говорит с нами языком архетипического Путешествия героя, описанного Джозефом Кэмпбеллом. Она живописует извечный тернистый путь психодуховного пробуждения, ведущий сквозь смерть и возрождение, путь, который проходили мистики всех традиций.

Hanford Mead Publishers, Inc.

www.hanfordmead.com

