

THE POWER OF NOW



ГОВОРИТ БЕЗМОЛВИЕ

[ТИШИНА ГОВОРИТ]

СОФІЯ

ЭКХАРТ ТОЛЛЕ

Экхарт Толле

**The Power of Now. Говорит
безмолвие. (Тишина говорит)**

«София Медиа»

2004

Толле Э.

The Power of Now. Говорит безмолвие. (Тишина говорит) /
Э. Толле — «София Медиа», 2004

ISBN 978-5-907524-85-9

Книга «Power of Now» («Живи сейчас!», или «Сила настоящего») — всего лишь за год с небольшим стала мировым бестселлером. И вот перед вами — вторая книга Экхарта Толле. В отличие от первой, составленной как обстоятельные ответы на вопросы участников семинаров, эта — своим лаконизмом и обилием тишины между словами и мыслями — воскрешает в наши дни стиль древнеиндийских сутр с их минимальным обращением к уму и мышлению. «То, на что они указывают и о чем молчат, — пишет автор, — важнее того, что в них говорится». Послание этой книги столь же ясно и недвусмысленно: существует путь из страданий в мир безмятежности и покоя. Если научиться слышать голос Тишины.

ISBN 978-5-907524-85-9

© Толле Э., 2004
© София Медиа, 2004

Содержание

Вступление	6
Глава 1	8
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Экхарт Толле

Говорит безмолвие

Все права зарезервированы, включая право на полное или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

STILLNESS SPEAKS

Copyright © 2003 by Eckhart Tolle Original English language publication 2004 by New World Library in California, USA

© ООО «София Медиа», 2022

Вступление

Подлинный духовный учитель не может чему-то научить тебя в привычном смысле этого слова. Ему нечего дать тебе или добавить – ни информации, ни верований, ни правил поведения. Единственная функция такого учителя – помочь устранить то, что отделяет тебя от истины о том, кем ты уже и так являешься и о чем уже знаешь в глубине своего существа. Духовный учитель помогает тебе открыть и раскрыть это измерение внутренней глубины. Глубины и безмятежности.

Если ты обратился к духовному учителю или к этой книге ради неких ярких идей, теорий, верований, интеллектуальных диспутов, то тебя ждет разочарование. Иными словами, если ты ищешь пищи для ума, то не найдешь ее тут. И упустишь самую суть этой книги – содержащуюся не в словах, но в тебе самом. Очень важно помнить и чувствовать это, когда вслушиваешься.

Слова – не более чем дорожные знаки. То, на что они указывают, не обнаружить в пространстве мысли – но лишь в некоем ином измерении внутри тебя, которое намного глубже и бесконечно шире мышления. Одно из свойств этого измерения – трепещущая живая безмятежность. Так что всякий раз, когда ощутишь, как в тебе во время вслушивания пробуждается эта внутренняя безмятежность, знай, что книга делает свою работу, выполняя функцию учителя. Она напоминает тебе, кто ты есть, и указывает путь домой.

Эта книга не из тех, которые надлежит прочесть от корки до корки, а потом отложить в сторону. Живи с нею. Почаще бери ее в руки. А еще важнее – почаще откладывай ее в сторону. Или же подолгу просто держи в руках, вместо того чтобы читать. У многих читателей естественным образом будет возникать желание прекратить чтение после очередного раздела, сделать паузу, поразмыслить, погрузиться в безмолвие. Прерывать чтение всегда важнее и полезнее, чем продолжать. Позволь книге выполнять свою работу: пробуждать тебя, выдергивая из заезженной колеи запрограммированного циклического мышления.

С точки зрения формы эту книгу можно рассматривать как современное возрождение древнейших записанных духовных учений – сутр Древней Индии. Сутры – это надежные указатели истины в виде коротких высказываний без подробной концептуальной проработки. В форме сутр записаны древние священные учения Вед и Упанишад, а также слова Будды. Речения и притчи Иисуса, если отделить их от сюжетной канвы, тоже можно воспринимать как сутры, равно как и древнекитайскую книгу мудрости «Дао дэ цзин».

Преимущество сутр как формы – в их краткости. Они не задействуют мыслящий ум сверх меры. То, о чем они не говорят, но на что лишь указывают, намного важнее сказанного в них.

Схожесть текста этой книги с сутрами особенно проявлена в главе 1, «Тишина и безмолвие», где содержатся лишь предельно лаконичные высказывания. В этой главе – суть всей книги, и, возможно, некоторым читателям ничего больше и не требуется. Другие главы – для тех, кто нуждается в большем количестве дорожных указателей.

Как и древние сутры, тексты этой книги священны и пришли из того состояния сознания, которое можно назвать безмолвием. Однако, в отличие от сутр, эти тексты не принадлежат ни одной религии или духовной традиции и к ним могут непосредственно обращаться все люди.

Есть ощущение, что мешкать нам уже совсем некогда. Трансформация человеческого сознания – уже больше не роскошь, доступная лишь немногим индивидуумам, но необходимость, если человечество не хочет самоуничтожения. В наши дни стремительно обостряются проявления несостоятельности старого сознания и хорошо видны признаки зарождения нового. Парадоксальным образом дела обстоят одновременно все хуже и все лучше, хотя ухудшение более очевидно, поскольку издает много шума.

Эта книжка, конечно же, использует слова, которые в процессе прочтения или прослушивания порождают в твоём уме мысли. Но это не обычные мысли – не повторяющиеся, не

шумные, не своекорыстные, не алчущие внимания. Как все истинные духовные учителя и как древние сутры, мысли этой книги призывают не «взгляни на меня», но «загляни за меня». Поскольку мысли эти исходят из безмолвия, они обладают силой – силой вернуть тебя к тому самому безмолвию, из которого они родились. Это безмолвие есть внутренняя безмятежность. И эти безмолвие и безмятежность – основа твоего существа. Именно безмолвие спасет и преобразит наш мир.

Глава 1

Тишина и безмолвие



Когда утрачиваешь связь с внутренним безмолвием – утрачиваешь связь с самим собой. Утратил связь с самим собой – заблудился в этом мире.

Твое сокровенное чувство «я», кто ты есть, неотделимо от безмолвия. Это «Я Есмь», которое глубже имени и формы.



Безмолвие – твоя изначальная природа. Что же такое безмолвие? Внутреннее пространство, или осознание, в котором происходит восприятие слов на этой странице и они превращаются в мысли. Без этого осознания не было бы ни восприятия, ни мыслей, ни мира.

Ты – это осознание под маской личности.



Внешнему шуму соответствует внутренний шум мыслей. Внешней тишине соответствует внутреннее безмолвие.

Когда тебя окружает тишина – вслушивайся в нее. Речь не о том, чтобы просто ее заметить. Обрати на нее внимание. Когда вслушиваешься в тишину, пробуждается некое пространство безмолвия внутри, потому что только через безмолвие и можно осознать тишину.

Обрати внимание, что в момент, когда замечаешь окружающую тишину, ты не думаешь. Осознаешь, но не думаешь.



Когда осознаешь тишину, немедленно наступает состояние внутренней безмолвной бдительности. Ты присутствуешь. Ты вышел из тысячелетнего пространства коллективного людского программирования.



Взгляни на дерево, на цветок, на растение. Пусть сознание спокойно пребывает с ними. Насколько же они безмолвны, насколько глубоко укоренены в Бытии. Пусть природа обучает тебя безмолвию.



Когда смотришь на дерево и воспринимаешь его безмолвие, становишься безмолвен сам. Ты связываешься с ним на глубочайшем уровне. Ощущаешь единство со всем, что ощущаешь в безмолвии и через безмолвие. Ощущение единства со всеми вещами есть любовь.



Тишина поможет обнаружить безмолвие, но в ней нет необходимости. Даже посреди шума ты можешь осознать безмолвие в основе этого шума – в том пространстве, откуда и рождается шум. Это внутреннее пространство чистого осознания, самого сознания.

Ты можешь осознать осознание как фон всего своего чувственного восприятия, своего мышления. Осознание осознания – рождение внутреннего безмолвия.



Любой беспокоящий тебя шум может быть столь же полезен, как тишина. Каким образом? Когда ты отбрасываешь внутреннее сопротивление шуму, позволяешь ему быть, как есть, само это приятие тоже уводит тебя в пространство внутреннего покоя, которое есть безмолвие.

Всякий раз, когда ты глубоко принимаешь текущий момент, как он есть – какую бы форму он ни обретал, – ты безмолвен, ты безмятежен.



Обращай внимание на паузу – на паузу между двумя мыслями, на краткий миг тишины между словами в беседе, между звуками фортепьяно или флейты, между вдохом и выдохом.

Когда обращаешь внимание на эти паузы, осознание «чего-то» превращается... просто в осознание. Изнутри тебя восстает бесформенное измерение чистого сознания, замещая твое самоотождествление с формой.



Подлинный разум работает молча. Безмолвие – то пространство, где обнаруживается творчество и решение всех проблем.



Равняется ли безмолвие просто отсутствию шума и содержания? Нет. Это – сам разум, базовое сознание, откуда рождаются все формы. Так может ли оно быть отличным от того, кто есть ты? Ведь именно из него пришла та форма, которую ты отождествляешь с собой, и оно же эту форму поддерживает.

В нем – сущность всех галактик и каждой травинки. Всех цветов, деревьев, птиц и прочих форм.



Безмолвие – единственная вещь в этом мире, которая не имеет формы. Но тогда это вовсе и не вещь, и не принадлежит она этому миру.



Когда смотришь на дерево или на человека из состояния безмолвия, кто смотрит? Нечто более глубокое, чем личность. Это сознание смотрит на свое творение.

В Библии сказано, что Бог создал мир и увидел, что он хорош. Именно это видишь и ты, когда смотришь из безмолвия без мыслей.



Нужно ли тебе больше знаний? Станет ли накопление информации спасением для мира? Или более быстрые компьютеры, или более глубокий научный интеллектуальный анализ? В чем больше всего нуждается человечество в наше время – не в мудрости ли?

Но что есть мудрость и где ее искать? Мудрость приходит вместе со способностью к безмолвию. Просто смотри и слушай. Больше ничего не нужно. Пребывание в безмолвии, смотрение и слушание пробуждают в тебе неконцептуальный разум. Пусть безмолвие направляет твои слова и действия.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.