

Великое Путешествие к Реальности

Необычайные приключения нашего Я в мире иллюзий в поисках своей высшей подлинности

Роман Макуш

© Р. Макуш, 2007

Содержание

Предисловие Владимира Майкова
От автора

Часть первая. Пробуждение

Глава первая

Вызов
Метамиф человечества
Героический переход: начало
Два мира: миф и Реальность
Адам & Ева
Шоу должно продолжаться...
Трикстер, общество бессмертных магов и пришельцы из космоса
Во власти мифов
Только факты
Миф или Реальность?
Те, чье имя не произносят

Практика

Медитация-путешествие «В поисках вызова»

Глава вторая

Карты и территории
Интегральный подход: жемчужное покрывало в Небесах Индры
Великое Путешествие: от Тьмы к Свету, от материи к Духу
Гора Мира
Где Я?
Движение через Гору Мира
Диссоциация ума: «Вкусное меню»
«Домик из слов»
Вопросы великой триады: «Кто Я?», «Что есть Мир?», «Зачем все Это?»
Динамическое единство целостности

Заключение и продолжение

Практика

Карта мифов

Личный и теневой миф

Часть вторая. Испытания

Глава третья

Начало и конец

Зачатие и рождение: плеромное бытие

Змей-который-кусает-себя-за-хвост

Жажда Жизни и стремление к Смерти

Тифон: полузмей, получеловек

Нарцисс/Нимфа: ранний ум

Внутренняя речь

Мир Хоббитов: социальный муравейник

Царь-в-голове

Маска и Тень: ложь и самоотрицание

Проекция Тени

Практика

Медитация-путешествие «Этапы Пути»

Выслеживание слова «нет»

Сказать «да»

Глава четвертая

Ключ к Сотворению, или Эволюция задом наперед

Героический кризис: целостное эго Героя/Героини

Театр теней

Мистерия перехода

Страна Чудес

Герой/Героиня: общество и кризис

Разотождествление с Маской

Отказ от Путешествия

Уловка Духа

Битва нового и старого Я

Маска героя: фантазия о Пути

Границы Маски. Маска тела

Другое измерение

Край Земли, или «И все-таки Земля плоская!»

«Америка Духа»

Практика

Выслеживание внутренних монологов Маски и Тени

Карта ума

Трансформация мифов

Часть третья. Смерть и новое рождение

Глава пятая

Миг на Краю и неумолимое движение навстречу Тени

Двуликий Бог: тайна глубинной взаимосвязи Маски и Тени

Нижний Мир: путешествие вглубь прошлого

Познай тайну Силы – Познай самого себя

Искушение Темной стороной

Интеграция Маски и Тени: символическая смерть Героя

Целостность тела-ума: Кентавр-маг

Практика

«Люди-зеркала»

Глава шестая

Кентавр-маг: вершина или подножие?

Октава внешней дуги

Завершение внешней дуги: повторное рождение

Матрицы рождения

Райский Сад и Скрытая угроза

Безвыходная ситуация. Изгнание из Рая

И вечный бой – покой нам только снится

Смерть и новое рождение

Волны перемен

Практика

«Эффект бабочки» (практика изменения судьбы)

Глава седьмая

Выход из лабиринта

Октава внутренней дуги

Уровень Сновидца: пробуждение кундалини

Уровень Сновидца: осознание себя во сне

Психическая реальность и архетипы

Золото Священных Гор

Диалог с Реальностью: архетипический уровень

Диалог с Реальностью: танец над Бездной

Практика

Практика безупречности

Часть четвертая. По ту сторону жизни и смерти

Глава восьмая

Приближение к последнему порогу
Царство Божье внутри нас
Великий Предел
Голограмма Вселенной
Тайна воспринимающего и воспринимаемого
Сингулярность
Вечный Сон
Пустота Ума и Чистый Свет Реальности
Радужное тело

Практика

Полное дыхание: дыхание трех сфер

Глава девятая

Великое Путешествие: озарение и понимание
Великое Путешествие: единство Горы и Путника
«Вода в сосуде» без воды и без сосуда, или К чему приводит объективизм
И еще несколько слов о том, о чем нельзя сказать ни слова
Кино под названием Жизнь
Свидетель: практика непрерывного самоосознавания
Это – Настоящее

Практика

Практика присутствия

Предисловие Владимира Майкова

Роман Макуш – первую книгу которого я с удовольствием представляю читателям – появился на моих семинарах вместе со своей тогдашней женой Женей в середине 90-х годов. И это было одним из этапов его личного «Великого путешествия» в поисках истины. В Романи уже в те годы чувствовалась богатая внутренняя жизнь, скрытая за мучительным немногословием, порой косноязычием. Так бывает, когда чувствуешь и понимаешь намного больше, чем способен сообщить. На моих глазах происходило его героическое жизненное путешествие и битва с собственной немотой, когда он «пошел за словом в люди», устроившись на несколько лет в центр городского шаманизма Алины Слободовой – российской ученицы мирового светила в изучении шаманизма Майкла Харнера. Там Роман выполнял много ролей от менеджера до водителя, от секретаря до ведущего собственных авторских семинаров. Непрерывно продолжалось освоение мирового трансперсонального и духовного наследия, посещение семинаров мастеров – Стенли Криппнера, Арни и Эмми Минделл, Станислава Грофа, учителя Дзогчен Намкая Норбу Ринпоче. Роман был один из немногих моих студентов, которые с полной серьезностью отнеслись к моей рекомендации «учиться только у мастеров» и не тратить время на «подмастерьев».

С набросками своей самой первой книги о дыхательных практиках Роман познакомил меня года 3 назад. Но это не было самостоятельным исследованием, скорее заявкой на желание написать серьезную книгу, поиском своего голоса и своей темы. И вот около года назад я узнал, что Роман пишет новую, настоящую книгу. И, признаться, до самого момента прочтения ее, я не ожидал, насколько эта книга хороша и своевременна.

Книга свидетельствует о том, что автор является внимательным читателем мастеров современной трансперсональной психологии: Станислава Грофа, Кена Уилбера, Стенли Криппнера, Арнольда Минделла и конечно же Джозефа Кемпбелла и Карлоса Кастанеды, и чувствует себя на «плечах этих гигантов» весьма уверенно, свободно владея их идеями. С первой, поверхностной точки зрения в книге нет ничего нового, все идеи, изложенные в ней, давно известны и пересказаны тысячи раз: интегральное виденье и целостный подход, путешествие героя, путь духовного развития, мифология и карты пути...

Однако дальнейшее внимательное чтение открывает не только особое авторское виденье этих тем, но и его уникальный стиль изложения и даже новые перспективы.

Я сам много лет отдал разработке и популяризации этих тем и по каждой из них неоднократно высказывался в текстах и семинарах, на некоторых из которых присутствовал и Роман. Так в моем понимании, там, где Джозеф Кемпбелл находил одно, преимущественно мифическое путешествие, на самом деле обнаруживаются три героических путешествия – мифическое, экзистенциальное и трансперсональное, соответствующие трем главным уровням человека, выделяемым во всех картах духовных путешествий, начиная с шаманских времен. В шаманизме это нижний, средний и верхний мир, в буддизме – Тело, Речь и Ум, в современной психологии – до-рациональное, рациональное, пост-рациональное. И

аналогично тому, как Кемпбелл обнаружил карты мифических путешествий в мировых мифах, сказках и фольклоре, мы обнаруживаем в мировой культуре и духовных традициях карты следующих путешествий. Можно было бы далее развивать эти различия в уровнях и описывать пять или семь базисных «героических путешествий», соответствующих пяти чакрам тибетской, или семи чакрам индийской йоги. Можно было бы в путешествии каждого уровня выделять его внешний, внутренний и тайный аспекты, как делается в ряде мировых духовных традициях. Но дело не в нарастании дальнейшей детализации, а в том, чтобы сделать эти карты полезными современному человеку.

То, что сделал Роман – это мастерское объединение идей Кемпбелла с интегральным подходом Кена Уилбера и холотропной картографией Станислава Грофа, в результате чего читатель получает перспективу всей жизни как «героического путешествия к просветлению». В результате такого подхода в центр всех поисков ставится конкретный человек, вы, читатель. Именно вы, ищущий ответа на «проклятые вопросы» получаете конкретные карты своего жизненного пути. Такого рода различие, что «Кемпбелл – это обо мне, и Уилбер – это обо мне, и Гроф – это обо мне», значит очень много. Это правильная ориентация читателя, то, что в традициях называется «правильным виденьем». Таким образом, главная удача книги -- трансляция сложно выраженных в оригинальных работах идей Уилбера, Грофа и Кемпбелла так, что они могут быть освоены ищущим человеком и использованы им как компас и карта в его «великом путешествии». По сути, эта книга – первое на русском языке популярное изложение этих великих идей, в котором бережно передана их суть.

Второе безусловное достоинство книги – это точный фокус во всех разделах на действительной человеческой ситуации, то есть на том, что в центре всех наших миров находимся мы сами, отождествленные с теми или иными мирами. Переживания, возникающие в результате этого отождествления, называются нами «реальностью». Другими словами, для нас реальна не какая-то «реальность» и даже не наше «переживание реальности», а свидетель «переживания реальности». И точное проведение и удерживание этой перспективы на протяжении всей книги делает чрезвычайно много: передает прямое и косвенное знание о человеческой ситуации, которое является одним из высочайших достижений мировых философских и духовных традиций.

И наконец третье достижение книги – это прекрасный русский язык и свободное, по делу, иллюстрирование идей примерами из современного «героического кино». Все это прекрасно работает на главную задачу и делает этот дебют действительно мастерским. Слова автора потому имеют силу потому, что он сам переживает то, что пишет.

Прекрасного вам, читатель, путешествия!

*Владимир Майков,
Президент Ассоциации трансперсональной
психологии и психотерапии*

От автора

Публикация этой книги стала хорошим поводом, чтобы окинуть взглядом пройденный участок моего пути и отдать дань благодарности всем тем людям, настоящим и вымышленным, живущим на земле и в памяти, которых я почитаю как своих явных и неявных, очных и заочных учителей и без которых моя судьба исследователя, философа, мистика и писателя могла бы сложиться совершенно иначе.

Есть что-то удивительное в самом процессе вспоминания — какая-то захватывающая тайна. Кажется, будто где-то там, в глубине памяти прошлое продолжает жить, события продолжают повторяться, словно какой-то неведомый киномеханик снова и снова пускает по кругу одну и ту же ленту с фильмом в надежде, что однажды одинокий зритель займет свое место в пустующем кинозале, чтобы вновь пережить в воспоминаниях то, что когда-то было пережито наяву.

И сейчас я снова прокручу фильм своей жизни, чтобы еще раз увидеть лица своих учителей и друзей, почувствовать их присутствие и просто сказать им спасибо за то, что они были и есть.

Итак, я занимаю свое место в кинозале и прошу механика отмотать фильм назад.

Прежде всего я хочу сказать спасибо своим родителям — отцу и в особенности матери, которая всегда самоотверженно поддерживала все мои творческие начинания и честно старалась понять мои искания, какими бы странными и непривычными они ей ни казались.

Я хочу сказать спасибо своей школьной учительнице русского языка и литературы Валентине Григорьевне Ушаковой, которая неистово помогала пробить дорогу моему скромному юношескому литературному таланту.

Мои искания начались в 17 лет. Примерно тогда я встретил человека, которому суждено было стать моим проводником на *ту сторону* ума. Имя этого человека Вячеслав Сараев, и я говорю ему спасибо за тот урок священного и трагического безумия, который он преподнес мне примером своей жизни.

Примерно в это же время я решился на первый в своей самостоятельной жизни кардинальный поворот — несмотря на блестяще сданные экзамены за первую сессию, я бросил учебу в Тульском Техническом Университете и начал готовиться к поступлению на филологический факультет в Педагогическом, где судьбе было угодно свести меня с целым рядом выдающихся людей. И первой в этом ряду оказалась Надежда Афанасьевна Гаврилина, необычайно чуткая и внимательная женщина, декан филфака, чья почти материнская забота и опека помогла мне и моей первой жене Евгении удержаться в стенах университета несмотря на нашу почти патологическую страсть к прогулу занятий.

Я благодарен судьбе за то, что мне повстречались преподаватели, которые в равной степени любили свой предмет и своих талантливых, но нерадивых студентов, упорно прогуливавших занятия и упорно сдававших экзамены на отлично. Эти преподаватели на всю жизнь привили мне любовь к тому, что беззаветно любили сами — сокровища мировой литературы и искусства,

философии и духовных традиций. Сегодня я понимаю, как не просто им было жить и работать в том культурном хаосе, в котором пребывала страна в переломные 90-е годы. Я благодарен Виктору Семеновичу Камышеву, Марии Александровне Козьминой, Галине Алексеевне Нерушенко, и особенно — Татьяне Михайловне Макаровой и Татьяне Алексеевне Есиной: первой — за то, что передала мне удивительнейшие знания об античной культуре, древнерусском искусстве и православном исихазме; второй — за то, что открыла передо мной двери в пиршественный зал духа — мир «вечной философии», мир великих традиций мудрости.

В университетские годы я встретил человека, который стал моим первым Учителем с большой буквы. Этот человек — Олег Михайлович Сенин, профессор богословия, человек необычайной, уникальной судьбы.

В молодости он был диссидентом, участвовал в собраниях кружка истинных марксистов (приверженцев истинного, неискаженного тоталитарной идеологией марксизма), был репрессирован и сослан в лагеря на Дальнем Востоке. Там в результате крайнего истощения, морального и физического, после месяца сидения в неотопливаемом карцере на хлебе и воде, он пережил внезапное откровение божественного света, и с тех пор посвятил свою жизнь служению Богу. В восьмидесятых годах он начал терять зрение (сказались годы лагерей и месяц карцера — врачи поставили диагноз дистрофия сетчатки).

Когда я встретил его (Олег Михайлович Сенин читал нам курс лекций по сравнительному религиоведению), он был почти слеп. Однако, как это часто бывает, слепота физическая лишь способствовала развитию его духовной зоркости. С благоговением и благодарностью я вспоминаю те волшебные зимние вечера, которые я вместе с другими его учениками проводил у него в библиотеке, чутко внимая его певучей светлой речи.

Это было время глубокого погружения в традицию православного и европейского мистицизма. Под его руководством я проводил много времени в прилежном изучении писаний Отцов Церкви — Иоанна Златоуста, Григория Паламы, Оригена, Фомы Аквината, Блаженного Августина; европейских мистиков и визионеров — Иоганна Таулера, Мейстера Экхарта, Якоба Беме, Уильяма Блейка, Рудольфа Штайнера; русских философов и духовидцев — Владимира Соловьева, Льва Шестова, Николая Бердяева, Даниила Андреева. И имена великих сих слились для меня в имени моего первого Учителя.

Три самых сильных откровения, которые я испытал в первые университетские годы, -- инсайт в античную культуру вообще и *умное видение* Платона в частности, инсайт в христианский мистицизм и инсайт в визионерские вселенные Штайнера и Андреева -- стали мощным стимулом для целой серии пиковых переживаний, заложивших основы моего дальнейшего психодуховного развития.

Тогда мне казалось, что под знаком этих инсайтов, под знаком античной и христианской мистики пройдет вся моя жизнь. Путь виделся ясным и прямым, освященным трудами основателя философии идеализма, фаворским светом и крестным знаменем. Я и предположить не мог, что очень скоро моя судьба повернется совсем в другую сторону и начнется совершенно новый период моей

жизни — период совсем иных странствий, совсем иных откровений, совсем иных учителей, период, который я условно называю теперь «шаманским» или «дионисийским», в отличие от предыдущего «аполлонического».

Этот период начался с того момента, когда мне в руки попала книга «Шаманизм» Мирча Элиаде, а ключевым событием, ставшим *дверью* нового инсайта, оказалось знакомство с подробностями жизни и творчества легендарного рок-шамана Джима Морисона. Так же как дух старого умирающего шамана-индейца вошел когда-то в маленького Джима посреди аризонской пустыни, вошел в меня дух самого Морисона, когда однажды весенней ночью в середине 90-х я посмотрел фильм «Doors» Оливера Стоуна — и это стало началом моего головокружительного погружения в завораживающий и, одновременно, пугающий «мир духов», мир психоделической романтики 60-х, мир Тимоти Лири, Карлоса Кастанеды, Джона Лилли, Теренса Маккены, Станислава Грофа.

Книги последних двух исследователей, которые я покупал в магазинчике эзотерической литературы, скромно присоседившимся возле здания филфака, издавались под скромной вывеской «Тексты Трансперсональной Психологии», и через них я впервые соприкоснулся с плодами миссионерской, иначе не назовешь, деятельности в России основателя Трансперсонального Института Владимира Майкова — через несколько лет этому соприкосновению суждено было вырасти в очное знакомство с Владимиром, плодотворные взаимоотношения с которым продолжают до сих пор. Но тогда я и не догадывался об этом.

Тогда я и не мог такого предположить... Все, что я мог тогда — в то время, когда на меня обрушился первый вал дошедшей, наконец, до меня сквозь пространство и время психоделической волны из 60-х — это лишь изумляться и благодарно впитывать, впитывать... впитывать новый опыт, впитывать причудливые дионисийские инсайты.

Я также благодарен своей первой жене Евгении, которая поделила со мной восхитительные взлеты и роковые падения этих самых безумных и самых отчаянных лет моей жизни. И, конечно, я благодарен ее родителям, принявшим меня в свой дом как родного сына.

Самое мощное откровение тех бурных лет — это конечно инсайт, который я получил через творения Карлоса Кастанеды. Причем это был даже не один инсайт, а целая серия инсайтов-проникновений: сначала — в сумрак завораживающих пейотных видений и миры загадочных союзников; а затем — в ослепительную красоту энергетической реальности — реальности светящегося кокона, пучков эманаций и подвижной точки сборки.

И я благодарен Карлосу Кастанеде за его Дона Хуана — не важно правда он или вымысел — не важно, потому что Дон Хуан, равно как и Дон Хенаро, на многие годы стал моим реальным внутренним Учителем. Я благодарен Карлосу Кастанеде за то, что он помог мне открыть доступ к этой глубинной реальности внутри себя.

Я также благодарен своей бабушке Марии, через которую, примерно в эти же годы, мне открылся внутренний доступ к моему духу-предку, прапрадеду Илье, живая, кровная внутренняя связь с которым одно время помогала мне справиться со шквалом причудливых шаманских откровений. Оказалось, что мой прапрадед

тоже был в некоторой степени «шаманом», знахарем, исцелявшим людей с помощью заговоров и слова Божьего.

Дальнейшее развитие моего дионисийского периода жизни привело меня к более подробному знакомству с трансперсональной психологией и методом холотропного дыхания, вскоре ставшим для меня верным орудием самотрансценденции. Это произошло после моего очного знакомства с Владимиром Майковым и его женой Кристиной, когда я приехал на один из проводимых ими летних семинаров, где также завязалось множество прекраснейших знакомств.

В тот год я проживал кульминационную точку жесточайшего кризиса, порожденного изобильным и избыточным опытом мощных непрекращающихся пиковых переживаний, сотрясавших мое бедное эго, которое было просто не в состоянии в одиночку справиться с ними, усвоить этот поток ошеломляющего надличностного опыта. Я испытывал острый дефицит общения с подобными себе, а главное — я чувствовал настоящий зов и потребность в поиске наставника, который помог бы мне структурировать мой опыт.

Этот зов и эта потребность и привели меня к Владимиру и Кристине Майковым, которых до сих пор я считаю одними из лучших своих Учителей с большой буквы.

С этого знакомства начался новый, московский период моей жизни, который я условно называю «интегративным». Начало его было довольно странным — в один миг я обрел общество себе подобных и на радостях буквально потерял дар речи. Впервые за долгое время мне было с кем поговорить о сокровенном, но в душе накопилось столько невысказанного, что я не мог связать и пары слов...

Я благодарен судьбе за знакомство с Владимиром, в котором я с благоговением узнаю воплощение подлинного философа-мистика и каждой минутой общения с которым я бесконечно дорожу. Многие практики, образы и идеи, развитые в этой книге, и в первую очередь идея «трех путешествий», видение жизни как трехфазного, трехуровневого героического путешествия-прорыва к подлинной внутренней Реальности, были почерпнуты мной из его лекций и семинаров. Я благодарен Владимиру за то, что он познакомил меня с живой философско-практической традицией знания, вдвойне благодарен ему за то, что он познакомил меня с живой традицией тибетского буддизма Дзогчен, прямое посвящение в которую я получил от третьего в своей жизни Учителя с большой буквы — Намкая Норбу Ринпоче; и наконец я тройне благодарен Владимиру за то, что он поспособствовал моему близкому знакомству с трудами Кена Уилбера, после прочтения которых я пережил глубочайший инсайт в интегральное видение Реальности, ставшее надежным концептуальным каркасом моей сегодняшней психодуховной практики и моего мировоззрения.

Я благодарен мастерам трансперсональной психологии — Станиславу Грофу, Арни Минделлу, Стенли Криппнеру — через их книги и семинары мне передавались бесценные знания и живой опыт, которыми я пропитался столь глубоко, что порой мне сложно определить, где кончаются их идеи и начинаются мои.

Я благодарен другим своим друзьям и учителям, очным и заочным, явным и неявным, которых я встретил за время жизни в Москве, пока кочевал от одного сообщества практикующих к другому, с любопытством приглядываясь к непривычным нравам и впитывая, впитывая бесценный опыт общения с разными людьми.

Я благодарен Наталье Поклонской — своей названной сестре — женщине, которая в первое время моей жизни в столице бескорыстно делилась со мной своим кровом и хлебом, которая была и остается заботливым другом и чуткой собеседницей.

Я благодарен Василию Губанову, городскому шаману, посвятившему меня в таинства древних очистительных ритуалов. Я благодарен Сергею Канадину, бесстрашному воину и магу, углубившему мое познание магической реальности. Я благодарен Дмитрию Ямалееву, открывшему мне доступ к мудрости тела, к тайнам внутренней структуры и движения энергии ци. Я благодарен Алине Слободовой, ставшей для меня воплощенным идеалом городской шаманки, с чьей неоценимой помощью я делал первые самостоятельные шаги в качестве тренера и ведущего семинаров.

Я благодарен Илье Ольшанецкому, который познакомил меня с удивительной тактикой боевого искусства Вин Чун и который не перестает удивлять меня своей бескорыстной готовностью в любой момент протянуть дружескую руку помощи.

Наконец, я благодарен Александру Нариньяни, в характере которого удивительным образом сплелись европейская интеллигентность и буддийская мудрость — я благодарен ему за тот шаг, который он сделал навстречу мне и моей книге, и за ту неоценимую помощь, которую он продолжает оказывать мне своими советами и предоставляемыми возможностями. Я благодарен Максиму Голубю и Нелее Мариевской за их дружеское участие в моей судьбе, душевную поддержку и терпение к моим неуклюжим, но искренним попыткам проявить себя.

И, конечно, я безмерно благодарен Анне Назаровой — своей жене, отзывчивому другу, верной сподвижнице и музее-вдохновительнице, без которой эта книга вряд ли увидела бы свет.

Я искренне благодарен всем этим людям и с чистой душой признаю их незримое соавторство в написании этой книги.

С чистой душой я отдаю эту книгу на твой суд, драгоценный читатель. Надеюсь, она поможет тебе в твоём собственном странствии в поисках Истины, Свободы и подлинной Реальности.

С чистой душой я возвращаюсь в фильм своей жизни, который продолжается в настоящем — и в настоящем продолжается мое путешествие, которое никогда не начиналось и никогда не закончится.

*Роман Макуш
Москва, 10 января 2008 года*

Часть первая. Пробуждение

Глава первая

Вызов

Реальность бросает нам вызов. С каждым это происходит однажды, и с каждым в свое время. Вызовом может быть все что угодно: необычный разговор, странный сон, который вдруг начинает сбываться, цепочка неожиданных совпадений, уводящая путника прочь от широких дорог...

Вызовом может быть смертельная болезнь, которая обнажает перед тобой предельную правду жизни... и смерти: кто кого?

Memento mori, говорили древние. Помни о смерти. Но это лишь половина истины.

Наслаждаясь жизнью, помни о смерти; умирая, оставайся в живых.

Так, пожалуй, будет вернее.

Вызовом может быть все что угодно.

Вызовом может быть впечатление от дождя или заката – в те минуты, когда материя словно становится зыбче и сквозь нее вдруг смутно проглядывает Тайна той Бездны, где рождаются и гибнут миры, той Бездны, откуда мы родом. Прямо сейчас. В мгновение ока.

Вызов приходит из этой же Бездны. Как приглашение, как напоминание, как знак. Приглашение заглянуть в самое сердце Тайны мира. Напоминание о том, что мы забыли. Знак цели, ради которой мы сюда родились.

Вызовом может быть долгожданный успех, когда ты добиваешься того, к чему с таким трудом стремился, и вдруг посреди триумфа обнаруживаешь, что все это внешнее, преходящее и в этом нет ни подлинной глубины, ни подлинного смысла. Или, наоборот, это неудача и провал перспективной карьеры, которые обнажают тщетность твоих усилий и заставляют взглянуть на мир иначе. Вызовом может быть высокая цель, которая ведет тебя к подвигу и отказу от обычной жизни. Вызовом может быть зависимость – от человека, от предмета, от желания, которая делает тебя рабом, лишает сил и превращает в призрак, фантом, лишенный собственного духа. Вызовом может быть сильная ненависть или сильная страсть, внезапная радость или внезапный испуг, странные телесные ощущения, необъяснимая тревога, голоса в голове или солнечный зайчик, случайно попавший в глаза.

Просто солнечный зайчик...

И эта книга – тоже вызов.

Вызов может прийти изнутри или извне. Он может быть навязчивым хроническим симптомом, то замирающим, уходящим куда-то вглубь, то обостряющимся, возвращающимся вновь, и с каждым разом все сильней; он может быть неожиданным происшествием и свалиться как снег на голову посреди лета.

Но чем бы он ни был, вызов – это всегда необычное событие, которое на миг разрывает пелену нашей самопоглощенности, на время останавливает привычный ход нашей жизни.

Вызов заставляет очнуться.

Ты словно лунатик, чей ум блуждает в грезах, в то время как тело идет по узким и шатким мосткам, перекинутым через пропасть. И вот что-то – резкий звук или движение – выводит тебя из сонного оцепенения, и ты вдруг *видишь*... видишь Реальность... Тебе снился какой-то мир, ты верил, что он настоящий, и вот ты внезапно проснулся. Порыв ветра ударил в лицо, ты на миг пошатнулся и взглянул вокруг – просто беглый взгляд в Реальность, и больше ничего, но этого уже достаточно. Этот взгляд *изумляет*, ибо ты выходишь *из ума* и снов, которые он навеивает, и видишь все вещи такими, какие они есть, – бесконечными. «Когда двери восприятия чисты...» – как говорил Блейк. Этот взгляд *восхищает*, ибо он *похищает* тебя из плоскости твоих повседневных забот, он заставляет тебя *воспарить* над ними и с высоты увидеть, как расширяется горизонт рождения и смерти, как открывается перспектива Пути, по которому ты идешь навстречу Великой Тайне и Великой Разгадке.

Вызов – это пробуждение.

Меньшее, что вызов заставляет нас сделать, – это просто задуматься. Больше – это совершить «переоценку всех ценностей», о которой так любил говорить Фридрих Ницше.

Можно отказаться от вызова. Можно сделать вид, что нет ничего странного ни в тебе, ни в мире вокруг. Нет и не было. Можно *не замечать*. Надолго ли?

Я не знаю, что бывает, когда человек отказывается от своего вызова. Может быть, он просто продолжает жить, как жил раньше. Ходит на работу, смотрит телевизор, ругает правительство, пьет пиво с друзьями. Спит, не помня своих снов. Может быть. Я не знаю.

Я знаю, что бывает, когда человек принимает свой вызов.

Сегодня мы живем в такое время, когда многие люди истосковались по ветру свободы и подвига, на крыльях которого прилетает вызов. Может быть, именно поэтому с такой необыкновенной силой звучит ныне тема вызова в самом массовом из искусств – кинематографе, пробуждая в сердцах миллионов людей смутно знакомый и невыразимо родной голос. Голос друга, учителя и проводника... на ту сторону Мира.

Это голос доброго волшебника Гендальфа из «Властелина колец», голос мудрого магистра Йоды из «Звездных войн», голос сурового борца за свободу Морфеуса из «Матрицы». Это голос древнего Бога, которого, казалось бы, надежно похоронила эра индустриальной цивилизации, сделав для верности контрольный выстрел в голову. Еще вчера казалось, что Бог навсегда умер. Но уже сегодня мы видим, что это не так. Бог воскресает на наших глазах.

Гулливер очнулся. Он еще связан путами и может пошевелить разве что пальцем, но уже один его глубокий вздох способен до основания потрясти всю ту цивилизацию, которую лилипуты успели выстроить на его недвижимом теле. Он вздыхает, и мы слышим его голос, доносящийся к нам из глубины наших сердец. Это голос нашей сокровенной *сущности*, голос предельной Истины, голос обнаженной совести, голос Божественного возмездия, голос внутренней Реальности, голос нашего *другого Я*. Этот голос взывает к нам из глубины. И в этом голосе нам слышится вызов.

Суть вызова заключается в том, что эта внутренняя Реальность, другая часть нашей истинной Целостности, лежащая где-то глубоко внутри нас, по ту сторону всех привычных представлений, хочет войти в контакт с нами – она *вызывает нас на связь*.

Вызов содержит зашифрованное послание – изъеденную солью, полуистлевшую записку в бутылке, принесенной волнами океана бессознательного откуда-то из неведомых глубин к берегам обыденного мира, прямо к порогу нашего дома. Со смесью страха и изумления мы пытаемся разобрать странное письмо, гадая, откуда оно, и не ведая еще, что авторы этого послания – мы сами, вернее, наше *другое Я* – наша *сущность*, ждущая нас *там*, в том таинственном безвременье на другой стороне мира. Оттуда, из этой труднодостижимой запредельности, из *вечно настоящего*, мы написали послание для себя же и пустили его по волнам времени в надежде, что однажды эти волны прибьют его к берегам сиюминутности, к берегам забвения и заброшенности, где мы влачим свое жалкое временное существование...

Вызов из Реальности приходил к людям во все времена и во всех культурах. С темы вызова начинаются многие легенды, мифы и героические истории. На мотивах вызова завязаны сюжеты подавляющего большинства мировых хитов в литературе и кино. От Улисса до Алисы – каждый герой получает свой вызов и следует за ним в свое удивительное Путешествие, где ему открывается мир Большой Реальности, где он побеждает своего врага, выполняет свою миссию, свое предназначение и обретает бесценные дары – Знание, Свободу, Бессмертие.

Вызов – это начало Пути. Великим называется этот Путь, потому что он ведет за пределы известного мира, на Край Земли, в самую сокровенную глубину Реальности, к Великой Тайне и Великой Разгадке Бытия. И еще называется этот Путь Великим, потому что это единственный Путь, который однажды предстоит совершить каждому мужчине и каждой женщине, рожденным на земле.

С древнейших времен люди составляли карты тех маршрутов, которыми следовали отважные путешественники, и тех пространств, которые открывались им. Первоначально эти карты и истории о подвигах героев передавались из уст в уста в виде мифов и сказок, затем были перенесены на листы бумаги, а ныне оживают для нас на экранах кинотеатров.

Великое Путешествие – это не внешний путь, это путь внутренний. Пространства и маршруты, представленные в историях и мифах, не найти во внешнем мире, потому что пространства мифов – это пространства внутренних

состояний и уровней сознания, а маршруты героев – это этапы внутреннего развития нашей *сущности*.

Внутренние пространства и внутренний путь – это не то, что можно пощупать так, как мы привыкли ощущать физический мир.

Энергетическая Реальность нашей изначальной природы – это не то, что может быть однозначно описано человеческим языком.

Вот почему единственный язык, на котором можно говорить о внутренней Реальности, – это язык метафор.

Именно на этом языке, на языке метафор, говорят с нами древние создатели мифов, сказок, притч и авторы современных героических и трансперсональных историй; с его помощью они передают нам сокровенное знание о тех возможностях саморазвития и самопознания, которые есть у каждого человека и которыми каждый может воспользоваться. Единственное, что нужно для этого, – уметь понять язык метафор, и, хотя каждый из нас способен к интуитивному пониманию этого языка, не все могут адекватно выразить свое понимание на языке разума, а ведь именно это и нужно – ведь в конечном счете именно от нашего разума зависит, начнем мы свое Путешествие или нет; именно наш разум должен дать свое согласие начать этот Путь, именно наш разум требует исчерпывающих объяснений тому, куда и зачем мы собираемся путешествовать, а главное – почему, и он не желает двигаться с места, пока эти объяснения не будут даны.

Что ж, книга, которую вы держите в руках, как раз об этом. Эта книга – ключ к языку метафор, к тому языку, на котором говорят все исследователи внутренней Реальности. С помощью этого ключа одну за другой мы откроем все двери, ведущие нас к пониманию глубинного смысла историй, рассказанных нам вдохновенными волшебниками современного кино. Почему именно кино? Ответ очевиден. Каждый знает, что кино – самый демократичный вид искусства, ведь язык кино понятен каждому. Кино – это также и самый интегральный вид искусства, ведь в нем слиты воедино образы, музыка, язык. Более того, современное кино – еще и самый волшебный вид искусства. Уверен, нет нужды расшифровывать, почему это именно так.

О каких фильмах мы будем говорить? О многих. Тема Великого Пробуждения и Путешествия исследуется сегодня в кино так широко и на стольких уровнях, что нет смысла перечислять все фильмы, в которых так или иначе обыгрывается темы вызова и встречи с Неизвестным, тема преодоления порога и битвы с Тенью, тема встречи с проводником и учителем и тема перехода в иную реальность, на новые уровни восприятия и осознания. Но в первую очередь мы, конечно, будем говорить о золотой тройке – о трех киносагах современности, побивших все мировые рекорды популярности, причем каждая из них, так уж сложилось, является трилогией, а одна – дважды трилогией. Нетрудно догадаться, о каких фильмах я говорю. Это «Звездные войны», «Матрица» и «Властелин колец». Если же так случилось, что вы еще не видели этих фильмов, – я вам искренне завидую: у вас еще все впереди.

Но речь пойдет не только о кино. Если мы хотим познать всю сокровенную глубину тех посланий, которые несут нам наши любимые фильмы, а заодно и сокровенную глубину самих себя, то мы не можем обойти стороной ни ту бесценную сокровищницу знаний о Реальности, которой являются все подлинные традиции духа, ни современную психологию, которая, к счастью, в плодотворном сотрудничестве с древними духовными традициями продвинулась удивительно далеко в изучении внутренних реалий сознания (речь идет в первую очередь об интегральной и трансперсональной психологии). Вы, может статься, будете сильно удивлены или даже шокированы, узнав, насколько именно далеко она продвинулась. И конечно, мы не сможем обойти вниманием те открытия, которые были сделаны за последние 50–100 лет на передовом рубеже науки, поскольку все говорит за то, что передовые ученые в своем неутомимом поиске истины, кажется, наконец вплотную приблизились к той границе, где кончается привычный всем нам физический мир пространства и времени и начинается мир чудес, воспетый в мировом фольклоре и мировой литературе: «... Там чудеса, там леший бродит...»

И конечно, мы будем говорить о той практике, которая может помочь нам самим войти в эту чудесную страну и начать свое удивительное Путешествие по ней к той цели, которая является общей для нас всех: к Истине, к Свободе, к Блаженству и к Вечной Жизни. К Источнику жизни и смерти, к Источнику восприятия и осознания, к Источнику всякой реальности. К тому, что в разных традициях знания называется Богом, Духом, Атманом, Абсолютом, Истинным Я.

Метамиф человечества

Проанализировав широкий спектр мифов из различных мировых культур, Джозеф Кэмпбелл, автор книги «Герой с тысячько лицами», пришел к выводу, что в основе всех их лежит одна универсальная формула, которую он назвал мономифом. Этот общекультурный архетипический мономиф, или метамиф человечества, – история о Великом Путешествии, история Героя, мужчины или женщины, который однажды встречается с вызовом, следуя за ним, покидает привычный мир и отправляется в долгие скитания через неизведанность – навстречу некоей заветной цели, а затем, в случае успешного исхода, с триумфом возвращается на родину с артефактом или сокровищем, добытым в испытаниях и битвах с чудовищами, наделенный сверхъестественной силой и сокровенным знанием.

Илья Муромец и Сиддхартха, Христос и Иван-царевич, Одиссей и Фауст, Один и Алиса, Аладдин и Геракл, Дон Хуан и Люк Скайуокер, Нео и Фродо Бэггинс – у каждого из них своя история, но всех их объединяет нечто общее – сквозь частные различия везде проступают черты одного и того же универсального сюжета.

Мизансцена метамифа такова: изначально Герой (или Героиня) живет в неведении – его мир ограничен горизонтом тех представлений, которые были даны ему его родителями, предками или были впитаны им из своего окружения. Герой/Героиня пока не знает подлинной сути жизни и тайны своего предназначения. Но однажды в жизни Героя/Героини начинают происходить

странные вещи, проявляются еще не познанные им законы и силы Большого Мира – той Реальности, что раскинулась за пределами его представлений. Герой/Героиня получает вызов, встречает проводника и, последовав за ним, открывает для себя удивительный и опасный мир по ту сторону известной реальности.

Проводник приоткрывает перед Героем (Героиней) завесу Тайны, скрывающей суть его подлинного предназначения, и призывает принять свою судьбу и исполнить ее. Это предназначение заключается в необходимости решить некую задачу, совершить подвиг или достичь некоей цели, преодолевая встречающиеся на пути препятствия. Во многих случаях вслед за первым столкновением Героя с силами *потустороннего* мира следует его отказ продолжать путешествие – Герой пугается первой встречи с непознанным и хочет вернуться назад – в привычный мир, в скорлупу неведения.

Однако это по многим причинам уже невозможно сделать, и Герой (или Героиня) может лишь оттянуть тот миг, когда двери, ведущие назад, окончательно захлопнутся за ним и ему ничего не останется делать, как идти вперед, навстречу неизвестности. Здесь в действие вступают сверхъестественные силы, которые помогают Герою/Героине принять свою судьбу. Путник встречает кого-то, кто станет его учителем и поможет освоиться в новой ситуации. В дальнейшем, по ходу Путешествия, Герой встречает разных существ, которые чему-то учат его, дают какие-то полезные предметы и целебные снадобья, помогают справиться с трудностями.

По мере приближения кульминации Герой (Героиня) приобретает новые способности, получает новое знание и мудрость, которые помогают ему лучше понять себя и окружающий мир. Затем наступает решающий миг всего Путешествия, когда Герою/Героине необходимо воспользоваться полученными знаниями и проявить все способности, чтобы победить в финальной битве своего главного противника и обрести охраняемое им сокровище. В конце, пройдя через внутреннюю трансформацию, связанную с моментом смерти и чудесного воскрешения, вместе с добытым трофеем Герой/Героиня возвращается в свой мир, неся людям новое знание, новое видение или новый закон.

Универсальность метамира, его присутствие в сказаниях народов, исторически и физически никак не соотносимых, объясняется тем, что миф о Великом Путешествии – это наиболее общий сценарий Пути, который по достижении определенного порога зрелости суждено пройти каждому. Этот сценарий заложен в самой природе человека. Спираль этого сценария – это информационная спираль молекулы ДНК, и его код неумолимо разворачивается в наших жизнях, виток за витком, следуя сокровенной логике Великого Путешествия.

Великое Путешествие – это Путь познания подлинной внутренней Реальности – Реальности, скрытой в нас самих, – это Путь самореализации и обретения Целостности.

И начинается этот Путь с вызова.

Фродо Бэггинс из знаменитой трилогии «Властелин колец» принял свой вызов, когда взял в руки магическое Кольцо Всевластия; Люк Скайуокер из «Звездных войн» получил в качестве вызова странного робота, который хранил в своей памяти какое-то очень важное и таинственное сообщение, касающееся судеб всей галактики; наконец, к герою «Матрицы», днем – скромному служащему в компьютерной корпорации, живущему под именем Томас Андерсен, а ночью – дерзкому хакеру, известному как Нео, вызов пришел прямо на его компьютер и пробудил ото сна. Помните: «Проснись, Нео... Тук, тук...»?

Вызов приходит и толкает нас прочь от уютной инфантильной обусловленности своим маленьким я, он пробуждает сердце Гулливера под скорлупой нашей лилипутской личности, он толкает нас на путь саморазвития и обретения Целостности – навстречу опасности, навстречу Тайне мира, навстречу познанию подлинной Реальности самих себя.

Пауло Коэльо как-то сказал, что «чудесное обитает на пути обычных людей». Да, это так. Мы действительно обычные люди – и нет ничего необычного в том, что наша истинная природа величественна и бесконечна, как нет ничего необычного в том, что мы так часто забываем об этом, прозябая в бессмысленности и отчуждении все то бесценное время, которое было отпущено нам для Путешествия на этой удивительной планете.

Но есть способ изменить это.

Для этого нужно лишь ответить на свой вызов и последовать за ним, куда бы он ни привел. И сделать это никогда не поздно, пока мы живы.

Героический переход: начало

В своем исследовании Кэмпбелл отмечает, что вызовом может быть странное событие, пробуждающее наше любопытство, задача или вопрос, которые мы начинаем осознавать, или неумолимый рок, нависший над нами. Но каким бы ни предстал для нас вызов, он побуждает оставить уютное тепло привычных представлений и двигаться прочь от обыденности к самым границам знакомого мира. Начинается фаза «ухода», или начала Пути Героя. Герой или Героиня начинают переход из поюстороннего мира известного в потусторонний мир неизведанного.

Начало Пути само по себе не простое событие – оно состоит из нескольких последовательных эпизодов. Первый эпизод – собственно вызов. Вы слышите голос неведомого, чувствуете тягу, любопытство толкает вас – и вы не можете этому противиться.

Вспомним, как выражена тема вызова в трех кинотрилогиях современности – «Властелине колец», «Звездных войнах» и «Матрице». Три великих сюжета раскрывают нам три классических варианта встречи с вызовом.

Вызов может найти вас прямо на пороге вашего собственного дома, как это случилось с Фродо Бэггинсом.

Началом вызова может послужить спонтанный, невинный, с виду почти ничем не примечательный и ни к чему не обязывающий поступок.

Фродо вбегает в дом в поисках своего внезапно исчезнувшего с праздника дядюшки, и вдруг взгляд его привлекает блестящая вещица, валяющаяся на полу прямо перед входной дверью. Повинуясь вполне объяснимому импульсу, Фродо поднимает вещицу с пола. Ею оказывается золотое колечко. Как будто ничего особенного. Но мы-то знаем, что эта золотая безделушка на самом деле могущественный и смертельно опасный для всего мира артефакт – магическое кольцо Всевластия, превращающее своего владельца в послушного раба владыки Саурона. Мы знаем, какой внутренней борьбы стоил дядюшке Фродо отказ от этого кольца и что только вмешательство волшебника Гендальфа помогло ему расстаться с ним. Фродо поднял кольцо, словно бы для того, чтобы получше разглядеть его. Простота и невинность этого действия такова, что, кажется, еще секунда – и Фродо так же легко отбросит колечко прочь, не найдя в нем ничего интересного. Но этому уже не суждено случиться. Просто прикоснувшись к кольцу, Фродо уже вошел в сферу его магического влияния, и сила кольца уже изменила его судьбу навсегда.

Не то же ли самое случается и с каждым из нас в нашей жизни? Мы совершаем поступки, которые кажутся нам ни к чему не обязывающими, но которые полностью меняют нашу жизнь. Так происходит, потому что Вселенной на всех уровнях и во всех сферах существования управляют неумолимые законы – законы судьбы, или, как говорят на Востоке, законы кармы. Поначалу мы мало что знаем о них. Мы начинаем свою жизнь в неведении, в невежестве, и, более того, мы потакаем своему неведению и невежеству. Какое-то время мы живем на поверхности бытия, и на этой сцене не видны те закулисные пружины, что приводят в действие весь сюжет жизни. Однако незнание не освобождает от ответственности. И однажды мы совершаем поступок, который активизирует мощные силы кармы – силы неизбежности: мы сеем ветер – и из этого ветра вырастает буря.

Другой вариант встречи с вызовом описан в «Звездных войнах».

Это тот случай, когда вызов приходит, замаскировавшись под одно из повседневных дел.

Люк Скайуокер нежданно-негаданно находит свой вызов, занимаясь делами, казалось бы, никак не соотносимыми ни с приключениями, ни с подвигами, ни с познанием смысла жизни. Он, как и его дядя, простой фермер на рядовой планете Татуин, затерянной где-то на окраинах галактики, и так же занят повседневной рутинной фермерских дел. Необходимо купить пару роботов у заезжих торговцев. Обычное утро, обычная процедура покупки. Они уже делали это не раз. Как обычно, торговцы выставили своих роботов в ряд. Как обычно, они с дядей придирчиво осматривают товар – этим ушлым торговцам нельзя доверять, того и гляди подсунут брак. Для Люка все это – давно наскучившие занятия. Его мысли заняты фантазиями о битвах и космических полетах, он рвется поскорее освободиться от дел, чтобы поразвлечься с друзьями. Он не знает того, что уже знаем мы: Си-3-Пи-О, один из роботов, которых он окидывает равнодушным

взглядом, хранит в своей памяти зов о помощи от попавшей в беду принцессы Леи. Вот роботы выбраны, и Си-3-Пи-О нет в их числе. Люк разворачивается, чтобы отвезти купленных роботов в гараж. Еще миг – и он навсегда пройдет мимо шанса, так и не распознав его. Но вдруг один из купленных роботов ломается, его нужно заменить. Случайность? Как бы не так. В сюжете Великого Путешествия нет ничего случайного. Любая случайность – это проявление скрытой закономерности, и вызов как раз и есть это проявление. Благодаря стечению обстоятельств Люк все же выбирает Си-3-Пи-О, и уже через несколько минут в гараже ему предстоит раскрыть хранимую им тайну.

Фродо и Люк встретили свой вызов, еще не вполне отдавая себе отчет в том, что происходит и как происходящее отразится на их судьбе. В этом смысле вызов – это всегда уловка, хитрый маневр, который вовлекает Героя в Великую Игру поиска истины и свободы. Иисус недаром называл выведение человека на Путь «ловлей», подобно рыбалке. Вы клюете на приманку и вдруг обнаруживаете себя втянутыми в «сомнительную историю», цепочка странных происшествий приводит вас к столкновению с силами, мощь которых вы недооценивали. И тогда отблеск величия происходящего на миг приоткрывается перед вами. Такова первая фаза встречи с вызовом.

Но человек не всегда сталкивается с вызовом «как бы случайно», «нечаянно».

Иной раз встреча с вызовом становится результатом долгого изнурительного поиска. Результатом нескончаемых бессонных ночей, проведенных в томительном ожидании неведомо чего.

Но и в этом случае вызов приходит «как бы» сам по себе, «как бы» независимо от ваших усилий.

Именно так все и происходит с героем «Матрицы» Томасом Андерсеном. Он заморожен сообщениями в интернет-прессе о деятельности неуловимых кибертеррористов. Имена загадочного предводителя Морфеуса и женщины-хакера Тринити не выходят у него из головы. Чем они занимаются? В чем их миссия? Какую истину они знают о мире, которой еще не знает он сам? Томас догадывается, что мир не столь прост, как хотят уверить его окружающие. Он ищет ответы и не находит их, но вопрос остается и продолжает мучить его. Что такое Матрица? На его компьютере круглосуточно включен поиск, выискивающий во Всемирной сети крохи информации о Морфеусе и Тринити. Очередная ночь без сна. Не в силах больше бороться со сном, он роняет голову на стол. Как вдруг – экран монитора гаснет и в пустоте одна за другой появляются строки: «Проснись, Нео... Ты в плену у Матрицы... Следуй за белым кроликом... Тук, тук, Нео...»

Вслед за этим раздается стук в дверь. Один из клиентов пришел забрать свой заказ. У Нео бледный вид, и парень советует ему проветриться, например сходить с ним и его компанией в ночной клуб. Это не совсем то, что сейчас нужно, уверен Нео, и с его уст уже готов слететь отказ. Но тут... Уже знакомый нам поворот Игры в развертывании вечного сценария вызова. Одна из девушек, пришедших с клиентом, поворачивается так, что вдруг становится видна

татуировка на ее плече – белый кролик! И Нео клюет. Его губы, готовые вымолвить «нет», невольно говорят «да». И, еще не зная того сам, он начинает свою Игру, свой поход к Предельной Истине этого мира.

Два мира: миф и Реальность

История Будды – его пробуждения к Путешествию – очень актуальна нашему времени и близка современному Герою, погруженному в глубокий сон, навеянный гипнозом массмедиа. Кэмпбелл целиком приводит ее на страницах своей книги как классический пример вызова и начала Путешествия. Рассказанная в максимально обобщенном виде, эта история становится мудрой сказкой, глубоким мифом, где Герой – сознание каждого из нас.

В некотором царстве, в некотором государстве жил-был царь, и однажды родился у этого царя сын. При его рождении было предсказано, что тому суждено стать либо властелином мира, либо святым мудрецом. Царь-отец жаждал видеть сына на царском троне, вот почему он поклялся сделать все, чтобы сбылась только первая часть пророчества.

Чтобы оградить сына от всякого соприкосновения с миром страдания и боли, гнет которых заставляет человека искать освобождающей истины, он повелел построить для него прекрасный Дворец и разбить вокруг огромный Сад, а в Саду расставить стражу, чтобы никто без специального разрешения не смог проникнуть внутрь или выйти наружу. Тысячи музыкантов, сказителей и девушек-танцовщиц были собраны во Дворец со всей страны, чтобы они день и ночь развлекали юного принца. Сотни магов-кудесников были приглашены во Дворец, чтобы своими чудесами они отвлекали ум принца от сомнений в реальности мира. Сотни учителей были тщательно отобраны царем для воспитания своего сына. И всех их объединяло одно – они не были пожилыми или старыми.

С юных лет маленький принц жил во Дворце, построенном для него отцом, и не ведал другого мира, кроме того, который его окружал. В этом мире не было болезней, не было страданий, не было смерти. Тысячи служителей Дворца тщательно оберегали юного принца от любого намека на старость, нищету и несправедливость.

С юных лет воспитатели принца внушали ему мысль о его предназначении – он родился, чтобы быть великим царем, властителем земного царства. Юный ум – все равно что мягкая глина, можно вылепить что угодно. И в умелых руках своих наставников юный принц становился таким, каким они его делали: капризным, самовлюбленным бессмертным тираном. Бессмертным – потому, что юноша, окруженный беззаботными танцовщицами и друзьями для игр, не ведал еще о том, что всему в этом мире приходит конец.

Принц жил в мире праздности и развлечений, но это только послужило приближению неизбежного, ибо он рано пресытился утехами плоти и начал искать чего-то нового, чтобы скрасить свой досуг.

Однажды юный принц пожелал отправиться в парк и приказал своему возникшему приготовить колесницу.

Боги, наблюдавшие это, решили, что поездка принца – удачный момент, чтобы подать ему знак. Один из них преобразился в нищего калеку и предстал в этом образе перед колесницей принца, когда тот возвращался во дворец после прогулки по парку. Несмотря на то что окрестности парка кишели охраной, безногий калека в лохмотьях, сидящий в пыли и рвущий на себе волосы, был виден только принцу и его возничему. Принц поразился виду этого человека и велел остановить повозку.

«Что ты делаешь, остановись! – воскликнул он, обращаясь к нищему. – Зачем ты сидишь в пыли и рвешь на себе волосы? Зачем ты причиняешь себе боль? И что случилось с твоими ногами?!»

«О великий принц! – отвечал тот. – Я рву на себе волосы от отчаяния, чтобы хоть как-то заглушить боль в сердце, ибо страдания тела ничто по сравнению со страданиями души. Я потерял обе ноги на последней войне, которую вел наш великий царь, ваш достославный отец, и теперь я не могу прокормить семью. Мои дети голодны, а сам я – нищий и больной калека».

«Разве такое может быть?!» – удивился принц.

«Такова правда этого мира», – ответил нищий.

И принц в задумчивости возвратился во Дворец.

«Почему мой сын невесел и не принимает участия в общих забавах, как обычно?» – спросил рассерженный царь.

«О мой повелитель, – сказал возница, – по дороге принц увидел нищего, а расспросив его, помрачнел и задумался».

«Ты хочешь убить меня, говоря такие вещи?! Быстро распорядись, чтобы принцу показали какие-нибудь игры! Может, он позабудет о том, что видел, если нам удастся развлечь его».

После чего царь приказал удвоить охрану во Дворце и в парке.

Но однажды принц снова отправился кататься в парк, и Боги вновь сочли этот момент удачным, чтобы дать юноше еще один знак. На этот раз один из Богов преобразился в дряхлого старика: опираясь трясущимися руками на посох, он явился перед колесницей принца, не видимый никому, кроме них. Принц, до этого всегда живший в окружении юных лиц, поразился виду седого старика.

«Что за странный вид у этого человека! – воскликнул принц. – Кто ты и из каких неведомых стран явился сюда?»

«Я живу в той же стране, что и вы, о великий принц», – ответил старик.

«Тогда зачем тебе этот глупый маскарад?»

«Это не маскарад, мой принц, просто я очень стар – мои волосы седые, а тело немощно».

«Как такое может быть?!» – снова удивился принц.

«Однажды старость и немощь приходят к каждому, кто родился на этот свет. Такова правда этого мира, мой принц», – сказал старик.

И снова юноша в задумчивости вернулся во Дворец.

И снова царь спросил, что произошло, а узнав, распорядился усерднее увеселять принца чудесными забавами, а охрану во Дворце и Саду увеличить в четыре раза.

Но случился снова день, когда Боги послали юному принцу третий знак. На этот раз он встретил похоронную процессию.

«Что случилось с этим человеком и почему вы оплакиваете его?» – спросил принц.

«Этот достойный человек умер, – отвечали те. – А плачем мы потому, что все мы рождены умереть и никто не знает, что ждет нас за порогом этой жизни».

«Неужели каждого, кто рожден, ожидает такой конец?!» – поразился принц. «Такова правда этого мира», – сказали люди.

И, выслушав этот ответ, принц сказал:

«Позор рождению, ибо ко всякому, кто родился на этот свет, приходит страдание, старость и смерть!»

Мрачнее тучи вернулся принц во Дворец, а царь повелел в восемь раз увеличить охрану вокруг Дворца и созвал всех самых изощренных кудесников и самых восхитительных прелестниц, чтобы развеселить своего наследника и отвлечь его от мыслей о бренности мира.

И наконец, пришел день, когда Боги решили послать принцу последний знак. Прогуливаясь в задумчивости по парку, принц встретил монаха, в молитве перебирающего четки.

«Добрый человек, прошу тебя, скажи мне, кто ты и что ты делаешь?» – спросил заинтересованный принц.

«Я ищу освобождения от невежества и страдания. Я монах – человек, который уединился от мира».

После этого монах начал перечислять достоинства уединения. Мысль о том, чтобы уйти от мира, понравилась принцу, и он решил покинуть Дворец. Так он начал свой Путь поиска предельной истины и свободы. Так он начал Путь, который повел его к Великому Пробуждению.

В чем же суть этой истории? В чем суть вызова? В чем суть Великого Пробуждения?

История Будды передает нам знание о том жизненном сюжете, в котором застает себя каждый человек, рожденный земной женщиной. Суть этого сюжета проста.

С младенческих лет мы живем в изначально заданном извне мире. Этот мир кажется нам существующим самостоятельно и независимо от нас. Мы однозначно убеждены в реальности этого мира, просто потому что не знаем (и иногда не хотим знать) никакого другого. Этот мир кажется незыблемым и бесконечным, просто потому, что мы не можем помыслить конца этому миру, просто потому, что мы не видели того, как создавался этот мир: однажды мы просто обнаружили себя в нем и приняли его как данность.

Но в действительности реальность этого мира не так однозначна, как нам кажется. В действительности этот мир похож на Дворец из истории про Будду. Дворец, который был кем-то построен и единственное предназначение которого – оградить нас от соприкосновения с Реальным Миром. Дворец забвения. Дворец изгнания – The Palace of Exile, – воспетый мятежным рок-шаманом Джимом Морисоном.

И однажды каждый из нас, подобно принцу Сиддхартхе, получает вызов извне – кто-то или что-то по ту сторону Дворца хочет войти в контакт с нами. Мы получаем знаки и встречаемся с проводником, который приоткрывает перед нами завесу мира и показывает начало Пути. И мы обнаруживаем, что мир Дворца, раньше казавшийся нам таким огромным и всеобъемлющим, единственно реальным, на самом деле – лишь точка в истинной бесконечности Реального Мира. Мы обнаруживаем, что мир Дворца, казавшийся нам незыблемым и предзаданным, в действительности есть нечто сотворенное – дело чьих-то рук. Кто-то сотворил его для нас – быть может, наши предки, быть может, наши родители или воспитатели. Быть может, кто-то еще... И возникает закономерный вопрос: если то, что мы принимали за реальность, на самом деле не есть реальность, – то что же тогда Реальность?

Адам & Ева

Есть еще одна широко известная история на эту тему. Это история об Адаме и Еве, образы которых, как мы знаем, – это образы всего человечества. Здесь мы встречаем тот же сюжет, что и в истории про Будду, но уже возведенный в ранг космогонического мифа.

Некто очень великий и могущественный (Бог-Отец) создает чудесный Сад и помещает в него свое Дитя, созданное им по образу и подобию своему. Изначально это гермафродит, двуполое существо Адам, от которого затем отпочковывается Ева и возникает разделение на два пола – мужской и женский. Для Адама & Евы Сад – единственная данная реальность, и они не могут помыслить ничего, кроме нее. Все для них является предзаданным и потому бесконечным – и Сад, и деревья и травы, и все твари в нем, и сам непостижимый Отец, время от времени возникающий словно из ниоткуда, чтобы изъять свою волю. Например, Он строго-настрого запрещает своим Детям подходить близко к двум Деревьям в Саду. Их плоды смертельно опасны, внушает Он им.

Это ограничение кажется столь ничтожным по сравнению с размерами всего Сада и всеми теми чудесами, которыми он преисполнен, что кажется, будто запрет лишь милая причуда сверхщедрого Отца, которую тем более легко принять.

Но вот Дети подросли, и оказалось, что Сад не такой огромный, как чудилось им раньше. Оказалось, что и у самых захватывающих чудес есть своя мера. Оказалось, что уже всему в Райском Саду даны имена, все посчитано, все испробовано, за исключением двух этих запретных Деревьев и их плодов.

И их начинает неудержимо тянуть к запретным Деревьям. Ведь запретный плод, как известно, сладок. Как бы невзначай, они проходят все ближе и ближе от запретной зоны. И вот однажды Ева осмелилась подойти к Деревьям очень близко, так близко, что услышала сквозь шелест листвы голос. Голос проводника, пришедшего с другой стороны мира. И этот голос прошептал имена двух запретных деревьев – Древо Познания и Древо Жизни.

Голос рассказал, что два Древа суть врата Сада, что сам Сад не есть еще весь Мир и что за этими вратами открывается Путь в самое сердце Реальности.

Тот, кто отваживается отправиться в этот Путь, обретает предельное знание и становится сам подобен Богам.

«Но Отец сказал нам, что, отведав плодов с этих деревьев, мы умрем», – возражает Ева.

«Он обманул вас, – шепчет голос, – вы не умрете, но познаете Истину, и Истина сделает вас свободными. И станете вы как Боги, зная добро и зло. Этого и боится ваш Отец. Он не хочет, чтобы вы уподобились Ему, ибо тогда вы перестанете быть послушными. Он хочет, чтобы вы всегда оставались детьми, ибо так вами легче управлять».

Все мы хорошо знаем, что произошло дальше. Ева сорвала плод с Древа Познания и отведала его вместе с Адамом. Бог-Отец разгневался на них и изгнал из Сада. Так начался их Путь познания добра и зла.

Между двумя историями – восточной (о Будде) и западной (об Адаме & Еве) – есть сходство, которое не сразу бросается в глаза, и есть различие, которое невозможно не заметить. Сходство двух историй таково, что возникает впечатление, будто обе они повествуют об одном и том же событии. Различие же наталкивает на мысль, что рассказчики двух этих историй имели по меньшей мере противоположные цели.

Если в восточной истории Дворец-Сад создает Царь-Отец, властелин, правитель, *князь мира сего*, чтобы скрыть от своего наследника истинное положение дел в Реальном Мире; то западная история рассказана так, что поначалу мы ничего не узнаем о Мире вне Сада. Складывается впечатление, что западная история рассказана так, будто рассказчик *не хочет*, чтобы мы знали что-то о Мире вне Сада. С самого начала подразумевается, что Сад и есть весь Мир, кроме которого больше ничего нет. Слушая эту историю, мы узнаем только, что Некто всемогущий (Бог-Отец) создает Сад-Мир и поселяет в него Адама и Еву, чтобы они жили в нем, радовали бы отеческий взор и были бы в Саду полноправными хозяевами. Мира вне Сада как бы не существует. О нем не сказано ни слова.

Затем в обеих историях возникают образы проводников на ту сторону, за пределы Сада, в Реальный Мир. Но какова разница! Если на Востоке это Боги, которые посылают будущему Будде знаки к пробуждению и открывают перед ним Путь к освобождению из Дворца иллюзий, созданных отцом, то на Западе проводник превращен в змия-искусителя. В западной интерпретации проводник – это враг рода человеческого, который соблазняет невинные души, подговаривает их отступить от воли Отца. Если на Востоке уход принца из Дворца – подвиг, знаменующий начало Великого Путешествия; то на Западе этот подвиг превращен в тяжкий первородный грех. И только после того, как этот грех совершен, нам открывается Мир за пределами Райского Сада – «юдоль страдания и скорби», как говорится в западной версии.

Если восточная версия раскрывает нам перспективу непростого Пути, которым прошел принц Сиддхартха, прежде чем раскрыть свою подлинную природу и стать Буддой, т. е. Пробужденным; то в западной версии нет ни намека на истинный смысл того, что совершили Адам & Ева. Здесь однозначно говорится, что они совершили огромную ошибку, тяжкий грех, и единственный способ спастись от последствий этого преступления – прийти с покаянием к Отцу и

просить у него милостивого прощения. О реальном смысле «изгнания из Сада» можно лишь догадываться, сопоставляя различные версии этой истории.

Когда же мы производим это сопоставление, мы понимаем, что «изгнание» – есть не конец, как хочет показать нам западная версия, но начало. Изгнанные (или освобожденные?) из эдемского Сада, Адам & Ева стоят у начала Великого Пути самопревосхождения и преодоления иллюзий неведения, Пути познания добра и зла. Все, что закончилось для них, – это период животной невинности, обусловленной их невежеством. Отныне им суждено перерождаться в бесчисленных мирах Вселенной, пока круг познания не будет совершен и они не поравняются в мудрости с самими Богами. А когда это свершится, они найдут путь к Древу Жизни, чтобы, отведав его плодов, обрести Божественное бессмертие своей собственной подлинной природы – пробудиться к Жизни Вечной.

Так кто же рассказчики этих столь разных и столь похожих историй? На Востоке им мог быть сам Будда, прошедший весь Путь от начала и до окончательного Пробуждения, – кому, как не ему, знать все тонкости своего собственного Пути. А как выглядела бы та же самая история в устах не Будды, а, к примеру, его отца? Предположим, история на этом не закончилась и *царь земной* захотел повторить эксперимент с новым наследником. Что бы он сделал? Наверное, учел бы прежнюю ошибку. Он так же поместил бы наследника в прекрасный Дворец, так же попытался бы оградить его от контакта с Реальным Миром. Но на этот раз он бы еще приказал, чтобы с младых лет наследнику рассказывали одну историю, миф, сказку. Историю о том, как добрый Бог-Отец создал для Своих детей прекрасный Сад и как пришел коварный искушитель и вовлек детей в тяжкий грех. И как за эту провинность Отец изгнал Своих детей в «юдоль страдания и скорби», чтобы они скитались там до тех пор, пока не придут и не попросят у Него прощения.

Истории о Великом Пробуждении и Великом Путешествии как никогда близки современности. Сегодня каждый из нас подобен принцу, живущему во Дворце иллюзий и не ведающему о своем заточении, подобен Адаму & Еве, блуждающим по кущам волшебного Сада.

Что же за Сад окружает нас, чей чудесный блеск затмевает сияние подлинной Реальности? Кто его создатель и почему он хочет, чтобы мы верили в единственную реальность его творения?

Шоу должно продолжаться...

У истории о райском Саде и Великом Путешествии есть еще две любопытные интерпретации, уже современные. Одну из них мы находим в фильме «Шоу Трумэна» с неподражаемым Джимом Кэрри.

В фильме нам показывают мир, в котором огромная мировая индустрия развлечений, оснащенная самыми передовыми технологиями, существует только ради того, чтобы производить все новые и новые реалити-шоу. Авторы ломают голову в поиске новых оригинальных идей, стремясь создать шоу, которое надолго привлечет к себе максимум внимания аудитории. И вот одному из них приходит на ум блестящая догадка. Кажется, он близок к тому, чтобы создать шоу века. Однако идея, как все гениальное, проста.

Это шоу в реальном времени, когда сотни скрытых камер непрерывно должны следить за каждым мгновением жизни человека, который с самого рождения, сам не зная того, является единственным главным героем круглосуточного телешоу, названного его именем.

Трумэн – обычный человек. У него есть жена и мать. Мы видим начало буднего дня. Трумэн просыпается, завтракает, собирается на работу, перед выходом целует жену, весело машет рукой своим соседям, идя по тропинке от крыльца дома к своей машине. По дороге на работу заезжает купить свежих газет. И вот наконец он в офисе: Трумэн – страховой агент. Он здоровается со своими сослуживцами и приступает к своим ежедневным обязанностям – уговаривает своих клиентов купить страховку.

Трумэн живет обычной жизнью... и даже не подозревает, что его родного города нет ни на одной карте мира, потому что его город со всеми прилегающими к нему окрестностями – лишь декорация, гигантская, изолированная от всего остального мира студия, оснащенная по последнему слову техники и созданная специально для того, чтобы снимать уникальное телешоу, идущее в эфир ровно столько, сколько лет Трумэну. Шоу, пользующееся небывалой популярностью: весь мир, прильнув к экранам телевизоров, следит за каждым движением героя, за всеми поворотами его судьбы. Трумэну еще только предстоит открыть для себя шокирующую правду: вся его жизнь – ненастоящая. Все люди вокруг него – и сослуживцы, и клиенты, и соседи, и даже жена, мать, отец и друг детства – все они профессиональные актеры, нанятые телестудией специально для участия в этом шоу и подписавшие долгосрочный контракт.

Сюжетная интрига фильма «Шоу Трумэна» – это классическая формула, с которой начинается любая история о Вызове, Поиске, Путешествии к Реальности и Великом Пробуждении. Эта формула проста: герой живет в ненастоящем мире. Все, что кажется ему происходящим на самом деле, есть лишь выдумка, остроумный сюжетный ход, придуманный Режиссером этого Шоу, изощренная программа, созданная Архитектором Матрицы. Такова предпосылка. С этой предпосылки начинается собственно история – попытка прорыва к подлинной Реальности, попытка выхода за пределы обусловленности, предзаданности, попытка освобождения из круга уже запланированных сюжетных ходов.

Но это не так-то просто. Если для Трумэна его попытка освободиться – это естественный порыв, идущий из глубины души; то для продюсеров шоу непредсказуемое поведение Трумэна – угроза их многомиллиардному бизнесу.

Поэтому шоу должно продолжаться. Любой ценой. И Трумэн, а вместе с ним и мы, узнает, какова эта цена.

Послание фильма «Шоу Трумэна», как и многих других подобных произведений литературы и кино, очевидно: ты живешь в неведении, мир, который тебя окружает, – иллюзия. Ты *реален* («Трумэн» в переводе означает «реальный человек»), а мир, в котором ты живешь, – *нет*. Мир вокруг тебя – фальшивка, подделка под настоящий мир. И в этом суть всей драмы. Если бы ты был такой же ненастоящий, как и все вокруг, все было бы очень просто – ты просто был бы еще одной безмозглой куклой в чьем-то бездарном театре. Но ты *реален* – и это меняет все. Потому что ты чувствуешь тоску, идущую откуда-то из глубины твоего сердца, и это не наигранная грусть лицедея. Ты чувствуешь зов, и этот зов не дает тебе успокоиться. Ты уже хочешь вырваться, еще даже не зная куда и откуда. Мир кричит тебе в лицо: «Верь мне, я настоящий, есть только я, и, кроме меня, ничего больше нет!» – и хотя у тебя нет никаких доказательств, ты чувствуешь, что это не так. Ты не можешь объяснить этого никому, даже самому себе, но ты чувствуешь во всем скрытый подвох. Да и кому ты можешь открыться, если даже твой лучший друг – лишь актер, получающий гонорар за свою роль, и он должен отрабатывать свой хлеб. А платят ему за то, чтобы он любым способом убедил тебя в нелепости твоих фантазий. Ты должен остаться, потому что иначе ты лишишь Большого Дядю его дохода, который он зарабатывает на твоём неведении, на всем твоём образе жизни. Ты обязан остаться, потому что шоу должно продолжаться, несмотря ни на что...

Но ты уже не хочешь и не можешь. Потому что ты уже намерен знать правду.

Трикстер, общество бессмертных магов и пришельцы из космоса

Вокруг темы Великого Путешествия и Пробуждения всегда существовало и существует масса догадок и теорий, одна фантастичнее другой. Каждый, кто сталкивался в своей жизни с вызовом, задавался вопросом, а кто придумал все это? По чьей вине мы вынуждены разыгрывать этот сценарий горьких разочарований и тщетной борьбы во имя призрачной свободы? Если мы рождаемся в тюрьме (пусть даже она кажется поначалу прекрасным Садам-Дворцом), то кто тюремщик?

Есть три наиболее популярные версии ответов. Вы наверняка слышали о них.

Самая древняя из них – это теория гностиков о злом демиурге, трикстере, который похитил перволюдей (Адама и Еву) у доброго Бога Света и заточил их в плену иллюзий. Своими корнями теория восходит к зороастризму, который, согласно источникам, сложился между VII и XI веками до н. э. По этой версии, именно трикстер Ангра-Майнью, властелин лжи, является автором этого мира и его единственная задача – удерживать людей в неведении и рабстве до самой смерти. По версии гностиков, Сад, в котором находятся Адам и Ева, – это гибельная ловушка иллюзий, созданная трикстером; смысл же истории в том, чтобы освободиться из плена злых чар и воссоединиться со Светом. С этой целью на Землю приходит Посланник Света – Спаситель, который помогает Адаму и Еве

отведать плод с Запретного Древа, познать добро и зло и таким образом освободиться.

Трикстер – великий мастер дезинформации, бог обмана, мошенничества и плутовства. Вот почему в созданном им мире все искажено, извращено и запутано: обман искусно смешан с правдой, истина – с ложью. Это мир, в котором трикстер с легкостью может выдать себя за Бога-Создателя, а Спасителя превратить в коварного Змия-искусителя. Его мир – изошренная сеть ложных намеков, выдающих себя за тайную истину, грандиозный Дворец обмана, где самая губительная ложь маскируется в одежды спасительного откровения. Это тотальное Королевство кривых зеркал, бесконечно плодящих искаженные и уродливые отражения изначальной Истины.

Две другие теории, по сути, являются вариантами мифа о трикстере.

Первая из них, пожалуй, лишь немногим уступающая по возрасту гностическому мифу, просто спускает трикстера с метафизических небес на грешную землю. Тюремщиков следует искать не где-то в потусторонних далях – они здесь, среди нас. В мифах этой группы роль трикстера исполняет особое сообщество людей, которые ради каких-то своих корыстных интересов поработили все остальное человечество и намеренно держат людей в неведении относительно истинного смысла и цели жизни. Таких мифов великое множество: среди них все многочисленные теории заговора и истории о тайных сектах – евреи, масоны, коммунисты, заговор мирового империализма, ядерный клуб или клуб миллиардеров.

Одна из наиболее оригинальных версий этой группы гласит, что миром правит тайное общество древних магов, владеющих секретом физического бессмертия. Несмотря на всю свою фантастичность, выглядит она вполне логично. Если некоторые люди в древние времена смогли разгадать секрет практически неограниченного продления жизни, то что им еще оставалось делать на этой земле? Сотни лет пролетают как дни, великие империи рождаются и гибнут. Для существ, имеющих возможность продлевать свое осознание не одну тысячу лет, это не самая сложная задача – постепенно завладеть на земле всеми рычагами власти и силы, оставаясь при этом в тени, и направлять ход человеческой истории в нужное им русло. История знает немало примеров, когда на судьбы государств и народов оказывали влияние люди, возникавшие словно из ниоткуда и несшие на себе неизгладимую печать тайны, достаточно вспомнить одиозную фигуру Распутина.

Как логическое продолжение мифа о секте бессмертных магов, поработивших человечество, обязательно должна была возникнуть история о другом тайном обществе, обществе революционеров, повстанцев, светлых магов, боддхисаттв – людей, которые смогли вырваться из плена иллюзий и познали Тайну двух миров – подлинной Реальности и иллюзорной действительности. И вот мы уже имеем захватывающую историю борьбы двух тайных обществ. Это борьба двух идеологий: поле этой битвы – умы людей; оружие – информация. И кто знает, быть может, вся наша культура есть лишь отголоски этой не смолкающей в истории человечества тайной битвы?

Так или иначе, мы находим этому многочисленные доказательства, подтверждающие, что темы освобождения от власти иллюзий, темы битвы светлых и темных – самые популярные темы в мировой культуре. То тут, то здесь мы находим сотни сюжетов, обыгрывающих эту вечную историю. «Шоу Трумэна», «Властелин колец», «Звездные войны» и «Матрица» – лишь вершина этого айсберга.

Пожалуй, наиболее отчетливо звучит эта тема в «Матрице». Здесь мы находим три составляющие этой темы практически в чистом, незавуалированном виде: есть иллюзорный мир Матрицы – сон, в который погружена большая часть человечества; есть клан таинственных секретных агентов, наделенных сверхспособностями, которые чутко стерегут этот сон; им противостоит сообщество свободных людей, повстанцев, живущих в Реальном Мире.

И конечно, стоит упомянуть отечественный продукт на эту нестареющую тему – трилогию «Дозоры», раскрывающую нам тайну хрупкого равновесия темных и светлых сил.

Еще одна популярная ныне группа версий мифа о трикстере – многочисленные истории о «чужих» – инопланетных захватчиках, способных проникать внутрь человеческого тела и подчинять его себе. Здесь трикстер – и не метафизический Дьявол, и не «серый кардинал», бессмертный манипулятор, правящий миром, а нечто среднее – неземная форма жизни, прилетевшая на Землю откуда-то из непостижимых глубин космоса. Согласно мифам этой группы, инопланетные захватчики, в незапамятные времена «спустившиеся с небес на землю», поработили людей весьма своеобразным способом – они наделили их своим разумом, что, по существу, означает – пересотворили «по своему образу и подобию». И это был самый лучший способ скрыть следы своего присутствия на Земле (до поры до времени, разумеется).

Таким образом, мы здесь имеем научно-фантастическую историю о том, как в далеком прошлом Землю посетили загадочные существа, обладающие невероятными технологиями. Их проект колонизации представлял собой крупномасштабное предприятие невиданного размаха, которое включало в себя генетический эксперимент над одним из населявших планету животных видов. Для эксперимента был выбран вид весьма сообразительных всеядных обезьян, пытавшихся ходить на задних конечностях и использовавших в быту нехитрые орудия труда – палку-копалку, дубинку и т. п. Суть операции состояла в прививке обезьянам инопланетного гена. Так обезьяна стала человеком. Звучит фантастично, не так ли? Но генетический код человека и нашего ближайшего родственника шимпанзе совпадает на 98%. Всего два процента, а какова разница! Всего два процента генетического кода отвечают за всю человеческую культуру – язык, письменность, религию, искусство, науку. Не тот ли это самый кусок кода, который был привит обезьяне «чужими»?

Разумность полученного в результате этой прививки нового вида стала прогрессировать невероятно быстро – какие-то десятки тысяч лет против миллиардов и миллионов лет предыдущих исторических периодов эволюции. Новое существо, переставшее быть обезьяной и тут же осознавшее свою вмиг

утерянную животную невинность, свою «обезьянность», пыталось осмыслить суть происходивших с ним перемен и всеми доступными способами зафиксировать смысл сумеречных откровений о природе своего происхождения. В этом ему помог язык.

Наиболее древним мифом, передающим нам скудные сведения о грандиозном событии, случившемся некогда на земле и положившем начало той человеческой цивилизации, какую мы знаем, можно считать цикл историй о битве Орла со Змеем.

Во многих древних культурах сохранились предания о Богах, спустившихся с неба в огненных колесницах. Согласно этим преданиям, именно Боги, сошедшие с небес, «огненные птицы», принесли людям разум, язык, культуру, письменность.

До прихода Орла люди поклонялись Змею, традиционному символу плодородия и мудрости (земля). Спустившись с неба, Орел (небо) вступает в битву со Змеем и побеждает его, изгнав в подводное царство. С этих пор имя Змея проклинается, а все его атрибуты предаются забвению. Мифология засвидетельствовала этот переворот. Если мифы эпохи раннего палеолита рисуют в целом положительные образы бога-Змея или богини-Змеи, представляя женскую ипостась как дух плодородия и изобилия, а мужскую – как хранителя и опору жизни; то уже в эпоху позднего палеолита отношение к Змею становится резко отрицательным. Постепенно Змей превращается в заклятого врага рода человеческого, становится одним из обликов дьявола. Любопытно, что слово «сатана», ставшее в иудеохристианской традиции нарицательным прозвищем дьявола, происходит от древнеегипетского «Сата» – имени бога-Змея, в переводе означающего «сын земли», «жизнь земли».

Современную реанимацию древнего мифа мы находим в одной из последних книг Карлоса Кастанеды, где рисуется картина человечества, находящегося в тяжком рабстве у невидимого захватчика, хищника-летуна, пришельца из иных миров. Летун внедрил в сознание человека чужеродное устройство, свой разум, превратив человека в послушного раба. Летун поработил человека, чтобы паразитировать на его энергии; человек же, омраченный чуждым ему разумом, превратился в хищника по отношению к своей родной планете, поработив существ, населяющих ее. Человек «не венец природы» и не «хозяин земли», утверждает в книге Кастанеды, человечество есть лишь выводок бройлерных цыплят, питательная культура, искусственно разводимая для нужд летунов. Все эти грандиозные достижения человеческой культуры, чудеса науки и техники, все эти шесть миллиардов душ, заполонивших планету и нещадно ее эксплуатирующих, выжимающих из ее недр последние энергоресурсы, вырубаящих последние леса, – все это есть лишь процветающая космическая ферма для производства редкого деликатеса – «осознания», своеобразных энергетических сливок, которые вырабатывают человеческие существа и которыми так любят полакомиться «чужие».

Бог-Птица, летун, пришелец с небес, имплантировал людям свой разум, дал свой язык, свою культуру, он совершил грандиозный культурный переворот, он

полностью поменял все представления, все духовные ориентиры – то, что было хорошим, стало плохим, то, что было естественным, стало запретным, то, что было священным, стало проклятым. Если верить древним мифам, то наша сегодняшняя цивилизация есть продукт разума, принесенного нам богом-Птицей. И если так, то наш общепринятый взгляд на историю, наш общепринятый взгляд на мир есть лишь тот взгляд, что выгоден богу-Птице. Получается, он и есть тот самый тюремщик, построивший для нас Сад чарующих иллюзий разума с единственной целью – скрыть истинное положение дел? Чтобы мы и не подозревали, звеном какой чудовищной пищевой цепочки являемся.

Сотни лет развития интеллекта, прогресса и научных переворотов привели нас в мир, где человек лишен истинного смысла жизни, лишен своего истинного духа, лишен своей человечности – он есть лишь потребитель, жадно и бездумно пожирающий природные ресурсы и развлечения. Для чего? Овца, корова или курица могут думать, что живут для того, чтобы сытно питаться и бурно размножаться, но они и не подозревают, что на самом деле их жизнь полностью лишена собственной ценности, они нужны лишь для того, чтобы производить шерсть, молоко и яйца. Не подобно ли современное человечество этим овцам? От таких догадок мороз продирает по коже, и вот уже начинаешь настороженно вчитываться в древние метафоры про «доброе пастыря» и «стадо агнцев», которые перестают казаться только метафорами. Да и пастырь уже не видится таким безоговорочно добрым. Пожалуй, он добр, только пока с тебя можно состричь клочок шерсти, читай – выдоить капельку драгоценной энергии.

Но стоп. Все вышесказанное можно было бы принять за правду, если бы не одно *но*. Вспомним о том, что именно благодаря разуму и языку мы смогли стать тем, кем являемся – людьми. Только благодаря свету разума, засиявшему в нас, мы смогли подняться над стихийно-инстинктивным животным миром и научились хоть как-то управлять океаном слепых бессознательных страстей и влечений, буйству которых так подвержено наше тело. Только благодаря языку и разуму мы смогли осветить тот путь, по которому идем, и разглядеть его восхитительную перспективу – «Небеса Великолепия», царство подлинного Духа и возможность реализации Целостности и Полноты Осознания.

Так кто же этот загадочный пришелец: чужак-завоеватель, поработивший землю, – или великий реформатор, выдающийся культурный герой, Прометей, Спаситель, сошедший с небес и подаривший огонь разума-логоса стаду невежественных и грубых дикарей-полуобезьян?

Парадокс этого вопроса состоит в том, мы не сможем найти однозначного ответа на него, как бы мы его ни искали, до тех пор, пока не найдем способа выйти за пределы языка, за пределы вербального ума. Так происходит, потому что наш вербальный ум – это просто «домик из слов» и, какими бы словами мы ни описывали мир, – все они будут лишь сменой интерьера внутри этого «домика». Любой ответ будет лишь еще одной иллюзией, еще одним мифом, но никак не Реальностью. Вы можете верить в какие угодно мифы и думать, что они и есть Реальность, но на самом деле все, что вы сделали, – просто повесили на стену очередные фотообои с видом на водопад или на горное ущелье. Фотообои создают

иллюзию пространства, но на самом деле пространством не являются. Словесные обои создают иллюзию истины, но на самом деле истиной не являются. Если же вы хотите на самом деле узнать Истину, я знаю только один способ сделать это – открыть двери своего «домика из слов» и отправиться в свое Великое Путешествие...

Во власти мифов

Я знаю, есть много людей, живущих во власти какого-либо мифа, одного из уже перечисленных или другого. Практически каждый человек живет в мифах (за исключением тех немногих святых мудрецов и просветленных, кто уже при жизни смог освободиться от власти любых ограничений). Кто-то верит в летунов, а кто-то – в Спасителя. Кто-то верит в науку, находится во власти научных мифов, а кто-то верит в сверхъестественное, в мистику и находится во власти эзотерических мифов. Мифов множество. Есть миф гламурной жизни и есть миф обыденной жизни – миф о сермяжной правде. Есть миф отца семейства, мужчины-добытчика и есть миф вечного авантюриста, искателя приключений. Есть миф женщины-гейши и есть миф матери-героини.

Так что же такое миф? Если кратко, миф – это *описание мира*, система представлений, с помощью которой мы рисуем себе картину мироздания, в котором живем. В этом смысле миф – любое мировоззрение, любая идеология, любые убеждения. Миф – это «домик из слов», с фотообоями, создающими иллюзию пространства. Как говорит Джозеф Кэмпбелл, «мифологический порядок есть система образов, дающая разуму ощущение смысла жизни» (25). Он выделяет четыре основные функции мифов: космологическую, социальную, психологическую и мистическую.

Первая функция мифа – объяснять жизнь. В данном смысле миф – это система образов и представлений о мире, это образ Космоса, образ окружающей нас Вселенной. Эту функцию Кэмпбелл называет космологической. Миф призван объяснить человеку все, с чем он может столкнуться в окружающем его мире. Если ваш миф хорошо справляется с этой функцией, значит, все в порядке. Если же в вашем мире много вещей, которые вы не можете объяснить и не знаете, что с ними делать, – это проблема. Ваш миф не справляется со своей функцией. Может, вам стоит сменить его?

Вторая функция мифа состоит в том, чтобы поддерживать социальный порядок, устанавливать законы и правила социальной игры, поддерживать определенную модель социальной системы, формировать мораль – разделяемый большинством членов того или иного сообщества набор представлений о том, что хорошо и что плохо, что правильно и что нет. Собственно, жизнеспособность сообщества напрямую зависит от того, насколько хорошо миф справляется с этой функцией.

Третья функция мифа – психологическая. Вот как говорит об этой функции Кэмпбелл:

«Миф должен провести индивидуума последовательно через все стадии жизни – от рождения через зрелость, старость и смерть» (25).

Таким образом, психологическая функция мифа целиком относится к процессу внутреннего развития человека – к тому Пути, который всем нам предстоит проделать и на разных этапах которого мы все находимся. В этом смысле миф дает опору для понимания того, где мы сейчас есть, и интеграции с тем, где мы были, и готовит наше сознание к грядущим переменам – к тому, где мы в конце концов окажемся.

И наконец, четвертая функция мифа – последняя по списку, но не последняя по значимости – это функция мистическая. Выполняя эту функцию, мифы наполняют жизнь глубоким смыслом, далеко превосходящим границы нашего понимания. Мифы дают перспективу и связь наших личных обстоятельств с той Великой Тайной, которая и есть Бытие.

Мифы ведут нас с одного уровня развития на другой, и они делают это в соответствии с заложенными в них образами Мира, моральными установками, социальными правилами и тем, как представлена в них самая сокровенная Тайна Бытия – связь временного и вечного, посюстороннего и потустороннего, человеческого и божественного.

Итак, миф – это система представлений, описание или картина Мира. Мифов много, но их число не бесконечно. Количество возможных картин Мира ограничено количеством тех возможных отношений с Миром, в которых человек принципиально может оказаться или тех ролей, которые он может сыграть. И разброс здесь довольно велик. Для кого-то мир – это совершенное творение любвеобильного Бога, а для кого-то – хитроумная западня, уродливая ловушка, созданная коварным трикстером. Кто-то живет в мире, пронизанном светом живого осознания, в осязаемом присутствии чистого Духа, проникающего и объемлющего собой все, а кто-то живет в хаосе броуновского движения бездушных тел, бессмысленно сталкивающихся между собой и разлетающихся в разные стороны, движимых одной лишь волей слепого случая.

Но какими бы ни были мифы, каждый из них обладает способностью захватывать и поглощать наше внимание, овладевать нашим умом.

Каждый из нас хорошо знает, что такое власть мифа. Есть мифы, лишь легкое знакомство с которыми уже безнадежно захватывает нас. И стоит больших усилий освободиться от их власти. Каждый из нас когда-либо испытывал и продолжает испытывать эту цепкость мифов – стоит взять в руки увлекательную книгу или начать смотреть интересный фильм, и вот мы уже заражены интригой разворачивающейся истории, и волны мифа уносят нас все дальше и дальше прочь от обыденности. Миф раскрывает нам свое описание, свой взгляд на мир, и мы испытываем непреодолимое искушение увидеть все так, как хочет показать нам миф, хоть на миг плениться его правдой.

Власть мифа тем больше, чем большей внутренней правдой он обладает.

Это закон. Как закон и то, что

любой миф обладает внутренней правдой.

Без внутренней правды не было бы мифа. Но справедливо также и то, что любой миф содержит в себе искажение правды – кривду.

Миф – это энергетическое явление, и, как энергетическое явление, он имеет центр, где сосредоточена основная сила мифа, и периферию, где пролегает граница между внутренним содержанием мифа и внешней реальностью. В сердцевине мифа сосредоточена вся его внутренняя правда, которая и составляет источник его силы. Но чем дальше от центра и ближе к границе – тем меньше сила внутренней правды мифа и тем сильнее ее искажение, тем сильнее кривизна, сильнее кривда. Сама граница мифа подобна линзе, искажающей лежащую за пределами мифа реальность. Это граница слухов и домыслов. Это граница отрицания. Как говорят мудрые,

любой миф истинен в том, что утверждает, и ложен в том, что отрицает.

Внутренняя правда мифа – это тот изначальный атом невыразимой Истины, вокруг которого, как перламутр вокруг песчинки, формируется описание, картина Мира. И это описание неизменно содержит в себе заведомое и неизбежное искажение, создаваемое словами. Мысль изреченная есть ложь.

Воистину, миф подобен жемчужине, и, так же как жемчуг, в мире людей миф чаще больше ценится за свой внешний эффект, чем за ту скрытую *перламутром слов* песчинку невыразимой Истины, которой жемчужина мифа обязана своим существованием.

И эта книга могла бы стать еще одной гирляндой мифов – красивой, притягательной, но бессмысленной побрякушкой – если бы она уже не была вызовом.

Вызов, когда бы и к кому бы он ни приходил, всегда заставляет очнуться от очарованности внешней стороной мифа, стряхнуть с себя его наваждение, освободиться от его власти. Вызов ведет нас к познанию подлинной Реальности, скрытой внутри мифа и за ним. Вызов учит нас ценить неброский песок Истины.

Конечно, и само Великое Путешествие, которое начинается вызовом, – это тоже миф. Но этот миф недаром называется метамифом, сверхмифом. Он называется так потому, что объемлет и превосходит все мифы мира. Он называется так потому, что ведет нас за пределы слов, за пределы вербального ума – к познанию той Реальности, что стоит за всем этим.

Никакой миф не может быть Истиной. Но там, где обычный миф останавливается, как бы говоря: «Зачем тебе что-то еще, ты уже нашел то, что искал, я и есть *Это*», – метамиф продолжает вести нас дальше. Все дальше и дальше, становясь все тоньше и тоньше, пока вдруг однажды сквозь блеск

источившегося перламутра слов мы не увидим *Это* во всем Его подлинном и непостижимом разумом великолепии.

Метамиф – это инструмент, который позволяет нам слой за слоем счищать с жемчужин мифов покровы поверхностных значений и смыслов, продвигаясь все дальше и дальше вглубь в познании подлинной Тайны Реальности, Тайны самих себя. И только как этот инструмент он ценен. Как только покровы слов спадут с Тайны Мира, метамиф может быть отброшен. Или, как говорил Лао-цзы, сеть нужна, чтобы поймать рыбу, – когда рыба поймана, в сети больше нет нужды; слова нужны, чтобы ухватить суть, – когда суть ухвачена, в словах больше нет нужды. «Где найти мне человека, который забыл слова, чтобы вместе с ним помолчать о Невыразимом!» – восклицал даосский мудрец.

Эта книга – вызов, а потому ее основная задача – пробудить вас от самозабвенной спячки в излюбленных мифах. Страница за страницей мы будем продвигаться все дальше, проходя по основным вехам Пути, обнаруживая миф там, где, казалось, может обитать лишь реальность, и находя Реальность там, где на первый взгляд виделась лишь сказка. И если однажды, читая какой-либо абзац этой книги, вы испытаете чувство удивления или ощутите вдруг особую «щекотку истины», словно вам в глаз нечаянно попал луч солнца или солнечный зайчик, значит, цель этой книги достигнута. Забудьте все слова, что написаны здесь, и оставьте лишь это чистое чувство. Лишь это чувство и будет вашим самым ценным впечатлением от книги, ибо ваши глаза раскрылись – и вы на миг узрели то, на что я так хочу указать вам – Солнце Невыразимого.

Только факты

Куда мы приходим, когда рождаемся на этот свет? Мы приходим не в мир – мы приходим в миф. Это исходный факт, и все остальные факты проистекают из этого.

Мы рождаемся в мифе.

Это миф, создаваемый для нас нашими родителями, миф, создаваемый для нас всей человеческой культурой.

С младенчества ребенок приобщается к мифу через контакт, через общение с родителями, близкими, взрослыми людьми, сверстниками. Весь процесс воспитания может быть описан как процесс передачи мифов – семейных, родовых, общественных, государственных, свойственных культуре данного народа или общечеловеческих. Сначала этот процесс идет пассивно – младенец просто находится в тех условиях, которые создаются для него в семье: через уход и заботу, через речь, через интонации, через реакции родителей на его поведение, через пищу, которой его кормят, через игрушки, в которые он играет, он впитывает атмосферу царящих в семье мифов.

Первое знакомство ребенка с семейным мифом происходит через ощущение – в одной семье младенца пеленают слишком туго и он воспринимает импульс одного мифа, в другой его не пеленают вообще и он приобщается к совсем

другому мифу. Затем проводником мифа становятся эмоции – ребенок настраивается на те эмоциональные состояния, в которых преимущественно находятся члены семьи, причем ребенок настраивается не только на те состояния, которые показывают домочадцы, но и в первую очередь на те, которые они скрывают в себе, ведь ребенок, в уме которого еще не развились сдерживающие механизмы, является, по сути, чистым проводником эмоциональной энергии, все то, что скрывают окружающие, спонтанно прорывается через ребенка и впитывается им.

Затем процесс подключения к мифу становится все более и более активным – овладевая языком, мы начинаем детально исследовать изначально данные нам мифы, задавая вопросы, эти вечные «почему», совершая поступки и получая ответную реакцию на них, читая книги, смотря фильмы, играя в игры.

Каждый родитель, независимо от того, знает он об этом или нет, каждое мгновение общения со своим ребенком занят непрерывной передачей тех мифов, которые когда-то воспринял, в которых живет и которыми руководствуется сам. Какие-то он получил от своих родителей – «впитал с молоком матери», какие-то приобрел за годы самостоятельной жизни.

Мифы, с младенчества воспринятые нами, и создают тот мир, тот «Дворец-Сад», со своими законами и правилами, со своими радостями и страхами, со своими развлечениями и ограничениями, со своими «можно» и «нельзя», в чертоге которых мы до поры до времени живем, не подозревая, что вообще существуют какие-то другие миры, кроме того, который с самого рождения дан нашему восприятию.

Но время идет и неумолимо приближает день X.

В этот день в наш мир врывается вызов и кладет конец прежнему безоблачному существованию – границы привычной вселенной в одночасье рассыпаются в прах, раскрывая неведомое, и на нас обрушивается лавина новых чувств и мыслей, новых желаний и новых страхов.

Первый вызов приходит не откуда-нибудь – он приходит из глубины нашего собственного тела. Тот самый пресловутый «зов созревшей плоти». Первый серьезный вызов, с которым сталкивается ребенок, – это нарастающие симптомы полового созревания. Каждый помнит, каково было чувствовать себя, когда твое тело начинает стремительно изменяться, когда сердце обуревают противоречивые страсти, когда ум изнывает от неудержимых желаний. Еще недавно все было совсем иначе. Но теперь это уже в прошлом. Ничего нельзя вернуть. Ничего нельзя изменить. И остается только принимать то, что приходит на смену, – новый мир, новые мифы.

Глубоким изменениям в теле сопутствует коренное переустройство сознания. На смену зыбкому и податливому детскому Я приходит Я подростка – мятежная молодая личность, одновременно и жесткая, и восприимчивая, и циничная, и ранимая, неуравновешенная, максималистичная, лишенная центра тяжести и лишь нащупывающая в открывающемся новом мире свой путь.

Этот новый мир – мир взрослых.

Вместе с зовом пробудившейся плоти в сознание подростка приходит еще один вызов – это вопрос «Кто Я?». Этот вопрос приходит как неизменный симптом

начала превращения человеческого существа из несамостоятельной личинки в самодостаточную личность.

На этом этапе логика развития неумолимо толкает ребенка прочь от опеки родителей, с домашнего островка безопасности навстречу двум бушующим океанам – внутреннему океану собственных бессознательных влечений и внешнему океану многогранной, многоуровневой и многомерной жизни людей. Это время, когда ребенок со всей очевидностью осознает, что забота родителей и прежний мир детских мифов больше не могут быть надежной защитой от беспощадного натиска волн жизни, что он в буквальном смысле вырос и его большое тело уже не помещается в прежнюю колыбель уюта, требуя большего пространства и большей свободы.

В поисках ответа на вопрос «Кто Я?» подросток совершает свое первое путешествие навстречу бушующему морю жизни. Главной интригой этого путешествия оказывается глубокий конфликт между представлениями, сформированными в детстве, и реальными условиями взрослой жизни. Опасаясь, с одной стороны, потерять в открывающихся перспективах человеческого бытия внутреннее чувство уникальности, *исключительности* своего Я, вынесенное из раннего детства, а с другой – страшась оказаться изгоем, аутсайдером, непризнанным, то есть оказаться буквально *исключенным* из внешней и внутренней жизни человеческого сообщества, человек начинает мучительный поиск компромисса между собственными внутренними потребностями и внешними правилами игры. Этот поиск выливается в нахождение внешнего ориентира – идеала, авторитета, кумира – фигуры, которая воплощает для ищущего пример успешного решения задачи *внешнего признания своей внутренней исключительности*.

Так постепенно мы входим в мир людей. До поры до времени мы воспринимаем все происходящее в нем за чистую монету – новый мир кажется настоящим и реальным...

Но так происходит лишь до тех пор, пока однажды к нам не приходит новый вызов и не обнажает перед нами границы мира людей.

Миф или Реальность?

Так что же происходит, что открывается нам, какая истина, когда мы принимаем вызов, расстаемся с детством и следуем за своим белым кроликом в мир взрослых людей? Мы утрачиваем детские иллюзии и взамен их наконец обретаем реальность? Многие уверены, что так оно и есть, но это неправда. Все, что мы обретаем, становясь взрослыми, – это новые мифы взамен старых. Мы выходим из-под власти детских мифов и подпадаем под власть других – житейских, гламурных, политических, научных, философских, религиозных, эстетических, эзотерических, маргинальных – каких угодно.

Все эти мифы кажутся реальностью по одной простой причине – их контексты гораздо шире, чем контексты детских представлений о мире. И в этом смысле они более реальны. Это еще один закон.

Чем шире контекст мифа, тем более реальным он кажется.

Почему так? Все очень просто.

Как мы знаем, существует Предельная Реальность, Подлинная Реальность, лежащая по ту сторону всех представлений, что означает, что ее контекст всегда неизмеримо шире любых ограниченных представлений. Ее контекст неохватен, он всегда устремлен в бесконечность бесконечности и потому не может быть определен. Все великие традиции духа в один голос говорят нам, что

Подлинная Реальность (Единое, Дао, Нагуаль) есть Истинная Целостность, которая включает в себя все мыслимые и немыслимые содержания («всю тьму вещей») и в то же время всегда оказывается неизмеримо шире, глубже и выше всех своих содержаний.

Таким образом, Подлинная Реальность – это бесконечная широта контекста. В то же время каждый миф, описывая Реальность, стремится ухватить как можно больше контекста – ведь чем шире окажется его контекст, тем более целостная система представлений о Мире будет создана, тем более устойчивой и эффективной, т. е. в конечном итоге более реалистичной, она будет.

С другой стороны, чем шире контекст мифа, тем больше других мифов с меньшим контекстом он может в себя включить, и это опять будет доказывать его жизнеспособность. Это принцип матрешки.

Мифы с более широким контекстом включают в себя мифы с более узким контекстом.

Реальность – это источник всего *сущего*, и потому Она неуничтожима. Источник жизни и смерти находится за пределами и жизни, и смерти. Стремление к расширению контекста своих представлений о мире – это естественное стремление существа, борющегося за свое выживание, и в пределе это стремление выливается в возможность познать Истинную Реальность, выходящую за все пределы, и через это обрести подлинную Свободу и подлинное Бессмертие (Жизнь Вечную).

Но миф, какою широтой контекста он бы ни обладал, никогда не сможет *стать* Реальностью. Он может лишь на время заменить Реальность, выдать себя за Реальность, всегда, тем не менее, оставаясь иллюзией.

И человек, находясь внутри мифа, может верить в реальность своих представлений лишь до тех пор, пока к нему не придет вызов – оттуда, извне, с той стороны. И когда это происходит, нам остается лишь следовать за своим проводником в открывшуюся дверь – навстречу расширяющейся Вселенной.

Что встречаем мы там? Реальность?

Чаще всего лишь миф о ней, миф, который кажется реальностью просто потому, что его контекст более широк в сравнении с контекстом прежнего мифа.

Те, Чье Имя Не Произносят

Хочется проиллюстрировать вышесказанное еще одной историей, рассказанной нам М. Найтом Шьямаланом в фильме «Таинственный лес» (The Village). Эта картина, так же как и фильм «Шоу Трумэна», повествует об уже знакомой нам ситуации, которая может быть названа героической предпосылкой: это ситуация жизни Героя в вымышленном мире – в изначально данном ему мифе, который он по неведению принимает за реальность, – до тех пор, пока он не получит вызов с той стороны и не последует за ним в путешествие, ведущее его за пределы заданного по умолчанию мифа. Но в отличие от богатого на обобщения и символизм фильма «Шоу Трумэна», основная идея «Таинственного леса» высвечена более конкретно и жизненно.

Действие картины разворачивается в XIX веке (по крайней мере, так кажется на первый взгляд) – в маленькой деревушке, затерянной где-то в лесах Америки. Первое, на что мы обращаем внимание, – в деревне нет стариков. Все население деревушки четко делится на две возрастные категории: дети-подростки и взрослые, которые играют роль старейшин и хранят какую-то неведомую детям тайну.

С самых первых кадров фильма мы погружаемся в атмосферу пугающего мифа, которым живет эта небольшая колония поселенцев. Пространство, видимое сквозь призму этого мифа, предстает четко разделенным концентрическими линиями границ на три разных сегмента: внутри этого мифа – мир деревни, где сосредоточено все светлое, чистое и доброе; снаружи – так называемые «города», мир порока, денег и зла; между ними – леса. Согласно мифу, когда-то в прошлом взрослые жители этой деревни решили уйти из «городов» в надежде создать идеальное общество, свободное от всех темных проявлений человеческой души. Они ушли в леса и основали эту деревню. Но вскоре обнаружилось, что помимо них в лесу есть еще жители – «Те, Чье Имя Не Произносят», страшные существа с огромными когтями, носящие красные одежды и питающиеся сырым мясом. Взрослым удалось заключить перемирие с жителями лесов: те не нарушают границы их деревни, а поселенцы – не нарушают границы лесов. Так жители деревни оказались полностью отрезаны от внешнего мира – «городов».

Вся молодежь, населяющая деревню, родилась уже здесь, и если взрослые еще помнят свою прошлую жизнь в «городах», то молодые знают только тот мир и тот миф, который им дан.

В фильме границы мифа, в котором живут уроженцы деревни, обретают зримые черты – это границы желтых флагов («хороший цвет») и сторожевых вышек, идущих вдоль края леса. Никто из подростков никогда не заходил дальше этих границ, потому что таково было условие перемирия с «Теми, Чье Имя Не Произносят». Другая граница мифа – запрет на все, что имеет красный цвет, – «плохой цвет», как называют его жители деревни.

Таков мир, в котором живут молодые герои фильма – Айви Уокер и Люций Хант. Молодой человек и девушка давно любят друг друга и готовятся к свадьбе. Кажется, что ничто не в силах омрачить предстоящего торжества. Но так кажется только тем, кто живет внутри мифа. Рожденные внутри мифа автоматически

принимают миф за Реальность. И с их точки зрения случиться может только то, что объяснимо их мифом.

Но Истина такова, что Реальность всегда шире мифа, и потому в Ней всегда идут процессы, недоступные восприятию тех, кто обусловлен мифом. До поры до времени эти процессы протекают скрыто, но однажды их действие становится явным – Реальность неумолимо вторгается в миф: происходит что-то неожиданное, что-то из ряда вон выходящее, что-то, что нарушает все планы обусловленных мифом людей, – и это что-то призвано пробудить Героя или Героиню от обусловленности к более широкому видению Реальности. Это событие и становится вызовом, который ведет Героя или Героиню за пределы знакомого мира.

Для Айви Уокер таким вызовом является ранение и смертельная болезнь ее возлюбленного Люция. Молодого человека можно было бы спасти, если бы в деревне были антибиотики, но проблема в том, что антибиотики связаны с «городами» и значит, со злом, – на все, что связано с «городами», наложено мифическое табу, принятое среди сообщества поселенцев. К тому же, чтобы попасть в города, нужно пройти через Таинственный лес – территорию «Тех, Чье Имя Не Произносят».

И вот Айви, чтобы спасти любимого человека, решается отправиться в «города» за «снадобьями». Она сообщает о своем решении отцу, и тот вынужден открыть дочери тайну, хранить которую поклялись однажды все старейшины, – это тайна того, как создавался миф о «городах», «таинственных лесах» и «Тех, Чье Имя Не Произносят».

Айви узнает шокирующую правду – узнает, что все было лишь игрой, вымыслом. Но границы мифа – это внутренние границы, это границы ума, границы представлений, впитанных с молоком матери. И оказывается, что, даже зная правду, через эти границы не так-то легко перейти.

Путешествие через Таинственный лес, которое предстоит совершить Айви и ее спутникам, – это, по сути, метафора героического путешествия человека через внутренние границы, через внутренние запреты и табу, которые были созданы когда-то его родителями, воспитателями и учителями. Такое путешествие предстоит совершить всякому, кто намерен реализовать себя как зрелое целостное существо. Внутренний характер путешествия подчеркивается в фильме еще и тем, что Айви от рождения слепа – все ее переживания сосредоточены на внутреннем восприятии.

Границы мифа – это ментальная скорлупа, призванная оградить хрупкое растущее самосознание человека от встречи с невыразимой Реальностью. И однажды, когда птенец самосознания достаточно подрастет, эта скорлупа должна быть разрушена, чтобы смогла родиться птица, которая умеет летать. Только пройдя через испытания, связанные с преодолением внутренних границ, и познав разницу между поверхностным мифом и глубинной Реальностью, можно стать целостной и самодостаточной личностью – человеком, свободным от власти внешних авторитетов, навязанных мифов, подлинным творцом своей собственной жизни и своего мифа...

Так начинается всякое Путешествие.

Ты открываешь дверь отчего дома, выходишь за околицу – и вот уже последний дом родного селения остается позади. Ты поднимаешься на опушку, и перед тем, как дорога окончательно уведет тебя в лес, на минуту останавливаешься и окидываешь взором окрестности: каким маленьким, почти игрушечным кажется с высоты холма твой дом! А ведь когда-то он был огромным – с подвалом, полным страшных теней, и таинственным чердаком, набитым рухлядью, которая казалась тебе россыпями древних сокровищ.

«Вот и все, — говорит Сэм Фродо Бэггинсу во «Властелине колец», останавливаясь перед невидимой чертой. — За всю жизнь я никогда не уходил так далеко от дома...»

И Фродо понимает колебания друга.

«Идем, Сэм, — говорит он и дружески хлопает его по плечу. — Помнишь, что говорил Бильбо: “Опасное это дело – выходить за порог. Стоит ступить на дорогу, и, если дашь волю ногам – неизвестно, куда тебя занесет...”»

Прежние мифы... Теперь это лишь точка на карте огромного неизведанного мира, границы которого еще только предстоит разведать. И остается лишь следовать вперед за своим проводником – за путеводным клубком судьбы – навстречу испытаниям, опасностям, навстречу Тайне Реальности, навстречу Тайне самих себя.

Практика

1. Медитация-путешествие «В поисках вызова»

Вспомните вызовы, с которыми вы встречались в своей жизни. Что было для вас вызовом? Какой первый вызов вы можете припомнить в своей жизни?

Для того чтобы совершить эту медитацию-путешествие в свое прошлое, выберите уединенное место и время, когда вас никто не потревожит в течение хотя бы получаса. Включите негромкую расслабляющую музыку. Хорошим проводником в вашем путешествии может стать звук шаманского бубна, записанный на цифровой носитель. Лягте на спину или сядьте, прислонившись спиной к стене, закройте глаза, сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов. Почувствуйте свое тело, почувствуйте безопасность окружающего вас

пространства. Старайтесь вдохнуть как можно глубже, наполняя энергией дыхания нижнюю часть живота.

Продолжая дышать равномерно и глубоко, почувствуйте, как на выдохе энергия растекается по всему телу, проникая глубоко в мышечные ткани и расслабляя их. Одновременно с тем, как расслабляется тело, вы почувствуете, как внутри вас высвобождается легкая и подвижная часть вашего внимания-осознания, – это и есть ваш внутренний путешественник во времени.

Четко сформулируйте про себя свое намерение двигаться в прошлое по оси времени и вспомнить события, в которых проявился когда-то для вас вызов Реальности. Представьте ось времени в виде светящейся пунктирной спирали, уходящей далеко вниз. Каждый оборот этой спирали равен одному году, а каждая светящаяся пунктирная точка – одному дню. Затем начните постепенно спускаться вниз по этой спирали от настоящего к прошлому, через воспоминания к тем моментам, когда вы встречались со своим вызовом.

Вспомнив событие, разверните его в своем сознании и просмотрите, как фильм, от начала и до конца. Старайтесь припомнить как можно больше деталей. Вспомните, как вы повели себя в той ситуации. Был ли принят вызов и как это отразилось на вашей дальнейшей жизни? Если вы увидите, что вызов не был принят вами, прокрутите событие еще раз, но теперь попробуйте поступить иначе – так, как стоило бы поступить, чтобы принять ваш вызов.

По завершении медитации-путешествия сделайте несколько глубоких вдохов, вбирая в себя энергию опыта, извлеченного из воспоминания, и откройте глаза.

Кратко опишите в дневнике припомнившиеся события и ваши выводы.

Глава вторая

Карты и территории

Великое Путешествие к Реальности самовозобновляется каждый миг, не давая нам успокоиться в уюте привычных мифов. Однажды принятый вызов становится новой точкой отсчета – и мы движемся вперед и вперед, переходя из мифа в миф, ко все более и более широким контекстам, и каждый раз испытываем непреодолимое искушение поверить, что наконец-то нашли то, что искали, – что все так и есть на самом деле и Реальность такова, какой она представлена новым мифом.

Но удивительная Тайна заключается в том, что вызов из Реальности снова придет, проникнет и в этот миф, разрушив его изнутри. И мы вновь будем изумлены невероятной перспективой и станем вновь задаваться вечным «почему?». И будем снова искать миф, который более внятно объяснит нам, что есть что в этом Мире.

Мифы сопровождают и будут сопровождать нас на протяжении всего Пути до того самого момента, пока всему этому не придет естественный конец и Тайна Реальности не поглотит нас целиком, без остатка. Оказывается, мифы – незаменимые спутники на нашем Пути. И, однажды понимая это, мы начинаем все придирчивее относиться к выбору своего спутника. В конце концов, мифов великое множество и все они разные – и какие-то могут помогать нам, быть нашими верными союзниками, адекватно описывая происходящее, а какие-то могут, наоборот, мешать, причинять вред, искажая факты или делая нас капризными и одержимыми.

Так как же не ошибиться при выборе мифа?

За время своего Пути мне уже пришлось пройти через некоторое количество мифов: среди них были и житейские мифы простых людей, и гламурные мифы медийщиков, и карьеристские мифы белых воротничков, и деловые мифы бизнесменов, и мифы людей науки – гуманитариев, физиков, и мифы философов, и мифы психологов, и мифы мировых религий – христианства, буддизма, – и различные эзотерические мифы – даосские, дзенские, шаманские, магические...

И каждый из них проявлял качества, свойственные каждому мифу, – претендовал на уникальность, исключительность, единственность. Почему? Может быть, потому, что миф подобен жемчужине и в основе каждого из них лежит песчинка Истины? А если вся Реальность есть Предельное Единство, Целостность, то не может ли быть так, что таковой же она является в каждой своей мельчайшей песчинке? И не окажется ли так, что, очищая мифы от наносного перламутра, рано или поздно мы вскроем в них эту Основу – этот первичный уровень Реальности?

Именно такой целью задался один из ярчайших умов нашей эпохи – американский исследователь и философ Кен Уилбер. Он разработал принципы Интегрального Подхода, философско-практической дисциплины, которую можно по праву считать универсальной «операционной системой» при работе с мифами, описаниями, картами любого мыслимого порядка. Основная суть ее проста и умещается в четыре нехитрых правила:

1. Каждый миф (мировоззрение, теория, картина мира) содержит в себе зерно истины, поскольку описывает Реальность.

Или, попросту:

любая карта описывает территорию.

Что бы человек ни описывал, какую бы картину мира ни рисовал – объективистскую или субъективистскую, эмпирическую или интуитивную, натуралистическую или интроспективную, интеллектуальную или эстетическую, – как бы он сам для себя ни называл предмет своих исследований, единственное, что

он на самом деле пытается описать, – невыразимую суть собственной жизни. Вот почему, какой бы подход мы ни рассматривали, – каждый из них может оказаться для нас глубоко значимым, каждый может сообщить нам что-то неизмеримо важное о той Реальности, в которой мы все живем.

2. Каждый миф несет в себе искажение истины, отрицая или умаляя истину других мифов. Или, иначе, каждая модель мира истинна в том, что утверждает, и ложна в том, что исключает.

Или, попросту говоря:

любая карта искажает территорию.

Это искажение проявляется в виде присущего мифу внутреннего противоречия. Противоречие тем сильнее, чем сильнее отрицание. Уилбер пишет об этом, что, какую бы искаженную и однобокую картину мира ни рисовал человек, отрицаемая им часть Великой Целостности все равно «проскользнет в его систему и будет прогрызать ее изнутри, как вопиющее внутреннее противоречие» (49). Он назвал это «боль отрицания».

3. Любая частная модель мира обретает свой подлинный смысл, сверхсмысл (т. е. превосходящий тот, что уже как данность заложен внутри нее самой) лишь в сравнении и интеграции с другими частными моделями.

Или, иначе:

объединяя карты, мы преодолеваем их ограничения и самоабсолютизации и получаем более целостное и реалистичное представление о территории.

Сопоставляя различные мифы, можно вскрыть заложенные в них противоречия, преодолеть существующие ограничения и так выявить то общее, что есть в каждом из них. Это общее и будет искомым «песком Истины». В этом объединении и заключается основная задача Интегральной Философии, Интегрального Подхода или Интегральной Операционной Системы.

4. Подлинная Целостность всегда оказывается неизмеримо выше, глубже и объемнее любой концепции целостности. Подлинная Реальность всегда шире своего описания, каким бы всеобъемлющим это описание ни казалось.

Проще говоря:

любая карта не равна территории.

Это означает, что любая модель, любая теория, даже самая интегральная – это лишь карта, но никак не территория. Карта никогда не может быть догмой или застывшей схемой – карта всегда будет изменяться, уточняться, корректироваться в зависимости от новых данных на основе новых исследований. В нее будут включаться новые территории и уточняться контуры уже открытых пространств. Любая карта – это лишь способ говорить о Реальности, и этот способ ровно настолько эффективен и полезен, насколько точно он отражает изменяющуюся Реальность во всей целостности происходящих в ней процессов.

Таким образом, в этих четырех правилах мы имеем простой и интуитивно понятный инструментарий для работы с любым описанием – примитивным или сверхсложным. Физик и химик вглядываются в тайну внешнего космоса и материального вещества, психолог исследует тайну космоса внутреннего и законы развития психики, биолог изучает законы организации и эволюции органического мира, социолог – законы организации и развития социальных формаций, нейрофизиолог раскрывает тайну мозга, бизнесмен угадывает законы рынка, литератор – законы построения речи. Каждый думает, что имеет свой собственный уникальный предмет исследований, свое собственное поле жизни, но на самом деле это не совсем так. Предмет исследований у каждого один, общие закономерности одни и те же – и было бы странно, если бы это оказалось не так в многомерной Вселенной взаимосвязанных и взаимозависимых целостностей. Реальность одна и та же – различаются лишь названия и способы ее восприятия.

Интегральный подход: жемчужное покрывало в небесах Индры

Если Реальность есть Истинная Целостность, то, значит, она, как любая целостность, состоит из частей. Если же она состоит из частей, то у каждой части вполне может быть своя уникальная истина.

Каждая часть что-то собой представляет, и истина каждой из них говорит: «Я есть то, что я есть». Каждая часть потому и является частью, отличной от всего остального, что несет в себе это зерно истинности – «я есть то, что я есть». И истина каждой части сама по себе *исключительна*, уникальна – она единственная в своем роде, ведь именно благодаря своей исключительности она может выделить себя из бесформенности. И совершенно естественно, что изнутри этой истины мы чувствуем ее единственность и исключительность, так же как почувствуем единственность и исключительность любой другой истины, окажись мы внутри нее.

И конечно, вполне очевидно, что если мы имеем несколько разных частей, то, значит, подлинная Целостность всегда будет включать все части во взаимосвязанное единство, где каждая часть окажется на своем уникальном месте и одновременно будет находиться во взаимосвязи всего со всем. И в этом объединении будет обнаруживаться смысл, далеко превосходящий все частные истины, – но это превосходство будет превосходством полноправного *включения*, а не *исключения*.

Таким образом,

целостность – это тот контекст, что позволяет каждой частности быть собой, проявляясь во всей своей уникальности, и одновременно превосходить себя, становиться чем-то другим во взаимосвязанности с другими частностями.

Буквы объединяются в слова, слова объединяются в предложения, предложения – во фразы. Так возникает поток целостности – поток динамичный, саморазвивающийся. В этом потоке буквы не перестают быть буквами, а слова – словами, но, становясь единым целым, они вместе раскрывают нечто, бесконечно

превосходящее их все, – внятную речь, осмысленный текст, сущностное послание. И каждая фраза, будучи сама по себе целостностью, от кого-то исходит – опирается на какую-то целостность – и кому-то адресована – отсылает нас к какой-то другой целостности. Так возникает полифонический диалог, объединяющий две и больше целостности. А этот диалог целостностей, в свою очередь, ведется в контексте целостности еще более содержательной и всеобъемлющей. И так далее, и так далее... Перспектива открыта, и она уводит нас в головокружительную бесконечность взаимосвязанных целостностей.

Кен Уилбер начинает свою «Интегральную психологию», приводя слова философа Яна Смэтса – о том, что во всей природе, куда ни взгляни, мы не можем увидеть ничего, кроме целостностей. И это не просто целостности, а целостности, существующие в бесконечном многообразии взаимосвязей – горизонтальных и вертикальных.

Каждый миф и каждая истина представляют собой такую целостность, находящуюся во взаимосвязанности с другими мифами-целостностями. Мифы одного уровня взаимосвязаны горизонтально по принципу *соотнесения*, мифы разных уровней взаимосвязаны вертикально по принципу *включения* – мифы – целостности одного уровня включают в себя мифы-целостности нижележащих уровней и, в свою очередь, так же включены как части в мифы-целостности уровней, лежащих выше. Наши детские (дорациональные) представления о Мире включаются как части в целостность тех рациональных представлений, которые мы имеем, будучи взрослыми людьми. А в свою очередь, наши рациональные представления входят в еще более объемную целостность представлений пострациональных или надличностных (трансперсональных) – таких, которые обретает человек вместе с приходом подлинной зрелости, мудрости или, как говорят духовные традиции, просветленности.

Таков принцип организации целостностей, где бы мы его ни находили. Целостность атома входит в целостность молекулы, молекулы образуют целостность клетки, клетки включаются в целостность органа, орган включен в целостность организма, организм включен в целостность среды. Это знакомый нам всем с детства «принцип матрешки».

Но и это еще не все. Ведь вся эта грандиозная целостность Вселенной, существующая в данный момент, лишь часть целостности Вселенной, которая будет существовать в следующее мгновение и т. д. и т. п. Это так же очевидно, как то, что вся целостность вашего состояния в данный момент уже в следующий миг станет лишь воспоминанием – лишь частью в целостности вашего состояния в настоящем будущем.

Открывающаяся картина, безусловно, впечатляет, но Великая Целостность не была бы Великой, если бы не имела, помимо горизонтальных и вертикальных, еще один тип взаимосвязи. Это *нелокальный* тип взаимосвязи (внепространственный и вневременной), он проявляется сразу всюду и одновременно. Принцип универсальности и нелокальный тип взаимосвязи, в общем виде известные с глубокой древности, были заново открыты и объяснены квантовой теорией. Суть принципа состоит в том, что любая целостность, на каком бы уровне иерархии она ни находилась, в любое мгновение времени в скрытом

(свернутом) виде содержит в себе абсолютно всю систему целостностей «верха-низа, права-лева» от начала и до конца и во всех возможных временных вариантах. Каждый атом содержит в себе в скрытом (свернутом) виде всю Вселенную, каждый миг в скрытом (свернутом) виде содержит в себе всю вечность. Атомы объединяются в молекулы, потому что в них в свернутом виде содержится «знание» о молекулах. Молекулы объединяются в клетки, потому что в них в свернутом виде содержится «знание» о клетках. Клетки объединяются в органы, потому что в них в свернутом виде содержится «знание» об органах. Органы объединяются в организмы, потому что в них в свернутом виде содержится «знание» об организмах. Все эти уровни разворачиваются с уровня атомов, потому что все они свернуты в атомах.

Это и есть то самое покрывало в небесах Индры, о котором говорят Ригведы: «В небесах Индры, как рассказывают, есть покрывало из жемчуга, каждая жемчужина в котором расположена так, что в ней отражаются все остальные».

И эта вселенная целостностей отнюдь не бездумно статичная и инертная система, а активно действующее, созидательное, динамически развивающееся единство. Этот всеобщий космический процесс в его разворачивании во времени мы знаем как эволюцию, а тяготение ко все более высоким уровням единства называется холизмом. А поскольку «всякое развитие всегда идет от состояния относительной всеобщности и отсутствия различий к состоянию возрастания изменчивости, выраженности и иерархической интеграции» (50) – т. е. от хаоса к порядку, от тьмы к свету, от пустоты к присутствию, – то и наша внутренняя вселенная представляет собой динамически развивающуюся Целостность, включающую в себя оба полюса: великий Хаос бессознательного внизу – полюс добытия, небытия, где вся тьма вещей пребывает прежде своего возникновения; и великий Свет осознания вверху – полюс сверхбытия, в котором каждая вещь сияет в своем изначальном самосовершенном свете, отражаясь во всем остальном и все отражая в себе. В Целостности Вселенной присутствуют Истины обоих полюсов – это справедливо так же, как справедливо и то, что оба они имеют одну природу – природу Невыразимого: то, что названо Хаосом бессознательного, есть полностью скрытая (свернутая) природа Невыразимого, а то, что названо Светом осознания есть полностью проявленная (развернутая) природа Невыразимого.

Более подробно мы будем рассматривать этот и другие фундаментальные принципы в заключительных главах, когда уже будут развернуты все уровни Великого Путешествия и мы вплотную приблизимся к Тайне того, кто мы есть, что есть Мир и в чем состоит суть Жизни.

Великое Путешествие: от Тьмы к Свету, от материи к Духу

Человек также является целостностью среди целостностей во всей полноте своих горизонтальных, вертикальных и нелокальных взаимосвязей. Как биологическая целостность мы включены в систему целостностей внешней физической реальности. Как психологическая целостность мы включены в систему целостностей внутренней психической реальности.

Наша психика, по словам Карла Густава Юнга, «является частью окружающего нас мира, и ее тайна так же безгранична». «Поэтому мы не можем дать определения ни тому, ни другому, – добавляет он далее. – Мы только можем утверждать, что верим в их существование, и описывать по мере возможности их функционирование» (67).

Психологическое развитие людей, как говорит Уилбер, «это просто микрокосмическое отражение всеобщего развития в целом, и оно имеет ту же цель: развертывание стадий единства и интеграции все более высокого порядка... психологическое развитие происходит слой за слоем, уровень за уровнем, стадия за стадией так, что каждый последующий уровень накладывается на предыдущий таким образом, что он включает его в себя и вместе с тем превосходит его, «обертывает» его» (50).

То, что было целым на одной стадии, в ходе эволюционного процесса становится частью целого на следующей. «Таким образом, все и вся в Космосе представляет собой то, что Артур Кестлер назвал *холоном* – целым, которое одновременно служит частью некоторого другого целого, и так до бесконечности. Целые атомы – это части молекул, целые молекулы – части клеток и т. д. Каждая вещь – это целое/часть, холон, существующий в естественной иерархии или порядке возрастания целостности и холизма» (49).

Причем эта иерархия не существует как статичная данность, а представляет собой живой, разворачивающийся процесс – эволюцию или развитие. И применительно к развитию осознания это иерархия постепенного возрастания сложности и интегрированности сознания, протянувшаяся от доязыковых, дорациональных младенческих стадий (уровни тела) через языковые, рациональные стадии ранней и зрелой личности (уровни ума) к поствербальным и пострациональным стадиям просветленных мудрецов (уровни духа). В этой иерархии холон сознания на каждом уровне развития включает в себя целостности всех младших уровней и сам включается как часть в целостности старших уровней. Так, холон рационального сознания включает в себя холон телесного сознания, а холон пострационального сознания включает в себя и холон рациональности, и холон дорациональности. Таким образом, целостность Духа включает в себя все, являясь одновременно и самым высшим уровнем развития осознания и изначальной основой и всеми уровнями в целом.

Гора Мира

Все великие традиции знания утверждают, что истинная суть нашей жизни на этой земле – это Путешествие и вне Путешествия эта жизнь не имеет ни подлинного смысла, ни подлинной цели. Мы говорим о том, что это Внутреннее Путешествие – Путешествие, которое совершает наше *Я*, проходя через различные уровни и состояния сознания. Начальная точка этого Путешествия – тотальное неведение, тотальная бессознательность. Конечная – высшая мудрость, знание сути всех вещей, Полнота Осознания. Это Путешествие из Тьмы к Свету, от материи к Духу, из состояния предельной ограниченности, из бессознательности и

невежества к Полноте Осознания, к Свободе и Великой Целостности. На каждом из этапов этого Путешествия мы идем от одних мифов к другим, от ограниченных контекстов восприятия переходим к более широким и полным, и мы будем продолжать это движение до тех пор, пока контексты не расширятся настолько, что их границы самопроизвольно растают в Бесконечности и в наступившем Великом Безмолвии раскроется наконец вся Тайна необусловленной Реальности и вся Великая Целостность Бытия засияет самосовершенным огнем осознания.

Так реализуется изначально присущее нам стремление к полноте и целостности. Причем древние традиции мудрости утверждают, что не только человек, но и вообще все живое движимо этим изначальноным стремлением к полноте реализации Духа. *«От Брахмана до травинки творение существует ради того, чтобы душа достигла высшего знания»*, – читаем мы в Санкхья-сутрах. *«Знай, что по природе своей каждое создание стремится стать подобным Богу»*, – говорит христианский мистик Мейстер Экхарт. *«Все существа ищут единства; вся множественность борется ради него; у всякой жизни это единство является единственной универсальной целью»* – это слова другого западноевропейского мистика, Йоганна Таулера. *«Быть одним целым со вселенной, одним целым с Богом – вот чего мы желаем больше всего, независимо от того, знаем ли мы об этом или нет»*, – утверждает Фриц Кункель.

Все уровни и все сферы бытия, все миры и пространства пронизаны этим изначальноным Намерением Целостности. Мы называем порождаемое этим Намерением движение эволюцией, или развитием осознания.

Однако пришла пора внимательнее рассмотреть те внутренние пространства, через которые пролегает Путь нашего Я, а также увидеть, о каком отрезке этого Пути сообщают нам героические истории древности и современности – от чего они предостерегают и какие советы дают. До сих пор мы говорили об уровнях целостности, выстроенных в иерархию, где каждый последующий включает в себя предыдущий, но что такое эти уровни – какие они? И о какой иерархии идет речь?

Интегральный подход, объединяющий истины древности и современности, говорит нам о том, что развитие осознания человека пролегает через три фундаментальных уровня существования – уровень материи, уровень ума и уровень духа. Эта знаменитая лестница восхождения к Полноте Осознания именуется в древних традициях мудрости Великой Цепью, или Великим Гнездом Бытия, Рекой Жизни, Мировой Осью, Мировой Горой, Мировым Древом; в библейских сказаниях эта лестница известна как Лестница Иакова. Три ее самые фундаментальные ступени на востоке называются иерархией земли-человека-небес, а на западе – иерархией тела-ума-духа. В шаманской традиции эти ступени называются, соответственно, Нижним, Средним и Верхним Мирами. Ницше называл это Зверем, Человеком и Богом в душе каждого из нас. В современной психологии идет речь о трех самых общих уровнях развития восприятия и осознания – телесном (доличностном), рациональном (личностном) и пострациональном (надличностном, трансперсональном).

Три этих фундаментальных уровня при желании могут быть рассмотрены более подробно, и общая линия развития осознания – Мировая Ось – может быть

разбита на большее количество уровней. Наиболее часто встречается разделение на пять основных уровней, или оболочек сознания: уровень материи, уровень тела, уровень ума, уровень души и уровень духа. С подобным разделением мы встречаемся, например, в Тайттирия Упанишадах, где говорится о пяти оболочках (*кошах*) Атмана. Это *аннамайя-коша* (оболочка пищи), связанная с нашим материальным телом, *пранамайя-коша* (оболочка дыхания), связанная с эмоционально-чувствующим телом, *маномайя-коша* (оболочка ума), связанная с разумом, *виджнянамайя-коша* (оболочка мудрости), связанная с пострациональным, трансперсональным осознанием (которое иначе называют душой, или сновидящим телом) и *анандамайя-коша* (оболочка блаженства), связанная с осознанием недвойственного Духа.

Другое распространенное описание включает в себя от семи до шестнадцати различных уровней развития осознания. Такова, например, система чакр, или энергетических центров сознания (вихрей сознания – *читта-вритти*), где рассматривается семь-восемь основных чакр, связанных с органами физического тела и еще восемь высших чакр, не связанных с телом (так называемых шабда-чакр).

Некоторые считают, что существует принципиальная разница в том, сколько чакр, оболочек или уровней мы насчитываем. Но на самом деле это не так. Следует всегда помнить, что любые описания – это лишь карты. И то, как эти карты отображают Реальность, зависит от способа, которым мы проводим границы и намечаем деления. В этой связи Уилбер проводит параллель с температурными шкалами. Он задает вопрос: при какой температуре закипает вода? И отвечает: это зависит от того, какой шкалой мы измеряем температуру воды. Если мы пользуемся шкалой Цельсия – то при 100 градусах. А если шкалой Фаренгейта – то при 212. Значит ли это, что они противоречат друг другу, что одна из этих шкал неистинна? Или значит ли это, что реальная температура закипания воды изменяется в зависимости от того, какой шкалой мы ее меряем? Ни в коем случае. Обе эти шкалы истинны, обе они точно отражают реальный процесс, различаются они лишь способом градации, способом деления. И конечно, нам не придет в голову спутать здесь две разные карты или карту с территорией и начать думать, будто реальная температура воды может меняться в зависимости от того, по какой карте мы ее сверяем.

Следует помнить: все, что вы прочитаете далее, – есть лишь карта. Эта карта может показаться вам более целостной и всеохватной, чем все то, с чем вы встречались ранее. А может, вы увидите, что вам есть что добавить к сказанному. Я буду только рад этому. Ведь только так мы можем создать наиболее целостную и эффективную карту Реальности. Важно только не забывать, что карта есть карта и ее единственное предназначение – помочь нам ориентироваться на реальной территории, по которой мы идем. Это прогулка, которая уже случилась. И имя этой прогулке – Жизнь.

Все уровни развития осознания, сколько бы мы их ни насчитывали, располагаются в порядке возрастания целостности, так что каждый следующий уровень осознания оказывается также новым порядком целостности, в котором целостность предыдущего уровня оказывается частью целостности последующего.

Таким образом, каждый уровень представляет собой одновременно и целое, и часть – целое/часть, или холон.

Холон тела включает в себя холон материи, поскольку является новым уровнем сложности в организации материи и, соответственно, новым уровнем целостности. Тело уже не является только материей, уровень материи входит как часть в целостность тела, но тело уже обладает осознанием, не свойственным материальному уровню. Тело организует материю и управляет ею, а не наоборот. Но будучи целостностью на своем уровне, телесное осознание входит как часть в целостность ума.

Ум представляет собой более высокий порядок организации/управления и тела, и материи, но сам уже не может быть сведен только к материи или телу – это принципиально иной уровень развития осознания. Но и сама целостность ума включается как часть в целостность еще более высокого порядка – целостность души. Ум управляет процессами на телесно-материальном уровне, но не может управлять процессами своего уровня. Ум не может управлять собой. Однако управлять умом может пострациональная душа, которая является новым уровнем развития осознания и включает в свою целостность уровни материи, тела и ума, но сама является чем-то неизмеримо превосходящим все это.

Каждый из уровней развития осознания содержит определенные структуры восприятия, которые порождают определенные формы и образы, в которых эволюционирующее *Я* воспринимает себя и мир. Эти формы и образы мы условились называть мифами. И так же как структуры восприятия младших уровней включаются в структуры старших, включаются один в другой и мифы, порождаемые этими структурами...

И тут мы подходим к одному очень интересному вопросу – вопросу о том, где все это находится?

Чем интересен вопрос «где»? Заложенным внутри его парадоксом. Дело в том, что, отвечая на вопрос «где», мы так или иначе должны будем использовать определенные формы и образы, чтобы описать то место, где, на наш взгляд, все это и находится. Но если все воспринимаемые нами формы и образы уже порождены некими структурами восприятия, это означает, что сами они и есть то, что уже находится где-то, но никак не само это место.

Приведу простой пример. Допустим, мы говорим, что все наши мысли находятся у нас в голове. Хорошо. Допустим. Но где тогда находится мысль о том, что «все наши мысли находятся у нас в голове»? И что такое голова, в которой находятся все наши мысли? Пытаясь описать свою голову, мы обнаружим, что все эти описания уже являются мыслями, а значит, наша голова – это мысль. Наша голова – это то, что мы думаем о ней. И тогда мы приходим к парадоксальному утверждению о том, что все наши мысли находятся в мыслях о голове...

Где Я?

В брежневскую эпоху бытовал такой анекдот. Леонид Ильич Брежнев имел обыкновение засыпать в самых неожиданных местах. И вот однажды на заседании

Политбюро, когда обсуждалась какая-то важная проблема, Леонид Ильич нечаянно заснул. Чиновники продолжали обсуждение проблемы и все никак не могли прийти к решению, когда вдруг раздался голос Брежнева: «Идея!» Все присутствовавшие вопросительно повернулись к проснувшемуся генсеку. «Идея», – повторил Брежнев, удивленно оглядывая лица товарищей по партии. «Говорите, Леонид Ильич, мы Вас внимательно слушаем», – сказал председательствующий. Брежнев пожевал губами, подбирая слова, и промолвил: «Иде я нахожуся?»

Помимо очевидного политического контекста, этот анекдот имеет также и незаметную, на первый взгляд, психологическую проблематику. В самом деле: где *Я*?

Где тот Путник, который совершает это удивительное восхождение на Гору Мира через различные уровни осознания от материи, через тело, ум и душу к Духу, и в чем суть этого восхождения? Как уже было сказано, таким путешественником является наше сознающее *Я* – источник восприятия и осознания. Это та самая точка, откуда вы прямо сейчас смотрите на этот мир и видите эту книгу. Это та самая точка, которая в книгах Кастанеды называется *точкой сборки восприятия*, а в психологической литературе *самостью*. Но где находится эта точка?

Этот невинный и простой с виду вопрос вызывает, тем не менее, невероятные сложности, и величайшие умы человечества не одну сотню лет ломают копья в попытках дать на него однозначный ответ. В самом деле – каждая секунда нашего бытия есть непосредственное переживание нашего сознательного *Я*. У нас есть опыт непосредственного переживания, и нам нет нужды задавать себе вопрос – где это переживание происходит. Но стоит нам задать его себе – и мы столкнемся с определенными трудностями.

Кто-то без раздумий скажет, что его *Я* находится в голове и нигде, кроме головы, быть не может, а в доказательство приведет теорию о высшей психической деятельности и о мозге, который, согласно этой теории, и порождает сознательное *Я*. В силу нашей привычки к материалистическому образу мысли, этот ответ кажется само собой разумеющимся. Но, как мы уже убедились, в нем заложено скрытое противоречие, поскольку если *Я* находится в голове, то что такое голова и все теории о высшей психической деятельности, как не мысли этого же самого *Я*?

Действительно, многие люди субъективно локализируют ощущение своего *Я* как находящееся где-то в голове – «в точке позади глаз». Возможно, и вы относитесь к их числу. Но факт заключается в том, что существует также много людей, для которых их *Я*, по субъективным ощущениям, находится не на уровне глаз, а чуть ниже – где-то в области шеи и груди – или чуть выше – в области макушки. Более того, многие отмечают, что их субъективное самоощущение может изменять свою локализацию в теле в зависимости от текущего психо-эмоционального состояния – передвигаться, расширяться, сужаться. И наконец, существуют тысячи свидетельств внетелесного опыта – когда люди под воздействием различных экстремальных факторов или в результате психофизической практики имели субъективное переживание своего сознающего *Я* находящимся вне физического тела. Так где же находится *Я*?

Из того, что было сказано, можно по крайней мере сделать вывод о том, что *Я* движется, изменяет свою локализацию и конфигурацию в пространстве и

времени. Мы переживаем это как волнообразное, пульсирующее изменение режимов работы своего внимания – сосредоточение-рассеяние, усиление-расслабление, фокусировка-расфокусировка, перемещение субъективного центра и источника внимания. Мы переживаем это как смену своих состояний и чувств.

Далее, выводы современных ученых и свидетельства древних традиций говорят нам о том, что сам мир пространства и времени порождается нашими мыслями и представлениями. Эти образы порождены определенными структурами восприятия – это структуры уровня ума, на котором и находится сознающее *Я* большинства ныне живущих людей. «Находится» – означает *находит себя*. Самость находит себя на уровне ума, и она находит себя в тех образах и формах, в тех мифах, которые свойственны структурам этого уровня.

Наше *Я, самость* сама по себе – это чистый акт восприятия и осознания. Прямо сейчас – это чистое переживание вашего присутствия в данный момент. Но помимо чистого присутствия в вашем переживании также есть еще один аспект – это те формы, в которых это присутствие выражается, в которых оно находится, с которыми оно отождествлено. Вы можете думать о чем-то – и тогда ваше присутствие будет выражаться в данный момент в форме мыслей, ваше *Я* будет находиться в мыслях и отождествляться с мыслями. Вы можете почувствовать свое тело – ладони, стопы, поверхность кожи, позу и осанку – и вот уже ваше присутствие выражается для вас в форме ощущений и, может быть, мыслей о теле. Вы можете начать прислушиваться к миру – и тогда ваше присутствие здесь и сейчас обретет форму звуковых впечатлений, наконец, вы можете наблюдать окружающий мир и переживать свое присутствие в визуальных образах.

В каждом акте нашего переживания, в каждом акте восприятия и осознания есть два этих момента – сам процесс и его форма, содержание и его конкретное выражение. Таким образом, Гора Мира и Путник, который по ней идет – это две составляющие процесса нашего восприятия и осознания, где

самость – это чистая потенция восприятия и осознания, чистый поток и источник энергии, чистое переживание Я. Основное свойство этого потока – способность к отождествлению, которая, собственно, и делает возможным Путешествие.

Если же самость сама по себе – это чистая способность воспринимать, отождествляться и осознавать, то другая составляющая процесса восприятия и осознания – это те потенциальные структуры, которые самость может использовать для той или иной организации своего восприятия и интерпретации. Мы говорим о том, что эти структуры образуют цепь, состоящую из различных вложенных друг в друга в порядке естественной иерархии уровней сознания, – Гору Мира. Каждый уровень представляет собой набор определенных базовых структур – форм восприятия и интерпретации, на которые проецируется и с которыми отождествляется поток энергии осознания, в то время пока ядро самости (фокус базовой самоотжественности, центр сознания, фокус восприятия, точка сборки) находится в пределах данного уровня – если это тело, то самость отождествляется с

его формой и определяет себя через нее, если это ум, то самость отождествляется с его формой и определяет себе через нее и т. д.

Отождествление – один из важнейших психологических процессов. Суть этого процесса состоит в передаче чему-то нашей энергии внимания-воли. Через отождествление мы притягиваем в поле нашего внимания объекты и процессы Мира – материальные и психические. Через отождествление мы проецируем на них энергию своего *Я*. Через отождествление мы организуем пространство своей собственной личности – ее структуру, систему внутренних связей – и пространство вокруг себя – психическое и физическое, а затем определяем себя и Мир через эту систему взаимосвязей.

Сила отождествления во многом подобна силе гравитации, действующей в материальной вселенной. Как и сила тяготения является фундаментальным свойством материи и присуща всем материальным объектам физического мира, так и сила отождествления является фундаментальным свойством психики и присуща любому объекту психического мира. Под действием этой силы формируются и уплотняются слои самого сознания, под действием этой силы упорядочивается поле и объекты в поле сознания. Так же как и сила тяготения, сила отождествления ослабевает по мере удаления от субъективного центра сознания к периферии. Так же как и сила тяготения, она проявляется в спиральном вращении приближения-удаления психических объектов и процессов (потоков энергии) вокруг ядра сознания – *Я*. Это как раз и есть то, что древние индусы вкладывали в емкое понятие *читта-вритти* – вихри сознания.

Конечно, вращение объектов-процессов в поле притяжения самости не следует понимать буквально – мы можем использовать астрономическую аналогию лишь как определенную идеализацию процесса – в реальности мы имеем дело со сложными циклами периодического возвращения объектов-процессов – внешних (предметы, люди, события, ситуации) и внутренних (мысли, эмоции, желания, чувства, воспоминания) – в поле нашего внимания.

Собственно говоря, факт этого вращения, факт сферического принципа организации жизни отражен и в нашем языке, в его глубинной структуре – мы говорим, что у нас есть «*круг общения*», «*круг знакомств*» в разных «*сферах жизни*», что мы «*вращаемся* в определенных *кругах*» и от этого вращения многое зависит в нашей жизни, – мы интуитивно соглашаемся с глубокой истиной, заложенной в поговорке «*Хочешь жить – умей вертеться*»; мы говорим – «*вертится* в голове», «*вертится* на языке».

Так мы говорим. Так мы чувствуем. Материалистическая картина мира убеждает нас в том, что человек есть материальное тело. Но в сознании у нас *вертится* совсем другое. В сознании вся материалистическая концепция мира есть не более чем одна из возможных интерпретаций – и это миф, который *вращается* там наравне со многими другими мифами. И хотя иногда мы действительно думаем, что *Я* есть только физическое тело или ум, на деле оказывается, что *Я* есть *сфера*, в которой *вращаются* эти идеи и мысли, эти мифы, и все, что происходит на самом деле, – это процесс переноса энергии осознания на эти мифы в момент их приближения к ядру самости. Мы просто отождествляемся с ними, когда они приближаются к ядру, мы проецируем свое *Я* на них, энергия нашего осознания

проникает в них, внедряется в них. И пока осознание отождествлено с этими мифами, мы верим, что *Я* есть только физическое тело или только ум, мы верим, что *Я* есть «хороший человек» или «неудачник» и т. п. Таким образом, если мы на самом деле хотим внятно объяснить принципы организации нашей жизни, мы, так или иначе, придем к модели сферического поля со сложно упорядоченными орбитами объектов-процессов, образованных силой тяготения-отождествления самости. И самое смешное заключается в том, что мне не нужно никого в этом убеждать: что бы вы ни думали о себе и о мире, вы все равно живете так, как если бы, прежде всего прочего, вы уже были сферой.

И эта сфера – та самая, чью формулу человечество разрабатывает с незапамятных времен. Историю этой формулы исследует Хорхе Луис Борхес в своем блестящем эссе «Сфера Паскаля». Суть формулы идеальна, лаконична и, как все гениальное, проста:

Сущее есть сфера, центр которой везде, а окружность нигде.

От Ксенофана Колофонского и Платона до Джордано Бруно и Паскаля, каждый мыслитель, как показывает Борхес, подставлял в эту формулу свое значение – в разные времена под *Сущим* подразумевались Бог, Вселенная, Природа, Человек. Но что бы мы ни подразумевали под *Сущим*, несомненно одно – *Это существует и Это движется*. И *Это* составляет самую суть вашего переживания прямо сейчас.

Движение через Гору Мира

Итак, самость не просто находится где-то – она движется, перемещается из состояния в состояние, с одного уровня осознания на другой. Уилбер называет эти уровни еще и волнами, что совсем не удивительно. Волны, как мы знаем, представляют собой потоки энергии со свернутой внутри них информацией. Эти волны находятся повсюду. Прямо сейчас вы находитесь в поле электромагнитных волн, насыщенных огромным количеством информации. Но вы не замечаете ничего. Для вас это пустота. Чтобы воспринять радиоволны, вам необходимо особое устройство – приемник. Приемник улавливает электромагнитные волны и настраивается на какую-либо частоту. Результатом настройки на избранную волну становится поток восприятия – приемник разворачивает свернутую информацию, которую несет данная волна, и преобразует ее в звуки, образы, информацию. Так работает радиоприемник, и так работает телеприемник со своими диапазонами электромагнитных волн.

Так же работает и самость с волнами энергии осознания. Но в отличие от радио или ТВ, самость – это такой приемник, который обретает новую форму при каждой новой настройке на новую волну. Во время этой настройки разворачиваются все свернутые внутри данной волны структуры восприятия и

интерпретации. Самость, в первую очередь, отождествляется с базовыми структурами данной волны и самоопределяется через них.

Отождествившись с формой определенного уровня (например, телесно-эмоционального), самость идентифицирует себя, воспринимает *образ себя* (например, как телесно-эмоциональное эго) и уже сквозь границы этой формы определенным образом воспринимает мир, воспринимает *образ мира* (мир, где главную роль играют эмоции и чувства).

Базовые структуры каждого уровня – это сложные конstellации, состоящие из различных систем: системы потребностей, мотивации, морали, ценностно-смысловой системы, системы мировоззрения и системы самоощущения. Сила отождествления самости организует все эти системы в единую структуру личности – определенную структуру восприятия и интерпретации, которую мы и называем своим *Я*.

Точка сборки, или самость, движется от одного уровня восприятия и осознания к другому и на каждом из них она примеряет свойственные данному уровню наряды и формы. Отождествляясь с формами восприятия данного уровня, самость определяет себя (воспринимает себя определенным образом или *в определенном образе*, в определенной форме и через эту форму определяет мир – воспринимает определенные образы мира).

Но что происходит, когда самость начинает переход на новый уровень восприятия и осознания? Очевидно, что ей необходимо проделать три взаимосвязанных процесса: сначала разотождествиться со старыми формами восприятия (и со старыми мифами), потом отождествиться с формами нового уровня (и с новыми мифами), а затем полноценно включить предыдущий уровень как часть в целостность последующего (поскольку только так может сохраниться непрерывность осознания, непрерывность опыта – детство включается в отрочество, отрочество включается в юность, юность включается во взрослость, взрослость включается в зрелость).

И каждый раз, переходя с одного уровня развития осознания на другой, мы проделываем непростой путь, на котором нам сначала необходимо разотождествиться со старыми структурами восприятия, а затем отождествиться с новыми. А ведь, по сути, разотождествление с собственными представлениями о себе (образом себя) – есть психологическая смерть.

Прежнее Я должно умереть, прежде чем родится новое Я.

Когда мы вырастем, в нас умирает *Я* ребенка, со всей присущей ему совокупностью потребностей, мотиваций и рождается *Я* взрослого человека – с новой мотивацией, новой моралью и новой системой ценностей. Таким образом, трансформация сознания при переходе с одного уровня восприятия на другой – это всегда экзистенциальный кризис, это всегда психологическая драма смерти старого и рождения нового. Эта трансформация происходит в три последовательных этапа, которые Уилбер называет *дифференциацией, трансценденцией и интеграцией* (49).

На этапе дифференциации происходит отстройка точки сборки от структур текущего уровня. Самость разотождествляется с прежними представлениями о себе и о Мире, дистанцируется от них. Это начинает происходить тогда, когда процесс горизонтального развития в пределах формы данного уровня (например, формы рассудочного ума и свойственных ему эгоцентрических и этноцентрических интерпретаций) подводит самость к границам этого уровня, и на периферии поля сознания активизируются структуры новой волны развития (структуры мироцентрических интерпретаций уровня души). Часть энергии самости отождествляется с ними, и возникает новый фокус самотождественности, альтернативный базовому.

Поскольку новые структуры принадлежат более высокому порядку целостности (уровень души более целостен по сравнению с уровнем ума и уровнем инстинктивно-эмоционального тела, поскольку включает их в свою структуру восприятия, управляет ими и превосходит их), то новый центр естественным образом стремится взять контроль над всей энергией самости и целиком переместить ее на новый уровень. Однако большая часть энергии самости все еще остается отождествленной со структурами предыдущего уровня, и потому расценивает тенденции, идущие с более высокого уровня осознания, как деструктивные – нарушающие целостность существующих структур.

Так возникают два конкурирующих центра самости. Инерция ваших прежних Я (тела и ума) тянет телегу вашей самости назад, подобно раку и щуке из басни Крылова, а Я более высокого уровня – душа-«лебедь» – пытается вытянуть телегу самости вверх. Здесь мы встречаемся с вестниками Великого Путешествия – вызовом, несущим тенденции трансформации с более высокого уровня целостности, и проводником, помогающим нам преодолеть порог нового уровня. Здесь же мы встречаемся с препятствиями, с опасностью отказа от путешествия, со стремлением законсервировать себя в границах предыдущего уровня.

Дифференциация означает разделение и различение. В сознании, которое прежде казалось одним целым, возникает разделение и конфликт. Возникают два центра самотождественности, два Я – «лебедь» и «рак».

На этапе дифференциации сознание более высокого уровня должно выделиться из общей энергетической массы предыдущего уровня, дифференцироваться, т. е. родиться, вырасти, отделиться от родительских структур и, таким образом, осознать себя.

Ум выделяется из тела, возникает эго-ум, рациональная самость; душа выделяется из ума, возникает тонкая сновидящая самость, самость-свидетель.

Затем дифференциация перетекает в *трансценденцию*, что означает превосходение. На этом этапе перед «лебедем» стоит задача полностью закрепиться в горизонте нового уровня, развернуть и закрепить все присущие этому уровню структуры восприятия и интерпретации, что означает преодолеть инерцию предыдущего уровня, превзойти его и начать контролировать его процессы. Так рациональная самость превосходит тело и подчиняет его процессы

задачам своего уровня; так тонкая самость-свидетель превосходит ум и начинает управлять и умом, и телом, исходя из задач и потребностей своего уровня.

И наконец, завершающий этап перехода – это процесс *интеграции*. Задача интеграции возникает после того, как определенная часть энергии осознания перетечет на новый уровень и стабилизируются все основные структуры уровня – сформируется новая система ценностей, система мотивации, потребностей, система мировоззрения и система самоощущения. Теперь, когда процессы с нижележащих родительских уровней больше не угрожают новому Я и надежно контролируются его окрепшей защитной структурой, встает задача полноценного включения иерархически более младшего холона сознания в более старший холон (здесь родительский холон означает более младший холон, а дочерний – более старший) для окончательной реализации целостности на данном этапе развития. Эту задачу выполняет зрелый ум, когда начинает движение навстречу телу и объединяется с ним в новую целостную единицу – тело-ум. Эту задачу выполняет зрелая самость-свидетель, когда объединяет в единое целое и тело, и ум, и душу.

Так через дифференциацию, трансценденцию и интеграцию (выделение, превосхождение и объединение) происходит переход от целостности одного уровня к целостности другого уровня и затем включение целостности предыдущего уровня как части в целостность последующего.

Мы идем от двойственности к единству и целостности. От тьмы невежества и принуждения к свету знания и свободы. От разделенности и отчуждения к контакту и интеграции. Нас движет сила неизъяснимого Намерения Целостности, заложенная в самой нашей природе. Это факт, который снова и снова подтверждали все великие мудрецы, мистики и философы, в какое бы время они ни жили.

Диссоциация ума: «Вкусное меню»

Однако если бы процесс трансформации всегда протекал так же гладко, как он описан, то у нас бы не было тех проблем, что мы имеем. Если бы все происходило так гладко, то люди бы легко интегрировали сначала тело и ум, затем тело, ум и душу, а затем достигали бы естественной реализации в целостности духа. И тогда мы бы сегодня имели не общество потребителей, а общество просветленных. В действительности живой процесс саморазвития далек от идеала. На каждом из этапов трансформации мы можем легко попасть в ловушку ошибочных интерпретаций, особенно если не понимаем сути того, что происходит. И тогда естественный процесс переходит в свою патологическую форму (это может происходить и происходит как в контексте индивидуального развития, так и в контексте развития общественного сознания).

Так дифференциация, зашедшая слишком далеко, может из процесса отделения превратиться в процесс отчуждения (*диссоциацию*). В этом случае ум диссоциирует тело, отчуждается от него, подавляет его глубинные процессы, в том числе и процессы трансформации. Стремясь любой ценой утвердить свое отдельное существование, эго-ум изолирует себя не только от тела, но и от

Большого Мира Целостности, частью которого он является. Шаманы древности называли это «болезнью отделения головы от тела». Ум теряет контакт с телом, отрывается от Реальности и начинает блуждать в собственных фантазиях.

Отсюда берет исток злополучная лингвистическая ошибка восприятия, которую очень метко диагностировал в свое время отец психокибернетики Грегори Бейтсон. Он называл это «логическая печатная ошибка».

Поясняя, что это значит, Бейтсон приводил теперь уже ставшую широко известной аналогию с ресторанным меню. Мы приходим в ресторан, говорит Бейтсон, и получаем меню. Меню, как мы знаем, представляет собой список блюд, т. е. является картой того, что нам предстоит отведать. Находясь в ресторане, все мы прекрасно понимаем разницу между описанием блюда в меню и самим блюдом, мы понимаем, например, что выбранное в меню блюдо может оказаться далеко не таким, каким оно представлено на бумаге, – мы понимаем, что меню нам нужно только для того, чтобы сделать заказ. Но, говорит Бейтсон, если бы мы вдруг начали обращаться с меню так же, как мы обращаемся со своими описаниями мира, то вместо того, чтобы есть пищу, мы начали бы есть само меню!

Проблема, с которой мы имеем дело, порождена вербальным умом, а точнее, патологическим процессом отчуждения вербального ума от инстинктивно-эмоционального тела. Этот процесс не одну сотню лет продолжается в масштабе всей цивилизации, и все мы, так или иначе, являемся его заложниками.

С началом процесса диссоциации вербального ума возникла и существенная дистанция между Реальным Миром и человеком. Дикое животное не имеет столь существенной дистанции – оно проникнуто Реальностью, оно составляет с ней одно телесно-инстинктивное целое. По этой же причине животное несвободно. Через инстинкты оно жестко подчинено тотальному диктату со стороны материальной стихии. Напротив, между человеком и Реальностью существует широкий буфер языковой среды, и благодаря этому буферу мы можем выделить себя из телесно-инстинктивной материальной стихии, мы можем приподняться над бездной материального бытия и увидеть свет небес. Но, только освободившись от одной зависимости, мы тут же попадаем в другую – теперь это зависимость от собственных описаний, от языка, на котором мы говорим о Реальности. Подлинная Реальность превратилась для нас в миф. Мы и не заметили, как стали иметь дело с мифом вместо Реальности.

Когда белка прыгает по дереву, она делает это инстинктивно, у нее при этом нет модели дерева, нет концепции, нет представления о том, чем дерево может быть, а чем не может. Белка взаимодействует со средой, повинаясь инстинкту выживания, и через инстинкт выживания она получает жизненно важную ситуативную информацию о среде. Когда человек вступает в контакт с деревом, он делает это не напрямую, а через свои представления о нем. У человека имеется языковое описание дерева – некая модель дерева, в которой в виде концепции заложена информация о том, что такое дерево, каким оно может и должно быть, что с ним можно делать и чего нельзя. Понятно, что эти модели могут широко варьироваться от одного человека к другому, от одной культуре к другой.

Например, сибирский шаман увидит в дереве воплощение духа места; следуя своему мифу, он может вступить в общение с деревом, узнать от него какую-то ценную для себя информацию, попросить защиты или покровительства. Но работник лесозаготовки, живущий в том же районе, вряд ли увидит в дереве что-то, кроме потенциальных дров, и, так же следуя своему мифу, он будет пилить и пилить, пилить и пилить...

Разница между белкой и человеком в том, что любая белка, на каком бы континенте она ни находилась, будет взаимодействовать с миром похожим образом; люди же, даже живя в одном месте, но имея при этом разные описания мира, с одной и той же вещью могут вести себя прямо противоположным образом, и, даже находясь рядом друг с другом, такие люди будут вести себя так, словно в действительности живут в разных мирах. По сути дела, так оно и есть.

Это происходит потому, что мы проецируем свои описания на Реальный Мир и подменяем Мир своими описаниями. И тогда мы уже начинаем жить не в Реальном Мире, а в Матрице – внутри модели Реальности, порожденной нашим умом!

Как говорит Уилбер, ссылаясь на Кастанеду, «глубинная структура любого языка воплощает в себе специфический синтаксис восприятия, и в той мере, в какой индивид развивает глубинную структуру своего родного языка, он одновременно учится конструировать и таким образом воспринимать определенный тип описательной реальности» (49).

Диссоциация вербального ума патологически искажает и фактически заводит в тупик весь процесс трансформации сознания. То, что должно было быть трансценденцией, превосхождением, превращается в подавление и вытеснение; то, что должно было быть интеграцией, объединением, превращается в диктатуру и авторитарный контроль.

Вместо того чтобы превосходить младшие уровни, старшее измерение начинает вытеснять и подавлять их. Вместо естественной иерархии взаимовключенных целостностей возникает патологическая иерархия господства. В этом случае эго-ум отказывается включать тело в себя как свою неотъемлемую часть, он продолжает свою патологическую вражду с ним, начатую диссоциацией.

Если имеет место процесс вытеснения, то эго-ум стремится рассматривать телесное осознание, как нечто чужое, враждебное себе. Отсюда берет начало печально известная «вражда плоти и духа», только не дух здесь враждует с телом (дух сам по себе ни с кем не может враждовать, поскольку все является его частью), а эго-ум, заигравшийся в свое величие. Причем эго-ум подавляет не только целостности младших уровней (тела), но и целостности старших уровней (души и духа), стремясь подчинить их себе, своим прихотям. В результате он может начать гордо величать себя «духом», а свою уродливую вражду с телом называть «битва плоти и духа», но на самом деле при этом он полностью блокирует процесс самопревосхождения, подменяя подлинную трансформацию своими фантазиями о ней.

Фактически у диссоциированного эго-ума отсутствует истинная точка опоры – за игрой слов, концепций и мифов вербальное эго перестает видеть Реальность, за деревьями перестает видеть лес.

Вот почему мы говорим, что с началом процесса диссоциации описательная реальность постепенно начинает вытеснять Реальность подлинную, так что в конце концов человек оказывается целиком вовлечен в миф и практически полностью теряет сознательный контакт с Реальным Миром.

Современный кризис – это кризис потери контакта с живой Реальностью.

Это основа эпидемии невроза – болезни, которой подвержен массовый человек современности – ибо, как констатирует Уилбер, «согласно всем школам глубинной психологии, «невроз» в самом широком смысле – это утрата человеком контакта со своими подлинными чувствами, действительными желаниями или реальным внутренним состоянием» (50).

Мы сначала окружили себя моделями мира, а потом стали считать, что мир и есть та модель, которую мы в нем видим. Вместо того чтобы иметь дело с реальными явлениями, мы предпочли иметь дело с концепциями явлений. Но в реальном мире смерть не перестанет быть смертью оттого, что мы решим исключить ее из своей концепции мира. Как и в былые времена, когда дикарь прятался от вездесущих хищников в пещеру, сегодня Реальность продолжает безжалостно выслеживать нас, но если раньше было по крайней мере понятно, откуда исходит угроза (враг, дикий зверь), то теперь, отделенные от Реальности семью лингвистическими замками, мы потеряли живое восприятие источника опасности. Чувство опасности осталось, а где реально находится ее источник, мы не видим. И вот, безнадежно заблудившиеся в собственных метафорах, мифах и моделях, мы безудержно фантазируем на тему «скрытой угрозы» и «конца света». Глобальные и личностные фобии, которыми страдает современное человечество и которые оказались настоящей золотой жилой для массового кинематографа, в этом смысле крайне симптоматичны.

В надежде обрести свободу от необходимости, словами и описаниями мы постарались тщательно отгородить себя от ужасающей невыразимой Реальности, от беспощадного Бога мщения и возмездия, от живого Бога истины и справедливости, но, как оказалось, попали в собственную западню. Бог все равно дотягивается до нас через все наши концептуальные нагромождения, только вот нам становится все труднее очнуться от своей зачарованности магией слов...

Языковая среда – посреднический буфер из слов и концепций между личным сознанием и потусторонней Реальностью – вот та самая сфера, где развиваются все человеческие мировоззрения. Мифы защищают нас от прямого контакта с глубиной – от контакта с невыразимой стихией Реального Мира – они, с одной стороны, служат проводниками в Неизведанное, а с другой – хранителями Известного. Такова их двусторонняя функция, как открытой связывающей границы – между внешним и внутренним, посюсторонним и потусторонним.

И все бы ничего, если бы диссоциация ума не нарушила этот хрупкий баланс и граница мифа из открытой не превратилась бы в закрытую. В результате

граница мифа потеряла свою функцию связывания, сообщения и, наоборот, усилила функцию разделения, которое перешло в разобщение и отчуждение.

Стены слов принесли нам чувство безопасности – но момент, когда эти стены полностью отгородили нас от Реальности, стал также моментом, когда мы полностью потеряли верную ориентацию в Реальности.

Вместо того чтобы ориентироваться в Реальности, мы начали ориентироваться в «домике из слов», думая, что этот «домик» и есть Реальность. И все было бы хорошо, если бы мы могли целиком забраться в свой синтаксический «домик», если бы стены слов целиком закрывали нас от бушующих в Реальности бурь, но – вот незадача – «домик» несколько тесноват и на самом деле в него влезает только наша голова, тело же остается снаружи. Таким образом, наша голова живет как синтаксическая самость в мире вербальных мифов, тогда как наше настоящее тело продолжает оставаться в Реальности.

Возникает любопытная ситуация: наше тело продолжает жить и действовать в Реальном Мире, тогда как наша голова, которая принимает решения и этим телом управляет, живет в мире мифов, искусственно созданном из кирпичиков слов. Это та самая ситуация, которую современные психологи называют «когнитивный диссонанс» – познавательное несоответствие, а древние шаманы диагностировали как «головную болезнь» – нарушение связи между головой и телом.

Прямо сейчас что-то происходит в Реальности, прямо сейчас наше тело улавливает некие импульсы и, возможно, сигнализирует вербальному уму: «Внимание! мы приближаемся к опасной зоне», – но для нашего сознания, очарованного силой и ясностью слов, эти сигналы ничего не значат, они кажутся ему слишком смутными, слишком зыбкими, чтобы обращать на это внимание. И в нашей описательной реальности эти сигналы превращаются во что-то бессмысленное – «что-то где-то грохнуло», «какой-то непонятный шум в ушах», «закружилась голова», «кольнула в сердце непонятная тоска». В конце концов, последствия прохождения через различного рода «подводные камни» Реальности скажутся в первую очередь на теле – ум, будет чувствовать себя в безопасности за глухими стенами слов: «Заболел желудок, голова, сердце?» – «Съешь таблеточку и боль утихнет» – а то, что эта боль содержит тревожное сообщение тела о скрытой проблеме, наш ум мало волнует.

«Домик из слов»

Трудно сказать, когда точно на нашей планете появился в результате эволюции млекопитающих новый биологический вид, известный как *homo sapiens* – человек разумный, – на этот счет есть разные версии, разные мифы, но можно сказать совершенно точно, что как психологическое явление *homo sapiens* возникает в сознании индивида где-то между десятью-пятнадцатью годами жизни. Как психологическое явление *homo sapiens* – это сознание, эволюционировавшее от телесного к рациональному уровню и окончательно пробудившееся к жизни в мире слов, понятий, правил, ролей и концепций.

Именно этот фундаментальный барьер между дорациональным (бытием-в-теле) и рациональным бытием (бытием-в-уме, бытием-в-языке) преодолевает сознание, когда провозглашает магическую формулу своего существования «Я есть», в которой уже заложено семя вызова – вопрос: «Кто Я?» Ибо как только сознание произнесло слово «Я есть», в этот же самый миг оно перестало быть только телесным сознанием, в этот же самый миг оно стало чем-то другим – тем, что может сказать о себе «Я есть». Но если Я уже не есть только тело, тогда – «Кто Я?». И отсюда, из этой точки перехода от тела к уму, из этой диалектики утверждения-вопрошания и появляется на свет «человек разумный».

Личностное самосознание и телесно-импульсивное сознание представляют собой два принципиально разных уровня сознания, вот почему время пробуждения личностного самосознания (когда синтаксическое эго заявляет о своем самобытии в краткой и предельно концентрированной фразе «Я есть» и сразу же вслед за этим сталкивается с идущим из глубины сознания вопросом-вызовом – «Кто Я?») – это также время забвения телесно-импульсивного сознания. Синтаксическое эго дифференцируется от телесного эго и, как это часто случается в нашей цивилизации, диссоциирует телесное сознание. Психологи говорят в этом случае о процессе вытеснения – новый, иерархически более высокий уровень рационального сознания вытесняет предыдущий телесно-импульсивный уровень в бессознательное – то, что до десяти – пятнадцати лет было телесно-импульсивным сознанием, становится отныне подсознанием.

Эта точка перехода от телесного к рациональному бытию является вратами рождения личностного сознания (Я-в-уме, Я-в-языке), так же как чрево матери является вратами рождения сознания телесного (Я-в-теле). И подобно тому как телесное сознание, пройдя врата биологического рождения, стремительно забывает то, чем оно было до этого, ментально-языковое сознание, Я-в-языке, пройдя врата своего психологического рождения, забывает (вытесняет вследствие диссоциации) свое материальное, телесно-импульсивное бытие.

Именно здесь окончательно закрывается тот самый пузырь восприятия, о котором говорил Кастанеде Дон Хуан – пузырь языка, пузырь описания, надежно захлопывая нас в своей ловушке. И отныне все, что суждено увидеть нам на его круглых стенках, будет лишь мифом – мифом о себе, мифом о Мире – мифом, но никак не Реальностью.

Если до сих пор вы были уверены, что дата биологического рождения в вашем паспорте, – это дата именно *вашего* рождения, то, уверяю вас, вы глубоко заблуждаетесь. Дата именно *вашего* рождения находится между десятым – пятнадцатым годом жизни вашего телесного сознания. Это то время, когда вы перестали быть только сознающим телом и стали сознающим умом. В это время вы перестали жить в биологическом мире природы и окончательно родились к жизни в синтаксическом мире языка. И, родившись как ментальное языковое сознание, вы, как и любой другой человек, застали себя в ситуации изначальной раздвоенности и обнаружили, что эта раздвоенность пролегает через весь ваш мир и через вас самих. Раздвоенность, о которой мы говорим, порождена фундаментальным разрывом, создаваемым диссоциированным умом, диссоциированным языком...

С помощью языка мы научились абстрагироваться от мира. Это оказалось великим достижением эволюции. Отделив себя от материи с помощью языкового буфера, сознание получило широкие возможности для развития своих потенций. Люди смогли развить свой разум, получив мощные инструменты образного и символического языка, анализа и синтеза, инструменты создания абстрактных понятий и операций с ними. Благодаря этому мы научились, например, «связывать время и конструировать временной мир» (Уилбер), обрели способность «понимать прошлое и будущее в абстрактных терминах, чтобы быть способными активно управлять своими реакциями на этот мир» (Ференци), научились «дробить широкое содержание на частные аспекты и переживать их постепенно, один за другим» (Нейман). Но самое главное – благодаря языку мы получили возможность выбора. Как говорит Уилбер, «только в пространстве языка вы можете произнести слово «или...»: «Должен ли я сделать это ИЛИ я должен сделать то?» (50). А это значит, что ум дал нам новую степень свободы по сравнению со всеми предыдущими телесными уровнями.

Однако в результате диссоциации этот позитивный по сути процесс обрел свою патологическую форму: отчуждаясь от телесного сознания, самость оказалась запертой в уме – сознание, окруженное не вещами, но призраками вещей, названиями вместо явлений, оказалось практически полностью отрезано от непосредственного контакта с Реальностью.

Так люди убили живого Бога.

Две тысячи лет назад апостол Иоанн торжественно провозгласил, что Бог стал Словом. Сто лет назад Хайдеггер горестно констатировал, что Бог умер. Ирония ситуации заключается в том, что благодаря слову мы обрели мощнейшие инструменты познания Реальности, но, пока мы их обретали, все успели позабыть, где эта Реальность находится. Мы потеряли то свое первобытное чутье, которое, пусть очень грубо, но, тем не менее, всегда безошибочно указывало нам простую разницу между жизнью и смертью, между словом и чувством. Мы потеряли безошибочность живых ощущений и чувств, мы заблудились среди мифов, слов и концепций – вот почему теперь мы с мазохистским удовольствием сгрызаем одно меню за другим, а потом удивляемся, почему не проходит голод. Вместо того чтобы реально жить и умирать, мы научились изображать жизнь, мы научились делать вид, что живем, – для чего? В смутной надежде на то, что, если мы проживем ненастоящую жизнь, смерть тоже окажется ненастоящей?

Вопросы великой триады:

Кто Я? Что есть Мир? Зачем все Это?

Вызов – это вопрос. Он появляется словно бы из ниоткуда. Мгновение назад его не было – но вот он стоит перед тобой, и от него уже нельзя отмахнуться. Вызов – это зеркало, в котором мы вдруг впервые видим самих себя. Вопрос возникает самопроизвольно, как следствие внезапной встречи с самим собой... Кто Я? Что есть Мир? В чем суть Жизни?

Вызов приходит как приглашение к игре в угадайку. Целостность бросает нам вызов, приглашая вступить в игру. И мы начинаем эту игру, когда вступаем в самостоятельную жизнь. Всякий раз, когда мы совершаем в жизни выбор, мы делаем его на основании того или иного предположения о том, кто *Я* есть, что вокруг меня и чем может быть истинная цель жизни, – мы делаем это даже независимо от того, понимаем на самом деле суть выбора, или нет. И все наше последующее движение становится ответом на это предположение, а поскольку любые наши предположения всегда оказываются в чем-то неверными, то в последующем движении обязательно содержится момент корректировки – иногда весьма существенной. Весь вопрос заключается лишь в том, как мы к этому относимся: мы можем воспринимать это как проклятие, злой рок или удары судьбы, а можем видеть в этом бесценный дар знания, урок, который необходимо выучить.

Этот урок приходит к нам в форме мифа. Если попытаться дать глубинной формуле мифа какое-либо простое описание, то им окажется триада «*Я*-Мир-Путь». Три элемента этой формулы составляют концептуальное наполнение любых мифов, любых моделей мира, где бы мы их ни находили – от священных текстов тибетского буддизма до трудов знаменитых физиков, посвященных квантово-голографической теории. И это неудивительно, ведь три эти элемента соответствуют трем вопросам-вызовам великой триады: «Кто *Я*? Что есть Мир? В чем суть Жизни?»

Люди во все времена осознавали крайнюю важность поиска верных ответов на фундаментальный вызов бытия, который содержат в себе вопросы великой триады – «Кто *Я*?», «Что есть Мир?», «В чем суть Жизни?». Вопросы великой триады – это основные вопросы и философской, и религиозной, и научной, и бытовой практики.

«Кто *Я*?» – с этого вопроса-вызова начинается самостоятельный путь каждого из нас. Этим вопросом начал свое исследование человеческого сознания Кен Уилбер. Сам Уилбер называет этот вопрос «проклятым», напоминая нам о том, что испокон веков крупнейшие умы человечества бились над его решением, испокон веков давались самые разные ответы на него – «сакральные и профанные, сложные, и простые, научные и романтические, политические и личные» – и ни один из них не оказался исчерпывающим.

Но возможно, «проклятость» вопроса «Кто *Я*?», а вместе с ним и двух остальных вопросов великой триады, как раз в том и заключается, что нет никакой необходимости давать на них исчерпывающий ответ? Быть может, вызов, который несут нам вопросы великой триады, состоит не в том, чтобы дать какой-либо «окончательный ответ», но в том, чтобы просто начать движение, начать путь самостоятельного развития – саморазвития? Путь сквозь миры, сквозь мифы...

Что если вызов – это лишь способ двигаться – и, только когда вызов неразрывно связан с действием, он обретает свою подлинную ценность?

Динамическое единство целостности

Мы движемся через Мир сквозь пространство и время. И суть этого движения Целостности раскрывается для нас через три последовательно задаваемых вопроса великой триады: «Кто Я?», «Что есть Мир?», «В чем суть Жизни?».

Почему именно три?

Так происходит в силу того, что любая целостность, будучи развернутой в нашем двойственном мире, должна непременно представлять собой взаимодействие двух противоположностей, объединенных динамическим единством. Это основной закон диалектики: тезис + антитезис = динамический синтез.

Вот почему вызов сначала заставляет человека идентифицировать самого себя: «Кто Я?» – это тезис, определение Субъекта. Затем обнаруживает его противоположность – окружающий мир: «Что есть Мир?» – это антитезис, определение Объекта. И затем уже реализует единство двух найденных противоположностей через их динамическое взаимодействие – Субъект начинает свое движение через Объект – в движении своей жизни человек начинает познавать себя и окружающий мир, и это движение изменяет и его самого, и мир вокруг.

Вопрос: «В чем суть Жизни?» – возникает как следствие этого движения. И, будучи следствием пространственно-временного движения, он содержит и объединяет в себе и причину, и следствие, и цель. Вопрос: «В чем суть Жизни?» – разворачивается для нас в следующую цепочку: «Откуда и куда Я иду? Почему – по какой причине – Я это делаю? Зачем, для чего – с какой целью – Я это делаю? Что случится в результате этого?» Все эти вопросы – это вопросы взаимосвязи. А квинтэссенцией взаимосвязи на уровне ума является смысл.

Смысл жизни меняется в зависимости от того, как мы понимаем себя, окружающий мир и свое место в нем. Он есть для нас квинтэссенция взаимосвязи человека (Субъекта – того, *кто* движется), Мира (Объекта – того, *где* движется Субъект), конкретного места их соприкосновения в данный момент (конкретной точки в траектории движения Субъекта через Объект), а также начальной и конечной точки всего маршрута. В ответе на вопрос: «В чем суть Жизни?» – объединяются Гора и Путник, начало, середина и конец Пути.

Вопрос: «В чем суть Жизни?» – всегда является завершающим в великой триаде, потому что он выводит человека из плоскости его сиюминутного движения – повседневной жизни – в область над этой плоскостью. Он заставляет увидеть всю траекторию уже совершенного движения – свой жизненный опыт, увидеть, как начиналось и разворачивалось то, что сейчас составляет основу его повседневности, увидеть отдаленные истоки и причины происходящих с ним сегодня событий и обнаружить текущую тенденцию к дальнейшему движению – план будущего, – углядеть созревающие семена отдаленных последствий, и через это сопоставление – прошлого, настоящего и будущего, известного и неизвестного – прийти к догадке о том, в чем же на самом деле заключается Тайна Целостности – необусловленной, недвойственной и вечной.

Человек вынужден задаваться вопросом: «В чем суть Жизни?» – вынужден, отвечая на него, прикладывать усилие и возвышаться над плоскостью повседневности, в первую очередь потому, что ему оказывается далеко не

безразлично то, куда он направляется в своем движении через Мир. Он обнаруживает, что *Я* и Мир, Субъект и Объект во многом взаимопределяют друг друга – вопросы «Кто *Я*?» и «Что есть Мир?» есть вопросы, приложенные не к двум никак не связанным противоположностям, но к двум частям органичного целого – той самой искомой Целостности, Тайна которой раскрывается лишь в движении.

В зависимости от того, как мы отвечаем себе на вопросы триады (а наш ответ есть всегда попытка разгадать Тайну Целостности), мы делаем выбор направления своего движения – своей цели и способа, которым мы будем ее достигать. Но в своем движении к выбранной цели мы сталкиваемся с тем, что мы не всегда вольны достигнуть ее так, как нам этого хочется, либо мы вообще не вольны ее достигнуть. Так происходит потому, что движение не является только выбором человека, но есть диалектическое проявление всей Тайны Целостности. Импульсом к нему служат не сиюминутные решения, но отдаленные причины прошлого, задающие общее направление сегодняшнего движения. И в самом движении текущего момента настоящего раскрывается тайна взаимосвязи далекого прошлого и далекого будущего.

Рано или поздно мы начинаем догадываться, что истинная цель нашей жизни вообще не может быть увидена в горизонтальной пространственной плоскости, поскольку горизонталь целиком обусловлена сиюминутным видением, взглядом из преходящего настоящего. Пункт назначения, который мы себе моделируем в горизонтальном плане умопонимания, когда строим планы на будущее: карьера, материальные блага, положение и т. п., – есть только элемент движения к истинной цели, но никак не сама цель, ибо истинная цель жизни – и есть искомая Целостность, которая, проявляясь во всем, тем не менее, всегда остается за пределами всего.

Заключение и продолжение

Вселенная есть Великая Целостность. И эта Целостность разворачивается для нас в пространстве и времени. Каждый человек, каждое воспринимающее существо – это неотъемлемая часть Целостности и ее ключевое звено. Мы движемся сквозь Целостность в процессе своего восприятия и осознания, и наше познавательное движение – это центральный момент всей драмы. Вся наша жизнь есть *развитие*. Разворачивание спирали Целостности виток за витком. Причем каждый виток (волна или уровень) этой спирали неизменно представляет собой холон – целое/часть. Каждый виток спирали есть целое, включающее в себя все предыдущие витки, и каждый виток есть часть, поскольку сам включается как часть в последующее целое.

Все в природе подчиняется этому закону Великой Целостности – закону интеграции. Везде, куда бы мы ни взглянули, мы видим ряды целостностей, органично включающих в себя младшие целостности и включенные в более сложные системы целостностей. Такой целостностью является и человек. Наше физическое тело состоит из взаимосвязанных систем органов, которые, в свою

очередь, состоят из клеток, клетки – из молекул, молекулы – из атомов и так далее, вплоть до самых первичных уровней организации материи.

Но человек есть не только физическое тело. Наряду с внешним измерением, у нас есть еще и внутреннее. Являясь физическим телом, которое включено в систему холонов внешнего материального мира, мы являемся также сознающей личностью, которая включена в систему холонов внутреннего психического мира. Великие традиции знания выделяют три (тело-ум-дух), или пять (материя-тело-ум-душа-дух), или более основных оболочек сознания или холонов внутреннего мира.

Развертывание Целостности через эти пять основных уровней (витков или волн) – это естественный процесс развития, который совершается в течение человеческой жизни. Наше сознающее *Я* (самость, точка сборки) – вот тот Путник, что совершает это удивительное Путешествие в процессе своей жизни, переходя с одного уровня, с одного витка спирали на другой, пока не будет охвачена вся Целостность Реальности.

Оказываясь на какой-либо из этих волн осознания, наше *Я* активизирует свернутые внутри волны свойственные ей специфические содержания – разворачиваются определенные структуры, отождествляясь с которыми *Я* воспринимает обусловленные этими структурами образы себя и Мира. Для простоты и краткости я называю эти специфические составляющие каждой из волн мифами, хотя со строго научной точки зрения это не совсем так (поскольку, строго говоря, собственно описания существуют только на уровне ума). Но если мы соглашаемся, по крайней мере в контексте данной книги, называть мифами любые содержания, обуславливающие определенный род взаимоотношений внутри целостности *Я*-Мир, то, значит, на каждой из волн развития раскрываются присущие этой волне специфические мифы: на уровне тела это дорациональные или доличностные мифы, на уровне ума – рациональные или личностные мифы, на уровне души – пострациональные или трансперсональные мифы. И так вплоть до самых тонких областей духа, пока не реализуется вся полнота Целостности Осознания и все, даже самые тончайшие образы и мифы не будут превзойдены.

Итак, мифы, какой бы волне они ни принадлежали, есть развернутые содержания своей волны (образы *Я* и Мира, а также существующие между этим *Я* и Миром взаимоотношения, которые все вместе образуют триаду «*Я*-Мир-Путь»). В этом смысле миф – это и инструмент, и продукт познавательного движения самости через Реальность. В своей космологической и социальной функции миф – это продукт познавательного движения через Реальность, поскольку каждая волна осознания развертывает свои специфические объяснительные модели Мира, на основе которых выстраиваются специфические правила взаимодействия человека с человеком и человека с Миром. В своей психологической и мистической функции миф – это инструмент движения через Реальность, поскольку он показывает определенную перспективу Пути, определенным образом проводит нас сквозь жизненные изменения и определенным образом связывает нас с Тайной всей Целостности.

Реализуя свою психологическую функцию, мифы ведут нас от одного этапа жизненного Пути к другому – от рождения через детство, отрочество и юность к зрелости, зрелости, мудрости и порогу смерти, который становится высшей

точкой жизни, трамплином для окончательной реализации Духа (при условии, что естественный процесс развития осознания не был серьезно нарушен). И конечно, в каждый момент этого Пути мифы определенным образом соединяют нас с глубочайшей Бездной, с той непостижимой Тайной Бытия, прямым воплощением которой мы и являемся на поверхности Мира. Так реализуется мистическая функция мифов.

Две эти последние функции мифов – психологическая и мистическая – и есть предмет пристального рассмотрения в данной книге. И здесь мы говорим в первую очередь о метамифе, или мифе о Великом Путешествии.

Миф о Великом Путешествии – это наиболее обобщенный, абстрактный сценарий Пути, карта Пути, который проделывает человек в своем движении от материи к Духу. В общих чертах этот миф был известен с самой глубокой древности и распространен в самых разных человеческих культурах, не соотносимых между собой ни во времени, ни в пространстве. Получается так, что во всех культурах и во все времена люди так или иначе приходили к одному и тому же, открывали одни и те же универсальные закономерности, описывали одни и те же универсальные этапы жизненного Пути.

И это описание включает в себя объяснение основных особенностей прохождения через четыре самых общих этапа жизни (или четыре волны развития осознания) – этап детства, связанный преимущественно с развитием телесно-эмоционального сознания, этап юности и взрослости, связанный преимущественно с развитием ума, этап зрелости и мудрости, связанный с развитием души, двойника или сновидящего тела, и этап «последнего порога», связанный с самораскрытием Духа.

Одновременно с этим метамиф дает общее описание сценария, по которому разыгрывается кризис трансформации, сопровождающий самость при переходе с одной волны осознания на другую (особенно это касается перехода от ума к душе и духу, поскольку переход от тела к уму мы худо-бедно уже проделали). Кен Уилбер описывает сценарий кризиса трансформации как три перетекающие друг в друга процесса – дифференциацию, трансценденцию и интеграцию. Джозеф Кэмпбелл, воспроизводя архитектонику древних героических мифов, описывает эти этапы перехода как «Призыв к путешествию» или «Вызов», «Встречу с проводником», «Отказ от путешествия», «Сверхъестественную помощь» и «Битву с Тенью». В книгах Карлоса Кастанеды эти этапы называются посланиями Абстрактного – Дон Хуан описывает первые четыре из них как «Проявления Духа», «Стук Духа», «Уловку Духа» и «Нисхождение Духа».

Об универсальном характере метамифа свидетельствует также и необычайная живучесть, популярность и удивительная повторяемость основных мотивов героического путешествия в древнем и современном искусстве. Тема героического путешествия красной нитью проходит сквозь всю историю литературы, как устной, так и письменной, как европейской, так и восточной, так и древнеамериканской. Тема Великого Путешествия звучит и в мифах о подвигах Геракла, и в «Одиссее», и в древнерусских сказках («Пойди туда – не знаю куда, принеси то – не знаю что», «Конек-горбунок», «Иван Царевич и Серый Волк»), и в богатырских былинах (былины про Илью Муромца), и в кельтском фольклоре, и в

скандинавских сказаниях (инициация Одина), и в шаманских «сказках силы», которые рассказывал Карлосу Дон Хуан, и в священных текстах мировых религий (жизнеописания Будды, Христа, Мухаммеда), и в европейской литературе («Божественная комедия» Данте, «Алиса в Стране чудес» Кэрролла, «Так говорил Заратустра» Ницше, «Иосиф и его братья» Томаса Манна, «Властелин колец» Толкиена). Литературную традицию перенял кинематограф, и теперь на киноэкранах оживают образы, навеянные все той же неувядающей темой, – мы говорим о таких кинохитах, как тот же «Властелин колец», «Звездные войны», «Матрица», «Шоу Трумэна», «Таинственный лес», «Волшебник Земноморья», «Ночной дозор», «Лабиринт Фавна», «Блуждающие» и многих других.

Большая часть этих творений, особенно современных, посвящена проблемам взросления (перехода самости от уровня тела к уровню ума) и обретения мудрости (перехода от уровня ума к надличностным, пострациональным уровням восприятия). Этот интерес вызван той ситуацией, которая когда-то сложилась в европейской культуре при переходе к рационалистическим формам общественного сознания и закрепилась в культурной практике – эту ситуацию можно диагностировать как процесс патологической диссоциации, отчуждения ментального эго как от структур телесного уровня, так и от структур пострационального уровня.

На долгие века в нашей цивилизации тело было объявлено вне закона, а на проявления естественной чувственности был наложен запрет; на долгие века была отвергнута подлинная реальность вышележащих уровней осознания – души и духа – а вместо них рациональное сознание принялось забавляться с погрешностями слов – «дух», «душа» – пока окончательно не убедилось, что сами по себе они равным счетом ничего не обозначают, а значит, могут обозначать то, что выгодно уму. «Духовностью» стала называться рационалистическая, рассудочная мораль, а «душевыми порывами» – эмоционально-инстинктивные влечения, которые на лестнице внутренней иерархии находятся еще ниже самого ума. Таким образом, диссоциированный ум просто низвел реальность всех вышележащих уровней осознания до своего и ниже, а после этого ему ничего уже не мешало объявить себя «венцом творения».

Естественно, в истории не раз предпринимались попытки исправить эту печальную ситуацию – философы искали выход из западни «чистого разума», а художники рисовали вдохновенные картины героического бунта против рассудочной морали. И современные волшебники кино достойно продолжают эту традицию, создавая шедевры, заставляющие нас очнуться от обусловленности ограниченными представлениями своего ума и продолжить то Путешествие, которое однажды было начато, а затем прервано, – удивительное Путешествие к Духу, к Тайне Мира, к подлинной Реальности самих себя.

Но прежде чем мы обратимся непосредственно к проблеме героического перехода нашего Я от рассудочной обусловленности к целостному уму и телу, а затем к той надличностной свободе бытия, что обретает раскрепощенная самость, когда пробуждаются к жизни структуры нашей души, структуры нашего

сновидческого *Я* (и увидим, как эта проблема раскрывается в трех знаменитых киносагах современности и в других фильмах этой тематики), нам предстоит окинуть взглядом весь тот Путь, который проделало наше *Я*, чтобы попасть на уровень ума и потеряться в его лабиринте. Ведь выход из этого лабиринта может быть найден только тогда, когда мы вспомним, как мы вошли сюда и кем мы были до того, когда стали тем, кем себя знаем.

Практика

Карта мифов

Возьмите лист бумаги и разделите его на девять ячеек (три линии по вертикали и три по горизонтали).

Условия: уединенное помещение, полчаса – час свободного времени, когда вас никто не побеспокоит, негромкая расслабляющая музыка или звук шаманского бубна.

Встаньте, закройте глаза и расслабьтесь. Представьте, что, закрывая глаза, вы переноситесь в свое внутреннее пространство. В процессе практики внешнее пространство становится внутренним. Место, где вы сейчас стоите, – это ваше настоящее чувство *Я*. Перед вами ваше прошлое – спираль времени, уходящая далеко в ваше детство, к вашему рождению.

Представьте, как из центра этой спирали к вам приближается некая фигура. Фигура подходит почти вплотную и останавливается в шаге от вас. Вы видите, что

это фигура одного из ваших родителей – человека, который оказал на вас самое сильное влияние в детстве и юности.

Теперь сделайте шаг вперед и войдите в эту фигуру. Представьте, что вы в буквальном смысле входите в этого человека: вы перенимаете излюбленную позу, жесты, выражение лица этого человека – и в этот момент вам начинает раскрываться тот миф, который этот человек передавал вам, пока воспитывал вас. Своими наставлениями, своими поступками, своим поведением, своим видением вашего будущего этот человек формировал в вашем сознании определенное восприятие мира и закладывал определенную программу судьбы. Откройте сознание навстречу воспоминаниям тех событий из вашего детства, когда происходила трансляция мифа от этого человека к вам. Услышьте голос этого человека. Прочувствуйте и сформулируйте самую суть того мифа, в котором жил этот человек и который он когда-то активно внедрил в ваше сознание.

Затем сделайте шаг назад, возвращаясь в свое нынешнее Я. Откройте глаза, возьмите лист бумаги с девятью ячейками и в одной из ячеек нарисуйте символы и образы того мифа, который передавал вам ваш родитель.

Затем повторите всю практику, вспоминая по очереди:

- мифы вашего второго родителя;
- мифы одного из ваших старших родственников, сильное влияние которого вы испытывали в детстве;
- мифы человека, который был для вас авторитетом, на которого вы хотели равняться, во всем походить на него;
- мифы вашего детства – каким вы видели мир, себя, кем хотели стать;
- мифы вашей юности;
- мифы ваших глубинных страхов (вспомните самые страшные события, которые когда-либо происходили с вами или рисуются в вашем воображении);
- мифы вашего настоящего;
- мифы ваших амбиций (каким вы рисуете себя и свое будущее в своих тайных фантазиях).

То, что вы получили в итоге, – это матрица с девятью разными жизненными программами, существующими в вашем сознании и подсознании.

Проанализируйте их содержимое, задав себе следующие вопросы:

Какие мифы-программы являются антагонистами – т. е. имеют противоречащее друг другу содержание? Как эти противоречия проявляются в вашей жизни? Может быть, одни мифы блокируют другие, не давая вам возможности свободно самовыражаться, может быть, сегодня вы хотите одно, а завтра совсем другое и т. п.

Все эти мифы существуют в вашем психическом пространстве, и каждый из них пытается реализовать присущую ему программу. При этом какие-то мифы могут находиться в сфере вашего сознания, и это означает, что вы осознанно пытаетесь реализовать их, тогда как другие управляются подсознанием и проявляются в вашей жизни исподволь – как события, не зависящие от вашего контроля. Отметьте на карте ваших мифов те из них, которые относятся к сфере

вашего осознанного внимания, и те, которые реализуются в вашей жизни подсознательно, независимо от вашего сознательного контроля.

Личный и теневой мифы

Возьмите лист бумаги и в десяти – пятнадцати предложениях сформулируйте свое жизненное кредо. Вы можете сделать это, например, продолжив следующие высказывания:

Жизнь – это...

Мир – это...

Семья – это...

Счастье – это...

Я родился/родилась, для того чтобы...

Люди, которые меня окружают, – это...

Бог – это...

Смерть – это...

Когда закончите, сверху листа напишите заглавие: «Миф, в котором я живу (личный миф)».

Затем переверните лист на другую сторону и для каждого вашего убеждения на лицевой стороне сформулируйте и напишите противоположное. Озаглавьте получившийся список: «Миф-антагонист (теневого миф)».

Поразмышляйте на тему того, как проявляются в вашей жизни воздействия личного и теневого мифов.

Часть вторая. Испытания

Глава третья

Начало и конец

Когда мы только появились на этот свет, мы еще не были людьми в том смысле, в каком являемся ими сейчас. Мы были очень странными существами, и мир, в который мы были погружены, был не менее странным. В этом мире не было ни яви, ни сна, не было ни времени, ни пространства. Все, что было, – это нескончаемый пульсирующий поток ощущений, когда более, когда менее интенсивных, но всегда – причудливых и странных. И наше смутное, неустойчивое, зыбкое, неуловимо меняющееся и постоянно куда-то ускользающее ощущение себя было лишь размытой и слабо мерцающей *точкой восприятия* – еще

одним едва различимым, прерывистым потоком, затерянным где-то в безбрежном океане энергий. *Человеческая форма*, хрупкая и неразвитая, и неусыпная опека родителей – вот по большому счету все, что защищало нас в нашем младенчестве от того вечно штормящего Океана бессознательного, из пены прибоя которого мы только-только родились, подобно древнегреческой Афродите.

Кем мы были тогда?

Индусский брахман сказал бы, что на момент своего рождения мы были *пурушей* – запредельной реальностью, непознаваемым и невыразимым вечным Атманом, воплотившимся в иллюзорном мире материи, которая в Ведах называется *пракрити*. Шаман-толтек сказал бы, что новорожденное существо практически целиком являет собой *нагуаль* – непостижимую стихию бесконечности, вездесущий «ветер запредельности», обретший форму в мире *тоналя* – мире познаваемого порядка, противоположном непостижимому хаосу *нагуаля*. Буддист-тибетец будет говорить о том, что младенец состоит из двух *тигле* – двух начал, двух «капель бытия». Первое *тигле* – это неразрушимое начало в человеке, вечное *Я*, это та бессмертная «капля бытия» которая перерождается в бесчисленных материальных мирах, следуя загадочным законам своей потусторонней эволюции. Второе *тигле* – это временное *Я* человека, та «капля бытия», которая возникает и развивается вместе с материальным телом и полностью им обусловлена. Психолог поведет речь о бессознательном *Оно*, *Ид* – бескрайнем психическом океане огромнейшего многообразия всевозможных импульсов, влечений и желаний, требующих своей немедленной реализации, и сознательном эго – *Я*, которое упорядочивает и сдерживает натиск *Оно* с помощью различных защитных механизмов.

Интегральный Подход, резюмируя свидетельства Востока и Запада, говорит нам о том, что новорожденное человеческое существо представляет собой удивительного Путешественника – воспринимающее существо, самость, *Я*, Духа, пришедшего в телесное бытие из тьмы запредельности с той стороны Вселенной и стоящего у самого основания великой Горы Мира, загадочной спирали взаимовключенных друг в друга уровней восприятия и осознания, по которой ему предстоит совершить свое головокружительное восхождение.

Само путешествие есть движение центра восприятия от одного уровня восприятия и осознания к другому, на каждом из которых Дух, абстрактный Свидетель бытия, примеряет на себя свойственные данному уровню наряды и роли – отождествляется с определенными структурами и формами восприятия, определяет через них себя: кто Я? – и окружающий мир: что есть мир?

Дух реализует присущую данному уровню задачу – отталкиваясь от погруженности в данные формы, от исключительной вовлеченности в них, он осознает себя, вспоминает себя, свою скрытую сущность и превосходит отождествленность с формой восприятия данного уровня, поднимаясь на следующий.

«Кто Я?» – спрашивает самость и, отождествляясь с чувственно-эмоциональным телом, отвечает: «Я есть тело». «Кто Я?» – спрашивает самость и,

отделяясь (дифференцируясь) от телесного уровня, констатирует: «Я не есть это тело». «Так кто же Я?» – вновь вопрошает самость и, превосходя (трансцендируя) тело на уровне концептуального ума, говорит: «Я есть ум». А затем, интегрируя на уровне зрелого постформального ума тело и ум в единую целостность, уточняет: «Я есть и тело, и ум». Но и это еще далеко не конец – это лишь середина пути. Впереди самость ждет переход на уровни души – поствербального, пострационального и трансперсонального бытия. Это те самые уровни восприятия и осознания, которые реализуют в практике своей жизни мудрецы и святые различных духовных традиций. А за ними следуют еще более тонкие уровни духа – и так до тех пор, пока не реализуется вся полнота осознания, когда вся головоломка Бытия оказывается собранной, Великая Целостность оживает в своем непреходящем самоосознании, и Путник, Гора и Путь – все исчезает в чистом и недугальном самоознании Духом самого себя.

Но это конец Пути, который теряется в головокружительной перспективе сияющей вершины, и в этом сиянии нам пока трудно разглядеть что-либо, кроме неясных, ускользающих образов, и лишь предчувствие подлинной Истины и Свободы, идущее из глубины наших сердец, движет нас вперед, навстречу этой ослепительной Бесконечности. Но зато мы очень хорошо видим то, что находится внизу – те этапы Пути, которые уже пройдены нами за время нашей жизни. Приглядимся к ним повнимательнее – в конце концов, они тоже могут рассказать нам немало о сути того Путешествия, в самой середине которого мы находимся. Недаром все подлинные традиции знания в один голос уверяют нас в необычайной важности практики вспоминания и ее крайней необходимости для всякого истинного саморазвития.

Зачатие и рождение: плеромное бытие

Сейчас вы знаете себя той личностью, какой являетесь в данный момент. И будучи тем, кем вы себя считаете, вы видите мир под определенным углом, сквозь призму своих представлений. И часто вам кажется, что и мир, и вы – все это было таким же и вчера, и позавчера, и все то время, что вы себя помните... Стоп... А теперь давайте уточним, сколько именно времени вы себя помните? Если вы будете честными, то обнаружите, что не очень много. Попробуйте вспомнить прошлое, начиная с настоящего момента и двигаясь назад во времени. Постарайтесь восстановить в памяти все, что происходило с вами в течение хотя бы этого дня, в точности и непрерывности. Допускаю, что вы можете приблизительно вспомнить общий ход событий. Но если вы попытаетесь повторить в памяти весь свой день, вы обнаружите провалы – мало того что вы не помните своих мыслей и чувств в каждый момент времени, вы совершенно не можете вспомнить самих себя в то время, когда вы делали какие-то простые вещи. Можете ли вы вспомнить себя в момент, когда вы чистили зубы или когда вы запирали дверь, уходя из дома? Вы обнаружите, что вы многого не помните. Вы можете не помнить даже того, что было несколько часов или минут назад. Что уж говорить о далеком прошлом. Вы

считаете, что в прошлом мир и вы были такими же, как сейчас? Это далеко не так... Хотя бы потому, что *в начале вашей жизни вообще не было никакого мира...*

Сегодня доказанным фактом является то, что новорожденный ребенок не имеет восприятия того мира материальных вещей, который нам кажется существующим «объективно» и независимо от нас. Мир, в котором пребывает новорожденный, покажется очень странным взрослому человеку (несмотря на то что он сам однажды из него вышел) – в этом мире нет ни пространства, ни времени, нет ни вещей, ни объектов, нет устойчивых форм.

В восприятии новорожденного не существует никакого реального разделения между внешним и внутренним, субъектом и объектом, между телом и окружающей средой.

Младенец погружен в текущий мир процессов, у которых нет ни начала, ни конца. У этих процессов нет никакой истории. События происходят, но они не происходят как «объективные», отдельные от самого ребенка, просто потому что в восприятии ребенка еще нет того пространства, в котором они могли бы происходить.

Уилбер уточняет: «...это не означает, что ребенок рождается в мир материальных объектов, которые он не способен распознавать – но лишь то, что с точки зрения ребенка *никаких объектов пока еще буквально не существует (курсив мой. – Р. М.)*» (51).

Нам кажется, что тот комочек плоти, который мы видим, – это и есть новорожденный ребенок. С точки зрения материи это так – но не с точки зрения сознания. Мы впадаем в это заблуждение, потому что привыкли находить свое собственное сознание внутри своего тела. От этого нам кажется, что сознание всех существ находится внутри их тел. Однако знание древних традиций и современные психологические исследования говорят иное. Сознание новорожденного младенца не находится внутри его тела. Оно оказывается разлитым в окружающей материи. Алхимики и гностики называли такое состояние плеромным – это означает, что сознание и материальный мир не дифференцированы, не отличаются одно от другого. Для новорожденного ребенка сознание и мир – одно.

Если попробовать представить, как такое может быть, и затем смоделировать процесс перехода сознания в то состояние, которое нам известно, в котором мы все находимся (я имею в виду то самоощущение, когда мы чувствуем свое сознание находящимся внутри своего физического тела), то мы очень быстро придем к идее поля. Так, мы можем представить себе изначальное плеромное сознание как род аморфного нефокусированного поля, а происходящий затем в сознании младенца процесс выделения физического тела и отличения его от остального материального окружения – как процесс постепенной фокусировки поля сознания на физическом теле. При этом с субъективной точки зрения процесс будет выглядеть так, словно сознание не фокусируется на уже существующем физическом теле, а само физическое тело во всей совокупности его ощущений возникает из плеромы в результате сгущения и уплотнения изначальное аморфного поля энергии осознания.

В процессе такой фокусировки младенец постепенно учится выделять свое тело из окружающего поля сигналов и отождествлять себя с ним. В таком случае момент, когда младенец начнет устойчиво отождествлять себя с телом, будет означать, что процесс фокусировки сознания в теле в целом завершен.

Змей-который-кусает-себя-за-хвост

Конечно, плеромное, аморфное существование не может продолжаться долго. Уже с самых первых дней жизни в сознании младенца начинается процесс развертывания всех первичных структур восприятия.

Именно об этом процессе говорится в традициях тибетского буддизма, толтекского шаманизма, индуизма, христианского мистицизма и других. Здесь идет речь о двух частях целостности человека: первая – это сокровенная, *сущностная* внутренняя часть (*сердце*, или *нагуаль*, у толтеков, *Атман-пуруша* у индуистов, неразрушимое *тигле* у тибетских буддистов), которая представляет собой чистую способность к восприятию и осознанию; вторая часть – это внешняя, *личностная* половина целостности, связанная с миром становления и времени (*лицо*, или *тональ*, у толтеков, *пракрити* у индуистов и временное *тигле* у тибетцев), эта часть связана со структурами и уровнями восприятия.

Первое время после рождения сущностная часть целостности преобладает над личностной, *нагуаль* преобладает над *тоналем*, который пока слаб и беспомощен – структуры восприятия в сознании пока не оформлены, восприятие аморфно и не сфокусировано, это хаос, ибо у воспринимающего существа нет никаких точек отсчета, нет никаких структур, которые могли бы хоть как-то упорядочить сигналы Мира. Такое существо полностью беспомощно и целиком зависит от своих внешних попечителей (родителей), которые восполняют недостаток у младенца собственных структур восприятия тем, что берут его под неусыпный контроль и опеку: они проецируют свои личностные структуры восприятия (свой *тональ*) на структуры ребенка, тем самым укрепляя их.

Что же творится в это время в сознании младенца? Как говорит Уилбер, одна из первых задач, которая стоит в это время перед ребенком, – «созидание объективного мира, отдельного от него самого» и «структурирование его субъективного самоощущения» (51). Это становится возможным благодаря проведению в сознании первичной границы восприятия – идеальной линии ощущений, которая бы отделила *Я* от не-*Я*. Когда происходит самозамыкание этой границы в сферу, возникает первичная структура восприятия, позволяющая начать локализацию ощущения себя по одну сторону этой границы (внутри сферы), а ощущение всего остального Мира – по ту сторону границы (снаружи сферы). Так начинается развиваться другая половина целостности, связанная с миром упорядоченного восприятия, – временное *тигле*, *тональ*, *личность*.

«Где-то во время первого года жизни младенец научается тому, что если он кусает одеяло, ему не больно, а если он кусает свой палец, ему больно: появляется различие между телом и материей. Младенец выделяет свое тело из окружающей среды, и, таким образом, его самоотождествление переходит от слияния с

материальным миром к отождествлению с эмоционально-чувствующим телом» (51).

Если символом изначального недифференцированного сознания является Плерома, то символом следующего за ним уровня, на котором разворачивается первичная граница восприятия, является Уроборос – Змей-который-кушает-себя-за-хвост (рис. 1).



Рис. 1. Уроборос.

«Уроборос представляет собой коллективное, архаичное, все еще преимущественно океаническое состояние; само это слово происходит от имени мифического змея, который, пожирая свой собственный хвост, формирует «в замкнутом круге» самодовлеющую преддифференцированную массу, не ведающую о себе самой» (51).

Итак, в недифференцированной общности сознания возникает первичная граница. То, что было прежде единым полем, разделяется на две фундаментальные части – внутри и снаружи, здесь и там. Несмотря на то что поле и по ту и по эту сторону границы все еще остается одним и тем же – однородной энергетической массой, несущей в каждой своей частичке потенцию восприятия и осознания, – все же внутри границы начинает все сильнее и сильнее проявляться некое фундаментальное отличие, такое же простое, как сама первичная граница восприятия. Поле внутри границы теперь стремится определить свою общность как только то, что находится по эту сторону границы; так возникает основа субъективного самоощущения – фокус восприятия внутри сферы, чувство Я. Однако, локализуя себя и самоопределяясь, структурируя себя, общность внутри сферы так же начинает ощущать свое отличие от общности снаружи – общность снаружи начинает восприниматься как нечто фундаментально Другое. Процессы поля, прежде свободно взаимопроникавшие один в другой, теперь обнаруживают границу и начинают взаимоотталкиваться. Силы единства, прежде объединявшие поле сознания в однородную целостность, теперь, благодаря наличию границы, начинают противоборствовать друг другу. *Сила-внутри-границы* стремится сохранить свое новое *единство-внутри-границы*, тогда как *сила-вне-границы* стремится ликвидировать границу-препятствие и вернуть себе прежнее *единство-без-границы* (рис. 2).

Так, вместе с возникновением первичной границы восприятия возникают и две фундаментальные тенденции, которые в дальнейшем будут определять весь ход развития автономного сознания и всю драму его существования – Сила Жизни (Эрос) и Сила Смерти (Танатос).

Так возникает жажда Жизни, которая на стадии Уробороса проявляется в стремлении поглотить Другого, сделать его частью себя, и страх Смерти, который на этой же стадии проявляется как страх быть поглощенным и уничтоженным Другим.

Как пишет Уилбер, «уроборическая самость младенца начинает ощущать гнетущее и первобытное состояние страха по той простой причине, что она теперь распознает *другого* – уроборического другого. Юнгианцы, фрейдисты и клейнианцы согласны между собой в том, что первичный страх лучше всего интерпретируется как оральный, то есть страх быть проглоченным, поглощенным и уничтоженным уроборическим другим» (51).

Тайна же взаимодействия этих Сил – Силы Жизни и Силы Смерти, Эроса и Танатоса – заключается в том, что обе они есть взаимоположенные проявления изначального стремления к Единству, свойственного самой природе сознания.

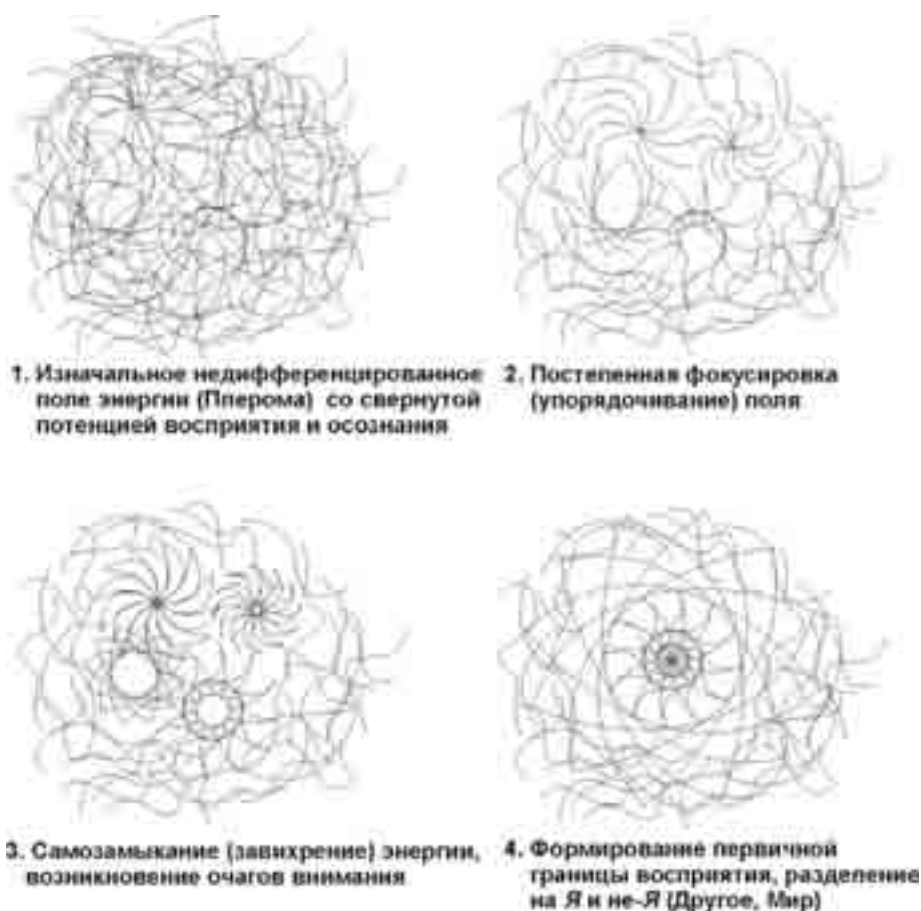


Рис. 2. Модель фокусировки плеромного поля.

Первичная граница восприятия кладет начало созданию осей пространства – в первую очередь начинается различие «Здесь» и «Там». «Здесь» все то, что

находится внутри границы восприятия, уроборическое Я; «Там» – все то, что не «Здесь», окружающая среда, которая на стадии Уробороса ощущается как довлеющая со всех сторон недифференцированная масса – безличное Другое, которое, с одной стороны, дает пищу и удовлетворяет все потребности, а с другой – возбуждает первобытный страх, поскольку несет в себе тотальную угрозу уничтожения.

Мир Уробороса – это странный сумеречный мир, одновременно и блаженный, и ужасный. Здесь еще нет времени, но уже есть намек на пространство, которое пока еще одномерно. Это мир инертности, покоя и ничегонеделания. Самосознание еще очень смутное, а потому ребенок-уроборос сам по себе пока редко чего-либо хочет и редко проявляет себя – все потребности удовлетворяются неистощимым Миром-кормильцем, находящимся по ту сторону границы ощущений.

Таков мир, в котором мы пребываем первые месяцы своей жизни.

Жажда Жизни и стремление к Смерти

Две фундаментальные силы нашего существования, как мы увидели, возникают одновременно с возникновением первичной границы восприятия. То, что было Единым, разделилось, и теперь пытается вернуть себе изначальное единство двумя противоположными способами. *Единое-внутри-границы* (воспринимающее существо, Я) пытается сохранить свое новое единство, а значит сохранить границу. *Единое-снаружи-границы* (Мир, не-Я) пытается вернуть свое прежнее единство, а значит разрушить границу. Очевидно, что, поскольку обе силы иницированы Единым, реализация Единства не может быть достигнута простым преобладанием какой-либо одной из них.

Стремление к Смерти, как и жажда Жизни, свойственны самой природе нашего сознания, вот почему невозможно реализовать окончательное Единство, подавив или уничтожив стремление к Смерти, как невозможно реализовать окончательное единство, подавив или уничтожив жажду Жизни. Неосуществима в первую очередь сама возможность уничтожения какой-либо одной силы за счет другой.

Эта невозможность и является фундаментальной движущей силой всякого движения, всякой эволюции и всякого развития, потому что заставляет воспринимающее существо приспособляться к Миру, взаимодействовать с ним, изменять его и изменяться самому в результате этого взаимодействия. Воспринимающее существо хочет выжить, что означает сохранить свое единство, но не может сделать это простым отрицанием Мира или изоляцией от Мира. Другое, не-Я, уже есть, и оно уже есть везде и всегда. Хотим мы этого или нет, но, будучи сами по себе целостностью, мы также всегда включены как часть в целостность чего-то большего – Мира, Космоса, Бога.

Имея непреходящего Бога внутри, мы также являемся частью становящегося Бога снаружи.

Поскольку простое сохранение своего единства для воспринимающего существа невозможно, единственный способ выжить для него – *обрести единство с Миром*. Так, с одной стороны, потребность выживания (жажда Жизни) заставляет автономное *Я* сопротивляться Миру. Это сопротивление проявляется как страх Смерти (инстинкт самосохранения) – *стремление сохранять себя* (свое уже известное единство) в существующих границах. А с другой стороны, заставляет открываться Миру, принимать Мир в себя и быть принятым Миром. Это движение навстречу Миру проявляется как *стремление к изменению* – стремление изменять себя, открывая и расширяя свои границы, принимая в себя Мир, обретая новое, еще неизведанное единство. Однако стремление к самоизменению, будучи закономерным продолжением потребности выживания (жажда Жизни) в ситуации, когда простого самосохранения для выживания недостаточно, столь же очевидно оборачивается стремлением к Смерти. Ведь страх Смерти – это, по сути, страх Другого, страх неизвестного, того, что не-*Я*, страх перед Миром и перед его Тайной, а стремление к самоизменению – это движение навстречу этому Другому, навстречу неизвестному.

Так мы видим, что страх Смерти – это страх изменений. И в то же время необходимость изменяться – это единственная возможность выжить в ситуации, когда есть неизведанное Другое, не-*Я*, Мир, и это Другое окружает автономное существо со всех сторон, оказывает непрерывное и неумолимое давление на его хрупкие границы восприятия – и это давление с течением времени становится все сильнее.

Мы привыкли думать, что потребность выживания (жажда Жизни) и инстинкт самосохранения (страх Смерти) – это одно и то же, но, как оказывается, это далеко не так. Мы видим, что потребность выживания – это процесс более широкий, поскольку потребность выживания включает в себя, помимо необходимости самосохранения, еще и необходимость самоизменения.

Итак, мы имеем две фундаментальные силы: жажду Жизни (потребность выживания, присущая любому автономному существу, имеющему границу) и давление Смерти (неумолимая сила рока, сила разрушения любых автономий, идущая со стороны Мира, стремящегося вернуться в состояние изначального недифференцированного единства). Потребность выживания реализуется через взаимодействие двух разнонаправленных процессов – импульса самосохранения и импульса самоизменения, которые также присущи любому автономному существу. Давление со стороны Мира тоже оказывается двойственным: открываясь навстречу Миру, воспринимающее существо обнаруживает, что часть процессов Мира может быть принята им. Воспринятые процессы изменяют среду внутри границы, но не настолько, чтобы автономное *Я* потеряло чувство самотождественности. То есть воспринимающее существо обнаруживает, что часть внешнего давления может быть интерпретирована как создающая энергию и принята внутрь как *питание*. Другая же часть процессов Мира остается чужеродной для воспринимающего существа – это угрожающий жизни процесс давления-разрушения. Таким образом,

мы имеем четыре процесса: процесс, направленный от Я к Я (самосохранение или *самозамыкание, самопоглощение*), процесс, направленный от Я к Миру (самоизменение или *самораскрытие, самопреодоление*), и два процесса, направленные от Мира к Я (питание – созидание, давление – разрушение), как это показано на рис. 3.

Как нетрудно догадаться, развитие человека осуществляется как взаимодействие всех этих четырех процессов. Посмотрим, как это происходит.

Мы уже увидели, что сразу вслед за возникновением автономного существа из Единого-Плеромы оно движимо двумя безусловными устремлениями, идущими из самой его глубины и являющимися прямыми проявлениями изначального Единства.

С одной стороны, это стремление быть самим собой, *быть Единым в себе*, быть единственным, быть центром всего космоса. Это стремление закономерно, поскольку в глубине каждого существа есть это изначальное Единое. Это изначальное внутреннее чувство уникальности и универсальности самих себя, с которым каждый из нас рождается в этот мир. Это чувство служит основой импульса самосохранения.

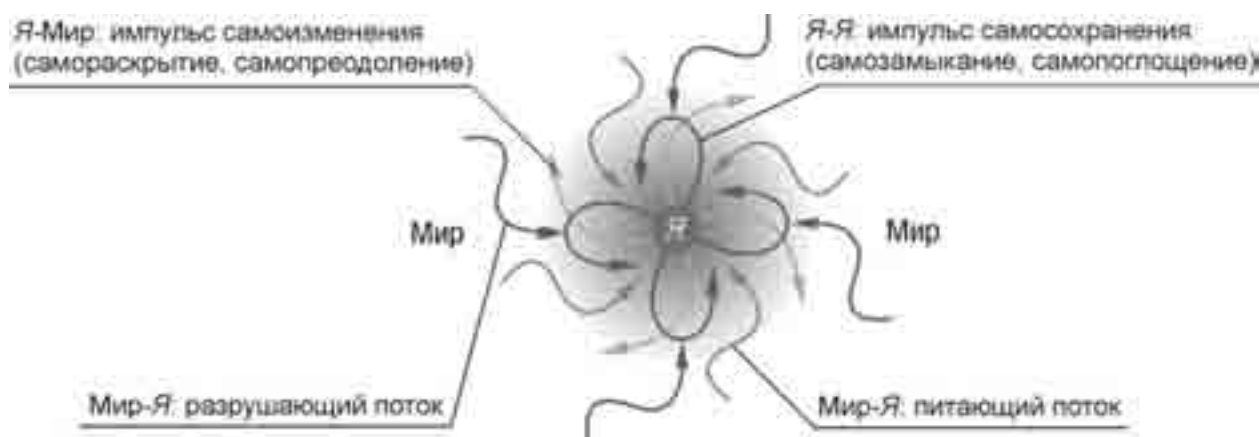


Рис. 3. Четыре процесса взаимодействия в системе Я-Мир.

Это чувство заставляет нас защищать свои границы, заставляет быть и оставаться самими собой – такими, какими мы себя знаем.

Однако вот парадокс: та же граница, которая является причиной возникновения самосознания, воплощающего в себе уникальность и универсальность изначального Единого, – та же граница служит препятствием для реализации этого безусловного чувства универсальности, поскольку уже есть нечто Другое по ту сторону границы, и это Другое каждый миг угрожает разрушить и уничтожить чувство внутреннего единства, чувство уникальности и универсальности отдельного Я. Уже существует двойственность, и в этой ситуации для отдельного Я уже мало просто *быть* Единым в себе и с собой. Быть Единым означает быть Всем, а в ситуации двойственности это означает *стать* Всем – то есть включить Другое в себя, сделать это частью себя. Это стремление *стать Единым с Миром* так же безусловно и закономерно, как и стремление *оставаться*

Единым в себе. В двух этих стремлениях реализуется изначальное намерение Единого в мире границ, в мире двойственности. Потребность *стать* Всем порождает импульс самоизменения, присущий нам в той же мере, в какой нам присущ импульс самосохранения.

Эта потребность заставляет нас идти навстречу Миру, открываться Миру и завоевывать Мир. Мы хотим, чтобы весь Мир был наш, лежал у наших ног, принадлежал нам. Вопрос только в том, в какой форме мы будем пытаться осуществить это. И вопрос в том, какими мы все-таки должны стать, чтобы быть способными вместить в себя Все *Это*.

Поскольку процесс развития подразумевает цепь трансформаций воспринимающего существа, то очевидно, что этот процесс предполагает своей целью реализацию такого самоощущения и такого чувства самотождественности, которое смогло бы вместить в себя все богатство содержаний изначального Единого. Эта цель или вершина развития, как тождество *Я* всей Целостности Вселенной, обозначалась в мировых традициях мудрости как реализация Полноты Осознания, Целостности, реализация Духа, или единства Атмана-Брахмана, которое есть наша сокровенная внутренняя глубина и вершина, включающая в себя Все и Ничто.

Очевидно, что каждый этап этого Великого Путешествия есть неотъемлемая часть Целостности – все есть Дух, все есть Атман, говорят нам мировые традиции мудрости. Полнота Осознания не находится где-то в будущем – она уже с нами, прямо в этом самом мгновении настоящего. А раз так, значит, Полнота Осознания не есть что-то, что может быть *достигнуто* когда-то, но есть сам момент осознания прямо сейчас. Дух не есть что-то, к чему можно стремиться, но есть непосредственно переживание в этот самый миг и в каждый другой миг восприятия. И традиции мудрости справедливо указывают нам на этот факт, говоря, что Полноты Осознания невозможно *достигнуть* в каком-либо мгновении будущего, но она может быть мгновенно раскрыта в непреходящем Настоящем, как недвойственное переживание полноты бытия, полноты присутствия в этот самый миг.

Но очевидно также, что прямо сейчас, в это же самое мгновение, существует препятствие для немедленной реализации Полноты Осознания. Существует нечто, что мешает нам осознать то, чем мы и так уже изначальное являемся. И это препятствие – наша обусловленность своей временной формой, своими границами. Мы отождествлены со своими границами, и выйти за них означает для нас потерять себя. Так происходит в силу того, что в мире границ изначальное Намерение Целостности проявляется двояким образом – как сила-единства-внутри-границы и сила-единства-снаружи-границы. Окончательно потерять свои границы означает для нас утратить свое уже существующее единство, которое мы называем своим *Я*, своей личностью. А окончательно законсервировать себя внутри своих границ означает поставить крест на возможности обретения еще не реализованного единства с Миром. Получается так, что на каждом этапе своего Путешествия, на каждом уровне развития у нас есть некое чувство внутреннего единства, чувство самотождественности, *Я, эго*,

безвозвратная утрата которого в такой же мере препятствует реализации Полноты Осознания, в какой препятствует ей наша попытка увековечить его.

Так возникает то, что Кен Уилбер называет «Проект Атман», Проект *достижения* Единства, экзистенциальная попытка каждого автономного существа реализовать внутренне присущее ему чувство единства так, чтобы включить в себя весь Мир, сделать Все частью себя и остаться при этом собой.

Проект *достижения* Единства осуществляется в горизонтали каждого уровня развития как попытка эго реализовать единство теми способами, которые предоставляют ему присущие каждому конкретному уровню структуры – временные формы восприятия и осознания.

Внутренне присущее всем нам чувство универсальности, уникальности, чувство собственной божественности (чувство, что мы уже изначально *являемся Всем*), будучи спроецированным на отдельное эго, порождает искаженное, иллюзорное чувство уникальности и универсальности именно этого отдельного эго. Отождествляясь с временной формой, живущий в глубине каждого из нас Бог забывает о своей вневременной природе и переносит свои божественные качества на отдельную форму. Так возникает феномен эго – феномен временного, преходящего, частного существа, которое чувствует себя вневременным, непреходящим и всецелостным и испытывает неутолимую потребность быть таковым.

Так возникает «Проект Атман», Проект *достижения* Единства – попытка эго *достичь* всецелостности, оставаясь отождествленным со своей преходящей формой.

На каждом уровне или витке развития самость создает временные формы восприятия себя и Мира и, отождествляясь с этими формами, предпринимает попытку реализовать свое *абсолютное единство* определенным способом – тем, который диктует ему данная форма восприятия. Но всякий раз реализуется лишь *относительное единство* – как форма относительного равновесия в динамике взаимоотношений Я-Мир. Момент стабилизации относительного единства – это первая фаза Проекта. В это время кажется, что абсолютное единство может быть успешно реализовано тем способом, который предоставляет самости данная форма существования. Достигается равновесие между четырьмя силами: инстинкт самосохранения успешно защищает эго от избыточного давления со стороны Мира, стремление включить в себя Мир не приводит к радикальному изменению себя и успешно реализуется в наличных формах существования.

Для ребенка-уробороса такой формой осуществления Проекта Атман является тело ощущений (или, лучше сказать, *облако ощущений*), а способом – поглощение и переваривание пищи. Ребенок-уроборос просто физически поглощает и переваривает Мир. Его сверхзадача – проглотить весь внешний Мир, сделать Все частью себя. Это самая простейшая и примитивнейшая форма осуществления Проекта *достижения* Единства, связанная с телом ощущений. Однако этой мечте не суждено сбыться. Рано или поздно обнаруживается, что Мир гораздо больше, сложнее и шире, чем просто материнская грудь (которая для ребенка-уробороса является первичным образом Космоса), и попытка физически проглотить Мир утопична. Данный способ реализации абсолютного единства

терпит крах. Начинается вторая фаза проекта, когда нарастают кризисные тенденции и вскрывается невозможность реализации *абсолютного единства* с помощью данных форм восприятия и осознания. В этот момент потребность в самоизменении начинает усиливаться и входит в конфликт с инстинктом самосохранения. Самость стремится превзойти форму данного уровня, что для эго (сознания, отождествленного с данной формой) означает смерть. Стремление к Смерти (в виде импульса к изменению формы) перевешивает жажду Жизни (в виде импульса к сохранению формы) и система самости входит в кризис трансформации. И за этой фазой следует третья – переход к новой, более утонченной и более сложной форме существования и к новому способу реализации единства.

Для ребенка-уробороса этот переход оказывается прямым следствием всего предыдущего процесса поедания Мира. Поглощая питательные вещества из материнской груди, ребенок растет, его тело укрепляется – изменения накапливаются, и однажды количество переходит в качество – ребенок начинает овладевать своим телом, учится фокусировать взгляд, хватать предметы, ползать и ходить. По мере того как растет его способность фокусировать свое сознание в теле и на теле, происходит переход от чисто уроборического уровня существования к уровню Тифона – уровню отождествленности с инстинктивно-эмоциональным телом.

Тифон: полузмей-получеловек

Во многих древних культурах сохранился целый мифологический пласт, посвященный странным существам – наполовину змеям, наполовину людям. В мифологии Древней Индии такое существо называется нагом, в европейской мифологии – тифоном (рис. 4).

С одной стороны, это память о том давнем периоде истории, через который прошло однажды все человечество; с другой – это воспоминание о том периоде раннего детства, через который проходит в начале жизни каждый из нас.

По мере того как продолжается процесс локализации сознания в пределах первичной границы восприятия (облако ощущений), самость все более отчетливо определяет свою органическую форму (физическое тело). Это происходит благодаря возникновению способности к активному созданию образов. Как пишет Уилбер: «С помощью конкретного образа, сначала неточного, размытого и недвойственного, но затем все более и более определенного, младенец начинает великое конструирование нового типа окружающей среды и нового самоощущения» (51).

Первые образы самого себя – это просто «образные картинки» физического тела. Сначала довольно приблизительные, они все более уточняются. Ориентиром для этого уточнения служат моменты совпадения во времени данных, поступающих от внешних органов чувств – в первую очередь зрения, – и внутренних сенсорных данных. К тому моменту, когда форма точно определена, фокус осознания окончательно закрепляется в ней, самость младенца полностью

отождествляется с физическим телом и развертывает присущие этому уровню телесно-эмоциональные, образные формы восприятия.



Рис. 4. Тифон.

Так возникает самость-тифон и мир Тифона. Это мир, в котором каждый ребенок проводит в общей сложности около года-полтора своей жизни.

Что же за мир воспринимает ребенок-тифон?

Поскольку сознание отождествлено с эмоциональным телом, преобладающей тенденцией этого уровня являются эмоции. В добавление к возникшему еще на стадии Уробороса инстинкту выживания появляется связанный с телесно-эмоциональным уровнем импульс удовольствия-неудовольствия.

На уровне Тифона сознанием безраздельно правят эмоции. Инстинкт выживания ассоциируется с эмоциональной разрядкой: немедленная и концентрированная разрядка всех возникающих эмоций – это вопрос жизни и смерти для ребенка-тифона. Все возникающие из бессознательного побуждения должны быть незамедлительно удовлетворены. На этом уровне невозможна никакая отсрочка или предотвращение немедленной реализации бессознательных побуждений.

Все эмоции тотальны: если это радость – то это тотальная радость, если это боль – то это тотальная боль, если это обида – то это тотальная обида, если это желание – то это тотальное желание.

И так же тотален переход от одной эмоции к другой – каждая эмоция, стоит ей только появиться, полностью завладевает вниманием ребенка, так что он тотально вовлечен в то, что происходит, без какой-либо возможности осознать это.

Отсрочка эмоции невозможна в первую очередь потому, что в восприятии ребенка пока еще нет никакой временной продолжительности, в которой такая отсрочка могла бы существовать. Время уже существует в мире Тифона, но это время одномерно – это только одно измерение длящегося настоящего, в котором только и может происходить реализация любого возникающего побуждения. Вот почему на этой стадии все эмоции носят быстрый и вспышкообразный характер.

Все три измерения пространства уже существуют на уровне восприятия Тифона и в целом мир материальных объектов предстает ребенку-тифону таким, каким его знаем мы, но с одной существенной оговоркой: внешнее пространство еще очень хрупкое и нестабильное и исчезает всякий раз, как только ребенок перестает на него смотреть.

Время, память, прошлое, будущее – все эти структуры восприятия могут быть развернуты только на уровне ума – на уровне тела их просто не существует.

Для ребенка-тифона если что-то исчезает из поля непосредственного восприятия, это исчезает из внешнего мира вообще.

Мир существует для него только тот миг, пока на нем сфокусировано его внимание. Как только фокус внимания перемещается на новый объект – прежний просто исчезает в изначальном небытии. Мир возникает и исчезает, следуя за пульсациями внимания ребенка-тифона.

Если вы переходите из спальни в гостиную, то спальня не перестает для вас существовать во внешнем мире. Несмотря на то что во внешнем поле восприятия образов спальни уже нет, внутри себя – в своем уме – вы продолжаете мыслить эти образы существующими во внешнем пространстве.

Каждый человек, развившийся до уровня вербального ума, обладает этой способностью – способностью удерживать в уме образы внешнего мира и проецировать их наружу, моделируя из них представление о связанном внешнем пространстве.

Способность проецировать вовне образы ума стала для нас чем-то таким, что мы делаем практически на автомате и вообще не представляем себе, как может быть иначе. Устойчивость, непрерывность и сила этой проекции у нас столь велика, что мы практически забыли о том, что этот мир существует для нас только в нашем представлении. Однако у ребенка, который только начинает осваивать ментальные уровни сознания, эта способность существует в зачатке. Точно так же как для него не существовало линейного пространства на уровне Уробороса, не существует для него и линейного времени на уровне Тифона. Времени не то чтобы нет вообще – скорее, оно не осознается ребенком-тифоном как история. Как предметы внешнего мира существуют для него, пока он на них смотрит, так и время длится, пока продолжается событие – взгляд на игрушку или очарование узором ковра.

Основная движущая сила ребенка-тифона – импульс телесного удовольствия-неудовольствия. Как известно из данных современной психологии, ребенок-тифон способен извлекать приятные ощущения из всех видов деятельности, участков и органов тела. Каждое движение, прикосновение, событие только в силу своей новизны доставляет массу впечатлений ребенку. Движение к осуществлению телесного удовольствия происходит спонтанно и незамедлительно, так же как и уклонение от чего-то неприятного.

Проект *достижения* Единства выливается на тифоническом уровне в потребность получать эмоциональное удовольствие и безраздельно владеть эмоциональной симпатией окружающих. Быть в центре внимания, в центре заботы, быть эмоциональным диктатором Мира – вот что является сверхзадачей Тифона. Хлеб Уробороса – пища. Хлеб Тифона – эмоции, ласка, любовь. На телесно-эмоциональном уровне восприятия эго рассматривает окружающих людей как эмоциональное продолжение самого себя и в таком виде пытается реализовать Проект Атман, Проект Единства. И до поры до времени этот проект кажется успешным, но лишь до тех пор, пока иллюзия Мира как эмоционального продолжения эго не рассыпается под давлением новых обстоятельств.

Если на первых порах родители потакают спонтанному проявлению эмоций и побуждений ребенка, то с течением времени их реакция становится все более и более жесткой. Так постепенно, шаг за шагом, они приучают ребенка-тифона к тому, что умеют сами – а именно сдерживать эмоции, отодвигать немедленное исполнение желаний в будущее, а значит, моделировать, представлять это самое будущее, в котором желание должно осуществиться, – и тем самым способствуют подъему самости ребенка на принципиально иной уровень восприятия и осознания – на уровень вербального ума.

Родители приучают ребенка не только принимать заботу и ласку, но и проявлять ее в отношении других, они дают понять ребенку, что, при всей той важности и ценности, которую он представляет для них, он не является центром вселенной, и у них есть другие интересы и дела помимо него. Постепенно ребенок обнаруживает, что мир гораздо шире, чем тот эмоциональный миф, в котором он жил. Попытка рассматривать людей как эмоциональное продолжение себя терпит крах, вынуждая самость начать процесс разотождествления с тифоническими формами восприятия и искать новый миф и новый способ реализации Проекта *достижения* Единства.

Нарцисс/Нимфа: ранний ум

Так же как на уровне Тифона сознание фокусировалось на теле и выделяло его из окружающей среды, на уровне Нарцисса/Нимфы сознание начинает фокусироваться на уме и выделять его из тела. Этот процесс неразрывно связан с овладением речью, ведь синтаксические структуры языка на уровне ума оказываются тем первостепенным инструментом, с помощью которого самость создает воспринимаемый мир.

Возникновение и обретение языка, как считает Уилбер, является единственным наиболее значимым процессом во внешней дуге жизненного цикла индивида. «В своем широком потоке язык несет целый комплекс взаимозависимых и взаимосвязанных феноменов, среди которых далеко не последними являются новые более высокие стили познания, расширенное понятие времени, новая и более единая разновидность самости, значительно расширенная эмоциональная жизнь, элементарные формы рефлексивного самоконтроля и начало *членства* в культуре – в том смысле, который вкладывает в этот термин Карлос Кастанеда» (51).

Переход на уровень ума и развертывание языковых структур восприятия и интерпретации означает начало формирования принципиально иного чувства самотождественности. Если на уровне Уробороса самотождественность представляла собой смутное чувство энергетической общности себя (облако ощущений), противопоставленное такой же смутной общности Другого, а на уровне Тифона – образ тела, равный границам физического тела, противопоставленного окружающей среде, то,

начиная с уровня раннего нарциссического ума, границами самотождественности человека, а значит, и границами его мира становится структура языка.

Постепенно у ребенка начинает формироваться языковое представление о себе – ментальное эго, которое представляет собой мысленную концепцию самого себя. Это зачаток того, что в скором будущем вырастет в полноценную личность.

Разницу между телесным эго и ментальным эго легче всего продемонстрировать на метафоре компьютера (который, собственно говоря, и является такой прагматической моделью двух пройденных человеком уровней восприятия и осознания – телесного и ментального). В этой метафоре сам компьютер, как интегрированная совокупность физических предметов – системного блока, монитора, клавиатуры и т. д. («железо», как говорят компьютерщики), – может быть представлен как телесное эго, а программное обеспечение, установленное на его жесткий диск, как ментальное эго. При этом операционная система символизирует как бы фундаментальную мировоззренческую систему человека, главный управляющий центр, ядро самости, базовую самотождественность, тогда как пакет прикладных программ представляет собой периферическую самотождественность – «скамейку запасных», набор тех субличностей, которые время от времени берут бразды правления в свои руки для выполнения каких-либо частных задач или действий в каких-либо частных ситуациях.

Полноценное ментальное эго, или личность, является «концепцией самого себя или совокупностью таких концепций вместе с образами, фантазиями, отождествлениями, воспоминаниями, субличностями, мотивациями, идеями и информацией, относящейся к отдельной концепции себя или связанной с ней» (51). Соответственно, чем точнее эта Я-концепция, чем более полно она учитывает все поверхностные и глубинные тенденции личности, тем более адекватное описание себя имеет человек.

В качестве символа первого ментального уровня, на котором оказывается самость, едва она преодолевает порог языкового восприятия и оказывается в «домике из слов», выбран мифический персонаж Нарцисс – юное создание, замороженное собственным отражением в воде. Расшифровка символа проста: вода – это поток языка, в котором самость впервые видит свой идеальный синтаксический образ, и этот образ так захватывает самость, что она целиком отождествляется со своим отражением в потоке языка, т. е. со своим описанием. Нарцисс – это символ такой самозабвенности человека в языке, его полной

отождествленности с миром описания вместо Реальности. Пока Нарцисс видит свой образ в потоке внутренней речи, он ни на шаг не отойдет от него, ослепленный, прикованный силой очарования к одному и тому же образу себя, полностью убежденный, что этот образ и есть он (рис. 5).

Реальность и описание, собственная сущность и ее образ-отражение меняются в сознании Нарцисса местами – замороженный ясностью языка, забывший, откуда он только что вышел и куда направлялся, целиком поглощенный образом себя, он полностью убежден, что описание и есть Реальность.

Женская ипостась Нарцисса – Нимфа. Джозеф Кэмпбелл подмечает очень характерную особенность сознания девочек-нимф: они «полностью поглощены тем, какое чудо они собой являют. Они еще ничего для этого не *сделали*, но каждый раз, глядя в зеркало, они видят нечто удивительное и прекрасное, что произошло с ними само собой и по странному стечению обстоятельств носит их имя» (24).

Тем не менее языковые структуры восприятия и интерпретации, развертывающиеся на уровне Нарцисса/Нимфы, предоставляют самости гораздо большую степень свободы, по сравнению с телесно-эмоциональной обусловленностью Тифона. Пожалуй, главная из этих свобод – возможность выбора, связанная с тем, что в сознании ребенка-нарцисса оформляется понятие времени, понятие прошлого и будущего, возникает идеальная протяженность настоящего как представление в уме, а не только как длящийся от момента к моменту эмоциональный процесс, который нельзя ни остановить, ни отсрочить. Переходя на уровень ума, сознание возвышается над эмоциями, начинает отстраняться от них (трансцендировать их), воспринимать их как бы со стороны. Все это создает основу для развития активного владения собой – простая и сиюминутная реакция-разрядка, свойственная ребенку-тифону, превращается у ребенка-нарцисса в сознательные действия. Между стимулом-раздражителем и ответной реакцией на него возникает какой-то период времени, за время которого эмоциональная энергия, движущаяся к высвобождению, может быть сознательно заблокирована, перенаправлена или преобразована во что-то другое.



Рис. 5. Нарцисс.

Так мы учимся одновременно и владеть собой, и скрывать свои чувства; и прощать, и затаивать обиду; и смирять себя, и лицемерить. Одновременно с возможностью выбора, которую приносит язык, в наш мир приходит и возможность вести двойную игру. Языковые манипуляции и временные процессы создают предпосылку для расщепления сознания Нарцисса/Нимфы на две части – Маску и Тень. Это расщепление становится тем более возможным, когда в процессе приобщению к миру описания взрослых ребенок также знакомится и с теми социальными правилами игры, которые в этом мире приняты.

На уровне Нарцисса/Нимфы самость предпринимает новую попытку осуществить Проект *достижения* Единства, но теперь уже способом реализации Проекта становится язык. Когда ребенок понимает, что у всякой вещи есть имя, он получает в свои руки новый инструмент контроля и манипуляции Миром – и это манипуляция именами и понятиями. В самом деле, это прекрасная возможность – Мир нельзя включить в себя как вещь, но можно включить в себя как понятие. В ментальном пространстве сознания имя-понятие становится полноправным заместителем вещи, любая вещь может быть названа и в виде имени стать частью эго. Называя вещь, мы, таким образом, получаем определенную власть над ней, и это власть изреченного слова. Эта подмена вещи информацией о ней очень четко зафиксирована в языке. вспомните, как часто мы говорим «я хочу сказать тебе одну вещь», при этом мы, конечно, имеем в виду, что хотим сообщить человеку какую-то информацию. То есть на уровне ума информация для нас не просто замещает вещь, но буквально является вещью.

Создается иллюзия, что, манипулируя информацией, именами вещей, мы манипулируем самими вещами. Из этого представления исходит примитивная

магия слов, распространенная в доиндустриальных культурах, где считается, что у всего в Мире – у каждой вещи, силы, стихии, у каждого живого существа – есть тайное имя, и что знание тайного имени дает полный контроль над тем, кому это имя принадлежит. На этом основаны всевозможные практики заклинаний и призываний – духов, стихий, сил. Такая примитивная магия называется галлюцинаторной магией, или псевдомагией, поскольку исходит из ошибочного смешивания вещи и названия. Название приравнивается к вещи и замещает вещь в ментальном пространстве раннего ума.

Помимо возможности псевдомагического овладения Миром посредством имен, у ментального *Я* появляется еще один способ стать Единым с Миром. Этот способ становится доступным для ребенка после того, как он через язык приобщается к тем культурным правилам и стандартам поведения, которые приняты в его семье. Ребенок быстро понимает, что времена раннего детства, когда родители умилялись каждому капризу своего чада, безвозвратно прошли и теперь, чтобы заслужить похвалу и одобрение своих близких, нужно нечто другое – необходимо выполнять некоторые правила, необходимо играть некоторые роли.

Так ребенок знакомится с еще одним способом завоевания Мира, который связан с возможностью *получения одобрения* со стороны ближайшего социального окружения. Соответственно, сверхзадача Проекта *достижения* Единства на этом уровне формулируется как необходимость получить одобрение всего Мира.

Попытка завоевать Мир через одобрение выливается в стремление играть определенные роли, чтобы «быть хорошим» и соответствовать ожиданиям окружающих. Ребенок хочет как можно скорее выучить правила, чтобы «быть хорошим мальчиком», «быть хорошей девочкой» и через это обрести новое единство с Миром, которого, как оказалось, нельзя достигнуть простым поглощением-включением Мира в себя на уровне Уробороса или простым расширением-проецированием на Мир своего эмоционального *Я* на уровне Тифона.

Внутренняя речь

Мы проследили первые три стадии Великого Путешествия самости через Гору Мира и обнаружили, что на каждой из этих стадий самость отождествляется со свойственным данному уровню базовым энергетическим процессом. На уровне Уробороса это ощущения, на уровне Тифона – эмоции, а на уровне Нарцисса/Нимфы – внутренняя речь, которая может проявляться либо в виде монолога, либо диалога. Границей между *Я* и не-*Я* на уровне Уробороса является тело ощущений (облако ощущений), на уровне Тифона – тело эмоций (образ физического тела), а на уровне Нарцисса/Нимфы – ментальный образ себя, представление о себе (поток мышления). Это представление о себе выражается в виде *внутреннего монолога* – разговора, который психический субъект (субличность) ведет сам с собой, описывая себя и Мир. Этот внутренний монолог (ментальный миф) и есть его граница.

Как мы уже говорили, в любом мифе как системе описания себя и Мира есть три устойчивых элемента, которые могут быть выражены формулой «Я-Мир-Путь». Описывая себя как «хорошего мальчика/хорошую девочку» (Я), эго Нарцисса/Нимфы подразумевает определенный образ Мира (Мир) и образ действия (Путь) в нем. Образ Мира и образ действия предстают для него в виде конкретной команды, идущей от родителей («делай так, как я тебе говорю, и ты будешь хорошим мальчиком/хорошей девочкой»). И ребенок запоминает: «Мир таков, что, если я буду делать так, как мне говорят, я буду хорошим/хорошей, я получу одобрение».

Другой разновидностью внутренней речи является *внутренний диалог*. Если внутренний монолог – это граница психического субъекта, то внутренний диалог – это процесс сообщения, посредством которого осуществляется связь двух и более психических субъектов во внутреннем мире человека.

Все происходит так, будто в наших головах звучат голоса нескольких невидимых советчиков (субличностей), которые говорят нам, как следует видеть событие, как следует поступать в нем. И, будучи полностью отождествленными со своими внутренними монологами-диалогами, мы воспринимаем их как свои собственные мысли, но истина заключается в том, что мы делаем эти мысли своими, пока отождествляемся с теми, кто их говорит.

Так же как у самости-тифона нет никакой возможности анализировать свои эмоции и управлять ими, у самости-нарцисса нет никакой возможности управлять своими внутренними монологами-диалогами. Тифон полностью отождествлен с текущим эмоциональным процессом, Нарцисс полностью отождествлен с текущим внутренним разговором.

Из чего же состоит и как возникает в нашем сознании внутренний разговор? Кто эти невидимые советчики и откуда они берутся?

Ответ прост. С того самого момента, когда мы обучаемся языку (примерно с трех лет), мы начинаем активно говорить о Мире как сами с собой, так и с окружающими людьми. Поначалу мы ведем этот разговор только снаружи. В это время ум ребенка полностью открыт и жадно впитывает в себя всю информацию, какую только может почерпнуть, что и неудивительно, ведь эта синтаксическая информация служит строительным материалом для внутренних ментальных структур. Постепенно внешняя речь переходит во внутреннюю. Происходит *интернализация* внешних взаимоотношений с окружающими людьми, т. е. их превращение во внутренние структурные связи вербального сознания. Внешние взаимоотношения и внешняя речь превращаются во внутренний синтаксис вербального сознания. Если на первом этапе овладения речью ребенок-тифон (телесное эго) говорит о Мире со своими физическими родителями, то на следующем этапе (после интернализации) ребенок-нарцисс (вербальное эго) ведет внутренний диалог с языковыми образами родителей внутри себя.

Языковой образ родителей, или субличность Родителя, – это сложное внутреннее образование, которое включает в себя: а) чувства и мысли родителей по отношению к ребенку (вернее, не сами эти чувства и мысли, а то, как ребенок их понимает); б) ответные чувства ребенка по отношению к родителям; в) вербально-

концептуальный набор внушений, команд, предписаний и запретов, обычно усваиваемых ребенком от родителей.

Так внутри человека возникает первая ролевая пара, первый ролевой холон – субличности Родителя и Ребенка – и принадлежащие им внутренние монологи-диалоги, так хорошо исследованные западной психологией.

Сам процесс диалога между субличностями Родителя и Ребенка протекает следующим образом. Фокус отождествления самости поочередно перетекает от внутреннего Ребенка к внутреннему Родителю и обратно, возбуждая контуры свойственных им вербальных структур. Вибрации, возникающие вследствие этого возбуждения, и воспринимаются как внутренний диалог. То есть ребенок отождествляется с ролью Родителя внутри себя, и если раньше кто-то из физических родителей неоднократно бранил ребенка за несдержанность или неаккуратность, то теперь уже ребенок сам начинает бранить себя за это. «Таким образом, – констатирует Уилбер, – вместо родителя, физически контролировавшего допустимость тех или иных импульсов, ребенок начинает контролировать их сам. Он может хвалить себя, что приводит к гордости, или осуждать, что порождает вину. Суть в том, что, принимая роль Родителя по отношению к самому себе, ребенок обретает способность разделять эго на несколько разных сегментов, каждый из которых сначала (но только сначала) базируется на оригинальных межличностных отношениях ребенка с родителем» (51).

По мере овладения речью граница ума начинает все более и более выделяться из тела. Та часть сознания, что активизировала структуры синтаксических интерпретаций, начинает закрепляться в них, все более и более тяготея к автономии. Так возникает вербальное эго (Нарцисс/Нимфа) – сознание, отождествившееся с языковыми структурами.

Благодаря активности вербального эго центр восприятия из тела переносится внутрь ума.

Границами *Я* становятся границы вербальных представлений о себе. Структуры восприятия-интерпретации, которые активизируются и разворачиваются на уровне ума, – это внутренние монологи-диалоги. По логике естественной эволюции сознания структуры восприятия нижнего (родительского) уровня должны быть трансформированы структурами дочернего порядка и в этом преобразованном виде включены в целостность нового уровня.

Именно это и происходит с телесно-эмоциональными структурами восприятия (контуры ощущений, влечений, эмоций). Они начинают включаться в структуры ума в виде внутренней речи, т. е. в виде ментальных интерпретаций. Возникает комплекс представлений о теле, и вербальное *Я* оперирует энергией нижележащих уровней через эти представления.

Если бы происходил идеальный переход-трансформация телесного осознания в ментальное, который бы увенчивался полноценной интеграцией уровней, то тогда вся совокупность телесных процессов включалась бы в структуры вербального ума и ментальное эго имело бы целостную систему

представлений о себе, имело бы реалистичную картину того, что происходит с сознанием и телом, в каждый момент времени.

Но поскольку естественный процесс трансформации существенно искажается диссоциацией, подлинное телесное осознание входит в представления ума лишь частично. Диссоциированный ум вербализует только малую часть телесных процессов – ту, которая мыслится приемлемой для рассудочных ограничений. Так возникает Маска – урезанный, отредактированный и искаженный образ себя. Большая же часть происходящих в теле явлений исключается из внимания вербального ума – там возникают зоны отсутствия чувствительности. Сами явления никуда не исчезают, они лишь уходят из поля внимания Маски – уходят в Тень.

Овладевая языком, ребенок учится конструировать определенный тип описательной реальности. И по мере этого конструирования он обнаруживает псевдомагический потенциал слов. Вспомним: то, что воспринимает эго-ум, есть не столько Мир, сколько описание Мира. И в этом описании достаточно просто сказать чему-то «нет», достаточно просто лишить вещь имени, как это тут же исчезнет из воспринимаемого Мира. Конечно, сами по себе вещи или явления никуда не деваются, но для Нарцисса/Нимфы, чье сознание целиком захвачено описанием, это не имеет никакого значения.

В реальности описания то, что не имеет значения, не существует.

И это так. По крайней мере до поры до времени.

Именно на эти грабли и встает диссоциированный Нарцисс, когда начинает перекраивать реальность описания на свой вкус. Раннее эго Нарцисса/Нимфы начинает с помощью слов и образов строить свою фантазмическую реальность – реальность, выстроенную на фундаменте «Я сказал», DIXI – «Это будет так, потому что я так хочу» и «Это так не будет, потому что я так не хочу». Это еще один способ реализации Проекта Атман: «Все будет так, как я сказал». И неизвестно, куда бы могла завести Нарцисса его инфантильная эго-фантазия, если бы он не был окружен своими родителями и воспитателями.

Ребенок-нарцисс весьма недолго остается наедине со своими фантазиями о Мире. Очень скоро родители знакомят его с миром людей – большим социумом, с его жесткими правилами и ролями. Нарцисс узнает, что предаваться своим излюбленным фантазиям он мог только потому, что кто-то ограждал его от встречи с Миром, который безжалостно развенчивает все фантазии. «Кто-то» – это, прежде всего, его родители, которые заботились о его безопасности, но это также и вся социальная система, созданная людьми, – мир соглашения, мир рассудка. Родители говорят: «Теперь ты стал достаточно взрослым, чтобы увидеть, какой ценой нам достается наша безопасность. Ты должен выучить правила, по которым мы живем, ты должен выучить роли, которые следует играть, чтобы быть одним из нас, потому что скоро тебе предстоит самому без подсказки играть роли и следовать правилам – участвовать в жизни сообщества, питать и поддерживать общественные устои».

И здесь одна за другой начинают рушиться все великолепные нарциссические иллюзии синтаксического солипсизма. Постепенно самость разотождествляется с самоощущением Нарцисса и переходит на уровень рассудочного ума, уровень Хоббита – социального существа, которое должно выполнять предписанные законами общества правила и роли, чтобы обеспечить обществу, а значит и самому себе, возможность выживания. На этом уровне эго обнаруживает новые формы реализации Проекта *достижения* Единства и сталкивается с новыми препятствиями для его окончательного осуществления.

Мир Хоббитов: социальный муравейник

Процесс перехода самости от самотождественности имени-понятия к самотождественности правила-роли известен в психологии как *социализация*. Этот процесс связан с возникновением в сознании структур ролевой самоидентификации. Для обозначения этой самоидентификации я использую образ Хоббита, взятый из трилогии «Властелин колец».

Как мы знаем из книги и фильма, Хоббиты – это небольшого роста существа («полурослики»), живущие в тесном соседстве друг с другом. Мир Хоббитов – это модель социального муравейника в миниатюре, мир круговой поруки и двойных стандартов – для своих и для чужих. Отличительные черты Хоббитов – конформизм и консерватизм. «*Ты очень любопытен и горяч, что несвойственно Хоббитам*», – говорит Гендальф Фродо. Для Хоббитов быть на хорошем счету означает ни во что не впутываться и ни во что не вступать. Все непривычное, неожиданное, необычное, новое вызывает у Хоббита чувство неприятной тревоги, потому что несет угрозу сложившемуся порядку, узаконенному социумом. Поддерживать этот порядок – вот главная задача Хоббитов. Их девиз: «Так жили наши деды, так жили наши отцы, так будем жить и мы».

В русской мифологической традиции известен удивительный образ спящего в море Чудо-юдо рыбы кит, на хребте которого люди построили свои деревни и города. Чудо-юдо спит так долго, что люди давно забыли о его существовании. На мой взгляд, это прекрасная метафора мира Хоббитов (социальных Я), выстроенного на спящем теле древнего чудовища, имя которому – Бессознательное (рис. 6).



Рис. 6. Чудо-юдо рыба кит.

Кстати, одним из распространенных мотивов героического путешествия в русских сказках является ситуация, когда герой встречается с Чудо-Юдо, и последний просит его передать людям, живущим на его теле, какое-то очень важное послание, касающееся их судеб. Таким образом, героическое путешествие (о котором мы будем говорить позднее) решает задачу взаимосвязи рационального и дорационального, сознательного и бессознательного измерений. Однако об этом позже, а пока обратимся к миру Хоббитов, измерению ролевого ума, на котором процесс отчуждения ума от тела приобретает свои патологические формы.

Структурами восприятия на уровне Хоббита являются знаковые и ролевые системы. С помощью этих знаковых систем Хоббит идентифицирует себя: *Я* есть те роли, которые *Я* играю в своем сообществе, и эти роли маркированы определенными знаками отличия или знаками соответствия. Знаки, о которых идет речь, – это и определенные стили одежды и поведения, и маркеры социального и должностного статуса, и специфические языковые маркеры (пароли, сленг, жаргон), и денежные знаки, и атрибуты власти, и знаки внимания, и знаки уважения, и знаки почета и признания.

Соответственно, Проект *достижения* Единства с Миром на уровне Хоббита превращается в погоню за знаками. Деньги, власть, слава, высокий социальный статус, уважение и почет – вот те заменители Бога, которыми оперирует Хоббит в своей попытке завоевать Мир. Стать Единым с Миром в пределе означает для Хоббита присвоить деньги всего Мира, заполучить власть над всем Миром, добиться славы во всем Мире, заслужить уважение всего Мира. Стать богатым, знаменитым, авторитетным владельцем Мира.

Следует иметь в виду, что при переходе с уровня на уровень Проект *достижения* Единства трансформируется по тем же законам, по которым трансформируется вся система самости, а это, как мы знаем, законы естественной иерархии взаимовключенных целостностей или холоархии. То есть Проект Атман каждого последующего уровня включает в себя также и проекты всех предыдущих уровней, но уже проинтерпретированные в терминах более высокого порядка и в этом виде обретшие новую жизнь. В этом смысле, например, жажда денег – это в первую очередь жажда того, что на них можно купить, т. е. жажда пищи и вещей и, отчасти, жажда эмоциональной ласки и жажда одобрения. Если я не могу просто так съесть Мир, получить ласку и одобрение Мира, то теперь, возможно, я смогу

купить все это. Примерно так рассуждает Хоббит, увлеченный своим новым Проектом *достижения* Единства. То же самое можно сказать и о жажде развлечений, славы, власти и т. п.

Симптоматично, что пресловутые поиски любви также трактуются Хоббитом в терминах своего уровня – как поиски в первую очередь телесно-эмоциональной собственности, доставляющей удовольствие («ты теперь навеки принадлежишь мне» или, по крайней мере, «ты принадлежишь мне в эту ночь»), поиски ласки, одобрения, поиски партнера для своих излюбленных ролевых игр (ребенок-родитель, хозяин-раб, хищник-жертва и т. п.) и уже в последнюю очередь поиски взаимопонимания.

Любовь для Хоббита – это определенный род товара, и все, чем он озабочен, – возможностью повыгоднее купить или продать его: «Я буду любить тебя, в обмен на то, что ты дашь мне кое-что взамен, – может быть заботу, может быть одобрение, может быть деньги, а может быть, так же будешь любить меня», и, наоборот: «Я дам тебе деньги, я положу к твоим ногам весь мир, но в обмен на твою любовь (читай: в обмен на то, что ты станешь моей телесно-эмоциональной собственностью)». Если же объект любовной сделки не отвечает взаимностью, то любовь Хоббита быстро остывает или превращается в свою противоположность: «Ах так, вот как ты, значит, со мной, получай же!» Другой вариант, когда Хоббит делает из своей неразделенной любви культ. Страдая от «мук одинокой любви» и побольнее расковыривая свою болячку, Хоббит стремится лишь к одному – вызвать жалость со стороны окружающих, ведь жалость – это тоже его эмоциональный хлеб: «Пожалейте меня, посмотрите, какой я несчастный, бедный, никто меня не любит, никто не уважает, пойду я на болото, наемся жабанят».

Царь-в-голове

При переходе от уровня Нарцисса к уровню Хоббита субличность Родителя в сознании ребенка постепенно развивается в особую эго-структуру, которая в западной психологии известна как Суперэго. В этой книге я буду называть эту структуру *рассудком*, а ее самотождественность – Царем-в-голове.

Рассудок – это центр ментального контроля, высшая судебно-оценочная инстанция эго, которая стремится управлять, определять, оценивать и держать под контролем все побуждения, потребности и желания человека.

Рассудок содержит в себе не только идею Родителя, со всеми его запретами и предписаниями – помимо Родителя рассудок содержит в себе весь интернализированный социум. Рассудок – это ментальная квинтэссенция мира людей – социальных правил, законов, традиций, суеверий, табу, социальных «плохо» и «хорошо», признанных авторитетов и т. п. Рассудок – это целый хор голосов: родителей, близких родственников, школьных учителей, авторитетных друзей, представителей закона, начальников, наставников и т. д., который сливается в единый оценочно-осуждающий вердикт-предписание, как «правильно» жить, как «правильно» себя вести, что следует говорить, когда нужно улыбаться,

куда класть руки, как одеваться, чем питаться, что должно делать, а чего не должно, чтобы быть «нормальным», «как все». При этом быть «нормальным» означает быть таким, каким принято быть в той социальной группе, в которую вписан человек.

Это не обязательно тот «большой социум», каким мы его себе представляем. В каждой социальной группе, большой или маленькой, вырабатываются свои нормы и критерии правильности: у людей искусства – свои; у спортсменов – свои; у политиков – свои; у гуманистичеев – свои; у людей технического склада – свои; у религиозных людей – свои; у мистиков и магов – свои; у эзотериков – свои. Но каким бы ни был рассудок, формирующийся под влиянием этих социальных групп, его суть и роль в жизни человека всегда одна и та же, ибо рассудок – это тот орган эго-сознания, который делает человека полностью обусловленным мнением окружающих его людей. Вы можете быть обусловлены мнением своего отца или авторитетного друга, мнением своего наставника или духовника, мнением тренера, мнением жены или мужа, мнением лучшей подруги, мнением ведущего аналитической программы или редактора вечерней газеты. Не важно, чьим именно мнением вы обусловлены и чьими указаниями руководствуетесь, – главное, что вы обусловлены им, и ведущую роль в этом играет ваш рассудок.

Поначалу структура рассудка слаба – она тесно завязана на внешних авторитетах и подпитывается от них. Пока человек находится в окружении своих социальных авторитетов, Царь-в-голове функционирует нормально, но он ослабевает и теряет свою власть, как только человек остается наедине сам с собой или попадает в такое окружение, где рассудку не на кого ориентироваться.

Конечно, с течением времени рассудок укрепляется и становится все более и более автономным. Однако это происходит не всегда и не у всех. Вообще,

чем более автономным становится рассудок, тем большего авторитета и уважения может добиться человек в своей социальной нише, ведь теперь он сам является примером «здорового рассудка» и «трезвого ума» для своего окружения.

К его мнению прислушиваются, с его мнением считаются, его мнение принимают как руководство к действию. Такой человек сам становится Царем для своего социального круга – носителем закона. Он всеми уважаем, он в авторитете. Так возникает маска Царя, маска Архитектора Матрицы – верховного повелителя мира рассудка.

Не есть ли это тот самый *царь земной*, что построил Сад иллюзий, Дворец обмана, где все перевернул с ног на голову?

Маска и Тень: ложь и самоотрицание

Сам по себе рассудок вовсе не плох. Это такой же этап Путешествия, как и все предыдущие и все последующие, и он так же неизбежен, закономерен и естественен, как и этап первичного плеромного слияния и этап реализации недвойственного Духа. Но мы говорим о проблеме диссоциации вербального ума, и

в этом смысле диссоциированный рассудок представляет серьезную угрозу, поскольку усугубляет расщепление сознания.

Под влиянием диссоциированного рассудка еще больше усиливается расщепление ролевого сознания на две конфликтующие половины – Маску и Тень. В стремлении соответствовать требованиям Царя-в-голове (ибо это главное условие для успешного осуществления Проекта *достижения* Единства на уровне Хоббита) ментальное эго вынуждено ограничивать и сдерживать многие из своих побуждений и влечений, однако часть сознания все еще продолжает оставаться отождествленной с ними. Так возникает диссоциативный конфликт – одна половина сознания (Тифон-Нарцисс-Хоббит) хочет, тогда как другая (Царь-в-голове) запрещает.

Поскольку фактически уничтожить существующие в бессознательном влечения невозможно (это все равно что рубить сук, на котором сидишь), единственное, что остается Хоббиту, – это делать вид, что их нет, т. е. начать лгать – лгать, прежде всего, самому себе, а затем и окружающим.

Хоббит начинает отказывать самому себе в признании у себя неприемлемых – подчеркну, неприемлемых с точки зрения диссоциированного рассудка, – побуждений. Хоббит отказывается признавать в себе «плохое», «ненормальное», «постыдное» и, таким образом, отрицает какие-то части своей внутренней целостности. Хоббит отказывается осознавать их в себе, но проблема в том, что все эти отринутые части никуда не исчезают – они также продолжают проявляться, только косвенным образом, неосознанно.

Так сознание постепенно расщепляется на две ролевые половины – внешнюю Маску и внутреннюю Тень.

Маска – это приемлемая и узаконенная рассудком роль, которую играет человек в общении с другими.

Другое определение Маски – усеченная форма эго, предназначенная для выполнения каких-либо частных задач социального взаимодействия или для облегчения самого социального взаимодействия. Маска – это что-то вроде «хорошей мины», «социальной роли», которую играют, чтобы облегчить себе жизнь. С течением жизни рассудочное эго выучивает разнообразные маски и через их сочетание определяет себя, приходит к своей Я-концепции. Так что у человека всегда есть наготове несколько масок, которые могут быть активизированы различными обстоятельствами: маска отца или матери, мужа или жены, маска сына или дочери, профессиональная маска – менеджера, начальника, инженера, певца, бухгалтера, бизнесмена – дружеская маска, маска влюбленного, маска сочувствия, улыбающаяся маска, маска тирана или жертвы и т. д.

Следует уточнить, что сама по себе Маска – это не «плохо» и не «хорошо»; Маска может быть патологичной (патологический контроллер, патологический начальник – «начальник-шлагбаум»), но сама по себе Маска не является патологией. Маска – это всего лишь роль, инструмент взаимодействия с окружающим миром, и коль скоро мы говорим о мире людей, то это инструмент социального взаимодействия, вот и все. Патологией она становится только в

результате расщепления. Позднее мы увидим те сущностные энергетические нити, что связывают Маску и Тень в единую целостность, которая может быть названа *ролевым холоном*.

Тень – это все те вытесненные рассудком тенденции и побуждения, которые лишены доступа к свету рассудочного сознания, но, тем не менее, продолжают исподволь проявляться, в обход рассудочного контроля.

Поскольку рассудок, особенно на первых порах, тесно связан с внешними социальными фигурами (родителями, авторитетами, учителями и т. д.) и подпитывается от них, то он имеет тенденцию ослабевать всякий раз, когда эти фигуры отсутствуют во внешнем поле восприятия, и в эти периоды слабости или временного помрачения рассудка на сцену как раз и выходит Тень. Любопытно, что в таких случаях обычно говорят: «На него нашло затмение». Т. е. фокус отождествления просто переходит от Маски к Тени, следуя линии наибольшего напряжения. Через некоторое время рассудок вновь просыпается, забирает контроль, надевает маску Царя и начинает делать то же самое, что делал до этого – вытесняет всякий намек на существование Тени из своего рассудочного мира. Вот почему человек, находящийся во власти диссоциированного рассудка, человек-маска, никогда не признает существование у себя теневых сторон. Вердикт рассудка однозначен: «У меня Тени нет; Тень есть где-то еще, где хотите, но только не во мне».

Мне вспоминается эпоха советского тоталитаризма, когда все наше общество носило такую рассудочную маску: «у нас секса нет», твердила пропаганда, «секс есть где угодно, на загнивающем западе, но только не у нас». Как вы видите, через различные уровни сознания проходят не только отдельные люди, но и целые народы. Каждое общество находится на каком-либо уровне развития сознания (в таком случае речь идет о «массовом сознании», или «общественном сознании») и все процессы, происходящие в обществе, могут быть поняты с точки зрения тех тенденций, что существуют на каждом уровне. А эти тенденции таковы: всегда есть горизонтальный план данного уровня, на котором разворачивается присущие уровню структуры, горизонтальные взаимосвязи и проекты достижения; всегда есть вертикальные тенденции, часть из которых регрессивна («рак-консерватор») и тянет общество вниз, на более примитивные уровни развития, ратует за возврат к архаичным общественным формациям, а часть прогрессивна («лебедь-реформатор») и тянет общество вверх, к новым уровням социального устройства; и на фоне всего этого всегда имеется потребность в интеграции всех тенденций в единую консолидированную целостность.

Естественно, что в противостоянии Маски и Тени побеждает Маска (или Царь-в-голове, как верховная Маска мира рассудка), поскольку получает ежедневную и ежечасную подпитку со стороны такого же диссоциированного социального окружения. Маска вытесняет неприемлемые побуждения в бессознательное. Тифон – полузмея-получеловек – побежден и вынужден уйти на

дно. Именно об этом периоде индивидуальной и общественной истории повествуют мифы, в которых рассказывается о битве Орла со Змеем и о победе Царя (обычно представленного неким культурным героем) над Змеем. Вспомним Георгия Победоносца или его более древний аналог – Гермеса Трисмегиста (рис. 7).

Однако это только начало драмы.

Проблема диссоциированного рассудка состоит в том, что вытеснение, которое по существу означает *запрет на осознание* (внутренняя ложь, самоотрицание), кажется ему достаточным условием победы. Ведь он сам порождение и жертва злополучной лингвистической ошибки – будучи целиком порождением слов, он не знает никакого другого блюда, кроме меню, вот почему он не имеет никакой возможности по-настоящему попробовать Реальность на вкус.

Другими словами, рассудок ничего не делает с идущим из глубины Бессознательного побуждением, которое по тем или иным причинам кажется ему беспокоящим, угрожающим или неприемлемым – он просто блокирует дальнейшее движение этой энергии своим вето, препятствуя ее осознанию. Но это вето действует только до тех пор, пока рассудок остается у власти, пока он имеет рычаги контроля за телом и сознанием. И только те области тела и сознания, которые доступны его контролю, остаются свободны от неприемлемых побуждений. В других же областях сознания и тела постепенно концентрируются вытесненные теневые аспекты, которые никуда не делись, не исчезли, они лишь остались за рамками узаконенного рассудком мира.

Однако запрет – это не решение проблемы. И это тот факт, который никогда не сможет понять Маска. Понимание этого факта лежит за пределами Маски – на следующем, более высоком уровне восприятия и осознания.



Рис. 7. Победа Царя над Змеем: Георгий Победоносец и Гермес Трисмегист.

Так в чем же здесь суть? Суть в том, что любая энергия Бессознательного – есть часть Великой Целостности и это такая же сила, которая оживляет и сам рассудок. И если эта энергия уже пробудилась и пошла вверх, то, значит, процесс уже запущен и не может быть остановлен. А раз так, то у него есть только один возможный исход – стать *завершенным и реализованным*, что означает *стать*

полностью осозанным. Маска же накладывает запрет на реализацию, вот почему этот запрет оказывается в конечном итоге полностью неэффективен. Необходимо понять, что *окончательная реализация, полнота осознания* – это фундаментальная причинная движущая сила всей самости (которая представляет собой всю совокупность энергетической массы человека снизу доверху и справа налево), вот почему рано или поздно обнаруживается, что запрет, накладываемый рассудком на какие-то части этого движения, предназначен не для того, чтобы решить проблему, а для того, чтобы ее усугубить.

И все это есть лишь часть общего сценария. В этом сценарии запрет однажды должен быть нарушен, Тень, сметая все ограничения рассудка, должна прорваться на свободу, а Герой должен победить Тень. Но это сценарий, который будет разворачиваться уже на другом уровне восприятия и осознания, а на уровне рассудка идет совсем другая игра.

Проекция Тени

Вытеснение рассудком теневых аспектов сознания становится причиной проекции Тени на окружающий мир. Дело в том, что рассудок воображает себя полновластным хозяином всей целостности сознания и для него категорически неприемлема мысль о том, что какие-то части целостности остаются за рамками его контроля, тем более неприемлема для него мысль о том, что какие-то части целостности могут оказаться сильнее или выше него.

Рассудок – единственный царь, тиран и создатель своего мира – и даже если он соглашается, что выше него есть какой-то «Дух», то он тут же превращает это признание в еще одно доказательство своей абсолютной власти, поскольку в его представлении он и есть та единственная инстанция, которая является полновластным заместителем этого «Духа» на земле.

Налагая запрет на другие части целостности, превращая их в Тень, рассудок все же не может уничтожить их. Вот почему он также вынужден признавать, что Тень существует.

Рассудок вынужден признавать, что есть какой-то свет выше него (уровни Кентавра, Мудреца, Сновидца и Свидетеля) и есть какая-то сила ниже его (уровни Тифона, Уробороса и Плеромы). Но чтобы сохранить свою маску Архитектора Матрицы, маску полновластного Царя и хозяина своего мира, рассудок искажает истинную картину: он, с одной стороны, низводит все вышележащие уровни до своего («Дух есть, но я есть тот, кто единственный знает истинные намерения Духа»), а с другой – вытесняет все нижележащие уровни и проецирует их вовне («Тень существует, но она не внутри моей целостности, а снаружи – во внешнем мире»).

Другими словами, человек начинает видеть свою собственную Тень отраженной в других людях и процессах внешнего мира.

Окружающий Мир становится зеркалом, на которое проецируются все подавленные и вытесненные аспекты целостности.

Если это подавленная агрессия, то человек всюду сталкивается с внешними проявлениями агрессии. Не желая признавать агрессора внутри себя, человек сталкивается с отражением этого агрессора в Зеркале Мира. И чем сильнее внутреннее подавление, тем агрессивнее ведет себя отражение в Зеркале. Так человек все глубже и глубже погружается в иллюзорный кошмар самоотрицания своей целостности, превращая ее в Тень, которая отныне начинает угрожать ему из внешнего мира.

Все, что мы не хотим признавать в себе, мы замечаем в окружающих людях.

Вы можете не осознавать, что порой ведете себя как обиженный ребенок, и тогда вы снова и снова будете встречать людей, которые постоянно на что-то жалуются и донимают своими жалобами вас. Вы можете закрывать глаза на вашу излюбленную роль жертвы или тирана, но тогда вы будете жить в мире, где правят тираны, безнаказанно измывающиеся над своими жертвами. И первым среди этих тиранов окажется ваш муж, или начальник, или отец.

Подобное притягивает подобное. Таков закон и Тайна нашего Мира, суть которого проста.

Мир – это просто Зеркало, в котором отражается Целостность бытия.

Но если вы не хотите или не готовы увидеть всю Целостность, то вам придется исказить Зеркало Мира, чтобы видеть его так, как вам это удобно или выгодно. Рассудок-царь хочет видеть себя на вершине этого мира – он хочет быть абсолютным центром, альфой и омегой. И чтобы видеть мир так, он искажает внутреннюю половину Зеркала, лишая Целостность глубины и высоты, – он создает иллюзию того, что вся Целостность сосредоточена в нем самом. Но в это же самое время другая половина Зеркала – внешняя – так же искажается, отражая и преувеличивая все то, что было отринуто. Это еще один закон Целостности – закон компенсации.

Недостаток в одном месте компенсируется избытком в другом.

Если человек отрицает Тень внутри себя – он обязательно увидит свою собственную Тень снаружи, только преувеличенную в десятки и сотни раз. Если внутри себя вы отрицаете муху, то снаружи обязательно увидите слона. И чем яростнее и жестче будет ваше отрицание своей Тени внутри, тем сильнее, больше и мощнее будет становиться Тень снаружи.

Энергия вашего отрицания – вот что подпитывает проекцию Тени.

Но рассудок сам по себе не в силах остановить своего отрицания. Рано или поздно противостояние Маски и Тени обостряется настолько, что спроецированная наружу Тень начинает свое тотальное наступление на рассудок. Развитие заходит в тяжелый кризис, система самости движется к коллапсу, и спасти положение может только переход на новый уровень восприятия – к уровню целостного эго, уровню Героя или Героини.

Таким образом, скрытый и не утихающий на уровне рассудка конфликт расщепленности сознания на Маску и Тень ведет нас к переходу на следующий уровень, где пробуждаются новые структуры восприятия и осознания, а самость из рассудочного контроллера и тирана превращается в дерзкого Героя или Героиню, бросающих вызов узаконенным стандартам и идущих на битву с собственной Тенью.

Именно об этом героическом переходе и о битве Героя с Тенью повествуют героические истории древности и современности, три из которых – «Звездные войны», «Матрица» и «Властелин колец» – мы будем подробно рассматривать в последующих главах. Языком символов и метафор авторы этих эпических картин старались донести до нас глубинные внутренние содержания героического перехода – его целей и задач – а также пытались предостеречь от возможных ошибок и трудностей предстоящего Герою/Героине Пути.

Практика

Медитация-путешествие «Этапы Пути»

Это упражнение во многом похоже на медитацию «В поисках вызова», описанную в первой части. Но в отличие от нее, здесь ваша задача – вспомнить, что было в вашей жизни: а) встречей с проводником; б) отказом от вызова; в) сверхъестественной помощью.

Результаты занесите в свой дневник.

Выслеживание слова «нет»

Иногда мы говорим чему-то или кому-то «нет». Иногда мы делаем это часто, очень часто. И очень часто мы делаем это, даже не осознавая этого.

Слово «нет» – это отрицание, а отрицание – это граница вашего мифа. И как правило, это граница неосознаваемая (ведь отрицание – это в первую очередь отрицание осознания). Иногда, когда я замечаю, что человек часто впадает в отрицание, часто говорит «нет», я, желая проверить, осознает ли он свое отрицание, спрашиваю его: «Я заметил, что ты часто говоришь слово «нет». Ты действительно делаешь это?» И знаете, что отвечает мне человек? Он реагирует

практически мгновенно. Он говорит: «Не-е-ет, я делаю это очень редко». Когда же я останавливаю его и указываю ему на то, что он только что сказал «нет», человек на какой-то миг впадает в ступор – он вдруг понимает, что действительно совершенно не осознавал, когда только что сказал слово «нет».

Граница мифа – там, где вы говорите «нет», – не осознается нами в обычном состоянии. Всякий раз, когда мы подходим к своим границам, мы говорим «нет» и искривляем свои пути, возвращаясь назад, в зону комфорта, в зону лжи, в зону самоотрицания и самообольщения, в зону, где нам удобно внутри своего мифа. Чтобы осознание границы состоялось, необходимо наличие какой-то дополнительной силы, которая, несмотря на ваше сопротивление, подтолкнет вас к вашей границе. Этой силой может быть чья-то посторонняя воля, сила обстоятельств или ваше внутреннее намерение.

В данной практике речь идет именно об этом – о том, чтобы вы сформировали намерение осознавать границы своих мифов – границы отрицания, границы «нет».

Понаблюдайте в течение дня, как часто вы произносите слово «нет». Опишите несколько самых значимых ситуаций, подумайте о том, какие свои границы вы защищали, говоря «нет». Это могут быть границы вашего нежелания чего-то, страха перед чем-то, неприятия чего-то. Запишите результаты в свой дневник.

Выразите намерение каждый день осознавать себя в тот момент, когда вы произносите «нет».

Сказать «да»

Эта практика – продолжение предыдущей. Теперь, когда вы уже начали осознавать свои границы – границы «нет», – попробуем мягко продолжить движение к ним и за них. Практика очень проста: начните говорить «да» всякий раз, когда вам хочется сказать «нет». Вместо того чтобы отрицать Мир, начните соглашаться с Миром. Поначалу вам может быть трудно остановить свое отрицание. Но хотя бы попробуйте смягчить его – вместо «нет» скажите «да, но...».

Глава четвертая

Ключ к Сотворению,

или

Эволюция задом наперед

Мы говорим о том, что однажды к человеку приходит вызов. Это случается тогда, когда человек готов.

Рассудочная личность подобна скорлупе, в которой вызревает наша внутренняя сущность, и, когда приходит время, скорлупа трескается, и сущность стремится выйти наружу.

Вызов увлекает тебя, и, так или иначе, ты выходишь за границы своих масок, своих личин, своих привычных представлений. И в этот же миг ты замечаешь и границы, и сами маски. До этого момента ты ничего не знал об этом – твоя рассудочная личность, твое синтаксическое *Я* было плоть от плоти своего уровня и не ведало ничего, кроме тех представлений, что были изначально присущи этому уровню. Она родилась вместе с этими представлениями, и вместе с этими представлениями она умрет.

Вызов – это вопрос... Кто *Я*? Что есть Мир? В чем суть Жизни?

Ты обнаруживаешь, что до сих пор знал о себе и о Мире только то, что тебе говорили окружающие. И было так, что ты верил во все это, потому что уже

заранее был согласен со всем, что тебе скажут. Но случилось так, что однажды тебе удалось заметить то, что до сих пор ускользало от твоего внимания, – тебе удалось заметить скрытое противоречие между тем, что тебе говорят, и тем, что происходит на самом деле. Тебе удалось заметить белые нитки, которыми был шит твой рассудочный миф. В один миг ты обнаружил, что все совсем не так, как тебя пытаются убедить. Но тогда как все на самом деле?

Кто Я? Что есть Мир? В чем суть Жизни?

Однажды вопрос: «Кто Я?» – был задан, и есть основания полагать, что именно он и был тем самым знаменитым Словом, которое произнес в незапамятные времена Дух Божий, носившийся над Бездной, и которое породило весь видимый и невидимый мир. Апостол Иоанн утверждает, что Слово было «Бог», но, скорее всего, более точная реконструкция процесса Сотворения Мира обнаружит, что Слово «Бог» было все-таки вторым после первого: «Кто Я?» – «Бог».

Именно вопрос: «Кто Я?» – Кен Уилбер считает ответственным за возникновение первичной границы, ибо, как он с полным основанием полагает, в основе любых ответов на вопрос: «Кто Я?» – лежит эта «фундаментальная процедура проведения пограничной линии между «собой» и «не-собой».

И это, безусловно, так. Задайте себе вопрос: «Кто Я?», – и вы поймете, о чем речь, поскольку, даже если до того, как вопрос был задан, вы чувствовали себя *одним целым*, после него это будет уже не так. Вам придется разделить внутри себя, чтобы ответить себе на вопрос: «Кто Я?», – как минимум отделить того, кто спрашивает, от того, кто отвечает. Вам потребуется взглянуть на себя со стороны, вам потребуется *выйти из себя, перестать быть собой*, вам придется стать «не-собой», *другим*, чтобы ответить себе на этот вопрос.

Давайте взглянем внимательнее на тот процесс, что происходит в нашем сознании, когда мы отвечаем себе на вопрос: «Кто Я?».

А происходит следующее.

Пока вопрос: «Кто Я?» – не задан, у человека есть смутное предчувствие о том, что он *кем-то является*. Это предчувствие неоспоримо, поскольку именно оно в первую очередь и есть свидетельство бытия (чьего именно – неизвестно, пока не задан вопрос: «Кто Я?»). Чтобы это неоспоримое предчувствие стало столь же неоспоримым знанием, необходимо совершить одну вещь – а именно, как мы уже поняли, стать для себя сторонним наблюдателем, увидеть себя из другой позиции, с другой точки зрения. Что мы и делаем, задавая себе вопрос: «Кто Я?»

Самим этим вопросом мы начинаем в своем сознании поиск такой точки, с которой мы могли бы увидеть наиболее полную картину того, что мы есть, чем являемся. Как только эта точка обнаружена – возникает восприятие себя, возникает ответ: мы видим, мы можем определить себя: я есть то-то и то-то. Мы можем сказать про себя: я человек, я врач или инженер, или программист, я хороший специалист, я авторитетный руководитель, я хорошая подруга, я любящая мать, я заботливый муж и т. д. Мы определяем себя в каком-то наличном качестве, в какой-то роли. До ответа на вопрос это качество было неявным для нас самих, мы поступали определенным *образом*, вели себя в соответствии с этим качеством или с

этой ролью, но еще не знали, *каким именно образом* мы поступаем. Мы просто *были этим* качеством, но еще не *присутствовали в нем осознанно*. Мы были с ролью одним целым, мы *были ролью*, но еще не знали *себя в роли*.

Все дело в том, что, пока мы есть нечто, мы не можем знать – *что именно* мы есть. Для ответа на вопрос: «Кто Я?» – нам необходимо найти в себе что-то *другое*, что не является тем, что есть. Как только это *другое* найдено, мы занимаем новую позицию восприятия и только тогда обнаруживаем наличное качество: до этого мы просто *были самой ролью*, теперь же мы *находим себя в роли*.

По существу, это означает следующее: чтобы ответить на вопрос: «Кто Я?», нам нужно перестать быть этим Я, поскольку это и означает сменить позицию восприятия, стать чем-то другим. Таким образом, в вопросе: «Кто Я?» – заложен удивительный парадокс – узнавая себя, мы, на самом деле, перестаем быть собой. Задавая вопрос: «Кто Я?», мы выходим *за пределы* того Я, о котором вопрошаем. Получается, что этот вопрос нужен не только для определения Я, нахождения Я, но и одновременно для выхода за пределы найденного. Мы узнаем что-то лишь для того, чтобы найти новую область неизвестного. Как выразился один безымянный мудрец, знание похоже на шар: чем он больше, тем больше его площадь соприкосновения с неизвестным.

Так мы выясняем, что вопрос: «Кто Я?» – это сущностный вопрос самой эволюции человека, самого процесса развития человека как непрерывного расширения сферы со-знания Я в бесконечность Неведомого. Я есть *что-то*, но, пока Я есть *только это, исключительно это*, – это *что-то* остается неузнанным. Вопрос: «Кто Я?» – становится одновременно и симптомом выхода Я из самого себя, расширения за пределы *исключительности* самого себя, и самим моментом этого выхода за пределы, обнаружения новой позиции, *другого Я*.

Вопрос – это ключ, который открывает потайную дверцу в Неизвестное. Открывая дверцу в *другое Я*, человек видит вдруг то место, которое он покидает. Человек видит это место и говорит – опа! – это и есть Я – хотя на самом деле ответ на вопрос «кто Я?» – это уже начало расставания с этим Я, начало процесса преодоления этого Я, превосхождения его. Таким образом, когда на самом деле мы уже начинаем становиться не-Я, другим Я, мы, как нам субъективно кажется, только начинаем узнавать себя, кто Я есть. Мы говорим: «Это есть Я», подразумевая: «Я только что был этим».

Мы можем не замечать этого парадокса становления себя в другом Я только по одной причине – только потому, что мы все время смотрим назад, наш взгляд остается зафиксирован на прошлом. Мы пятимся во времени задом наперед и не замечаем этого! Нам субъективно кажется, что то, что мы видим, есть настоящее, когда на самом деле это уже прошлое. Мы уже не есть это, а нам кажется, что мы как раз это и есть. Нам кажется, что мы только что нашли себя, в то время как в действительности мы только что начали себя терять. И дальше, конечно, этот процесс повторится.

В какой-то момент мы начнем чувствовать в себе что-то не то. Мы снова зададимся вопросом: «Кто Я?», сделав тем самым еще один шагочек вперед задом наперед. Как только это произойдет, мы снова увидим место, где только что были,

и снова не поймем, что, раз мы видим это, значит, мы, в каком-то весьма реальном смысле, уже не есть то, что мы есть.

Мы уже сталкивались с этим парадоксом, когда рассматривали процесс перехода сознания с уровня тела на уровень ума. «Кто Я?» – спрашивает сознание, поднимаясь над телом в сферу ума, и замечает уровень, который был только что покинут – уровень телесного (инстинктивно-эмоционального) бытия. «Кто Я?» – может спросить человек и начать переход от нижних уровней ума к более высоким и более тонким. «Я врач», «я инженер», «я предприниматель» – так будет говорить человек, замечающий в себе ролевой ум. «Я человек, существо, наделенное разумом, высшая форма биологической жизни на этой планете» – так скажет человек, созревший до уровня концептуального ума. «Я не есть это тело и не есть все эти мысли, роли и концепции, Я есть нечто другое», – скажет человек, начавший переход с уровня ума на уровень души.

В этом вопрошании и состоит суть героического путешествия. Ведь в конечном итоге и вопрос, и ответ предназначены лишь для одного: быть ключом и дверью в Непостижимое. Нужна ли дверь для того, чтобы найти ключ? Ответ – да. Нужен ли ключ для того, чтобы открыть дверь? Ответ – да. Нужны ли ключ и дверь, когда ключ найден, а дверь открыта? Ответ – нет. Когда дверь в Непостижимое открыта, ключ может быть выброшен, а дверь оставлена позади. Когда рыба поймана, сеть больше не нужна, когда в сети слов пойман смысл, слова могут быть забыты.

Такова задача, которую ставит перед нами вызов: из состояния предельного самозабвения и самоограниченности вспомнить и осознать свою истинную природу как природу безграничного Духа и объединиться с ней.

Героический кризис: целостное эго Героя/Героини

До поры до времени мы живем в невежестве, в «мире Хоббитов». Озабоченные только своим эго, мы редко замечаем окружающий нас мир. Нам кажется, что он такой, каким мы его себе представляем, и мы принимаем это как само собой разумеющийся факт. Нам нет дела до Мира и до его Тайны, нам есть дело только до себя любимых.

Мы с головой погружены в мелочные счеты со своими ближними, стремясь любой ценой самоутвердиться за их счет. Мы заняты идеями, делами и проектами, которые кажутся нам очень важными. Мы развлекаемся или балдеем со скуки. Мы норовим навязать свое мнение тем, кто слабее нас, и спешим согласиться с мнением того, с кем нам выгодно согласиться. Мы озабочены своим здоровьем, только когда у нас что-то болит, и торопимся съесть таблетку, чтобы снова стать бесчувственными к своему телу. Мы говорим, говорим, так что порой кажется, что это все, что мы можем. Мы суетимся, когда стоило бы остановиться, и медлим, когда надо действовать. Мы торопим сегодняшний день, спеша поскорее попасть в светлое будущее, где, как нам кажется, у нас будет то, чего нет сейчас. Мы раскручиваем колесо дней, думая, что чем быстрее оно вертится, тем ближе мы к цели, и потом не знаем, как остановить этот бешеный поезд, летящий во тьму. Мы хотим, чтобы нас одобрили, мы хотим соответствовать, мы хотим быть хорошими.

Или, наоборот, мы хотим быть плохими, непослушными, мы хотим сделать все не так, мы хотим кому-то что-то доказать. Мы к чему-то стремимся, хотим чего-то достигнуть, или, наоборот, нам все надоело, нам все по фигу, по барабану, нам на все наплевать.

Мы делаем все это, потому что мы Хоббиты и для нас нет ничего важнее, чем свое собственное эго.

До поры до времени мы и не подозреваем, что мир вокруг нас кажется таким реальным и неизменным только потому, что его поддерживает хрупкое равновесие невидимых сил.

Но однажды, омраченные невежеством своего эго, мы тем или иным образом нарушаем это равновесие, мы переходим незримую границу – и мир вдруг меняется...

И тогда мы вдруг неожиданно застаем себя в эпицентре вселенской катастрофы или под прицелом зловещего заговора. Мы вдруг обнаруживаем себя посреди двух враждующих лагерей, и наша судьба оказывается целиком зависящей от исхода предстоящей битвы. И тогда, замечая, как каждое наше действие ложится весомым грузом на чашу весов, где решается исход великой битвы, мы начинаем постепенно осознавать значение тайных связей и читать знаки скрытого движения невидимой Силы.

Все это – симптомы глубокого переворота в сознании, символизирующие начало героического перехода от эгоцентрической к мироцентрической позиции восприятия. Это начало пути к достижению подлинной зрелости.

В это время мы приходим к пониманию, что мир существует благодаря границам и этими границами определяется. От этих границ зависит и то, каким будет мир, и то, кем будем мы в этом мире. Это удивительный парадокс:

мы замечаем, что границы существуют, только когда нарушаем их.

Мы обнаруживаем, что мир зависит от того, что мы думаем о нем и каким его видим. Наши мысли, слова и поступки не проходят бесследно. И постепенно нам раскрываются глубокие тайны взаимосвязей, благодаря которым этот мир существует – существует не сам по себе, а потому что его снова и снова делаем мы – люди.

Так что же открывается нам, когда мы, наконец, подобно Фродо или Сэму, подобно Люку или Нео, следуя за своим вызовом, преодолеваем границы обыденного мира рассудка, «мира Хоббитов», «матрицы», мира Маски и отправляемся навстречу неизвестности?

Нам открывается удивительная Реальность – Большой Мир, где нет ничего раз и навсегда определенного, где все меняется каждый миг, где ничто не решено однозначно раз и навсегда.

Но самое главное – мы обнаруживаем, что «этого мира» не существует «самого по себе». Постепенно мы открываем, что этот мир существует в восприятии и что каждый новый миг своего восприятия мы делаем его – так, как

нас научили, так, как мы привыкли, так, как мы хотим или не хотим, но подсознательно страстно желаем – в соответствии с теми мифами, которые в нас живут и нами управляют.

Смерть рассудочной личности начинается тогда, когда приходит вызов и ты делаешь шаг за пределы привычного – этот удивительный шаг в нескончаемой эволюции задом наперед. Ты задаешься вопросом: «Кто Я?» – и в этот же миг отступаешь во тьму неизведанного, чтобы лучше увидеть то место, где ты только что находился. Ты видишь освещенную сцену социального мира, где лицедействуют люди-маски, и ты видишь свою «внутреннюю гримерку» – тот жалкий закуток сознания, где ты примеряешь наряды своих ролей и надеваешь свои маски, прежде чем выйти на сцену и принять участие в общей игре.

Ты спрашиваешь: «Кто Я?» – и если раньше ты не знал никакого другого Я, кроме той роли, которую играл в данный момент, то теперь ты начинаешь замечать того, *Кто* играет все эти роли. Так ты начинаешь осознавать себя как Актера или Актрису. От уровня Маски ты переходишь к уровню Актера/Актрисы или Героя/Героини.

Но вслед за вопросом: «Кто Я?» – идет вопрос: «Что есть Мир?». Этот вопрос возникает непременно, потому что ты начинаешь понимать, что если ты не есть только роль, то, значит, и Мир не есть только те декорации, в которых разыгрываются твои жизненные спектакли.

Речь идет о том, что при переходе самости с уровня Маски на уровень Героя/Героини мы проходим не только через кризис самоидентичности, но и через кризис мировосприятия. Мир перестает существовать в том виде, в каком мы привыкли его воспринимать. То, что казалось данностью, обнаруживает свою условность. То, что казалось объективной реальностью, оказывается лишь картонными декорациями, и эти декорации считаются реальностью, просто потому, что все в этом театре – и зрители, и актеры – разделяют соглашение верить в правдоподобие разыгрываемой пьесы.

Если кризис самоидентичности – это кризис нарушения непрерывности образа себя, то кризис мировосприятия – это кризис нарушения непрерывности образа Мира.

В момент перехода мы оказываемся в состоянии Тотальной Неопределенности – привычная почва уходит из-под ног, и мы с ужасом замечаем под ногами зияющую Бездну. Это очень шаткое положение и задержка в этой позиции чревата серьезными осложнениями. Самое распространенное из них – неспособность выстроить новый адекватный образ себя и мира. Человек застревает в Тотальной Неопределенности и сходит с ума. Кризис самоидентичности затягивается, и на его основе развивается психическая патология – шизофреническое расстройство.

Вот почему первейшая задача, которую предстоит выполнить Герою/Героине, дерзнувшем нарушить рассудочное табу и выйти за пределы своих ограничений, заключается в том, чтобы снова воссоздать мир границ (мир *тоналя*),

но уже более полноценный и адекватный, более реалистичный. Все как в известной песне – разрушить «до основанья» старый мир, а затем выстроить новый. Другая формула этой задачи: выйти из-под влияния рассудочных мифов, которые управляют нами, и самим стать творцами и хозяевами мифов. А это означает принять полную ответственность за свою жизнь, стать самодостаточными и целостными творцами своей жизни.

В этом смысле Герой/Героиня символизируют эго, вышедшее за рамки узкой отождествленности с рассудочными масками и идущее навстречу объединению со своей Тенью. То, что скрывается в подсознании, должно быть вынесено на поверхность и полностью осознано. Строчка «Кто был никем, тот станет всем» из той же известной песни как нельзя лучше описывает ту метаморфозу, которая должна произойти с теновыми аспектами личности в результате этой революции сознания. Тень, бывшая прежде никем, должна занять место равной среди равных в театре жизни. Из врага или пленника Тень должна превратиться в союзника. Как утверждает Юнг,

наши слабости несут в себе скрытый потенциал силы.

Осознавая свою Тень, мы превращаем ее потенциал в свою актуализованную силу.

Результатом героического кризиса становится рождение целостного эго – наиболее полного представления о себе, включающего адекватный неискаженный образ тела, и адекватный образ ума, объединяющий в себе и внешнюю сторону личности (Маску), и ее внутреннюю сторону (Тень). А затем целостное эго конструирует «новый мир, где никто становится всем». На смену рассудочным мифам приходит миф целостного ума. Строительным материалом для этого мифа становится тот внутренний опыт, через который проходит Герой/Героиня в процессе своего героического путешествия с плоской поверхности «мира Хоббитов» в глубину подсознания.

Театр теней

Три границы восприятия (граница между телом и окружающей средой, граница между умом и телом, граница между Маской и Тенью) соответствуют трем пройденным уровням развития (Тифон, Нарцисс, Хоббит). Реальность лежит в основе всего, что мы воспринимаем на каждом из этих уровней, различаются эти уровни лишь тем, *как* они преподносят нам эту Реальность. Каждый из этих уровней характеризуется разной *степенью доступа* к Реальности, к сути того, что происходит.

Одна из самых красноречивых метафор, описывающих границы восприятия, – это метафора театра теней. Думаю, каждый хоть раз в жизни видел или представляет, что это такое.

Мы стоим в темноте перед непрозрачной ширмой, за которой находится источник света. За этой ширмой также есть еще *нечто*, и это *нечто* что-то делает

там, отбрасывая на ширму тень. Все, что мы видим, – это тени на ширме, какие-то формы, узоры.

Этой метафорой мы можем обозначить как минимум три уровня восприятия происходящего. Первый – это когда мы видим тени и они превращаются в образы: вот плывут облака, вот летит птица по небу, вот гавкает собака, – мы забываем, что воспринимаем всего лишь тени, и целиком погружаемся в возникающее событие в начинающуюся историю. Второй – это когда мы встряхиваем головой и обнаруживаем, что никаких образов на самом деле нет, есть лишь ширма и движение теней на ней. На этом уровне мы созерцаем перетекание абстрактных узоров, возникновение и растворение форм. Это уровень, когда мы видим то, что на самом деле происходит *на* ширме. Мы видим, что тени – это просто тени и больше ничего. Есть, однако, еще третий уровень – когда мы вдруг догадываемся, что эти абстрактные узоры движутся не сами по себе, что есть *Кто-то* или *Что-то* за ширмой, что создает это движение, эту игру; мы догадываемся, что в этом движении есть какой-то глубокий смысл, что они содержат какую-то загадку, какую-то тайну, и мы вспоминаем, что, собственно, мы и вступили в эту игру только для того, чтобы эту тайну разгадать.

В этой метафоре ширма символизирует первичную границу восприятия, образованную человеческой формой, которую мы привыкли отождествлять с границей тела. То, как мы видим узоры на ширме, обусловлено границей ума, а наши фантазии по поводу этих узоров – границей рассудка.

На уровне рассудочной самости (Хоббит-Маска) степень доступа к Реальности минимальна. Для описания происходящего здесь очень подходит меткое выражение «антропологический сон», введенное виднейшим французским философом XX века Мишелем Фуко. Антропологический сон означает «сон, общий для всех людей». На этом уровне мы спим, видим сон и так погружены в него, что даже забыли, что все это нам снится.

Это мир нашей повседневности, мир общепринятой реальности, хотя воспринимаемое здесь лишь в малой степени можно назвать по-настоящему реальным. Это, скорее, наша собственная фантазия на тему Реальности, на тему динамических первообразов абстрактного, движущихся по ширме восприятия. Мы наделяем первообразы личным значением, расставляем свои акценты, даем им свои имена, и вот уже происходящее затрагивает нас глубоко лично – одних волнует, других пугает, третьих смешит, четвертых злит и т. д. Мы забываем, что сами являемся авторами драмы, и глубоко погружаемся в сноподобное переживание. Мы отождествляемся с ролью, которая нам близка, и оказываемся в центре разворачивающегося вокруг этой роли конфликта – противостояния Маски и Тени. Мы проецируем на экран восприятия какие-то свои внутренние содержания – усвоенные в глубоком прошлом представления о том, каким должен быть мир, неразрешенные конфликты, нереализованные желания, страхи, обиды, амбиции. Мы выдаем желаемое за действительное.

Мы воспринимаем лишь то, что уже знакомо нам, и мы способны воспринять здесь лишь свою внутреннюю раздробленность, конфликтность, спроецированную вовне и становящуюся таким образом очевидной.

Реальность на этом уровне восприятия лишь повод для того, чтобы разыграть свой собственный спроецированный на нее сценарий. Вот почему мы вынуждены заниматься здесь цензурой – стирать, вырезать и удалять из поля восприятия все те аспекты Реальности, которые не соответствуют нашему внутреннему сценарию, – потому что здесь нам нет дела до Реальности, здесь нам есть дело только до самих себя и своих проблем.

На этом уровне работает целый аппарат, который Грегори Бейтсон очень точно называл «редактором реальности». Редактор реальности это еще одно название для структуры Суперэго или рассудка – самоидентификации Царя, Большого Папы или Архитектора Матрицы. Именно встроенный в нас редактор реальности отвечает за то, что и как мы будем воспринимать на уровне проекции. Редактор реальности хранит в себе всю нашу «историю болезни» – то, как мы рождались на этот свет и как жили, то, что Дон Хуан называл «личной историей».

Именно он, редактор реальности, автор известной хохмы о том, что «жизнь это неизлечимая болезнь, передающаяся половым путем». Именно он, редактор реальности, – тот самый заботливый доктор, который заботится лишь о том, чтобы вы жили долго и болели всю жизнь, потому что если вы вдруг окончательно выздоровеете, то кто же будет ему платить?

И поэтому редактор реальности заботливо воссоздает для вас излюбленные сценарии и роли – на «ваш вкус»: несчастной любви, обмана, предательства, жертвы, удовлетворения, ненасытности, тирании, приобретения, самоутверждения, жалости к себе, обиды, страдания, страха и тоски – пока вы буквально до смерти не устанете от них. Либо пока Реальность не преподнесет вам неожиданный сюрприз – выкинет фокус-покус, который редактор не успеет вырезать из вашего сна, и этот фокус-покус войдет в явное противоречие с вашим сценарием, так что вы уже не сможете его проигнорировать. Редактор на секунду придет в замешательство, реальность «Театра теней» на миг прорвется в вашу рутинность, и вы вдруг очнетесь от своего сна. Конечно, в следующее мгновение редактор реальности спохватится, как-то обработает сигнал, втиснет его в какие-то рамки, на худой конец попытается убедить, что это всего лишь «глюк», «фигня», «бред», «муть». Но вас уже не успокоит его убаюкивающее бормотание. Хоть миг, но вы реально видели, на каких «черепках» и «киках» покоится плоский мир снов вашей повседневности. Так получилось, что вы уже приняли вызов Реальности, и никакой редактор уже не сможет стереть этот факт.

Мистерия перехода

Эволюция, развитие – это движение по вертикали – от одного мифа к другому, с одного уровня восприятия и осознания на другой.

Каждый такой переход с уровня на уровень подразумевает глубокое преобразование как в самоощущении самого человека, так и в картине воспринимаемого им мира.

Каждый раз переход с уровня на уровень разворачивается согласно общему сценарию Великого Путешествия.

А это значит, что на каждом уровне развития мы сначала встречаемся с вызовом, который приходит как первый симптом назревающего кризиса перехода. Эти первые слабые симптомы могут остаться незамеченными, но сила вызова становится все сильнее, пока наконец не случается нечто, что мы уже не можем проигнорировать.

В притче про Будду боги, прежде чем окончательно раскрыть перед принцем Путь, последовательно давали ему три знака, три нарастающих по силе вызова, появляясь перед ним в физическом облике. Эти три вызова Дон Хуан называет «Проявлениями Духа» – первым посланием Абстрактного (15).

Передавая Карлосу знание о «Проявлениях Духа», Дон Хуан рассказывает ему историю обычного человека, погруженного в мирские заботы. Этот человек, как и все мы, был частью Духа, а значит, проводником Духа, но он об этом не знал. Он был настолько поглощен миром обыденности, что совершенно не замечал своей связи с Духом. Дон Хуан говорит, что Дух даже использовал «внутренний голос», чтобы достучаться до человека, но человек принимал этот голос за свои собственные мысли и никак не хотел понять смысл свалившихся на него откровений. Чтобы вывести человека из состояния самопоглощенности, Дух подает человеку три знака, три знамения, следующие одно за другим, – в них Дух трижды является в физическом облике на пути этого человека, и каждое из этих проявлений есть вызов.

После того как вызов принят и сигналы с более высокого уровня Реальности выводят нас из тотальной вовлеченности в рассудочный миф, в «антропологический сон», мы начинаем двигаться изнутри своих представлений наружу – навстречу новому мифу, к которому наш собственный относится как часть к целому. Мы встряхиваемся и пробуждаемся от фантазий своего изолированного эго. Мы вдруг замечаем таинственную ширму восприятия, по которой бегут переливы света и тени, рождающие образы, знаки и смыслы. И постепенно нам начинает раскрываться тайна существования «Большого Мира» вокруг нас – мы вдруг замечаем странную нить, что связывает нашу судьбу с судьбой этого Мира. Мы вдруг замечаем то, что Дон Хуан называл связующим звеном с Духом.

Фродо узнает, что кольцо, которое он так легкомысленно поднял, это и есть то самое магическое Кольцо Всевластия, самое могущественное кольцо в мире, которое создал в огне Роковой Горы темный властелин Саурон, и отныне судьба Фродо, судьба кольца и судьба мира тесно переплетены.

Юный Люк Скайуокер встречается Оби Вана Кеноби, и тот раскрывает ему тайну жизни и смерти его отца. До сих пор Люк верил в то, что рассказал ему об отце его дядя-фермер. Люк жил в мифе, который создал для него дядя. В этом мифе его отец был мирным человеком, служил навигатором грузового корабля и никогда не был на войне. Оби Ван распахивает перед Люком двери нового мифа. От Оби Вана Люк узнает, что его отец был рыцарем-джедаем, лучшим звездным пилотом в Галактике и отважным воином. Так в одночасье меняется и сам Люк, и все его представления о мире. И в этом новом мире ему уготовано судьбой стать рыцарем-джедаем и сразиться с тем, кто убил его отца – с темным владыкой Дартом Вейдером.

Томас Андерсен, получив приглашение от загадочного Морфеуса, узнает шокирующую правду о Матрице. Так Морфеус посвящает Нео в миф, где тому уготовано стать Избранным – освободителем человечества.

Страна Чудес

Когда Герой пробуждается от своего «антропологического сна» и выходит за границу рассудка, он в буквальном смысле попадает в Страну Чудес.

Вызов из Реальности пробуждает нас от сна повседневности. Мы следуем за своим кроликом, и постепенно Страна Чудес начинает раскрываться перед нами – сквозь туман привычности мы начинаем вдруг различать расплывчатые контуры потусторонних фигур, чье движение и является основой знакомого нам мира. Мы начинаем улавливать странные взаимосвязи, совпадения, то, что Юнг называл «синхроничностью». Сквозь обыденные смыслы начинает проступать мир реального движения первообразов энергии на ширме восприятия в «Театре теней». Собственно говоря, образы на ширме – это первичные манифестации энергий Океана бессознательного, Ид. На тонких уровнях восприятия эти манифестации обретают облик могущественных существ – Богов, мифологических персонажей и сказочных существ – и степень их могущественности отражает тот потенциал энергии, который они воплощают. Юнг называл эти манифестации архетипами.

Герой/Героиня пробуждается ото сна повседневности и движется в глубины своего подсознания, в Страну Чудес, где встречает различных существ, олицетворяющих определенные энергии. Знакомясь и объединяясь с ними, Герой/Героиня объединяется с потенциалом своих скрытых сил и способностей. Конечной целью и апофеозом всех этих внутренних странствий становится встреча Героя с Тенью – со всей совокупностью той энергии, которая однажды была отринута, с теми частями целостности, которым однажды было отказано в праве на существование.

Так же как и любая другая энергия, Тень манифестирует себя в виде каких-либо архетипов. Как отмечает Кэмпбелл: «Все эти архетипы персонифицируются в мифах и снах... В мифах тень обычно является в виде чудовища или дракона, которого надо победить. Это создание мрака, поднимающееся из бездны и угрожающее тому, кто дерзнет обратиться к своему бессознательному. Оно настолько ужасно, что вы теряете всякое желание продолжать спуск во тьму» (25).

Кто-то не выдерживает, останавливается и поворачивает назад, не в силах справиться со своими страхами. Напуганный и сбитый с толку, он возвращается назад в лоно прежних зависимостей, в скорлупу несамостоятельности и инфантильности. В русских сказках есть прекрасный образ, описывающий эту внутреннюю развилку. Помните тот самый камень на перепутье: «Налево пойдешь – себя сохранишь, прямо пойдешь – себя потеряешь...»? Добрый молодец, который выбирает пойти налево, как правило, попадает в терем, где красная девица кормит-поит его, а затем укладывает спать – и как только молодец засыпает, кровать переворачивается и герой попадает в темное подземелье. Да, он сохранил себя, но цена, которую он за это заплатил, – его собственная свобода.

Тем же, кто, несмотря на грозное предупреждение, продолжает свой путь, предстоит пройти через серьезные внутренние испытания, вступить в битву с Тенью и либо погибнуть, либо победить... Но в любом случае полностью преобразиться.

Герой/Героиня: общество и кризис

Рано или поздно конфликт Маски и Тени, существующий на уровне рассудка, заходит в фазу затяжного кризиса. Самость, отождествленная с рассудочными масками, не может эффективно противостоять нарастающим теневым тенденциям, и у нее не остается иного выхода, как начать процесс перехода на новый уровень осознания. Только в этом случае конфликт Маски и Тени, интерпретируемый на уровне рассудка как деструктивный процесс, может получить новое, более адекватное объяснение.

Из деструктивного процесса конфликт превращается в процесс трансформации. Новая интерпретация становится возможной, потому что самость начинает формировать новый фокус отождествления на новом уровне и уже с этого уровня интерпретировать существующий раскол. Собственно говоря, именно при взгляде с нового уровня восприятия этот раскол и становится очевиден: именно отсюда видны истинные причины кризиса и способы его преодоления.

Новая самость – Герой или Героиня – активизирует структуры восприятия и осознания, присущие своему уровню. Начинается процесс дифференциации и трансценденции прежних *Я* – как рассудочных, так и теневых. Вызовом для Героя/Героини становится необходимость разотождествления как со своей Маской, так и со своей Тенью.

Сложность и драматичность этого процесса в наше время обусловлена тем, что центр тяжести общественного сознания пока все еще находится на уровне рассудка, вот почему массовое общество, воплощая собой ригидную, рассудочную часть сознания, все еще относится с нескрываемой подозрительностью к любым героическим тенденциям, воспринимая кризис трансформации, в который входят люди по достижении определенного возраста, как «ненормальность», «психическое отклонение», «болезнь рассудка», «патологию». Если для всех предыдущих стадий развития, уже успешно пройденных обществом, существуют специальные институты, помогающие более-менее справиться с кризисами нижележащих уровней – кризисами перехода от уровня Тифона к уровню Нарцисса/Нимфы и от уровня Нарцисса/Нимфы к уровню Хоббита, то для кризиса перехода от уровня Хоббита к уровню Героя/Героини таких институтов поддержки нет. Человек остается со своей проблемой один на один, и его путь превосходения самого себя, его битва со своими Маской и Тенью зачастую становится также вызовом всему обществу и битвой с ригидностью рассудочного сознания окружающих его людей.

Между тем на помощь в преодолении именно этого кризиса перехода ориентированы начальные уровни практик во многих духовных традициях и школах, а также современные программы психологической поддержки, развивающиеся в русле неортодоксальной психологии – гуманистической, трансперсональной, интегральной. В то же время и в самом обществе продолжают

усиливаться трансформационные тенденции. Время ставит жесткий ультиматум – либо рассудочная часть общественного самосознания продолжит сопротивляться тенденциям трансформации и усугублять существующий кризис (экологический, политический, технологический, культурный, научный, энергетический, духовный), что неминуемо приведет к катастрофе, либо в нем возобладают импульсы, идущие с более высоких и интегральных уровней сознания, и маячащий на горизонте призрак надвигающейся глобальной катастрофы превратится в признак настоящего глобального преобразования сознания.

В конце концов, это всего лишь вопрос интерпретации, от которой, как оказывается, зависит все – и видение сути происходящего, и понимание причин, и адекватный выбор способов решения проблем.

Большим плюсом в этом смысле можно считать появление в массовой культуре фильмов и книг, раскрывающих драму героического перехода и призывающих проснуться Героя или Героиню, спящих внутри каждого из нас. Каждый из этих фильмов и книг становится еще одним вестником Великого Перехода, еще одним вызовом, ведущим нас на ту сторону известного мира.

Разотождествление с Маской

И вот мы вплотную приближаемся к центральной теме этой книги – кризису героического перехода, который начинается вызовом и заканчивается битвой Героя с Тенью.

Первый вызов, который встает перед человеком, вставшим на путь превосходения уровня рассудочного мышления, – это задача разотождествления со всеми своими социальными масками. Одно из наиболее развернутых практических описаний Пути Героя/Героини мы находим в книгах Карлоса Кастанеды, где устами Дона Хуана излагается концепция пути воина и дается подробный практический комментарий этой трансформационной дисциплины.

Фундаментальным ядром и базовой реализацией пути Героя-воина является достижение полного контроля над внутренним диалогом. Так называемая *остановка внутреннего диалога* и наступающая вслед за этим *остановка мира* есть полное прекращение потока привычных рассудочных интерпретаций, что, по сути, и означает переход самости человека на новый уровень восприятия и осознания. Практическими методами для достижения этой базовой реализации служат практика *сталкинга* (или *выслеживания*) *самого себя*, практика *вспоминания* (или *перепросмотра*), практика *неделания* и практика *стирания личной истории*.

Надо сказать, что практически каждая подлинная традиция знания имеет свой собственный арсенал практик для преодоления кризиса героического перехода, эти практики во многом схожи между собой, различаясь лишь названиями и конкретными культурными формами, которые принимали в том или ином месте общие принципы и подходы превосходения вербального ума. Путь воина, представленный в книгах Кастанеды, видится мне лишь одним из наиболее типичных в этом смысле, вот почему при описании практик героического перехода я буду следовать общей концепции Дона Хуана/Кастанеды, давая, где это необходимо, перекрестные ссылки на другие известные мне традиции.

Итак, мы находимся на том участке Пути, когда самость воспринимает вызов, идущий с более высокого уровня осознания, и делает первый шаг к пределам своего мира. Особенность этого этапа заключается в том, что сам по себе человек не способен выйти за границы известного. Он будет ходить кругами, отступая и вновь возвращаясь, пока не исчерпает весь свой шанс, но никогда так и не решится переступить черту – слишком сильна инерция прежних *Я*, глубоко укорененных на уровне рассудка. Вот почему на помощь ему всегда приходит проводник на новый уровень развития осознания.

Задача проводника – раскрыть перед Героем/Героиней тайну предназначения человека (развивать свое осознание, двигаясь вверх, к новым уровням целостности – души и духа), открыть Путь и помочь сделать на нем первые шаги до тех пор, пока инерция рассудочного мышления не будет преодолена. Проводник делает это, последовательно развенчивая рассудочные мифы, вскрывая искажения, умолчания и противоречия, заложенные в них. Однако Герой/Героиня пока не способны воспринять всю Тайну Целостности, и проводник хорошо понимает это, вот почему он заменяет узкий рассудочный миф мифом с более широким контекстом – героическим мифом.

Миф Героя – тоже миф, но, в отличие от рассудочного мифа, он принадлежит новому уровню целостности, и поэтому в нем заложен мощный потенциал преобразования.

Для Люка Скайуокера, героя «Звездных войн», таким проводником становится старый мастер-джедай Оби Ван Кеноби. Следуя за своим вызовом, роботом Си-3-Пи-О, Люк на свой страх и риск покидает орбиту привычной жизни и в пустынных горах встречает Оби Вана. В своей пещере Оби Ван раскрывает Люку тайну его рождения. Миф, который создал для Люка его дядя, рассыпается на глазах. Люк узнает, что его отец был не пилотом грузового корабля, а отважным рыцарем-джедаем. Оби Ван вручает Люку световой меч джедая, принадлежавший его отцу, и посвящает его в героический миф. Согласно этому мифу отец Люка погиб от руки Дарта Вейдера, темного владыки ситхов.

Люк: «А как погиб мой отец?»

Оби Ван: «Один молодой джедай по имени Дарт Вейдер, который был вначале моим учеником, помогал империи находить и уничтожать джедаев. Он обманул и убил твоего отца... Вейдер был соблазнен темной стороной силы».

Так Люк узнает только часть правды. Узнать остальную часть – что Дарт Вейдер и есть его отец – он сможет, только если пройдет испытания, уготованные Герою, и вплотную приблизится к переходу на следующий уровень.

А пока Оби Ван выполняет следующую часть своей задачи – он призывает Люка познать тайну Силы и отправиться с ним на планету Олдеран.

Когда Герой слышит призыв проводника, он встает перед необходимостью решительного шага. Необходимо перейти от слов к действиям. Необходимо отойти от довлеющей власти рассудочного авторитета и принять самостоятельное решение. А это означает принять ответственность за свою судьбу. Ответственность

– вот то слово, которого как огня боится рассудочная самость. Ведь принять ответственность означает набраться смелости и бросить вызов существующим на уровне рассудка авторитетам – Маске Родителя, Отца или Матери, Маске Судьи, Маске всевластного Царя, Большого Папы, Архитектора Матрицы, разрешающего, запрещающего и наказующего.

И здесь человек сталкивается с первым реальным препятствием и делает первое реальное открытие. Оказывается, гораздо легче просто спокойно существовать, во всем повинаясь указаниям рассудочного авторитета и не думая об ответственности и последствиях, а на досуге просто мечтать и фантазировать о подвигах и путешествиях, о духовном развитии и самопревосхождении, чем отправиться в путешествие по-настоящему, потому что в реальном путешествии необходимо отвечать за каждый свой шаг, за каждый свой жест, за каждое сказанное слово. Здесь уже не на кого переложить ответственность за происходящее, некого винить и не на кого жаловаться.

Каждый твой шаг – это твой выбор. И мир, в котором ты живешь, – это результат твоего выбора.

Да, Царь-тиран, Большой Папа, Большая Мама, под пятой которых ты живешь на уровне рассудка, угнетают тебя, ограничивают тебя, подавляют тебя, но они же и заботятся о тебе, защищают тебя и оберегают тебя от бремени ответственности.

Иногда сделать решительный шаг, принять на себя ответственность за свою жизнь оказывается слишком тяжелой ношей – и человек отступает, отказывается от самостоятельного шага. Именно так поступает и Люк. Он отговаривается тем, что у него много работы здесь, на Татуине, что он не может лететь так далеко. «*Это слова твоего дяди*», – прерывает его Оби Ван. Что он хочет сказать этим? Он хочет сказать, что голос, который страшится ответственности, – это голос рассудочной Маски, но никак не Героя.

Как часто вы слышите внутри себя голос Родителя или Судьи – голос авторитета, которому вы привыкли подчиняться? Вы слышите этот внутренний голос, и он заранее осуждает ваши возможные самостоятельные решения. Вы представляете, как вы расскажете об этом и как получите унижительную порцию насмешек, презрения и обвинений в своей несостоятельности. «*Мой дядя... Как я объясню это ему!*» – восклицает Люк. И это тот миг поражения, которым заканчивались многие героические судьбы, так и не начавшись толком.

Все дело в том, что наш внутренний Родитель, Судья, Авторитет твердо стоит на страже границ рассудочного мира, мира масок, и он никогда не согласится просто так отпустить вас. Ибо он Страж Врат – такова его роль. Единственный способ пройти через Врата – бросить ему вызов и идти вперед, навстречу неизвестности и страху несмотря ни на что.

И ваш проводник ничем не сможет вам здесь помочь. Он не может принять решение за вас. Он не может за вас одолеть вашего внутреннего Стража, потому что, даже если он попытается сделать это за вас – он сам быстро встанет ему на замену. Из проводника Силы он в мгновение ока превратится в Стража Врат – вы

просто окажетесь поработанными его собственным мифом. И тогда вам придется ждать нового вызова Силы, ждать прихода нового проводника и осмелиться бросить вызов тому, кто когда-то был для вас вестником свободы, а ныне превратился в вашего надзирателя.

Все это хорошо понимает Оби Ван. *«Познай тайну Силы, Люк!»* – вот и все, что он говорит. Когда проводник открывает перед человеком Путь, а человек отказывается вступить на него, все, что может сделать проводник, – отойти в сторонку и терпеливо ждать, когда Сила придет и сама наставит Героя на Путь.

Отказ от путешествия и Сверхъестественная помощь

«Отказ от путешествия» – следующий эпизод в разворачивающейся драме героического перехода. Он наступает, как только проходит первоначальное очарование переменами, которые приносит с собой вызов, и мы вдруг обнаруживаем себя втянутыми в «сомнительную историю». Ситуация требует от нас бесповоротного решения, кардинальной перемены планов и шага туда, откуда, как мы знаем, пути назад нет. И мы чувствуем страх. Мы обнаруживаем, что не готовы к столь решительному поступку. Инерция привычек тянет нас назад – в уют знакомых забот и мыслей, в устоявшийся покой привычного мифа. Наша «одомашненность» пересиливает тенденции, зовущие нас на более высокий уровень Реальности, и мы игнорируем вызов. Мы отступаем назад, возвращаемся на привычную орбиту.

Так Фродо, узнав, что накликнул на себя беду, в страхе протягивает кольцо волшебнику Гендальфу, чтобы тот забрал его; Люк, в ответ на призыв мастера-джедая Оби Вана Кеноби оставить родной дом и следовать голосу крови – своему предназначению быть джедаем, – отказывается, связанный обещаниями и кругом привычных дел; Нео останавливается перед опасным препятствием на карнизе небоскреба, не в силах поверить в новую правду.

Согласно Джозефу Кэмпбеллу, игнорирование вызова, отказ от путешествия – естественная стадия в логике развития драматичной мистерии перехода с одного уровня развития на другой.

Вы можете и не заметить этот этап – он проскользнет в вашем сознании тенью минутного сомнения или заминкой нерешительности. Но может оказаться и так, что отказ от путешествия растянется для вас на годы и десятилетия как будто бы «безоблачного» существования, озаренного простым, ясным и понятным светом привычных смыслов и как будто бы лишеного «всех этих пугающих странностей и непонятностей».

Почему «как будто бы»?

Да потому что время уже пошло – и его нельзя повернуть вспять.

Все мы уже рождены, и сам факт нашего рождения – и есть наш самый главный вызов.

Логика развития жизни неумолима – и вторая стадия неизбежно перетечет в третью, третья в четвертую, а четвертая закончится смертью. Ваше главное

испытание – спящий дракон – непременно пробудится и прилетит к вам в поисках своего предначертанного судьбой противника. Он придет – это исчадие тьмы – и разрушит, одну за другой, все ваши стены, которыми вы так тщательно, год за годом, отгораживали себя от Реальности. Где бы вы ни прятались, он найдет вас – в самом центре вашего лабиринта, в самом дальнем углу вашей крепости. Он найдет вас, ведь он – этот демон глубин, это древнее чудище – ваша собственная неотступная Тень, ваше *другое Я*.

Как бы там ни было, но ваше первоначальное любопытство не прошло для вас даром. Последовав вызову, вы откликнулись, вы «кликнули», и Реальность услышала ваш ответ.

Наступает новый эпизод в драме перехода. Дон Хуан называет его вторым посланием Абстрактного, во время которого «Дух стучится в дверь». Джозеф Кэмпбелл обозначает этот эпизод как «Сверхъестественную помощь».

«Сверхъестественная помощь» – это те самые «калики перехожие» из знакомой нам с детства былины про Илью Муромца, который тридцать лет и три года лежал без движения на печи, разбитый неизлечимой немощью – «ножной болезнью». Калики пришли из ниоткуда, дали Илье испить водицы – и вдруг хворь, которая была вызвана не чем иным, как его отказом от путешествия, отпустила его, силы вернулись к нему, и он встал на свой путь подвига.

В роли таких «калик перехожих», «руки помощи» могут проявиться для нас люди – друзья, учителя, которые идут вместе с нами или встали на Путь раньше нас и уже прошли какую-то его часть. Для Фродо Бэггинса – это помощь и поддержка друзей по Братству Кольца, в трудные минуты укрепляющих его решимость идти до конца. Для Нео – это усилия команды Морфеуса, помогающей ему ускользнуть от последствий своего собственного отказа и выйти из-под наблюдения агентов Матрицы, и, конечно, это знаменитая «красная пилюля», действие которой окончательно пробуждает Нео ото сна Матрицы, и он видит Реальный Мир.

Такой «рукой помощи» может быть для нас поддержка со стороны невидимых сил – «ангелов-хранителей», «духов-помощников», «духов-предков», «внутренних учителей», «внутренних целителей» – тех частей нашей целостности, которые стремятся к интеграции, стремятся быть услышанными, достучаться до нашего повседневного сознания и проявляются то в виде интуитивной подсказки, то в виде удачи, давая нам шанс ухватиться за благоприятное стечение обстоятельств и вызволить себя из трясины отказа от путешествия и порождаемых им немощей и проблем.

Иногда такая помощь может принимать по-настоящему сверхъестественные формы, проявляясь как *deus ex machine*, одним махом решая все наши неразрешимые проблемы и открывая путь вперед. Правда, порой такое Божественное вмешательство может принимать весьма драматичные формы, как это случилось, например, с Люком Скайуокером, который в одну ночь лишился и дома, и своих приемных родителей – круг его привычной жизни был разорван, и больше ничто не удерживало его от начала путешествия.

«Рука помощи», «Стук Духа», «Сверхъестественное вмешательство» – в чем бы это ни проявилось, оно ставит вас перед чертой, где вы должны принять окончательное решение и сделать свой первый шаг в неизвестность, ибо таков следующий эпизод начала Пути – эпизод «Преодоления первого порога». Преодолевая этот порог, отделяющий знакомый мир от мира загадочного, вы с каждым шагом все дальше и дальше уходите от своего окружения, от общепринятой реальности, от орбиты привычного мифа. Новый уровень восприятия раскрывается перед вами – горизонт расширяется, и вы видите свое новое Я и новый мир, вы видите вглубь и вширь, по-новому осознавая смысл и цель происходящих событий и масштаб своего участия в них.

Вы знаете, что еще можете вернуться назад, но вы знаете также, что открывающаяся перед вами дорога – этот Путь жизни и смерти, – сулит путешествие к Реальности более всеобъемлющей, более живой, чем тот обыденный мир, заключенный в узкие рамки прежнего мифа, который вы покидаете. И вы делаете шаг, потом еще один, потом еще – пока не оказываетесь слишком далеко, чтобы возвращаться назад. Ведь *«стоит ступить на дорогу, и, если дашь волю ногам – неизвестно, куда тебя занесет...»*

Вы переходите границу, символизирующую невозможность повернуть вспять. Так вы проходите через заключительный эпизод первой фазы героического кризиса, где осознаете невозможность возврата к прежней жизни, и вам остается только двигаться вперед – навстречу испытаниям, навстречу опасностям и битвам с чудовищами, подстерегающими вас в глубине Бессознательного, навстречу приключениям и объединению со своей глубиной, навстречу Тайне самих себя и окружающей Реальности.

Именно в этой поворотной точке вы выбираете свою красную пилюлю и с головой окунаетесь в мир неординарных состояний и невероятных открытий. Именно в этой точке вы впервые берете в руки свой световой меч и оказываетесь в гуще фантастических событий галактического масштаба. Именно в этой точке вы впервые надеваете кольцо Всевластия и Глаз видит вас, и вам не скрыться от этого всевидящего Ока – ужасные назгулы уже развернули своих коней и мчатся во весь опор сквозь ночь и тьму, чтобы скорей настичь вас, и единственный способ прекратить все это – пройти свой Путь до конца, к чему бы он вас ни привел.

Уловка Духа

«Уловка Духа, очищение связующего звена с намерением, *сталкинг самого себя*» – так называет Дон Хуан третье послание Абстрактного. Суть его сводится к следующему: Сила приходит и наставляет человека на Путь.

После того как Герой принял вызов, проводник открыл Путь и за этим последовал отказ от путешествия, наступает пауза, во время которой человеку кажется, что ничего не происходит – все осталось на своих местах, ничего не изменилось и можно просто вернуться к прежней жизни, забыв о неудавшемся начале Пути как о странном недоразумении, которое, впрочем, ни к чему не обязывает. Но это внешнее спокойствие – лишь поверхность, под которой уже зреют семена глубоких изменений.

Нам часто кажется, что есть поступки, которые не влекут за собой никаких последствий. Это точка зрения Маски, которая лишена переживания глубины. Человек-персона, человек-Хоббит живет на поверхности мира, и этой поверхностью ограничено его восприятие. Такие люди – люди без прошлого и без будущего – живут, воспринимая удачу как случайное везение, а удары судьбы как жестокую несправедливость. Они не понимают причин происходящих с ними событий, полагая, что миром правит слепой случай. Они вполне могут утверждать, что дальше их носа ничего не существует, просто потому, что они не видят ничего дальше своего носа.

Но если вы не видите будущего, это еще не значит, что его нет. Если вы плохо чувствуете свое движение во времени, это еще не значит, что время не имеет к вам никакого отношения.

Люди рассудка, люди-хоббиты живут в плоском мире, где нет ни глубины, ни вершины, но видение вертикальной перспективы бытия и сознания открывает нам другую картину: все взаимосвязано, одно влечет за собой другое, за причиной идет следствие. Ваше будущее настолько же определено, насколько определено ваше прошлое. Движение во времени – это движение от причин к следствиям. Если вы, уходя из дому утром, забыли снять сковородку с включенной плиты, то пожар вечером будет вполне определенным следствием вашего утреннего поступка. Если сегодня вы живете в свое удовольствие, широко шагая по головам других людей, то, вполне возможно, уже завтра по вашей голове проедется чье-то колесо. Если вы упорствуете в негативном восприятии мира, выбирая видеть вокруг себя только грязь и уродство, посреди которого вы возвышаетесь в своем гордом и одиноком благородстве, то уже завтра вы, вероятно, упадете лицом туда, куда сегодня лишь брезгливо тычете носком туфли. Каждый наш поступок, совершаемый или не совершаемый в настоящем, намечает контуры нашего отдаленного будущего. И в нашем настоящем мы встречаемся с последствиями своих прошлых деяний. Что посеешь, то и пожнешь. Если в юности вы сеете ветер, то к старости пожнете бурю.

Каждый наш шаг влечет за собой цепь взаимосвязанных изменений, и постепенно эти изменения полностью преображают наш мир.

Внутренняя логика развития событий, столь очевидная на поствербальных и пострациональных уровнях восприятия и осознания, не видна на уровне рассудка, ограниченного горизонтом своих представлений. Вот почему, когда эти изменения все же происходят, они кажутся человеку-персоне сверхъестественными: все и вправду выглядит так, словно некая потусторонняя Сила вмешалась в размеренный ход привычной жизни и перевернула все вверх дном.

Но эта Сила не приходит откуда-то извне – она приходит изнутри нас самих, из нашей собственной глубины. Время пришло, пробил час трансформации, и Сила сигнализирует нам об этом. Она пробивается на поверхность рассудка в виде странных совпадений, в виде удачи или везения, в виде счастливых стечений обстоятельств, в виде ярких снов, в виде моментов необычного восприятия, в виде случайных наитий или озарений, наконец, в виде странных телесных симптомов,

но, если и это не заставляет человека прислушаться к знакам Силы, тогда она приходит в виде депрессии, в виде сыплющихся со всех сторон проблем, в виде болезни или несчастного случая.

Нашими жизнями действительно правит Сила – и это Сила Великой Целостности, Сила взаимосвязанности всего и вся. Когда человек встречает вызов и следует за ним, а потом проводник открывает перед ним дверь в Неизведанное – через эту дверь Сила Великой Целостности входит в контакт с человеком. И даже если после этого рассудочное сознание в испуге захлопывает дверь, подпирает засовом и вешает увесистый замок – уже ничего нельзя изменить. Как говорил Ницше, когда человек начинает заглядывать в Бездну, Бездна начинает заглядывать в человека. Так вот, после взгляда в Бездну человек может закрыть глаза и сделать вид, что ничего особенного не произошло. Но факт в том, что это не так: Бездна уже заглянула в человека – и теперь человеку некуда от нее скрыться. Око видит вас, и призраки Бездны уже мчатся сквозь ночь...

«Уловка Духа» – это серия непредвиденных событий, которые нарушают привычное течение повседневной жизни и буквально выталкивают человека из раковины привычных масок. Восходящий поток Силы неумолимо увлекает человека на новый уровень осознания, раскрывая ему суть своего послания и заставляя продолжить путешествие.

Примерно в это время вы встречаете своего Учителя, основная задача которого – помочь вам развернуть и укрепить структуры восприятия нового уровня. Он делает это, просто проецируя уже имеющиеся у него поствербальные структуры на ваши. В этом и состоит суть *прямой передачи* от Учителя к ученику, практикуемой в линиях прямой передачи знания.

В процессе непосредственного общения с Учителем уже имеющиеся у него структуры более высоких уровней восприятия и осознания проецируются на вертикаль вашего сознания, облегчая вашей самости путь наверх.

Вот почему в присутствии своего Учителя многие люди испытывают неожиданный прилив сил и спонтанные моменты очень ясного осознания.

Но эти вспышки, как правило, весьма кратковременны – состояние повышенного осознания может сохраняться еще некоторое время после встречи с Учителем, но, не имея глубокой укорененности в вашем собственном сознании, структуры этого более высокого порядка постепенно деградируют, энергия вашей самости, застрявшая на уровне рассудка и нижележащих уровнях, тянет вас назад – и вы падаете в болото своих привязанностей и привычек, с трудом вспоминая или даже вообще забывая о тех «облаках великолепия», на которых вы парили в присутствии своего Учителя.

В этой связи Уилбер различает *состояния* сознания и *уровни* сознания. Разница между ними проста: если уровень (волна или виток) представляет собой устойчивую структуру восприятия и осознания, которая не исчезает и не проходит с течением времени, то состояние – это временная форма восприятия и осознания, которая приходит и уходит. Примером устойчивого уровня может служить язык – однажды овладевая им, мы уже не можем его потерять (не происходит так, что

сегодня я могу говорить, а завтра – нет). Примеры временных состояний – радость, экстаз, усталость, опьянение, сновидение, транс, состояние повышенного осознания, восторг, восхищение, медитативные состояния и т. п. Уилбер также говорит, что всякий раз, прежде чем стать устойчивой реализацией, каждый новый уровень осознания приходит в виде серии временных состояний. Вот почему с самого начала героического кризиса мы можем входить, с помощью Учителя или изменяющих сознание практик, в различные высшие состояния сознания, переживать то, что называется *пиковым опытом*. Некоторым начинает казаться, что это и есть реализация, что они уже достигли ясности, трезвости, просветленности, но, на самом деле, это не так – пока это всего лишь состояния. А чтобы эти состояния стали реализованным уровнем, необходимо произвести полную дифференциацию точки сборки от структур наличного уровня.

На этом этапе Герой/Героиня с неизбежностью приходит к необходимости начать тотальный пересмотр всех своих представлений о себе и о мире. Все глубинные убеждения рассудка, прочно укорененные в подсознании, должны быть извлечены на свет, полностью осознаны и переоценены. В этом Герою или Героине помогает практика самонаблюдения, практика отслеживания или *сталкинга самого себя*.

В сфере сознания в это время происходит длительный процесс разотождествления самости со структурами рассудка, их дифференциация и трансценденция. Фокус отождествления постепенно переносится на новый уровень развития осознания, разворачиваются и укрепляются все структуры восприятия, присущие данному уровню. Формируется новая точка отсчета, и в сознании человека выстраивается новая непрерывность его самотождественности. Только теперь уже это самотождественность не Маски, а Героя/Героини, или *воина*, в терминологии Дона Хуана/Кастанеды.

Базовая самоидентификация данного уровня может быть названа также Сталкером, Игроком или Актером в противоположность предыдущей Маске или Роли. Тем самым подчеркивается, что на этом уровне уже не маски управляют человеком, а человек начинает управлять своими масками. Теперь человек уже не марионетка своих подсознательных установок и ролей, а Актер, неуловимо перетекающий из роли в роль, гибко изменяющий свои модели поведения в зависимости от обстоятельств, великолепный Игрок, имеющий высокую цель и глубокую стратегию.

Но так можно сказать только о человеке, который до конца прошел путь Героя-воина и произвел финальную интеграцию уровней восприятия, что означает, что он не только разотождествился со своей Маской, но и победил свою Тень.

Битва нового и старого Я

Итак, мы переходим с уровня на уровень, от более узкого мифа к более широкому, все плотнее и плотнее приближаясь к Тайне Подлинной Необусловленной Реальности внутри и вовне нас.

Переход с уровня на уровень – это всегда ключевая точка в нашем путешествии, это момент, когда мы проходим через фундаментальный кризис в восприятии самих себя и мира.

Прежнее Я, прежний образ себя, становится недействительным и отмирает. Вместе с ним отмирает и свойственный этому Я прежний взгляд на мир. Все меняется – меняются наши мысли, чувства, испытываемые эмоции, привычки, система взаимоотношений с миром, понимание смыслов происходящего, видение окончательной цели.

Но переход в новый миф, к новому видению себя и мира не дается легко – этот переход всегда кризис, всегда битва, которая разворачивается в результате одновременного действия в сознании двух или нескольких противоположных тенденций.

Кризис перехода – это момент неустойчивости, отсутствия равновесия, отсутствия точки отсчета, и здесь в борьбу за сознание могут вступить сразу несколько субличностей и их мифов. Если раньше, когда вы находились во власти только одного взгляда на мир, все было просто и понятно для вас – черное было черным, а белое было белым, мир был одним и тем же, – то в момент перехода вы обнаруживаете, что существует много разных точек зрения, много мифов, и мир, знакомый вам, не мир вовсе, а лишь образ мира, существующий до тех пор, пока вы верите в свой миф. Вы обнаруживаете также, что ни один миф не является окончательной истиной.

Но даже это не так пугает, как еще одно открытие, которое вы делаете почти одновременно с первым. Оказывается, что вы сами – тот человек, то Я, которое вы до сих пор знали как самого себя и считали полностью реальным, – оказывается это тоже не более чем существующий в пределах данного мифа образ себя, который исчезает, лишь только вы выходите за пределы данного мифа. И вот здесь вы оказываетесь на краю Бездны, имя которой Тотальная Неопределенность. И даже мимолетный взгляд в эту Бездну оборачивается кошмаром, который хочется поскорее забыть.

Вы испытываете вполне естественное стремление снова сделать мир однозначным и простым, что означает для вас возвратиться в лоно прежнего мифа (ведь память подсказывает вам, что только там вы испытывали ничем не замутненную однозначную простоту восприятия, когда все было «само собой разумеющимся»). Однако такой возврат по многим причинам уже невозможен. Невозможен он главным образом потому, что вы уже не сможете вернуть себе той невинности восприятия, что у вас была. У вас уже никогда не наберется достаточно веры, чтобы так же безоговорочно принимать свой прежний миф за реальность, как вы делали это раньше. Страшное открытие уже сделано – и все, что вы отныне будете делать, это отчаянно пытаться закрыть на это глаза.

«Отказ от путешествия» – это тенденция естественной психологической реакции – защиты от неопределенности, в которую ввергает человека выход за пределы наличного уровня восприятия. За любым революционным преобразованием (а кризис перехода и есть такая «революция сознания») следует период временного отката назад, возврата к прежним порядкам. Инерция ваших

прежних Я тянет телегу вашей самости назад, подобно раку и щуке из басни Крылова.

«Сверхъестественная помощь», в свою очередь, означает тенденции, идущие с более высоких уровней Реальности, – это ваше новое Я, «лебедь», пытающийся противостоять «раку» и «щуке» старых привычек. «Лебедь» нового Я имеет все шансы на победу, в первую очередь потому, что новый образ себя принадлежит более широкому, а значит, более адекватному описанию Реальности. Однако победа в битве с «раком» и «щукой» дается «лебедю» непросто. Почему? Да потому что и «рак», и «щука» тоже были когда-то «лебедем» – когда-то ваши старые Я были новыми, когда-то они сами пришли на смену Я еще более низких уровней. Когда-то «рак» и «щука» были фаворитами, и в вашей памяти еще живо это время.

Вот почему кризис перехода превращается в битву – нам приходится бороться с привычками собственного мышления, с инерцией памяти. А весь драматизм этой битвы заключается в том, что место, где она происходит, – край Бездны, имя которой Тотальная Неопределенность. И очень часто в этой неопределенности нам бывает очень трудно понять, где же все-таки верх, а где низ и кто в этой битве «лебедь», а кто «рак».

Вы переходите из одного состояния в другое, вас швыряет то вверх, то вниз, вы чувствуете то запредельную эйфорию, то запредельную тоску – ваша система входит в состояние неопределенности и кризиса, и помочь здесь может только настойчивость и неуклонное движение к цели – к новому уровню, к новой самоидентификации.

Маска героя: фантазия о пути

Разотождествление с Маской никогда не проходит легко. Как правило, этот этап растягивается на несколько лет мучительных колебаний, роковых прозрений, ошибок, надежд и горьких разочарований. Рассудок не сдает свои позиции без длительной борьбы, во время которой он проявляет себя как очень хитрый и коварный противник. Нет возможности описать все те уловки, к которым прибегает рассудок в отчаянных попытках защитить свое царство. Но пожалуй, некоторые из них, самые типичные, стоит рассмотреть.

После того как первая битва выиграна и Герой/Героиня все же вырывается на свободу, открывая для себя новый мир – более свободный и полноценный, рассудок терпеливо выжидает момент и копит силы, прежде чем нанесет свой следующий удар.

Этот момент настает, стоит Герою/Героине чуть-чуть расслабиться и потерять бдительность. Как только это происходит, структуры рассудка, в которых еще остается часть неразотождествленной энергии самости, начинают подрывать и подминать под себя неокрепшие структуры более высокого порядка. Что делает рассудок? Он просто вербализует события и впечатления с поствербальных уровней развития, превращая их в застывшие концепции и схемы – то есть просто низводит, деконструирует структуры более высокого порядка.

Так рассудок создает новую маску – Маску героя.

Следует сказать, что вербализация сама по себе не ведет к созданию Маски героя. Есть существенная разница между рассудочной интерпретацией и интегральной интерпретацией целостного ума-тела.

Отличие Маски героя от собственно Героя в том, что Маска героя представляет собой такой же фантом из слов, как и любая другая Маска. И так же как любая другая Маска, она отбрасывает свою Тень. Маска героя – это еще один внутренний диалог рассудка, его новая игра. Рассудок рисует еще одну схему, еще один набор поведенческих стереотипов, создает еще одну роль в своем кукольном театре – и теперь это роль героя.

Когда Маска героя готова, кукловод-рассудок начинает безудержно фантазировать на тему героического сюжета. Используя в качестве пищи для фантазий низведенные до своего уровня куски вышележащих структур и впечатлений, рассудок конструирует свой миф о «великом путешествии», а точнее, пародию на него.

Мне встречались три типа людей, носящих Маску героя, хотя их может быть и больше.

Первый тип – это *Маска героя-болтуна*. Такой «герой» очень любит поговорить о «пути» и о своих достижениях на нем. Главная его задача – любой ценой завладеть вниманием слушателей и как можно дольше удерживать его на себе, а точнее, на своем внутреннем разговоре, который он начинает активно транслировать наружу. Миф Маски героя-болтуна может быть очень силен, ведь в нем действительно циркулирует энергия реальных откровений с более высоких уровней осознания, когда-то захваченная в плен рассудком и превращенная в схемы.

Маска героя-болтуна может часами посвящать вас во все подробности «пути», на ходу досочиняя сюжеты когда-то происходивших с настоящим Героем событий, приплетая к ним кучу выдуманных или где-то вычитанных историй, искусно мешая правду и ложь. Маска героя-болтуна может назидательно поучать вас, вываливая на вас груды советов и наставлений, о которых вы и не думали спрашивать. Маска героя-болтуна не считается с вашим временем и с вашими интересами, и это неудивительно, ведь вы для нее – просто еще одни уши, которые она использует для того, чтобы существовать.

Маска героя-болтуна существует, пока вы хоть чуть-чуть верите в ее рассказы, потому что тем самым вы щедро вливаете драгоценные капли своей энергии в ее фантомные структуры. Однако если вы сохраняете критичность восприятия, то вы рано или поздно обнаружите «белые нитки», которыми шиты рассуждения Маски – те внутренние противоречия и скрытые ограничения, которые содержит в себе ее миф. Главное же противоречие Маски героя-болтуна – несоответствие между словом и делом, между тем, как живет человек и что говорит, между мифом и Реальностью.

Одна из отличительных особенностей Маски героя-болтуна – мифологизация или мистификация своих терминов, концепций, моделей и схем.

Другая разновидность Маски героя – *Маска мистера X*. Эта Маска добывает энергию для своего существования другим способом. Вместо того чтобы рассказывать вам о себе, она создает вокруг себя нарочитый ореол мистики и

тайны, изредка бросая скупые и туманные фразы о тех «великих свершениях» и «невероятных событиях», свидетелем и непосредственным участником которых она якобы была. Часто Маска мистера X любит набивать себе цену, намекая на свое личное знакомство с какими-то известными и авторитетными людьми, на свое участие в каких-то совместных проектах с ними. На прямые вопросы отвечает уклончиво и норовит упрекнуть вас в «ограниченности» и «низком уровне развития».

Третий тип Маски героя – *Маска героя-обличителя*. Эта Маска целиком вовлечена в битву, но только не с собственной Тенью, а с вашей. Излюбленная, почти патологическая страсть этой Маски – обличать недостатки и теневые аспекты в других людях. Вот только вместо Тени других людей она видит проекцию своей собственной. Маска героя-обличителя подменяет реальную битву с собственной Тенью битвой с «ветряной мельницей» – с призраком собственной Тени, которую она видит в вас. Стоит вам начать разговор, как Маска героя-обличителя тут же начинает ловить вас на «скрытой агрессивности», «закрытости», «чувстве собственной важности», «страхе», «чувстве вины», «жалости к себе» и еще Бог весть на чем.

И конечно, всегда существует смешанный тип, в котором все три Маски героя смешаны в разных пропорциях.

Но какой бы ни была Маска героя, так же как и любая другая Маска, она целиком привязана к своему описанию и вне этого описания не существует. В этом ее уязвимое место.

Практически каждый человек, идущий по пути самопревосхождения, рано или поздно рискует залипнуть в Маске героя (или в Маске воина, в Маске гуру, в Маске мага, в Маске просветленного, в Маске сновидящего и т. п.). Причем это может случиться не только с неопытным новичком, но и с человеком, который уже далеко продвинулся в исследовании поствербальных уровней души или уровней сновидения.

Почему так происходит? Дело в том, что сам по себе факт того, что вы перешли на старшие уровни развития осознания, вовсе не является гарантией того, что у вас все в порядке с младшими. Дело тут не в развитости и продвинутости, а в том, как успешно вы интегрировали энергию с нижележащих уровней и не была ли эта энергия диссоциирована. Часто происходит так, что человек переходит на уровни души, начинает сновидеть, но при этом часть его энергии остается заблокированной на уровне тела или ума. Эти изолированные энергетические образования образуют собственные автономные фокусы отождествленности, подпитывая патологические структуры и отчуждаясь от высших уровней. И получается так, что один фокус отождествленности человека находится где-то на сновидческих уровнях, а другой – на уровне рассудка, где продолжает тлеть не до конца осознанный конфликт Маски и Тени.

Конечно, такой человек подобен колоссу на глиняных ногах, и его Здание Целостности очень шатко. Тлеющие на этажах тела и ума не до конца осознанные и интегрированные конфликты становятся для сновидца миной замедленного действия, которая однажды непременно взорвется. Вот только будет ли этот взрыв реализацией «тела света», «огнем изнутри»?

Вот почему так важна правильная интеграция уровней на каждом этапе развития. К сожалению, многие практикующие в нашей стране не до конца понимают важность интеграции. Человеку кажется, что если он уже начал развивать тело сновидения, или если у него уже поднимается кундалини, или если он уже раскрыл третий глаз, то он уже настолько продвинул, что стал неуязвим и недосыгаем для всего, что творится на уровнях тела и ума. Этот взгляд крайне ошибочен, и он является следствием отчуждения (диссоциации) энергии, застрявшей и конфликтующей в младших структурах. Отчуждаясь от процессов, происходящих на младших уровнях, практикующий просто теряет чувствительность этих уровней. Он просто перестает чувствовать и осознавать недоработки, оставшиеся на нижних этажах Здания Целостности. Для него они как бы перестают существовать. Вот почему он не осознает, что на уровне его вербального ума продолжает жить Маска героя (воина, мага, сновидящего, сталкера, гуру, просветленного), которая продолжает отбрасывать свою Тень. И этот подсознательный конфликт продолжает подтачивать и подрывать все Здание Целостности, оборачиваясь проблемами общения и серьезными искажениями восприятия на высших уровнях. Симптоматично еще и то, что такие люди, как правило, свысока поглядывают на психологию и психотерапию, считая эти дисциплины чем-то недостойным своего внимания, чем-то бесполезным и глупым, а между тем именно в этих подходах методы решения проблем вербального и нижележащих уровней проработаны наиболее глубоко.

Стоит отдельно подчеркнуть, что человек, носящий Маску героя, не обязательно остановился в своем развитии и лишь фантазирует о своем Пути. На деле все оказывается немного сложнее. Как мы знаем, интеграция подразумевает полноценное включение хоолономных структур младших уровней в старшие. При этом выстраивается гармоничная система взаимовключенных целостностей, объединенных вертикальными взаимосвязями, через которые энергия самости, сфокусированная на старших (дочерних) уровнях, управляет и организует энергию младших (родительских), тогда как младшие создают основу, поддерживающую и питающую структуру старшего порядка.

Суть диссоциативного процесса заключается в том, что в сознании человека возникают два или больше автономных фокуса отождествления (или центра сознания), принадлежащих разным уровням осознания, полноценная связь между которыми нарушена или искажена.

Таким образом, на уровне рассудка возникает один автономный центр сознания (Маска героя), который паразитирует на энергии высших центров (Герой-воин, Кентавр-маг, Сновидец). При этом Герой-воин на своем уровне продолжает героическое путешествие, а Сновидец на своем продолжает осваивать миры сновидения, тогда как Маска героя продолжает подрывную деятельность на уровне рассудка, все глубже и глубже увязая в конфликте со своей Тенью и ее проекцией на окружающий мир.

И во всем этом нет ничего утешительного, наоборот – ситуация с Маской героя представляет серьезную опасность: ведь осваивая уровни души, самость

генерирует большие объемы тонкой энергии, и эта энергия, узурпированная на уровне ума Маской героя, может быть использована и используется крайне деструктивным образом.

Спасти положение может лишь временное возвращение назад, на предыдущие уровни, повторное переживание героического перехода и осознание конфликта Маски/Тени, а затем успешная интеграция целостности тела-ума на поствербальных уровнях развития осознания.

Границы Маски. Маски тела

Граница Маски – это граница ее внутреннего монолога. Маска говорит о себе сама с собой: «Я порядочный и добрый человек, я никогда никому не должен причинять неудобств» или «Я талант, я гений, никто не может сравниться со мной» – и это описание и есть ее граница. Самость, отождествленная с Маской, отождествляется и с ее границей. Это очень важный для понимания момент –

на уровне Маски я уже не есть физическое тело, во всей полноте его инстинктивно-эмоциональных процессов, я даже не есть ум, во всей полноте его ментальных процессов, и, конечно, я еще не есть душа, во всей полноте ее психических процессов, – я есть то, как я себя описываю, кем представляю.

По эту сторону границы представлений нахожусь *Я*, по ту сторону – не-*Я*. Если *Я* отождествляю себя с Маской порядочного человека, *Я* уже не могу быть непорядочным. Даже если во мне есть непорядочность – это уже не-*Я*. Так моя непорядочность превращается в Тень. И Маска порядочного человека начинает отбрасывать Тень непорядочности во внешний мир.

Так это работает.

Изолированной по ту сторону границы Маски/Тени остается не только часть эго-ума, но и значительная часть телесной энергии, поскольку именно тело является для Маски беспокоящим источником постыдных влечений, животных инстинктов и неприемлемых эмоциональных побуждений.

Существующие на уровне восприятия Маски взаимоотношения тела и ума хорошо иллюстрирует буддийская метафора всадника на лошади, где всадник – это рассудочный ум, а лошадь – физическое тело.

Для Маски физическое тело – это «бедный ослик», на котором она восседает и которого погоняет. Если «ослик» ведет себя хорошо и смиренно, выполняет все указания Маски и не артачится, то Маска довольна и не обращает на него внимания, занимаясь своими делами. Проблемы возникают, когда «ослик» начинает капризничать, ему нездоровится, у него что-то начинает болеть или он начинает упрячиться, у него возникают какие-то свои собственные интересы – и тогда его надо наказывать, жестко ограничить в чем-то – в еде, в чувствах, в эмоциональных проявлениях. Если где-то болит – выпить обезболивающее или антибиотик, если тоска и подавленность – выпить антидепрессант, если что-то не так с органом – вырезать. Или иногда наоборот – Маска начинает во всем потакать

«ослику», и тогда возникает ситуация, когда, как говорят американцы, «хвост виляет собакой».

То «тело», которое мы воспринимаем на уровне Маски, – это не наше реальное тело, это редуцированное представление о теле, образ тела, Маска тела, в которую входят только те физические процессы, которые прошли строгую цензуру рассудка.

Мы знаем, что наше тело представляет собой сложную многоуровневую систему взаимосвязанных процессов, и в зависимости от того, на каком уровне мы находимся, мы воспринимаем тело определенным образом. На уровне Уробороса мы воспринимаем смутное сферическое тело ощущений (облако ощущений). На уровне Тифона мы воспринимаем тело ощущений-эмоций-побуждений, в целом соответствующее границам физического тела. Для Маски уровни Уробороса и Тифона являются уже пройденными этапами, и в целом она воспринимает процессы этих уровней как отдельные от себя, внешние по отношению к себе. Это соответствует самоощущению среднего человека, при котором свое *Я* человек локализует в центре головы, в точке «где-то позади глаз», а все тело мыслится находящимся снаружи и внизу.

Маска определенным образом описывает для себя уровень тела, и та часть процессов тела, которая входит в описание, будет частью самотождественности Маски, но все те процессы, которые не вошли в описание, автоматически отторгаются и игнорируются – все они с точки зрения Маски не есть ее *Я*. Эти вытесненные телесные процессы становятся Тенью тела.

Здесь я опишу четыре довольно распространенные Маски тела, каждой из которых соответствует своя Тень (хотя их существует гораздо больше). Они могут встречаться как по отдельности, так и в различных сочетаниях.

Маска нарцисса. Симптомы: самолюбование внешними формами тела, озабоченность внешним видом каких-либо его частей, страсть к поддержанию фигуры (патологическая увлеченность фитнесом, всевозможными диетами для похудения и т. п.).

Маска ипохондрика. Симптомы: озабоченность своим здоровьем, постоянное выискивание в теле признаков какого-либо заболевания, страх неизлечимых болезней, пристрастие к использованию разнообразных систем оздоровления, очисток организма, патологическая зависимость от пищевых добавок, витаминов, таблеток, микстур.

Маска бревна. Симптомы: запрет на чувственность и естественную сексуальность, невозможность получать удовольствие, наслаждение и радость от своего тела, телесная зажатость, страх чужих прикосновений, имитация чувств, искусственность сексуального поведения.

Маска робота. Симптомы: человек живет во имя каких-то сугубо прагматических целей (деньги, карьера, успех), тело рассматривается как механический автомат, который должен выполнять определенный набор стандартных функций, организм – это набор деталей, которые могут быть починены или заменены в случае поломки.

Как уже говорилось, граница ум/тело не единственная граница Маски/Тени – вторая граница Маски пролегает внутри самого ума, условно мы можем обозначить эту границу как границу сознания/подсознания. На уровне ума существует множество ментальных процессов – образное и символическое мышление, вербальное и концептуальное мышление, воспоминания, фантазии, представления, объяснения, потребности, мотивы, желания и т. д. Каждый из этих процессов является вербализованным выражением определенной энергии, является ее презентацией в уме. Но далеко не все эти процессы приемлемы для Маски. Если границей Маски является внутренний монолог порядочного человека, то в сферу внимания Маски войдут только те желания, потребности, представления и воспоминания, которые должны быть свойственны порядочному человеку. Если же человек когда-либо вел себя непорядочно, думал непорядочно или время от времени продолжает себя так вести и думать – эти воспоминания, желания и мысли не войдут в сферу активного внимания Маски и не будут вербализованы. Человек просто не будет помнить о том, что делал, что думал, чего хотел, когда вел себя непорядочно. Все эти части его личности будут являться его теньвыми, неосознаваемыми сторонами.

Внутренний монолог Маски – это ее защитная система, предназначенная оградить сознание Маски от неприемлемых с ее точки зрения процессов.

Этот монолог может быть очень силен. Человек, глубоко отождествленный с внутренним монологом своей Маски, может тратить на его поддержание львиную долю своей энергии. Но сколько бы он ни тратил энергии, его участь предрешена. Давление нереализованной энергии с той стороны границы все возрастает, и однажды происходит срыв. Сила бессознательной Тени захлестывает человека, прорываясь наружу и стихийно реализуясь, и последний полностью подпадает под ее диктат. Как говорят в народе, в человека «вселяется бес».

Общая стратегия работы с уровнем Маски такова: последовательное и всестороннее отслеживание существующих в сознании внутренних, это раз; и вербализация теневого процесса, это два. По мере отслеживания монологов Масок можно запускать процесс их трансформации через выведение в диалоги и начинать работу по изменению образов самого себя и своих реакций на окружающий мир.

Основная проблема здесь заключается в том, что человеку, отождествленному со своими масками, очень трудно, практически невозможно осознать самого себя отдельно от своих масок. Пока Маска надета, человек уверен, что Маска и есть он сам. Вспомним, как эта тема исследуется в фильме «Маска»: герой Джима Кэрри надевает маску, и маска словно въедается в кожу, становясь вторым лицом, второй натурой.

Маска заставляет человека проявлять себя определенным образом, и, пока она надета, нет никакой возможности изменить свое поведение. Пока Маска надета, человек и есть Маска.

Если вы попытаетесь рассказать такому человеку о Маске, о конфликте Маски и Тени, ваша попытка будет непременно интерпретирована как прямая угроза существующей Маске, а значит, и ему самому. Все, что вы получите в результате, – это комплекс защитных реакций Маски и ни капли понимания. Более того, человек-маска тут же спроецирует на вас свою Тень, и, как только это произойдет, все, что вы скажете ему, будет понято превратно и истолковано не в вашу пользу.

Человек-маска никогда не поймет того, что написано в этой книге, для него это в лучшем случае будет «чушь» и «бред».

Следует также понять, что еще никто добровольно не расставался со своими масками. Если кто-то приходит ко мне и говорит, что хочет избавиться от своих масок, потому что прочитал на эту тему какую-то литературу и понял, что «быть в маске – это плохо», я понимаю, что это говорит еще одна маска, которая играет в игру «срывания масок».

Факт заключается в том, что нет никакой возможности реально осознать существование Маски и Тени без переживания свободного полета энергии, когда самость человека спонтанно прорывается на новый, более высокий уровень восприятия и на этом контрасте вдруг происходит осознание всей узости и ограниченности мира масок, в который до этого человек был тотально вовлечен. Но этот полет не может быть инициирован самой Маской. Импульс должен прийти откуда-то со стороны – это может быть стечение обстоятельств, уловка Духа, хитрый трюк Учителя или неумолимый глубинный зов – импульс Силы подхватывает осознание человека и выталкивает его в новое измерение.

Другое измерение

Переход в другое измерение (туда, где начинается другой мир, не похожий на «мир Хоббитов» или мир масок; туда, где тебя ждет твой проводник, где происходят чудеса, и ты узнаешь о своем предназначении, об истинном смысле твоей жизни) всегда связан с изменением восприятия, с прохождением через зону сумеречного, сновидческого сознания. И это знаковый момент всего Путешествия. Без изменения восприятия нет никакого развития, нет никакой трансформации. Изменение восприятия – это один из символов трансформации, и в каждом из фильмов, взятых для иллюстрации героического перехода, есть своя интерпретация этого символа.

В «Звездных войнах» дается три последовательных эпизода, символизирующих изменение состояния сознания Героя с каждым новым переходом с одного уровня восприятия и осознания на другой.

Самый первый переход Люка происходит спонтанно, и потому не осознается им – он просто теряет сознание, а затем уже пробуждается в мире, где встречает Оби Вана.

Во второй раз Люк совершает переход под руководством Оби Вана. Точнее, Оби Ван прибегает к хитрости, чтобы изменить состояние осознания своего ученика. Он ставит перед ним задачу, которая кажется невыполнимой для

обыденного рассудка – с закрытыми глазами отбивать световым мечом импульсы учебного зонда. Установка, которую при этом дает Оби Ван, призвана помочь осознанию ученика перейти в новое состояние в обход рассудочного контроля: *«Забудь о своей личности... Следуй за своими чувствами»*, – говорит он. Поначалу попытки Люка безуспешны (*«Доверься своим чувствам»*, – снова и снова повторяет Оби Ван), и вдруг что-то случается – Люку удается отбить очередной импульс зонда. *«Я что-то почувствовал, я почти видел зонд!»* – восклицает он, возбужденно снимая шлем. *«Хорошо, – отвечает Оби Ван, – ты сделал первый шаг в другой мир»*.

Наконец, в третий раз Люк Скайуокер совершает переход самостоятельно. Следуя необъяснимому с точки зрения обыденного рассудка зову, он отправляется на планету Дагобар, чтобы разыскать там легендарного учителя-джедая мастера Йоду. Собственно, само путешествие через космическое пространство уже есть знак перехода из мира в мир, но создатели фильма намеренно акцентируют этот момент: при вхождении в атмосферу Дагобара Люк проходит через зону нулевой видимости и теряет управление кораблем. Но и этой символики кажется создателям фильма мало, так что они вкладывают в уста героя фразу, которая рассеивает все сомнения: *«Не знаю, зачем я прилетел сюда, – говорит Люк, оглядывая причудливые пейзажи планеты. – Все как... как во сне. Наверное, я схожу с ума»*.

Во «Властелине колец» центральным символом трансформации является само Кольцо Всевластия. Впервые надевая его, Фродо входит в состояние измененного сознания и видит сумеречный мир с тенями вместо людей и вездесущим Оком Саурона. Символика трансформации усиливается, когда во время одного из таких погружений в измененное состояние сознания Фродо ранит клинок одного из призраков. Так Фродо проходит через болезнь и беспомощность, прежде чем попасть в мир эльфов, который символизирует в фильме один из высших пострациональных уровней осознания.

В фильме «Матрица» символы трансформации проинтерпретированы в полном соответствии с современным таблеточно-технократическим подходом. В ключевом эпизоде инициации героя Морфеус предлагает Нео на выбор две пилюли: синяя – «пилюля забвения»; выбрав ее, герой снова возвратится на уровень обыденного восприятия, в «матрицу», и забудет все, что видел и слышал; красная – «пилюля свободы», которая является вратами в Реальный Мир. Приняв красную пилюлю, Нео проходит через ряд неординарных состояний – мир, казавшийся до сих пор реальным, обнаруживает свою зависимость от восприятия, Нео прикасается к зеркалу (контакт с зеркалом – древнейший символ перехода в другое измерение), и зеркало проникает внутрь Нео. То, что происходит, кажется невозможным с точки зрения обыденного рассудка, а потому прежняя интерпретация мира останавливается – и герой пробуждается на новом уровне восприятия и осознания. Отсюда он видит прежний мир людей, мир «матрицы» как бы со стороны – этот мир оказывается включенным в новый, более широкий контекст, и в этом контексте он является лишь частью технологического процесса на грандиозной фабрике по производству энергии.

Наконец, в отечественном произведении на эту же тему, фильме «Ночной дозор», символы трансформации выражаются в концепции уровней «сумрака» – особых режимов более глубокого восприятия, в которых замедляется время и модифицируется пространство. Неофит, случайно или намеренно попадающий на первый уровень сумрака, тем самым обнаруживает свою природу Иного и открывает для себя новый, более широкий мир – мир Светлых и Темных.

В каких бы конкретных формах ни выражался переход на новый уровень развития, он всегда изменяет перспективу восприятия и открывает перед Героем новые аспекты Целостности, которые существенно трансформируют его прежнее самоощущение и прежние представления о мире. То, что прежде казалось цельным и самодостаточным, теперь оказывается частью новой, более всеобъемлющей целостности. Взгляд из новой перспективы значительно видоизменяет восприятие предыдущего мира, откуда Герой только что вышел, – теперь он видит этот мир не изнутри него самого, а со стороны, снаружи, из контекста более старшего холона.

Здесь уместна аналогия с физической средой. Подводный мир кажется самодостаточным при взгляде изнутри его самого. Погружаясь под воду, человек оказывается в удивительном пространстве со своими законами и тайнами – это пространство кажется бесконечным, но эта бесконечность иллюзорна. Иллюзия бесконечности возникает оттого, что граница между водной средой и воздушной из-под воды видится не прозрачной, а искаженно-зеркальной. Вот почему,

находясь на одном из младших уровней, нельзя составить никакого более-менее адекватного представления о старшем – при взгляде снизу верхняя граница уровня кажется зеркальной и лишь создает иллюзию продолжения уже существующего порядка.

Но при переходе из воды на воздух мы обнаруживаем, что подводный мир, самодостаточный изнутри, снаружи оказывается лишь частью всеобъемлющей экосистемы планеты. Холон водной среды включен, как часть в целое, в холон воздушной среды. Таков принцип организации целостности в каждой сфере восприятия – внешней (физической), внутренней (психической), социальной или культурной.

Край Земли, или «И все-таки Земля плоская!»

Переход на уровень Героя становится первым шагом человека за пределы общепринятого описания – на границу известного мира, на Край Земли.

Край Земли... Мы привыкли жить в мире, где у Земли нет краев. В нашем представлении Земля – шарообразная планета, вращающаяся вокруг Солнца. Таков научный миф, веру в который мы безоговорочно разделяем. Нет смысла спорить с этой точкой зрения – она истинна в такой же мере, в какой истинна любая другая –

мера истинности в контексте Великой Целостности Бытия всегда определяется границами той среды, в которой эта точка зрения возможна.

Границей научного мифа является граница объективной материальной среды. И только в этих границах научный миф может быть возможным. Однако Земля является не только объектом внешнего материального космоса – в такой же мере, в какой она является объектом внешнего физического пространства, она также является объектом и внутреннего психического пространства. Другими словами, Земля (как и сам человек) есть не только предмет внешнего познания и внешний объект в иерархии уровней материального и органического мира, но есть также и предмет внутреннего, интроспективного познания и является полноправным объектом в иерархии внутренних измерений сознания.

И когда мы рассматриваем Землю таким образом – как один из возможных уровней человеческого восприятия и осознания, – мы уже не можем придерживаться только внешнего объективистского подхода к описанию происходящих процессов. Картина мира, в которой Земля представляется твердым шарообразным телом, вращающимся вокруг шарообразного тела звезды, затерянной в одном из рукавов галактики Млечный Путь, в пустом и бесконечном пространстве физической вселенной, перестает удовлетворять фактам непосредственного внутреннего наблюдения.

И здесь мы снова приходим к моделям, которые рисовали древние шаманы и мудрецы. Вы наверняка помните эти карты из учебников школьной истории, где Земля представляет собой плоский круг и покоится на четырех слонах, трех китах и одной черепахе, а над нею распростерт небесный купол с Солнцем, Луной и звездами (рис. 8).

В свое время научный материализм отверг эти идеи как наивные и в корне ошибочные попытки древних людей объяснить устройство внешнего мира. Однако сам при этом допустил грубейшую ошибку, за которую нам всем теперь приходится расплачиваться, – исключил из своей картины внутренний аспект восприятия и опыт непосредственного интроспективного познания, ограничившись только данными внешних органов чувств. А между тем культурологические и антропологические данные свидетельствуют о том, что в древности упор делался именно на внутренние аспекты восприятия.

Речь идет о том, что модели мироустройства, которые рисовали древние люди, были, скорее, не моделями внешнего физического пространства, а моделями внутреннего космоса человеческого сознания. У древних людей не было современных астрономических приборов, но они им были и не нужны для точного описания внутренних фактов сознания, которые постигались ими прямо и непосредственно – через свой внутренний опыт. Возможной ошибкой древних было то, что они могли путать внутренние факты и внешние, накладывая описание внутренних структур сознания на описание внешнего мира, в результате чего и появлялись странные карты с плоской Землей и тремя китами. Но получается, что объективная наука грешит тем же самым с точностью до наоборот, подменяя непосредственные интроспективные описания реалий внутреннего мира объективистскими описаниями внешних фактов материи, в результате чего мы остаемся с мозгом вместо разума и с движением нейронов вместо мыслей, воспоминаний, интуиции, откровений и снов.



Рис. 8. Древняя карта мира.

Удивительный факт заключается в том, что древние модели мироздания и космогонические мифы имеют одни и те же устойчивые черты в культурах, никак несоотнесимых исторически. Другой факт состоит в том, что карты собственно внутренних областей сознания, созданные во всех мировых духовных традициях, в основных деталях точно повторяют карты мироздания древних людей с их плоской Землей и пресловутыми китами. И наконец, третий факт – это то, что карты человеческого сознания современной психологии, от Фрейда и Юнга до Грофа и Уилбера, рисуют нам те же основные уровни внутреннего мира, открытые и в общих чертах описанные человеком еще в эпоху палеолита.

О каких же элементах сходства мы говорим? Их два.

Первый элемент – это внутренняя вертикаль сознания: *Axis Mundi*, Ось Мира, Гора Мира, Древо Мира, Древо Познания, Древо Жизни, Сушумна, центральная ось, центральный энергетический канал. В буддийской традиции этот канал на уровне физического тела соответствует позвоночному столбу.

Второй элемент – это три самых общих уровня осознания, которые как бы нанизаны на центральную ось:

1. Подземный мир (Царство мертвых, Океан), или Нижний мир (Мир стихий, животных, предков, Мир Прошлого), или нижний дань-тянь, или Бессознательное (Оно, Ид), или уровень материи-тела.

2. Земной мир (Царство живых, Твердь), или Средний мир (Мир людей, Мир Настоящего), или средний дань-тянь, или Эго (рациональное Я), или уровень ума.

3. Небесный мир (Царство Богов, Эфир), или Верхний мир (Мир Учителей, Ангелов-хранителей, Просветленных, Будд, Богов, Мир Духа, Мир Будущего), или верхний дань-тянь, или Сверхсознание (Сверх-Я), или уровень души-духа.

На уровне физического тела этим трем областям соответствует туловище (с брюшным и грудным отделами), голова и пространство над головой (рис. 9).

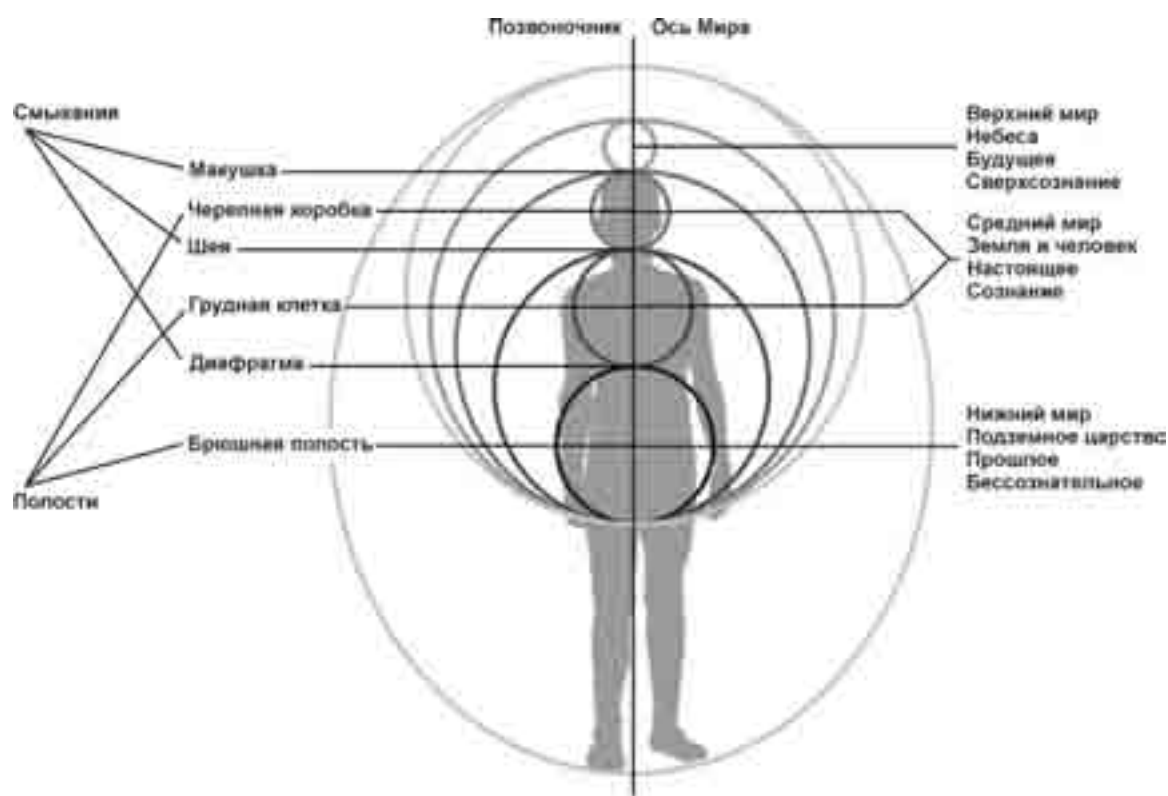


Рис. 9. Ось Мира в проекции на человеческое тело.

Три этих самых общих уровня могут быть разделены на ряд более частных уровней или подуровней, в разных традициях выделяют от семи-восьми (индуистская система энергетических центров-чакр) до двадцати двух-двадцати четырех (герметическая система старших арканов таро) уровней.

В этой книге я, в целом следуя интегральному подходу Уилбера, выделяю пять основных уровней (материя-тело-ум-душа-дух, что в общем соответствует пяти оболочкам Атмана, описанным в Упанишадах), в которых различаются два противоположных полюса Целостности – недифференцированное единство Плеромы (Бессознательное, Древний Хаос) и недвойственное единство Духа (Сверхсознание, Высший Свет) – и десять промежуточных уровней: два грубых материально-телесных уровня – Уроборос и Тифон; уровень раннего ума – Нарцисс/Нимфа; уровень ролевого, социального ума – Хоббит (фрагментированное эго, Маска); уровень целостного ума – Герой-воин (целостное эго); уровень целостного тела-ума – Кентавр-маг; два уровня сновидящей души, тонкий и архетипический – Сновидец и Мудрец; и уровень причинного (каузального) духа – Свидетель (рис. 10).

В данный момент мы с вами находимся на уровне ума, на уровне Земли, или в Среднем мире, если следовать шаманской терминологии. На карте внутренней реальности Земля – это плоскость, края которой обрываются в темную Бездну Бессознательного, а в центре возвышается Гора Мира, ведущая в сияющие области Сверхсознания.

Символы Черепахи, Китов и Слонов, на которых держится плоскость Среднего мира, можно трактовать по-разному. Можно увидеть в них символы сакральной геометрии и рассуждать на тему глубинных значений круга, треугольника и квадрата и их роли в организации восприятия человека. Можно увидеть в них символы последовательных стадий, или волн Эволюции Жизни, – непреклонного развития осознания от примитивных материальных форм ко все более и более сложным организмам. Символы на то и символы, чтобы вмещать в себя как можно более общее содержание.

Но факт, который никогда не стоит забывать, заключается в том, что человек есть звено в Великой Цепи Бытия –

мы стоим над Бездной Мира, опираясь на реализации предыдущих уровней развития, и единственная ценность наших жизней состоит в том, чтобы превозмочь самих себя и двинуться дальше – к новым уровням осознания, к новым формам бытия.

Человек есть нечто, что должно преодолеть, говорил Ницше, человек – это мост между Зверем и Сверхчеловеком, и только тем он и ценен.

Выходя за границы общепринятого описания, Герой попадает в сказочный мир («У лукоморья дуб зеленый, золотая цепь на дубе том...»). Соприкасаясь с этим миром, Герой находит глубокий смысл, содержащийся в посланиях древних провидцев и мудрецов – Герой обнаруживает реальность внутренней Оси сознания – Мирового Древа (дуб зеленый) – и реальность внутренних взаимосвязанных друг в друга уровней сознания – Великой Цепи Бытия (золотая цепь на дубе том). То, что прежде казалось выдумкой и сказкой, становится единственным объяснением и единственной подсказкой, как быть и что делать, в этом мире, полном новых опасностей и волшебных чудес («Там чудеса, там леший бродит, русалка на ветвях сидит», «там на неведомых дорожках следы невиданных зверей...»). Это мир, где у Земли есть края, которые омывает таинственный Океан Силы, где животные могут говорить и где в безлюдных местах можно запросто отыскать двери, ведущие в иной мир – Мир духов...

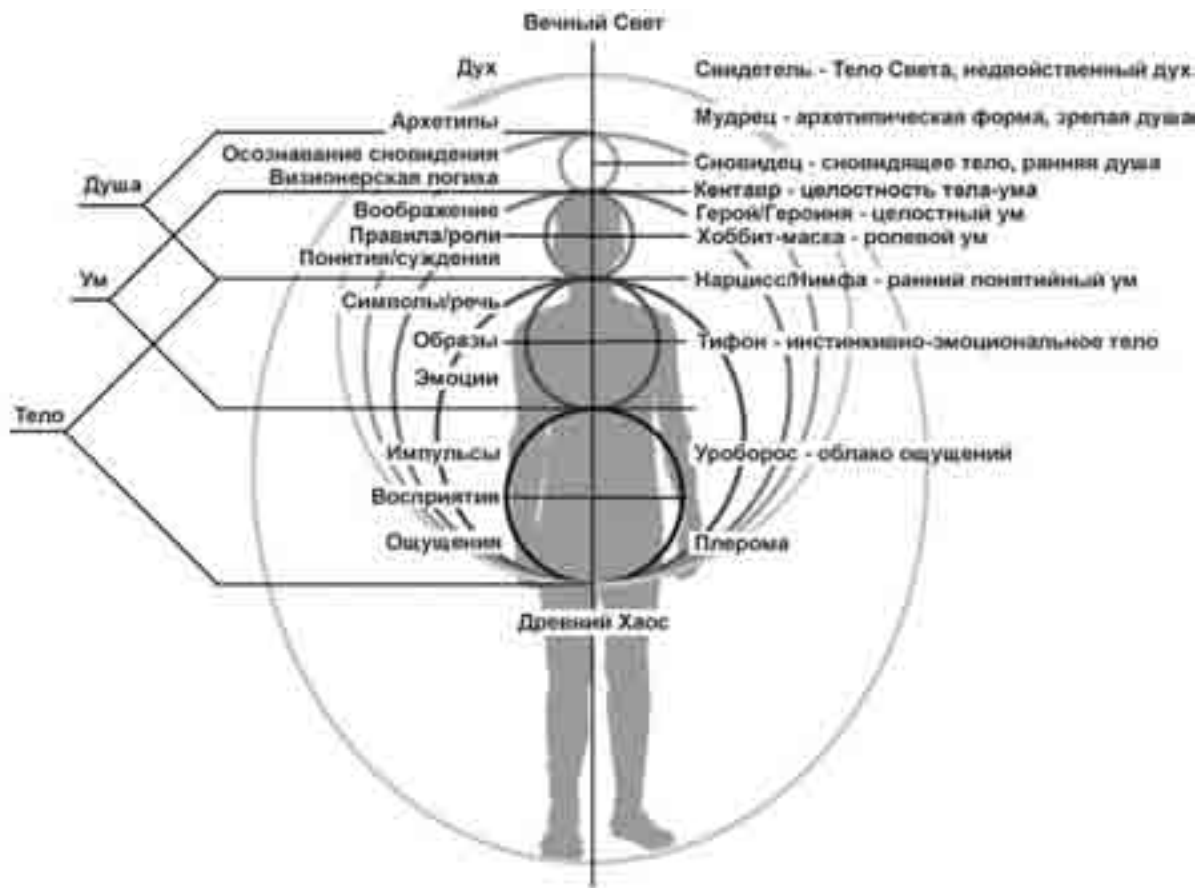


Рис. 10. Уровни самоидентичности и внутренние структуры.

«Америка Духа»

Описывая современную ситуацию, сложившуюся в нашей цивилизации вокруг проблемы духовного поиска и практик саморазвития, я люблю приводить аналогию с открытием Америки в Средние века. В те времена ситуация была прямо противоположной сегодняшней. Простолюдины, современники Колумба (не проводившие особых различий между описанием внутренней реальности и внешним миром) всерьез верили, что физическая Земля плоская, небесный купол за горизонтом опускается в океан и на границе неба и земли лежит мифический Морской Змей, который опоясывает мироздание. Вот почему путешествие Колумба было не только исследовательской экспедицией на внешнем плане, но и героическим переходом за границы привычного описания, к новым уровням осознания на внутреннем плане.

Здесь я всегда подчеркиваю, что

стремление к новому, стремление выйти за границы привычного мира заложено в самой природе человека.

В прежние времена, когда внутренняя и внешняя реальности, еще не были четко разделены, это стремление в контексте западной цивилизации выливалось в неутолимую тягу к открытию и исследованию новых земель, что породило целую плеяду выдающихся пионеров и первопроходцев. И следует помнить, что сегодня мы живем в реальности, открытой и разведанной для нас этими людьми.

Но благодаря усилиям этих людей сегодня мы живем на Земле, где практически уже не осталось белых пятен – сегодня во внешнем мире уже нет «Америки», которую можно было бы открыть. Кто-то скажет – мы живем в скучное время, потому что сегодня уже больше нечего открывать. Кто-то продолжает упорно искать свою «Америку», уезжая в горы, в джунгли, в тайгу, в пустыню, в туземные племена, к индейцам, к шаманам, к колдунам...

Где же осталось еще Неизвестное, Непознанное, где та «Америка», по которой так скучает свободолюбивый человеческий дух?

Сегодня на планете нет «Америки», нет неоткрытых земель, куда мог бы отправиться человек в поисках своей свободы и своего счастья, – вся планета превратилась в один сплошной «Старый Свет». Человечество все еще продолжает с надеждой смотреть во внешний мир – в Космос, полагая, что следующим шагом будет освоение других планет. Но в контексте все еще господствующего мировоззрения это не надежда – это призрак надежды.

А что, если взглянуть на проблему иначе? Что, если мы настолько привыкли к существующему описанию, что уже не замечаем его истинных границ? Что, если граница сегодняшнего «Старого Света» – это не граница космического пространства, а граница между внешним миром и внутренним?

Однажды Колумб бросил вызов границам привычных представлений, отправившись со своей командой на Край Земли. И вместо того чтобы сгинуть в пасти мифического Змея, он открыл новый континент – Новый Свет. Сегодня мы живем в мире, границей которого также является граница привычных представлений, – и это граница материалистического мифа. Но если раньше граница между известным и неизвестным мыслилась людьми существующей где-то во внешнем пространстве и отождествлялась с линией горизонта, то теперь мы точно знаем, что эта граница пролегает во внутреннем пространстве, и это реальная граница нашего способа воспринимать и интерпретировать Реальность.

Сегодняшняя «Америка» – это новые способы восприятия, новые уровни осознания – это *внутренний континент Духа*, скрытый от нас за горизонтом существующего способа описывать мир.

И сегодня, как и много веков назад, стремление к познанию движет современных пионеров внутренней Реальности искать пути к этому континенту Подлинной Свободы. Люди ищут возможности заниматься подлинной духовной практикой, открывать новые горизонты осознания, возвышаться к новым уровням восприятия Реальности. Люди ищут способы реализовать тот единственный шанс («драгоценный шанс», как говорят буддисты), который предоставляет нам жизнь в человеческом теле, – шанс перейти по мосту Бытия от Зверя к Сверхчеловеку. Тысячи и сотни тысяч современных *колумбов духа*, в одиночку или собираясь в группы, прорываются на Край Земли и отправляются на *каравеллах духовных практик* к другим измерениям бытия, к неизведанным областям своего сознания.

И многие действительно попадают туда – на эти «облака великолепия», где знание и блаженство переполняет их, – но лишь на краткий миг, ибо первое *восхищение*, во время которого Герой/Героиня видят свою далекую цель – «Америку Духа», – лишь начало трудного пути к тому, чтобы на самом деле оказаться там во всей своей целостности. И путь этот лежит через путешествие вниз – в Преисподнюю, в Подземный мир, в Царство Мертвых, в Прошлое, свое и мира, вглубь океана Бессознательного – к вратам рождения и далее за них, к нижнему пределу Мира – туда, где дремлют Призраки Страх и Демоны древней Вражды...

Выслеживание внутренних монологов Маски и Тени

Превосхождение ролевого ума и выход в измерение Героя/Героини невозможны без начала полномасштабного выслеживания внутренних монологов Маски/Тени. Собственно говоря, начать замечать в себе активность ролевого ума означает найти точку восприятия над ним. Если вы замечаете в себе активность Маски, значит, вы уже не есть только Маска.

Как только вы выследите в себе очередной монолог Маски – занесите его в дневник. О том, как это делается, пойдет речь ниже.

Существует много способов выслеживать монологи Маски. Можно воспользоваться одним из уже известных методов или придумать что-то свое. Перечислим некоторые из них.

Идти в глубину с вопросами: «Почему?», «Как?», «Что?»

Всякий раз, когда вы поступаете каким-либо образом, определенным образом реагируете на какие-то обстоятельства, события, задайте себе вопрос: «Почему я так поступаю? Почему я так реагирую?» По существу, это означает усомниться во всем, что ранее казалось само собой разумеющимся. При этом сами по себе монологи типа «Я всегда так делаю», «Само собой так получается», «Такой уж я человек» – это монологи Маски, увливающей от обнаружения. Заметив в себе подобные увливания, занесите их в дневник и поздравьте себя с первой победой – вы только что выследили в себе Господина или Госпожу Самособойкиных.

Когда Господа Самособойкины выслежены, вежливо попросите их заткнуться и двигайтесь дальше в глубину. Как правило, ни первый, ни второй, ни третий ответы не являются окончательными, потому что к ним все еще можно задать вопрос. В идеале необходимо задавать вопросы: «Почему?», «Как?», «Что?» до тех пор, пока ответы позволяют их задать.

Например, вы заметили, что раздражаетесь и спорите, когда вас критикуют или указывают вам на ваши недостатки. Вы задаете себе вопрос: «Почему?», получаете ответ, задаете снова, и так до тех пор, пока на полученный ответ уже нельзя больше задать вопрос. Вся цепочка вопросов-ответов может вылиться в следующий диалог.

«Почему я раздражаюсь, когда меня критикуют?» – «Потому что мне это не нравится».

«Почему мне это не нравится?» – «Потому что я чувствую себя уязвленным».

«Почему я чувствую себя уязвленным?» – «Потому что я считаю, что окружающие не правы».

«Почему я считаю, что окружающие не правы?» – «Потому что я думаю о себе иначе».

«Что я о себе думаю?» – «Я думаю, что я идеальный и никогда не ошибаюсь».

Обратите внимание, что в данном примере первый ответ Маски является типичным увиливанием в сторону, отказом от прямого ответа, а затем начинается игра в поддавки: не видя другого выхода, Маска начинает постепенно сдавать позиции, всякий раз надеясь, что этого окажется достаточно и процесс обнаружения будет остановлен.

По сути дела, речь идет о том, что, задавая себе вопросы подобного рода, вы начинаете выстраивать коммуникацию со своими ролями и масками. До начала этой коммуникации ваши маски ведут монологи с самими собой, в которых говорят себе о том, кто они есть. Эти монологи являются закрытыми, внутренними, поскольку лишены дополняющего их критического взгляда со стороны. И в этих монологах, как правило, содержится искаженный, идеалистичный, оторванный от Реальности образ себя, который так лелеет Маска и обнаружения которого так боится. Когда вы начинаете задавать вопросы, вы разворачиваете *монолог* Маски в виде ее *диалога* с вашим Наблюдающим Я. И вы ведете этот диалог до тех пор, пока не будет выслежено жизненное кредо Маски, ее образ, ее *позиция восприятия*. В случае с вышеприведенным примером позицией восприятия Маски оказалось кредо Господина Безошибкина: «Я всегда прав, я никогда не ошибаюсь».

Теперь, когда Господин Безошибкин выслежен, вы можете продолжить вести с ним диалог, найти границу его мифа (отрицание), обнаружить искажение и выявить скрытое противоречие. Как только вы это сделаете – то есть укажете Господину Безошибкину на очевидный факт, что он не идеален и может допускать ошибки, – на сцену выйдет Тень Господина Безошибкина, его обратная сторона. Ею может оказаться, например, Господин Жалейкин-Ошибайкин, который скажет вам: «Да, я полное ничтожество, я всегда все делаю не так, я даже самого себя выследить правильно не могу, все увиливаю, вместо того чтобы прямо сказать о себе, кто я есть».

После того как Маска и ее Тень выслежены, вы можете объединить их изолированные друг от друга позиции в более целостное представление о механизме своих реакций на критику окружающих. Таким представлением может оказаться, например, следующий вывод: «В глубине ума я считаю себя идеальным и поэтому не люблю замечать свои ошибки; когда же мне указывают на них окружающие, я раздражаюсь и начинаю спорить, потому что мне страшно *потерять лицо* – Маску Господина Безошибкина; если же меня припирают к стенке, на сцену выходит Господин Жалейкин-Ошибайкин – я меняю тактику и начинаю давить на жалость, расписываясь в своей полной никчемности. И все это я делаю лишь для того, чтобы избежать прямого признания в той конкретной ошибке, на которую мне указали».

Когда целостный монолог Маски/Тени восстановлен и стали ясны границы ее мифа, можно приступить к трансформации этого мифа до уровня Героя/Героини или даже Кентавра. Для этого необходимо наладить вертикальный диалог Маски/Тени с уровнем целостного тела-ума. А это означает признать некоторые очевидные факты: например, что всякий человек находится в процессе развития и ему свойственно ошибаться, что осознание своих ошибок в этом смысле есть необходимый момент развития, поскольку позволяет обнаружить свои слабые места и темные стороны и начать работать над их усилением и просветлением. И

когда вы поймете, что совершать ошибки в целом даже полезно, а признавать их, чем раньше, тем лучше, полезней во сто крат, – вы сделаете большой шаг к обретению более целостной, осознанной, эффективной и гармоничной стратегии поведения в ситуации критики ваших действий со стороны.

Ваш диалог со своими Масками/Тенями не обязательно должен быть долгим и нудным, полным всяческих избеганий, увиливаний, уходов в сторону и недомолвок. На самом деле все зависит от того, насколько вы готовы быть честным с самим собой и идти до конца, а это, в свою очередь, зависит от степени вашего внутреннего самоотрицания. Если вы с самого начала готовы быть честным, то вы можете сразу исправить свои пути. Задавая вопрос: «Почему?», вы можете сразу получать прямой и исчерпывающий ответ. Главное – не забывайте записывать эти ответы в свой дневник.

«Будильник»

Эта известная практика очень полезна для спонтанного пробуждения вашего самоосознавания и наблюдения за работой ума. Суть ее в том, что вы выбираете некий условный сигнал, который будет включать вашу осознанность независимо от того, чем вы заняты. Таким сигналом может быть звонок таймера или будильника, встроенного в ваш мобильник.

В своем дневнике начертите таблицу, состоящую из шести колонок (см. рис. 11). В первой колонке вы будете ставить время и дату сигнала. Во второй колонке кратко зафиксируйте свои мысли на момент звонка (то, что происходило у вас в голове), в третьей – эмоциональное состояние, в четвертой – телесные ощущения, в пятой – свое занятие, поведение, действия на момент звонка. В шестой колонке кратко зафиксируйте результаты наблюдения за своим вниманием: где находилась основная часть вашего внимания (мысли, эмоции, тело, действия, свидетельство), насколько вы были поглощены происходящим процессом.

Записывайте сами факты наблюдения, воздерживаясь от их анализа, при этом речь идет как об объективных, так и о субъективных (кажущихся возможными) фактах.

Постепенно спонтанное пробуждение осознанности войдет в привычку и вы начнете замечать, что все чаще и чаще входите в состояние повышенной внимательности и бдительности, работая со своим умом. Единственное, что важно для пробуждения осознанности, – это непреклонное намерение осознавать.

Через несколько недель такого самонаблюдения вы сможете проанализировать полученные данные, сделать выводы о том, как работает ваш ум, чем обычно поглощено ваше внимание, что происходит с вашим телом, и на основе этого сформулировать задачи для дальнейшей практики.

Например, вы можете обнаружить, что ваша голова занята кучей совершенно ненужных мыслей – обрывки каких-то разговоров, какие-то навязчивые словечки, песенки, – или что вы снова и снова возвращаетесь к одним и тем же навязчивым идеям. На основе этого вы можете сформулировать стратегию очищения ума с помощью практик отслеживания себя, остановки внутреннего диалога, созерцательной и медитативной практики. Вы можете обнаружить, что снова и снова заливаете в негативных эмоциональных состояниях, и тогда можно

сформулировать стратегию достижения эмоционального самоконтроля, гармонизации, уравнивания эмоционального тела с помощью телесных и дыхательных практик. Вы можете обнаружить в себе зоны постоянного телесного дискомфорта, зоны мышечной зажатости и закрепощенности, зоны отсутствия чувствительности и осознать необходимость работы с телесными блоками и зажимами. Вы можете обнаружить проблемные зоны в своем поведении, в общении с окружающими и прийти к выводу о необходимости работы с ними.

Время и дата	<u>Мысли:</u> О чем я думал(а)?	<u>Эмоции:</u> В каком состоянии я находился(лась)?	<u>Телесные ощущения:</u> Что я чувствовал(а)?	<u>Занятия:</u> Что я делал(а), чем занимался(лась)?	<u>Уровень поглощенности:</u> Где находилось мое внимание?
14:35	Напевал песню «Пусть всегда будет солнце»	Приподнятое, было радостно	Что-то чувствовал	Ковырял в носу	В основном в мыслях, немного в теле
16:12	Заметил, что я себя жалею, и задавал себе вопрос: «Почему?»	Грусть-тоска	Комок в горле, подавленность	Валлялся на диване	В основном в мыслях, в теле, немного в наблюдении всего этого со стороны

Рис. 11. Пример записи в таблице результатов для практики «Будильник».

Карта ума

По результатам практики самовыслеживания нарисуйте карту своего ума. Такой картой может быть простой список всех ваших ролей-масок, установок, убеждений, т. е. всего того, что мы условились называть в этой книге мифами.

Эти мифы реализуются через какие-то внешние проявления: отношение к чему-то или кому-то, разговор, поступки, поведение. Замечая в себе эти внешние проявления, мы идем от внешнего к внутреннему, то есть от следствия к причине. Мы идем в глубину, задавая себе вопросы: «Почему?», «Как?», «Что?», и в глубине своего ума находим мифы, которыми живем.

Как мы уже говорили, формулой, описывающей тот или иной миф, является триада «Я-Мир-Путь», а это значит, что любое убеждение или жизненное кредо Маски/Тени, если мы хотим сформулировать его более полно, должно включать в себя как минимум три элемента: образ себя, образ Мира и образ действия Я в Мире. Убеждение или жизненное кредо Маски – это то, что она говорит себе о самой себе, окружающем мире и своем способе существования в нем.

Например, если мы захотим сформулировать более полно миф Господина Безошибкина, то им может оказаться следующее предложение: «Я идеальный и никогда не ошибаюсь (образ себя), а другие только и делают, что завидуют мне и

постоянно ко мне придираются (образ Мира), вот почему я вынужден постоянно защищаться от несправедливых нападков (образ действия)». Каждый миф индуцирует определенное состояние сознания, которое также необходимо описать. Это ответ на вопрос, что мы испытываем в результате такого отношения к Миру. В случае с Господином Безошибкиным, например, его миф индуцирует состояние раздражения, обиды и желчности.

Опишите в дневнике мифы всех своих Масок с помощью формулы «Я-Мир-Путь» и обозначьте соответствующие им состояния. Это самый простой вариант карты ума. Более подробный вариант может включать в себя, например, постройку линий внутренних взаимоотношений Масок между собой. Речь идет о том, что если, к примеру, Господин Безошибкин не может проявиться прямо в ситуации, когда его критикует вышестоящий начальник, то вместо него на сцену может выйти Господин Оскорбленное Достоинство («Что ж, топчите меня, распинайте меня, я прав, но я буду молчать – вы сильнее меня, и поэтому в этом жестоком и несправедливом мире мне остается лишь презирать вас внутри себя»), а затем, когда Господин Оскорбленное Достоинство придет домой и жена напомнит ему, что он давно не выносил мусор, в игру сразу вступит Господин Гневный Праведник («Да как ты смеешь мне такое говорить, ты десять раз могла сделать это сама, тебе лишь бы найти повод придрасться, ты только и делаешь, что всегда меня пилишь...»). И т. д. и т. п.

Трансформация мифов

После того как карта ума составлена, вы можете выделить в ней первоочередные зоны проблемного поведения и проблемных состояний. Выберите два-три сценария поведения и отношения к Миру, которые особенно досаждают вам, причиняют вред (физический, эмоциональный, ментальный, психический) вам и вашим близким, и начните реализовывать стратегию изменения мифа. Эта стратегия должна включать в себя как минимум три элемента:

а) Изменение отношения к Миру. Это означает: просто измените свой способ говорить о Мире. Если миф Господина Безошибкина говорит вам: «Я идеальный и никогда не ошибаюсь, а другие только и делают, что завидуют мне и постоянно ко мне придираются, вот почему я вынужден постоянно защищаться от несправедливых нападков», – то сформулируйте новый, более здоровый, гармоничный и эффективный миф. Новый миф и новое убеждение может быть, например, таким: «На ошибках учатся: замечать и исправлять свои ошибки – это единственный способ расти и развиваться, вот почему я благодарен тем людям, которые указывают мне на мои ошибки, ведь без их помощи я мог бы так никогда и не осознать их» – а если коротко, то: «Я признаю свои ошибки и благодарю тех, кто мне на них указывает».

б) Изменение своего поведения (способа реагирования). Займитесь отслеживанием ситуаций, когда вас критикуют, и изменяйте свое поведение в них. А для этого заранее разработайте новую формулу поведения. Например, сформулируйте намерение всякий раз, когда вас критикуют, говорить: «Спасибо за вашу критику, возможно, вы действительно в чем-то правы, я подумаю об этом».

в) *Погашение инерции прошлых поступков.* Это один из самых важных элементов стратегии, потому что без него предыдущие два могут так и остаться благими пожеланиями. Суть его в том, что у всякого вектора вашего поведения есть своя инерция двигаться в избранном направлении, и в зависимости от силы этой инерции изменение этого направления может оказаться очень нелегкой задачей. То есть если вы на протяжении последних десяти – двадцати лет только и делали, что покрывали бранью всякого, кто пытался посягнуть на ваш авторитет Господина Идеального и Безошибочного, вам может показаться невероятно трудным просто взять и сказать: «Спасибо, я исправлюсь», потому что инерция прошлого очень сильна. Однако ее можно уменьшить. Для этого нужно всего лишь подробно вспомнить и пересмотреть все ситуации прошлого, когда вы вели себя подобным образом или когда работал ваш миф (о том, как это сделать, мы будем подробно говорить в практиках, приуроченных к следующей части книги). Предварительным условием для *вспоминания* являются записи, которые вы сделаете в своем дневнике. То есть для начала просто вспомните все ситуации, связанные с действием того или иного мифа, двигаясь от настоящего к прошлому, и кратко опишите их в своем дневнике с указанием времени и места, когда происходили события.

Часть третья. Смерть и новое рождение

Глава пятая

Миг на Краю и неумолимое движение навстречу Тени

Путь ведет Героя/Героиню на Край Бездны. И это Путь для тех, кто не боится головокружения. Вместе с потерей ограничений, обуславливающих и сковывающих осознание на уровне рассудочного ума, человек также теряет все привычные ориентиры и все точки отсчета. Почва стремительно уходит из-под ног. То, что казалось надежной твердью, обнаруживает свою условность. В картине мира образуются зияющие дыры, и через них в сознание задувают ветры иных миров, переворачивая все вверх дном. Лавина новой противоречивой информации обрушивается на человека, восходящие и нисходящие потоки Силы играют восприятием смельчака, бросая его из одной крайности в другую. Воспринимаемый мир обнаруживает свою зависимость от интерпретаций, и на смену твердым убеждениям рассудочного ума приходит Тотальная Неопределенность необусловленного восприятия. Это переломная точка кризиса трансформации – *точка бифуркации, сингулярность, или Бардо*, точка полной неопределенности, где рушатся все привычные смыслы, стираются все знакомые грани. Точка бифуркации хорошо знакома трансперсональным психологам, занимающимся проблемами кризиса трансформации, и описана в соответствующей литературе.

Двигаясь в русле героического мифа, человек не успевает задержаться в этой точке надолго. Окончательная встреча с вызовом Тотальной Неопределенности Мира ожидает его при переходе к еще более высоким уровням осознания, следующим за уровнем Кентавра-мага, на котором происходит завершающая интеграция целостности тела-ума.

Во время героического перехода человек не задерживается надолго в точке бифуркации потому, что сила теневых тенденций его сознания, доселе сдерживаемая жесткими границами рассудка, неумолимо увлекает его на встречу с главным вызовом Героя/Героини – на встречу с собственной Тенью.

Именно здесь человек встречается с последствиями своей диссоциации – отчуждения от теневых аспектов собственной личности. С одной стороны, исполненный ужаса от смутного ощущения зияющей под ногами Бездны, а с другой – донельзя напуганный высвобождающимися из-под контроля рассудка подсознательными теневыми проявлениями, Герой инстинктивно стремится найти твердую почву и обрести утраченный контроль. В этот момент он либо возвращается назад, в лоно привычных мифов рассудка, и терпит, таким образом, жестокое поражение в еще не начавшейся битве, ведь теперь двери его тюрьмы захлопываются за ним навсегда; либо начинает судорожно рваться ввысь, к свету высших уровней, но на самом деле лишь попадает из одной иллюзии в другую, где надеется обрести спасение от своей теневой половины сознания, которая теперь персонифицируется в виде алчных демонов, жаждущих завладеть его слабой душой. Все это выливается в бесплодную борьбу со своим «греховным началом» и вечным страхом снова упасть «туда» – на темное дно подсознания, кишашее тенями жутких чудовищ. Вместо встречи с собственной Тенью, которая в случае успеха завершается полноценной интеграцией Маски и Тени и выходом на устойчивый уровень Кентавра-мага, такой «герой» вовлекается в непрекращающуюся битву с Дьяволом или какой-либо другой персонификацией

«вселенского зла», которая в конечном итоге завершается закономерным крахом, ибо война со Злом, как известно, лишь умножает Зло (тем более если это Зло – лишь отражение вашей собственной Тени в Зеркале Мира).

Такой человек, как сказал бы Дон Хуан, терпит поражение в битве со своим первым врагом – страхом.

Но вернемся к тому, что происходит с человеком, который все же решился на свой страх и риск двигаться дальше в глубину.

Выходя за границы привычной личности, Герой, мужчина или женщина, шаг за шагом продвигается по незнакомой внутренней территории вглубь лабиринта подсознания, в самой сердцевине которого его ждет Минотавр – воплощение всех его самых разнузданных фантазий, олицетворение всех его скрытых желаний, персонификация всех его тайных страхов. Герой не волен решать – идти ему или не идти: на эту роковую встречу, которую можно лишь отсрочить, но никак не избежать, его влекут крепкие нити, которыми он связан со своим антагонистом, и крепче этих нитей нет ничего на свете.

Речь идет о скрытых линиях напряжения, которые создаются на уровне рассудка расколом Маски/Тени. Сила напряжения этих линий подобна кинетическому потенциалу сжатой пружины. Пока границы рассудка сдерживают пружину от распрямления, о силе напряжения можно судить только по косвенным признакам – по определенным телесным проявлениям, по существующим в физическом теле блокам и зажимам, по общему фону телесной скованности и закрепощенности, по силе фрустрации определенных эмоций и влечений, по степени избегания в разговоре каких-либо тем или по навязчивой фокусировке на каких-либо идеях. Но стоит рассудку ослабить контроль – скрытая энергия тут же вырывается на поверхность, милый котенок превращается в разъяренного зверя, вонзая когти в любого, кто попадет к нему на пути. Ослабление рассудочного контроля и стихийный выплеск теневых тенденций – вот что кроется под «нервными срывами» и «выпусканием паров». И проблема рассудка заключается в том, что этот срыв неминуем: сколько бы вы ни усиливали свою защиту и свой контроль, вы тем самым лишь туже закручиваете пружину, усиливая напряжение Тени. Время играет против вас, а время – это тот игрок, которого пока еще не удалось переиграть никому.

Двуликий Бог: тайна глубинной взаимосвязи Маски и Тени

Одно из древнейших римских Божеств – Янус – изображался с двумя лицами, обращенными в разные стороны. Согласно мифологическим источникам, Янус – Бог входа и выхода, Бог начала Пути, Бог начала времени (именно от его имени происходит название первого месяца года – январь). Двуликость Януса, собственно, и символизирует главную тайну времени и пространства – тайну Скрытого/Явленного. В пространстве это тайна взаимосвязи внешнего и внутреннего, во времени это тайна взаимосвязи прошлого и будущего.

В мифах о Янусе прослеживаются истоки древнейших космогонических верований, согласно которым мир пространства и времени возник из первоначального Единого как результат его разделения на пары

противоположностей. Таким образом, два лица Бога – это еще и два полюса изначального Единства: Хаос и Порядок, Тьма и Свет.

Другой намек на этот же факт мы встречаем в так называемых близнечных мифах, встречающихся практически везде по земному шару. Близнечные мифы описывают события, происходившие с культурными героями или божествами-демиургами – родоначальниками племен и народов. Героями близнечных мифов являются, как правило, два враждующих между собой брата-близнеца, или брат и сестра, или два соперничающих Бога-демиурга. При этом в лице одного из героев близнечной пары персонифицируется все хорошее и полезное, день, солнце, свет, а в лице другого – все плохое и недоброе, ночь, луна, тьма. В египетской мифологии такими Богами-антагонистами являлись Гор и Сет, которые иногда изображались в виде одной фигуры с двумя лицами; в германо-скандинавской – Один, творец, первошаман и его отрицательный двойник – Локи, плут, обманщик, трикстер; в ацтекской – Боги-творцы Кецалькоатль («Пернатый змей», или «Драгоценный близнец») и его соперник-трикстер Тескатлипока («Дымящееся зеркало»). Основная сюжетная линия близнечных мифов – мотив вражды между положительным героем и героем-трикстером, а затем их примирение и союзничество.

Другое указание на тайну взаимосвязи пар противоположностей мы находим в философии тибетского буддизма, где эта взаимосвязь прослеживается еще более четко. В знаменитой «Тибетской книге мертвых», где описываются события, происходящие с сознанием человека непосредственно в момент смерти и сразу после нее, говорится о последовательности столкновений сознания умершего с сонмами радостных, мирных и гневных Божеств. Но это не разные божества. Дело в том, что у каждого Бога тибетского пантеона есть три типа манифестации – радостная, мирная и гневная форма. Эти Божества, как сообщается в книге, являются зримыми проявлениями изначальной энергии осознания, окрашенной в цвета разных качеств и состояний – экстатических и панических: «Ты должен помнить, что все эти явления есть твои собственные мыслеформы» – таково наставление ламы усопшему. Человек, осознавший явления мирных и гневных Божеств как объективацию собственных обусловленных кармой состояний, достигает освобождения в Чистом Свете недвойственного осознания.

*Отгнав всякий страх перед призрачными видениями,
Да осознаю я, что все эти видения
являются отражением моего сознания.
Да осознаю я их иллюзорность.
Да не усташусь я мирных и гневных богов –
созданных мной мыслеформ.
И в этот решающий час достигну великой цели.*

«Повторяй выразительно эти слова и каждый раз вникай в их смысл, – наставляет лама. – Устремись вперед, о высокородный. Таким путем, несмотря на устрашающие видения, ты непременно познаешь Реальность».

Утверждение о сущностном единстве противоположностей, которые являются взаимодополняющими манифестациями подлинной природы сознания, – ключевая идея всего тибетского буддизма и основа практики освобождения.

Как гласят источники, неведение своей истиной природы – вот что является причиной возникновения в сознании конфликта противоположностей, который на уровне рассудка проявляется как конфликт Маски и Тени.

Маска/Тень – это, по существу, две стороны одной медали, два лица одного Бога, две противоположные роли, объединенные существующим между ними сюжетным конфликтом. Все мы знаем примеры таких ролевых пар: жертва-тиран, хозяин-раб, хищник-добыча, обманщик-глупец, ревнивец-развратник, герой-трус, родитель-ребенок, учитель-ученик и т. п.

Двуликий Бог – символ целостности сознания, где две противоположности взаимоуравновешивают друг друга. Каждая такая пара, по сути, представляет собой элементарную ролевую частицу сознания, ролевой атом или ролевой холон сознания, в котором действуют внутриатомные силы взаимопритяжения; и расщепление этого холона на две противоположности высвобождает мощные силы внутренней взаимосвязи. Линии напряжения этих сил создают общий фон того процесса, который у нас называется судьбой, а на Востоке – кармой. Эти силы формируют обстоятельства жизни, выборочно притягивая в поле нашего опыта определенные сюжеты, в которых реализуются потенциалы напряжения, возникающие между двумя половинами расщепленных холонов сознания.

Отождествляясь с Маской, с одним лицом какой-либо пары, человек автоматически вовлекается в игру, в которой разворачивается ролевое взаимодействие Маски со своей Тенью. Так мир превращается в театр, где глупый обязательно встретит того, кто его обманет, ревнивый – того, кто будет ему изменять, взрослое дитя – того, кто будет его опекать и воспитывать, а жертва – того, кто будет ее терроризировать и мучить.

Тайна Маски – ее обратная сторона. Тайна Маски и Тени – их непреодолимая тяга друг к другу, ведь Маска и Тень – два аспекта одной целостности, две половины одного холона, как внешнее и внутреннее – две половины холона пространства, а прошлое и будущее – две половины холона времени. Если снаружи на вас надета Маска страдальца, значит, глубоко внутри спрятан тиран и мучитель. Если сегодня вы хищник, значит, завтра станете жертвой.

Конфликт, неискоренимый на уровне рассудка, разрешается на уровне Героя. Герой сознательно обращается внутрь себя с целью исследовать и осознать скрытые Тени своих внешних Масок. Осознавая Тень как обратную сторону Маски, он снимает проекцию Тени во внешний мир. Разотождествляясь с Маской и Тенью, он разрешает существующий конфликт. Видя целостность Маски и Тени, он воссоединяет холон сознания, расщепленный двойственностью рассудочного мышления.

Нижний Мир: путешествие вглубь прошлого

Спуск в Подземное Царство, в глубину подсознания, – один из самых распространенных мотивов героического путешествия, в каких бы практических формах оно ни выражалось: в виде шаманского экстаза, мистериального действия, воспоминания, сновидения, холотропного дыхания, телесной работы или психотерапевтического сеанса. Двигаясь вдоль линий внутреннего напряжения, Герой/Героиня погружается в пучины подсознания, в Нижний Мир, Мир Прошлого, исследуя глубинные причины конфликтов, разворачивающихся на поверхности бодрствующего сознания.

Каждый холон сознания, существующий на поверхности в расщепленном виде как конфликт Маски и Тени, имеет свою историю возникновения и развития. Один из отцов трансперсональной парадигмы и автор методики холотропного дыхания, Станислав Гроф, называет эти холоны сознания *системами конденсированного опыта* (СКО). «Каждая СКО, – пишет он, – состоит из эмоционально заряженных воспоминаний, относящихся к различным периодам нашей жизни; всех их объединяет то, что они связаны с одним и тем же эмоциональным качеством или физическим ощущением. Каждая СКО может иметь много слоев, через каждый из которых проходит своя центральная тема, ощущения и эмоциональные качества (*линии напряжения*. – Р. М.)» (8).

Как пишет Гроф далее: «СКО воздействуют на любые области нашей эмоциональной жизни. Они могут влиять на то, как мы воспринимаем самих себя, других людей и окружающий мир. Они представляют собой движущие силы, которые лежат в основе наших эмоциональных и психосоматических симптомов и готовят почву для наших трудностей в отношении себя и других людей. Между СКО внутреннего мира человека и событиями внешнего мира существует постоянное взаимодействие (*в том числе проекция Тени*. – Р. М.). Внешние события могут активизировать внутри нас соответствующие СКО. И наоборот, СКО помогают нам в формировании восприятия мира, и, исходя из этого восприятия, мы действуем так, что вызываем во внешнем мире ситуации, отражающие образцы, которые хранятся в наших СКО. Иными словами, наши внутренние восприятия могут быть чем-то вроде сложных сценариев, посредством которых мы воссоздаем центральные темы собственных СКО во внешнем мире» (8).

Для осознания и полноценной интеграции расщепленного холона, оказывается, мало просто заметить в себе конфликт Маски и Тени. Необходимо проследовать за линиями напряжения (центральная тема переживания, физическое ощущение, эмоциональное качество), идущими от настоящего в прошлое, – к тем событиям, которые послужили причиной расщепления и стали началом конфликта. *Выслеживание самого себя* позволяет обнаружить действие Маски в своем сознании и проекцию ее Тени на окружающий мир. Но эта практика будет неэффективна, если не дополнить ее практикой *глубинного воспоминания* или *перепросмотра*.

В практике *воспоминания* мы движемся вглубь прошлого, в Нижний Мир, следуя по цепочке следов-событий, оставленных в нашей жизни драматическими проявлениями того или иного конфликта Маски/Тени. Слои за слоем мы очищаем свое сознание от последствий конфликта, пока не подбираемся к его ядру. Суть

практики *вспоминания* заключается в повторном внутреннем проживании эмоционально заряженных событий и аккуратной интеграции высвобожденной в результате перепроживания энергии.

Все это похоже на прополку огорода от сорняков. Сознание обычного человека похоже на совершенно неухоженный огород, сплошь заросший сорняками. Начиная свою практику *выслеживания* и *вспоминания*, мы приступаем к методичной прополке своего огорода сознания. Но если мы будем просто делать практику *выслеживания*, не подкрепляя ее глубинным *вспоминанием*, мы тем самым уподобимся людям, которые лишь срывают сорняки, не утруждая себя выкапыванием их корней. Поначалу такой подход кажется очень результативным: можно быстро посрывать сорняки – и вот уже огород чист, вы свободны и можете заняться другими, более интересными делами, например погрызть семечки и погыгыкать над сорняками соседа. И некоторое время вы будете жить в чистоте, думая, что успешно справились с заданием. Но через неделю, или через месяц, или через полгода вы обнаружите, что ваш огород снова заполонен сорняками, которых, кажется, стало еще больше, – и вам придется потратить еще больше усилий, чтобы очистить свой участок. И вам придется делать это опять и опять, пока вы не махнете на это дело рукой и уже окончательно не зарастете сорняками. Вы истратили все свои силы – и проиграли. Таков удел человека, не уделяющего должного внимания практике *вспоминания*.

В отличие от *сталкинга*, очаровывающего нас своим быстрым внешним эффектом, практика *вспоминания* – это осторожная и неторопливая практика выкапывания корней. Она не дает быстрых результатов, но, если делать ее регулярно, эффект будет со временем накапливаться.

Принцип эффективности практики *вспоминания* заключается в том, что, проживая один за другим травматические эпизоды своей личной истории, высвобождая и реализуя заблокированную в них энергию, мы тем самым постепенно ослабляем пружины тикающих внутри нас часовых бомб – линий напряжения, питающих уже намеченные в будущем драмы и трагедии. Полный *перепросмотр* хотя бы одной линии напряжения, порожденной конфликтом какой-либо вашей Маски/Тени, позволяет снять многие негативные последствия, которые уже готовы были случиться в вашем будущем. Причем речь идет не только о проблемах в общении и неудавшейся жизни, но и о тяжелых заболеваниях и о так называемых несчастных случаях – травмах, авариях и т. п.

Как это работает?

Лучше всего проиллюстрировать это на примере одного моего знакомого, которого я, наполовину в шутку, наполовину всерьез, буду называть здесь Отелло.

Этот знакомый однажды обратился ко мне с серьезной внутренней проблемой. Дело в том, что Отелло безумно ревновал свою жену, причем, как он сам знал, совершенно безосновательно. На тот момент моему приятелю было тридцать четыре, и это был его третий брак. Они прожили вместе около полугода, и первые три месяца Отелло был на седьмом небе от счастья. По его словам, жена воплощала в себе все самые лучшие качества, которые только свойственны женщине, и ему казалось, что он наконец-то нашел ту, которую так долго искал.

Единственное, что омрачало горизонт счастливой супружеской жизни, была его маниакальная подозрительность, с которой он ничего не мог поделаться.

Я вкратце рассказал Отелло о конфликте Маски/Тени и предложил ему заняться практикой *сталкинга*. Естественно, он очень быстро определил роль, которую играл – роль *ревнивца*, – и обнаружил проекцию этой Маски – Тень *неверной жены*.

«И что дальше? – спросил он меня. – Этот расклад был мне понятен и раньше, но это ничего не меняет, я ничего не могу поделаться со своей подозрительностью».

Все, что я мог предложить Отелло, – это немедленно приступить к практике *вспоминания*, чтобы выяснить глубинные причины существования его Маски и Тени.

Вскоре выяснилось, что несколько лет назад аналогичная история произошла с его второй женой, с которой они пробыли вместе четыре года. Тогда все тоже начиналось хорошо, но постепенно Отелло стал буквально одержим ревностью и начал методично изводить жену по пустякам. Естественно, их жизнь превратилась в сущий кошмар. Дошло до того, что Отелло нанял частного детектива, чтобы тот следил за его женой. Когда же эта история вскрылась, причем не самым приятным образом, женщина просто собрала вещи и ушла. Сценарий *ревнивого мужа/неверной жены* был разыгран как по нотам, а уход супруги еще больше укрепил Отелло в мысли, что его подозрения были все же небезосновательны и что он был жестоко обманут и брошен неверной женой.

Когда мы разбирали первые результаты практики, Отелло сказал мне, что после всего того, что он вспомнил, его состояние только ухудшилось: теперь к его подозрительности добавился еще и страх, что все может повториться вновь. «Это ужасно, – сказал он. – Мне страшно, что весь этот кошмар может снова повториться, но хуже всего то, что я чувствую, будто какая-то чуждая сила толкает меня на этот путь и я не могу ей противиться».

Я побудил его продолжать практику и двигаться дальше в прошлое. Он ушел, и некоторое время я его не видел. А затем мы снова повстречались. Я заметил перемены в его лице и осанке – он выглядел более спокойным и уверенным. Я спросил его, что случилось, дошел ли он до корня своей проблемы, и он сказал, что да. Отелло рассказал мне, что вспомнил один случай, который совершенно выветрился у него из головы.

Это произошло в шальные студенческие годы. Он тогда встречался с девушкой, которая стала его первой женой. Банальная история: она его любила, он ее – вроде как бы. Девушка забеременела после неосторожного секса, и ему пришлось жениться на ней. Он рассказал, что в те времена был пылким юношей и, со свойственным всем молодым романтизмом решил, что пора стать настоящим мужчиной и настоящим отцом. Пока жена ходила беременная, все шло ничего – Отелло старательно разыгрывал роль заботливого мужа и будущего отца семейства. Иллюзия рассыпалась, когда его жене в силу естественных причин стало не до секса и у нашего Отелло начался период вынужденного воздержания. Поначалу он крепился, но, когда жена легла в роддом, не выдержал – переспал со своей однокурсницей. И это повторилось несколько раз. Будучи человеком, не

лишенным моральных принципов, он, конечно, чувствовал свою вину, корил себя за слабость, но признаться жене так и не смог. Его жена так ничего и не узнала, а он постарался забыть о том инциденте. Отелло вспомнил, что его жена что-то подозревала и даже закатывала ему истерики, но он упорно отмалчивался. Их совместная жизнь закончилась тем же, чем и многие студенческие браки: все развалилось, когда оба закончили институт.

Отелло сказал мне, что теперь знает, в чем причина его ревности.

«Роли поменялись, – сказал он. – Я как будто встал на место своей первой жены, подсознательно ожидая, что со мной могут поступить так же, как когда-то поступил я. Это реально отравляло мою жизнь. Но теперь все точно изменится».

И он сообщил, что собирается навестить свою первую жену, честно ей рассказать все, как было, и попросить прощения.

Я молча кивнул и задумался.

«Что-то не так?» – спросил Отелло, увидев мою реакцию.

Через минуту я произнес: «То, что ты вспомнил, очень важно, но это еще не конец. Есть что-то еще в твоём прошлом, что породило ту ситуацию с твоей первой женой. Вопрос стоит так: что заставило тебя изменять ей? Возможно, ответ кроется где-то еще глубже в твоём прошлом».

Я предложил ему пройти серию сессий глубокого дыхания, нацеленных на то, чтобы оживить забытые воспоминания детства.

Уже на третьей сессии, побуждаемые глубоким дыханием и соответствующей музыкой, из его подсознания всплыли образы событий, происходивших с ним примерно в возрасте 4–5 лет. Он вспомнил, как однажды, накануне его дня рождения, родители повезли его в Москву в магазин «Детский мир», чтобы он сам выбрал себе подарок. «Детский мир» показался ему огромным сказочным царством, полным удивительных вещей. Восторг переполнял его – он никогда не видел столько изумительных игрушек, собранных в одном месте. Между тем его родители уже накупили много вещей и решили, оставив покупки под присмотром ребенка, ненадолго отлучиться в соседний отдел.

Оставшись один, мальчик поначалу увлеченно разглядывал окружавшие его чудеса. Но вскоре он почувствовал себя неуютно. Ребенку показалось, что прошло уже очень много времени, а родители все не появляются. Он подумал, что они, наверное, забыли про него.

Отелло очень красочно описывал всколыхнувшиеся в нем забытые и сильные эмоции – страх, тоску, горькую обиду и разочарование.

Эти эмоции настолько захватили мальчика, что он заплакал и пошел куда глаза глядят. Отелло рассказал, что каким-то чудом он оказался на улице и, не зная, что делать дальше, остался стоять около входа в «Детский мир». Он был полностью уверен, что родители обманули и бросили его. Он испытывал тотальную заброшенность и одиночество. В тот момент он полностью отождествился с ролью *обманутого и брошенного ребенка*. Конечно, рассказывал он, его скоро нашли. Родители вернулись и, не обнаружив сына, ринулись в детскую комнату. Уже через минуту по внутреннему радио «Детского мира» объявляли о пропаже мальчика. Случайный прохожий обратил на него внимание и отвел к родителям.

«Ну что? – спросил Отелло, когда закончил рассказывать мне свою историю. – Это и есть то самое ядро?»

После сессии он выглядел почти просветленным – его глаза сияли, лицо разгладилось.

«Возможно, да, – ответил я. – В этой сессии для тебя действительно раскрылся очень значимый момент. Теперь ты видишь, как это действует, как зарождается расщепление ролевого холона и запускается сценарий Маски/Тени...»

«Это похоже на маятник, – перебил меня Отелло, – или на качели. Отождествившись с ролью *обманутого ребенка*, я как будто сел на одну половину качелей, закрутил пружину, и осталось только ждать когда кто-то сядет на другую, чтобы мы сыграли в эту игру».

«Да, это верно. Очень меткий образ», – подтвердил я. – Но, ты знаешь, честно говоря, я сомневаюсь, что это событие и есть самое глубинное ядро твоего конфликта. Возможно, истинные корни лежат еще глубже».

«Почему же? – удивился Отелло. – Вроде все сходится: родители меня оставили, я испугался, отождествился с ролью обманутого и кинутого и стал испытывать подсознательный страх, что это когда-нибудь повторится. А потом роли поменялись местами, и тогда уже я сам стал тем, кто обманывает и кидает. Разве не так?»

«Что верно, то верно, и я не настаиваю на своей точке зрения, – ответил я. – Но позволь мне задать тебе еще один вопрос: почему в тот момент, когда родители оставили тебя одного, ты испугался, что тебя обманули и бросили? Не случилось ли так потому, что еще задолго до этого события у тебя был опыт, который и породил центральную линию напряжения твоего конфликта – базовую эмоцию недоверия к Миру? Может быть, эта линия напряжения и заставила тебя так легко войти в роль *обманутого ребенка*?»

«И что теперь делать?» – спросил Отелло.

«А ничего, – ответил я. – Хочешь – можешь остановиться на достигнутом, хочешь – иди еще глубже. Тебе решать. В любом случае ты уже достаточно ослабил свою линию напряжения, и теперь тебе можно не опасаться серьезных проблем в будущем. *Урок осознания*, который ты извлек с помощью *вспоминания*, уже не даст тебе так же легко, как раньше, вовлекаться в роль *ревнивца*, ведь теперь ты знаешь, откуда растут его ноги. Скорее всего, ты еще будешь слышать его голос внутри себя, но теперь ты будешь слышать этот голос таким, каков он и есть на самом деле – как голос обиженного ребенка, которому показалось, что его оставили родители».

С тех пор мы неоднократно виделись с ним, и он говорил, что его отношения с женой полностью нормализовались, он стал больше доверять ей. В целом ему удалось успешно нейтрализовать сценарий *ревнивого мужа/неверной жены*, который был готов вот-вот повториться в его жизни и разрушить отношения с любимым человеком.

Как правильно заметил мой приятель, расщепленный ролевой холон Маски/Тени очень похож на качели или маятник: чем сильнее мы отводим его в

одну сторону, тем дальше он качнется в другую. Глубоко отождествляясь с какой-либо ролью, мы создаем чрезмерное напряжение в одной половине ролевой пары, а затем это напряжение разрешается в стремительной и внезапной смене ролей – бывшая жертва сама становится мучителем, бывший хищник сам становится добычей.

Маятник качнулся в другую сторону, Маска и Тень поменялись местами. События перестают поддаваться контролю. Сумбурные и бессознательные действия лишь усугубляют положение. Энергия качания маятника усиливается – и вот он уже снова летит назад: тот, кто только что был наверху и праздновал победу, неумолимо скатывается вниз, еще глубже увязая в позиции жертвы, а униженный противник вздымается на дыбы, с новой силой обрушиваясь на несчастного.

Многие люди растрачивают все свои силы на эту бесплодную борьбу. Все они – безвольные марионетки, потакающие собственным страстям, заложники пульсирующих напряжений, сотрясающих расщепленный ролевой холон. И так будет продолжаться до тех пор, пока энергия расщепленного холона окончательно не исчерпает себя... Либо пока человек не начнет предпринимать сознательные шаги к прекращению этой бессмысленной траты сил и не займется практикой *выслеживания* и *глубинного вспоминания* своих внешних Масок и скрытых Теней...

Познай Тайну Силы – Познай самого себя

Добро и Зло... Бог и Дьявол... Жизнь и Смерть... Вещи, на первый взгляд, абсолютно несовместные, непримиримые, взаимоисключающие. Мир видится тотально разделенным на две враждующие половины, и это разделение кажется нам существующим отдельно и независимо от нас самих. Кажется, что такова изначальная данность бытия. Но так ли это на самом деле? Древние традиции знания и современная психология в один голос утверждают, что это не так. Изначально Мир един. Разделение порождает мы сами, таков наш способ восприятия.

Изначальная Сила едина. Это лейтмотив киносаги «Звездные войны». Сила, как мы узнаем из фильма, – это энергетическое поле, окружающее и проникающее все. Это та энергия, которая удерживает воедино всю Галактику. *«Сама жизнь создает ее, благодаря жизни растет она»*, – говорит о Силе культовый герой фильма, магистр ордена джедаев, учитель Йода. – *«Ее энергия окружает нас и связывает друг с другом. Она повсюду, между нами... во мне... в тебе... в этом дереве... в той скале... везде!»*

Сама Сила едина, но в нашем восприятии она разделяется на две стороны – Светлую и Темную. Светлая и Темная стороны Силы не существуют сами по себе, а зависят от намерений существ, использующих ее. Сама по себе Сила остается Единой, но, окрашиваясь намерениями человека, она разделяется на Светлую и Темную половину. *«Невиданную мощь придает джедаю Сила, но берегись Ее Темной стороны»*, – предупреждает магистр Йода юного Люка Скайуокера. – *«Страх, злоба, алчность ведут туда... Соблазнителен путь этот, но, если ступишь на него ты, навеки Темная сторона судьбу твою определять будет»*.

Как это происходит? В чем суть испытания Темной стороной, в чем суть выбора, неизбежно встающего перед идущим на его Пути? И почему на Пути познания Единой Силы возникает этот неизбежный конфликт, приводящий к необходимости выбора между Светлой и Темной стороной? В чем преимущество необходимости смирения на Пути Светлой стороны Силы и в чем слабость кажущегося всемогущества и власти на Пути Темной стороны? И почему оба эти Пути в конечном итоге приводят ищущего к осознанию окончательного Единства Силы?

Авторы «Звездных войн» дают нам ответ на этот вопрос, рассказывая историю жизни одного Героя, решившегося встать на Путь Темной стороны Силы, – Анекена Скайуокера, отца Люка.

Мы узнаем, что, следуя Пути познания Силы, каждый ученик рано или поздно приходит на то роковое распустье, где его ждет непростое понимание того, что Сила и Знание даются человеку не просто так, а в обмен на одно требование. Дело в том, что Сила требует от человека безусловного смирения и бесстрастия. В обмен на те неуязвимость и мощь, которые приобретает человек, владеющий Силой, он должен отказаться от личных желаний и сам стать, в буквальном смысле, послушным орудием Силы (*«Моя единственная свобода в том, чтобы безупречно следовать знакам Силы»*), – говорит Дон Хуан Карлосу).

Однако на первых этапах своего пути каждый ученик движим не только благородным стремлением познать суть Единой Силы, но и свойственными всем смертным амбициями власти, гордыни, алчности. Не смея признаться себе в этом открыто, каждый ученик втайне лелеет сладкие мысли о том могуществе, которое он приобретет, и о тех головокружительных возможностях, что сулит ему владение Силой.

Но, впервые открываясь Поток Силы и наполняясь его мощью, ученик открывается и тому безусловному требованию, которое этот Поток с собой несет, – требованию безропотно следовать его великому течению (*«следовать всеобщему ходу вещей»*), как говорят даосы). И это действительно трудный вызов – принять требование, ведь до сих пор ученика влекли к Силе и Знанию его личные желания и его личные представления о Силе и о Свободе. «Быть свободным» означало для личностного сознания «делать то, что я хочу», а «владеть Силой» возводило это личностное понимание свободы еще и в степень абсолютного произвола – «делать Все, что я хочу». На фоне такого понимания необходимость принять требование Силы (Йода: *«Забывать ты должен все то, что знал прежде... Отпустить ты должен все то, что потерять боишься»*) кажется задачей подчас просто невыполнимой.

С задачей подобного рода и сталкивается Анекен в третьем эпизоде «Звездных войн». Искушение Темной стороной приходит к нему в виде горячей привязанности к единственно близкому человеку, его тайной жене – принцессе Падме Амидале. Анекен предчувствует, что Падме умрет во время родов, и мысль о потере не дает ему покоя. Несмотря на предостережения магистра Йоды (*«Боязнь потери к Темной стороне привести может. Смерть – это жизни естественная часть. Радуйся за близких своих, которые в чистую Силу преобразовались...»*), Анекен ищет способ изменить ход вещей – спасти Падме от смерти. Используя его

страх и желание, канцлер Палпатин, Темный владыка Ситхов, расставляет молодому джедаю хитрую ловушку. «*Зачем тебе Сила, если ты не можешь воспользоваться Ею для спасения от смерти даже не себя самого, а близкого тебе человека?*» – спрашивает он Анекена, намекая, что владеет секретом способностей, которые «кажутся противоестественными», – способностей, которые могут позволить человеку избежать встречи со смертью. Единственное, что недоговаривает канцлер, так это почему эти способности кажутся противоестественными.

Но дело в том, что единственная возможность использовать безличную Силу в личных целях – это направить Ее против Нее же самой: возвести прочную крепость посреди Потока, внутри которой можно создать свой мир, свою Империю личного произвола и воплотить в этом искаженном, изолированном мирке свои самые безумные фантазии и планы. Темный владыка Палпатин знает, что нельзя игнорировать требование Силы, нельзя изменить ход вещей, но знает он также и то, что есть возможность отклонить это требование на... неопределенный срок. Темный владыка знает, что, однажды открывшись Силе и исполнившись Ею, можно вновь закрыться от Нее и делать это снова и снова, каждый раз возводя все более прочные стены для своей Империи и создавая все более устрашающее оружие – «Звезду Смерти» – для подавления тех импульсов Силы, которые не вписываются в личные планы владыки.

Это сладчайшее искушение узурпировать Силу – объявить только себя единоличным знатоком и распорядителем Знания, Истины, Духа. И это искушение рано или поздно встречается каждому человеку на его Пути.

И здесь нам раскрывается смысл Темной стороны... Нет, не Силы, а человека. Ведь вне человека нет никакой Темной стороны, нет никакого коварного искусителя, соблазняющего грешную душу. Есть только сам человек, искушающий себя сладчайшей возможностью сделать все «*по своему хотению*», «*так, как я хочу*» и подавить, убить, уничтожить, убрать с глаз долой все то, что «мешает», не вписывается в «*мои представления*», «*мои планы*». Сам человек намеренно «темнеет», т. е. становится непрозрачным, закрытым для Великого Потока Силы. И в фильме символ этой закрытости достаточно красноречив – превратившись в Дарта Вейдера, Анекен отныне и навсегда вынужден носить глухую черную шлем-маску. И отныне, воспринимая мир сквозь узкие щели своей Маски, Анекен везде и во всем будет видеть ее отражение – ужасающую, враждебную Тень. И Галактическая Империя, которую он создает вместе с канцлером Палпатиным, – это еще одна метафора безумия эго, в своем роковом омрачении пытающегося подчинить себе саму Бесконечность.

Но история на этом не заканчивается, история продолжается, шаг за шагом раскрывая нам секрет Великого Единства Силы. И секрет этот прост. В самозабвенной попытке подчинить своей власти всю Галактику, Темный владыка Ситх не замечает, как и он сам, и вся его Империя становятся лишь еще одной игрушкой в безбрежном Потоке Единой Силы, хорошим поводом разыграть новую историю – историю о Герое, бросившем вызов Галактической твердыне, историю о взятии «великой крепости», историю о разрушении зловещей «Звезды Смерти».

Всякий раз, соблазняясь своей Темной стороной, человек забывает учесть, что *Все является частью* Великого Потока Силы, а потому и его желание отъединиться от Бесконечности в своей личной «крепости», в миг, когда оно только возникло, тут же становится частью Потока, но, увы, совсем не так, как об этом мечтает несчастный. Тот, кто строит стены, отныне и навсегда вынужден будет защищать их, ведь всякая крепость существует только для того, чтобы быть завоеванной и поверженной. В этом смысл всех крепостей и империй. В этом проклятье Темной стороны. И потому вся мощь твердыни Галактической Империи, воплощенной в «Звезде Смерти», лишь повод для Единой Силы воспитать в ответ достойного Героя и дать ему эту «крепость» как забаву, как игрушку, как учебный тренажер, как способ, завоевав ее, быстрее достигнуть зрелости и обрести предельное Знание.

Глубокое прозрение единства в «Звездных войнах» заключается в том, что такими Героями становятся Люк и Лея Скайуокер, брат и сестра – дети Анекена-Вейдера.

Но прежде чем Люк сможет бросить вызов «Звезде Смерти», построенной Дартом Вейдером, он должен сам пройти искушение своей Темной стороной. А для этого ему предстоит обратиться в самую глубину самого себя, исследовать темные уголки своего подсознания – те самые, где прячутся все наши тайные желания и тайные страхи.

Люк совершает свое путешествие в глубину, в Нижний Мир, чтобы встретиться там со своим самым тайным страхом. Он попадает туда, войдя в магическую пещеру, и продвигается все дальше и дальше, вниз по лабиринту переходов. На самом дне пещеры ему является образ его врага – Темного владыки Вейдера. Но, вступив с ним в схватку, Люк обнаруживает под Маской Вейдера свое собственное лицо. Так Люк постигает тайну проекции Тени.

Твой внешний враг – лишь отражение тебя самого, твоих скрытых сторон, твоих скрытых страхов.

Возвратившись назад с этим открытием, Люк готов к тому, чтобы встретиться с Дартом Вейдером наяву и завершить начатый урок.

Искушение Темной стороной

Сильно и ярко раскрывается тема искушения Темной стороной в киносериале «Властелин колец». Символ, в котором сфокусирована эта тема, – Кольцо Всевластия. Сила Кольца такова, что, попадая в чьи-либо руки, оно пробуждает и активизирует в человеке его Темную сторону. Каждый герой, в руки к которому попадает Кольцо, проходит через искушение своей Темной стороной. И здесь ни для кого нет исключения. Мы видим, как через искушение проходят люди и существа, которые, казалось бы, так далеко ушли в своем развитии, что у них уже не должно было остаться в душе ни скрытых амбиций, ни скрытых страхов...

Темная сторона необязательно демоническая или злая. Темная сторона означает одержимость человека собой, своим личностным я, возведение этого я в

культ. Кольцо проявляет тайные фантазии человека о своем личностном я – единственном и неповторимом, абсолютном во всем. Какими бы мы были, если бы нам не нужно было прятать это в себе? Такими, какими мы знаем себя в самых сокровенных фантазиях: всемогущими, любимыми, навевающими страх и ужас, сеющими добро, единственными носителями истины и знания, мудрейшими из мудрых, на непререкаемый авторитет которых никто не может посягнуть.

Через искушение силой Кольца проходит волшебник Гендальф, чья Темная сторона – желание делать Добро направо и налево, стремление быть абсолютно Добрым. Но Добро не может быть абсолютным, оно ограничено рамками нашего понимания.

Через искушение силой Кольца проходит лесная царица Галадриэль, чья тайная мечта – быть всеми обожаемой и грозной красавицей. (*«Вместо темного властелина у вас бы была королева, не темная, но прекрасная и грозная, как рассвет, коварная, как море, могучая, как сама земная твердь, все любили бы меня и боялись»*), – говорит Галадриэль, когда Фродо предлагает ей забрать у него Кольцо.)

Гендальф и Галадриэль успешно проходят через испытание – возможно, в этом им помогает их мудрость и внутренняя сила. Но для многих искушение Темной стороной оказывается непреодолимым. И мы видим, что происходит с человеком, который поддается силе Кольца. Таков Голум, чья душа полностью омрачена предметом своих вожделений – душа-фантом, душа-призрак, иссохшая и обессиленная. Когда-то Голум был добрым дружелюбным малым – Хоббитом Смеаголом, – но встреча с Кольцом полностью перевернула и разрушила его жизнь. Поддавшись неодолимой тяге, он совершил убийство и тем самым обрек себя на вечное проклятие. Постепенно все его интересы сосредоточились вокруг его страсти, его «прелести» – вокруг Кольца. И вскоре от Хоббита Смеагола осталась только Тень – Голум.

Голум – символ человека, полностью поглощенного своей Тенью, фантомом страсти или привычки. Такие фантомные субличности есть в сознании каждого человека.

Механизм возникновения фантома коренится в способности нашего ума запоминать и воспроизводить какой-либо опыт или способ восприятия и поведения. Когда опыт и способ его получения закрепляются, в уме возникает ориентированная на повторение этого опыта программа. Пока эта программа не конфликтует с другими частями нашего сознания, мы можем не замечать ее, считая ее своим Я. Но когда начинается внутренний конфликт, фантомное я, порождение времени и привычки, обнаруживает себя.

Вы наверняка замечаете в себе этот порождаемый фантомом конфликт, когда вас захватывает какая-либо страсть и вы делаете то, что велит вам фантомное я, даже если в глубине души вы уже не согласны с таким поведением. Вы можете в буквальном смысле чувствовать, как сильный фантом, одержимый своей тягой – воплощение привычки или привязанности, – овладевает вами, поработает все ваше существо и вынуждает следовать своей программе удовлетворения. Мы знаем случаи, когда люди могут быть совершенно беспомощны перед силой своих фантомов, – эти случаи описаны, например, в иудеохристианской традиции как

одержимость демонами, бесовство. Традиционно ориентированный психиатр будет рассматривать эти случаи как разновидность душевной болезни, отклонение от нормы (в действительности же так называемая норма представляет собой, скорее, некий приемлемый уровень фантомной одержимости, чем отсутствие такового, поскольку каждый человек так или иначе зависим от своих привычек и обусловленных личной историей представлений).

Современная трансперсональная научная парадигма рассматривает такие случаи как симптомы духовного кризиса – кризиса прежней самоидентичности – и предпринимает попытку вскрыть корень фантомной одержимости, превратить битву с фантомом в вызов, который заставляет человека возвыситься над самим собой, пройти очищающий кризис внутренней трансформации и перейти на новый виток своего развития.

Именно со своим фантомом борется Фродо Бэггинс на протяжении всех трех частей трилогии «Властелин колец». Словно родовое проклятие, фантом перешел к Фродо от его дядюшки, и героический путь Фродо начался, когда он принял Кольцо – свою карму, свою судьбу и свой вызов. С этого момента сила Кольца начинает постепенно овладевать сознанием Фродо, пытаясь и в нем породить фантомное я – воплощение страстной тяги к кольцу. И на протяжении своего путешествия Фродо героически сопротивляется власти фантома. Начиная со второй части трилогии Тень Фродо воплощается даже физически в образе его коварного проводника Голума, шизоидного существа, целиком подверженного неодолимому очарованию кольца – «прелести»...

До сих пор мы говорили о Тени как о скрытых аспектах личности, но на более общем уровне Тень обозначает для нас все те аспекты Реальности, которые мы отвергаем, отбрасываем от себя, как отбрасываем на землю свою физическую тень. Не принимая что-то в Реальности, мы отгораживаемся, закрываемся от нее, становимся непрозрачными для ее лучей, и на какое-то время мы действительно перестаем видеть Реальность такой, какова она есть, создавая вместо нее некий фантом, виртуальную действительность, более или менее удовлетворяющую нашим представлениям.

И в этой иллюзорной действительности лишь неотступная Тень – в виде всевозможных помех и препятствий, в виде обстоятельств, нарушающих наши планы, – следует за нами повсюду, косвенно напоминая о том, что мы что-то отринули и забыли. Эта обратная сторона Мира – искаженные нашим обусловленным, зауженным восприятием, отфильтрованные нашим «редактором реальности» части Великой Целостности, все то, на что мы закрываем глаза, от чего мы отмахиваемся, чего мы не хотим замечать, считая это глупостью, галлюцинацией, бредом больного воображения. Мы не замечаем всего этого, пока однажды Тень не бросает нам окончательный вызов, заставляя вступить с ней в битву.

Интеграция Маски и Тени: символическая смерть Героя

Результатом архетипической битвы с Тенью становится интеграция – преодоление фрагментарности сознания и воссоздание целостности тела-ума, которое дает Герою возможность познать себя и Реальность на более глубоком и фундаментальном уровне. То, что прежде казалось разделенным, теперь обнаруживает свое единство. То, что прежде казалось непримиримым, обнаруживает свое глубинное родство. Во многих мифах Герой в конце пути сражается с чудовищем, охраняющим некое сокровище. Этим сокровищем становится для Героя осознание целостности себя, в каких бы мифологических атрибутах это осознание ни выражалось.

Поскольку результатом битвы с Тенью является интеграция, то и последним маневром Героя, обеспечивающим ему победу, становится не вражда с Тенью, а объединение с ней, как правило, сопряженное с символической смертью и последующим возрождением Героя в новом качестве.

Это понимает Фродо: он чувствует судьбоносные узы, связывающие его с его Тенью – Голумом. Фродо намеренно приближает Голума к себе, вызывая недоумение своего компаньона Сэма. Сэм не видит того, что уже чувствует Фродо – что Голум и он разделяют одну судьбу, несут одно проклятие, и освобождение от этого проклятия – это дело только их двоих. Вот почему в последних эпизодах фильма они остаются один на один – Герой и его Тень, Фродо и Голум. В своей последней битве Фродо соединяет свою судьбу с судьбой своей Тени, доверяя Голуму свою жизнь, позволяя ему вести себя по дороге смерти, – ибо таково веление всеобщего Пути. На этом пути Фродо окончательно принимает свою Тень и погибает – усыпленный гигантской паучихой и превращенный в мумию, но для того лишь, чтобы воскреснуть из мертвых – обновленным и свободным от власти Кольца.

Необходимость такого маневра очень зримо выражена в «Матрице», где герой Нео, чтобы совершить свое предназначение и стать избранным, должен прежде погибнуть. Но пули агентов Матрицы не убивают Нео, они убивают его старую рассудочную идентичность – Томаса Андерсена, трусоватого программиста, типичное дитя технологического века, балующегося запретными игрушками по ночам и скромно сносящего оплеухи начальника на работе. Томас Андерсен умирает, и вместо него рождается Избранный – тот, кто постиг секрет Матрицы. Вместо того чтобы умереть, Нео прозревает – он становится видящим: теперь он видит не мир отдельных предметов и существ, изолированных друг от друга, – все они теперь предстают для него в виде движения кодовых цепочек. Нео видит энергоинформационную основу Мира, он постигает живую Тайну Единства, и апофеозом этого постижения становится его слияние со своим врагом, со своей Тенью – агентом Смитом. Но, сливаясь с Тенью, Нео не превращается в Тень, наоборот – Тень превращается в Нео.

В фильме «Звездные войны» мы встречаем практически полный перечень всех символов трансформации, которые отсылают нас к практикам инициации, распространенным в древних доиндустриальных культурах. Недаром Джордж

Лукас признавался в одном из интервью, что сюжетная основа фильма выстроена на прочном философском и мифологическом фундаменте. «Архетипы, присутствующие в «Звездных войнах», существуют уже много тысяч лет и по большей части относятся еще к дохристианской эпохе, – говорит он. – Я прочитал огромное количество книг по мифологии – как самих мифов, так и самых разных теорий, описывающих и объясняющих их; одной из этих книг была «Тысячеликий герой» Джозефа Кэмпбелла... Я взял на себя дерзость рассмотреть основные мировые религии и различные древние культы и выяснить, что у них общего».

Один из наиболее символически нагруженных эпизодов фильма – встреча Люка с Дартом Вейдером в Городе на Облаках. В этой ключевой сцене Люк последовательно проходит через ряд инициационных событий. Дарт Вейдер открывает ему, что он его отец, – так Люк расстается с последними мифами детства. Затем Люк делает шаг в пропасть, означающий разотождествление Героя с инфантильным эго и его самораскрытие силе своей судьбы, и попадает в узкую трубу – символ родового канала, через которую стремительно движется навстречу своей смерти... или рождению... Труба выталкивает его в Бездну, над которой парит Город. Люк цепляется за антенну и повисает над Пропастью вниз головой – в той же самой позе, в какой висел на Мировом Древе Иггдрасиль во время своей инициации скандинавский культурный герой Один.

Путь испытаний подводит Героя к символической смерти, проходя через которую Герой рождается в новом качестве. Объединение Маски и Тени завершается, как только самость человека совершает полный круг интеграции, спускаясь вниз, к дорациональным, телесным уровням бытия и возвращаясь назад на уровень ума (спуск в Нижний Мир, в Преисподнюю, в Царство Мертвых и возвращение наверх – целительная петля самопревосхождения).

Во время этого путешествия самость преодолевает исключительную отождествленность со своими рассудочными Масками, соприкасаясь с более глубокими уровнями своего бытия. Одновременно с этим самость переходит на теньевую половину сознания и вступает в контакт со скрытыми автономными центрами самоотжественности, которые фокусируются вокруг отчужденных, отвергнутых и недореализованных желаний, потребностей и фантазий (встреча с Я-фантомами, битва с Тенью). Стены запретов и табу, выстроенные рассудком внутри ума, рушатся, Маска и Тень интегрируются, что означает переход самости от зауженных, ограниченных и искаженных представлений о себе (идеализации, социальные Маски) к целостным представлениям зрелого эго, которые включают в себя не только внешнюю, прявленную, социально приемлемую сторону сознания, но и весь спектр внутренних субъектов сознания (субличностей), воплощающих различные глубинные тенденции тела и ума.

Зрелое эго становится основой дальнейшей интеграции телесных уровней сознания с уровнями ума. Отныне тело и ум становятся единым целым – целостность тела полностью включается в целостность ума, и одновременно с этим самость трансцендирует и тело, и ум. «Кто Я? – спрашивает самость. – Я есть и тело, и ум» – и, формулируя так свое бытие, самость делает еще один шаг вперед, в

тот же миг переставая быть только телом и умом, в своей удивительной эволюции задом наперед.

Границы отчуждения как внутри ума, так и между умом и телом становятся зонами живого контакта, самость начинает одинаково хорошо осознавать и уровни тела, и уровни ума, переходя на новый уровень восприятия и осознания – уровень целостного тела-ума или уровень Кентавра-мага.

Целостность тела-ума: Кентавр-маг

Уровень Героя/Героини – это промежуточный уровень, предшествующий стадии окончательной интеграции тела-ума на уровне Кентавра. Две взаимосвязанные задачи, которые осознает Герой/Героиня, – разотождествление со своими Масками и битва со своей Тенью. Когда эти задачи оказываются в большей или меньшей степени решены, освобожденная от ограниченных представлений эго-ума и телесных блоков, самость человека пробивает скорлупу рассудка, прорываясь на новый уровень бытия, к новой самоидентичности и новому мировосприятию.

Этот уровень Уилбер называет уровнем Кентавра, намекая тем самым на то, что человеческий ум и животное тело пребывают на этом уровне в совершенном состоянии естественного единства. Ум больше не жестокий диктатор-всадник, а тело – не измученная лошадь. Ум и тело – одно целостное существо – Кентавр, человек-конь (рис. 12). Я добавляю к этому – маг. Тем самым я подразумеваю, что на этом уровне начинают раскрываться способности, совершенно естественные для Кентавра, но кажущиеся сверхъестественными, «магическими» для людей, находящихся на уровне рассудка. Речь идет в первую очередь о *воле* и напрямую связанными с волей способностями *намеревать* и *видеть*. Конечно на уровне Кентавра эти способности только начинают проявляться – обрести свою истинную силу им предстоит только на высших – психическом и тонком уровнях развития. Однако и на уровне Кентавра эти способности уже достаточно хорошо заметны.



Рис. 12. Кентавр.

Вот как описывает эту трансформацию Героя-воина в Кентавра-мага Дон Хуан: «По мере того как воин продолжает совершать невозможные поступки или

по мере того как невероятные вещи продолжают случаться с ним, он начинает осознавать, что проявляется какого-то рода сила. Сила, которая исходит из его тела, в то время как он продвигается по пути знания. Сначала она подобна зуду на животе или теплоте месту, который нельзя успокоить; затем это становится болью, большим неудобством. Когда боль исчезает, воин замечает, что у него появилось странное чувство относительно вещей. Он замечает, что может трогать все, что хочет, тем чувством, которое исходит из его тела... Это чувство и есть воля, и когда он способен хватать им, то можно справедливо сказать, что воин – маг и что он достиг своей цели» (14).

Психологи называют волю Кентавра-мага *спонтанной волей*, отличая ее от обусловленной воли рассудка. Спонтанная воля состоит в «переживании самости в ее тотальности, то есть в относительно спонтанном движении в определенном направлении. При волеизъявлении такого рода тело движется как целое, а опыт характеризуется раскрепощенностью и открытостью воображения» (51). Уилбер специально подчеркивает четыре характеристики бытия Кентавра: открытость, творческое воображение, тотальная (не разграниченная внутри себя) самость и ее бытие как движение целого.

Спонтанность действий Кентавра-мага означает то, что причины его поступков не обусловлены внешними авторитетами или жесткими установками контролирующего рассудка. Истоки его действий берут начало в тотальном переживании единого потока бытия или в «тотальном непрекращающемся психофизиологическом потоке» (51). Это очень сильно отличается от рассудочной воли, в которую входят какие-то навязчивые элементы, какая-то обязанность принимать решение, диктуемое высшей инстанцией рассудочного контроля, вопреки внутреннему чувству и интуиции.

Спонтанная воля исходит от тотального тела-ума, тогда как рассудочная воля – от напряженного и целеустремленного рассудочного эго.

На уровне Кентавра-мага человек воспринимает целостность своего тела-ума как первичное тотальное бытие, вот почему он обретает способность принимать полную ответственность за все свое бытие-в-Мире. У высокоразвитого человека-кентавра нет отчужденности от настоящего, у него нет никаких скрытых или спрятанных сторон сознания, избегающих обнаружения и уворачивающихся от существования-в-настоящем. Фокус самотождественности человека сдвигается с фиксации на каких-либо отдельных частях (эго-ум, Маска, Тень, тело), расширяясь на всю целостность тела-ума и обретая потенциальные способности, доступные только тотальному бытию Кентавра-мага. Сам являясь целостностью, такой человек-кентавр начинает двигаться навстречу еще большей целостности Реальности, и это как раз то, что психологи называют спонтанной волей, или *интенциональностью*, а Дон Хуан/Кастанеда – *намерением*.

Способность *намеревать*, связанная со спонтанным волеизъявлением или интенциональностью, – это первая из двух наиболее ярких «магических» способностей Кентавра. Вторая – это способность *видеть*, связанная с творческим

воображением – познавательным аспектом интенциональности. Рассмотрим обе эти способности более подробно.

Прежде всего, стоит уточнить значение термина «интенциональность». Согласно Ролло Мэю, интенциональность – «это не отождествленность с интенциями (намерениями), а измерение, лежащее в их основании... то измерение, которое пронизывает и включает в себя как сознание, так и бессознательное, как познание, так и волеизъявление». То есть интенциональность – это та же основа, из которой исходит любое побуждение, влечение, желание, эмоция, познание, это океан бессознательного, на поверхности которого плещут волны сознания. В этой формулировке интенциональность очень близка тому, как описывается сила Намерения в книгах Кастанеды: как основополагающая сила вселенной, всепроникающая сила, которая порождает наше восприятие, поток бытия, который изменяет вещи или сохраняет их такими, как они есть. Интенциональность, Намерение, Сила – все эти слова обозначают одно – силовую Ось Мира, центральный энергетический канал, связывающий воедино все: прошлое и будущее, внутреннее и внешнее, бессознательное и сверхсознательное, Плерому и Дух, основу и вершину.

На уровне Кентавра-мага человек впервые входит в сознательный контакт с этой Силой, которая движет Великий Поток Бытия. Связующее звено с Намерением или связующее звено с Духом, очищением которого занимался Герой-воин во время своих битв с Маской и Тенью, на уровне Кентавра-мага полностью актуализовано. Человек пребывает в непрерывном контакте с восходяще-нисходящим Потоксом Бытия, чутко внимая малейшим изменениям его многочисленных вибрирующих течений (эманаций, силовых линий, энергоинформационных потоков, энергетических волокон и т. д.). Спонтанность его решений и действий проистекает из этого непрерывного живого контакта с Потоксом Бытия, из этой актуализованной связи с Духом.

Собственно говоря, это и означает *намеревать*. *Намеревать* – означает быть способным чутко следовать «всеобщему ходу вещей». *Намеревать* – означает быть открытым Потоксу Силы и его требованию. Однако это не означает отсутствие у Кентавра-мага собственных устремлений, планов и целей. Скорее, верно другое – находящийся в Потоксе Силы Кентавр и все свои устремления рассматривает как части этого всеобщего Потока и таким образом пребывает в естественном гармоничном равновесии с его течением. Все, что он ни задумает, исполняется, но не потому, что он имеет власть над Намерением и может каким-либо образом управлять им, манипулировать им, изменять его течение, а потому что все его планы удачно вписываются во «всеобщий ход вещей». В этом его преимущество, которое кажется «сверхъестественным» рассудочным людям, лишенным живого контакта с Силой Потока. Люди-маски, оторванные от фундаментальной Реальности, не могут понять истинной сути такой взаимосвязи, поскольку не знают ничего, кроме диктатуры или подчинения и манипуляционных игр, в которые они играют внутри своих изолированных мирков.

Другой «сверхъестественной» способностью Кентавра-мага является его способность *видеть* невидимое, *видеть* суть вещей или суть происходящего. Способность *видеть* также проистекает из связи Кентавра-мага с Потоксом Силы.

Если способность *намеревать* – это поведенческая составляющая этой связи, то способность *видеть* – это ее познавательная составляющая.

Когда фокус отождествления самости переходит на уровень Кентавра, здесь, так же как и на всех предыдущих уровнях, начинают разворачиваться присущие этому уровню структуры восприятия, которые надстраиваются на уже существующие структуры нижних уровней и трансформируют их.

Основной познавательной способностью рассудка является соображение, т. е. способность сопоставлять поступающую от Мира информацию с уже имеющимися в памяти образцами опыта. *Со-образать* означает *со-поставлять образы*. Аппарат рассудочных интерпретаций, «редактор реальности» – это великий конструктор, Архитектор Матрицы; он не создает и не может создать ничего нового, единственное его назначение – тасовать колоду уже существующих образов, выдавая на выходе их различные комбинации.

Функция новой пострациональной структуры восприятия уровня Кентавра – творческое воображение.

Воображение, по существу, означает способность представлять нечто новое, делать невидимое видимым, тайное явным.

Это значение заложено в самой морфемике слова. *Во-образать* – превращать *в образ*, т. е. творить зримый образ. Творческое воображение Кентавра – это способность создавать новые образы на основе воспринимаемой из Мира информации, что и означает видеть невидимое, делать тайное явным. В этом разница между пострациональным воображением Кентавра и рассудочным соображением Маски.

Творческое, пострациональное воображение Кентавра и есть основа его способности *видеть* невидимое, *видеть* суть вещей. Образы Мира, которые рождаются пострациональными структурами восприятия Кентавра-мага, отличает их интегральный характер, поскольку они рождаются как синтез известного и неизвестного, сознательного и бессознательного. Интегральный характер пострациоанльного *видения* подчеркивал еще Юнг, когда говорил, что рождающийся в результате такого восприятия образ в равной мере является выражением как бессознательной так и сознательной ситуации текущего момента. Поэтому интерпретация его значения не может проистекать ни исключительно из бессознательного, ни из сознания, но лишь из их взаимного отношения.

Термин *видение* взят из книг Кастанеды. Уилбер дает другие термины для этой пострациональной способности восприятия – «высшая фантазия», «образное видение», «визионерская логика».

Следует добавить, что *видение* не связано напрямую с глазами, на что неоднократно обращает наше внимание Дон Хуан. *Видение* – это способность непосредственно воспринимать энергию всей целостностью тела-ума, что еще раз подчеркивает его интегральный характер.

Живя в непосредственном контакте с Намерением или Духом, Кентавр-маг не только следует движению Великого Потока Силы (*намеревает* его), но и *видит* его. Для человека, находящегося на рассудочном уровне развития осознания, нет

никакого способа понять суть *намеревания* и *видения*, свойственных Кентавру-магу. Вот почему в мире рассудка бытует множество крайне недостоверных мифов на эту тему, один причудливее другого, вплоть до того, что *видение* – это какой-то особый дар или тайное искусство, или что настоящими *видящими* могут быть только избранные, или что для развития *видения* нужно практиковать какую-то особую практику, или что, научившись *видеть*, человек обязательно должен видеть что-нибудь эдакое – какое-нибудь светящееся яйцо или линии мира.

Однако на деле все гораздо проще и естественнее: *видение* – это новый способ восприятия Мира, свойственный уровню Кентавра-мага. Этот способ восприятия доступен любому человеку, развившемуся до поствербального уровня и успешно реализовавшему целостность тела-ума. Как только самость закрепляется на уровне Кентавра-мага и отождествляется с его базовыми структурами – человек начинает *намеревать* и *видеть*, что означает жить в непосредственном живом контакте-диалоге с Великим Потоким Бытия.

Для каждого уровня развития характерна своя базовая структура и способ восприятия: для уроборического уровня это ощущение; для тифонического – эмоции; для ранневербального ума (Нарцисс/Нимфа) – понятия; для конкретно-операционального ума (Хоббит-маска) – правила и роли; для формально-операционального ума (Царь-в-голове) – убеждения и представления; на уровне целостного концептуального ума (Герой/Героиня) к этому добавляются еще и концепции, а на уровне пострациональной целостности тела-ума (Кентавр-маг) – творческое воображение, высшая фантазия, интуиция, образное видение, визионерская логика или просто *видение*.

Если Маска была порождением мифов, безвольной марионеткой, не имеющей возможности что-либо изменить в своем взгляде на мир, а Царь-в-голове – управителем мифов (всеми, кроме своего собственного), кукловодом-мистификатором, ловко манипулирующим мифами для реализации собственных амбиций (в первую очередь власти), то Кентавр-маг – становится если не творцом, то уж точно со-творцом мифов: его позиция характеризуется *множественностью точек зрения*, а значит, Кентавр хорошо видит условность каждой из них – это плюралистическая позиция над-умом и над-языком; на стадии Кентавра-мага человек впервые видит проблески той непостижимой Реальности, что порождает все мифы, существующие о Ней на уровне ума; с высоты, на которой он находится, ему хорошо заметен весь процесс преобразования чистого энергосигнала в поток интерпретаций, и он видит, как редуцируется и искажается этот сигнал в процессе обработки; со своей позиции Кентавр-маг видит, как Реальность превращается в мифы, и, более того, сам начинает принимать активное участие как в их создании, так и в их развенчивании.

Другими словами, стадия Кентавра – это первая стадия, на которой становится совершенно ясно: все, что кажется реально существующим на уровне вербального ума, на самом деле есть не более чем условность – лишь способ говорить о Реальности, но не более того.

«Люди-зеркала»

Следующая практика направлена на осознание той проекции, которую мы накладываем на других людей. Механизм проекции состоит в том, что мы расширяем границы своего ума на других людей и начинаем воспринимать их не как отдельных существ, самостоятельных личностей, а как персонажей, живущих на сцене нашего внутреннего театра и разыгрывающих наши собственные внутренние спектакли (это еще одна вариация Проекта *достижения* Единства, осуществляемая средствами ума).

Сама практика, по сути, представляет собой процесс проведения в уме точной границы между вашим внутренним пространством и внешним миром, который состоит из внутренних пространств других людей. У вас есть свой огород ума – у другого человека свой. Каждый имеет право на своей внутренней территории делать все, что он хочет, но он не имеет права вторгаться на внутреннюю территорию соседа. Если человек живет рядом с вами или находится с вами в каких-то отношениях, это еще не значит, что он целиком принадлежит вашему уму. У него есть свой ум и своя жизнь. Все, что принадлежит вашему уму и создано им, – это представление об этом человеке. И это представление в первую очередь составлено из ваших собственных ожиданий, воспоминаний, опасений, фантазий и т. п. В вашем уме находится это представление, но никак не сам человек, и, уж конечно, это представление никак не равно тому, кем в действительности является этот человек.

Итак, в практике «Люди-зеркала» вы учитесь разделять ваше представление о человеке и самого человека (карту и территорию, название и вещь). Ваше представление о человеке есть проекция, и она должна быть возвращена к вам, в ваше внутреннее пространство, – это тот самый камень, который вы когда-то кинули в огород соседа (а сосед в ответ закидал вас камнями из своего огорода).

Практика «Люди-зеркала» основана на некоторых простых принципах:

1. Окружающие люди – это зеркала, которые отражают ваши собственные состояния, убеждения и привычки, ваши собственные стороны как явные, так и скрытые (теневые).

2. Если то, что вы видите в окружающих зеркалах, вам не нравится, не надо предъявлять претензии к зеркалу, пытаться исправить его или сломать. Люди отражают вас самих, поэтому просто найдите в себе то, что они отражают, и измените это в себе.

3. Если вы реально изменяете что-то в себе, изменяется ваше поведение – изменяются и отражения в зеркалах. Это то, что многим кажется чудом: как так – я ничего не делал с самим человеком, а человек поменял ко мне свое отношение или свое поведение! Но на самом деле это лишь закономерное следствие того факта, что природа окружающего Мира – это природа Зеркала. Если человек-зеркало не хочет менять свое отражение (бывает и такое, когда человек – ваш друг или знакомый – продолжает упорствовать по своим личным причинам в восприятии вас

с определенной стороны, хотя вы уже изменились), то по закону это зеркало, так или иначе, уйдет из вашего пространства. При этом вам опять же ничего не надо для этого делать с самим зеркалом (например, прогонять его) – просто продолжайте изменять себя и вести себя соответствующим образом.

4. Если вы хотите по-настоящему узнать другого человека, сквозь все свои проекции и отражения, то для этого вам предстоит познать природу Зеркала Мира, а это значит познать природу Ума, которая есть Пустота.

На практике применение этих принципов выливается в один из элементов стратегии и тактики *безупречности* в своем поведении, когда вы начинаете воздерживаться от оценки, осуждения и упреков в адрес окружающих людей.

Попробуйте применить эти принципы в своей жизни. Выслеживайте свои отражения и проекции Маски/Тени в других людях с таким же несгибаемым намерением, с каким вы выслеживаете свои маски/тени внутри себя.

Глава шестая

Кентавр-маг: вершина или подножие?

В западной гуманистической психологии уровень Кентавра-мага по праву считается одной из высших стадий самореализации человека. Реализация целостности тела-ума – это суть индивидуации (по Юнгу), самоактуализации, самореализации и самопостижения человека (по Маслоу и Ассаджиоли). Реализация целостности тела-ума – это цель акмеологии, в которой этот уровень рассматривается как вершина жизни (*акмео* – «вершина»).

Действительно ли это так?

Интегральная философия и древние традиции знания говорят нам, что нет. Каким бы гармоничным и целостным ни казался сам себе Кентавр-маг, его уровень еще не есть окончательная и подлинная вершина бытия. Более того, рассматривая свое бытие как некую финальную, пиковую стадию жизни, Кентавр сам себя загоняет в ловушку ошибочного представления, свойственного всякому преходящему уровню развития, и отнимает у себя перспективу дальнейшего самопревосхождения к еще более фундаментальным и целостным уровням – уровням души и духа. И необходимость разотождествления с этим представлением становится главным вызовом его жизни.

Парадокс заключается в том, что, рассматривая себя как целостность тела-ума, самость на уровне Кентавра-мага по сути уже не является ни телом, ни умом. Дело в том, что сама возможность интеграции тела-ума становится доступной для человека только тогда, когда в сознании возникают контуры еще более высоких структур души. Самость интегрирует тело и ум, но сама уже начинает переход на уровень Сновидящей Души. Самость воспринимает себя как Кентавра, уже

являясь, по сути, Сновидцем (но еще не осознавая этой своей новой самоидентичности).

Проблема и вызов Кентавра заключаются в том, что, каким бы совершенным и гармоничным он сам себе ни казался, он так же смертен, как и все остальное в мире. Страх смерти, как и жажда жизни, все так же движут его тотальным органическим бытием, заставляя его бороться за сохранение своей преходящей формы. И хотя он начинает осознавать себя как часть Великого Потока Силы, он все же пока еще не является единым с этим Потокком. Организменная целостность самого себя (тела-ума), с таким трудом достигнутая им на предыдущих стадиях, будучи великим завоеванием, становится также и великим препятствием – страх потерять ее может заблокировать Кентавру дальнейший путь саморазвития.

То, что внутри Кентавра не осталось никаких темных пятен и скрытых сторон, еще не означает, что из его мира исчезла всякая угроза. Нет – угроза осталась: смутная угроза, существующая где-то там, на заднем плане Мира, пока еще слабые тенденции, угрожающие отнять у Кентавра все то, чем он так дорожит, – его целостность тела-ума.

Замечая эти нарастающие тенденции трансформации и осознанно открываясь навстречу назревшему кризису, Кентавр-маг на самом деле открывается для объединения с глубочайшей Тайной своего существа – Тайной *сновидящего двойника, дубля или Другого Я*. Отказываясь, не без борьбы, считать себя *вершиной* развития, Кентавр принципиально изменяет свой способ восприятия и вдруг обнаруживает, что на самом деле стоит у *подножия* новой Горы. То, что на первый взгляд казалось вершиной и целью всего предыдущего Пути, в новом ракурсе становится исходной точкой – начальным пунктом нового маршрута, который уходит в неизъяснимые потусторонние дали сияющих уровней духа.

Уровень Кентавра действительно является вершиной, но это вершина того, что Уилбер называет внешней дугой развития, подчеркивая ее принципиальное отличие от внутренней дуги. Точка, которая на внешней дуге развития является вершиной, высшим уровнем самореализации, на внутренней дуге оказывается подножием, исходной базой для нового восхождения – от личностного к сущностному, надличностному бытию, от органического бытия в физическом мире к неорганическому бытию в мире психическом, мире духа (рис. 13).

Именно поэтому кризис перехода на внутреннюю дугу развития называют психодуховным кризисом, и это следующий очень важный этап Великого Путешествия после героического кризиса обретения целостного эго и кризиса обретения целостности тела-ума.

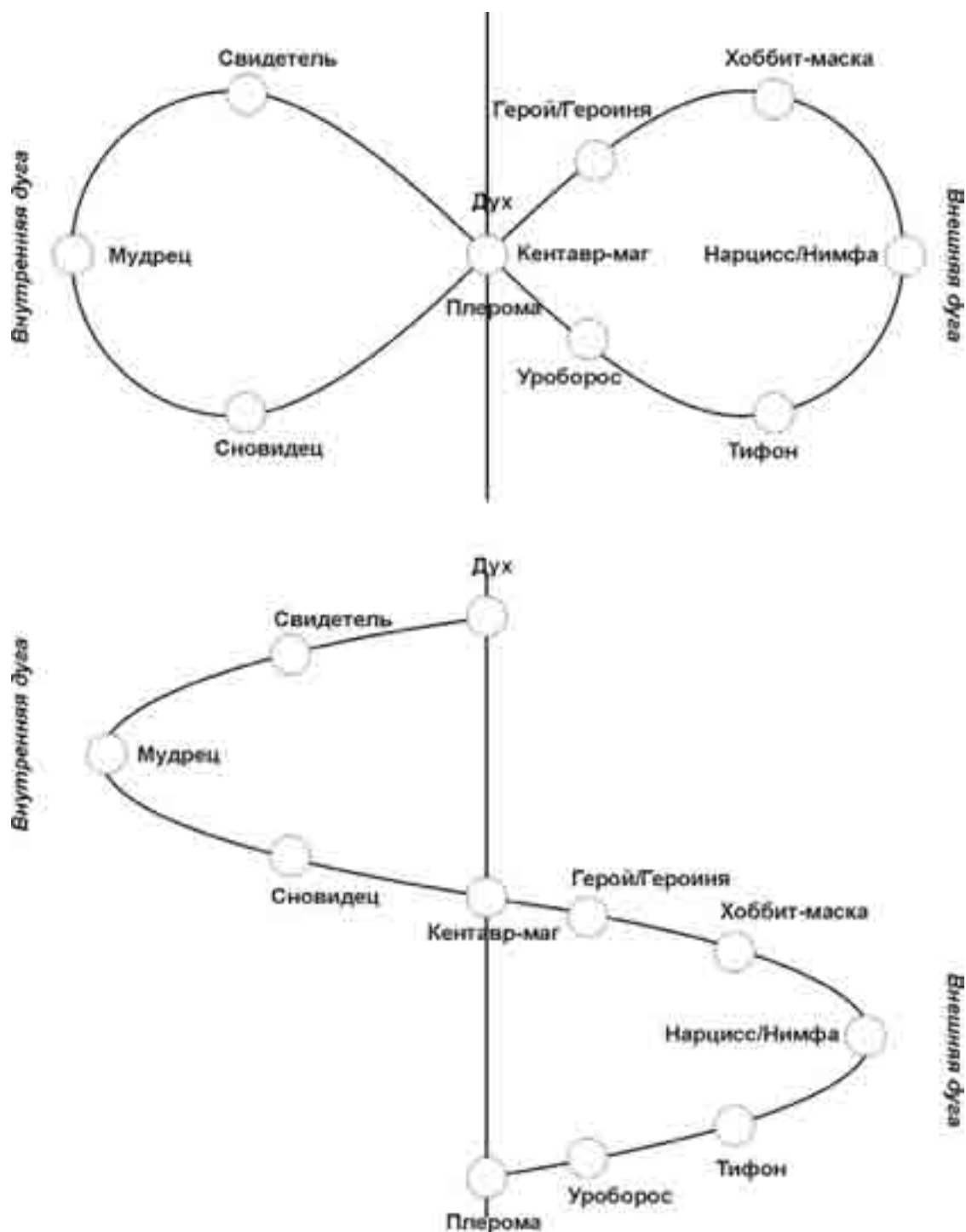


Рис. 13. Внешняя и внутренняя дуга развития.

Суть перехода от внешней к внутренней дуге развития заключается в том, что здесь самость наконец начинает непосредственно осознавать свою нефизическую природу. Дело в том, что, с какой бы структурой сознания мы ни отождествлялись, развиваясь по внешней дуге, мы, тем не менее, все равно остаемся привязаны к физическому телу и материальному миру – наш взгляд остается направлен наружу, во внешний мир. Мы можем соглашаться с тем, что внутри нас есть душа, мы можем отождествляться с умом – но все равно где-то в

глубине своего сознания мы остаемся глубоко убеждены в том, что все это каким-либо образом связано с физическим телом.

Кем бы мы ни считали себя на внешней дуге – мы все равно остаемся глубоко отождествлены со своим телом и не можем ни помыслить, ни пережить своего самостоятельного бытия вне его.

Что бы мы ни делали, о чем бы мы ни думали, мы всегда берем за изначальную точку отсчета свое физическое тело (тело эмоций-ощущений) и материальный мир, воспринимаемый через телесные органы чувств.

И вот с этой глубочайшей отождествленностью со своим физическим телом предстоит расстаться Кентавру при переходе на внутреннюю дугу развития. Это не просто переход от одной структуры к другой – это фундаментальный кризис и трансформация всей Основы бытия. Если до этого кризиса Основа продолжала оставаться внешней, то после она становится целиком внутренней.

Эту принципиальную разницу подчеркивали многие великие учителя. Они выражали это по-разному, но суть всегда была одна: в определенный пиковый момент нашей жизни, когда мы чувствуем себя самоактуализованными целостными личностями, стоящими на вершине бытия, реализовавшими в большей или меньшей степени свои мечты и планы во внешнем мире, физическом и социальном, внутри нас вдруг начинает пробуждаться *нечто неизъяснимое* – некая *фундаментальная противоположность* нас самих, которая не имеет ничего общего ни с нашей личностью, ни с ее триумфом. В нас пробуждается другая часть нашей изначальной целостности, принципиально отличная от всего, что мы знаем о себе и о мире. Мы обнаруживаем, что все, что мы до сих пор знали о себе (включая наши самые сокровенные и фундаментальные представления), есть лишь половина нашего бытия, одна из частей фундаментальной целостности – и все принадлежащие ей знания, открытия и свершения не имеют равным счетом никакой ценности для таинственной и загадочной *другой половины*. Просто потому, что она чужда всему этому, просто потому, что она фундаментально иная – она *за пределами всего этого*.

Гурджиев называл эту сокровенную внутреннюю половину нашего бытия *сущностью*, противопоставляя ей нашу внешнюю часть – *личность*. В терминах Дона Хуана/Кастанеды другая часть нашей целостности – это непостижимый *нагуаль*, фундаментально противоположный миру понимания свойственного *тоналю*, всему тому, что мы о себе знаем во внешнем мире.

Октава внешней дуги

На рис. 14, изображающем диалектическую спираль развития, уровни Плеромы, Кентавра-мага и недвойственного Духа располагаются на одной и той же Оси – на центральной Оси Целостности. Каждый из этих уровней возникает как своего рода более высокая октава точки изначального единства. Это своего рода три ноты «до» на вертикальной Оси трансформации Единого.

Плерома – это «до» недифференцированного единства, тотального не-Я. Это Ничто, это Вечный Хаос, здесь нет ни Я, ни Мира. На этом уровне силы созидания и разрушения, самоосознания и самозабвения, Жизни и Смерти, взаимоуничтожаются, не успевая возникнуть, и таким образом уравнивают друг друга. Современная физика исследует внешний аспект этого уровня как физический вакуум, из которого возникает материя и антиматерия. Этот вакуум, являющийся основой материальной вселенной, как говорят физики, по сути представляет собой своеобразный кипящий бульон элементарных частиц и античастиц, непрерывно возникающих и тут же аннигилирующих при взаимодействии друг с другом. Это равновесие Небытия. Учителя традиций внутреннего познания говорят об этом уровне как о Пустоте изначальной потенциальности. Дон Хуан/Кастанеда называл это *темным морем осознания*. Это Пустота, кипящая безграничными творческими потенциями Единого, чьи взаимопротивоположные устремления мгновенно возникают и нейтрализуют друг друга, исчезая в изначальной слиянности и неразличимости всего и вся, чтобы тут же возникнуть вновь. Это Тьма Бессознательного, кишачая всевозможными импульсами и влечениями, беспробудный Сон Бога – не живого и не мертвого.

Путь, начинающийся из этой Тьмы, – это Путь различения: Я и не-Я, Жизнь и Смерть. Внешняя дуга этого Пути (дуга личностных уровней развития) – это спираль усиления дифференциации. Здесь возникают миры отдельных множественных Я, борющихся за свое выживание. Постепенно, уровень за уровнем, волна за волной, отдельное эго преодолевает инерцию Бессознательного, формируя и упорядочивая поле своего восприятия. Я наконец-то вырывается из самозабвенной пучины плеромного Хаоса и осознает факт своего существования – *Я есть*. Это самоосознание происходит в точке Нарцисса/Нимфы. Именно здесь отдельное эго наиболее явственно провозглашает факт своей отдельности и уникальности и в тот же миг начинает страдать от тотальной заброшенности и одиночества, со всех сторон окруженное бесприютным и враждебным миром *других*. Из ада самозабвенной слиянности с Миром и тотального неразличения себя и не-себя эго попадает в ад отчужденности от Мира и тотальной противопоставленности Я всему остальному.

И по сравнению с механистическим и бездушным кошмаром этого нового ада полнейшей разграниченности и полнейшего одиночества прежний ад неразличения начинает казаться настоящим раем. Из этой позиции восприятия берет свое начало нарциссическая философия тотальной заброшенности и одиночества, бессмысленности и абсурда, которую ранний Сартр столь удачно выразил в своей «Тошноте». Его формула тотальной отчужденности нарциссического эго уложилась всего в три слова: «*Другие – это ад*». Из этой же позиции восприятия берет свое начало философия романтического возвращения в рай неразличения и слиянности. Или, скорее, бегства... Бегства прочь из тюрьмы одиночества – назад, к спасительному истоку, в прошлое, в детство, в бессознательность, в плеромный Хаос, который может показаться кому-то Раем, но на деле есть лишь самый нижний круг Ада.

Тем, кому становится очевидна гибельность возвращения назад, ничего не остается, как продолжать движение вперед. И это движение, как ни странно, тоже

оборачивается возвращением, но возвращением не регрессивным, а прогрессивным: пройдя наиболее удаленную от центральной Оси точку восприятия (точку тотальной фрагментации), самость начинает вновь приближаться к Оси Целостности. Отказываясь от саморазрушительной практики эгоцентризма, самость ищет стратегию более адекватного взаимодействия с другими, и этой стратегией оказывается социоцентризм, или этноцентризм – стратегия ролевого взаимодействия, обусловленная принятыми в обществе правилами игры. Самовлюбленный Нарцисс превращается в жизнелюбивого Хоббита. Целостность отдельного эго сохраняется, но при этом включается как часть в более широкую целостность социальной группы. Это включение осуществляется путем нахождения приемлемого баланса личностных прав и общественных обязанностей, которые принимает на себя самость-Хоббит, начиная играть в своем социуме определенные роли, предписанные ему социальными правилами. У эго сохраняются определенные права, но появляются и определенные обязанности. Отождествляясь с ролью, *Я* находит новый способ выживания в среде и упорядочивания окружающего Мира.

Затем наступает время героического кризиса и выхода за пределы ролевой самоидентификации – человек начинает осознавать себя как целостное эго, объединяющее и превосходящее различные уровни ума – досоциальные (Нарцисс/Нимфа) и социальные (Хоббит-маска). А следующий этап развития, когда в зрелое личностное эго интегрируются доличностные уровни Тифона и Уробороса, приводит человека к осознанию целостности себя на всей внешней дуге и обретению нового единства с Миром, которое выражается теперь в философии мироцентризма. Так возникает самоидентификация Кентавра-мага.

Возникая на центральной Оси как более совершенная реализация (более высокая октава) изначального единства *Я* и Мира, точка восприятия Кентавра-мага, с одной стороны, воспроизводит изначальное «звучание» плеромного «до», а с другой – качественно трансформирует его. Если на уровне Плеромы это единство присутствует как примитивное, недифференцированное, бессознательное единство тотального не-*Я*, то, пройдя через всю внешнюю дугу трансформации, на уровне Кентавра-мага оно превращается в совершенную, гармоничную, упорядоченную, динамически взаимосвязанную и одухотворенную систему двух тотальных целостностей *Я*-Мир.

Целостность Я-Мир – это тотальная целостность Я как тела-ума, гармонично включенная как часть в тотальную целостность Мира как био- и ноосферы.

В этом и заключается мироцентризм позиции восприятия Кентавра-мага.

Самоидентификация Кентавра отличается от предыдущих уровней внешней дуги своей стабильностью и уравновешенностью, и это неудивительно, ведь его позиция восприятия располагается непосредственно на центральной Оси. Отсюда Кентавру остается сделать лишь маленький шаг, чтобы перейти на внутреннюю дугу развития (дугу надличностных, или трансперсональных,

уровней), но этот шаг дается ему с огромным трудом. Стабильность и упорядоченность восприятия Кентавра, будучи его несомненным завоеванием и вершиной внешней дуги, оборачивается проклятием при попытке продолжить дальнейшее движение по внутренней стороне.

Препятствие, с которым сталкивается Кентавр-маг на своем Пути, Дон Хуан называл *ясностью*. Ясность, как говорит нам харизматичный Нагваль со страниц книг Кастанеды, – это второй враг на Пути человека к Знанию. Первый враг – это страх. С ним человек встречается во время героического кризиса, когда зов трансформации ведет его с поверхности сознания в глубину самого себя – навстречу собственным демонам, навстречу собственной Тени. Когда же страх глубины преодолен и человек объединяется со своей Тенью, к нему приходит ясность. Ясность понимания, ясность восприятия, ясность осознания.

Эта ясность приходит как следствие неискаженного взгляда на себя и на Мир. Восприятие освобождается от ложных интерпретаций Маски, человек наконец видит свою глубину и глубину Мира, и эта ясность и глубина осознания пленяют его своей строгой точностью и чистотой. Взамен убогих и ограниченных рассудочных мифов человек-кентавр обретает мифы о целостности самого себя и Мира, и эти мифы говорят ему, что он уже достиг всего, чего только может достигнуть человек на земле. Эти мифы говорят, что человек-кентавр на голову выше своих менее развитых собратьев, ибо он способен *видеть* и *намеревать*. Эти мифы говорят, что таких удивительных способностей человек-кентавр добился дорогой ценой – ценой отречения от своего эго, ценой непрестанных усилий, ценой набивания болезненных шишек, ценой трудного пути ошибок и поражений. Эти мифы говорят, что новообретенная трезвость, уравновешенность и ни с чем не сравнимая ясность – это достойная награда за долгожданную победу в череде многолетних битв.

И эти мифы, как и любые другие, рано или поздно становятся ловушкой, усыпляющей внимание Путника и погружающей его сознание в болото ложной самоуспокоенности и самоудовлетворенности. И эти мифы, как и любые другие, рано или поздно должны быть превзойдены и отброшены, чтобы двигаться дальше вперед и вверх – навстречу Неизъяснимому.

Завершение внешней дуги: повторное рождение

Психодуховный кризис (кризис перехода на внутреннюю дугу развития), как и оба предыдущих (героический и кентаврический), имеет свою особенную специфику и свой особенный предмет. Если предметом героического перехода была битва с Тенью, символическая смерть Маски и интеграция самости с неосознаваемыми частями ментального эго, а предметом кентаврического кризиса – символическая смерть эго в качестве изолированного ментального *Я* и ее интеграция с довербальными телесными структурами, то предметом психодуховного кризиса становится тотальное переживание всех паттернов рождения и смерти, связанных с целостным телом-умом.

«Тьма окутала меня, и я оказался за пределами мыслей и времени. Звезды неслись передо мной, и каждый день казался длинным как земная жизнь. Но это был не конец. Я почувствовал, что жизнь возвращается. Меня вернули исполнить то, что мне назначено».

Так описывает волшебник Гендальф, в образе которого мы можем усмотреть черты самосознания Кентавра-мага, события, произошедшие после того, как битва с Демоном Тьмы (архетип Тени) увлекла его на самое дно Мира. Гендальф не погиб, как полагали его друзья, а, пройдя через околосмертный опыт, пережил качественную трансформацию, которая превратила его в новое существо: из Гендальфа Серого он преобразуется в Гендальфа Белого. Как и все во «Властелине колец», преобразование Гендальфа – это один из символов трансформации, происходящей в сознании человека, когда тот переходит на внутреннюю дугу развития и пробуждает принципиально иные, отличные от внешних, структуры восприятия.

Естественным завершением внешней дуги развития становится цепь особых событий иницирующего характера, во время которых человек заново проживает и осознает динамику своего биологического рождения и сталкивается с обусловленными этой динамикой фундаментальными паттернами судьбы, которые, как оказывается, полностью определяли характер течения его жизни во внешнем мире: это паттерны рождения и смерти, покоя и борьбы, агрессии и экстаза, насилия и жертвенности.

Проживание-осознавание фундаментальных паттернов судьбы происходит сразу на нескольких уровнях: на телесно-эмоциональном – как проживание-осознавание четырех матриц биологического рождения и связанных с ними базовых ощущений и эмоций; на личностном (уровне образно-понятийного, ролевого и концептуального ума) – как проживание-осознавание базовых ориентирующих понятий, моделей поведения, матриц ролевых взаимоотношений и матриц мировоззрений; на надличностном – как встречи с архетипическими существами и проживание фундаментальных сюжетов жизни и смерти.

Результатом такого осознанного проживания становится интеграция двух фундаментальных полюсов бытия, между которыми разворачивается вся наша жизнь в мире пространства-времени – полюса Рождения и полюса Смерти.

«Выходя за пределы биографических событий раннего детства, мы попадаем в сферу опыта, связанного с биологическим рождением, – пишет Гроф. – Вступая на эту новую территорию, мы начинаем испытывать эмоции и физические ощущения необычайной силы, которые нередко превосходят все, что мы привыкли считать возможным для человека. Здесь мы сталкиваемся с эмоциями двух полярно противоположных типов – со странным переплетением рождения и смерти, как если бы два эти аспекта человеческого опыта каким-то образом были единым целым» (8).

Восстановление целостности рождения-смерти – это важнейшая веха развития, поскольку здесь вскрываются глубинные взаимосвязи всего нашего бытия: высвечиваются скрытые линии и потоки энергии, пронизывающие и связывающие в единое целое три уровня существования: доличностное,

личностное и надличностное бытие. Обнаруживается сущностная взаимосвязь между определенными физическими ощущениями, которые испытывает младенец, когда рождается на свет, навязчивыми эмоциональными состояниями, преследующими нас на протяжении жизни, деструктивными моделями поведения и ролевых взаимоотношений, которые складываются у нас с другими людьми, и фундаментальными типами мировоззрений, обуславливающих наше восприятие Мира и отношение к нему.

Станислав Гроф называет такие существующие в нашем сознании констелляции ощущений-эмоций-образов-понятий-ролей-мировоззрений-архетипов системами конденсированного опыта (СКО), о которых мы уже вели речь в предыдущей главе. Основанием СКО служит опыт биологического рождения, который закладывает в нашем сознании фундаментальные базовые импринты восприятия и поведения, обуславливающие нашу человеческую форму, а их вершины упираются в своды архетипических уровней, где содержатся первичные семена-формы всех вещей и явлений.

Матрицы рождения

Исследования в необычных состояниях сознания позволили получить неопровержимые доказательства того, что мы храним в своей психике, нередко на глубинном клеточном уровне, воспоминания об околородовых переживаниях. Эти переживания (через которые младенец проходит перед, в момент и некоторое время после родов) закладывают в нашем сознании фундаментальные образцы опыта, формирующие в Плероме зачатки того, что в будущем станет полноценной человеческой формой – или *человеческой матрицей восприятия Реальности*.

Станислав Гроф выделяет четыре такие эмпирические матрицы рождения (он называет их Базовыми Перинатальными Матрицами – БПМ). Каждая матрица соответствует одному из четырех последовательных эпизодов биологического рождения. Первый эпизод – момент пребывания в утробе матери до начала родов. Второй – когда схватки уже начались, но шейка матки еще не раскрылась. Третий – момент прохождения через родовой канал. И четвертый – собственно рождение, когда младенец покидает тело матери.

На каждой из этих стадий ребенок испытывает мощные концентрированные физические ощущения: растворенность и покой на первой стадии, сжатие и давление на второй, толчки и движение на третьей, падение в пустоту и расширение на четвертой. Невероятная мощь этих ощущений объясняется их тотальностью, поскольку каждое из этих ощущений оказывается единственным переживанием, которое не с чем сравнить, от которого нельзя отгородиться, и это переживание тотально захватывает всю энергию-внимание плода: если это покой – то это тотальный покой, если это сдавливание – то это тотальное сдавливание и т. д.

При повторном проживании опыта биологического рождения (эпизоды, связанные с опытом рождения, имеют тенденцию спонтанно всплывать при углубленной практике холотропного дыхания) эти интенсивные физические ощущения могут дополняться столь же интенсивными эмоциональными,

символическими, образными, ролевыми и архетипическими переживаниями. Это происходит потому, что взрослый человек, развитый хотя бы до рассудочного уровня, уже имеет все те структуры восприятия, которых еще нет у младенца и которые необходимы для того, чтобы иметь эти переживания (эмоциональные, символические, образные и ролевые). Таким образом, при повторном проживании опыта рождения сопровождающие процесс рождения изначальные энергетические импульсы разворачиваются с помощью имеющихся у взрослого человека структур восприятия в последовательности сильных эмоциональных переживаний, видения специфических символов и образных картин и переживания особых ролевых ситуаций.

Такое повторное проживание позволяет глубже осознать природу рождения, а также вскрывает глубинные причины тех специфических событий, которые происходят с нами в жизни и которые мы до момента трансформирующего переживания рассматривали как данность жизни вообще. Мы считали, что жизнь такая, какая она есть, и с этим уже ничего не поделаешь. Но вдруг оказывается, что это не так.

Оказывается, что

во многих смыслах обстоятельства нашей личной биографии есть лишь неумолкающее эхо тех грандиозных событий, которое мы пережили, когда рождались на этот свет.

И необходимость осознания этих событий (того, что происходило в сознании до рождения, в момент рождения и после рождения) – это единственная причина, по которой наши специфические обстоятельства жизни повторяются снова и снова, изо дня в день. И даже более того – это единственная причина, по которой вообще существует мир времени и пространства, каким мы его знаем.

Мы обнаруживаем, что мир – это колесо сансары, которое крутится по одной простой причине: оно снова и снова во всевозможных формах и образах воспроизводит в нашем восприятии одно единственное фундаментальное событие – драму нашего появления на этот свет, скрывающую в себе тайну расщепления экзистенциального холона рождения-смерти на две фундаментальные половины – потустороннее и посюстороннее бытие.

Драматическая динамика рождения закладывает основные процессуальные паттерны (базовые программы) нашей судьбы – как негативные, так и позитивные.

Среди них такие, как общее отношение к миру как к враждебной или дружественной среде, чувство потерянности и тотальной ненужности, ощущение бессмысленности бытия, страх перед будущим и озабоченность своей судьбой, либо позитивное ощущение глубокого смысла в тех изменениях, которые несет с собой жизнь, паттерны борьбы, соперничества или сотрудничества, ожидания победы или поражения и т. д.

Наиболее общее выражение этих фундаментальных программ человеческой жизни мы находим в мифологических сюжетах и архетипических образах. В этом смысле общая динамика процесса рождения укладывается в четыре основных архетипических сюжета, которые на мифогенетическом языке нашей культуры могут быть выражены следующим образом: «Райский Сад и Скрытая угроза», «Изгнание из Рая и заточение во враждебном мире», «Путешествие сквозь Лабиринт: Битва за жизнь», «Смерть и новое рождение».

Говоря о вспоминании-перепроживании событий нашего появления на свет, мы должны всегда иметь в виду, что этот опыт не равен опыту собственно биологического рождения. Человек, проходящий через опыт перепроживания рождения, – это, как правило, уже взрослое существо, сформировавшаяся личность, имеющая свойственные всякой развитой личности специфические структуры восприятия, которых у только рождающегося на свет младенца попросту нет. Вот почему я хочу подчеркнуть, что образы и сюжеты, о которых пойдет речь ниже, являются не столько содержанием переживаний ребенка в утробе матери, сколько содержанием опыта взрослого человека, проходящим во время духовного кризиса через события, пробуждающие мощный энергетический потенциал драмы смерти-возрождения. То, что во время собственно биологических родов было последовательностью сильнейших физических ощущений, разворачивается во время духовного кризиса в сложные и многозначные образные и символические конструкции, специфические ролевые сюжеты и архетипические ситуации, успешно проходя через которые человек реализует целостность холона рождения-смерти и переходит на уровень бытия, принципиально отличный ото всего, что нам известно в мире разума.

Итак, во время духовного кризиса человек сталкивается со сложной гаммой переживаний, в пределах одной октавы, образованной двумя полюсами, двумя нотами «до» – глубоко взаимосвязанными, но все же не сводимыми одна к другой: нижнее «до» этой октавы – это переживания плода в матке (имеющие доличностную природу); высшее «до» – это надличностные архетипические переживания, аккумулирующие весь личностный и коллективный опыт человечества. Оба типа переживаний имеют одну общую деталь, которая глубоко роднит их между собой: эти переживания носят универсальный и вневременный характер. Оба типа переживаний глубоко соотносятся между собой, являясь, по сути, двумя половинами одной тайны, одной головоломки, одного целого – холона рождения-смерти.

Ниже мы рассмотрим четыре динамические матрицы этого холона в том виде, в каком они проявляются (развертываются) на различных уровнях развития осознания: на телесном (как матрицы биологического рождения, БПМ в терминологии Грофа), на эмоциональном (как матрицы эмоциональных состояний), на ролевом (как паттерны ролевых взаимоотношений), на концептуальном (как системы мировоззрения) и на трансперсональном (как архетипические сюжеты).

В каждой из четырех динамических матриц, как указывает Гроф, есть два ясно различимых аспекта – положительный и отрицательный. В зависимости от обстоятельств прохождения через эти матрицы каждый конкретный человек может с разной силой фиксироваться в каждом из этих аспектов, формируя тем самым определенный узор своей судьбы.

Райский Сад и Скрытая Угроза

Первая матрица родовой динамики совпадает по времени с периодом вынашивания. Это состояние, в котором находится плод во чреве матери. Гроф характеризует его как «океаническое» состояние без каких-либо границ, в котором мы не проводим различий между собой и организмом матери или между собой и внешним миром» (8). Эмбрион плавает в невесомости в околоплодной жидкости, тело матери защищает его пространство от внешних воздействий. Все потребности немедленно и без усилий удовлетворяются плацентой, которая снабжает эмбрион кислородом и питательными веществами, а также удаляет все отходы. Степень единства эмбриона с материнским организмом так высока, что он, скорее, является одним из органов тела матери, чем самостоятельным организмом.

Уилбер называет этот уровень сознания плеромным, подчеркивая его недифференцированный, вневременный и нелокальный характер. Сознание эмбриона еще не локализовано в пространстве и времени, не отождествлено с конкретным организмом.

Положительная фиксация на переживаниях первой матрицы рождения связана с комплексом ощущений так называемой хорошей матки. Это переживания безмятежных периодов внутриутробной жизни, когда условия для эмбриона близки к идеальным. На телесно-эмоциональном уровне комплекс «хорошей матки» включает в себя чувства океанического блаженства, безмятежности, растворенности и тотального покоя.

На стадии внутриутробной жизни эмбрион, по сути, является водным организмом, вот почему при повторном переживании состояний, связанных с первой матрицей, в сознании всплывают картины океанических форм жизни. Человек может отождествиться с рыбой, медузой, дельфином или китом, плавающим в солоноватом питательном море. Символической манифестацией этого комплекса переживаний являются образы «Рога изобилия», «Райского Сада» и «Матери-природы» – прекрасной питающей и оберегающей сущности.

В процессе дальнейшей жизни такая фиксация может выразиться в положительной пассивно-зависимой установке «ребенок-родитель» в мировоззрении и ролевых отношениях Я – Мир. Это эмоциональное состояние невинности, созерцательности и пассивного приятия Мира, который видится дружественным местом, где отсутствует всякое зло и соперничество.

Как пишет Гроф: «В ходе систематической эмпирической работы люди нередко обнаруживают глубокую связь между океаническим блаженством БПМ-I и воспоминаниями счастливых периодов младенчества и детства, например беззаботных и радостных игр со сверстниками либо эпизодов гармоничной семейной жизни. Счастливые романы и любовные отношения с сильным

эмоциональным и сексуальным удовлетворением также ассоциируются с положительными периодами эмбриональной жизни. Люди, работающие с глубинными переживаниями, часто сравнивают океаническое блаженство «хорошей» матки с определенными видами экстаза, которые мы можем переживать, став взрослыми.

Многие переживания, связываемые с этой матрицей, могут быть навеяны прекрасными картинами природы – великолепием восхода и заката, величавым спокойствием океана, захватывающим дух величием снежных вершин или загадочной красотой северного сияния. Точно так же чувства, весьма близкие к БПМ-I, можно испытать, размышляя о непостижимой тайне звездного неба, стоя возле гигантской тысячелетней секвойи или любуясь экзотической красотой тропических островов» (8).

На более высоких уровнях развития осознания положительная фиксация в первой матрице может облегчить доступ человеку к таким областям надличностного знания, как переживание единства со Вселенной, Богом, осознание Вселенной как непостижимой тайны и Божественной игры энергии. Человек может отождествиться с космическим телом, межзвездным пространством, галактикой или целой Вселенной. Можно пережить удивительное, парадоксальное соединение противоположностей – мы можем осознавать космическое единство как бессодержательное, но одновременно вмещающее всю полноту содержаний, можем воспринимать себя как существующих и в то же время не существующих, видеть все материальные объекты пустыми, а саму пустоту исполненной формы, переживать тотальное унижение и испуг от собственной ничтожности и одновременно испытывать чувства огромного успеха и внутренней целостности вплоть до отождествления себя с Богом.

Оказываясь на этом уровне восприятия, мы начинаем чувствовать, что обладаем прямым, немедленным и безграничным доступом к знанию и мудрости вселенской значимости, и можем переживать сложные прозрения, раскрывающие природу бытия.

Положительная фиксация на первой матрице способствует тому, что на архетипических уровнях восприятия человек легче находит путь к встрече с существами, манифестирующими различные высшие уровни души и духа, – Великая Богиня-Мать, Бог-Отец, Христос, Аллах, Будда, Аполлон и т. д.

Но чаще оказывается так, что условия жизни плода в матке далеки от идеальных. Мать может время от времени съесть какую-то вредную для эмбриона пищу, употреблять алкоголь или курить сигареты, принимать токсичные для плода лекарства. Она может находиться в очень шумном месте, испытывать длительный стресс, делать резкие движения, нарушающие спокойствие эмбриона, испытывать сильные негативные эмоции – такие как сильная тревога, напряженность, раздражительность или бурные вспышки гнева (Гроф называет это токсичными эмоциями). У нее может быть длительный токсикоз, или она может простудиться или подхватить инфекцию. Наконец, на качество беременности могут влиять ее настроения и мысли о будущем ребенке.

В этом случае в матку поступают различные токсичные вещества, которые существенно изменяют химический фон околоплодной жидкости и химию собственных тканей эмбриона, – в клеточной памяти плода формируется комплекс ощущений «плохой» матки, который в случае сильной фиксации на нем может оказывать серьезное разрушительное воздействие на последующую жизнь человека.

Ощущение химического токсикоза, пережитого в эмбриональном состоянии, разворачивается на телесно-эмоциональном уровне в навязчивое чувство скрытой, неопределенной угрозы, нависшей над миром. Человек, испытавший отрицательную фиксацию в первой матрице рождения, в последующей жизни склонен залипать в навязчивых состояниях беспочвенного беспокойства, тревоги, страха и тоски. В комплексе образов, всплывающих в сознании при повторном проживании энергии отрицательной фиксации первой матрицы, преобладают темы загрязненной или опасной окружающей среды, отравлений, темы присутствия злых существ, невидимых излучений, опасных внеземных влияний и т. п. Чистая океаническая атмосфера, свойственная «хорошей» матке, может становиться темной, мрачной, зловещей и казаться полной скрытых подводных опасностей.

Фиксация на ощущениях «плохой» матки ведет на последующих этапах жизни к формированию отрицательной пассивно-зависимой установки во взаимоотношениях Я-Мир (комплекс «жертвы») и закладывает основы параноидального мировоззрения. В дальнейшем человек начинает подсознательно снова и снова воспроизводить в своей жизни обстоятельства, связанные с имевшими место нарушениями в естественном течении его внутриутробного существования. Пристрастие к сильнодействующим лекарствам, табакокурение, алкоголизм и наркомания могут быть рассмотрены как такие подсознательные стремления человека воспроизводить симптомы «плохой» матки. Зафиксированный на отрицательном аспекте первой матрицы, человек склонен интерпретировать события своей жизни в терминах и символах «скрытой угрозы», настороженно и с подозрением относясь к любым происходящим переменам.

На трансперсональном уровне отрицательная фиксация проявляется как встреча с коварными и злобными демонами. Гроф описывает переживания одного из испытуемых, прошедшего через опыт глубинного прозрения относительно связи между событиями внутриутробной жизни и архетипическим уровнем бытия. По словам Грофа, этот человек, Бен, «увидел поразительную связь между состоянием Будды, восседающего на лотосе в глубокой медитации, и состоянием эмбриона в хорошей матке. И хотя спокойствие, безмятежность и удовлетворенность Будды не тождественны эмбриональному блаженству, они, по-видимому, имеют с ним некоторые важные общие черты, будучи как бы его «более высокой октавой». Демоны, которые на индийских и тибетских картинах окружают Будду, потенциально угрожая его покою, также казались Бену представляющими нарушения, связанные с БПМ-I. Среди этих демонов Бен мог выделить два вида. Кровожадные, откровенно агрессивные и свирепые демоны с клыками, кинжалами и копьями символизировали боли и опасности процесса биологического рождения,

а гадкие, хитрые и коварные представляли вредные влияния внутриутробной жизни» (8).

Безвыходная ситуация. Изгнание из Рая

Атмосфера «плохой» матки во многом перекликается с общими симптомами второй матрицы рождения, когда ту же самую матку, которая во время нормальной беременности была относительно спокойной и предсказуемой, теперь сотрясают сильные периодические сокращения и в ней происходят необратимые изменения, кажущиеся катастрофическими. «Весь прежний мир эмбриона неожиданно рушится и сокрушает его, вызывая страх и огромный физический дискомфорт, каждое сокращение сжимает маточные артерии и препятствует прохождению потока крови между матерью и эмбрионом. Это весьма тревожная ситуация для эмбриона, поскольку она означает прерывание снабжения кислородом и питанием, дающими ему жизнь, а также разрыв значимых связей с материнским организмом. В это время шейка матки все еще закрыта. Сокращения, закрытая шейка матки и неблагоприятные химические изменения в сочетании создают невыносимую и угрожающую жизни среду, которая может казаться эмбриону безвыходной. Неудивительно, что в этой матрице так тесно связаны смерть и рождение» (8).

Основной мотив второй матрицы – полное отсутствие выхода: шейка матки закрыта и нарастающее давление никак не разрешается. Время, проведенное в этой безвыходной ситуации в процессе родов, может существенно варьироваться от человека к человеку: у одних оно может исчерпываться минутами, у других длится долгие часы. В каждом конкретном случае эти особенности по-разному влияют на то, какой след оставят в бессознательной памяти человека специфические и очень мощные ощущения второй матрицы. В любом случае избыточная фиксация на этих ощущениях играет ведущую роль в формировании особого склада человеческой психики, предопределяя доминирующие эмоциональные состояния, особый тип отношений с Миром и специфическое мировоззрение, которые будут свойственны человеку на более поздних этапах жизни.

Основные эмоциональные состояния второй матрицы рождения – чувство неполноценности и вины, безвыходности, бесполезности и абсурдности существования, чувства беспомощности и безнадежности. Эти состояния находят свое выражение в соответствующих образах и символах: заточение во враждебном мире, бессмысленное блуждание в жутких, темных и душных лабиринтах подземных пещер, затягивание в воронку гигантского водоворота, удушение и пожирание жертвы ужасающим спрутом или удавом. Интенсивность переживания может достигать фантастических масштабов, создавая впечатление, что весь прежний мир разрушается и исчезает в тотальном апокалипсисе.

Кризис рождения закладывает основы отношения человека к любым переменам, которые будут происходить с ним в течение жизни, и формирует общий сценарий их прохождения. Фиксация на отрицательном аспекте второй матрицы создает общий фон страха перед будущим, нежелания и отрицания

надвигающихся перемен. Этот комплекс чувств Гроф выражает следующей триадой: страх смерти, страх никогда не вернуться назад и страх сойти с ума.

Человек, чье внимание зафиксировано в отрицательном аспекте второй матрицы, как правило, склонен потакать чувству собственной никчемности, никудашности, склонен преувеличивать свою глупость и неполноценность. В мировоззрении такого человека преобладают черты нигилизма: жизнь видится в самой основе лишенной всякого смысла, любое стремление к цели – наивным самообманом. Это психология неудачника, с точки зрения которого любые старания, амбиции и мечты о будущем попросту обречены на провал. Это психология Дон Кихота, ведущего жалкую битву против могущественных внешних сил без малейшего шанса в ней победить.

На символическом плане ситуация описывается как «Изгнание из Рая» – это крушение всех надежд, крушение привычного образа жизни, жестокое, несоразмерное и несправедливое наказание непонятно за что.

На трансперсональном уровне комплекс ощущений второй матрицы выражается в архетипических образах Ада и Преисподней, в мотивах невыносимых страданий, духовных и физических, «вечных мук», в мотивах «первородного греха» и «вечного проклятия».

В повседневной жизни фиксация на отрицательном аспекте второй матрицы притягивает в наше поле различные неприятные ситуации, кажущиеся безнадежными, где мы ощущаем себя в опасности, где на нас наваливается разрушительная сила негативных внешних обстоятельств, с которыми ничего нельзя поделать. Кроме того, Гроф отмечает, что вторая матрица «может быть связана с воспоминаниями о тяжелых психологических травмах, в частности о разлуке, неприятии, лишениях, событиях, подрывающих душевное равновесие, и ситуациях ограничения и подавления в родной семье и в последующей жизни. Таким образом, – констатирует Гроф, – роль жертвы в своей семье, в классе, в интимных отношениях, на рабочем месте и в обществе усиливает и закрепляет память о безвыходной стадии рождения и делает ее психологически более подходящей и доступной для сознательного опыта» (8).

И вечный бой – покой нам только снится

Сколько бы долго ни продолжалась ситуация отсутствия выхода во второй матрице рождения, она не может длиться вечно: рано или поздно шейка матки раскрывается и головка плода опускается в область таза. Это событие кардинально меняет тональность переживания: безвыходная ситуация сменяется медленным продвижением по родовому каналу. Матка совершает сильные ритмичные сокращения, но теперь у этого давления появляется дополнительный аспект – движение к какой-то пока еще неведомой цели.

Сильное ритмичное давление (сила сокращений матки колеблется от 20 до 45 килограммов) и медленное продвижение по тесному родовому каналу, осложненное удушьем и отсутствием питания (как и на предыдущей стадии, каждое сокращение препятствует снабжению плода кислородом, плюс ко всему дополнительным источником удушья может служить пуповина, перекрученная

вокруг шеи ребенка), – все это создает особую атмосферу сталкивающихся и противоборствующих энергий, борьбы смерти и жизни, которая столь характерна для третьей родовой матрицы.

Как пишет Гроф: «Пожалуй, самым поразительным аспектом этой матрицы является атмосфера титанической борьбы, нередко достигающая масштабов катастрофы. В ней ясно отражаются гигантские конфликтующие силы, которые задействованы на данной стадии процесса рождения и от которых мы пытаемся освободиться. Эти переживания могут достигать невероятной силы, казалось бы, далеко превосходящей все, что способен вынести любой из нас. Человек может периодически ощущать, как чрезвычайно сконцентрированная и сфокусированная энергия протекает по его телу, подобно высоковольтному электрическому току. Этот поток энергии может запружиниваться или замыкаться накоротко, создавая в различных частях тела огромные напряжения, которые затем будут бурно разряжаться» (8).

Интенсивные ощущения третьей матрицы разворачиваются в очень противоречивый поток эмоций. Боль, мучение, тревога, агрессия, странное чувство возбуждения и побудительной энергии, удовольствие и взрывной экстаз смешиваются здесь в причудливый коктейль состояний. Гроф отмечает, что эти переживания закладывают основы нашего сексуального поведения, и называет переживания третьей матрицы нашим первым сексуальным опытом. Такое понимание связано с двумя факторами: с динамикой опыта и чувствами самой матери в процессе родов. Первое, что мы отмечаем, это то, что общая тенденция нарастания напряжения, а затем его высвобождения в момент рождения следует естественному циклу, весьма сходному с сексуальным оргазмом. Второе – это то, что переживания самой матери содержат сильные сексуальные компоненты (поскольку в процессе родов сильно задействована область гениталий). А так как плод и мать в это время все еще представляют собой симбиотическое единство, то чувства матери естественным образом транслируются ребенку.

Неоднозначный характер переживаний третьей матрицы, а также особенности фиксации энергии внимания на них закладывают в каждом конкретном случае основы тех или иных форм и стереотипов сексуального поведения, которым будет следовать человек в своей взрослой жизни. Общей тенденцией здесь, отмечает Гроф, является то, что «наш первый опыт сексуальности имеет место в опасном, угрожающем жизни контексте. Наряду с ним присутствуют переживания страдания и постоянной боли, а также чувства тревоги и слепой агрессивности. Вдобавок во время прохождения через родовой канал ребенок соприкасается с различными биологическими продуктами, включая слизь, кровь и, возможно, даже мочу и кал. Эта связь в сочетании с другими элементами образует естественную основу для развития различных сексуальных расстройств и отклонений в дальнейшей жизни. Будучи подкрепленными травмирующим опытом младенчества и детства, переживания БПМ-III могут приводить к сексуальным нарушениям, равно как и к практикам насилия и садомазохизма, к ассоциациям сексуальности с мочой и калом и даже к криминальной сексуальности» (8).

На уровне ролевого ума отрицательная фиксация на переживаниях третьей матрицы разворачивается в конфликтующую пару «жертва – тиран», «добыча – хищник», где человек может поочередно отождествляться с каждой половиной этого ролевого холона и проигрывать свойственные ей сценарии: в одних обстоятельствах он будет чувствовать себя жертвой и тогда на мир, на окружающих людей будет спроецирована теневая сторона этой пары – «тиран» или «хищник»; тогда как в других обстоятельствах тот же человек будет превращаться в жестокого мучителя, чьей жертвой может оказаться кто угодно – близкий друг, приятель или просто случайный знакомый. История знает случаи, когда люди с очень сильной отрицательной фиксацией на третьей матрице становились жестокими диктаторами, стремившимися поставить на колени весь мир: Иван Грозный, Наполеон, Гитлер, Сталин... Причем история свидетельствует, что каждый из этих людей на самом деле в глубине души испытывал глубокий иррациональный страх перед Миром. Внутри, под маской тирана, всякий раз пряталась слабая жертва. И эта раздвоенность в конечном итоге всегда приводила таких людей к жестокому поражению. Ролевые качели неумолимо наклонялись в другую сторону, и все менялось местами: тиран превращался в жертву и Мир обрушивался на него с той же слепой и яростной силой, с какой этот человек прежде подавлял его. Таков закон целостности и равновесия. Мир – это качели, и, если вы садитесь на одну половину, кто-то обязательно займет другую.

Наряду с проекцией на внешний мир расщепленный ролевой холон жертвы-тирана может порождать глубокий внутренний конфликт, когда две части одного сознания оказываются по разные стороны баррикад. Возникает внутренний Тиран, внутренний Судья – та часть рассудочного эго, которая жестоко подавляет другие части целостности сознания, требует наказания, полного послушания и может побуждать человека к крайностям саморазрушения; и возникает внутренняя Жертва – униженное, инфантильное и несамостоятельное эго, подчиняющееся импульсам и приказам неосознаваемой теневой части сознания, живущее в ощущении постоянного физического, эмоционального и ментального ограничения и неспособное полностью радоваться жизни.

Такое расщепление порождает и соответствующее мировоззрение. Отрицательная фиксация энергии внимания на третьей матрице создает предпосылки для последующего восприятия мира как места, где каждый должен бороться за личное выживание и идти по головам других. Если же ты не делаешь этого – то ты всегда останешься неудачником, лузером, жертвой. Цель оправдывает средства. Жизнь – это борьба. Хочешь выжить – умей убивать. Убивать физически. Убивать эмоционально – прицельно стреляя в других зарядами негативных эмоций. Убивать ментально – унижая и оскорбляя человека. Убивать социально – компрометируя и очерняя человека в глазах окружающих. Убивать духовно – поработывая душу человека и намеренно отрезая ему путь к внутреннему развитию и внутренней свободе. Симптоматично, что из всех этих типов убийств в нашем обществе только физическое убийство однозначно считается преступлением.

На уровне восприятия архетипов третьей матрицы мы встречаемся с богатой и разнообразной тематикой битвы сил Добра и Зла, Света и Тьмы, разрушения или сотворения Мира. «Агрессивные эпизоды, – пишет Гроф, – часто

ассоциируются с образами разрушительных божеств – Кали, Шивы, Сатаны, Коатликуэ или Марса. Особенно характерно сильное отождествление с мифологическими персонажами, символизирующими смерть и возрождение, которые можно найти в каждой крупной культуре, – с Озирисом, Дионисом, Персефой, Вотаном, Бальдуrom и многими другими. В нашей культуре вариантом той же темы является история смерти и воскрешения Иисуса Христа. У людей, сталкивающихся с БПМ-III, часто бывают видения распятия, либо они сами полностью отождествляются с распятым Христом. Кроме того, эта стадия изобилует сценами жертвоприношения и самопожертвования, сопровождающимися соответствующими божествами, в частности из пантеонов ацтеков и майя. Здесь могут присутствовать видения образов мужских и женских божеств, связанных с сексуальностью и деторождением, наряду со сценами вакханалий» (8).

В повседневной жизни фиксация энергии внимания на аспектах третьей матрицы проявляется в увлечении различными экстремальными видами спорта и развлечениями, такими как серфинг, прыжки с парашютом, автомобильные гонки, катание на американских горках и водных лыжах, прыжки с «тарзанки», где смешиваются чувства страха, опасности и опьянение захватывающими эмоциями экстаза. Эта же фиксация проявляется в пристрастии к азартным играм и к зрелищам, которые представляют собой легализованную, окультуренную возможность проявлять и высвобождать скрытую глубоко внутри подсознательную агрессивность, – речь идет о таких видах спорта, как бокс, борьба, футбол и т. п.

Как заключает Гроф: «Третья матрица представляет собой огромный резервуар проблематичных эмоций и неприятных ощущений, которые, в сочетании с более поздними событиями младенчества и детства, могут способствовать развитию разнообразных расстройств. Среди них – определенные формы депрессии и состояния, связанные с агрессивностью и несдержанным, саморазрушительным поведением. По-видимому, в этой матрице также содержатся корни сексуальных расстройств и отклонений, неврозов, навязчивых состояний, фобий и истерических проявлений. То, какая из множества возможных форм эмоциональных расстройств проявится на самом деле, вероятно, зависит и от характера последующих биографических переживаний, которые могут избирательно усиливать агрессивные, саморазрушительные, сексуальные или скатологические аспекты БПМ-III» (8).

Смерть и новое рождение

Борьба энергий в родовом канале доходит до кульминации и заканчивается своим апофеозом – ужасающая теснота внезапно распахивается навстречу невероятному пространству, пределы мира неожиданно расширяются до невообразимых размеров, новорожденный переживает чувство падения в пустоту, в неизведанность, врата его прежней амниотической вселенной отныне и навсегда захлопываются за ним, он перестает быть собой, становясь кем-то другим.

Что это – смерть или же рождение?

И то и другое.

Смерть – потому что новорожденный перестает существовать как растительный или водный организм (которым он, по сути, и являлся, плавая в околоплодной жидкости), чье бытие было неотделимо от материнского тела. Рождение – потому что новорожденный начинает свое существование в принципиально ином качестве – как отдельный индивидуум, дышащий воздухом и поддерживающий свой собственный энергообмен со средой.

Биологическая основа четвертой матрицы – эпизод рождения плода на свет и ситуация сразу после рождения. Здесь есть четыре основных момента, которые определяют уникальную фактуру переживаний данной матрицы. Во-первых, это высвобождение головы, плеч, а затем и всего остального тела из родового канала – что переживается как расширение, падение и полет в пустоте. Во-вторых, это открытие верхних дыхательных путей и легких, первый обжигающий вдох, что полностью меняет систему энергообмена с Миром, перераспределяет кровяные потоки и, соответственно, перераспределяет потоки энергии внимания: если раньше главной точкой жизнеобеспечения плода был пупок – место прикрепления пуповины, через которую он получал все необходимые для жизни вещества, – то теперь такой точкой становится голова и рот. Вот почему субъективно это переживается как переворот всей внутренней вселенной вверх тормашками. В-третьих, это перерезание пуповины, окончательно прерывающее биологическую связь с материнским организмом, что переживается как потеря последней связи с прежним измерением бытия. И в-четвертых, это ситуация первых часов после родов, когда новорожденный получает свой первый опыт жизни в новой вселенной, что становится базовым импринтом, закладывающим самые фундаментальные основы его восприятия и отношения к окружающему Миру.

Как только первый контакт с окружающей средой состоялся и новое равновесие энергообмена установлено, выясняется, что новое положение значительно лучше невыносимого давления, тесноты и удушья двух предыдущих стадий, но во многом уступает тому комфорту, который окружал плод в матке.

Собственно говоря, именно первое ощущение нового мира и является тем решающим фактором, который либо завершает драматическую ситуацию родов интеграцией в новом качестве бытия, либо оставляет ее незавершенной, диссоциируя, разобщая переживания на различных этапах рождения и создавая очаги отрицательной фиксации энергии внимания во второй и третьей матрицах.

Если непосредственно после родов новорожденный был передан матери, помещен возле ее груди, почувствовал ее ласку и тепло ее тела, то драматические переживания рождения легко интегрируются и наполняются глубоким содержанием единства. Связь с материнским организмом (а значит, и со всей вселенной) восстанавливается на новом уровне и в новом качестве. События перехода обретают связь – начало и конец объединяются, давая новорожденному первый опыт целостности в динамике. Если же новорожденный был преждевременно оторван от матери, оставлен один и продолжает испытывать дискомфорт, то ситуация родов в его восприятии может не завершиться. Целостность не восстанавливается, травматические события не закончились, а продолжают. Новый мир воспринимается безрадостным и бесприютным местом, куда новорожденный выброшен волею слепых сил. Младенец переживает муки

тотального одиночества, заброшенности и безнадежной тоски по утраченному навеки блаженству внутриутробного рая.

И получается, что биологически человек родился, а психологически – нет. Ситуация рождения остается незавершенной, остается травматической, энергия внимания младенца фокусируется на негативных эпизодах второй и третьей матрицы, которые отныне будут снова и снова воспроизводиться и проигрываться на сцене мира, создавая предпосылки для диссоциативного восприятия и поведения. В дальнейшем человек будет видеть мир лишенным важных глубинных связей, бессмысленным и чуждым. И важнейшая из связей – связь времени, связь причин и следствий, связь начала и конца, динамическая связь развития – завязки-дифференциации, трансценденции-кульминации и завершения-интеграции – не будет прослеживаться им.

Снова и снова человек будет заставлять себя в ситуации давления, физического или психологического, внешнего или внутреннего, которое будет казаться ему неприятным, бессмысленным или жестоким – давления времени, давления обстоятельств, давления других людей, давления долга, обязательств, давления закона, давления общества и государства, давления эмоций, давления противоречивых желаний, разрывающих его изнутри. Снова и снова человек будет заставлять себя в ситуации непрекращающейся борьбы – с самим собой, с окружающим миром. Снова и снова в его жизни будет проигрываться ситуация незавершенности, незаконченности. И так будет происходить до тех пор, пока кризисная динамика смерти-рождения не будет пережита заново и целиком осознана и не произойдет фундаментальная интеграция жизни и смерти в их динамическом единстве.

Волны перемен

Нетрудно заметить, что динамика основных этапов рождения в точности воспроизводится при прохождении нами через различные жизненные перемены. И точно так же воспроизводятся те настроения, которые мы приобрели благодаря опыту рождения.

Динамика восприятия любых перемен может быть описана через четыре основные матрицы рождения, которые в этом случае удобнее называть матрицами перехода. Имеется в виду переход из одной жизненной ситуации в другую, с одного уровня бытия на другой, из одного состояния в другое.

В этом смысле настроение первой матрицы символизирует наше отношение к наличной жизненной ситуации, в которой мы в данный момент живем, с которой мы так или иначе сроднились. Мы привыкли к тем обстоятельствам, которые у нас есть, какими бы они ни были. Импринты, заложенные во время нашего рождения, подсознательно привязывают нас к наличной жизненной ситуации, проецируя на нее воспоминание о том периоде безмятежности, когда мы пребывали в своем внутриутробном «раю». Бессознательная память подсказывает нам, что какими бы ни были наши обстоятельства – это все равно «рай», по сравнению с тем, что могут принести с собой перемены. Вот почему мы подсознательно держимся за то, что имеем, и не хотим отпустить это. Мы держимся за это, даже если это остается в

прошлом. Труднее всего в этом смысле людям с сильной положительной фиксацией на первой матрице и отрицательной фиксацией на второй и третьей матрицах – они до последнего сопротивляются надвигающимся переменам и отчаянно цепляются за то, что уже ушло.

Однако время не стоит на месте. Изменения незаметно накапливаются, их давление возрастает. Наступает период второй матрицы перехода, когда давление надвигающихся перемен оказывается столь сильным, что его уже нельзя проигнорировать. В это время мы можем почти физически ощущать, как сжимается наше жизненное пространство. Ситуация заходит в тупик, проблемы обступают со всех сторон, и мы уже не можем решить их привычным способом. Это характерная модальность второй матрицы: чувство возрастающего давления обстоятельств и ощущение отсутствия выхода из сложившейся ситуации. «Рай» привычного образа жизни превращается в ловушку, и мы не видим возможности выхода из нее. Весьма симптоматично, что в бытовом языке у нас есть устойчивое выражение, очень точно характеризующее ситуацию второй матрицы. Мы говорим, что «связаны по рукам и ногам», когда хотим подчеркнуть, что находимся целиком во власти сковывающих обстоятельств и ничего не можем с этим поделать.

В зависимости от имеющихся у нас импринтов рождения (которые могут быть подкреплены или, наоборот, ослаблены последующим опытом прохождения через различные кризисные ситуации жизни) мы будем по-разному реагировать на сложившееся положение дел. Кто-то будет потакать чувству безысходности и впадет в длительную депрессию, все глубже увязая в отрицательной фиксации второй матрицы. Кто-то будет стремиться поскорее пройти этот неприятный период, будет суетиться, предпринимать кучу бесполезных действий и впадать в отчаяние от того, что ничего не получается (к такому поведению склонны, как правило, те, чье внимание зафиксировано на третьей матрице, у них легко активизируется импринт борьбы за жизнь). Однако наиболее эффективным подходом в переживании матрицы отсутствия выхода будет позиция охотника, подстерегающего добычу. Охотник одновременно и расслаблен, и максимально собран. Он может часами поджидать добычу в засаде, пребывая в состоянии полного спокойствия и уравновешенности. Он копит силы и выжидает, подстерегая свой шанс.

Почему позиция охотника оказывается столь эффективной в ситуации отсутствия выхода? Все очень просто. Дело в том, что отсутствие выхода – это базовая модальность второй матрицы. Именно поэтому, пребывая в ней, мы не увидим выход, сколько бы мы его ни искали. Единственный выход в ситуации отсутствия выхода – это отпустить ситуацию, затаиться и ждать, экономя силы. Пусть события развиваются своим чередом, и тогда, следуя естественной логике перехода, вторая стадия перетечет в третью – ситуация изменится и выход обнаружится сам собой.

Когда же это произойдет, все что нужно – ухватить шанс, «оседлать» волну перемен и двигаться в ее ритме. Такова модальность третьей матрицы перехода: горизонт расширяется – и открываются новые возможности, логика развития событий подталкивает нас воспользоваться подвернувшимся шансом и начать продвижение к цели. Здесь ситуацию усложняют два крайне неэффективных

стереотипа поведения, которым мы склонны следовать под воздействием бессознательных фиксаций на травматических эпизодах рождения. В первом случае поведение определяет фиксация на второй матрице, и тогда человек потекает своей нерешительности, медлит, вместо того чтобы действовать, и в конечном итоге упускает свой шанс, возвращаясь в состояние бездействия и тягостного ожидания. Во втором случае на наше поведение влияет фиксация в третьей матрице – и мы, наоборот, начинаем спешить, суетиться, пытаюсь обогнать время. В этом случае мы тратим массу энергии с нулевой отдачей, и только в конце осознаем, что все можно было сделать гораздо проще.

Общая рекомендация при прохождении третьей матрицы – чувствовать волну перемен и двигаться в ее ритме. Если это происходит, то человек оказывается в так называемом состоянии потока – он чувствует движение времени и просто следует «всеобщему ходу вещей», все случается как бы само по себе, он просто оказывается в нужном месте в нужное время и прикладывает минимальные усилия для того, чтобы двигаться дальше. Этот принцип очень хорошо проработан в восточных традициях. Он называется там принципом *у-вей*. Этот принцип известен также как принцип *недеяния*, или *принцип следования линии наименьшего сопротивления*.

На страницах одной из своих книг Гроф описывает опыт участника интенсивного психотерапевтического сеанса, который в процессе работы с травматическими событиями третьей матрицы рождения вдруг пережил откровение принципа *у-вей*. «Ему как бы давали понять, что он не должен бороться, – пишет Гроф, – процесс обладает собственным ритмом, и все, что нужно сделать, – это просто подчиниться ему. Он вспоминал множество ситуаций из своей жизни, когда он ощущал необходимость бороться и сражаться, и, оглядываясь на прошлое, чувствовал, что и это тоже было ненужным. Как если бы рождение каким-то образом запрограммировало его видеть жизнь более сложной и опасной, чем она есть на самом деле. Ему представлялось, что это переживание сможет раскрыть ему глаза на такие вещи и сделать его жизнь намного легче и беззаботней, чем прежде» (8).

Когда мы начинаем замечать динамику матриц рождения в своей жизни, мы обнаруживаем, что повторное проживание и интеграция эпизодов рождения – это не столько какая-то особая практика, сколько вообще сам процесс нашей жизни в мире пространства и времени. Мы проходим через последовательность матриц рождения всякий раз, когда в нашей жизни случаются перемены, кризисы и обновления. Мы можем проживать матрицы рождения на интеллектуальном уровне как процесс поиска решения какой-то проблемной задачи. Мы можем проживать матрицы рождения во время творчества как процесс рождения и воплощения идеи. Что бы ни происходило, мы снова и снова проходим через последовательную смену четырех модальностей волны перемен: исходная ситуация – проблемный кризис – поиск решения – отказ от старых стереотипов восприятия и поведения и выход на новый уровень.

В древних культурах люди осознавали важность того, что происходит с человеком в процессе появления на этот свет, понимали, какое влияние оказывает это драматическое событие на всю последующую жизнь. Неслучайно в этих культурах придавали огромное значение обрядам посвящения, или инициации, в ритуальных формах которых, по сути, воспроизводились кризисные обстоятельства драмы перехода. В процессе такого ритуала человек входил в контакт с глубинными слоями своего Бессознательного, хранящими воспоминания о кризисе рождения, заново проживал их и восстанавливал взаимосвязь, которая могла быть утрачена в результате фиксации на травматических эпизодах. Проходя через испытания такого рода, человек сталкивался с ситуацией смерти и нового рождения – но рождения не биологического, а психологического, что означало его переход на новый уровень бытия – уровень зрелого целостного существа с пробужденной душой. Сегодня модернизированные практики подобного рода существуют в виде интенсивных психотерапевтических сессий, в виде специализированных тренингов и семинаров, проводимых подготовленными профессиональными трансперсоналогами.

Заново переживая драму рождения, человек проходит через ситуацию символической смерти, и во многих смыслах его прежняя жизнь действительно заканчивается – та жизнь, которая была целиком обусловлена ограниченными установками ума и жестким диктатом бессознательных импринтов прошлого. Человек вдруг обнаруживает, что все это время жил не он, а лишь какая-то его малая часть – фантомное я, изолированное эго, возникшее как результат фиксации части его сознания на незавершенных событиях прошлого.

Человек умирает как отдельное телесно-ментальное эго и рождается как сущность – как энергетическое тело, как душа, как поток чистой энергии.

Практика

«Эффект бабочки» (практика изменения судьбы)

Условия: уединенное помещение, полчаса – час свободного времени, когда вас никто не побеспокоит, негромкая расслабляющая музыка или звук шаманского бубна.

Это одна из практик путешествия в прошлое, поэтому основные ее моменты были описаны еще в самом первом упражнении – медитации-путешествии «В поисках вызова» – и если вы делали это упражнение, то вам не составит труда выполнить и «Эффект бабочки».

Название практики взято из одноименного фильма, где герой обнаруживает в себе способность путешествовать в свое прошлое и изменять его, одновременно изменяя и свое настоящее и будущее. Если вы смотрели этот фильм, то вы помните, что в качестве исходной точки для путешествий в прошлое герой использовал свой дневник. Если вы уже попрактиковались во вспоминании, пытаетесь трансформировать свои модели поведения (практика «Трансформация мифов»), то в вашем дневнике должны были накопиться кое-какие данные (последовательности событий прошлого, в которых вы обнаруживали действие той

или иной негативной программы). Их вы и будете использовать в качестве отправной точки для своего путешествия в прошлое и изменения своей судьбы.

Итак, выберите из своего списка событий одно (может быть, то, которое произвело на вас наиболее сильное и глубокое впечатление, или то, воспоминания о котором свежи в памяти), еще раз прочитайте его описание в своем дневнике, вспомните дату, когда это произошло, и место.

Затем лягте на спину или сядьте, прислонившись спиной к стене, закройте глаза, сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов. Почувствуйте свое тело, почувствуйте безопасность окружающего вас пространства. Старайтесь вдохнуть как можно глубже в живот, наполняя энергией дыхания нижнюю часть живота.

Продолжая дышать равномерно и глубоко, почувствуйте, как на выдохе энергия растекается по всему телу, проникая глубоко в мышечные ткани и расслабляя их. Одновременно с тем, как расслабляется тело, вы почувствуете, как внутри вас высвобождается легкая и подвижная часть вашего внимания-осознания, – это и есть ваш внутренний путешественник во времени.

Четко сформулируйте про себя свое намерение двигаться в прошлое по оси времени и вспомнить избранное событие. Представьте ось времени в виде светящейся пунктирной спирали, уходящей далеко вниз. Каждый оборот этой спирали равен одному году, а каждая светящаяся пунктирная точка – одному дню. Затем начните постепенно спускаться вниз по этой спирали от настоящего к прошлому, через все ваши воспоминания к тому времени, когда событие произошло с вами.

Вспомнив событие, разверните его в своем сознании и просмотрите, как фильм, от начала и до конца, больше всего внимания уделяя воспоминанию своих реакций, своего поведения в той ситуации, своих чувств и эмоций, своих мыслей, а также вспоминайте поведение, чувства, эмоции окружающих людей. Чтобы помочь своей практике, вспомните, какая была погода, что окружало вас – предметы интерьера, детали окружающего мира, – что предшествовало событию и что последовало сразу за ним.

Затем, когда вы более-менее восстановили в памяти событие и прокрутили его в своем сознании, как фильм, подумайте, что бы вы изменили в своем поведении, повторись эта ситуация с вами сейчас, как бы вам следовало поступить, чтобы не разрушить гармонию, а восстановить ее, чтобы и вам, и другим людям было хорошо. Может, вам нужно было просто сказать «спасибо» или «прости», может, просто сделать паузу, сосчитать до десяти и рассмеяться, может, нужно было уйти, а может – остаться?

После того как вы нашли более гармоничную и эффективную линию поведения, вновь войдите в событие-фильм как его участник – так, как если бы оно происходило на самом деле сейчас – вновь проживите это событие, но теперь уже поведете себя по-другому: сделайте, скажите что-то, что изменит ситуацию, направит ее в другое русло. Обязательно дойдите в этом новом воспоминании-проживании до нового финала – посмотрите, как изменится конец этой истории.

По завершении медитации-путешествия сделайте несколько глубоких вдохов, вбирая в себя энергию опыта, извлеченного из воспоминания, обязательно

поблагодарите тех людей и те обстоятельства, которые вас чему-то учили, и откройте глаза.

Вспомните и проживите таким образом все события из вашего списка.

Глава седьмая

Выход из лабиринта

Точка перехода на внутреннюю дугу развития соединяет в одно целое доличностное, личностное и надличностное бытие, и это соединение происходит в процессе повторного проживания рождения, которое, с одной стороны, воспроизводит динамику биологических родов и начало нашего существования в физическом мире в качестве отдельного телесного эго, а с другой – является завершением всего нашего личностного бытия, обусловленного этой родовой динамикой, и переходом в надличностные измерения сознания – измерения, находящиеся за пределами линейного пространства и времени.

Эти особенности психодуховного кризиса находят свое художественное воплощение в произведениях литературы и кино, посвященных проблематике перехода на трансперсональные уровни бытия. Таких произведений существенно меньше, чем произведений на тему героического перехода, и это вполне объяснимо: как я уже говорил, фокус передовых исследований в массовой культуре в настоящее время сосредоточен в основном вокруг героической темы потому, что именно задача героического самораскрытия и преодоления эгоцентрического

модуса существования через встречу с собственным самоотрицанием и объединение с внутренней Тенью является главнейшим вызовом современности.

Вот почему художественное осмысление пострациональных, надличностных уровней осознания пока не столь актуально, но оно все же ведется, и ведется на достаточно доступном художественном языке. И как правило, оно ведется в неразрывной связи с тематикой героического путешествия.

Пожалуй, главное отличие фильмов, сосредоточенных только вокруг героической тематики, от фильмов, где также есть героический сюжет, но с явственным пострациональным и надличностным вкусом, в том, что сюжетная архитектура последних выстроена с явным нарушением трех драматургических принципов – единства места, времени и действия. Пострациональная реальность то и дело вторгается в линейное повествование, диктуя свои законы развития сюжета – и это законы многомерности пространства и нелинейности времени.

Фильмы с трансперсональным уклоном игнорируют все художественные правила и нормы с самых первых кадров, поскольку первое, что мы видим на экране – это, как правило, не начало сюжетного действия, а его конец, или начало конца. По крайней мере именно по этому принципу построены три фильма, которые я выбрал для иллюстрации психодуховного кризиса, – это шаманский вестерн «Блubberри» Яна Кунена, трансперсональная сказка о принцессе подземного царства «Лабиринт Фавна» Гильермо дель Торо и «Фонтан» Даррена Аронофски, соединяющий авантюрную историю из эпохи открытия Америки, драму любви и смерти начала XXI века и трансперсональный поиск Вечной Жизни у подножия Древа Мира.

Жизнь и Смерть, поюстороннее и потустороннее бытие столь тесно переплетены в этих фильмах, что зрителю порой трудно определить, где кончается одно и начинается другое. Границы возможного намеренно размываются, и мы попадаем в принципиально иное пространство – пространство, где время свободно течет в разных направлениях, где Смерть окончательно теряет свой зловещий смысл, становясь завершением истории личности и началом и движущей силой новой истории – истории трансперсональной, истории за пределами Жизни и Смерти.

Темы доперсонального, персонального и трансперсонального отчетливо звучат в фильме «Лабиринт Фавна». В контексте каждой этих тем рассказывается своя история, свой миф, и каждый из этих мифов, все больше и больше проникая один в другой, движет сюжет к общему финалу, где все три объединяются в единое целое и в этом целом превосходят сами себя.

Персональный миф «Лабиринта Фавна» – миф поюсторонний, миф смертного мира, миф о Смерти и о Страхе Смерти – это история испанской девочки Офелии. На дворе 1944 год, предпоследний год Второй мировой войны. Вместе со своей матерью Офелия едет в деревушку, затерянную где-то в лесах Пиренеев, где расквартирован гарнизон испанских фашистов. Командир гарнизона, капитан Видаль – отчим Офелии и муж ее матери. Мать Офелии беременна и должна скоро родить – по состоянию здоровья ей противопоказаны столь длинные поездки, но это несколько не тревожит ее мужа. Деспотичный капитан хочет, чтобы сын

непрерывно родился там, где находится его отец, и ради этого он готов пожертвовать жизнью жены. С самого начала становится понятно, что капитан Видаль не любит ни свою жену, ни тем более свою падчерицу. Капитан Видаль вообще не любит никого, кроме своего будущего сына, который должен стать его достойным наследником и продолжить дело отца. По крайней мере таким видит будущее своего сына сам капитан.

Отряд, которым командует Видаль, был выделен для охраны деревни от партизан, скрывающихся в окрестных лесах. Капитан знает, что партизаны где-то рядом, что один из них серьезно ранен и кто-то из деревенских жителей снабжает повстанцев едой и медикаментами. И он ждет лишь удобного случая, чтобы выследить и уничтожить своих врагов. Единственное, чего не знает капитан Видаль, – так это того, что весь его мир, который кажется ему столь важным и значимым, мир войны и смерти, мир жестокости и расчетливой силы, мир жесткого и амбициозного эго – не более чем миф, за пределами которого простирается другая реальность – реальность более всеобъемлющая, более совершенная и более целостная. И положение вещей в этой реальности таково, что капитану никогда не суждено осуществить свои честолюбивые планы, поскольку и он сам, и весь его мир – не более чем сон, который снится принцессе Моанне, дочери короля подземного мира.

Доперсональное и трансперсональное измерения входят в персональный, посюсторонний миф, где живет девочка Офелия, через волшебные истории, которые она читает в своих любимых книгах. Этим историям две – история о принцессе Моанне и история о Розе Бессмертия.

История о принцессе Моанне – это миф, которым все начинается; история о Розе Бессмертия – это миф, которым все заканчивается.

Давным-давно в подземном царстве, где не было ни лжи, ни боли, жила принцесса, которая мечтала попасть в мир людей. Она мечтала о голубом небе, легком ветерке и солнечном свете. Однажды, ускользнув от стражи, принцесса сбежала. Выйдя на поверхность, она была ослеплена солнцем, которое стерло все ее воспоминания. Принцесса забыла, кто она и откуда пришла, ее тело изнывало от холода, болезней и боли. Однако отец-король всегда знал, что душа принцессы вернется, возможно в другом теле, в другом месте и в другое время. Он готов был ждать ее до последнего своего вдоха, до скончания времен...

Эта история (история Нижнего Мира, история доперсональная, поскольку описывает доличностные измерения сознания) и является предпосылкой того волшебного путешествия в поисках самой себя, которое предстоит совершить Офелии. История ее путешествия развивается по всем уже известным нам законам пути Героя/Героини: Офелия встречает проводника-богомла и, следуя за ним, попадает в древний лабиринт, в центре которого возвышается каменный столп – классический символ Оси Мира. Здесь она знакомится с волшебным существом, которому суждено стать ее наставником, с Фавном. Сам Фавн – это воплощение духа Горы Мира. «У меня так много имен, древних имен, которые могут произнести лишь ветер да деревья, – говорит он. – Я – Гора, Я – Лес, Я – Земля».

В полном соответствии со своим предназначением Фавн раскрывает Офелии тайну ее потусторонней сущности.

Фавн: Вы принцесса Моанна, и вы дочь короля подземного мира.

Офелия: Мой отец был портным.

Фавн: Вы родились не от человека. Вы дитя Луны. Посмотрите на свое левое плечо, и вы увидите знак, подтверждающий это. Ваш настоящий отец велел нам открыть врата по всему свету, чтобы вы могли вернуться...

И вслед за этим Фавн посвящает девочку в героический миф: чтобы доказать, что она и есть настоящая принцесса, Офелии предстоит пройти три испытания. *«Мы должны убедиться, что ваша сущность осталась нетронутой и простой смертной вы не стали, – говорит ей Фавн. – Вы должны выполнить три задания до наступления полнолуния».*

Еще одна история, которая органично вплетается в сюжетную ткань фильма, – это история о Розе Бессмертия, сквозь которую явственно проглядывают надличностные измерения сознания, – это история Верхнего Мира, история трансперсональная.

Много-много лет назад в далекой печальной стране стояла огромная Гора из грубого черного камня. На рассвете на вершине этой Горы расцветала волшебная Роза, которая могла дать бессмертие тому, кто ее сорвет. Но никто не осмеливался приближаться к ней, потому что ее шипы были ядовиты. Люди делились друг с другом своими страхами смерти и боли, и никто даже не задумывался о вечной жизни. И каждый день Роза увядала, не в состоянии хоть кому-нибудь передать свой дар. Потерянная и забытая всеми на вершине этой холодной темной Горы, навеки одинокая до скончания времен...

Эту историю Офелия рассказывает своему еще не родившемуся брату. Так в сюжет фильма встраивается трансперсональная тема – тема самопревосхождения, тема преодоления эго – лишь тот сможет обрести Жизнь Вечную, кто пройдет искушение страхом Смерти.

Постепенно все три мифологические линии фильма сплетаются все туже, пока окончательно не сходятся в одной точке, в одной кульминации. Офелия проходит два испытания, и каждое из них уводит ее все дальше и дальше с поверхности повседневного мира в мир волшебный, но в то же самое время чем глубже погружается Офелия в волшебный мир, тем сильнее он начинает проникать в мир поверхности.

Первое испытание Офелии – это одновременно и символическое путешествие в Нижний Мир и прохождение через родовой канал. Офелия пробирается через узкую нору, полную слизи и жуков (символы родовой динамики), чтобы победить ужасную Жабу, поселившуюся в корнях засохшего дерева и не дающую дереву расти (символ неосознаваемой архаической Тени, препятствующей дальнейшему росту осознания).

Смысл второго задания, которое дает Офелии Фавн, заключается в необходимости пройти через искушение земными желаниями. С помощью волшебного мела Офелия рисует дверь в стене и, открыв ее, попадает в другое измерение. Если первое испытание Офелии носит отчетливый героический характер, то второе – это испытание сновидческое. Пройдя сквозь дверь в стене, Офелия попадает в чудесную комнату, посреди которой стоит стол, сплошь уставленный вкуснейшими яствами, но ей под страхом ужасной смерти запрещается прикасаться к ним. Однако девочка не удерживается и, словно в забытьи, съедает одну за другой две сочные виноградины – и в тот же момент за ее спиной пробуждается спавшее доселе кошмарное Чудовище – Страж волшебной комнаты. Офелии чудом удается спастись. Казалось бы, опасность миновала, ей удалось вовремя захлопнуть дверь, ведущую из одного мира в другой, но ее оплошность не осталась без последствий. Мир волшебный уже начал проникать в мир повседневный – и словно в наказание за ошибку, совершенную в сновидческом мире, в мире повседневном на Офелию обрушивается несчастье: капитан Видаль случайно находит корень мандрагоры, который дал Офелии Фавн, чтобы исцелить ее мать от мучительных болей, и бросает его в огонь – волшебство перестает действовать и мать девочки умирает во время тяжелых родов.

Эта потеря словно бы искупает вину Офелии, и Фавн возвращается вновь, чтобы дать девочке последнее задание. Для того чтобы исполнить его, Офелии необходимо принести своего новорожденного брата в лабиринт; однако сделать это оказывается не так-то просто, ведь теперь младенец находится под неусыпным надзором своего отца. Девочке все же удастся выкрасть ребенка, но капитан Видаль замечает пропажу и с оружием в руках начинает преследовать ее.

В самый канун полнолуния Офелия с младенцем добирается до лабиринта, где у входа в потусторонний мир ее уже поджидает Фавн. И здесь девочка узнает, в чем же именно заключается это ее последнее задание. Фавн сообщает Офелии, что полная луна уже взошла и теперь они могут открыть врата, ведущие в подземное царство, однако врата откроются только в том случае, если на алтарь будет пролита кровь невинного. Наконец Офелия понимает, что Фавн попросил ее принести новорожденного брата не для того, чтобы она могла забрать его с собой в свое царство, как она думала и мечтала, а для того чтобы принести его в жертву. Ее брат должен погибнуть, чтобы она сама могла спастись и обрести вечную жизнь, – таков выбор, перед которым ставит Офелию Фавн. Офелия должна принять решение – ведь впереди нее Фавн, требующий убить младенца, чтобы открыть врата и спастись; а позади – обезумевший капитан Видаль, готовый убить ее саму. Это и есть та точка, где сходятся три мира и три мифа – миф о Подземном Царстве (доличностный), миф о Смерти и о страхе Смерти (личностный) и миф о Розе Бессмертия (надличностный).

И Офелия сделала выбор, трижды подтвердив его.

Офелия: Нет, мой брат останется со мной.

Фавн: Вы готовы отказаться от своих священных прав ради младенца, которого вы едва знаете?

Офелия: Да, я готова.

Фавн: Вы готовы отказаться от трона ради него, ради существа, которое принесло вам лишь горе и унижение?

Офелия: Да, я готова.

Фавн: Как вам угодно, ваше высочество.

С этими словами Фавн исчезает, а вместе с ним исчезает и шанс спастись – Офелия остается одна в этом безумном мире, где кругом царит смерть, боль и ужас, и в этом мире капитан Видаль уже настиг ее. Так Офелия потеряла все – и своего брата, и свою жизнь.

Но как оказалось, это был единственно верный выбор. Кровь невинного все же пролилась на алтарь у подножия Горы Мира – и это была кровь самой Офелии. Офелия умерла, но ее смерть стала также мигмом окончательного пробуждения принцессы Моанны.

Принцесса вошла в сияющий тронный зал, где ее уже ждали ее настоящие Отец и Мать – король и королева запредельного царства...

«Лабиринт Фавна» – фильм-притча, и это притча о Великом Путешествии. Его декорации и герои – внутренние реалии человеческого самосознания, совершающего свое удивительное восхождение от доличностного через личностное к надличностному бытию. Принцесса Моанна, в незапамятные времена сбежавшая из подземного мира в мир людей, – это образ нашей сокровенной сущности, когда-то сумевшей вырваться из довербальной тьмы бессознательности к солнцу разума, языка и человеческой культуры. Но, став разумной, наша самость забыла свою довербальную и дорациональную родину – солнце разума ослепило принцессу и *стерло все ее воспоминания*, так что *принцесса забыла, кто она и откуда пришла*.

Но на поверхности она увидела не только свет великих истин разума, свет идущий с вершины Горы, на которой цветет Роза Бессмертия, но и встретила со всеми искажениями и ограничениями разума – и заблудилась в лабиринтах лжи. На поверхности она почувствовала не только радость, но и боль, не только восторг, но и страх. На поверхности она столкнулась с жестокосердным капитаном Видалем – искаженным эго, Маской, тираном и диктатором диссоциированного рассудочного мира.

Но и при всех ужасах рассудочных искажений, существующих в мире поверхности, дальнейший путь принцессы – это все же не бегство назад, в близорукую дорациональность, а восхождение вверх – к подлинным пострациональным вершинам бытия. В этом смысл той жертвы, которую приносит Офелия у входа в потусторонний мир. Послание авторов фильма, заложенное ими в этот жертвенный акт, прозрачно: смерть Офелии – это акт добровольного жертвоприношения, в котором отдельное эго приносит в жертву само себя, а точнее, свою исключительность, отдельность, ради самовключения в более высокую и всеобъемлющую целостность, – это самопревосхождение, ведущее самость вверх, к подлинному трансперсональному состраданию и мироцентризму, а не самосохранение, возвращающее ее назад, в болото нарциссического и тифонического эгоцентризма.

Но одновременно с этим путь вверх – это также в определенном смысле и возвращение – но возвращение преображающее: переходя к трансперсональным уровням бытия, самость включает в них и персональные, и доперсональные измерения. Переход к пострациональному и поствербальному осознанию – это, с одной стороны, возвращение в то Великое Безмолвие Реальности, из которого мы когда-то вышли, а с другой – Великое Преображение этого Безмолвия: То, что было немо, начинает говорить – мы привносим в Великое Безмолвие язык, чтобы Реальность обрела дар речи. В этом и заключается суть интеграции довербального, вербального и поствербального измерений, которая начинает реализовываться, едва человек переходит на внутреннюю дугу развития.

Говорят, что принцесса вернулась в царство своего отца и правила там, неся добро и справедливость, в течение многих веков. И что народ ее любил, и что от ее пребывания на земле остались едва заметные следы, которые видят лишь те, кто знает, куда смотреть.

Октава внутренней дуги

Резюмируя свидетельства великих традиций мудрости, Уилбер выделяет на внутренней, трансперсональной, дуге развития три основных уровня, или точки опоры. Это экстрасенсорный, тонкий (архетипический) и причинный (каузальный) уровни. Как и уровни внешней дуги, каждый из них представляет собой устойчивую позицию восприятия и осознания, со специфическими воспринимающими структурами и соответствующими модальностями воспринимаемого мира. Отождествляясь со специфическими структурами на каждом из этих уровней, самость обретает новую самоидентичность.

Четвертая, финальная точка – уровень недвойственного духа – это не столько уровень, сколько точка финальной интеграции всех уровней внутренней и внешней дуги в едином недуальном осознании.

Структуры четырех этих трансперсональных измерений обозначаются в буддийской традиции как Нирманакайя (Тело Изменений), Самбхогакайя (Тело Блаженства), Дхармакайя (Тело Истины, или Тело Света) и Свабхавикакайя (Тело Абсолютного Единства). В этой книге самоидентичности или позиции восприятия соответствующих уровней внутренней дуги развития и точки финальной интеграции обозначаются как Сновидец (Сновидящее Тело, Сновидящая Душа), Мудрец, Свидетель и Недвойственный Дух. При этом уровень Сновидящей Души (Нирманакайя, Тело Изменений, экстрасенсорный уровень) включает в себя всю внешнюю дугу и превосходит ее, уровень Мудреца (Самбхогакайя, Тело Блаженства, тонкий или архетипический уровень) включает в себя Сновидящую Душу и превосходит ее, уровень Свидетеля (Дхармакайя, Тело Света, причинный уровень) включает в себя Тело Блаженства и превосходит его, а Недвойственный Дух (Свабхавикакайя, Тело Абсолютного Единства, недуальный уровень) включает в себя все и ничто, внутреннее и внешнее, Пустоту и Форму в

Предельном Единстве Я и не-Я, вот почему Недвойственный Дух (Подлинная Реальность) это одновременно и Ясный Свет самого высшего уровня развития, и изначальный плеромный Хаос и все миры и уровни как внешней, так и внутренней дуги развития, и, в тоже время, ничто из этого.

Рассмотрим подробнее, что происходит на каждом из этих уровней.

При переходе на внутреннюю дугу развития самость обнаруживает, что она есть не только целостность тела-ума, но нечто большее. Осознание расширяется за пределы тела-ума, что выражается в устойчивом потоке сверхчувственного, экстрасенсорного восприятия. Поток опыта перестает быть обусловленным только сферой тела и ума, восприятие выходит за эти пределы, и самость осознает свою нематериальную природу, осознает себя как Сновидящее Тело или Сновидящую Душу. Когда самотождественность этого уровня закрепляется, осознанному восприятию становятся доступны бесчисленные миры сновидения, столь красочно описанные в книгах Кастанеды. Открывающаяся восприятию Сновидца реальность описывается им невообразимое множество миров, которые в каждый момент потенциально доступны осознанному восприятию и жизнедеятельности. Все они, по словам Дона Хуана, возникают из энергетического поля, состоящего из бесчисленных светящихся нитей (волн энергии), протянувшихся во всех мыслимых и немыслимых направлениях. Однако на уровне Сновидца эта энергетическая реальность еще не может быть познана им непосредственно. Он познает ее опосредованно – через восприятие различных миров, возникающих в тот момент, когда его подвижная точка сборки настраивается на какую-либо волну энергии. Обретая свободу перемещения и произвольной фиксации точки сборки, Сновидец обнаруживает, что мир, воспринимаемый нашими физическими органами чувств, существует лишь как одна из многих возможных позиций восприятия.

На уровне Сновидца самость осознает текучесть своей природы и текучесть воспринимаемого мира, осознает себя как подвижный пучок энергетических волокон, произвольно настраивающийся на восприятие различных миров сновидения в пределах доступного диапазона. Скорее всего, именно текучесть как отличительная черта самотождественности Сновидца и отражена в буддийском термине Нирманакайя – Тело Изменений.

Но, как я уже сказал, на уровне Сновидца человек воспринимает Реальность только как поток изменений (который он переживает как череду различных феноменальных миров – поток чувств, эмоций, звуков, образов и света, возникающий в его восприятии), однако то, что создает этот поток феноменов, остается скрытым от него.

Энергетическая основа потока феноменов раскрывается человеку только при переходе к еще более высокой и тонкой форме восприятия – на уровень Самбхогакайи (Тело Блаженства), или на уровень восприятия архетипов.

Достигая этого нового уровня, человек начинает познавать еще более тонкую реальность, лежащую в основе тех удивительных миров, которые он увлеченно исследовал на уровне Сновидца. Этой более тонкой реальностью оказывается реальность архетипов – изначальных форм Бытия. Эти изначальные тонкие формы, или первичные модели Реальности, подобны семенам, из которых

произрастают и от которых зависят все явления. На этом уровне Реальность описывается как холоархии архетипических форм (естественные иерархии взаимовключенных друг в друга целостностей-голонов), которые принимает изначальная энергия, пронизывая различные миры – от более тонких, общих и абстрактных к более грубым, частным и конкретным. И с высоты этого уровня восприятию открывается изначальная архетипическая форма Единства Я и Мира как союз Бога и Богини, как союз Пустоты и Чистого Света.

В самом тонком виде Реальность переживается на архетипическом уровне как внутренний Свет и Звук. Это то, что тибетские буддисты называют Чистым Светом Реальности и Изначальным Звуком Реальности. И когда человек постигает изначальный архетип Реальности и архетип самого себя, он обретает высшую мудрость и становится Мудрецом.

Но это еще не все. Воспринимая изначальные формы Реальности, Мудрец все же еще не способен соприкоснуться с самой Реальностью, постичь тот Источник, из которого возникают все эти формы. Чтобы постичь сам Источник, осознанию предстоит преодолеть еще один барьер и перейти на следующий уровень – уровень Дхармакайи, Тела Истины, или причинный уровень. И осознание совершает этот переход, когда стремится познать самого Свидетеля, в восприятии которого возникают первичные тонкие формы Реальности – внутренний звук и свет. И когда этот переход происходит, познающий постигает свою природу как Пустоту, которая на самом деле есть совершенная Полнота. Как говорит Уилбер, «это состояние воспринимается именно так — как бесконечное растворение в полноте Бытия, которое настолько полно, что никакое явление не может вместить всей этой полноты» (53).

Переживания причинного уровня не есть что-то, что сейчас отсутствует у нас, а когда-то в будущем может возникнуть. Эти переживания, так же как и переживания сновидческого-архетипического уровней, уже присутствуют в нашем опыте в виде слабоосознаваемых временных состояний. Речь идет о состоянии сновидения (когда мы спим и видим сны) и состоянии глубокого сна или бесформенного сна (когда в восприятии отсутствуют какие-либо образы и формы). Задача саморазвития – это такое культивирование осознания, которое способствует возникновению этих переживаний в виде устойчивых уровней. Другими словами, по мере нашего осознания и узнавания себя сначала в сновидении, а затем в глубоком сне, эти состояния закрепляются в виде реализованного уровня.

Переживание бесформенного Свидетеля характеризуется тем, что в свидетельствующем осознании не остается никаких объектов, происходит *осознание полного угасания или прекращения* – это переживание в разных традициях известно как нирвикальпа самадхи, джнана самадхи, айин, забвение, нирод, классическая нирвана. Этот уровень называется причинным, потому что пустотный Свидетель осознается здесь причиной или творящим источником всех младших измерений.

И наконец, Великое Завершение Великого Путешествия – финальная точка, финальный аккорд Великой Целостности, в котором одновременно звучат все ноты Бытия, – это Свабхавикакая, Тело Абсолютного Единства, или Недвойственного Духа, который на самом деле есть не только самый высший уровень развития, но и

вся Великая Целостность от самого Низа и до самого Верха в единстве Познаваемого и Познающего. Реализация Недвойственного Духа становится возможной тогда, когда Свидетель, в чистом созерцании причинного уровня познавший самого себя как Пустоту, познает также, что он сам и является всем тем, что он воспринимает на всех уровнях и во всех мирах Бытия.

Будучи самым высшим уровнем развития, Свабхавикакая, Тело Абсолютного Единства, или Недвойственный Дух, становится завершением октавы внутренней дуги и третьим «до» на центральной Оси Целостности после Плеромы и Кентавра-мага. Во многих традициях часто две последние стадии пути – причинную и недвойственную – рассматривают как одну, называя это Дхармакайей, Телом Света, или Телом Единства. Здесь нет никакого противоречия, мы действительно можем рассматривать их как одну финальную стадию. Важно лишь понимать, что на этой стадии находят свое окончательное завершение два прямо противоположных процесса: первый – это процесс абсолютного *исключения* (когда *Я* полностью освобождается от отождествленности с какими бы то ни было формами и осознает свою пустотную природу), а второй – это процесс абсолютного *включения* (когда *Я* осознает себя подлинным Источником и изначальной Реальностью всех форм и всех явлений – и узнает Себя, свое Подлинное Лицо во всех мирах Вселенной, на всех уровнях и во всех потоках Бытия).

Если внешняя дуга развития – это дуга различения, то внутренняя дуга – это дуга объединения. Если началом внешней дуги трансформации и всего развития в целом была позиция тотальной слиянности, тотального не-*Я* на уровне Плеромы, а завершением внешней дуги и началом внутренней – позиция очень точного различения двух тотальных целостностей *Я*-Мир на уровне Кентавра, то завершением внутренней дуги становится позиция недвойственности, в которой объединяются и различающая истина Кентавра и неразличающая истина Плеромы, приобретая в своем соединении некую совершенно невыразимую Истину, превосходящую истины их обоих.

Таким образом, мы имеем три октавы трансформации осознания – октаву внешней дуги, октаву внутренней дуги, и октаву Великой Целостности – и три осевые точки этой трансформации, три ноты «до», где «до» первой октавы – это точка Плеромы, точка изначального Хаоса неразличения, тотального не-*Я*; «до» второй октавы – это точка Кентавра-мага, точка ясности и различающего Порядка, *Я* и не-*Я*; «до» третьей октавы – это точка Недвойственности, точка объединения Верха и Низа, *Я* и не-*Я*, Порядка и Хаоса, Формы и Пустоты, где «Форма есть не что иное, как Пустота, а Пустота есть не что иное, как Форма», как гласит самая известная буддийская сутра. Перефразируя эту сутру применительно к дихотомии *Я* и не-*Я*, можно сказать так: если в точке Плеромы есть только бессознательное не-*Я*, а в точке Кентавра есть и сознательное *Я*, и не-*Я*, четко различимые между собой (все, что не есть *Я*, есть Мир, а все что не есть Мир, есть *Я*), то в точке Недвойственности обнаруживается, что *Я* есть не что иное, как не-*Я*, а не-*Я* есть не что иное, как *Я*.

Уровень Сновидца: пробуждение кундалини

Для пробуждения контуров первого уровня внутренней дуги – уровня Сновидца – характерны три взаимосвязанных события: повторное проживание-осознавание рождения, подъем энергии кундалини и момент осознания себя во сне. Эти события могут происходить одновременно или в произвольной последовательности, непрерывно одно за другим или волнообразными периодами обострений интенсивности, растягиваясь на месяцы и годы относительного затишья и кратковременных, но очень мощных всплесков экстрасенсорных переживаний.

Каждое из этих событий сопровождается невероятно интенсивный характер физических ощущений и внутренних переживаний: потоки экстрасенсорного восприятия, спонтанное расширение осознания, шаманские видения, внезапные духовные откровения, глубокое погружение в медитативные состояния – все это события, которые могут быть отнесены к пробуждению осознания Сновидца.

Динамику повторного проживания рождения и интеграцию родовой травмы мы рассматривали в предыдущей главе, а сейчас остановимся на некоторых специфических чертах двух остальных знаковых событий перехода на уровень Сновидца – подъем кундалини и пробуждение во сне.

По внешней симптоматике, характеру и сути внутренних процессов событие, известное на Востоке как подъем энергии кундалини, сравнимо с шаманским процессом потери человеческой формы, описанному у Кастанеды. Йогическое и шаманское описания сходятся в том, что во время этого процесса человек испытывает ни с чем не сравнимые мощные физические ощущения, которые в ряде случаев могут вызывать сильнейший дискомфорт. Субъективная интерпретация ощущений может быть разной, но зачастую это похоже на то, как будто внутри вашего тела кто-то очень сильный начал скатывать ковер от пяток до головы, наматывая на него все ваши внутренние органы и оставляя позади бесформенную пустоту. Этот процесс может сопровождаться неутрачивающим зудом во всем теле, ослаблением кишечника, рвотными позывами, сердцебиением и головокружением. Какой бы ни была интерпретация этого события – вы в любом случае чувствуете как что-то очень мощное и сильное, что пробудилось где-то внизу живота, буквально прорывается через все ваше тело, через все ваши внутренние органы вверх – к аджна- и сахасрара-чакре. Переживая подъем кундалини в менее интенсивном виде, человек может испытывать богатую и сложную гамму тонких ощущений, включающих переживания восходяще-нисходящих потоков энергии, странные ощущения в области макушки и в центре лба, субъективное расширение осязания за пределы физического тела и другие.

Конечно, в этом процессе очень важно состояние ваших внутренних органов. Наличие каких-либо проблем с внутренними органами означает засоренность, заблокированность того или иного энергетического центра или энергетического канала, и это создает дополнительные трудности для подъема энергии кундалини и создает дополнительную нагрузку на проблемный орган. Наличие проблемной зоны в теле представляет собой препятствие для

поднимающегося потока, и, когда его мощь наталкивается на скрытое препятствие – она естественным образом стремится прорваться сквозь него, разрушить препятствие. Все это создает дополнительное напряжение. Субъективно вы можете ощущать сильные боли и давление в проблемном органе. В связи с этим процессы, связанные с подъемом энергии кундалини, могут маскироваться под симптомы обострения хронических заболеваний, симптомы пищевого отравления, сердечных и головных болей, простуды и т. п. Вот почему так желательно произвести заблаговременное очищение тела от шлаков, хронических блоков и зажимов. Чем чище тело – тем легче и безболезненней происходит подъем энергии кундалини, пробуждение сущности или, в терминологии Кастанеды, потеря человеческой формы. Но в то же время этот кризисный процесс сам по себе содержит возможность радикального исцеления через обострение, поскольку если энергия кундалини все же прошла через заблокированную зону, это означает, что блок либо был значительно ослаблен, либо полностью ликвидирован. Подъем кундалини может протекать как единичное очень интенсивное и мощное переживание, а может проявиться в более мягкой форме – как волнообразная череда кратковременных всплесков необычных психофизических симптомов и периодов относительного затишья, возвращения в русло обыденного существования.

На следующее утро (подъем энергии кундалини, как правило, происходит в ночное время, если это случается спонтанно, а не в результате специальной практики) вы будете чувствовать свое тело обновленным и полным необычной жизненной силы. Примерно такой же *подъем сил* человек испытывает после переживания моментов осознания себя во сне. В некоторых случаях подъем кундалини и осознание себя во сне протекают как взаимосвязанные события, иногда между одним и вторым проходят годы.

Существуют освященные тысячелетней традицией практики, помогающие осознанию и структурированию этого кризисного психодуховного процесса – это и практики кундалини-йоги, и практики внутренней даосской алхимии, в том числе практика вращения микрокосмической орбиты, и некоторые шаманские практики неделания, описанные у Кастанеды.

Уровень Сновидца: осознание себя во сне

Ранее я говорил о том, что, выходя за пределы своих представлений во время кризиса трансформации, человек попадает в особое состояние, характеризующееся тотальной неопределенностью восприятия. Эта пиковая точка кризиса восприятия в настоящее время широко исследуется в трансперсональной литературе, где она известна как точка бифуркации.

Во время кризисных переходов с одного уровня осознания на другой человек не задерживается в этой точке надолго (застревание может произойти только в случае патологических искажений естественной логики развития). Разотождествляясь со структурами восприятия предыдущего уровня, человек попадает в точку бифуркации (или ноль-точку), а затем выстраивает структуры более высокого уровня целостности, где восприятие вновь стабилизируется.

По крайней мере так происходит, пока маршрут Великого Путешествия идет по внешней дуге развития – от плеромного к кентаврическому уровню целостности. Все меняется при переходе на внутреннюю дугу, к надличностным уровням. Сам алгоритм перехода предполагает полный и осознанный выход самости в ноль-точку, а значит, и разрушение всех автоматических защитных механизмов, ограждавших доселе сознание от непосредственного контакта с Тотальной Неопределенностью Мира. Эти механизмы – своеобразные скорлупы разума – распадаются, высвобождая то, что созревало внутри них – надличностную сущность, Сновидящее Тело.

Самость отождествляется со структурами восприятия уровня Сновидца и начинает осваиваться в принципиально иной среде – в нематериальном, психическом мире, с его неподвластными рациональной логике законами.

Переживания, связанные с пробуждением Сновидящего Тела, настолько отличаются от всего, к чему мы привыкли, что поначалу вызывают настоящий шок. Во время пробуждения Сновидящего Тела вы вдруг обнаруживаете удивительную вещь – вы вдруг замечаете то, на что раньше не обращали никакого внимания, хотя это всегда было самым очевиднейшим фактом вашего существования. Вы обнаруживаете, что все это время ваш мир был поделен на две половины, между которыми стояла непроницаемая граница – «стена тумана». Вы обнаруживаете, что все это время вы жили только на одной половине Мира и в упор не замечали его половинчатости. Две половины Мира, о которых я говорю, – это посюсторонний мир бодрствования и потусторонний мир снов или, как говорили у нас в старину, Явь и Навь.

Обычно человек переживает границу между Явью и Навью в виде симптома полной потери сознания. Только в таком виде она и доступна восприятию личности: как полное отсутствие восприятия. И это вполне объяснимо: пока самосознание остается жестко отождествлено с личностными структурами на внешней половине Мира, переход энергии самости с внешней стороны на внутреннюю, который случается всякий раз, когда мы засыпаем, связан с потерей этого самосознания: по мере приближения энергии к точке перехода на внутреннюю сторону сознание постепенно меркнет и окончательно гаснет, как только энергия проходит через ноль-точку – точку между мирами, точку, где мир посюсторонний соприкасается с миром потусторонним. Это происходит каждый вечер, каждый раз, когда мы отходим ко сну.

Затем, уже на той стороне Мира энергия самости входит в полуоформленные структуры другой половины нашей целостности и оживляет их. Наше сновидящее Я пробуждается к бытию в своем удивительном Зазеркалье. Пока Явь и Навь остаются разделены границей полной потери сознания – «стеной тумана», как называл это Дон Хуан – жизнь нашего сновидящего Я очень слабо связана с жизнью нашей дневной личности, вот почему во снах мы мало что помним о своей жизни в мире Яви, а, просыпаясь, практически мгновенно забываем то, что происходило с нами в Нави. Пока граница между Явью и Навью существует, структуры восприятия и интерпретации дневной личности способны поддерживать воспоминания *с той стороны* лишь в очень малой степени.

Впечатления, полученные в Нави, столь разительно непохожи на все, с чем имеет дело наше дневное Я, что им просто не находится места в рамках этого мира.

То же самое справедливо и для другой половины. Будучи отделенным от внешних структур, наше сновидящее Я лишено всех тех инструментов, что упорядочивают и поддерживают поток восприятия на внешней половине Мира. Наше ночное Я лишено устойчивого материального тела и устойчивого концептуального ума. В результате мы сновидим эфемерный, иррациональный, сумеречный мир, в котором обрывки дневных впечатлений, привнесенные из Яви, перемешаны с тем, что воспринимает сновидящее Я непосредственно в Нави.

Мы привыкли считать полную потерю сознания при переходе через ноль-точку – границу между Явью и Навью – чем-то столь фундаментальным и неизбежным, что у многих не возникает даже сама мысль о возможности эту границу перейти. Это невозможно, потому что это невозможно, это невозможно, потому что это бессмысленно – так рассуждает рассудочное Я. И оно не может рассуждать никак иначе, ведь рассудочное Я целиком отождествлено со своими границами, и для него эти границы – это принципиальные границы смысла: смысл может иметь только то, что внутри границ, все то, что находится с той стороны, смысла заведомо не имеет.

На уровне рассудка (Хоббит) граница между Навью и Явью наиболее закрытая и жесткая, с минимальной пропускной способностью. Люди с очень жесткой границей, как правило, вообще не помнят своих снов (они говорят, что они «не видят снов», но это не правда – сны сняты всем, но кто-то помнит их, а кто-то нет). На уровне раннего понятийного ума (Нарцисс/Нимфа) эта граница более мягкая и прозрачная. Вот почему дети часто видят то, чего не видят их родители. По этой же причине среди мальчиков-нарциссов и девочек-нимф так распространен страх темноты. Это происходит потому, что энергия самости уже отождествлена с границами языка на внешней стороне сознания, но из-за своей хрупкости, прозрачности и размытости эти границы еще не могут служить для нарциссов и нимф надежной защитой от проникновения в их мир пугающих влияний из Нави. Дети, уже находясь в мире языка, еще чувствуют то, что неназываемо и потому испытывают естественный для своего уровня страх – страх перед тем, что не имеет названия, страх перед «Теми, чье имя не произносят». Для Нарцисса/Нимфы Явь и Навь еще во многом смешаны друг с другом, в своем восприятии они еще не отделили полностью одно от другого, Явь проникает в Навь, Навь проникает в Явь. «Стена тумана» еще прозрачна для них, и поэтому сквозь нее они порой видят на той стороне чьи-то огромные пугающие тени – тех самых Дюдюку и Буку, которые внушали ужас их собственным родителям, когда те были еще детьми, а потом, по мере упрочнения границ рассудка, оказались преданы ими забвению и названы игрой воображения.

Тем, кто имел опыт систематического наблюдения за маленькими детьми, известно, что темноты дети начинают бояться с определенного времени – а именно с того самого, когда ребенок овладевает языком и отождествляется с вербальными структурами восприятия. На телесно-эмоциональном (Тифон) и телесно-инстинктивном (Уроборос) уровнях у младенца нет страха темноты, потому что в его мире еще нет границы между Явью и Навью. Обе половины их бытия, внешняя

и внутренняя, смешаны и неразвиты – ребенок одинаково смутно сознает и ту и другую сторону, вот почему потеря осознания здесь не так страшна и не имеет серьезных последствий для жизни: ребенок еще не принадлежит сам себе, он целиком зависит от своих родителей – и он может безбоязненно пребывать в бессознательности, пока родители будут заботиться о нем.

Но по мере развития осознания дифференциация усиливается. Постепенно две стороны бытия – внешняя и внутренняя, поюсторонняя и потусторонняя – начинают разделяться и разрыв между ними усиливается. Когда же самость начинает преимущественно отождествляться со структурами на внешней стороне, развитие этих структур ускоряется, тогда как развитие структур сновидящего Я резко затормаживается.

Двигаясь по внешней дуге развития, самость все дальше уходит от центральной оси (ноль-точки, где соединяются две половины Мира), пока не достигает наиболее удаленной от нее позиции – позиции рассудка. Затем дуга обращается и начинается возвратное движение к центру: самость переживает героический и кентаврический кризис и обретает целостность тела-ума. Когда это происходит, человек вплотную подходит к точке перехода на внутреннюю дугу развития.

Перейти осознанно через ноль-точку в потусторонний мир, за «стену тумана», в мир Зазеркалья, в мир Нави, в мир снов – вот вызов, с которым встречается человек-кентавр на этом этапе своего Пути. Когда же это происходит, фундаментальный барьер сознания преодолевается и два потока восприятия – внешний и внутренний – наконец объединяются.

Объединение Яви и Нави несет как великие возможности, так и непредвиденные опасности. Первое, что осознает человек, которому удалось прорваться на ту сторону, – это то, что он целиком находится в жутком, непредсказуемом, фантастически реальном мире, где все течет, изменяется, где нет ничего устойчивого, никаких принятых по умолчанию точек отсчета, никаких объективных систем координат, где малейшее движение мысли с пугающей закономерностью тут же реализуется в виде цепочки неожиданных событий и любое упущение или трудности с контролем внутреннего монолога-диалога чреваты непредсказуемыми последствиями. Такова специфика структур этого уровня, которые представляют собой не что иное, как непрерывно самовозобновляющийся поток сновидений, поток творческой Игры осознания в Теле Изменений.

Человек обнаруживает, что граница, которую он прежде с таким упорством жаждал преодолеть, была его единственной реальной защитой от Тотальной Неопределенности Мира, и теперь, после того, как он осознал ее условность, уже ничто не сможет защитить его от натиска непостижимой Реальности, обступающей его со всех сторон. Больше нет разницы между сном и явью – сновидение продолжается наяву, а явь переходит в сон.

Так, начиная сновидеть, мы в то же самое время окончательно пробуждаемся от своего «антропологического сна». Мы вдруг осознаем, что все это время жили иллюзиями. Вместе со всеми мы разделяли веру в реальность мира,

который однажды нас научили создавать наши родители и воспитатели, а их, в свою очередь, научили создавать этот мир их собственные учителя. Мы учились делать это в глубоком детстве, так что уже не помним, как все это происходило, и мы также не помним ту Реальность, из которой мы однажды вышли в придуманный нами же мир.

Но однажды все возвращается *на круги своя*.

И вот, наконец совершив полный виток развития по внешней дуге, мы вновь приближаемся к тому месту, откуда однажды ушли, с той лишь разницей, что уходили мы отсюда, будучи бессознательными детьми, а возвращаемся в полном сознании, полностью пробужденными и бдительными взрослыми с развитыми высшими структурами ума.

И как вы думаете, кто встречает нас там? Нас встречают те самые наводящие ужас Дюдюка и Бука, которых мы так боялись в своем забытом детстве. Оказывается, они никуда не исчезли – все то время, пока мы становились взрослыми, эти загадочные существа терпеливо ждали нас на другой половине Мира, скрытые от нашего взора плотной «стеной тумана», – существа из другой реальности, нечеловеческой, неземной, нематериальной. В древности люди называли их духами, богами и демонами. Юнг назвал их архетипами. Карлос Кастанеда описывал их как неорганических существ...

Психическая реальность и архетипы

Пожалуй, самое впечатляющее открытие современной психологии – трансперсональной и интегральной – это открытие для западной цивилизации надличностных уровней развития осознания. Краткий экскурс в историю этого открытия выводит нас на фигуру Карла Густава Юнга, который был одним из первых ученых в истории западной психологии, кто занялся серьезным изучением скрытой, ночной стороны психики. Дело в том, что до него в качестве предмета классической психологии рассматривалась только дневная сторона сознания, процессы же, происходившие на ночной стороне, интерпретировались классиками психологии как второстепенная функция бодрствующего сознания – во время сна сознание просто перерабатывает дневные впечатления, утверждали они (именно из этой позиции исходил Фрейд и его последователи при анализе сновидений).

Естественно, что в то время никто не принимал всерьез того, что происходило с человеком во сне. Люди полагали, что во сне человек живет в полностью вымышленном мире, в своей фантазии, а реальная основа этой фантазии – мозг, который занят в это время переработкой дневных впечатлений, или телесные процессы: например, вы поели на ночь тяжелой пищи – и вот вам всю ночь снятся беспокойные сны.

И вдруг в этот мир приходит Юнг и начинает утверждать, что во снах человек сталкивается с чем-то, что *реально само по себе*. Более того, из крайне смелых (даже для нашего времени) заявлений Юнга следует, что мозг есть не основа восприятия реальности, а всего лишь инструмент, который открывает человеку *доступ* к подлинной Реальности. Юнг заявляет о том, что психический

мир реален сам по себе, и тем самым радикально переворачивает картину мира: статусом стопроцентной онтологической реальности наделяется психический мир человека (который наиболее полно раскрывается в сновидческих переживаниях), а мозг рассматривается лишь как инструмент, создающий материальные предпосылки для непосредственного доступа к этой реальности из мира материи.

Чтобы почувствовать разницу, проведем аналогию с миром высоких технологий. Все мы знаем, что компьютер состоит из двух частей – аппаратной (или физической) и программной (или виртуальной). Аппаратная часть – это так называемое железо на сленге компьютерщиков: материнская плата, процессор, винчестер, монитор и т. д. – то есть набор материальных составных частей, которые при правильной интеграции между собой начинают работать как одно целое. Программная, или виртуальная, часть – это нефизическая часть компьютера, все то, что мы видим, когда смотрим в экран монитора.

Естественно, аналогия с человеческим телом и сознанием очевидна. Так же как и человеком мы называем не тело само по себе, а тело, оживленное сознанием (т. е. человек в нашем восприятии есть не физическое тело, а, прежде всего, сознание, которое в этом теле проявляется; тело без сознания – это не человек, а просто труп), точно так же и компьютером мы называем не грудку «железа», а то виртуальное пространство и процессы, к которым мы имеем доступ, пока компьютер работает. Но при этом, естественно, мы подразумеваем, что реально в первую очередь само «железо», а виртуальная среда является в каком-то смысле функцией этого самого «железа», то есть она не существует сама по себе, без системного блока и монитора. Это предположение есть следствие нашей привычки к материалистическому мышлению.

Так вот, если перевести открытие Юнга с психологического языка на язык новых технологий, то получится, что это неверное предположение, что на самом деле виртуальная среда есть самостоятельная реальность, к которой мы просто получили доступ с помощью компьютера. Т. е. мир, с которым мы соприкасаемся и в который мы погружаемся через экран монитора, существует не внутри компьютера как предмета и не является функцией каких-либо его частей, но существует сам по себе – как самостоятельная реальность. А компьютер – это своего рода портал, соединяющий нас с этим другим, нематериальным миром.

Такое понимание кардинально меняет систему привычных представлений. И в новой системе представлений мозг как высшее достижение биологической эволюции оказывается не венцом развития, а новой точкой отсчета, поскольку дает возможность сознанию прозреть сквозь материальный план бытия новую реальность – психическую реальность, которая оказывается значительно более широкой и всеобъемлющей, чем физический мир. С этой точки зрения физическая среда оказывается включена в психическую, подобно тому как водная среда включена в воздушную. И развитие человека как психической сущности – это следующий шаг во всеобщей эволюции после биологического развития.

Никто не спорит, что переход живых организмов из водной среды в воздушную был следующим шагом эволюционного развития. Так почему же мы спорим по поводу перехода из физической реальности в психическую реальность?

Сложность обсуждения этих уровней развития осознания состоит в том, что способ существования человека на них в такой же степени отличен от способа существования обычной человеческой личности, в какой последний отличен от способа существования рыбы. Человеческая личность, отождествленная со структурами внешней дуги развития, целиком привязана к материальному плану и не представляет себе своего самостоятельно существования вне его пределов. В этом смысле человеческая личность подобна рыбе, которая способна жить только в водной среде и погибает в воздушной (хотя основа бытия и там и там одна и та же – кислород). Но так же как человеческое тело включает в себя уровень рыбы и превосходит его, поскольку уже не привязано к водной среде, наше психическое существо (Сновидящая Душа, Сновидящее Тело), которое пробуждается при переходе из физической реальности в психическую, включает в себя уровень человеческой личности и превосходит его, поскольку уже существует независимо от мира материи и не связано пространственно-временными ограничениями. Личность, живущая в мире материи, и сущность, живущая в мире чистой энергии, представляют собой два принципиально разных способа бытия, различающихся так же, как различаются способы существования рыбы и человека.

И в то же время существует неоспоримая линия преемственности – эволюционная линия развития, благодаря которой человеческое осознание развивается из осознания амебы, а сверхсознание Духа развивается из осознания человека и включает его в себя как часть.

Итак, Юнг был одним из первых в западной психологии, кто всерьез заговорил о принципиальной значимости сновидческих переживаний и сделал самостоятельным предметом своих исследований психический мир человека, говоря, что психика «является частью окружающего нас мира, и ее тайна так же безгранична (*как и тайна физического мира.* – Р. М.). Поэтому мы не можем дать определения ни тому, ни другому, мы только можем утверждать, что верим в их существование, и описывать по мере возможности их функционирование».

В своем исследовании психики Юнг в первую очередь обращал внимание на скрытую, ночную сторону сознания, именно там видя источник и причину дневных переживаний, а не наоборот (как полагала классическая парадигма). Он обнаружил существование особых психических структур, наделенных самостоятельным осознанием, которые он назвал архетипами, и полагал, что именно различного рода взаимодействия архетипов в психическом мире обуславливают те или иные симптомы и события в мире физическом. Архетипы Юнга, оказываются полноправными субъектами ночной половины психического мира, подобно тому как субличности Ассаджиоли, являются полноправными субъектами дневной половины сознания.

Конечно, Юнг был далеко не первым, кто обнаружил существование архетипов. Любой мистик, реализовывавший в своем развитии способность надличностного *видения*, находил тот уровень Реальности, где существуют архетипы. Об архетипах говорили и Платон, и Блаженный Августин, и Мейстер Экхарт, и Гараб Дордже. Все они полагали, что архетипы – это изначальные, самые

тонкие первообразы, являющиеся источниками многочисленных нисходящих миров воплощения и всех вещей им присущих, вплоть до самых грубых.

Юнг полагал, что архетипы – это особые психические структуры, порождаемые коллективным опытом человечества, а потому они не принадлежат ни сознанию какого-то отдельного человека, ни какой-либо отдельной культуре. Наоборот – и в отдельных культурах, и в сознании отдельных людей мы наблюдаем проявления одних и тех же архетипов. В этом смысле архетипы имеют внеличностную природу. Это Юнг угадал верно. Однако он путал доличностное и надличностное (что вполне простительно, поскольку это было общим заблуждением его эпохи), помещая архетипы туда же, куда Фрейд помещал либидо, – в бессознательное, в Ид. Но между либидо и архетипами существует колоссальная разница – одно полностью долично и бессознательно, тогда как другое полностью надлично и сверхсознательно.

Да, природа архетипов внеличностна, но она не бессознательна – она сверхсознательна. На доличностных стадиях развития человек не имеет осознанного доступа к архетипическим уровням, эти уровни еще не реализованы им. Энергии архетипов проявляются опосредованно – через внешние формы: так на доличностных стадиях архетип Великой Матери проявляется через образ материнской груди и фигуру биологической матери, а архетип Великого Отца – через образ родителя-мужчины. Доступ к собственно архетипическим уровням открывается только на постментальных, пострациональных уровнях осознания. При этом не все архетипы, судя по всему, являются сущностями одного и того же порядка. В архетипических формах можно также отчетливо различить формы более грубые и более тонкие. Например, архетипы, имеющие явные антропоморфные признаки или явную объектность, несомненно более грубы по сравнению с архетипами, не имеющими ни человеческих, ни объектных признаков. При этом, по утверждению мистиков, самые тонкие и первичные архетипы – это тонкий свет, тонкий звук и тонкие вибрации.

Другим уточнением будет сказать, что архетипы не столько порождаются коллективным опытом, сколько проявляются в коллективном опыте наиболее очевидным образом. То есть человечество легче получает доступ к архетипам через коллективный опыт.

Тот факт, что архетипы наиболее явно проявляются в коллективном опыте, говорит о мощи энергетического потенциала архетипов, который зачастую не под силу вынести отдельному человеческому эго. Мистики, видевшие существ архетипического мира и входившие в контакт с ними, утверждают, что взаимодействие с ними чревато серьезными потрясениями для обыденного сознания. Сознание должно быть определенным образом подготовлено и трансформировано для непосредственной встречи с существами архетипического уровня. «Нельзя вливать новое вино в старые мехи», – говорит Иисус. Вот почему рассудочное эго, пребывая в ситуации «антропологического сна», контактирует с реалиями надличностных уровней опосредованно – в сумеречном полусознательном состоянии, через символы и образы обычного сна, через события и ситуации своей повседневной жизни. Все это некий фильтр, который смягчает и ослабляет силу первоначальных энергий архетипических форм Реальности.

Золото Священных Гор

Тема контакта человека с экстрасенсорным и архетипическим уровнями восприятия исследуется в фильме «Блubberри». Так же как и «Лабиринт Фавна», «Блubberри» начинается с эпизода смерти главного героя, и это сразу же переводит дальнейшее повествование фильма из привычной посюсторонней плоскости в область по ту сторону земного бытия, а это значит, то, что мы видим, – это не столько история, сколько воспоминание, не столько действительность, сколько очень напоминающий ее сон. С самых первых кадров режиссер словно бы хочет подчеркнуть, что действие фильма, несмотря на его кажущуюся похожесть на привычную нам линейную историю, на самом деле все же происходит далеко не в этом мире.

Он мертв, и теперь мой черед. Я оставляю этот мир. Я оставляю мои воспоминания. Я вижу... я вижу мальчика. Этим мальчиком был я. Я вижу...

С этих слов начинается фильм, и они четко позиционируют точку зрительского взгляда. Мы понимаем – все, что мы увидим далее, мы увидим глазами главного героя, но глазами не героя-человека, а героя-сущности, глазами Свидетеля, окончательно пробуждающегося в момент смерти земного тела и в этот миг созерцающего, словно сон, свою жизнь в мире пространства и времени во всей целостности ее завершения и начала.

Путь самопревосхождения – это череда жизни и смерти: жизни как бытия в горизонтальной плоскости какого-либо уровня восприятия и смерти как преодоления исключительной отождествленности со структурами этого уровня и вертикального перехода к новому, более целостному, более всеохватному чувству Я. Исключительная самотождественность Тифона умирает, когда самость трансцендирует телесно-эмоциональные структуры и ее энергия переходит в структуры понятийного ума. Исключительная самотождественность Нарцисса/Нимфы умирает, когда пробуждается эго Хоббита-маски, а Маска умирает в момент рождения Героя/Героини. В этой непрерывной череде умирания старого и рождения нового само понятие смерти как некой финальной точки, после которой уже ничего не происходит, теряет всякий разумный смысл. Смерть – не конец, но лишь начало нового цикла.

Смерть в этом смысле – необходимый элемент развития, развития жизни, развития сюжета. И этот взгляд в полной мере реализуется в фильме «Блubberри», где смерть, словно знаковая веха, отмечает завершение одной истории и начало другой. Фильм начинается со смертью и заканчивается новой жизнью.

Все, что отменяет смерть, – это взгляд на жизнь как на ограниченный отрезок, имеющий определенное начало и конец. Смерть отменяет линейность и конечность жизни и вместо этого раскрывает видение подлинной глубины и высоты бытия – это видение жизни как многомерной, многоуровневой, динамически развивающейся целостности взаимосвязанных процессов осознания; это видение жизни как непрерывного движения энергии осознания

через восхитительный лабиринт возможностей и вероятностей, которые начинают реализовываться, едва мы вступаем в какой-либо тоннель этого лабиринта – тоннель воспринимаемой реальности. Смерть же есть всего лишь переход из одного тоннеля реальность в другой. И в этом смысле мы умираем всякий раз, когда делаем новый выбор, когда принимаем новое решение, когда следуем за новым поворотом судьбы, когда происходит завершение процесса одного уровня и начало нового.

Мы по-разному относимся к смерти в зависимости от того, на каком уровне целостности принимается решение, происходит выбор и завершается процесс. Так, например, мы не склонны называть смертью завершение процессов на нижележащих уровнях (если только у нас не осталось сильной привязанности к их структурам, отождествленности с ними). Мы не рассматриваем как смерть для себя прекращение определенных эмоций или мы не чувствуем, что умрем, если не исполним какое-то свое желание. Но для ребенка-тифона или для человека, все еще очень привязанного к тифоническому уровню, невозможность проявить сильную эмоцию или исполнить сильное желание будет восприниматься именно как смерть самого себя. Это чувство возникает именно вследствие того, что его энергия очень сильно отождествлена с данными структурами, в которых эмоции и влечения являются базовыми процессами самоидентификации. Однако превосхождение этих структур и развертывание структур ума, где есть понятие времени и возможного во времени самоограничения, дает самости новую перспективу и выстраивает новую непрерывность самосознания – непрерывность более высокого уровня, с высоты которого прекращение каких-либо эмоций или влечений не воспринимается как смерть самого Я.

То же самое справедливо и по отношению к тем уровням целостности, которые мы еще не освоили, но которые нам еще предстоит пройти. С той лишь разницей, что человеку, отождествленному со структурами внешней дуги (тело-ум), сложно почувствовать непрерывность своего самоосознания на уровнях внутренней дуги развития (душа-дух), – и, не имея этой реализованной возможности, многие потакают своему ограниченному взгляду на самих себя – и этот взгляд убеждает их, что с завершением процессов внешней дуги прекратится и жизнь их индивидуального Я.

Собственно говоря, основная задача Сновидца – это и есть реализация непрерывности восприятия и осознания на экстрасенсорном уровне. Но сделать это можно, лишь преодолев свою исключительную отождествленность со структурами внешней дуги. Что опять же означает смерть – смерть исключительности кентаврического эго тела-ума через включение его в целостность более высокого порядка – в целостность Тела Изменений или, в терминах Кастанеды, целостность энергетического тела.

Переход в миры сновидений, преодоление границы между Явью и Навью – это, по сути, преодоление границы между возможным и невозможным, между Жизнью и Смертью. Вот почему искусство сновидения может быть названо также искусством умирания – *Ars Moriendi*. Неслучайно древние называли сон маленькой смертью. Спящий человек подобен мертвому – он не здесь, не с нами, он в других

мирах, с той лишь разницей, что спящего еще можно разбудить, а мертвого уже нет. И Сновидец – тот же Мертвец, но еще живой.

Параллель Сновидец-Мертвец очень отчетливо прослеживается в фильме «Блubberри». Она начинается со вступительных кадров и слов и затем продолжается прямой реминисценцией из «Мертвеца» Джима Джармуша. Мы видим историю-воспоминание о том, как главный герой – молодой человек по имени Майк Блubberри – приезжает в забытый Богом городок Паломито на Диком Западе. Основные сюжетные повороты в точности повторяют завязку «Мертвеца» – герой знакомится с девушкой легкого поведения, проводит ночь в ее будуаре, в самый неподходящий момент их уединение нарушает вооруженный мужчина, разыгрывается дуэльная сцена, мы видим, что девушка погибает; следующая сцена – раненый герой выпадает из окна, оказывается на коне и в беспомощности покидает городок. Собственно, на этом сюжетное сходство «Мертвеца» и «Блubberри» заканчивается. История с гулящей девушкой и дуэлью в будуаре, которая для Джима Джармуша была лишь отвлеченным поводом для того, чтобы под звуки психоделической гитары Нейла Янга рассказать нам о кармических видениях невинно убиенной души Уильяма Блейка в его персональном Бардо, сотканном из воспоминаний последних дней жизни, в интерпретации Яна Кунена становится основой для понимания всего последующего действия, которое вне этой истории никак понято быть не может. Смертельное ранение, для Уильяма Блейка ставшее билетом в один конец, в жизни Майка Блubberри оборачивается чертой, которая подводит итог одной истории – истории неопытного безусого юнца, которого отправили на воспитание к дяде на ранчо, – и начинает другую – историю юноши по имени Разбитый Нос, ученика индейского шамана.

Раненого Майка подбирают индейцы, и шаман Китсен выхаживает его с помощью трав и дыма священных растений. Вскоре Блubberри становится его учеником и постигает уже знакомые нам истины героического путешествия. *«Если однажды ты решишь познать себя, – говорит ему Китсен, – тебе придется избрать путь воина. Ты познаешь темную сторону твоего духа. И тогда, если ты преодолешь свои страхи, ты узнаешь, кто ты есть».*

В собирательном образе индейского шамана Китсена явственно считываются аллюзии на Дона Хуана, архетипического шамана-мудреца, культовую фигуру для всех поклонников творчества Кастанеды. Настоящий ценитель творчества знаменитого американского антрополога найдет здесь и до боли родные высказывания о пути воина, и подчеркивание важной роли, которую играют священные растения на определенном этапе Великого Путешествия к Реальности (Китсен: *«Дух растений может открыть для тебя секреты жизни»*).

Но и история обучения Майка у индейского шамана – еще не главная сюжетная линия фильма. Период ученичества заканчивается для Блubberри в день смерти старого шамана. Одурманенный дымом священных растений, которые раскуривала вокруг тела Китсена его жена, Майк видит то, что не должны видеть глаза обычного смертного, – проблески Великой Тайны. Напуганный и сбитый с толку, в помрачении сознания (уже знакомый нам знаковый момент перехода в другие измерения), Майк сбегает из мира индейцев и возвращается в мир белого человека. Так заканчивается история Разбитого Носа и начинается история

маршала Блubberри. Майк возвращается в Паломито и становится помощником шерифа – блюстителем порядка и носителем закона.

Фильм «Блubberри» интересен тем, что в истории массового кинематографа это, возможно, первый фильм, вся сюжетная интрига которого выстроена вокруг темы психолитического транса – расширенного состояния сознания, вызванного приемом психоактивного растения или его субстрата. Сам факт того, что тема психоактивных растений (или растений Силы, как говорят шаманы) и вызываемых ими эффектов реабилитируется на массовом экране – это немаловажный знак тех тектонических сдвигов, что происходят в мировом общественном сознании в отношении вопросов, связанных с употреблением сакральных растений.

Один из основных сюжетобразующих мотивов фильма – поиски Золота Священных Гор. Многие бледнолицые слышали о том, что Священные Горы индейцев таят в своих недрах бесценные сокровища. Большинство, как например опустившийся немец Прозет, полагают, что эти сокровища – несметные россыпи золотых украшений. И лишь немногие посвященные в тайну знают, что Золото Священных Гор – это Священная Сила, которую человек может обрести, если отважится, выпив священный напиток индейских шаманов, совершить путешествие-сновидение в мир духов.

В эту тайну посвящен Майк, об этой тайне знает и его антагонист, его Тень – человек по имени Себастиан Блаунт (*«Друзья зовут меня просто Валли»*). Мы видим, как виток за витком разворачивается спираль Великого Путешествия и как все туже и туже сплетаются жизни Майка и Валли – Героя и Тени – в один клубок. Внутренняя подоплека внешних событий раскрывается через комментарии индейца Руни, друга и учителя Майка, его проводника в мир духов: *«Я вижу, твои демоны все больше набирают силу, скоро они снова дадут о себе знать»*. Вместе они отправляются в погоню за Валли, который направился к Священным Горам. И в финальной сцене фильма, чрезвычайно насыщенной внутренним символизмом и сногшибательными спецэффектами, Герой и его Тень сходятся вместе. Но их встреча, как и следовало ожидать, происходит не во внешнем мире, а во внутреннем – в мире духов. Здесь наконец все тайное становится явным – и все события обретают свой истинный смысл. Раскрываются все внутренние взаимосвязи, все скрытые силы рока, неумолимо приближавшие Героя и Тень к этой последней встрече и окончательной развязке. *«Я понимаю, почему я сейчас здесь, – говорит Валли. – Я понимаю, зачем мы встретились в первый раз – чтобы прийти сюда, в этот мир вместе»*.

Финальная сцена фильма – это одновременно и путешествие в Нижний мир, в Прошлое, и битва Героя с Тенью, и покаяние, и прощение, и сновидение-полет сквозь бесчисленные миры вселенной, и восхождение вверх – к Чистому Свету Реальности, к сияющей мандале Великой Целостности, где все вещи предстают взору такими, какие они и есть на самом деле, – бесконечными.

Это и есть последнее откровение Изначальной Реальности, откровение Здания Великой Целостности по ту сторону времени и пространства, на разных этажах которого в один миг начинаются и завершаются все сюжеты бытия, и все путешествия – путешествия Героя, Сновидца и Мудреца – совершаются в один миг – миг смерти и нового рождения.

С этим откровением Майк Блubberри возвращается к жизни, возвращается в свое тело, возвращается в мир, где его встречает Руни. Индеец улыбается, потому что он *знает*, потому что он видел то же, что видел Майк: *«Я прошел всю Вселенную только лишь для того, чтобы найти тебя... Следи за своими мыслями и чувствами. Теперь ты открыл их для себя и видел их настоящие лица. Добро пожаловать в новый мир, Разбитый Нос»*.

Диалог с Реальностью: архетипический уровень

Однажды пробуждаясь от своего «антропологического сна», от иллюзий, навеянных ограниченным эго-умом, мы вдруг осознаем, что все то время, пока нам снилась наша жизнь в трехмерном пространстве и линейном времени, мы на самом деле находились перед загадочной ширмой восприятия в Театре теней, загипнотизированные пульсирующими переливами движущихся волн света.

Пробуждение от «антропологического сна» несет с собой осознание простой истины всего происходящего: есть твое *Я*, есть ширма восприятия – граница между тем и этим миром, – и *по ту сторону* ширмы есть невыразимая Реальность, которая ежесекундно посылает тебе знаки-вопросы, знаки-загадки, знаки-подсказки. Кто *Я*? Что есть Мир? В чем суть жизни?

Экран восприятия – это зона двустороннего контакта между тобой и Реальностью. Это пространство, в котором разворачивается твой диалог с Реальностью. Ты воспринимаешь Реальность, но также и Реальность воспринимает тебя. То, что ты воспринимаешь, – это знаки, которые Реальность тебе подает, через них она намекает тебе о том, *что* Она есть, *где* Она есть, *почему* Она есть, *зачем* и *как* Она есть. Но также и любая твоя активность – движение, слово, эмоция, мысль – это знаки для Реальности, через которые она узнает, *что* есть ты, *где*, *почему*, *зачем* и *как* ты есть. Каждым своим действием ты информируешь Реальность о состояниях, в которых находишься, и показываешь Ей уровень и качество твоего знания о Ней.

Каждое твое движение – всплеск эмоций, череда мыслей, поворот тела – каждый твой поступок, каждое настроение – все это сигналы, «реплики и фразы» в твоём диалоге с Реальностью – твои вопросы и ответы. И Реальность немедленно откликается на твои сигналы, посылая тебе свой ответ, задавая тебе свой вопрос.

Волны тени и света на экране нашего восприятия, непрерывное движение резонансных полей – это сияние и голос Реальности, находящейся *по ту сторону*. Реальность непрерывно проецирует всю полноту своего содержания на экран нашего восприятия, выстраивая ее в осмысленные последовательности символов в том предельном объеме, в каком мы вообще способны ее усвоить как человеческие существа. Вот почему экран нашего восприятия (та самая ширма, по которой движутся тени первообразов и первосмыслов Реальности) может быть назван также *первичным фильтром человеческой формы*. Реальность на той стороне проецирует на экран-фильтр нашей человеческой формы всю полноту своего содержания, но

на эту сторону проступают только те смыслы и образы, которые мы, оставаясь человеческими существами, в пределе можем постигнуть. Поэтому движущиеся на экране восприятия волны первосмыслов и первообразов – это волны Реальности, уже отформатированные фильтром человеческой формы в ее самом абстрактном выражении (сам экран и есть этот фильтр). Именно эти резонансные волны первосмыслов и первообразов Реальности, омывающие остров по имени Человек, Карл Густав Юнг называл архетипами.

Динамика архетипов на экране нашего восприятия – вот тот первичный язык, которым Реальность непрерывно общается с нами, передавая в доступных нам образах беспредельное богатство и величие своих содержаний.

Многочисленные встречи с архетипическими существами засвидетельствованы в коллективной памяти человечества, прямым выражением которой и является мифология. И конечно же, где, как не в мифах, мы находим наиболее полный словарь, транслирующий нам различные оттенки и тонкости смыслов динамических архетипов Реальности. Здесь мы находим грандиозные образы и события, балансирующие на грани человеческого понимания: пантеон олимпийских богов, мирные, гневные и радостные тибетские божества, Святая Троица и иерархия серафимов, архангелов и ангелов, многочисленные боги традиционных культур, шаманские духи стихий, животных и растений, Кецалькоатль и Тескатлипока, Один и Локи, Гор и Сет, Великий Дух Маниту, Великая Богиня-Мать и Великий Бог-Отец, Вавилонская Блудница, Мария и Магдалина, Исида и Астарта, Орфей и Эвридика, Люцифер и Вельзевул, священные символы (руны, таро, и-цзин), Ось Мира, Древо Жизни, Святая Гора, лабиринты, мандалы, спирали, кресты, свастики, пентакли, хтонические чудовища, твари из бездны, орки, гоблины, гномы, эльфы, тролли, демоны, преты, асуры и боги, Великая Пустота, Тонкий Звук и Чистый Свет.

Вызов из Реальности пробуждает нас от сна повседневности. Мы следуем за своим кроликом, и постепенно Страна чудес начинает раскрываться перед нами – сквозь туман привычности мы начинаем вдруг различать расплывчатые контуры потусторонних фигур, чье движение и является основой знакомого нам мира. Мы начинаем улавливать странные взаимосвязи, совпадения, то, что Юнг называл «синхроничностью». Сквозь обыденные смыслы начинают проступать контуры реального движения архетипов на окне в беспредельность.

На уровне Сновидца потусторонняя Реальность воспринимается в большей степени как эстетический феномен. Вы улавливаете «отблеск от незримого очами» и этот отблеск будоражит ваше воображение – будто порыв свежего ветра вдруг распахивает форточку и врывается в затхлую и мрачную каморку вашего быта, он приносит с собой запах весны, буйства жизни, вкус соленых морей, вкус приключений, тайны и жажду странствий. Это маленькое безумие, которое вы вдруг себе позволяете, маленький кавардак в вашей рутине. Это похоже на американские горки или прыжок с «тарзанки». В момент, когда это происходит, – вы не в себе, вы одновременно и в экстазе, и в ужасе. Это секунда, когда у вас из-под ног внезапно выбивают почву привычных мыслей, и миг вы парите в смысловой невесомости, в безмолвии, в пустоте. И в этот миг, когда редактор

реальности в замешательстве, вы на долю мгновения прозреваете отблеск движения Великой Тайны на ширме вашего восприятия. В следующую секунду вы падаете из состояния невесомости обратно на плоскую грешную землю, в обусловленность знакомых привычек – ошеломленные, испуганные и восторженные. Вы не в силах сдержать нервный смех – не потому что вам смешно, а потому что вы впервые в жизни не можете понять, смешно ли вам до смерти или до смерти страшно.

И в принципе многим достаточно оставаться на уровне эстетического восприятия Реальности. Даже одно-единственное прозрение этого уровня может до краев наполнить жизнь какого-нибудь художника, философа или мистика. Он может утверждать даже, что видел ангелов или Божий престол, и в общем будет недалек от истины. Если у такого человека есть организаторские, лидерские задатки, он вполне может стать основателем духовного кружка, начать вести тренинги, он может придумать оригинальное объяснение своему прозрению, создать свою систему или даже религию.

Разница между «быть недалеко от» и «зреть в корень», которой можно пренебречь на уровне эстетического восприятия Реальности, где важно само чувство, полет, вдохновение, становится весьма заметной и существенной, когда мы переходим с уровня Сновидца на уровень Мудреца – от мгновений чисто эстетического созерцания проблесков Реальности к планомерному и регулярному исследованию мира архетипов, взаимодействию с ними и видению их первосмыслов.

Постепенно осваиваясь на этом уровне тонкого восприятия Реальности, мы рано или вовремя обнаруживаем несамодостаточность архетипов. Да, они грандиозны, да, они поражают воображение своим масштабом, но чем дальше мы взаимодействуем с ними, не теряя уравновешенности и настроя трезвого и любознательного исследователя, тем яснее понимаем, что сами архетипы – лишь трансляторы нечеловеческого послания Реальности в язык человеческих смыслов. Они – лишь ячейки в сите человеческой формы, помогающие отсеять те стороны бесконечности, к восприятию которых мы пока не готовы.

Роковая ошибка на этом этапе – возвести полюбившийся архетип в абсолют. Мол, это и есть Реальность. Для кого-то это реальность триктера, для кого-то – Будды, для кого-то – Шивы, для кого-то – Христа, для кого-то зеленых человечков, для кого-то – летунов, для кого-то – древних магов, для кого-то – Орла, пожирающего своих детей.

Каким бы убедительным ни казался воспринимаемый нами архетип, здесь важно помнить, что все это – не сама Реальность, а *акты восприятия* Реальности. А восприятие, как известно, всегда относительно. Да, Реальность непосредственно присутствует в этих восприятиях, да, на экстрасенсорном и архетипическом уровнях степень этого присутствия может быть захватывающе, ошеломляюще велика. И все же, как бы ни были велики или причудливы архетипы, какой бы живостью ни веяло от них, важно помнить, что это лишь *тени на ширме* восприятия, закрывающей от нас Великую Тайну Целостности.

Диалог с Реальностью: танец над Бездной

Если мы хотим оставаться на архетипическом уровне восприятия Реальности, нам необходимо тотальное любопытство ко всему и одновременно тотальное сомнение во всем, поскольку даже сама Великая Тайна – это тоже условность.

Способ существования на этом уровне – это непрерывное скольжение восприятия по волнам первосмыслов, это тотальная непривязанность, здесь необходимо сомнение даже в самом факте сомнения, поскольку здесь нет никакой надежной опоры, никакой окончательной фиксации. Ничего определенного и однозначного. Это самое непосредственное, первичное проявление нашего сущностного *диалога с Реальностью*. Это самое предельное выражение духа Игры, этому диалогу присущего. Динамику непосредственного восприятия Реальности, сущностного диалога с ней нередко сравнивают с серфингом. Состояние, в котором возможен такой диалог, похоже на состояние серфера, скользящего по волнам на своей доске: состояние предельной концентрации, бдительности, присутствия, пробужденности и вместе с тем легкости, гибкости, предельной открытости, вслушивания в малейшие импульсы стихии, молниеносного предугадывания изменений и безупречной готовности к смене тактики. Здесь невозможна никакая закрепощенность, никакая фиксация. Как только мы зафиксировались на какой-то одной волне, на каком-то одном архетипе, мы тут же попадаем во власть его мифа, и с этого момента начинается погружение в сон – мы все глубже погружаемся в снопоподобное переживание содержания избранного архетипа, а экран непосредственного восприятия Реальности отодвигается все дальше, превращаясь в мираж. Так мы начинаем тонуть, погружаясь в детали сна все глубже и глубже, пока наконец и вовсе не забудем, как и зачем мы сюда пришли, где верх и где низ, что реально, а что нет.

Для того, кто хоть раз испытал этот ужас и восторг полета, этот смертельно живительный экстаз жизни-и-смерти за пределами понятий во время живого диалога с Реальностью, становится совершенно очевидным, что быть в нем и одновременно вести размеренную повседневную жизнь в социуме – задача архитрудная, порой кажущаяся совсем невыполнимой.

Как существа смертные, мы находимся в весьма двусмысленной ситуации. С одной стороны, только соприкосновение, только непосредственный контакт с Реальностью дает нам опору, жизнь, наполняет нас энергией, привносит подлинные смыслы и ценности в наше существование. С другой – только отделяя себя от Реальности, мы имеем возможность непрерывно переживать свое собственное автономное бытие и накапливать опыт. Граница всегда несет в себе две эти потенциальные функции: она может и связывать, сообщать, и разделять, разобщать. И вопрос лишь в том, какую из этих функций мы усиливаем, а какую ослабляем.

С одной стороны, страх исчезновения, страх смерти загоняет нас все глубже в сон повседневности, в иллюзию времени, где мы можем почувствовать себя в относительной безопасности, и где от неминуемой встречи с тотальной Реальностью нас отгораживает убаюкивающее обещание «завтрашнего дня,

который непременно настанет». С другой – именно это наше отгораживание, попустительское «закрывание глаз», уход в фантазии «антропологического сна», где у нас есть некое фантомное обещание жизни завтра, отодвигает нас все дальше и дальше от непосредственного источника нашей жизни и нашей энергии, обесточивает нас, отнимает у нас наше Вечное Настоящее, лишает нашу жизнь реальной полноты и подлинности и в конечном счете убивает нас, так и не дав возможности по-настоящему проснуться и по-настоящему ощутить вкус реальной жизни.

Однажды познав вкус диалога с Реальностью – вкус тайны, блаженства, игры, открытия, приключения, подвига, – нам невероятно трудно вновь забыть его. И даже когда повседневная память стирает детали и обстоятельства случайного контакта с чудесным, превращая это в сон, в смутную грезу, что-то внутри нас настойчиво, неумолимо продолжает звать и тянуть нас вновь пережить этот захватывающий опыт. Это что-то внутри нас – этот «немолчный глас» нашей подлинной природы, эта исконная потребность в прикосновении к чуду – заставляет нас искать необычных переживаний и, если мы не решаемся время от времени осознанно выходить из сна повседневности прямо в открытый космос непосредственного переживания Реальности, Вечного Настоящего, тогда мы ищем утешения внутри своих снов, мы ищем замену, что-то такое, что на время удовлетворило бы нашу тягу к необычным переживаниям, к подлинному откровению Реальности. И здесь мы находим всевозможные *суррогаты пикового опыта* – алкоголь, наркотики, телевидение, виртуальные и азартные игры, экстремальные развлечения, спортивный секс и пустой треп. Отличие суррогатов в том, что, несмотря на то что они вроде бы утоляют наше исконное стремление к трансценденции самих себя, они не в состоянии дать нам главного – подлинного преобразования своего сознания, реального пробуждения. В этом смысле суррогаты – безнадежно импотентны. Мы отдаем много сил и энергии, чтобы заполучать и употреблять их, но в итоге все заканчивается легким наркозом, пустотой и неминуемым отходняком.

Подменяя подлинное переживание диалога с Реальностью суррогатным существованием, мы совершаем по отношению к себе двойное предательство: мы лишаем свою жизнь истинной ценности и делаем вид, будто все хорошо, будто так и надо, и мы опустошаем себя, отнимаем у себя невозполнимые силы, так что даже если нам когда-нибудь и захочется пережить в жизни нечто *настоящее*, у нас к тому времени просто не хватит для этого энергии. Таким образом, возникает порочный круг суррогатного существования: мы тратим время и силы на развлечения, этих сил не хватает для того, чтобы осознанно пережить непосредственный контакт с Реальностью, и это приводит нас к убеждению, что нет никакой подлинной Реальности по ту сторону наших снов, а значит, суррогаты реальности – это все, чем мы можем заполнить дурную пустоту и бессмысленность наших дней.

Но каждый делает свой выбор – как ему жить и как умирать. Итак, если вы тот, для кого актуальны слова «лучше смерть, чем рабство», и если единственный достойный выход для вас – это начать свой смертельный трюк по имени Жизнь,

вступить в диалог с Реальностью, исполнить свой танец над Бездной, – то мы с вами продолжим постигать законы этого удивительного искусства.

Как и в любом другом танце, в танце над Бездной главная мудрость заключается в том, чтобы найти баланс, точку тотального равновесия, которая и станет единственной опорой в танце и началом координат. Это точка равновесия между привычным миром и миром запредельным, между нормой и безумием, между адекватностью и спонтанностью, между порядком и хаосом.

Реальность бросает нам тотальный вызов.

Если вы хотите тотально игнорировать его – да будет так, примите свою судьбу: вы проживете свою жизнь в неведении, когда сладком, когда горьком, и примете смерть полные страха и отчаяния, потому что смерть придет, чтобы развенчать вашу слепоту.

Если вы горите желанием нетерпеливо броситься ему навстречу – да будет так, примите свою судьбу: она будет очень коротка, вы исчезнете из мира повседневности так быстро, что даже не успеете понять, чьей добычей вы стали.

Если же вы тот, кто не хочет ни игнорировать вызов Реальности, ни слепо кидаться навстречу ему, если вы тот, кто ищет тотального равновесия между двумя этими крайностями, – что ж, примите и вы свою судьбу: судьбу вечного странника, судьбу исследователя с холодным умом и горячим сердцем, судьбу Сократа и Будды; вам придется объявить тотальное сомнение всему, что вы видите, чувствуете, знаете, и столь же тотально верить в несомненность всего этого; в своей жизни, которая стороннему наблюдателю может казаться таким же обыкновенным существованием, как и у всех вокруг, вы мало с кем сможете поделиться тем, что откроется вам, а встречаясь изредка с таким же, как и вы, путешественником в неведомом и узнавая знакомый отблеск тайны во взгляде, вряд ли сможете поговорить с ним о своих откровениях – разве что лишь помолчать о них; вам придется жить в непрестанном поиске и в то же время ничего не искать; ничто в вашей жизни не сможет по-настоящему удивить вас, потому что вы уже заранее будете всему удивлены; ничто в вашей жизни не сможет по-настоящему разочаровать вас, потому что вы уже заранее будете во всем разочарованы; и когда смерть придет к вам, может оказаться так, что она не сможет по-настоящему убить вас, потому что вы уже заранее будете мертвы.

Тотальное равновесие – вот то единственное, что по-настоящему необходимо, чтобы ваша жизнь стала подлинным и непрерывным диалогом с Реальностью – диалогом, в котором вы будете доказывать ваше право иметь свой голос и свою свободу в этой тотальной беспредельности, окружающей нас. Это будет диалог, в котором вы посмеете бросить Реальности свой вызов в ответ на ее тотальное требование. Это будет диалог, в котором вы посмеете требовать, чтобы Реальность услышала вас и подтвердила ваше право быть самостоятельными, целостными и тотально реальными. Это будет диалог, в котором вы заявите ваше безусловное право быть на равных с самим источником Великого Блаженства и Великого Ужаса, с самим источником Жизни и Смерти, с самой бесконечной Реальностью. И в конечном итоге это будет диалог, в котором вы, пытаясь стать равными самому Богу и – о святотатство! – желая даже превзойти Его, на самом

деле будете лишь вспоминать то, чем уже являетесь, и превосходить то, что уже превзошло само себя.

Практика

Практика безупречности

Практика безупречности – это практика очень высокой этики как по отношению к внешнему миру, так по отношению к миру внутреннему. Сама практика вытекает из живого переживания целостного Потока бытия – из живого *видения* этого Потока. В этом смысле практика безупречности так же спонтанна, как спонтанно само видение, рождающееся из беспрестанного соединения известного и неизвестного, сознательного и бессознательно.

Но парадокс заключается в том, что реализовать такой уровень спонтанной безупречности очень трудно, если человек сначала не выучил какие-либо формальные правил безупречности, какой-либо кодекс чести и т. п., которому он пытается следовать в повседневной жизни. Видение и намеревание, как способности кентаврического уровня, включают в себя правила и превосходят их, трансформируют их (и во многом отменяют их, так же как любое живое знание отменяет мертвые, застывшие концепции и схемы). Факт в том, что реализовать живое видение и намеревание спонтанной безупречности невозможно без предварительного следования каким-либо правилам безупречности: рациональные правила и роли являются основой для развития пострационального видения и намеревания – это закон развития целостности, где каждый родительский (младший) холон является основой для развития дочернего (старшего), который включает в себя свою основу, превосходит ее и преобразует ее.

Из этого вытекает одна немаловажная особенность практики безупречности: чтобы реализовать спонтанность, нужно сначала следовать правилам, чтобы следовать правилам, нужно сначала их иметь. Вот почему каждый учитель рано или поздно встает перед необходимостью сформулировать свою спонтанную кентаврическую этику в виде правил – поскольку это единственный способ передать знание о безупречности другим людям. И естественно, способ формулировки этих правил (я говорю об уже известных нам нормах и заповедях, принятых в различных традициях, школах, направлениях, культурах) может существенно варьироваться в зависимости от конкретных исторических и культурных обстоятельств, в которых происходила эта передача.

Тот или иной свод правил безупречности может различаться как количеством, так и способом подачи, так и качеством, так и областью применения. Но каким бы сводом правил вы ни пользовались, важно осознавать, что важны не сами по себе эти правила – все они есть лишь указатель направления движения, стоящий в определенном времени и в определенном месте вашего путешествия, – важно само ваше движение в этом направлении. Важно, чтобы вы сами двигались туда, куда указывают правила (в место спонтанной безупречности), а не топтались вокруг того или иного указателя, делая из него культ.

Классический пример свода правил безупречности – Нагорная проповедь Христа. Но многое из того, что там сказано, не понятно современному человеку – изменились времена, изменилась культура, изменился язык, на котором мы говорим, которым описываем Реальность. Существует также множество других кодексов, заповедей и правил – этика даосов, буддистов, мусульман, шаманов, этика современных школ психологии и т. п. – да что там: сколько учителей, столько и правил. И все же в каждом из них мы можем найти что-то необычайно ценное для себя, что-то, что дополняет нашу собственную этику, становится еще одним указателем движения в то время и пространство, где никакие указатели уже будут не нужны.

Ниже я поделюсь некоторыми правилами безупречности, которые сформулировал я сам, а также приведу для примера правила некоторых дзенских учителей, описанные в книге «Сто одна дзенская история».

1. Безупречный человек воспринимает любое событие как вызов и как урок, а потому он всегда узнает что-то новое, изменяется в гармонии с окружающим Миром и умеет быть благодарным людям и обстоятельствам, которые его чему-то научили.

2. Воспринимая жизнь как вызов и как урок, безупречный человек старается всегда делать лучшее из того, на что он способен, постоянно работая над своим самоусовершенствованием и саморазвитием.

3. Безупречный человек всегда свободен от самосожаления, самоосуждения и упреков в свой адрес за свои ошибки, поскольку знает: ошибки – лишь способ чему-то научиться, и иногда извлечь урок на будущее из совершенных ошибок – это единственно возможный в данный момент безупречный поступок.

4. Безупречный человек свободен от осуждения и упреков в адрес других людей, поскольку умеет встать на их место, но при этом также знает свое. И из этого знания он извлекает ценный урок: лучше заметить соринку в своем собственном глазу, чем бревно в глазу ближнего. Только так можно чему-то научиться. Только так.

Восемь иероглифов мастера Такуана:

Этот день не повторится дважды.

Мгновение дороже сокровищ.

Этот день больше не придет.

Каждая минута – бесценное сокровище.

Советы мастера Дзенгецу:

Живя в мире, не привязывайся к праху его – таков путь настоящего ученика Дзен.

Когда видишь, как другой совершает хорошее, поддержи его, следуя его примеру. Услышав об ошибках другого, старайся не превзойти его.

Даже если ты один в темной комнате, будь таким, как перед лицом благороднейшего гостя.

Выражай свои чувства, но не более чем это свойственно твоей истинной природе.

Бедность – твое сокровище. Не меняй его на легкую жизнь.

Человек может выглядеть глупцом – но не быть им. Он может просто беречь свою мудрость.

Добродетели – плоды самодисциплины, они не падают с неба, как дождь или снег. Скромность – основа всех добродетелей.

Пусть твои соседи откроют тебя до того, как ты сам откроешься им.

Благородное сердце никогда не принуждает себя. Его слова как редкостные жемчужины, они редко появляются, но имеют большую ценность.

Для чистосердечного ученика каждый день – счастливый.

Время идет, но оно никогда не запаздывает. Ни слова, ни стыд не могут управлять им.

Осуждай себя, а не другого.

Не суди правого и виноватого.

Некоторые вещи, хотя и верные, могут казаться неправильными какому-нибудь поколению. Так как цена правоты может быть установлена через многие века, нет нужды требовать немедленной оценки.

Живи делом, а результаты оставь великому закону Вселенной.

Проводи день в мирных размышлениях.

Поразмышляйте над каждым из этих правил, для начала выберите одно или два и практикуйте их каждый день на протяжении одной-двух недель. Например, выберите в течение двух недель день за днем воздерживаться от упреков в адрес своих ближних. Каждый вечер вспоминайте прожитый день и делайте краткий вывод – удалось ли вам сегодня безупречно следовать выбранному правилу, если нет, идите в глубину с вопросами: «Почему?», «Как?», «Что?», узнайте, что заставляло вас упрекать других, почему вы так поступали и т. п. Исследуйте свои глубинные убеждения, мифы, роли, как явные, так и скрытые, погружайтесь в прошлое, изучая историю их возникновения, формулируйте тактику работы с той или иной маской и ее тенью и вновь ставьте перед собой задачу следовать правилам безупречности каждый миг повседневной жизни.

Результаты практик заносите в дневник.

Часть четвертая. По ту сторону жизни и смерти

Глава восьмая

Приближение к последнему порогу

Великий Путь движет нас от рождения и младенчества, через детство, отрочество, юность, взрослость к зрелости и мудрости. От доличностного через личностное к надличностному бытию. От бессознательности через эго-сознание к осознанию за пределами эго. На каждом из этапов этого Пути мы развиваем новые структуры восприятия и обретаем новые инструменты познания Вселенной. На каждом из этапов мы конструируем новые мифы, в попытке описать тот Мир, который открывается нам при каждом новом расширении горизонта осознания. И каждый новый миф выстраивается на основе прежних, включая их в себя и превосходя.

Контексты мифов расширяются, и вот уже то, что прежде казалось целым миром, теперь становится лишь частью новой целостности. Так дорациональный мир детских игр, бескрайний и самодостаточный изнутри, становится лишь частью рассудочного мира взрослых и прелюдией к далеко не детским играм, в которые играют люди или которые играют людьми. Так мир рассудка, кажущийся изнутри столь окончательным и однозначным, становится лишь «сансарой», «матрицей», «инкубатором осознания», «садом иллюзий» при переходе к пострациональным формам восприятия и взгляде на мир людей с этой вершины.

Мы переходим из мифа в миф, и так происходит до тех пор, пока однажды Путник не подходит к последней границе, отделяющей его от окончательного погружения в Бесконечность. Наступает завершающий этап всего Путешествия – то, что в шаманских традициях называется «дорогой смерти», или «последним порогом». На этом этапе все процессы физического уровня постепенно сворачиваются, телесные функции угасают – человек умирает.

Что же происходит с нами на этом последнем этапе Великого Путешествия – в момент приближения и наступления естественной смерти?

Как всегда, существует две противоположные точки зрения на это.

Сознание угасает, как только сердце перестает биться и останавливается электрическая активность мозга. Человек перестает существовать, и все сущее в его субъективном мировосприятии погружается в бесконечную Тьму Бессознательного, откуда когда-то и вышло. Таков взгляд материализма, исходящего из идеи, что человеческое сознание есть функция физического мозга. Смерть физического мозга есть смерть сознания.

Другая точка зрения исходит из того, что сознание первично по отношению к материальному миру, существует независимо от тела и субъективное восприятие человека не прекращается с его смертью. Постулат о посмертном существовании человека является фундаментом идеалистических учений.

Очевидно, что, раз две эти противоположные точки зрения существуют, ни одна из них не может быть окончательно истинной. Скорее мы согласимся, что в каждой из них есть зерно первоначальной Истины и в каждой из них содержится ее искажение.

Прежде всего, хочется сказать, что при всех плюсах традиционных идеалистических воззрений их роковым заблуждением было считать сознание и материю двумя противоположными, независимыми друг от друга и враждующими полюсами. Это заблуждение насчитывает многовековую историю – его истоки можно проследить вплоть до ведических времен с их непримиримой, радикально экстремистской позицией в отношении дуализма материи и духа: материя (пракрити) и дух (пуруша) есть два автономных и изначально никак не связанных полюса бытия, говорится в ведических источниках, при этом абсолютно реален лишь пуруша (подлинное Я), а все его взаимоотношения с миром пракрити есть иллюзия, и единственный способ достичь подлинного бытия – полное отречение от всего, что связано с материей.

Сев на одну сторону качелей бытия, радикальный ведический идеализм породил волну истории, которая в результате привела к торжеству радикального материализма. С той же яростью, с какой ведические времена отрицали реальность материи, радикальный материализм XIX–XX веков отрицал реальность духа. И сегодня многие люди, напуганные кошмаром вульгарного материализма, вновь пытаются вернуться к духовному радикализму древности. Но может быть, хватит раскачивать лодку, в которой мы все сидим?

Пора признать взаимодополняющие истины противоположных подходов и освободиться от их искажающих сужений и отрицаний.

Царство Божье внутри нас

С чего же можно начать процесс объединения двух кажущихся столь противоречащими друг другу учений – идеализма и материализма? Да с чего угодно. Хотя бы вот с этого: для начала мы можем понять, что

нет ничего противоестественного в том, чтобы признать сознание внутренним свойством материи, как это делает материализм, так же как нет ничего противоестественного в том, чтобы признать, что сознание первично по

отношению к материи (внутреннее первично по отношению к внешнему), как это делает идеализм.

Однако будет существенным сужением считать, что материя иллюзорна, как это утверждает радикальный идеализм, или что сознание возникает только как функция мозга, в случае с радикальным материализмом. Скорее, если уж мы признаем существование сознания как непосредственного проявления внутренней тайны материи, стоит говорить о том, что эволюция материи – это развитие все более сложных и тонких форм материальной организации, и в результате этой эволюции материя обретает все более утонченные способы познания самой себя, своей внутренней тайны.

Все мы согласимся, что существует некая сила – жизненная сила, которая проявляется, с одной стороны, как способность материи к самоорганизации, а с другой – как способность к восприятию и осознанию. Тайна этой силы и составляет тайну внутренней стороны материи – ее внутреннего единства. Сама же эта внутренняя сторона присутствует везде, где есть хотя бы один материальный атом. И везде, где есть хотя бы один материальный атом, есть потенциал этой жизненной силы, есть потенциал восприятия и осознания, скрытый в его таинственной субатомной глубине. И будет правомерно сказать, что это потенциал невероятной мощи, – ибо он способен как порождать, так и уничтожать целые миры. Не этого ли джинна выпустили из бутылки атома физики, когда создали ядерную бомбу?

И если эта сила созидания-уничтожения изначально присутствует в материи как ее собственная вечная тайна и на разных уровнях развития проявляется, то как внутриатомные силы и силы молекулярных связей в мире неорганической материи, то как сила термоядерной реакции внутри звезд, то как сила гравитации и электромагнитные силы взаимодействия космических тел, то как силы органического роста и интеграции в клеточных тканях, то как осязание у низших организмов, то как инстинктивное внимание и телесно-эмоциональное с зачатками разумности осознание у высших животных, то как сила любви и разума у человеческих существ – мы, конечно же, сделаем вывод, что мозг ни в коем случае не является причиной существования сознания, но есть одна из форм его организации, – причем такая форма, которая делает возможным непосредственное и очень качественное осознание воспринимающими существами своей внутренней стороны.

Форма не может быть причиной своего содержания, скорее, верно обратное – в глубине материи существует нечто, что породило как саму планету, так и все формы жизни на ней, в том числе и человека разумного с его центральной нервной системой и мозгом, дающим такие удивительные возможности для восприятия и осознания. Можно даже сказать, что мозг – это такой уровень организации материи, который позволил воспринимающим существам *впервые* за всю историю материальной эволюции осознать непосредственную перспективу и тайну внутреннего пространства с его невероятной глубиной субатомного мира и сияющей вершиной недвойственного духа. Не это ли то самое Царство Божье внутри нас, о котором говорил Иисус?

Поскольку мозг не является причиной существования сознания, а есть лишь способ такой его организации, при которой мы имеем то, что называем человеческим восприятием, человеческим разумом, то очевидно, что со смертью мозга сознание не исчезает.

Все, чего мы лишаемся со смертью мозга, – так это организующей внешней опоры в человеческом способе восприятия и осознания.

Смерть мозга означает разрушение того внешнего органа, который при жизни отвечал за поддержание определенного уровня организации сознания. Со смертью мозга внутренняя структура человеческого самосознания больше не поддерживается извне. Остановка мозговой активности означает не конец сознания, но конец определенного способа воспринимать и интерпретировать Мир.

Единственное, что можно утверждать со стопроцентной вероятностью, – это то, что после смерти физического тела возврат к тому способу восприятия себя и мира, которого мы придерживались при жизни, невозможен.

Но что же тогда может происходить с сознанием после смерти?

Примерно то же самое, что может произойти с вами, вздумай вы забраться на шаткую деревянную вышку, которая начнет разваливаться, едва вы заберетесь на самый верх: вы начнете падать вниз, на землю, туда, откуда вы начали свое восхождение (если, конечно, к этому времени вы не научитесь летать).

Как вы помните, мы договорились видеть разницу между внутренними уровнями сознания, которые выражаются в определенных способах восприятия и состояниях сознания (человек на вышке), и внешними/внутренними структурами, организующими и поддерживающими эти уровни и состояния (сама вышка). Очевидно, что сознание, лишенное поддержки внешней структуры, будет стремиться вернуться в свое изначальное состояние, к своей изначальной Основе. Но что такое эта Основа?

И, задавая этот вопрос, мы подходим к самой удивительной Тайне этого мира и самих себя. Задавая этот вопрос, мы открываем последнюю дверь – дверь Великого Предела. Итак, что же такое эта изначальная Основа материи и сознания?

Великий Предел

Философы, мудрецы и мистики всех времен говорят нам, что изначальное состояние, или изначальная Основа материи и сознания, и есть та самая подлинная недвойственная Реальность, о которой нельзя ничего сказать и которую невозможно помыслить. Это то самое невыразимое Единое, о котором учил Платон, – основа и источник всякого бытия, само по себе лишенное каких-либо признаков, не имеющее ни начала, ни конца, ни какой-либо протяженности (т. е. оно вне- (до- и над-) пространственное и вне- (до- и над-) временное).

Можно сказать, что Единое присутствует внутри материи, но сказать так значит не сказать ничего, поскольку Единое присутствует так же внутри, как и вне всего. Это тот самый Великий Предел, перед которым остановилась в XX веке

квантовая физика, когда была открыта субатомная Реальность с ее парадоксальными законами.

Здесь надо сказать, что за последние сто лет передовая наука сделала невероятный рывок вперед в познании тайны Вселенной. Но открытия, совершенные благодаря этому прорыву, к сожалению, в очень малой степени затронули мировоззрение большинства современных людей. Мировоззрение массового человека современности в основном подпитывается научными открытиями XVIII–XIX веков, тогда как авангард науки давно уже шагнул в новую эру, в то, что Уилбер называет *постсовременностью*. И конечно, с каждым годом общепринятое мировоззрение катастрофически устаревает. Вот почему, если мы хотим шагнуть в ногу со временем, мы должны стремиться сократить этот катастрофический разрыв между общепринятым описанием мира и описанием, полученным на основе передовых научных знаний. Нам необходимо впитать в себя открытия постсовременности так же, как мы впитываем мудрость древних.

О каких же открытиях идет речь? Их много. Но нам достаточно будет рассмотреть те из них, которые так или иначе связаны с тайной человеческого восприятия. В этой связи мы поговорим о квантовой теории и о теории голографической Вселенной.

Итак, квантовая теория описывает нам то, что происходит с материей на рубеже Великого Предела – у границ субатомного мира. Всем нам знакомо понятие атома. Мы знаем, что атомы – это мельчайшие частицы вещества. Мы представляем атом как сферическую материальную частицу, состоящую из ядра, вокруг которого вращаются один или несколько электронов. Мы считаем, что атом материален, в том смысле, что он состоит из материи и проявляет свойства материи. Примерно до середины XX века такого же представления придерживались и ученые.

Это фундаментальное представление казалось незыблемым, но лишь до тех пор, пока ученые не смогли более пристально изучить поведение субатомных частиц (т. е. частиц, из которых состоят атомы). Однако, изучив их поведение, ученые обнаружили, что на границе Великого Предела материальная частица превращается в чистую энергию, а энергия обретает свойства материального тела (это тот принцип, который был назван впоследствии корпускулярно-волновым дуализмом).

Один и тот же электрон может проявлять себя и как частица, и как волна. Майкл Талбот в своей книге «Голографическая Вселенная» описывает следующий эксперимент. Если выстрелить электроном в экран выключенного телевизора, можно увидеть маленькую световую точку на экране. Этот след ясно свидетельствует о том, что электрон – это частица. Однако этот же электрон может вести себя как распределенная в пространстве волна. Он может делать то, чего не делает частица. Если выстрелить им в экран с двумя микроскопическими отверстиями, он пройдет сквозь оба отверстия одновременно. Как говорит Талбот: «Такое изменчивое поведение присуще всем элементарным частицам. Оно также характерно для всех явлений, ранее считавшихся чисто волновыми. Свет, гамма-лучи, радиоволны, рентгеновские лучи – все они могут превращаться из волны в частицу и обратно» (44).

Такие субатомные явления были названы квантами. Из них, по мнению физиков, и сотворена Вселенная.

Частицы по эту сторону Великого Предела существуют как материальные атомы и в совокупности составляют тот мир, который нам всем знаком, а по ту сторону являют собой волны энергии, нематериальные кванты.

Причем было установлено, что кванты не существуют в пространстве и времени – их существование нелокально: квант в одной точке Вселенной в одно и то же мгновение сообщается с квантами во всех остальных точках Вселенной – квант в центре Вселенной мгновенно сообщается со всеми квантами на ее границах, причем и квант в центре, и квант на границе – это, по сути, один и тот же квант, одно и то же внепространственное и вневременное поле энергии, которое является основой нашего материального мира.

То, что квантовое поле нелокально, означает также, что в каждой волне этого поля, в каждом кванте в свернутом виде содержится информация обо всех процессах – тех, которые когда-либо происходили или еще только будут происходить в любых уголках Вселенной. Это удивительное свойство квантового поля подтвердило открытие голограммы, что позволило ученым и философам говорить о голографической природе Вселенной.

Однако самое удивительное свойство квантов заключается в том, что они проявляют себя как частицы, только когда мы смотрим на них. Благодаря хитроумным опытам, придуманным для обнаружения электрона без его наблюдения, физики установили, что, когда электрон ненаблюдаем, он всегда проявляет себя как волна.

Видимый мир не существует без того, кто его видит. И он существует только в том образе, в каком наблюдатель предполагает его увидеть.

Создатель квантовой теории поля лауреат Нобелевской премии Дэвид Бом объясняет это следующим образом. Поскольку наш мозг состоит из тех же квантов, из которых состоит весь окружающий нас мир, кванты, составляющие наш мозг, мгновенно сообщаются с квантами, составляющими воспринимаемый мир. В каждый миг восприятия кванты наблюдаемого поля мгновенно настраиваются на ту информацию, которую передают им кванты мозга, и эта информация оказывается нашими собственными ожиданиями и представлениями.

В этом и заключается принцип квантовой неопределенности – он говорит нам о том, что объективное исследование квантового мира в принципе невозможно, поскольку наблюдатель влияет на результаты эксперимента и обуславливает их одним фактом своего наблюдения. Увидеть квантовую Реальность саму по себе так же невозможно, как сделать «хлопок одной ладонью». То, что мы видим, – это не сама Реальность, а лишь определенное подтверждение наших предположений о ней.

Мы видим то, что мы предполагаем увидеть.

Этот вывод квантовой теории перекликается с исследованиями в области психологии восприятия, проводившимися в Принстонском университете в 40-е годы Альбертом Эймсом. Резюмируя эти исследования, можно сказать, что, согласно Эймсу, мы не воспринимаем «реальность», но лишь принимаем сигналы из окружающей среды, которые мы организуем в форме предположений, причем так быстро, что даже не замечаем, что это предположения.

Все это наталкивало физиков на мысль о том, что в основе видимого мира лежит Тотальная Неопределенность квантовой Реальности. Вселенная, по мнению физиков, представляет собой неуловимый квантовый поток, который застывает, едва на него направляется взгляд человека. Это имел в виду физик Ник Герберт, когда говорил о том, что за нашей спиной мир всегда загадочен и неясен и представляет собой беспрерывно текущий квантовый суп, но, когда мы оборачиваемся и пытаемся увидеть этот «суп», наш взор моментально «замораживает» содержимое «супа», так что видится лишь привычная картина. В этом смысле, говорил Герберт, все мы похожи на мифического царя Мидаса, чье прикосновение превращало окружающие предметы в золото, с той лишь разницей, что все, к чему бы мы ни прикоснулись, превращается в материю.

Модель того, как это может происходить, как кванты воспринимающего и воспринимаемого взаимодействуют между собой, создавая в конечном итоге видимый мир, дает исследование принципов создания голографической фотографии.

Голограмма Вселенной

Прежде всего, что мы знаем о принципе обычной фотографии? Свет, отраженный от предметов, попадает в объектив фотоаппарата, фокусируется в линзе и попадает на светочувствительную пленку. Что остается на пленке? Информация о цветах и формах тех объектов, от которых отразился попавший на пленку свет. Как эта информация оказалась на пленке? Ее перенес свет. То есть свет обладает способностью переносить информацию.

Этот вывод позволяет нам говорить о том, что свет сам по себе – это чистый поток нейтральной энергии, подобно тому как вода сама по себе – это нейтральная жидкость, не имеющая ни цвета, ни вкуса, ни запаха. В этом смысле чистая природа света – это пустота, то есть полное отсутствие информации. Но так же как вода является универсальным растворителем, свет является универсальным воспринимателем. Так же как вода обретает свойства растворенных в ней веществ, свет насыщается информацией о тех объектах, в контакт с которыми он входит. Войдя в контакт с объектом, свет воспринимает информацию о нем, и, отразившись от объекта, свет несет эту информацию. Это подтверждает утверждение древних мудрецов о том, что

изначальная энергия света – это чистый восприниматель, а изначальная природа человека – это чистая природа света.

Отраженный свет – это уже не чистый поток, это поток, насыщенный некоторой информацией. Когда свет попадает на светочувствительную пленку, информация запечатлевается на ней. Когда мы проявляем фотопленку, мы видим эту информацию. Так это работает.

По этому же принципу работает голографическая фотография – с той лишь разницей, что вместо естественного рассеянного света при создании голографического образа используется лазер. На страницах своей книги Майкл Талбот описывает принципы создания голограммы. Мы узнаем, что лазер – это такой же обычный свет, но только сфокусированный в узконаправленный пучок – именно поэтому лазерный луч является исключительно чистым, когерентным источником света.

Для того чтобы создать голограмму, необходимо иметь два родственных лазерных луча – то есть таких луча, которые были одновременно выпущены из одного и того же источника. Чтобы удовлетворить этому условию, лазерный луч с помощью полупрозрачного зеркала расщепляется на два идентичных луча. Первый луч, пройдя через рассеивающую линзу, попадает на фотографируемый объект и отражается от него. При этом он обогащается информацией, полученной в результате контакта с объектом. Затем этот луч с «растворенной» в нем информацией об объекте вновь соединяется со вторым лучом, природа которого осталась неизменной – чистой, – и теперь уже оба луча, объединенные в один, попадают на светочувствительную пленку. В результате на пленке отображается интерференционная картина, представляющая собой нечто напоминающее расходящиеся круги на воде (рис. 14). Так на пленку записывается информация, возникающая от наложения двух волн света, одна из которых представляет собой изначальную вибрацию чистого лазерного луча, а другая вибрацию того же самого луча, но уже модифицированную, измененную благодаря контакту с объектом.

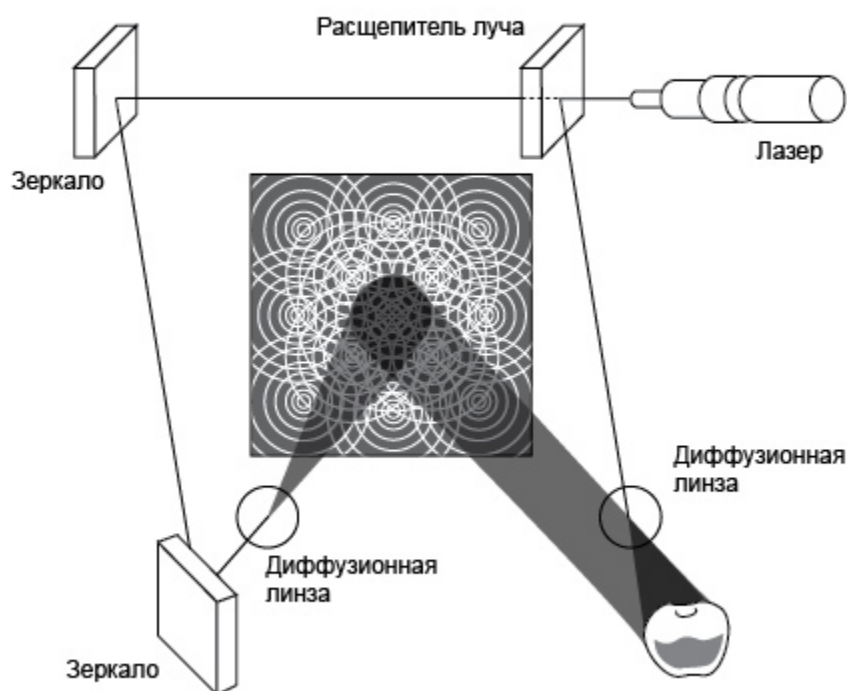


Рис. 14. Создание голографического изображения.

Если теперь осветить пленку с интерференционным изображением лучом другого лазера (или, в некоторых случаях, просто направленным ярким светом), то на некотором расстоянии от пленки возникнет трехмерное изображение первоначального объекта, причем трехмерность полученного объекта будет удивительно реальна.

Но трехмерность – это не единственное уникальное свойство голограммы. Если голографическую пленку с изображением, например, яблока разрезать на несколько частей, а затем осветить их, то позади каждого кусочка пленки появится трехмерное изображение целого яблока! В этом и состоит одна из тайн голограммы:

на голографической пленке информация сохраняется не по частям, как на обычной фотопленке, а целиком – то есть каждый участок голографической пленки содержит не фрагмент изображения, а целиком все изображение объекта.

По мнению сторонников теории голографической Вселенной, такова и природа окружающего нас Мира, в котором каждая часть содержит в себе целое.

Но это открытие лишь подтверждает прозрения мудрецов древности, непосредственно познававших природу Реальности внутри себя. И в этом смысле голография представляет собой реализованную техническими средствами модель того, каким образом может работать наше восприятие, в процессе которого мы каждый миг своей жизни воссоздаем из текучей тотальной квантовой

неопределенности мир плотных объектов и устойчивых форм, мир пространства и времени – тот самый мир, который кажется нам таким реальным и определенным, но на деле является не более чем миражом, существующим ровно столько, сколько длится взгляд того, кто на него смотрит.

Тайна воспринимающего и воспринимаемого

Что же сообщает нам голографическая модель о тайне восприятия?

Первое, что мы узнаем, – это то, что восприятие становится возможным благодаря взаимодействию трех волновых потоков, идущих из одного источника. При этом один из них – это волна, несущая поток впечатлений, в котором содержится вся информация о Мире (*несущая волна восприятия*). Этот поток идет снаружи внутрь. Внутри он соединяется со вторым потоком. Второй поток – это волна чистой энергии, чистый восприниматель, чистый Субъект, чистый Свидетель, который существует внутри нас как чистое проявление нашей изначальной природы, как чистая Основа и источник восприятия внутри нас. Этот внутренний поток можно называть *опорной волной восприятия*.

На языке мистиков две эти волны – это два начала Бытия, которые суть Одно, Единое – Все и Ничто, пракрити и пуруша, тональ и нагуаль, праматерия и дух. При соединении этих потоков возникает нечто подобное интерференционной картине в голографии – текучее, пульсирующее, вибрирующее поле энергии. Это та самая энергетическая Реальность, о которой говорил Дон Хуан, – светящиеся волны энергии, протянувшиеся во всех мыслимых и немыслимых направлениях. Это то, что Дэвид Бом называл субквантовым полем, скрытым, имплицативным порядком бытия – бесконечным изначальным уровнем Реальности, из которого рождаются все объекты Мира, аналогично тому, как из кусочка голографической пленки рождается голограмма.

Но, подобно тому как для существования голограммы необходимо наличие светового излучения, направленного на голографическую пленку, для того чтобы из субквантового поля возник воспринимаемый мир, необходимо наличие третьего волнового потока. Этим потоком и является внимание воспринимающих существ. Как мы уже знаем, этот поток возникает в результате отождествления изначальной энергии Свидетеля со специфическими структурами восприятия, разворачивающимися из имплицативного порядка. Благодаря этому отождествлению возникает преходящее *Я* – самоощущение отдельного ограниченного существа, противопоставленного внешнему Миру.

И здесь мы подходим к самой сути той тайны, благодаря которой из Одного возникает Многое, а под Множественностью кроется Одно. Дело в том, что еще одним уникальным свойством голографии является возможность множественной записи изображений на одну и ту же пленку. Это достигается простым изменением угла, под которым два лазерных луча облучают ее. Таким образом, на одной и той же поверхности может быть записано множество изображений. И в дальнейшем для того, чтобы восстановить нужное изображение, достаточно просто осветить пленку лазером под тем же углом, под которым оно было записано. Используя этот

метод, на нескольких десятках квадратных сантиметров пленки можно записать столько же информации, сколько содержится в библиотеке солидного ученого.

Это свойство голограммы подсказывает нам тот принцип, благодаря которому в энергетическом поле Реальности может содержаться все мыслимое и немислимое множество содержаний, «вся тьма вещей». Каждое воспринимающее существо видит Реальность под определенным углом, который в каждом конкретном случае обусловлен специфическими структурами, – и в этом заключается тайна настройки восприятия. Подобно тому как луч лазера, направленный на голографическую пленку под определенным углом, высвечивает определенное изображение, внимание воспринимающих существ, определенным образом настроенное, извлекает и развертывает из имплицативного порядка только те содержания Мира, которые могут быть восприняты благодаря данной настройке.

Так возникают различные миры восприятия: миры человека, миры животных, миры растений, миры ангелов и демонов, миры множества других неведомых существ, населяющих просторы Вселенной: «В доме Отца Моего обителей много», – говорил Иисус. Так возникают различные уровни человеческого восприятия, по которым наше осознание совершает свое Великое Восхождение. И всех нас, какими бы разными мы ни были, объединяет одно – все мы воспринимаем, а значит, все мы являемся прямыми проявлениями одной и той же Тайны – Тайны непостижимого Единого, каждую секунду познающего себя в каждом акте восприятия всей множественности чувствующих существ Вселенной.

Таким образом, голографическая модель описывает нам процесс восприятия как результат взаимодействия трех волн, трех потоков. Две из этих волн – несущая (Все, Мир) и опорная (Ничто, Свидетель) – создают энергетическую Реальность (интерференционную картину) – имплицативный, свернутый порядок бытия. Третья волна – волна внимания, исходящая от воспринимающего существа и направленная под определенным углом (определенным образом настроенная) на эту Реальность, высвечивает, развертывает из имплицативного порядка определенные содержания, создающие то, что может быть названо миром восприятия или, в терминологии Бома, эксплицативным, то есть развернутым порядком бытия.

Все три волны исходят из одного источника – платоновского Единого. Природа всех трех изначально чиста и пуста – это изначальная чистота и пустота света, это изначальная чистота и пустота зеркала, это изначальная чистота и пустота Субъекта. И во всем этом не хватает только одного – а именно Объекта.

До сих пор мы говорили лишь о бесконечных «кругах на воде», о бесконечных голографических мирах восприятия, непрерывной чередой возникающих и исчезающих, подобно радужным мыльным пузырям, на поверхности бурлящего, текучего «квантового супа». Мы говорили об отражениях – бесконечном множестве отражений, свернутых в имплицативном порядке. Но где Тот, Кому принадлежат все эти отражения? В самом деле, откуда берется все то бесконечное богатство содержаний, которое зашифровано в живых пульсациях и переливах энергетической Реальности? Где же тот изначальный Объект, от которого отражается несущая волна восприятия?

Сингулярность

В современной физике существует понятие Сингулярности. Сингулярность означает Неопределенность. Считается, что именно из Сингулярности возникла видимая нами Вселенная. Сингулярность – это нелокальная сверхплотная точка. Нелокальная – значит не имеющая нахождения (локации) в пространстве и времени. Сверхплотность означает, что эта точка имеет совокупную массу всего вещества Вселенной.

Согласно теории Большого взрыва, придерживающейся линейного взгляда на эволюцию, это случилось однажды, в начале времен – примерно 15 млрд лет назад. Именно тогда в результате особого события, получившего название Большой взрыв, из Сингулярности начал разворачиваться пространственно-временной континуум нашей Вселенной. Из первичного гигантского облака протоматерии, мгновенно выброшенной из Сингулярности, начали формироваться туманности, которые постепенно уплотнялись в планеты и звезды, которые, в свою очередь, образовывали системы, галактики, метagalактики и скопления метagalактик – и с тех пор Вселенная продолжает расширяться под воздействием инерции изначального импульса. И однажды, когда инерция Большого взрыва иссякнет, говорит нам эта теория, Вселенная начнет сжиматься, пока опять не схлопнется в изначальную Сингулярность. Сегодня эта теория является одним из столпов человеческой картины мира.

Однако сравнительно недавние нелинейные подходы к проблеме возникновения Вселенной, в том числе различные квантовые версии, подвергают справедливой критике классическую теорию Большого взрыва. Они, например, указывают, что неверно помещать Сингулярность в какую-то точку во времени и называть эту точку началом. Сингулярность по определению не имеет ни протяженности в пространстве, ни нахождения во времени, а это значит, если теория Большого взрыва хоть в чем-то верна, что у Вселенной не было какого-то определенного начала во времени, как не будет и конца. «Вне пространства и времени» означает не только «Никогда и Нигде», но еще и «Всегда и Везде». А это значит, что Сингулярность, не присутствуя ни в каком конкретном мгновении времени, одновременно присутствует во всех. И это значит, что Большой взрыв происходит каждый миг. Каждый миг каким-то непостижимым образом Вселенная рождается из Сингулярности, каждый миг она проходит весь невообразимый цикл своего расширения и сжатия, и каждый миг она схлопывается обратно в Сингулярность, с тем лишь, чтобы в следующий момент вновь из нее возникнуть, подобно мифической птице Феникс, умирающей и вновь возрождающейся в вечном огне.

Для многих ныне живущих людей утверждение о том, что Вселенная рождается и умирает каждый миг, покажется диким абсурдом. «Этого не может быть, потому что не может быть, – скажет такой человек – я не вижу этого, значит, этого не существует; мое восприятие не подтверждает это, наоборот, каждый день я вижу мир, живущий по своим объективным законам, существующий сам по себе, независимо и непрерывно». Но в действительности оказывается, что этот

объективный мир существует лишь на зыбкой поверхности восприятия, каждый миг которого вырастает из неизъяснимых субквантовых глубин Мира, из Сингулярности.

В каждом акте своего восприятия и осознания мы заново творим Вселенную, вновь и вновь воссоздавая из Первозданного Хаоса, из текучего «квантового супа», из Вечного Настоящего мир упорядоченного восприятия, мир пространства и времени. В каждом акте своего восприятия за какие-то неуловимые доли секунды мы совершаем свое Великое Путешествие из Плеромы к Разуму, одну за другой воссоздавая границы в Изначальной Безграничности, разделяя Реальность на Я и не-Я. Сначала в Вечном Настоящем возникает граница сферического тела ощущений, затем эта граница уплотняется в границу человеческого тела чувств и эмоций, а Вечное Настоящее превращается в Преходящее Настоящее – Настоящее, длящееся от момента к моменту. Именно в этом Длящемся Настоящем пребывает наше тело.

Затем возникает граница образов и понятий, граница языка и интерпретаций, а вместе с ней возникает память и воображение, которые дают начало линейному времени: вместо Настоящего, непосредственно длящегося от момента к моменту, у нас возникают образы и представления об этом Настоящем. Ум пытается удержать Длящееся Настоящее, но как можно удержать воду в руках? Вместо самого Настоящего ум начинает удерживать представления о Настоящем, и эти представления начинают оставаться в памяти – так мы обретаем свое прошлое. А затем ум начинает моделировать представление о Настоящем, которое скоро должно случиться: Длящееся Настоящее начинает становиться в нашем воображении – так мы обретаем представление о своем будущем. Так мы попадаем на поверхность Бытия – в особое психическое состояние, где мир кажется устойчивым и определенным лишь потому, что мы научились удерживать в памяти свое прошлое и проецировать свои ожидания в будущее. И все это происходит прямо сейчас – во мгновение ока.

Современная физика и психология, похоже, все больше склоняются к тому, чтобы признать справедливость высказываний древних мудрецов, которые говорили, что этот мир, каким бы реальным он ни казался, существует не дольше одного моргания глаз.

Вселенная существует, пока длится взгляд того, кто на нее смотрит, говорили древние учителя, и эта Вселенная такова, какой он ее видит.

И современная наука подтверждает открытые древними истины. Голографическая модель – один из тех способов, которые объясняют нам, каким образом Вселенная может сотворяться в каждом акте нашего восприятия, возникая из Сингулярности и сворачиваясь в нее вновь. И все же и сама голографическая модель, и многие другие подобные ей теории – не более чем «круги на воде», лишь способы говорить о Непостижимом, описывать Неопишваемое, называть Неназываемое.

Вечный Сон

Мы можем много и красноречиво говорить о Реке Жизни, сидя на Ее берегу, но это ни на миг не приблизит нас к Тайне этого Вечного Потока. Но мы также можем войти в Реку – окунуться в Тайну и пропитаться Ею – и обрести непосредственное Знание.

Можно много говорить о влажности, но, пока вы не окунетесь в воду, вы не узнаете, что такое влажность на самом деле. Можно много говорить о текучести, но, пока вы не войдете в поток, вы не сможете почувствовать силу течения.

Вы можете войти в Реку прямо сейчас – все, что отделяет вас от Нее, – это тот разговор о Мире, который вы ведете в своей голове. Каждый Путник, осознанно совершающий свое Великое Путешествие к Реальности, однажды делает это. И он делает это снова и снова – изменяя свой угол зрения и исследуя различные миры восприятия, насыщая свое тело и свой ум Великим Безмолвием Мира, погружаясь все глубже и глубже к самой Основе. Растворяя свои границы, он стремится остаться в сознании. Превращаясь в Ничто, он стремится объять Все.

Он делает все это, потому что знает – всем нам однажды предстоит навсегда уйти туда, куда сегодня мы лишь периодически заглядываем, в беспамятстве возвращаясь назад. Сон – маленькая смерть, говорили древние. А смерть – Вечный Сон.

В момент смерти мы возвращаемся к своей Основе, чем бы эта Основа ни была. И в момент смерти нам окончательно раскрывается То, что мы с таким трудом пытались понять при жизни. Вся логика Великого Путешествия говорит нам о том, что смерть – это окончательный экзамен и последняя дверь – дверь Великого Предела, за которой нас ждет само Непостижимое. Миг смерти – это тот самый момент, когда нам предстоит воспользоваться всем тем опытом, что мы накопили при жизни, и в этот момент вся глубинная суть жизни раскрывается нам. И если Реальность – это Река, то в этот момент мы понимаем, что всю жизнь мы учились плавать, стоя на берегу, а теперь мы упали в воду, и все, что нам предстоит – это либо выплыть любой ценой, либо утонуть.

Смерть – это либо Все, Тотальная Полнота Осознания, либо Ничто, Тотальная Тьма Беспамятства. И результат этого уравнения в каждом конкретном случае зависит от того, какие усилия мы предпринимали при жизни, чтобы найти искомые X и Y.

Смерть – это тот миг, когда шаткая лесенка внешних структур, поддерживающих наше осознание, вдруг начинает рушиться, и все, что нам остается делать – это либо падать вниз – в изначальный Хаос «квантового супа», либо любой ценой взлететь вверх – к полноте осознания Великой Целостности Вселенной.

Пустота Ума и Чистый Свет Реальности

Многие из нас уже видели, что представляет собой смерть со стороны (а кто не видел, тому это еще предстоит увидеть): человек испускает последний вздох и

застывает, его тело усыхает и костенеет, а через некоторое время начинает разлагаться. Смерть – это необратимый распад составляющей тело материи. Вот и все, что мы можем узнать о смерти, наблюдая ее со стороны. И, видя это, мы приходим к выводу, что смерть – это печальный закат и угасание жизни.

Но в смерти, как и в любом другом событии, всегда есть другая сторона – и это ее субъективная, внутренняя сторона, то, как переживается момент смерти непосредственно самим умирающим. И здесь объективный взгляд на события не дает нам никакой зацепки, никакого реального понимания. И вопрос, который каждый из нас себе задает, таков: что же происходит с сознанием умирающего человека? Что переживает человек в момент смерти? Какую реальность раскрывает внутренняя сторона смерти?

Некоторый свет на этот вопрос проливают рассказы очевидцев – людей, переживших клиническую смерть и буквально вернувшихся с того света. В настоящее время существует немало литературы на эту тему, где собраны сотни клинических случаев.

Однако, пожалуй, наиболее авторитетным источником знания по этому вопросу остается один из самых легендарных текстов тибетского буддизма – «Бардо Тхёдол» («Тибетская книга мертвых»). Написанная много сотен лет назад, как считается великим учителем тибетского буддизма Гуру Падмасабхавой, эта книга, по сути, является подробнейшим путеводителем по загробному миру, который тибетцы называют *Бардо*.

Прежде всего, что такое *Бардо*? *Бардо* в переводе с тибетского означает Промежуточное Состояние или Состояние Неопределенности. Бардо, как сказал бы Дон Хуан, это точка между мирами. Бардо – это ноль-точка, точка бифуркации, точка Тотальной Неопределенности, Сингулярность. Бардо – это точка вне пространства и времени, это Запредельность, потустороннее, трансцендентное бытие, другая половина нашей целостности, противоположная поюстороннему, имманентному материальному бытию в мире пространства и времени.

В зависимости от условий, при которых происходит переживание Бардо человеком, тибетские ламы различают шесть разновидностей Состояния Неопределенности – Состояние Неопределенности в чреве матери (Кинай Бардо), Состояние Неопределенности во время сна (Милам Бардо), Состояние Неопределенности экстатического равновесия в глубокой медитации (Тингегин-Самтам Бардо), Состояние Неопределенности момента смерти (Чигай Бардо), Состояние Неопределенности постижения Реальности (Ченид Бардо) и Состояние Неопределенности стремления к новому рождению (Сидпа Бардо).

Два из шести этих состояний – это точки входа из Запредельности в телесное бытие и выхода из него (Бардо в чреве матери и Бардо момента смерти). Еще два – это то, в каком виде мы можем переживать Запредельность при жизни (Бардо сна и Бардо медитации). И последние два промежуточных состояния – это то, какой Запредельность предстает для нас в посмертном существовании, когда мы не имеем устойчивого материального тела (Бардо постижения Реальности и Бардо стремления к новому рождению).

«Бардо Тхёдол» (буквально «Освобождение посредством слушания в Состоянии Неопределенности») написана как прямое наставление ламы к

усопшему – согласно традиции, весь текст читается ламой на протяжении сорока дней над телом умершего и представляет собой подробное описание тех изменений, что происходят в это время в его сознании, а также инструкции, как следует поступать в том или ином случае при встрече с разнообразными кармическими видениями. Считается, что умерший слышит обращенные к нему слова и чтение «Бардо Тхёдол» помогает ему сориентироваться в непростых условиях посмертного существования.

Первое, с чем мы сталкиваемся, читая «Бардо Тхёдол», – это утверждение о том, что смерть – это не печальный закат, но подлинная вершина жизни.

В момент смерти человеческого существа Реальность предстает перед ним такой, как она есть – в невыразимом Единстве Познающего и Познаваемого.

В этот момент, говорит «Тибетская книга мертвых», человек видит проблески Чистого Света Реальности. Если при жизни человек имел мгновения осознанного постижения необусловленной Реальности, либо если он жил праведной жизнью, либо если он прямо в момент смерти прислушается к наставлениям ламы, то у него есть все шансы узнать в проблесках Чистого Света Реальности свою подлинную недвойственную природу и объединиться с ней. В этот момент, говорится в «Бардо Тхёдол», познающий имеет шанс постичь природу своего Ума как изначальную всеобъемлющую Пустоту, а природу Реальности – как изначальный источник Запредельного Чистого Света. В момент такого осознания своей истинной Целостности как единения Пустоты Ума и Чистого Света Реальности познающий достигает освобождения в Дхармакайе – Нерождающемся и Неумирающем Теле Света, Великом Теле Единства.

Однако лишь немногие из людей целиком реализуют эту возможность – слишком сильна оказывается обусловленность человека своим временным, нецелостным состоянием – и в результате, не сумев вместить всей шокирующей истины о Реальности самого себя, познающий выпадает из вневременного мгновения встречи с Полнотой Запредельного и вновь ввергает себя в забвение, возвращаясь на самое дно сансары, к началу эволюции, и оттуда вновь начиная мучительный путь наверх – из тьмы неведения к свету сознания и к «шансу получить шанс» – достичь Полноты Осознания Реальности.

Однако прежде, чем забвение окончательно поглотит его, познающий переживает различные устрашающие видения, созданные высвобождающейся силой всех накопленных воспоминаний и силой фиксации в тех эмоциональных и ментальных состояниях, которые он культивировал в процессе жизни.

Вслед за моментом *тотального восхищения*, когда осознание попадает прямо в точку Недвойственного Духа, для познающего наступает период постепенного спуска вниз, когда изначальная Реальность переживается во все более и более грубых формах разделенности Субъекта и Объекта. Лестница структур восприятия рушится, и осознание воспринимающего опускается все ниже по мере разрушения структур. Совершается процесс, обратный развитию, эволюции или Восхождению вверх по Оси Мира – инволюция, Нисхождение вниз от причинного уровня к тонким уровням души, а затем к грубым уровням материи.

Так, выпадая из мгновения Полноты Осознания, переживаемого в Теле Единства, познающий попадает сперва на уровень архетипов, где переживает Реальность как тонкий изначальный звук и свет, а затем, по мере усиления разделенности, как встречи с различными могущественными Богами и демонами, причем чем ниже он опускается, тем в более грубые и плотные слои материи-сознания попадает и тем более грозными и устрашающими кажутся ему Боги и демоны.

Затем, движимый страхом перед могущественными существами и желанием спрятаться от них, познающий опускается на уровень сновидений, где постепенно меркнет восприятие тонких архетипов, а чувство отделенности Субъекта/Объекта усиливается. Здесь поток переживаний оформляется в серию путешествий по фантасмагорическим мирам сновидения, когда более, когда менее связных, в которых познающий может обнаруживать свое тело трансформированным в различные причудливые формы. Это еще более усиливает его страх и заставляет искать хоть какой-то определенности и устойчивости.

И все же, говорится в «Бардо Тхёдол», даже окруженный со всех сторон кармическими видениями, познающий имеет возможность в любой момент осознать их истинную природу, узнать в Богах и демонах манифестации своего собственного сознания и достигнуть полного освобождения в Теле Света. Однако чем грубее и плотнее слой материи-сознания, тем сложнее это сделать. Напуганный и сбитый с толку громкими звуками, ярким светом, сценами насилия и причудливыми формами своего собственного тела, познающий стремится уйти, спрятаться от призрачной погони в каком-либо безопасном месте. Таким безопасным местом кажутся ему врата входа в различные кармические миры рождения и смерти, которые воспринимаются в виде тусклого успокаивающего свечения. Познающий фокусирует свое внимание на том свечении, которое кажется ему наиболее приятным, и попадает в Сидпа Бардо – Состояние Неопределенности стремления к новому рождению.

В Сидпа Бардо достигается равновесие кармы: познающему суждено родиться в тот мир, который обусловлен кармой его предыдущей жизни – это может быть один из грубых или тонких миров. Если познающему суждено родиться в тонком мире, его ожидает сверхъестественное рождение, подобное возникновению росы в чашечке цветка. Если в грубом – рождение в результате зачатия и вынашивания. В этом случае познающий видит образы совокупляющихся существ и его внимание притягивается к той паре, которой предназначено стать его родителями. В зависимости от того, какие чувства охватывают познающего при виде совокупляющейся пары, определяется та или иная половая принадлежность в будущей жизни: если познающий испытывает влечение к своей будущей матери и соперничество по отношению к своему отцу, то он родится существом мужского пола; если же наоборот – то женского.

Вскоре после того, как познающий попадает в Сидпа Бардо и видит образы своих будущих родителей, неумолимые законы кармы увлекают его в Кинай Бардо, где он попадает в чрево того существа, которое станет его новой матерью. Возврат в Бардо постижения Реальности (Ченид Бардо) из этого состояния уже практически невозможен – врата рождения окончательно закрываются за ним, осознание

меркнет и все воспоминания о предыдущей жизни и событиях в Состоянии Неопределенности вытесняются в Бессознательное.

Самосознание растворяется в изначальной Плероме, где уже начинает вызревать зародыш нового тела и нового эго.

Радужное Тело

Две части Великой Целостности, о которых говорится в тибетском буддизме, – это Познающее и Познаваемое. Познающее (*Ум*) как реализация *познавательной способности* Единого в своем самом чистом состоянии – это Пустота. В миг, когда человек осознает изначальную природу своего *Ума*, он также осознает природу другой половины Целостности – Изначальную Реальность – как источник *Света* непостижимых размеров. В этот же самый миг Чистый *Свет* Реальности целиком заполняет Пустоту *Ума*, и возникает трансцендентное единение двух частей целостности – *Ума* и Реальности, Тоналя и Нагуаля, Пустоты и *Света*, Формы и Силы – в Дхармакайе, в Мистическом Телe Христа, в Сияющей Пустоте, в Огне Изнутри.

Конечно, не существует никакого способа описать, что же такое Тело Света на самом деле. Нет никакого способа представить себе Сияющую Пустоту Великой Целостности. Мы знаем, что такое пустота и свет, но знакомые нам пустота и свет – это уже лишь феномены – «слепые пятна», «радужные блики», возникшие в изначальной Пустотности нашего *Ума* как вторичное впечатление от Чистого *Света* Реальности. И поэтому Пустота *Ума* и Чистый *Свет* Реальности – это не те пустота и свет, о которых можно хоть что-то сказать.

Нет никакого способа постичь природу Реальности с помощью одних только слов. Слова могут подвести человека к осознанию этого, но само осознание происходит помимо слов. Осознание – это действие, а не разговоры. Единственный способ познать целостность себя – это воспользоваться методом и, остановив свой ум, открыться видению необусловленной Реальности. *Остановиться и открыться* – и больше ничего. Это простая формула. Этого достаточно...

Понять суть того, что происходит с *Умом*, когда его заполняет *Свет* Непостижимой Реальности, нам может помочь простой, известный каждому из курса школьной физики эксперимент с прозрачной призмой и направленным на нее лучом света. Проходя сквозь призму, луч света расщепляется на цветовой спектр, превращается в радугу (рис. 15). Наш *Ум* подобен такой призме. Можно сказать, что прозрачность призмы подобна пустотности нашего *Ума*. Проходящий сквозь призму чистый свет проявляет свою скрытую природу как «многое в одном», как радугу, состоящую из различных цветов, и проявляет скрытую природу призмы как «различающую прозрачность». Воспринятый *Умом Свет* Непостижимой Реальности проявляет свою природу как Великий Спектр Состояний, Радугу Миров и Событий, а природу *Ума* – как различающую, распознающую, воспринимающую пустотность.

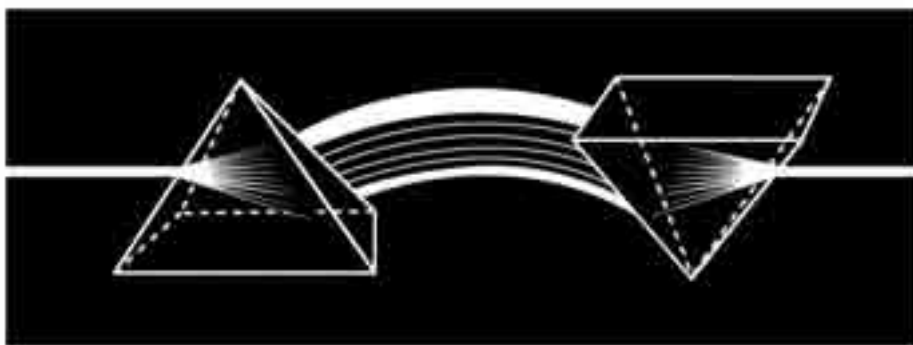


Рис. 15. Призма и луч.

Радуга в Пустоте – это и есть Дхармакайя, Тело Света, которое на Тибете называют еще Радужным Телом.

Однако учителя Прямого пути познания предупреждают, что Радужное Тело не есть что-то, чего надо достигать или к чему надо стремиться. Радужное Тело уже присутствует в каждом мгновении времени, поскольку «каждые мгновения времени» и есть составляющие это Тело элементы – цветные лучики Радуги Событий. Все, что мы можем сделать, – это просто осознавать это положение дел, осознавать свое Радужное Тело. И как только это произойдет – как только мы полностью осознаем Радужное Тело – мы реализуем то, что называется Полнотой Осознания.

Стоит помнить, что Полнота Осознания не может быть достигнута каким-либо образом, и, хотя мы говорим о достижении – это лишь способ указать на пустоту. Полнота Осознания не может быть достигнута, поскольку достижение связано с желанием чего-то и избеганием чего-то.

Пока мы существуем во временном потоке, нам кажется, что есть мгновения лучше, благополучнее, чем другие. Нам хочется оставаться в них, нам хочется повторять их. Нам начинает казаться, что то, чего мы желаем, – это и есть счастье. Так оно и есть. Это действительно счастье, ведь *счастье* буквально и означает – быть *с частью*. Быть *с частью* Радужного Тела, *с частью* Великой Радуги Состояний. Мы стремимся к каким-то одним состояниям и избегаем других, но каждое из них является *частью* нашего Радужного Тела. Вот почему простое человеческое счастье – это нестабильное состояние, оно преходяще. Счастье и несчастье – взаимозаменяемые понятия, поскольку, когда мы счастливы в том, что у нас есть, мы в тот же момент несчастны в том, чего у нас нет. Но ощущение счастья притягательно, и мы начинаем потакать себе в нем. И тогда мы начинаем напоминать идиотов, которые пытаются удержать воду в решете. Мы пытаемся удержать миг, который уже прошел.

Нет ничего плохого в том, чтобы хотеть быть счастливыми. Следует лишь помнить, что, если вы хотите быть счастливыми – вы просто хотите быть счастливыми. Миг вашего триумфа – лишь точка в Бесконечном Радужном Потокe. Вы будете счастливы лишь этот неуловимый миг. Все остальное время до и после вы будете несчастны, вы будете стремиться вернуть прошлое или приблизить

будущее, в зависимости от того, где вы предпочитаете располагать точку своего счастья. Следует помнить, что,

если вы хотите быть счастливыми, то на деле вы просто несчастны.

Однако есть способ просто быть счастливыми. Это очень простой способ – будьте счастливыми прямо сейчас. Примите то, что происходит как *часть* Великого Спектра Состояний, как *часть* вашего Радужного Тела. Это и есть *счастье*. Это и есть осознание.

Когда мы начинаем говорить о Полноте Осознания, мы по привычке продолжаем мыслить об этом в терминах желания/избегания. Мы говорим о том, что хотим осознать; мы говорим о достижении Полноты Осознания; мы говорим о реализации Радужного Тела так, будто сейчас у нас его нет, но если мы приложим достаточно усилий, оно у нас появится когда-нибудь в будущем. Нельзя достигнуть Полноты Осознания, поскольку она уже вся с нами в этот самый момент и в любой предыдущий, и в любой следующий. Можно просто позволить себе заметить это. И это все. В этом все учение. Нельзя хотеть осознать.

Если вы хотите осознать, значит, вы просто не осознаете.

И вы будете оставаться неосознанными все время, пока хотите осознать. Просто осознайте свое желание или нежелание осознать, и, как только вы это осознаете, ваше желание/нежелание пройдет и вместо этого вы начнете просто осознать.

Но многим такая простота кажется «слишком сложной». У нас возникают вопросы. Если Радужное Тело – это действительно что-то, что уже присутствует с нами в каждый момент времени, как получается, что мы не помним об этом? Почему мы не осознаем себя, если это так просто? Почему мы забываем?

Ответ предельно прост. Когда вы говорите, что не осознаете, просто осознайте, что вы говорите это. Это и будет вашей реализацией в данный момент. Учителя Прямого Пути говорят так:

если вы понимаете, просто присутствуйте в своем понимании, если вы не понимаете, просто присутствуйте в своем непонимании. Это и есть ваша реализация в данный момент.

Различные формы непонимания и забвения – это просто еще одни элементы Великого Спектра Состояний, еще одни оттенки цветов в безбрежной гамме красок Радужного Тела.

Но ум и на этом не останавливается. У него есть еще один, последний вопрос. Если Полнота Осознания уже изначально со мной, зачем тогда вообще все это нужно? Зачем вообще нужен этот мир времени, в котором я переживаю цвета Радуги Состояний по отдельности и не могу почувствовать одновременность хотя бы нескольких цветов, нескольких состояний? Ведь именно в этом кроется причина моего страдания?

Дзенский учитель вместо ответа просто молча указал бы пальцем на радугу в небе. Пожалуй, это наилучший ответ. Нет нужды говорить о том, на что можно просто указать пальцем.

Практика

Полное дыхание: дыхание трех сфер

Три сферы нашего тела – брюшная полость, грудная клетка и черепная коробка – соответствуют трем уровням развития – телесно-инстинктивному (ощущения, инстинкты, сексуальность, сфера воли), эмоционально-речевому (эмоции, общение, взаимоотношения, любовь, сфера сердца), рациональному (правила, роли, убеждения, сфера разума). Вся история нашего развития через три эти уровня от дорационального к рациональному записана в мышечной и клеточной памяти органов брюшной полости, грудной клетки и головы. Те или иные проблемы развития могут проявляться в виде мышечных блоков, зажимов, нарушений клеточного питания того или иного органа.

Одним из простых способов самостоятельной работы с этими проблемами и их профилактики может служить эта практика полного дыхания, где мы работаем одновременно и с дыханием, и с вниманием, и с энергией. Здесь я приведу начальный уровень этой практики, для которой не требуются глубокие методические разъяснения.

Формально эта практика выполняется следующим образом. Мы садимся в удобную позу. Основное требование здесь – держать прямо позвоночник на протяжении всей практики. Позой может быть лотос, полулотос, скрещенные по-турецки ноги, алмазная поза (ваджрасана, поза с поджатыми под себя ногами), можно просто сидеть на стуле с выпрямленной спиной.

Это практика, во время которой мы делаем полный вдох и выдох. Мы делаем полный вдох, начиная дыхание внизу живота. Старайтесь начать вдох как можно ниже; задействуя мышцы брюшного пресса, почувствуйте, как наполнение нижней части живота создает плотный устойчивый фундамент для подъема

энергии вверх. Одновременно с началом вдоха сделайте несколько сокращений мышц ануса и промежности, как бы подталкивая энергию вверх из муладхарачакры. Используйте наполненный живот как фундамент для подъема энергии дыхания вверх. Наполняйте дыханием, вниманием и энергией последовательно верхнюю часть живота, грудь и голову. Полный вдох заканчивается, когда дыхание, внимание и энергия подняты к точке на макушке головы (сахасрарачакра).

Во время выполнения практики представьте, что ваше тело – это стебель цветка, по которому во время вдоха от корней поднимается энергия земли, питая силой бутон недвойственного осознания у вас над головой. И точно так же во время выдоха энергия неба, собранная распускающимися лепестками цветка течет вниз, насыщая стебель и корни светом знания.

Начиная выдох, мы опускаем дыхание, внимание и энергию вниз. При этом последовательно освобождаются сфера разума, сердца и воли

Можно сделать пять – девять таких циклов.

Эта практика способствует осознанию блоков и напряжений, мешающих свободному течению энергии через три сферы, и связывает эти три сферы в единую целостную структуру. Дело в том, что в процессе нашего роста в детстве и юности эти три сферы имели, вследствие диссоциации, тенденцию к отделению и автономии. В результате связующие звенья между ними были частично заблокированы. Как следствие, в каждой из этих сфер возникли диссоциированные вихри сознания, конфликтующее как внутри себя, так и по отношению к вихрям сознания других сфер.

В каждой из этих сфер мы имеем следующие диссоциированные вихри сознания и соотнесенные с ними комплексы напряжений.

В сфере живота – страх смерти (синдром трусливого шакала: «Мне отовсюду что-то угрожает, это ужасно, везде подвох, всюду опасность») и все вытекающие из него фобии. Основная активная эманация страха смерти – злоба (синдром нахального бабуина: «Посмотрите, какой я страшный, бойтесь меня, дрожите, твари, я самый сильный и ужасный»).

В сфере груди – жалость к себе (синдром бедной овечки: «Я бе-е-е-едненькая, несчастненькая, никто меня не любит, никто не приголубит, никому я не нужна, никто меня не пасет») и все виды обид и желаний, вытекающие из нее. Основная активная эманация жалости к себе – алчность, жадность, ревность, зависть, привязанность (синдром жадной свиньи: «Это все мое, мое, ни с кем не поделюсь, хрусть-хрусть-хрусть, никому не отдам, ням-ням-ням» и др.).

В сфере головы – неведение или самопоглощенность (синдром упрямого осла: «Я сам с усам, мне никто не указ, что хочу, то и ворочу, хочу – иду, хочу – стою, хочу – на заднице сижу») и все виды глупости, вытекающие из нее. Основная активная эманация неведения – чувство собственной важности, снобизм, выпендрож, гордыня (синдром заносчивого павлина: «Посмотрите на меня, какой я крутой, круче меня только яйца, вы все в дерьме, один я на белой лошади»).

Делая практику дыхания трех сфер, мы способствуем очищению и оживлению связующих звеньев между ними, начинаем процесс их объединения и гармоничного сотрудничества. Мы создаем, таким образом, почву для глубокого

освобождения на клеточном уровне от трех фундаментальных комплексов напряжений, удерживающих наши тела в том плачевном состоянии хронического энергетического истощения, что препятствует нам в полноценном использовании всего богатства своих творческих возможностей.

Глава девятая

Великое Путешествие: озарение и понимание

Наш мир пребывает в становлении. Двигается Вселенная в своей макрокосмической эволюции, движется наше *Я* в своем микрокосмическом развитии.

Целостность Реальности присутствует и внутри, и снаружи, и в Субъекте, и в Объекте, но она не может быть окончательно найдена ни там, ни там.

И Мир, и *Я* взаимосвязаны друг с другом. Тайна этой связи не может быть однозначно выражена – мы можем давать бесчисленное множество описаний, но ни одно из них не будет исчерпывающим. Но между тем эта Тайна пронизывает все наше существо. *Это* воздух, которым мы дышим, *Это* хлеб, который мы едим, *Это* кровь, которая струится по нашим венам, *Это* мир, который мы видим-слышим-ощущаем-познаем, *Это* дела, которые мы творим, *Это* чувства, которые мы испытываем, *Это* идеи-видения, которые приходят к нам в голову, *Это* сны, которые нам снятся.

Мы не можем окончательно понять *Это*, поскольку само наше понимание есть неотъемлемый элемент нашего восхождения в *Гору*. Наша картина мира – это взгляд на Реальность, брошенный из искаженной временной перспективы. Мы видим Целостность, но степень искривления весьма велика. Степень искривления такова, что мы не видим многих связей. Целостность оказывается разбитой на фрагменты. Из временной перспективы мы воспринимаем дискретные потоки информации. Взгляд на Целостность из потока времени напоминает взгляд из-под потока воды на иву, склонившуюся над речкой, – вместо связного образа мы увидим лишь текучий хаос фрагментов.

Однако стоит только нам выйти из потока линейного времени, как тайна Целостности мгновенно охватывается нами вся без остатка. В каждой культуре есть свое имя для этого мгновения необусловленного временем восприятия,

взгляда из вечности – *откровение, озарение, наитие, инсайт, интуиция, сатори, просветление*. Дон Хуан называл это остановкой внутреннего диалога, которая ведет в конечном итоге к остановке мира. Остановка мира – это лишь способ говорить – на самом деле останавливается не мир, а наш способ интерпретации мира. Останавливается ум – и когда это происходит, наступает Великое Безмолвие. Стены разума тают, и взору открывается истинное величие Мира. Силы, удерживающие нас на поверхности восприятия, в потоке линейного времени, ослабевают, и мы оказываемся в Настоящем – Вечном Настоящем – в непреходящей Вечности, которая всегда с нами. Это похоже на возвращение домой из долгого и утомительного путешествия. Мы оказываемся в Настоящем – и в этот момент мы *знаем*, ибо *живое знание* – это и есть стихия Бесконечности. Но это знание безмолвно. Ум же – наш инструмент понимания – принадлежит потоку времени (и не только принадлежит, но и создает его). Вот почему нет возможности адекватно выразить вневременную истину *озарения* языком временного ума.

Но следует ли из этого, что нам необходимо отбросить все попытки понимания, попытки описывать *Гору*, составлять ее карту? Нет. Нет, потому что попытка описания и есть одна из важнейших составляющих самого продвижения. *Озарение* – это первая необходимая часть продвижения, но за озарением необходимо должно следовать наше *понимание*, иначе величайшее открытие человечества может так и остаться бессвязным бредом больного воображения.

Озарение и понимание – вот те два акта познания, которые делают возможным наше передвижение через Реальность. *Озарение* – это акт воли. *Понимание* – это акт ума. Воля и ум – две ноги, на которых передвигается наше познание Реальности. Понимание – интерпретационная, упорядочивающая деятельность ума – это нога, которая стоит. Озарение, волевой акт остановки работы ума и перемещения его фокуса – это нога, которая делает шаг вперед. Испытывая озарение, мы делаем шаг вперед, но затем нам необходимо упрочиться на новом месте, обосноваться на нем – понимая свое озарение, мы подтягиваем к новому месту опорную ногу своего ума.

Вдумаемся в значения, заложенные в глубинной структуре слов *понимание* и *озарение*. *По-ним-ание* – это буквально *по-имен-ование* (*ним* – греческий корень, означающий «имя»; сравните с такими словами, как *аноним* – «без имени», *псевдоним* – «ложное имя»). Используя термин *понимание* в том смысле, который заложен в самом слове, мы обнаруживаем, что *понимать* значит *давать имена*, определять, т. е. в конечном итоге *составлять карту*. Логично предположить, что можно составить карту только того, что уже открыто. Можно дать имя только тому, что уже воспринято. Вот почему понимание имеет дело только с миром известного, очерченным неким пределом понимания, *горизонтом понимания*. Понимая что-либо, мы находимся в круге, очерченном горизонтом понимания, поскольку понимание собственно и есть процесс очерчивания этого круга.

Что же тогда *озарение*? Всмотримся в глубинную структуру слова. *Озарять* значит *направлять свет, освещать*. Момент *озарения* в процессе познания, если мы будем понимать его глубинный смысл: это буквальное *освещение, высвечивание* светом осознания некоего невидного до сих пор, скрытого внутреннего пространства. Вспомним голографическую модель восприятия: мы высвечиваем

скрытые содержания Реальности светом своего внимания. В этом суть озарения – мы направляем свет внимания на определенные аспекты Реальности, проявляем их, развертываем голографическую проекцию Мира. Озарение возникает как результат перенастройки восприятия. Останавливая поток привычных интерпретаций, мы вдруг находим новый угол зрения – и в этот миг нашему восприятию раскрывается то, что было скрыто, мы получаем новое знание. Затем поток интерпретаций вновь восстанавливается, и ум фиксирует новую настройку – мы начинаем понимать.

Чтобы лучше понять, о чем идет речь, воспользуемся пространственной метафорой. Допустим, вы находитесь перед холмом, и холм скрывает от вас то, что за ним. Зона прямой видимости для вас ограничена этим холмом. Вы можете лишь теряться в догадках, что вас ждет за холмом. Но, поднявшись на холм, вы уже не блуждаете в предположениях, а просто видите, что за ним находится.

Процесс перемещения в физическом пространстве аналогичен процессу познания в психическом пространстве. Можно даже прямо сказать, что познание – это и есть процесс передвижения в психическом, внутреннем пространстве (если мы поймем, что почва внутреннего ландшафта – это *знание*, то для нас станет очевидным, что *по-знание* – это передвижение *по знанию*).

Понимание – это ориентировка в том, что находится в зоне прямой видимости. Эта зона ограничена горизонтом вашего понимания. Если прямо перед вами во внутреннем пространстве находится *что-то* (внутренний холм), что вы воспринимаете как проблему (поскольку вы чувствуете, что это *что-то* сильно ограничивает зону вашего понимания), то вы, естественно, не видите впереди никакой перспективы. Это не значит, что перспективы вообще нет. Просто для того, чтобы ее увидеть, необходимо расширить горизонт понимания (*расширить кругозор*), а это нельзя сделать, просто оставаясь на том месте (на той почве *знания*), где вы сейчас стоите. Для этого необходимо подняться на холм или обойти его – т. е. начать передвижение *по знанию*. Когда вы начнете это делать, вы будете испытывать *озарение*, потому что свет вашего сознания начнет озарять новое, скрытое доселе пространство, и *откровение*, потому что новые ландшафты *знания* будут открываться вам.

Всякий раз, когда мы делаем своей ногой воли маленький шагочек вперед, мы испытываем маленькое озарение. Вслед за этим мы подтягиваем к новому месту ногу ума, чтобы понять свое озарение. Динамические микроциклы озарения-понимания могут быть так малы, что мы можем практически не замечать этого процесса в повседневной жизни. Лишь через какое-то время, оглядываясь вокруг, мы замечаем, что что-то определенно переменилось – что-то изменилось в нашем восприятии самих себя, что-то изменилось в нашем восприятии окружающего мира.

Великое Путешествие: Единство Горы и Путника

Итак, все мы *Путники*, идущие через *Гору* Великой Целостности, каждый своим путем. Где-то наши пути идут параллельно, где-то они пересекаются, где-то становятся одним путем, а где-то и расходятся. Мы движемся в своем

путешествии-познании, изъявляя волю и передвигая свой ум, закрепляясь на новом месте умопониманием.

Удивительная тайна этого путешествия заключается в том, что *Гора* существует только в момент путешествия и только как результат путешествия.

Реальность не существует сама по себе, в отрыве и отдельно от того, кто Ее воспринимает и познает.

Великая Целостность возникает только в тот момент, когда мы постигаем ее.

Собственно, в этом и заключается суть Целостности Субъекта и Объекта.

Сущностное единство *Горы и Путника* – это и есть сокровенная тайна Великой Целостности, которой просто нет без этого единства, «это исток и основа восхитительной Вселенной, которая вообще не имеет никакого смысла, если что-то одно из них упущено», как говорит Уилбер. Место, куда вы изъявляете волю передвинуть свой ум, не существует *до* того, как вы туда свой ум передвинете. Таинственная почва знания *Горы* Реальности возникает только в тот миг, когда на нее ступает нога Путника, только в тот миг, когда ее *озаряет* свет его восприятия.

До момента восприятия и умопостижения *Гора* не существует, будучи лишь скрытой (свернутой), нелокальной потенциальностью, Пустотой; в момент непосредственного восприятия и умопостижения она существует как живая подвижная данность, разворачивается, становясь упорядоченным опытом и представлением в уме, и после момента непосредственного восприятия продолжает свое существование в уме как *твердая память (затвердевает в памяти)*.

«Вода в сосуде» без воды и без сосуда,

или

К чему приводит объективизм

Воспринимаемое не существует без воспринимающего, объективное не существует без субъективного. Красота заката не существует без того, кто созерцает закат, как река не существует без берегов, как форма воды в сосуде не существует без самого сосуда. Если убрать сосуд, вода никуда не исчезнет, она лишь потеряет свою форму, она станет бесформенной. Если убрать из заката человека, восторгающегося его красотой, закат перестанет быть красивым. Чем будет тогда закат? Просто заходом солнца? Если убрать из заката человека, который видит «просто заход солнца», чем будет тогда закат? Физическим явлением, которое возникает как один из феноменов вращения планеты вокруг звезды? Но если убрать из заката того, кто видит «физическое явление, объясняемое вращением планеты вокруг звезды», чем будет тогда закат? Богом Ра,

удаляющимся на своей огненной колеснице в подземное царство? Но если убрать из заката того, кто видит Бога Ра, чем будет тогда закат?

Человек, как и любое другое воспринимающее существо (чувствующее существо, как говорят буддисты), является таким сосудом восприятия. В процессе восприятия человек оформляет бесформенную *воду* Реальности, ибо, только когда *вода* обрела форму, она может быть воспринята. Мир, воспринимаемый нами, – это *вода в сосуде*. Всякий миг восприятия – есть наливание бесформенной *воды* Реальности в сосуд восприятия. Какова форма сосуда восприятия – такова и форма существования воспринимаемого мира. Заявлять, что воспринимаемое существует объективно, т. е. отдельно и независимо от воспринимающего, все равно что утверждать, будто форма воды в сосуде существует независимо от самого сосуда. Объективно существует лишь сама *вода* – Объект, Реальность, которая без воспринимающего субъекта не имеет равным счетом никакой формы, – она абсолютно бесформенна, а значит, ничем не является (или является абсолютно ничем), не имеет ни протяженности, ни свойств, ни качеств, о ней ничего нельзя сказать.

Заявлять, что может быть изобретен некий «объективный» способ восприятия, который позволит нам исследовать «объективные» свойства самой *воды* Реальности независимо от воспринимающего субъекта, значит заниматься откровенной фальсификацией. В воспринятом мире уже нет вообще ничего полностью «объективного» – мир уже являет собой продукт субъектно-объектного взаимодействия. И термин «объективное» в этой ситуации может означать лишь одно – то, что некоторое количество субъектов пришло к соглашению считать воспринимаемую ими форму Мира «объективной» и познавать эту форму как истинное и окончательное содержание самого Мира. То есть объективисты говорят примерно так: «Мы договорились о следующем – мы решили считать форму Объекта его содержанием, на том основании, что, если мы не будем изменять форму своего субъективного восприятия, форма Объекта останется неизменной».

Однако совершив этот подлог – подменив содержание Объекта его формой, объективисты поставили себя в крайне невыгодное положение: вместо того чтобы познавать Реальность через различные ее проявления, изменяя форму своего восприятия, они начали познавать одну из форм своего восприятия, наивно предположив, будто постигают таким образом Реальность.

Так мы видим, что объективисты совершили не просто подлог, а двойной подлог. Они сначала подменили содержание формой, согласившись считать одну из субъективных форм Мира его объективным содержанием, а затем подменили Объект Субъектом, решив, что эта форма существует объективно. Говоря метафорически, объективисты совершили с «водой в сосуде» следующие абстрактные перестановки: сначала они вынули воду в форме сосуда из самого сосуда и исключили из рассмотрения воду, оставив только форму (эта форма и есть вода, сказали они), а затем они исключили из своей картины и сам сосуд, сказав, что эта форма (форма сосуда) существует сама по себе.

Таким образом, мы оказались в мертвом мире пустых форм («объектов»), начисто лишенных всякого реального жизненного содержания, подвисших в какой-то унылой пустоте и совершающих в ней бессмысленный механистический танец.

Это произошло потому, что так называемая объективная наука не только поменяла местами Субъект и Объект, но и вообще начисто исключила их из своей картины. То есть в конечном итоге ортодоксальная наука полностью оторвалась от Реальности.

Заблуждение ортодоксальной науки можно было бы и в самом деле посчитать наивным или хоть сколько-нибудь оправданным, если бы оно не привело к столь чудовищным последствиям. Мы настолько исказили свое восприятие, что это поставило нас на грань катастрофического разрыва между живой Реальностью и умом, ее познающим. Мы стоим на грани небывалой катастрофы. Жизнеспособность человечества как вида находится под большим сомнением. И самое смешное в этой ситуации, что во Вселенной нет никого, кто бы смог уничтожить человечество, кроме него самого.

Кусая до смерти самих себя и воя от боли, люди неистово лают на зеркало, в котором отражается кошмар их собственного самопожирания. Если на сцене этого мира есть еще чьи-то глаза, способные рассмотреть трагедию современной цивилизации, то, вероятно, именно они извлекают из этого величайшего в истории самоубийства свой урок и именно в их глазах гибель этой цивилизации будет иметь хоть какой-то смысл – как *твердая память* о том, как не надо делать. Не исключено, что эти глаза – глаза отдаленных потомков тех, кто сегодня с таким садомазохистским сладострастием разрывает себя на куски.

Нам необходимо признать роковые ошибки существующего мировоззрения и заново расставить все по своим местам. Главная же из этих ошибок – вера в то, что воспринимаемый мир не зависит от воспринимающего субъекта.

Следует однозначно признать не только то, что видимый мир не есть сама Реальность, но есть описание реальности, создаваемое умом, и что подлинная Реальность, стоящая по ту сторону ума, всегда больше и шире своего описания (территория не равна карте, название не равно вещи), но также и то, что картограф-территория-и-карта, ум-Реальность-и-описание, *Путник-Гора-и-Путь* представляют собой неразрывное нерасчленимое единство (Великая Целостность, триада «Я-Мир-Путь»), в котором мы непременно должны учиться различать все три составляющие, но ни при каких обстоятельствах не сводить одно к другому, не подменять одно другим и не отрывать одно от другого.

Понимая это, мы можем избежать впадения в очарованность описаниями, какими бы исчерпывающими и убедительными они нам ни казались. Понимая это, мы можем продолжить свой удивительный *Путь* к вершине *Горы*, равно эффективно используя истины буддизма, христианства, ислама, даосизма, концепции европейской философии, откровения мексиканских шаманов или открытия современной психологии и физики. Оставаясь беспристрастными, понимая, что реальна сама *Гора*, а не клочок бумаги, на котором она нарисована, или слова, которые ее называют, мы можем осознавать временную относительность изреченных истин, какими бы вечными они нам ни казались.

Эту освобождающую беспристрастность и дает нам интегральный подход, заново помогая осмыслить древнюю истину о том, что любое учение справедливо лишь в том, что оно утверждает, и ошибочно в том, что отрицает.

И еще несколько слов о том, о чем нельзя сказать ни слова

Так что же такое *Гора* в своей неразрывной и невыразимой связи с *Путником* – тем, кто по ней восходит? Предельная Реальность, Великая Целостность, Бог, Абсолют, Абстрактное, Пустота и Чистый Свет, Истинное *Я*, Все и Ничто, Объект и Субъект. В индуизме это называется Брахманом-Атманом. Платон называл это триадой Единого-души-ума. Святоотеческие писания называют это триединым Богом – Отцом, Сыном и Святым Духом. В тибетском буддизме это называется Дхармакайей – Телом Света, или Телом Истины. Лао-цзы назвал это Дао-де-цзин. Дон Хуан – Тоналем и Нагуалем. Шаманы говорят об этом как об Оси Мира, Древе Мира, Священной Горе. Я пишу *Гора*, чтобы намекнуть, что *Гора* – это не гора и даже не Гора.

Гора – лишь намек на *Это*. *Это* то, что пронизывает все явленное, но само по себе не может быть явлено. *Это* то, что составляет все видимое, но само по себе не может быть увидено. Человек не может постичь Тайну *Этого*, пока не найдет способ выйти за пределы известного ему мира. Как рыба не замечает воду, в которой плавает, так и человек не замечает *Того*, что составляет самую суть его жизни – ее питает и ее поддерживает, ее проявляет и определяет. Но как и рыба обретает знание о воде, будучи выброшенной на берег, а затем вновь возвращаясь в свою родную стихию, так и человек обретает знание *Этого*, уходя на другую сторону мира и возвращаясь назад. Как рыба, выброшенная на берег, обретает знание о более широкой реальности, к которой ее водный мир относится как часть к целому, так и человек, нашедший путь на ту сторону известного мира, обретает знание о скрытой Реальности, для которой мир, воспринимаемый нами, лишь часть целого.

Нам необходимо составлять описания *Этого* – таким образом мы упорядочиваем свое восприятие *Этого*. Но нам необходимо также и чувствовать разницу между «вещью» и «названием» – иначе мы рискуем подменить *Это* словом, и тогда вместо реального познания мы начнем заниматься препарированием прописных истин. Что то и дело происходит с каждым из нас, когда мы слишком увлекаемся магией слов. Как только мы теряем чувство Реальности, «пузырь восприятия» начинает закрываться, как писал Кастанеда, «пока не запирает нас внутри себя» – и тогда все, что мы видим, оказывается лишь нашим собственным отражением на его круглых стенках.

Диалектика нашего бытия, видимо, в том и заключается, чтобы описывать Реальность – структурировать и упорядочивать великий Хаос пустоты (ведь только это, собственно говоря, и защищает нас от невыразимого ужаса его бездонности), – но одновременно с этим мы не должны превращать свой дом на краю Бездны в тюрьму – наша задача в том, чтобы снова и снова выходить на край известного мира и заглядывать в глаза живой Тайне.

Диалектика нашего бытия заключается в том, чтобы, живя одной своей частью внутри описания, другой находиться в непрерывном контакте с Невыразимым, чувствовать его зов.

И наша судьба состоит в том, чтобы, опираясь на ногу понимания, прочно стоящую в известном, делать шаг ногой озарения в пустоту неизведанного.

Кино под названием Жизнь

Во всех подлинных традициях знания мы встречаем упоминание о двух фундаментальных модусах человеческого существования или о двух частях целостности человека. В толтекском шаманизме эти части именуется *тоналем* и *нагуалем*, в тибетском буддизме это временное и вечное *Я* (тигле), в индуизме *пракрити* и *пуруша*, в буддизме *сансара* и *нирвана*, в европейском христианском мистицизме *материя* и *дух*. Одна из этих частей полностью имманентна (является фактом восприятия и умопостижения), тогда как другая – полностью трансцендентна (запредельна и неопикуема).

В каждом акте восприятия и осознания присутствуют две эти составляющие – трансцендентная (вечная, непреходящая и неопикуемая) и имманентная (временная, изменяющаяся и постигаемая). Трансцендентная составляющая – это самая суть акта восприятия и осознания, чистое переживание присутствия – Атман-пуруша, подлинное *Я*, самость, Нагуаль, Свидетель, Дух. Вторая составляющая – это тот поток впечатлений, с которым отождествляется свидетельствующая самость и через который находит себя, обнаруживает и воспринимает свое присутствие в мире пространства и времени. Это миры материи-пракрити, поток становления, тональ, сансара. Это структуры восприятия – цепь взаимовключенных друг в друга уровней-волн осознания, развертывающих свои содержания в пространстве и времени.

Как результат отождествления и смешивания изначально чистого осознания с изменяющимися во времени формами и образами возникает феномен временного *Я*, эго, переживающего в миру драму своего отдельного существования, борющегося и страдающего в нескончаемом потоке *волн жизни*.

Не будучи целиком ни одной из этих первичных модальностей и в то же время воплощая их в равной мере в самом себе, временное *Я* кажется сотканным из противоречий, запутанным клубком противоположностей, одним сплошным мельтешением, в котором одно во мгновение ока подменяется другим, так что уже невозможно понять, *что есть где* и *где есть что*: где Свет и что есть Тьма; что есть истина и где ложь; где *Я* и что есть не-*Я*. Этот экзистенциальный кошмар, где реальное кажется нереальным, а губительная иллюзия – блаженным спасением, эта сансарическая нирвана страдания и нирваническая сансара блаженства, этот котел страстей, эта мимолетность, кажущаяся бесконечной, этот райский сад ада неведения и адская дорога в рай познания, этот алхимический сосуд греха, в котором свершается таинство рождения Бога из грязи и нечистот, этот «хрупкий

тростник, который, тем не менее, мыслит!» – как восклицал в изумлении Паскаль, – все это и есть человек. То есть вы, я, мы. И будучи всем этим, будучи относительным порождением двух фундаментальных противоположностей бытия – Субъекта и Объекта, Воспринимающего и Воспринимаемого и не являясь окончательно ни тем, ни другим (что, казалось бы, заставляет говорить о «нереальности» человеческого бытия, о драматической и неизбежной противоречивости и смертности человеческой природы), мы, тем не менее, является прямым проявлением изначальной Реальности Единого. Ключевое слово здесь – *прямое проявление*.

Человек и, шире, вообще любое чувствующее существо – и есть тот самый центр, в котором все соединяется со всем, есть непрерывно длящаяся от момента к моменту реализация непреходящего Единого в становлении. В основу бытия всех чувствующих существах заложена эта тайна – этот парадоксальный дуализм относительности, бренности их временного существования (временных форм) и абсолютный характер их внутреннего содержания, непреходящей изначальной природы самой Реальности.

Таков человек. Мы хотим оставаться такими, какие мы есть, мы хотим видеть свой мир одним и тем же изо дня в день, мы не хотим, чтобы что-то менялось, мы ищем стабильности и покоя, и в то же время в нас живет страстная, необъяснимая и неистребимая жажда перемен, тяга к путешествиям и приключениям, мы требуем изменений – каких угодно, любых, лишь бы не было застоя, лишь бы не было этой смертельной безысходной скуки обыденности, убивающей наш дух. В нас живут два неистребимых желания – Жажда Жизни и стремление к Смерти, импульс самосохранения и импульс самоизменения. Оба этих желания идут из самой глубины нашего существа. Оба они выражают два полюса нашей подлинной природы, два полюса Целостности – природу изначального Атмана-Свидетеля, неизменного и неподвижного, и природу Великой Реки Жизни, вечно меняющейся и обновляющейся. Между этими желаниями нет противоречия, нет конфликта. Конфликт начинается, когда мы отождествляемся лишь с одним из этих полюсов и начинаем войну против другого, который отныне превращается в Тень. Эта война безнадежна, ибо мы пытаемся искоренить то, что неискоренимо, пытаемся убить то, что не умирает. Это война правой руки против левой, правого глаза против левого глаза. Прекращение этой бессмысленной битвы с самими собой – это наипервейшая задача на пути к своей Целостности.

А прекращение этой битвы начинается с понимания того, что Тайна взаимодействия и единства двух полюсов Целостности – трансцендентного и имманентного, потустороннего и посюстороннего, внутреннего и внешнего, субъективного и объективного – это основа и суть нашего существования, которое просто невозможно, если что-либо одно оказывается упущенным. В союзе друг с другом два эти полюса порождают переживание *Я* во времени, и все вместе они образуют то, что называется единой Троицей – союз Бога-Отца (Трансцендентный Свидетель), Богини-Матери (Имманентный Поток Бытия) и Бога-Сына (чувствующие существа, находящиеся в процессе постоянного саморазвития-самосотворения-самовспоминания – Отец, растворившийся, забывшийся в Матери и самосотворяющийся, самовспоминающийся вновь).

Тайна взаимодействия и единства этой Троицы и составляет самую суть нашего существования. Эта тайна раскрывается в каждом акте восприятия и осознания. В каждом нашем переживании, в каждом чувстве, в каждом моменте восприятия присутствуют и задействованы три эти ипостаси: запредельный и непреходящий Атман (трансцендентный источник восприятия и осознания), постоянно изменяющийся поток волн жизни (имманентные структуры восприятия и развертываемые ими содержания) и порождаемое союзом этих двух половин целостности переживание отдельного Я – одновременно и изменяющегося и сохраняющего свою неизменность, и временного, и вечного, совершающего свою эволюцию-восхождение из тьмы неведения и хаоса бессознательности к свету знания и гармонии Великой Целостности Духа.

Одна из красноречивых метафор, описывающих взаимодействие и сущностное единство ипостасей Троицы, – это метафора кинопроектора и экрана. И раз уж на страницах этой книги так много говорится о магии кино, будет неправильно обойти эту метафору вниманием.

Все мы знаем, как устроен классический кинопроектор. Да, да, тот самый с которого все начиналось когда-то давно, в конце XIX века: братья Люмьер, бульвар Капуцинов, синема... Итак, в кинопроекторе есть два главных элемента: неподвижный источник света и движущаяся пленка с кадрами фильма. Свет падает на целлулоидную пленку и движется дальше – но теперь это уже не просто свет, а свет, несущий информацию, отпечатанную на пленке. До того как попасть на пленку, свет был чистым, пройдя через пленку, чистая природа света смешалась с формами и образами, зафиксированными на пленке. Затем этот свет падает на экран и – о чудо! – картинка, перенесенная светом с пленки, оживает. Мы видим фильм – мы входим в переживание разыгрывающейся на наших глазах драмы, мы плачем или смеемся, мы страдаем или наслаждаемся. Мы живем теми событиями, которые видим на киноэкране. Таково чудо кинематографа. Таково чудо Жизни.

Вы должно быть уже догадались, что в этой метафоре источник света в кинопроекторе означает изначальное непреходящее осознание Свидетеля или, как говорят в тибетском буддизме, Чистый Свет Реальности. Движущаяся пленка с кадрами кинофильма – это поток структур, форм и образов, Великая Река Жизни, развертывающая неиссякаемый поток содержаний Сингулярности. Белый экран – это изначальное чистое Зеркало Мира, или, как говорят тибетские буддисты, изначальный Ум, чистая природа которого есть Пустота.

Чистота Изначального Света и Пустота Изначального Ума – это и есть Атман, Свидетель, Вечное Я. Свет Реальности проецирует на экран восприятия нескончаемый поток своих форм и содержаний. И в этом потоке возникает самоощущение временного и ограниченного Я, как результат отождествления осознания изначальное чистого Свидетеля с частными формами и содержаниями, возникающими в этом потоке восприятия, не имеющем ни начала, ни конца.

Как только Свидетель отождествляется с какой-либо возникающей формой, она целиком поглощает его осознание, захватывает его – и вот уже одинокий пустотный Зритель самозабвенно прикован к разворачивающемуся на экране действию. Зритель забывает о своем одиночестве и своей пустоте – он отождествлен

с героями фильма, он смотрит на мир их глазами, он чувствует их боль и их радость.

Всем нам знакомо это чувство – чувство поглощенности захватывающей историей, чувство сопереживания героям, чувство отождествленности с их судьбой. Мы ставим себя на их место – и вот происходящее на экране уже начинает касаться нас лично. Драма героя – уже не его драма, а наша. Страдание героя – уже не его страдание, а наше. Счастье героя – уже не его счастье, а наше. Мы живем его жизнью, радуемся его успехам и тяжело переживаем его поражение. Но если во время этого сопереживания, на самом его пике кто-то потрясет нас за плечо и скажет: «Очнись, это всего лишь кино», – мы встряхнем головой и вдруг вспомним самих себя. И миг происходящего на экране потеряет свою сверхценность и сверхважность, ведь в конце концов это всего лишь бесплотные призрачные картинки, возникающие и исчезающие в пустоте. И в этот миг мы поймем, что они не реальны сами по себе – реальными мы делали их сами. Мы сами наделяли эти картинки значениями и смыслом, ведь чувства, которые мы приписывали героям, – это наши чувства, а жизнь, которую они проживали, – это наша жизнь. И когда фильм закончится, все герои исчезнут, а мы останемся: мы выйдем из кинозала и ветер Бесконечности ударит нам в лицо...

И в этот миг наша собственная Природа раскроется нам вся целиком, без остатка.

Свидетель: практика непрерывного самоосознавания

Стать Пустотой, вмещающей в себя весь Свет, – вот чего мы жаждем с самого начала, вот что с самого начала является движущей силой всех наших Проектов *достижения* Единства. Хотим ли мы проглотить весь Мир, попробовать Все на вкус; жаждем ли раствориться в эмоциях и в любви других людей или растворить других людей в своих эмоциях и в своей любви; хотим ли Все назвать, Все описать, Все понять; стремимся ли мы заслужить одобрение и уважение всего Мира; мечтаем ли стяжать всю силу, всю власть, всю славу и все деньги Мира – единственное, чего мы на самом деле желаем – это стать Пустотой, вмещающей в себя весь Свет.

Это и есть главный вызов нашей жизни, который снова и снова растворяет границы всех наших мифов и останавливает все горизонтальные проекты; снова и снова заставляет нас разотождествляться с их целями, превосходить самих себя и возвышаться к горизонтам новых уровней бытия – и так до тех пор, пока мы не взойдем на самую вершину.

На вершине *Горы Мира*, там, где сходятся все Пути, в этой точке Великого Завершения или Великого Совершенства, окончательно растворяются все мифы и останавливаются все проекты *достижения* Единства. Здесь исчезают все вопросы и главные из них – вопросы: «Кто Я?», «Что есть Мир?» и «В чем суть Жизни?» Вопросы – это ключи, а ответы – замочные скважины. Но когда все двери открыты, ответы больше не нужны, и вопросы могут быть отброшены. Нет больше нужды тайком подглядывать в замочные скважины и делать вид, что мы ничего не

помним. Нет больше нужды воспринимать Мир через амбразуры пяти органов чувств и верить, что это единственный способ видеть. Нет больше нужды прятать свой Светильник под темным и уже насквозь изрешеченным покрывалом материи и восторгаться красотой звездного неба, притворяясь, будто мы не знаем, что сквозь дырки звезд на ночном небе нам сияет Свет нашей собственной подлинной природы. Что такое красота звездного неба по сравнению с Красотой Космоса, насквозь пронизанного ослепительным безграничным Сиянием, когда скорость твоего восприятия становится, наконец, равна скорости света?..

Осознавание своей собственной природы как чистой Пустоты, а Реальности – как чистого Света, происходит только на самом высшем, причинном уровне развития восприятия и осознания, но значит ли это, что мы не имеем никакого доступа к этому осознанию прямо сейчас?

Великие традиции мудрости и резюмирующий их интегральный подход утверждают, что это не так. Все высшие уровни, включая причинный и недвойственный, которые по мере развития закрепляются в качестве устойчивых структур восприятия и осознания, могут быть доступны нам прямо сейчас в виде временных состояний сознания.

Что это за состояния? Речь идет о трех фундаментальных состояниях сознания, которые соответствуют трем основным уровням развития восприятия и осознания – это состояние бодрствования (соответствует грубым уровням материи-тела-ума), состояние сновидения (соответствует тонким уровням ума, сверхчувственной души и архетипической мудрости) и состояние глубокого сна без сновидений или бесформенного сна (соответствует уровням причинного и недвойственного Духа).

Здесь мы имеем дело с периодическим движением точки нашего восприятия от внешней дуги сознания к внутренней с прохождением через Ось причинности и недвойственности. В состоянии грубого бодрствования точка восприятия находится во внешних уже развернутых и закрепленных структурах материи-тела-ума. Здесь поток восприятия устойчив и непрерывен. Затем она сдвигается в пока еще едва намеченные и слабые структуры внутренней дуги – уровни сновидящей души; поток феноменов, который мы переживаем в состоянии сновидения, это результат активности этих структур, возникающей вследствие слияния с ними энергии нашего внимания-осознания. Неустойчивость структур сновидящей души приводит к периодическому проваливанию точки восприятия в бесформенность изначальной Основы, которое мы переживаем как состояние глубокого сна без сновидений или полноеnesia.

Таким образом, все основные уровни уже существуют в нашем опыте в виде временных состояний – как твердая и непрерывная *память* в состоянии бодрствования, как неустойчивая и прерывистая *память* в состоянии сновидения и как полноеnesia в состоянии бесформенного сна.

Однако переживания грубых, тонких и причинных уровней доступны нам не только в виде последовательной смены состояний сознания от бодрствования к сновидению и бесформенному сну – все эти аспекты уже присутствуют

одновременно в нашем опыте прямо сейчас. В нашем наличном опыте в это самое мгновение уже присутствуют, помимо грубого бодрствования, аспекты тонкого сновидения, архетипической мудрости и причинного Духа. И они присутствуют как различные уровни глубины нашего восприятия. Вам достаточно просто заметить, что тонкое сновидение, архетипическая мудрость и причинный Дух уже присутствуют в вашем опыте и составляют его основу. А мне достаточно просто указать вам на эти глубинные аспекты вашего наличного опыта прямо сейчас, чтобы вы могли пережить *Это*.

Достаточно просто указать вам на то, как фокусник прячет за спиной кролика, которого потом достает из шляпы. А это значит раскрыть секрет *фокуса*.

И если вы готовы, то прямо сейчас мы совершим небольшое путешествие в глубины тонкого сновидения и причинного Духа, которые составляют содержание вашего опыта в эту самую минуту.

Итак, вы готовы? Тогда вперед.

Основная причина, по которой вы не замечаете глубинных аспектов вашего наличного опыта – тонкого сновидения, архетипической мудрости и причинного Духа, – состоит в том, что вы не хотите замечать их, или иначе – хотите их не замечать. И *фокус* здесь в том, что вам просто нравится сам *фокус*. Фокусник с самого начала прячет кролика за спиной, но вы замечаете его только тогда, когда он вынимает его из шляпы. Почему? Потому что фокусник отвлекает ваше внимание. Вы с самого начала видите кролика, но не обращаете на него внимания. Фокусник размахивает блестящим плащом и вертит блестящей тростью. Он отвлекает ваше внимание на пустяки, а вы и рады, потому что хотите обманываться и быть обманутыми. И в этом состоит весь *фокус*: фокусник *фокусирует* ваше внимание на своих действиях так, как будто они имеют значение. Вот почему, несмотря на то что кролик уже находится в поле вашего внимания, вы не замечаете его – *фокус* вашего внимания направлен совсем в другое место.

Вот почему, несмотря на то что тонкие переживания сновидений, архетипов и причинности уже присутствуют в вашем опыте как его собственная глубина, вы не замечаете их – ваше внимание приковано к поверхности грубого уровня. Но что будет, если мы, зная этот *фокус*, попробуем освободить свое внимание, *расфокусировать* его? Мы просто заметим кролика.

Прямо сейчас, в этот самый момент ваше внимание *сфокусировано* на строке этого текста. И хотя вам может казаться, что, читая слова, написанные здесь, вы вот-вот увидите кролика, уверяю вас – кролика здесь нет. Потому что кролик *за пределами фокуса*.

Теперь я прошу вас закрыть глаза и на несколько минут погрузиться в переживание своего тела. Просто направьте все внимание в стопы и ладони и непрерывно удерживайте его на возникающих потоках ощущений. Старайтесь обратить внимание на самые тонкие ощущения в ладонях и стопах, усилить самые слабые сигналы. Сделайте это прямо сейчас, а потом мы двинемся далее...

Если у вас получилось непрерывно удерживать свое внимание на ощущениях в ладонях и стопах, ни на что не отвлекаясь, вы заметили, что поток ощущений непрерывно течет и меняется. Если вы добросовестно попробовали пройти в глубину этого потока – к самым тонким ощущениям, вы обнаружили, что глубина

этого потока неодинакова: чем больше внимания вы направляете, тем глубже становится поток и тем более тонкие ощущения вы начинаете замечать. Вы могли заметить также, что сам поток идет к вам, поднимается навстречу вашему вниманию из этой глубины. И в любом случае вы замечаете, что чувство вашего собственного присутствия в настоящем усилилось – вы стали чуть более бдительными, чуть более внимательными, чуть более собранными.

Теперь я предлагаю вам обратить внимание на поток акустических впечатлений. Прямо сейчас вы слышите какие-то звуки Мира. Закройте глаза и на несколько минут целиком погрузитесь в поток звучаний. Постарайтесь охватить своим вниманием все звуки и расслышать самые тихие из них. Сделайте это прямо сейчас, как только увидите это многоточие...

Что вы обнаружили, когда вошли в этот поток? Вы, так же как и в предыдущем опыте, обнаружили, что воспринимаемая вами глубина этого потока зависит от вашей внимательности: больше внимания – глубже поток. И если вы добросовестно шли в эту глубину, то, так же как и в предыдущем опыте, вы могли заметить, что у этого потока нет дна. Чем более тихие звуки вы начинаете различать, тем глубже становится сам поток. Предел воспринимаемой глубины зависит от того объема внимания, который вы готовы непрерывно удерживать в потоке восприятия. Стоит вам добавить еще капельку внимания, как этот предел тут же раздвинется. И вы также чувствуете, что ваше присутствие в настоящем усилилось – вы стали более чуткими и alertными.

Что еще вы можете заметить? Вы можете заметить, что некоторые очень тонкие звуки в глубине вашего восприятия существуют на той ускользящей границе, где нам становится все сложнее определить их точную принадлежность этому миру. Некоторые очень тонкие звуки в глубине вашего восприятия кажутся существующими не столько в этом, сколько в каком-то ином мире. Так же как и очень тонкие ощущения в стопах и ладонях кажутся вам выходящими за границы известного вам тела. Таким образом, только что вы начали замечать в своем непосредственном опыте ту глубину, где грубое бодрствование незаметно переходит в тонкое сновидение.

Теперь обратимся к полю визуального восприятия. Прямо сейчас *фокус* вашего зрения находится на этой строчке текста. Мы ничего не будем с ним делать. Давайте на несколько минут просто оставим *фокус* в покое. Пусть ваш взгляд покоится на этой странице. Просто обратите внимание, что, помимо объектов, находящихся в прямом *фокусе*, в поле вашего визуального восприятия присутствуют также объекты и процессы, которые вы можете заметить краями глаз. Не отрывая взгляда от страницы с текстом, просто отметьте, что вы можете замечать объекты, находящиеся на периферии поля зрения. Обратите внимание на то, что находится на левой и правой периферии, внизу и вверху. Остановитесь и сделайте это прямо сейчас, пока ваш взгляд упирается в многоточие...

Если вы сделали это, то обнаружили, что *направление* вашего *визуального внимания* и *фокус зрения* – не одно и то же.

Это очень важный момент. Обычно направление визуального внимания отождествлено с *фокусом* зрения, так что мы, как правило, не делаем между ними различия. Направить внимание куда-либо означает для нас посмотреть в это место

– сместить туда *фокус* зрения. Однако *фокус* зрения очень тесно связан с состоянием грубого бодрствования, так что на чем бы мы ни сфокусировали взгляд, мы всегда будем укреплять состояние грубого бодрствования. Между тем в поле нашего визуального восприятия всегда присутствуют тонкие аспекты – аспекты сновидения. Но это то, что не может попасть в *фокус* зрения. Куда бы мы ни направили взгляд – мы везде увидим лишь грубое бодрствование: неуловимый квантовый поток в который раз превратится в плотную материю.

Так же как тонкие ощущения и тонкие звуки, тонкие аспекты сновидения всегда присутствуют в глубине визуального восприятия. И доступ к этой глубине мы получаем, когда обнаруживаем, что можем высвободить визуальное внимание из *фокуса* зрения и перенаправить его на исследование периферии. Внимание, отождествленное с *фокусом* зрения, – это то, что Дон Хуан/Кастанеда называл первым вниманием; а внимание, действующее независимо от *фокуса*, – вниманием сновидения.

Прямо сейчас, не отрывая взгляда от страницы, направьте ваше внимание на левый край поля зрения. При этом вы перестанете обращать внимание на то, что находится в *фокусе* зрения. Кому-то может показаться трудным перестать цепляться за *фокус*, но на самом деле это очень легко. Представьте, что визуальное поле – это экран кинотеатра. *Фокус* зрения в центре этого поля – это часть самого экрана, так что когда вы перемещаете *фокус*, вместе с ним перемещается и экран. Поэтому если вы хотите заглянуть за край экрана, вам необходимо остановить *фокус*. Просто остановите *фокус* и забудьте о нем. Вместо этого направьте все свое внимание на левую периферию поля зрения, так как если бы вы хотели заглянуть за край экрана. Ухватитесь своим вниманием за какой-то объект или точку на левой периферии и непрерывно удерживайте ее несколько минут, стараясь замечать-свидетельствовать все тонкие впечатления. Начните делать это прямо сейчас, когда ваш взгляд остановится на этом многоточии...

Воспринять глубину визуального потока немного сложнее, чем в случае с акустическим и кинестетическим потоком, поскольку здесь *фокус* наиболее отчетливо выражен, а наше внимание наиболее сильно с ним отождествлено. И все же, уверен, вам удалось засвидетельствовать некоторые тонкие процессы. Вы могли заметить тонкое движение, тонкий свет, тонкие изменения в вашем состоянии осознания. В глубине визуального восприятия скрыт выход на архетипический уровень, где, как гласят великие традиции, вся Реальность предстает как тонкий свет. Вы также могли заметить свое сопротивление или нежелание обращать внимание на тонкие аспекты визуального восприятия – стремление поскорее вернуться к привычному сфокусированному взгляду. Так действует наша инерция – инерция поверхности, инерция грубого бодрствования.

Мы можем пойти еще дальше и исследовать поток мыслей. Здесь наше внимание работает по тем же принципам, что в случае с остальными органами чувств: в пространстве ума у нас есть *фокус* внимания, где сосредоточено текущее переживание мыслительного процесса, с которым мы отождествлены, и периферия. И здесь я точно так же предлагаю вам высвободить ваше внимание из *фокуса* и расширить его до пределов ума. Закройте глаза и просто отпустите свои мысли погулять, наблюдая, как они возникают и исчезают. Какие бы мысли ни приходили

вам на ум – просто беспристрастно свидетельствуйте их возникновение и растворение. Старайтесь заметить самые тонкие процессы. Посвятите этому наблюдению несколько минут и сделайте это прямо сейчас, как только увидите многоточие...

Что вы заметили, когда пошли в глубину своего ума? Вы обнаружили, что тонкие мысли и впечатления возникают на той неуловимой границе, которую великие традиции называют Пустотой или Безмолвием, и эта предельная глубина восприятия в процессе развития осознания постигается нами как предельный уровень бытия – причинный Дух.

Итак, мы обнаружили, что прямо сейчас в нашем наличном переживании присутствуют в свернутом виде глубинные аспекты восприятия – тонкое сновидение, архетипическая мудрость и причинный Дух. Эти глубинные аспекты нашей собственной природы и природы Реальности существуют одновременно как свернутые уровни глубины восприятия в каждый момент времени. Эти глубинные аспекты возникают в виде последовательной смены основных состояний сознания – от бодрствования к сновидению и глубокому сну без сновидений. Эти глубинные аспекты разворачиваются как устойчивые высшие стадии развития осознания в процессе всей жизни.

Суть любой медитативной, созерцательной, дыхательной или любой другой изменяющей сознание практики заключается в том, что мы становимся чуть более внимательными к своей собственной глубине, присутствующей с нами в каждый момент времени. Мы начинаем обращать внимание на скрытые аспекты в нашем наличном переживании и, следуя за ними, идем все глубже и глубже. И по мере этого движения наше состояние начинает изменяться – от состояния грубого бодрствования мы переходим в состояние сновидения или любое другое высшее состояние сознания. В процессе практики, уже на самых начальных ее этапах, мы можем пережить весь спектр высших состояний сознания – пиковый опыт, шаманские видения, осознанные сновидения, видение чистого света, чувство единения со Вселенной и т. п. Причина, по которой эти высшие состояния доступны нам с самого начала, состоит в том, что весь этот спектр в свернутом виде содержится в каждом акте нашего восприятия – и все это с самого начала составляет нашу глубинную, сущностную природу.

Однако – и Уилбер всегда подчеркивает это – высшие состояния сознания не равны высшим уровням развития осознания. Состояния непрочны и преходящи – уровни устойчивы и постоянны. Весь спектр состояний доступен нам с самого начала, поскольку это и есть, как утверждают великие традиции мудрости, наша изначальная природа – Радужное Тело, Великий Спектр Состояний. Тогда что же развивается в процессе жизни, если Радужное Тело целиком присутствует с нами в каждый момент времени? Полагаю, вы сами можете дать ответ. Развивается наше восприятие и осознание этого Спектра от грубых уровней материи к тонким уровням Духа. На каждом уровне разворачиваются новые холономные структуры восприятия и осознания, которые включают в себя все предыдущие и превосходят их, так что структуры самых высших уровней тяготеют ко все большей интеграции, полноте и всеохватности – пока не реализуется самая высшая стадия и, одновременно, вся Полнота Осознания.

И важнейшую роль в этом процессе играет регулярная практика – интегральная, если мы говорим о практике выстраивания или перестраивания структур на всех и каждом уровнях развития – от тела к уму и выше, – или духовная (медитативная, созерцательная), если мы имеем в виду только практику развития высших структур внутренней дуги.

В этом и состоит суть Великого Путешествия, которое, пожалуй, наиболее драматичным образом проявляется на уровне ума, где существует диссоциация Маски/Тени.

Мы совершаем Великое Путешествие к Реальности от начала и до конца в течение всей своей жизни как процесс перехода от структур тела к структурам ума, души и духа. Мы переживаем это Путешествие от начала и до конца в течение каждого дня как процесс перехода от состояния бодрствования к состоянию сновидения и бесформенного сна. И каждый миг своей жизни мы от начала и до конца присутствуем в этом Путешествии как в акте возникновения и развертывания своего восприятия из неизъяснимой причинной и недвойственной глубины Безмолвия, Пустоты и Света к поверхности разделенного и сфокусированного мира.

Практика Свидетеля – практика непрерывного самоосознания – полностью реализуется на высших уровнях духа, но начинается она с самого первого вдоха, с самого первого вопроса. Эта практика ведет нас в течение жизни от тела к уму, а затем к душе и духу, всякий раз заставляя превосходить свою отождествленность со структурами текущего уровня, дифференцироваться от них, трансцендировать их, переходить к более высоким формам осознания и затем объединяться с уже пройденными структурами. Эта практика движет нас от необходимости культивировать внимательность, собранность, бдительность в состоянии грубого бодрствования к потребности пробудиться в сновидении и осознавать себя во сне, а затем к вызову остаться в сознании в состоянии бесформенного сна. Эта практика побуждает нас превосходить себя в каждом акте своего восприятия, выходить за пределы *фокуса* отождествленности с поверхностью своего текущего опыта, объединяться со своей глубиной, со своей божественностью, со своим Духом, с чистым Свидетелем прямо сейчас, в это самое мгновение.

Прямо сейчас, в это самое мгновение я замечаю свои ощущения и свое тело, но, раз я замечаю свои ощущения, значит, я не есть только это тело. Я замечаю свои эмоции и чувства, но, раз я замечаю их, я определенно не являюсь ими. Я замечаю мысли и идеи, которые приходят мне в голову и выливаются в поток текста, но раз я замечаю их – я определенно не являюсь ничем из этого. Я свидетельствую это, но сам чистый Свидетель не является ничем из потока своего свидетельствования. Так, всякий раз разотождествляясь и трансцендируя поток своего опыта вплоть до самых тонких ощущений, чувств, звуков и образов, человек подходит к тому пределу, за которым нет ничего.

И это тот самый критический момент, когда Свидетель отбрасывает все формы и замирает в невозможности засвидетельствовать самого себя. Здесь, на причинном уровне развития, происходит то, что великие традиции духа называют *ниродхи*, *классической нирваной* или *угасанием*. В этот непостижимый миг

осознание либо растворяется в изначальной Пустоте, либо познающий делает последний шаг в своем Великом Путешествии и объединяется со всем Великолепием Бытия, со всем Великолепием Мира, признавая и узнавая все без исключения его проявления как проявления своей собственной подлинной природы, которая, наконец, сияет своим истинным Светом, как сияла всегда и сияет уже. Это последний шаг и последний уровень, где окончательно реализуется Недвойственность Я и Мира, Великая Целостность, Полнота Осознания, чистая Пустота и чистый Свет.

И это есть тот самый миг, который совершается прямо сейчас, в настоящем. В вашем собственном осознании, в котором нельзя обнаружить Свидетеля, поскольку Свидетель и есть сам процесс свидетельствования и то, что свидетельствуется, и то, что не может быть засвидетельствовано. Прямо сейчас, в этот самый момент вы чувствуете, но можете ли вы почувствовать того, кто чувствует? В этот самый момент вы слышите, но можете ли вы услышать того, кто слышит? В этот самый момент вы видите, но можете ли вы увидеть того, кто видит? Не вы слышите – вы и есть слышание. Не вы видите – вы и есть видение. Не вы чувствуете – вы и есть чувствование. Прямо сейчас, в этот самый момент.

Это – Настоящее

Во все времена и во всех традициях мистики и духовные учителя говорили об одном и том же – о том, что единственная подлинная Реальность, непреходящее Единство, Вечность, всегда с нами, она всегда, как говорит Уилбер, «уже Сейчас», она – есть Настоящее. И Настоящее – единственная Реальность, которая у нас есть. Другой Реальности нет.

«Если вы хотите знать, что такое вечность, я скажу вам, что она не далее, чем вот это мгновение, – говорит учитель дзен Сеппо. – Если вам не удастся поймать ее в это мгновение, вы не достигнете ее, сколько бы раз вы ни перерождались за сотни тысяч лет». «О, все вы, кто жаждет! Знайте, что вам не нужно далеко искать источник живой воды; он бьет рядом с вами в настоящий миг, – вторит ему христианский мудрец де Кесседи. – Настоящий миг – проявление Имени Божьего и пришествие Его Царства». «Вечная жизнь принадлежит тем, кто живет в настоящем», – утверждает Витгенштейн. «Суфий – это сын Мгновения», – кивает в ответ исламский мистик Руми.

Нет конца этому хору голосов мудрых. Когда бы ни жили во времени эти люди, их голоса звучат вместе сейчас – сквозь времена и пространства доносятся они до нас из обители Вечного Настоящего.

Свидетельства мудрых спрятаны глубоко в языке – обратите внимание, как говорите вы сами, вспомните, что вы сами называете «настоящим». В русском языке одно и то же слово служит для обозначения чего-то *реального*, истинного, эталонного («*настоящий* человек», «*настоящая* вещь», «*это настоящее*» – говорим мы, когда хотим подчеркнуть *реальность* того, о чем говорим) и мгновения времени, которое длится прямо сейчас, – *настоящего* мгновения. Стало быть, настоящее – это единственно *реальное* время, о котором мы можем говорить.

Всех нас, как существ, находящихся во времени, объединяет одна фундаментальная особенность – мы все находимся в движении – мы движемся сами, и движется все вокруг. При этом выражение «*находимся в движении*» означает «*находим себя в движении*», то есть именно в движении и посредством движения мы определяем себя. *Движение* же есть *изменение*, ни больше ни меньше. Все изменяется – изменяемся мы, изменяется мир вокруг – и, когда изменения происходят, тогда, и только тогда, мы и находим себя, мы замечаем себя в них.

Все изменяется, причем изменяется непрерывно – это фундаментальный факт нашего существования. Все в нас подвижно и относительно – мы представляем собой совокупность процессов. В нас нет двух одинаковых ощущений: миг, когда мы чувствуем что-то, уже прошел. Мы едва успели почувствовать что-то, как это чувство уже стало воспоминанием, мы уже вспоминаем миг, который только что был. В потоке времени нет такого *Я*, которое было бы одинаковым в два разных момента времени, ваши глаза еще не добегают до конца этого предложения, а вы уже будет другими, не такими, как вначале. Вы не верите? Судите сами. Что есть в конечном счете вы? Тело? Но ваше тело не существует как данность – каждую секунду в нем происходят тысячи микропроцессов, тысячи непрерывных микроизменений, в каждом органе, в каждой ткани, в каждой клетке. Сотни тысяч клеток вашего тела умирают каждую секунду, и столько же рождается новых. Каждый новый кусок пищи, каждый новый глоток воды, каждый новый ваш вдох – навсегда изменяют биохимию вашего тела. Это происходит каждую секунду. Что вы есть? Настроения, эмоции, мысли? Может ли все это быть неподвижным, если все это *процессы*? Понаблюдайте за собой – есть ли в вас что-либо неподвижное? Что-то, про что вы могли бы сказать – это и есть *Я*. Все, про что вы скажете – это есть *Я*, – в следующий миг исчезнет, превратится во что-то другое. Более того, как мы уже выяснили, узнавая себя, мы уже перестаем просто быть этим, мы становимся больше этого, *самим актом узнавания мы превосходим то, что знаем*. Сам факт нашего переживания себя – это процесс, непрерывно меняющийся от секунды к секунде, непрерывно превосходящий сам себя. Наше существование – это поток изменений. И все же – вы есть. Так где же вы в этом потоке?

Это удивительно? Это невероятно? Это невозможно? Как так может быть? «Все течет, все изменяется» – этой истине тысячи лет. Просто задумайтесь на секунду – это не отвлеченный софизм, это тотальный факт нашего бытия. Это *анника* и *анната* – два из трех фундаментальных признаков существования в буддизме. *Аника* – это осознание непостоянства внешнего бытия, того, что все объекты пребывают в постоянном потоке, в изменении, что ничто не остается тем же самым. *Аната* – это осознание непостоянства внутреннего бытия, истина того, что не существует постоянного неизменного эмпирического *Я*, что эмпирическое *Я* эфемерно и непостоянно, это постоянно меняющийся поток мыслей, образов и эмоций. И все же почему мы ощущаем себя, как нечто стабильное? Почему, несмотря на все аргументы, многие люди так однозначно убеждены в обратном: они твердо верят в реальность своего *Я*, которое кажется им столь правдоподобно неизменным?

Да потому что в нас на самом деле есть *Это*! Неизменное, Непреходящее, Вечное. Вот только *Оно* – это единственное, что ненаходимо. *Это* бытие, которое не может быть нигде найдено, хотя оно везде присутствует. Единое – *Оно* выглядывает из каждой вещи, из каждого слова, но как только мы, ликуя, ухватываем слова и вещи, говоря «вот Оно», – *Это* ускользает – мы уже сжимаем лишь воздух, в наших руках лишь пустота. В каждой травинке, в каждом вздохе ветра, в каждом взгляде живых глаз *Это* живет, дышит, видит. Что же *Это* – единственное, что всегда очевидно, даже когда мы слепы, единственное, что всегда преисполняет нас, даже когда мы пусты? Что же *Это* – то, что всегда есть, даже когда его нет?

Это всегда уже ускользает – и потому может быть названо ускользающим. *Это* всегда вот-вот совершится – и потому может быть названо совершающимся. *Это* всегда целиком здесь – и потому может быть названо настоящим и непреходящим. *Это* всегда больше себя – и потому никогда не может быть названо.

Это – твое осознание прямо сейчас. Ты говоришь – *Я* не верю в *Это*. Но *Это* и есть *Тот*, кто не верит, и само неверие. Ты говоришь – *Я* не понимаю *Это*. Но *Это* и есть *Тот*, кто не понимает, и само непонимание. Ты говоришь – *Я* не знаю *Этого*. Но *Это* и есть *Тот*, кто не знает, и само незнание. Ты говоришь – *Этого* нет. Но *Это* и есть *Тот*, кто отрицает, и само отрицание и то, что отрицается.

Так кто же мы? И если *Это* и есть настоящее *Я*, то почему мы ищем то, то никогда не теряли, и теряем то, что всегда остается с нами? Ответ прост: *Это* есть и сам ищущий, и процесс поиска, и то, что было потеряно, и то, что должно быть найдено, и то, что никогда не терялось – являясь всем этим, и ни чем в отдельности, в каждом *Оно* целиком присутствует, превосходя целиком каждого и всех вместе взятых. Так кто же мы, люди? Мы существа, которые находят себя во времени? Да, но не только. Мы те, кто потерял себя во времени? Да, но не только. Мы те, кто просто есть? Да, но не только. Но кем бы мы ни чувствовали себя – это пройдет, это уже проходит. Потому что все течет, все изменяется. *Это* – единственное, что неизменно.

Можно ли сказать об *Этом* иначе?

Сколько угодно.

Могут ли слова дать вам *Это*?

Никогда.

Как постичь *Это*, если *Это* и есть постижение? Как услышать *Это*, если *Это* и есть слышание? Как увидеть *Это*, если *Это* и есть видение? Как почувствовать *Это*, если *Это* и есть чувствование? Вы не понимаете – но *Это* и есть непонимание. Потому что *Это* – единственное, что остается. Потому что *Это* и есть начало и конец всех мифов, начало и конец Великого Путешествия. *Это* и есть Подлинная Реальность и Подлинное *Я*. Потому что *Это* – Настоящее.

Практика

Практика присутствия

Условия для практики: те же, что и для практики «Полное дыхание».

Итак, мы занимаем выбранную позу и не меняем ее на протяжении всей практики.

Полная неподвижность – важное условие для практики (замрите, станьте каменным изваянием). Если в результате неподвижности возникает напряжение, это, как правило, означает, что ваше тело еще нецелостно, недостаточно структурировано. В этом случае можно продолжить практику и войти в боль, объединиться с ней (в этом случае боль перестанет быть болью), либо, если возникающее напряжение кажется вам слишком неприятным, можно изредка пошевеливаться, чтобы найти более удобное положение.

Следующее важное условие – пробужденное внимательное присутствие во всех возникающих процессах. Если вы что-то чувствуете, слышите, видите – просто будьте в том, что вы чувствуете, слышите, видите. Даже если вы чувствуете дискомфорт, боль, что-то неприятное – не избегайте этого, наоборот, старайтесь присутствовать в этом, поскольку боль и дискомфорт – это симптомы избегания, симптомы тех зон, где вы отсутствуете. Если вы останетесь присутствующими – боль и дискомфорт исчезнут. Если возникают какие-то мысли или образы – не отгоняйте их, но и не поддавайтесь им, просто присутствуйте в процессе течения мыслей и образов, осознавайте их возникновение и завершение.

Чтобы переключить свое внимание с обычного для нас состояния озабоченности повседневностью на практику пробужденного присутствия, бывает мало просто взять и начать присутствовать (хотя на самом деле это все, что нужно), вот почему для наработки навыка присутствия следует выполнять некоторые формальные элементы.

Для начала можно сделать несколько осознанных глубоких вдохов и выдохов, а затем начать внимательно исследовать текущие ощущения:

а) сначала направьте внимание в тело, хорошо почувствуйте свои ладони, стопы, начните непрерывно следить за своим дыханием, почувствуйте свой живот, поверхность кожи, почувствуйте ощущения от позы, почувствуйте тотально все тело;

б) затем, не теряя общее чувство присутствия в теле, перейдите к слуховым ощущениям и начните внимательно и непрерывно прислушиваться к звукам вокруг, уделите некоторое время исключительно восприятию звуков, стараясь расслышать как можно больше звуков, даже самых слабых, затем попробуйте различить фоновые звуки (то, что мы субъективно считаем тишиной);

в) затем переходите к присутствию в поле визуальных ощущений. Здесь есть как минимум четыре варианта – можно неподвижно зафиксировать взгляд и расфокусировать внимание, чтобы охватить визуальную картинку целостно (я называю это *объемным видением*), можно переводить взгляд с одного предмета на другой, делая это осознанно, можно во всех подробностях рассматривать какой-то

один объект (это вариант практики пристального созерцания – тратаки), можно комбинировать предыдущие три способа;

г) затем почувствуйте себя полностью присутствующими одновременно и в телесных ощущениях, и в акустических восприятиях, и в визуальных впечатлениях, и в наблюдении своих мыслей – их возникновения и завершения, уделяя особенное внимание паузам между мыслями; находите паузы между мыслями и начните увеличивать степень своего присутствия в этих паузах.

Для того чтобы закончить формальную практику и перенести наработанное осознание в неформальную практику (практику повседневной жизни), уместно совершить небольшой ритуал. Сделайте глубокий медленный вдох и поднимите руки через стороны вверх, как бы собирая всю свою энергию, и с выдохом, сложив ладони в молитвенном жесте, проведите их по передне-срединной линии через голову, грудь и живот, в конце положив на колени ладонями вверх. Затем неторопливо встаньте, продолжая прислушиваться к своим ощущениям, и продолжите практику присутствия, занимаясь повседневными делами.

Делайте практику на протяжении как минимум 20–30 минут каждый день. Если такое время практики кажется вам неприемлемым по тем или иным причинам, практикуйте 10–15 минут. Главное – поставьте цель выполнять эту практику каждый день на протяжении хотя бы месяца – двух. Затем можно сделать небольшой перерыв, а затем снова вернуться к практике.

Список фильмов,

затрагивающих проблематику конфликта Маски/Тени, героического путешествия, психодуховного кризиса и надличностных измерений осознания

1973

- Святая гора (The Holy Mountain), *режиссер Алехандро Ходоровски*

1977

- Звездные войны: Эпизод IV – Новая надежда (Star Wars: Episode IV – A New Hope), *режиссер Джордж Лукас*

1979

- Сталкер, *режиссер Андрей Тарковский*

1980

- Звездные войны: Эпизод V – Империя наносит ответный удар (Star Wars: Episode V – The Empire Strikes Back), *режиссер Ирвин Кершнер*

1981

- Эксакалибур (Excalibur), *режиссер Джон Бурман*

1983

- Звездные войны: Эпизод VI – Возвращение джедая (Star Wars: Episode VI – Return of the Jedi), *режиссер Ричард Марканд*

1986

- Лабиринт (Labyrinth), *режиссер Джим Хенсон*

1988

- Последнее искушение Христа (The Last Temptation Of Christ), *режиссер Мартин Скорсезе*

1993

- День сурка (Groundhog Day), *режиссер Гарольд Рэмис*

1994

- Маска (The Mask), *режиссер Чарльз Рассел*

1995

- Мертвец (Dead Man), *режиссер Джим Джармуш*
- 12 обезьян (Twelve Monkeys), *режиссер Терри Гиллиам*

1997

- Игра (The Game), *режиссер Дэвид Финчер*
- Семь лет в Тибете (Seven Years in Tibet), *режиссер Жан-Жак Анно*
- Жизнь прекрасна (Life is Beautiful), *режиссер Роберто Бениньо*
- Контакт (Contact), *режиссер Роберт Земекис*
- Куб (Cub), *режиссер Винченцо Натали*

1998

- Шоу Трумэна (The Truman Show), *режиссер Питер Уир*
- Куда приводят мечты (What Dreams May Come), *режиссер Винсент Уорд*
- Знакомьтесь, Джо Блэк (Meet Joe Black), *режиссер Мартин Брест*

1999

- Матрица (The Matrix), *режиссеры Ларри Вачовски и Энди Вачовски*
- Звездные войны: Эпизод I – Скрытая угроза (Star Wars: Episode I – The Phantom Menace), *режиссер Джордж Лукас*
- Быть Джоном Малковичем (Being John Malkovich), *режиссер Спайк Джоунс*
- Афера Томаса Крауна (The Thomas Crown Affair), *режиссер Джон МакТирнан*

2000

- Пляж (The Beach), *режиссер Дэнни Бойл*
- Шоколад (Chocolat), *режиссер Лассе Халлстром*
- Клетка (The Cell), *режиссер Тарсем Синч*
- Принцесса и воин (Der Krieger und die Kaiserin), *режиссер Том Тиквер*

2001

- Игры разума (A Beautiful Mind), *режиссер Рон Ховард*
- Малхолланд драйв (Mulholland Dr.), *режиссер Дэвид Линч*
- Ванильное небо (Vanilla Sky), *режиссер Кэмерон Кроу*
- Мажестик (The Majestic), *режиссер Френк Дарабонт*
- Властелин колец: Братство кольца (The Lord of the Rings: The Fellowship of the Ring), *режиссер Питер Джексон*

2002

- Трасса 60 (Interstate 60), *режиссер Боб Гейл*
- Властелин колец: Две крепости (The Lord of the Rings: The Two Towers), *режиссер Питер Джексон*
- Звездные войны: Эпизод II – Атака клонов (Star Wars: Episode II – Attack of the Clones), *режиссер Джордж Лукас*

2003

- Пустота (Nothing), *режиссер Винченцо Натали*
- Верхом на ките (Whale Rider), *режиссер Ники Каро*
- Догвилль (Dogville), *режиссер Ларс фон Триер*

- Властелин колец: Возвращение короля (The Lord of the Rings: The Return of the King), *режиссер Питер Джексон*
- Матрица: Перезагрузка (The Matrix Reloaded), *режиссеры Ларри Вачовски и Энди Вачовски*
- Матрица: Революция (The Matrix Revolutions), *режиссеры Ларри Вачовски и Энди Вачовски*
- Убить Билла: Фильм 1 (Kill Bill: Vol. 1), *режиссер Квентин Тарантино*

2004

- Таинственный лес (The Village), *режиссер М. Найт Шьямалан*
- Блуждающие (Blueberry), *режиссер Ян Кунен*
- Вечное сияние чистого разума (Eternal Sunshine of the Spotless Mind), *режиссер Мишель Гондри*
- Волшебник Земноморья (Legend of Earthsea), *режиссер Роберт Либерман*
- Волшебная страна (Finding Neverland), *режиссер Марк Форстер*
- Ночной дозор, *режиссер Тимур Бекмамбетов*
- Эффект бабочки (The Butterfly Effect), *режиссер Эрик Бресс*
- Убить Билла: Фильм 2 (Kill Bill: Vol. 2), *режиссер Квентин Тарантино*

2005

- Ключ от всех дверей (The Skeleton Key), *режиссер Иэн Софтли*
- Останься (Stay), *режиссер Марк Форстер*
- Пузырь (Bubble), *режиссер Стивен Содерберг*
- Звездные войны: Эпизод III – Месть ситхов (Star Wars: Episode III – Revenge of the Sith), *режиссер Джордж Лукас*

2006

- Остров, *режиссер Павел Лунгин*
- Лабиринт Фавна (El Labirinto del Fauno), *режиссер Гильермо дель Торо*
- Фонтан (The Fountain), *режиссер Даррен Аронофски*
- Живой, *режиссер Александр Велединский*
- Девушка из воды (Lady in the Water), *режиссер М. Найт Шьямалан*
- Иллюзионист (The Illusionist), *режиссер Нейл Бергер*
- Апокалипсис (Apocalypse), *режиссер Мэл Гибсон*

Литература

1. *Бердяев Н. А. Царство Духа и царство Кесаря. М: Республика, 1995.*

2. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. Минск: Попурри, 2005.
3. *Борхес Х. Л.* Вавилонская библиотека. Харьков: Фолио; Ростов-на-Дону: Феникс, 1999.
4. *Виллолдо А.* Шаман, мудрец, целитель. К: София; М: Гелиос, 2001.
5. *Выготский Л. С.* Психология развития человека. М: Смысл, Эксмо, 2006.
6. *Гроф С.* Области человеческого бессознательного. М: ТПИ, 1994.
7. *Гроф С.* Путешествие в поисках себя: Измерения сознания и новые перспективы психотерапии и внутреннего исследования. М: ТПИ, 1995.
8. *Гроф С.* Холотропное сознание: Три уровня человеческого сознания и их влияние на нашу жизнь. М: АСТ и др, 2002.
9. *Гроф С., Хэлифакс Дж.* Человек перед лицом смерти. М: ТПИ, 1996.
10. *Гроф С., Ласло Э., Рассел П.* Революция сознания. М: АСТ и др.
11. *Друри Н.* Трансперсональная психология. М: Институт, 2004.
общегуманитарных исследований; Львов: Инициатива, 2001.
12. *Кабат-Зин Дж.* Куда бы ты ни шел – ты уже там: Медитация полноты осознания в повседневной жизни. М: Класс, 2001.
13. *Каптен Ю. Л.* Основы медитации. СПб: Андреев и сыновья, 1991.
14. *Кастанеда К.* Учение дона Хуана. Отдельная реальность. Путешествие в Икстлан. Сказки о силе. К: София, 2000.
15. *Кастанеда К.* Второе кольцо силы. Дар Орла. Огонь изнутри. Сила безмолвия. К: София, 2000.
16. *Кастанеда К.* Активная сторона бесконечности. К: София, 1998.
17. *Кастанеда К.* Искусство сновидения. К: София, 2003.
18. *Кинг С.* Городской шаман. М: ТПИ, 1996.
19. *Ксендзюк А. П.* После Кастанеды: дальнейшее исследование. К: София; М: Гелиос, 2002.
20. *Ксендзюк А. П.* Видение нагуаля. К: София; М: Гелиос, 2002.
21. *Ксендзюк А. П.* Тайна Карлоса Кастанеды. К: София; М: Гелиос, 2002.
22. *Ксендзюк А. П.* Пороги сновидения. М: София, 2005.
23. *Ксендзюк А. П.* Человек неведомый: Толтекский путь усиления осознания. М: София, 2004.
24. *Кэмпбелл Дж.* Пути к блаженству: мифология и трансформация личности. М: Открытый Мир, 2006.
25. *Кэмпбелл Дж.* Тысячеликий герой. М: АСТ и др., 1997.
26. *Лавджой А.* Великая цепь бытия. М: Дом интеллектуальной книги, 2001.
27. *Лири Т.* История Будущего. К: Янус, 2001.
28. *Льюис Б. А., Пуселик Р. Ф.* Магия нейролингвистического программирования без тайн. СПб: Петербург – XXI век, 1995.
29. *Майков В., Козлов В.* Трансперсональная психология: истоки, история, современное состояние. М: АСТ и др., 2004.
30. *Маккена Т.* Истые галлюцинации, или Быль о необычайных приключениях автора в дьявольском раю. М: ТПИ, 1996.
31. *Маккена Т.* Пища богов: Поиск первоначального древа знания. М: ТПИ, 1995.

32. *Марез Т.* Учение толтеков. Том 1. Возвращение воинов. К: София; М: Гелиос, 2002.
33. *Марез Т.* Учение толтеков. Том 2. Крик орла. К: София; М: Гелиос, 2002.
34. *Марез Т.* Учение толтеков. Том 3. Туманы знания драконов. К: София; М: Гелиос, 2001.
35. *Матурана У., Варела Ф.* Древо познания. М: Прогресс-Традиция, 2001.
36. *Минделл А.* Тело шамана: Новый шаманизм для преобразования здоровья, межличностных отношений и общества. М: АСТ и др., 2004.
37. *Минделл А.* Сновидение в бодрствовании. М: АСТ и др., 2004.
38. *Минделл А.* Сила безмолвия: как симптомы обогащают жизнь. М: АСТ и др., 2003.
39. *Минделл А., Минделл Э.* Вскачь задом наперед: процессуальная работа в теории и практике. М: ТПИ, 1998.
40. *Намкай Норбу.* Дзогчен – состояние самосовершенства. М, 1998.
41. *Ницше Ф.* Воля к власти: Опыт переоценки всех ценностей. М: Транспорт, 1995.
42. Пути за пределы «эго» / Под ред. Р. Уолша и Ф. Воон. М: Открытый Мир, 2006.
43. *Рассел Б.* История западной философии. Новосибирск: Изд-во Новосибирского ун-та, 1994.
44. *Талбот М.* Голографическая Вселенная. М: София, 2005.
45. *Тарт Ч.* Практика внимательности в повседневной жизни. М: АСТ и др., 2005.
46. Тибетская книга мертвых. М: Агентство «ФАИР», 1998
47. *Томас.* Обещание силы. К: София, 1996.
48. *Уайт Дж.* (ред.-сост.). Что такое просветление. М: АСТ и др., 2004.
49. *Уилбер К.* Око духа: Интегральное видение для слегка свихнувшегося мира. М: АСТ и др., 2002.
50. *Уилбер К.* Интегральная психология: Сознание, Дух, Психология, Терапия. М: АСТ и др., 2004.
51. *Уилбер К.* Проект Атман: Трансперсональный взгляд на человеческое развитие. М: АСТ и др., 2004.
52. *Уилбер К.* Один вкус: Дневники Кена Уилбера. М: АСТ и др., 2004.
53. *Уилбер К.* Краткая история всего. М: АСТ, 2006.
54. *Уилбер К.* Никаких границ: восточные и западные пути личностного роста. М: АСТ и др., 2003.
55. *Уилсон Р.* Квантовая психология. К: София, 2005.
56. *Уолли Р.* Дух шаманизма. М: Изд-во Трансперсонального Института, 1996.
57. *Успенский П.* В поисках чудесного. СПб: Изд-во Чернышева, 1992.
58. *Фрейд З.* Толкование сновидений. К: Здоровья, 1998.
59. *Хаксли О.* Двери восприятия. Рай и ад. М: Эксмо, 2004.
60. *Хаксли О.* Вечная философия. М: Эксмо, 2004.
61. *Харнер М.* Путь шамана. М: Крон-Пресс, 1996.
62. *Штайнер Р.* Очерк тайноведения. Мистика на заре духовной жизни нового времени. Философия свободы. М: АСТ; СПб: Terra Fantastica, 2000.
63. *Щербаков М.* Семь путешествий в структуру сознания. М: Институт развития личности, 1998.
64. *Элиаде М.* Йога: бессмертие и свобода. СПб: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2004.

65. *Элиаде М.* Шаманизм – архаичная техника экстаза. К: София, 1997.
66. *Юнг К. Г.* Психология бессознательного. М: Камон, 1994.
67. *Юнг К. Г., фон Франц М.-Л., Хендерсон Дж. Л., Якоби И., Яффе А.* Человек и его символы. М: Серебрянные нити, 2002.