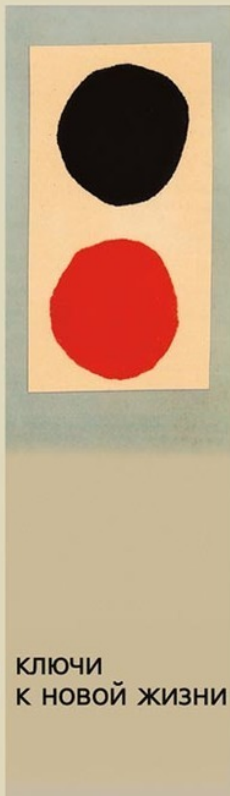


ОШО 100 миллионов
читателей

Осознанность

Ключ к жизни в равновесии



ОШО

КЛЮЧИ
К НОВОЙ ЖИЗНИ

Бхагаван Шри Раджниш (Ошо)

Осознанность. Ключ

к жизни в равновесии

Серия «Ключи к новой жизни»

Текст предоставлен правообладателем.

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9527952

*Ошо Осознанность. Ключ к жизни в равновесии: ИГ «Весь»; СПб;
ISBN 978-5-9573-0163-9*

Аннотация

В книге собраны выдержки из бесед Ошо, в которых он учит нас жить более внимательно, собранно и медитативно, с любовью, заботой и сознанием. «Осознанность, – говорит Ошо, – это ключ к тому, чтобы находить собственное направление и оставаться уравновешенным и свободным в каждом из аспектов нашей жизни». Текст этой книги состоит из избранных фрагментов дискурсов Ошо за период более тридцати лет. Все серии дискурсов Ошо были опубликованы полностью как книги, а также доступны как оригинальные аудиозаписи. Более подробную информацию вы можете найти на www.osho.com

Содержание

Предисловие	5
Понимание	11
О Людях и Крысах	13
Корни страдания	32
Конец ознакомительного фрагмента.	34

Ошо

Осознанность. Ключ

к жизни в равновесии

Osho

Awareness. The Key to Living in Balance

OSHO является зарегистрированной торговой
маркой и используется с разрешения Osho International
Foundation. www.osho.com/trademarks

Все права защищены.

Публикуется на основе Соглашения с Osho
International Foundation, Bahnhofstr/52, 8001 Zurich,
Switzerland, www.osho.com

Предисловие

Одна из самых важных вещей, которые нужно понять о человеке, состоит в том, что человек спит. Он не просыпается, даже когда думает, что проснулся. Его пробуждение очень хрупко; его пробуждение так крошечно, что его вообще не стоит принимать во внимание. Его бодрствование – только красивое, но совершенно пустое название.

Ты спишь ночью, ты спишь днем – с рождения до смерти ты продолжаешь переходить от одного образца сна к другому, но никогда на самом деле не просыпаешься. Не дурачь себя тем, что просыпаешься, просто открыв глаза. Пока не открылись внутренние глаза – пока ты не стал полным света, пока не научился видеть самого себя, видеть, кто ты такой, – не думай, что бодрствуешь. Это величайшая из иллюзий, в которых живет человек. И если ты предполагаешь, что уже проснулся, не может быть и речи о том, чтобы приложить усилия и действительно проснуться.

Вот первое, что должно глубоко просочиться в ваши сердца, – вы спите, крепко спите. День за днем вы спите и видите сны. Иногда сны сняты с открытыми глазами, иногда – с закрытыми, но вам снятся сны – ты *есть сон*. Ты еще не реальность.

Конечно, во сне, что бы ты ни делал, это бессмысленно. Что бы ты ни думал, это бесполезно, что бы ты ни проеци-

ровал, это остается частью твоего сна и никогда не позволяет тебе увидеть то, что есть. Поэтому все будды настаивали только на одном: проснись! Сознательно, многие века... все их учение может содержаться в одной-единственной фразе: будь пробужденным. И они изобретали методы, стратегии; они создавали контексты, пространства и энергетические поля, в которых можно было бы шоковой терапией привести вас в осознанность.

Да, если только ты не подвергнешься шоку, не будешь потрясен до самого основания, ты не проснешься. Сон продолжался так долго, что достиг самых корней твоего существа; ты им пропитан. Каждая клетка твоего тела и каждый фибр твоего ума наполнились сном. Это не маленькое явление. Поэтому нужно огромное усилие, чтобы быть бдительным, чтобы быть внимательным, чтобы быть наблюдательным, чтобы стать свидетелем.

Если бы все будды мира согласились в чем-то одном, это было бы следующее: человек, какой он есть, – спит, а человек, каким он должен быть, – должен быть пробужденным. Пробуждение – это цель, и пробуждение – это вкус всех их учений. Заратустра, Лао-цзы, Иисус, Будда, Бахауддин, Кабир, Нанак – все пробужденные учили только одному... на разных языках, в разных метафорах, но песня их остается прежней. Точно как все моря соленые на вкус, – попробуешь ли ты морскую воду на севере или на юге, вкус ее будет соленым, – так и пробуждение – вкус природы будды.

Но если ты будешь продолжать верить, что уже пробужден, то не приложишь никаких усилий. Тогда нет и речи о том, чтобы приложить какие-то усилия, – зачем беспокоиться?

Из своих снов вы создали религии, богов, молитвы, ритуалы, – ваши боги настолько же остаются частью ваших снов, как и что угодно другое. Ваша политика – это часть ваших снов, ваши религии – это часть ваших снов, ваша поэзия, ваша живопись, ваше искусство, – что бы вы ни делали, поскольку вы спите, то и делаете все согласно своему состоянию ума.

Ваши боги не могут отличаться от вас. Кто их создаст? Кто придаст им форму, цвет и облик? Их создаете вы, их ваяете вы; у них такие же глаза, что и у вас, такие же носы – и точно такие же умы! В Ветхом Завете Бог говорит: «Я очень ревнивый Бог!» Кто мог создать такого Бога, который ревнив? Бог не может быть ревнивым, а если Бог и ревнив, что тогда плохого в ревности? Если даже Бог ревнив, почему вы должны думать, что делаете что-то плохое, испытывая ревность? Ревность божественна!

В Ветхом Завете Бог говорит: «Я очень гневный Бог! Если вы не последуете моим заповедям, я вас уничтожу. Вы будете навечно брошены в ад. И поскольку я очень ревнивый, – говорит Бог, – не поклоняйтесь никому другому. Я не могу этого потерпеть». Кто создал такого Бога? Должно быть, из собственной ревности, из собственного гнева вы создали та-

кой образ. Это ваша проекция, ваша тень. Это отражает вас и никого другого. И то же самое со всеми богами всех религий.

Именно из-за этого Будда никогда не говорил о Боге. Он говорил:

– Какой смысл говорить о Боге с людьми, которые спят? Они будут слушать во сне. Они будут видеть сны обо всем, что им говорят, они создадут собственных богов, которые будут совершенно фальшивыми, совершенно бессильными, совершенно бессмысленными. Лучше, чтобы таких богов вообще не было.

Именно поэтому Будда не заинтересован в том, чтобы говорить о богах. Он заинтересован лишь в том, чтобы вас разбудить.

Есть история о буддистском просветленном мастере, который сидел однажды вечером на берегу реки, наслаждаясь звуками воды, звуком ветра в кронах деревьев... К нему подошел человек и спросил:

– Не мог бы ты в одном слове передать мне сущность своей религии?

Этот мастер остался в молчании, полном молчании, словно не слышал вопроса. Человек сказал:

– Ты что, глухой?

– Я слышал твой вопрос и уже ответил на него! Ответ – молчание. Я остался в молчании – эта пауза, этот интервал и были моим ответом.

Человек сказал:

– Я не могу понять такого таинственного ответа. Не мог бы ты высказать это немного яснее?

И мастер написал на песке слово «медитация», пальцем, маленькими буквами. Человек сказал:

– Теперь я могу прочитать. Это немного лучше, чем в прошлый раз. По крайней мере, у меня есть слово, и я могу о нем размышлять. Но не мог бы ты высказать это еще немного яснее?

Мастер написал снова: «МЕДИТАЦИЯ». Конечно, теперь он написал буквами побольше. Человек почувствовал себя немного смущенным, озадаченным, обиженным, сердитым. Он сказал:

– Снова ты пишешь «медитация»? Неужели ты не можешь сказать мне яснее?

И мастер написал большими, заглавными буквами: «МЕДИТАЦИЯ».

– Кажется, ты сумасшедший! – сказал человек.

– Я уже достаточно далеко отошел от истины, – сказал мастер. – Первый ответ был правильным, второй не совсем правильным, третий еще более неправильным, а четвертый – совершенно ошибочным, – потому что, написав «МЕДИТАЦИЯ» заглавными буквами, обожествляешь ее.

Именно поэтому Бог пишется с заглавной буквы. Каждый раз, когда ты хочешь сделать что-то высшим, предельным, ты пишешь это слово с заглавной буквы. Мастер сказал:

– Я уже совершил грех.

Он стер все эти слова и сказал:

– Пожалуйста, прислушайся к моему первому ответу – только в нем я был прав.

Тишина – это место, в котором каждый пробуждается, в то время как хаос ума погружает в сон. И если ум твой все еще задает вопросы – значит, ты спишь. Сидя безмолвно, в тишине, когда ум исчезает, ты можешь услышать щебетание птиц, и никакой работы ума, полная тишина... это пение птиц, щебетание и никакой работы ума, внутреннее безмолвие, тогда пробуждение приходит к тебе. Оно не приходит извне, оно вырастает изнутри. В противном случае помни – ты спишь.

Понимание

Я вообще никогда не использую слово «отречение». Я говорю: Радуйся жизни, медитации, красоте мира, экстазу существования – радуйся всему! Преврати обыденное в священное. Преврати этот берег в дальний берег, преврати эту землю в рай.

И тогда косвенным образом начинает случаться некое отречение. Но оно случается, ты это не делаешь. Это не действие, это происшествие. Ты начинаешь отрекаться от собственной глупости; ты начинаешь отрекаться от мусора. Ты начинаешь отрекаться от бессмысленных отношений. Ты начинаешь отрекаться от работ, которые не удовлетворяют твоё существо. Ты начинаешь отрекаться от мест, в которых рост невозможен. Но я не назову этого отречением; я называю это пониманием, осознанностью.

Если ты носишь в руках камни, думая, что это бриллианты, я не скажу тебе отречься от этих камней. Я скажу: «Будь бдительнее и присмотришь получше!» Если ты увидишь, что это не бриллианты, нужно ли будет от них отречься? Они сами собой выпадут у тебя из рук. Фактически, большое усилие и большая сила воли потребуются, чтобы продолжать их носить. Но ты не сможешь продолжать их носить долго; однажды уви-

дев, что они бесполезны, бессмысленны, ты неизбежно их выбросишь.

И как только твои руки пусты, ты можешь начать искать настоящие сокровища. А настоящие сокровища – не в будущем. Настоящие сокровища – прямо сейчас, здесь.

О Людях и Крысах

*Пробуждение – это путь к жизни.
Дурак спит, словно он уже мертв,
Но мастер пробужден, и он живет вечно.
Он наблюдает. Он ясен.
Как он счастлив! Ибо он видит, что
пробуждение
есть жизнь.
Как он счастлив, следуя пути пробужденных!
С великой настойчивостью он медитирует
В поисках свободы и счастья.
Из Дхаммапады Гаутамы Будды*

Мы постоянно живем абсолютно невнимательно к тому, что происходит вокруг нас. Да, мы стали очень эффективными в том, чтобы что-то делать. Что бы мы ни делали, мы стали в этом настолько эффективными, что для этого нам больше не требуется никакой осознанности. Это стало механическим, автоматическим. Мы функционируем, как роботы. Мы еще не люди; мы машины.

Именно это снова и снова говорил Георгий Гурджиев – что человек существует, как машина. Многих людей это оскорбляло, потому что никому не нравится, когда его называют машиной. Машины хотят, чтобы их называли богами; тогда они очень довольны и раздуваются от радости. Гурджиев часто называл этих людей машинами, и он был прав. Если

ты понаблюдаешь себя, то узнаешь, насколько механически себя ведешь.

Русский психолог Павлов и американский психолог Скиннер на девяносто девять и девять десятых процента правы в отношении человека: они верят, что человек – это прекрасная машина, ничего больше. В нем нет никакой души. Я говорю, что в девяносто девяти и девяти десятых процента случаев они правы; они упускают из виду лишь небольшой сектор. В этом небольшом секторе – будды, пробужденные. Но это им простительно, потому что Павлов никогда не сталкивался с буддой – он сталкивался только с такими людьми, как вы.

Скиннер изучал людей и крыс и не нашел между ними никаких различий. Крысы – простые существа, вот и все; человек немного сложнее. Человек – это очень сложная машина, крысы – машины попроще. Крыс изучать легче; именно поэтому психологи всегда изучают крыс. Изучая крыс, они выводят заключения о человеке – и их заключения почти правильны. Я говорю «почти», заметьте, потому что эта одна десятая процента – самое важное из всех когда-либо случившихся явлений. Будда, Иисус, Мухаммед – эти немногие пробужденные являются настоящими людьми. Но где найдет будду Б. Ф. Скиннер? Не в Америке, конечно...

Я слышал:

Кто-то спросил раввина:

– Почему Иисус решил не родиться в двадцатом веке в

Америке?

Раввин пожал плечами и ответил:

– В Америке? Это было бы невозможно. Во-первых, сможете ли вы найти непорочную деву? И во-вторых, где вы найдете трех мудрецов?

Где Б. Ф. Скиннеру найти будду? И даже если бы он нашел будду, его предубеждения, предрассудки и идеи не дали бы ему его увидеть. Он будет продолжать видеть крыс. Он не может понять ничего такого, чего бы не могли делать крысы. Как же, крысы не медитируют, крысы не становятся просветленными. А его концепция человека – увеличенная модель крысы. И все же я говорю, что он прав в отношении подавляющего большинства людей; его заключения не ошибочны, и будды согласятся с ним в отношении так называемого нормального человечества. Нормальное человечество крепко спит. Даже животные так крепко не спят.

Видели ли вы оленя в лесу – каким внимательным он выглядит, как бдительно движется? Видели ли вы птицу на дереве – как разумно она продолжает наблюдать все, что происходит вокруг нее? Подойди к птице – она позволит тебе приблизиться лишь на определенное расстояние. Стоит тебе сделать лишь шаг за его пределы, и она улетит. В ней есть определенная бдительность в отношении своей территории. Если кто-то вторгается на эту территорию, это опасно.

Если вы оглянетесь вокруг, вы удивитесь: человек кажется самым сонным животным на земле.

На аукционе, где распродалось имущество городского борделя, женщина купила себе попугая. Две недели она закрывала его клетку платком в надежде, что это поможет птице забыть ее вульгарный лексикон. Когда же в конце концов клетка была открыта, попугай огляделся по сторонам и изрек:

– Ар-р! Нов-вый дом. Нов-вая Мадам.

Когда вошли дочери этой женщины, он добавил:

– Ар-р! Нов-вые девочки.

Когда же вечером пришел с работы ее муж, попугай сказал:

– Ар-р! Ар-р! Стар-рые добр-рые клиенты!

Человек пребывает в очень низменном состоянии. Фактически, именно в этом смысл христианской притчи о падении Адама и его изгнании. Почему Адам и Ева были изгнаны из рая? Они были изгнаны за то, что съели плод знания. Они были изгнаны за то, что стали *умами* и утратили *сознание*. Если ты становишься умом, ты теряешь сознание – ум означает сон, ум означает шум, ум означает механичность. Становясь умом, ты теряешь сознание.

Таким образом, вся работа, которая должна быть проделана, состоит в том, чтобы снова стать сознанием и лишиться ума. Ты должен выбросить из своей системы все, что собралось в ней как знание. Именно это знание удерживает тебя во сне; таким образом, чем более человек знающий, тем более он спит.

Таким же было и мое собственное наблюдение. Невинные деревенские жители гораздо более чутки и бдительны, чем профессора в университетах или пандиты в храмах. Пандиты – не кто иной, как попугаи; академики в университетах – не что иное, как священный коровий навоз, полный бессмысленного шума, – просто умы, никакого сознания.

Люди, которые работают с природой: фермеры, садовники, дровосеки, плотники, художники, – гораздо более бдительны, чем люди, которые занимают в университетах посты деканов, проректоров и ректоров. Потому что, когда ты работаешь с природой, природа бдительна. Деревья бдительны; форма их бдительности, несомненно, отличается от нашей, но они очень бдительны.

Сейчас эта бдительность получила научные доказательства. Если приходит дровосек, с топором в руках и намерением срубить дерево, все деревья, воспринимающие его приближение, начинают дрожать. Сейчас этому есть научные доказательства; я не поэтизирую, я это говорю вполне научно. Сейчас есть инструменты, при помощи которых можно определить, счастливо дерево или несчастно, испугано ли, печально или восторженно. Когда приближается дровосек, при виде его деревья дрожат. Они осознают, что приближается смерть. А дровосек еще не срубил дерева – он только приближается...

И еще одно, что еще более странно: если дровосек просто идет мимо, без намерения срубить дерево, тогда ни одно де-

рево не пугается. Это тот же самый дровосек, с тем же самым топором. Кажется, на деревья воздействует его *намерение* срубить дерево. Это означает, что деревья воспринимают его намерение; это означает, что деревья считают саму его вибрацию.

И еще более значительный факт, замеченный наукой: если ты идешь в лес и убиваешь животное, это потрясает не только окружающее животное царство, но и деревья. Если ты убиваешь оленя, все олени кругом чувствуют вибрацию убийства, и им становится грустно; их охватывает великая дрожь. Внезапно им становится страшно без всякой определенной причины. Может быть, они не видели, как был убит олень, но каким-то образом, тонким образом, на них это повлияло – как повлияло и на деревья, на попугаев, на тигров, на орлов, на травинки. Случилось убийство, случилось разрушение, случилась смерть – это влияет на все вокруг. Человек кажется самым сонным...

На эти сутры Будды нужно глубоко медитировать, их нужно впитать, понять. Он говорит:

Пробуждение – это путь к жизни.

Ты жив лишь пропорционально тому, насколько ты осознан. Осознанность – это разница между жизнью и смертью. Ты не жив лишь потому, что дышишь, ты не жив лишь потому, что у тебя бьется сердце. Физиологически в тебе можно поддерживать жизнь в больнице, без всякого сознания. Твое сердце будет продолжать биться, и ты сможешь дышать. Тебя

можно поддерживать механически в таком состоянии, что ты останешься живым много лет – в том смысле, что будет продолжаться твое дыхание, сердце будет продолжать биться, и кровь будет продолжать циркулировать. В развитых странах мира сейчас есть много людей, ведущих овощное существование в больницах, потому что развитие технологии сделало возможным откладывать смерть на неопределенный срок – многие годы в тебе можно поддерживать жизнь. Если это жизнь, тогда в тебе можно поддерживать жизнь. Но это совершенно не жизнь. Просто овощное существование; это не жизнь.

У будд определение другое. Их определение состоит в сознании. Они не говорят, что ты жив, потому что можешь дышать, они не говорят, что ты жив, потому что у тебя циркулирует кровь; они говорят, что ты жив, лишь если ты пробужден. Таким образом, кроме пробужденных, никто по-настоящему не жив. Вы трупы – ходящие, говорящие, что-то делающие, вы роботы.

Пробуждение – это путь к жизни, говорит Будда. Станьте более пробужденными, и вы станете более живыми. А жизнь *есть* Бог – никакого другого Бога нет. Поэтому Будда говорит о жизни и осознанности. Жизнь составляет цель, осознанность – методологию, технику, чтобы ее достичь.

Дурак спит...

Спит каждый, поэтому под дураком подразумевается каждый из вас. Не обижайтесь. Факты нужно констатировать,

как есть. Вы действуете во сне; именно поэтому вы продолжаете спотыкаться, продолжаете делать вещи, которых не хотите делать. Вы продолжаете делать вещи, которых решили не делать. Вы продолжаете делать вещи, о которых знаете, что они неправильны, и не делаете вещей, о которых знаете, что они правильны.

Как это возможно? Почему вы не можете идти прямо? Почему продолжаете сбиваться на ответвления и заходить в никуда не ведущие тупики? Почему вы продолжаете заблуждаться?

Студента театрального училища впервые пригласили сыграть небольшую роль в пьесе. В определенном месте он должен был выйти на сцену, вытянув перед собой руки, словно подавая меч, и сказать главному герою:

– Волобуев, вот ваш меч!

Он стал так интенсивно репетировать и готовиться, что друзья стали его дразнить:

– Спорим, что вместо «Волобуев» ты скажешь «Волох...ев»!

Было заключено пари, и он стал тренироваться еще интенсивнее. Наконец наступил день премьеры. В назначенный момент дебютирующий актер вышел на сцену, направив все внимание на то, чтобы не оговориться, и вытянул перед собой руки, словно подавая тяжелый меч.

Воло-бу-ев! – говорит он во всю мощь своего голоса и, бросив торжествующий взгляд на друзей, сидящих в зале,

объявляет: – Вот ваш х...й!¹

Происходит именно так. Наблюдайте свою жизнь – все,

¹ Анекдот, основанный на игре слов, в связи с просьбой Ошо переводить его, а не его слова, даже если это неправильно, переводчик позволяет себе заменить аналогичным, интегрированным в русский язык, театральным анекдотом, так как чувствует, что объясненная шутка перестает быть смешной, а в этом месте, по ощущению переводчика, переводу подлежат более шок и смех, чем буквальные слова и выражения. Несогласные с таким подходом читатели, любители английской матерщины и почитатели печатной буквы приглашаются насладиться приведенным ниже текстом оригинала с почти подстрочным переводом: «A young man with a fine voice is asked to take part in a pageant play, though he tries to beg off, saying he always gets embarrassed under such circumstances. He is assured it will be very simple, and he will have only one line to say: “I come to snatch a kiss, and dart into the fray. Hark! I hear a pistol shot...” and then stride offstage. At the performance he comes onstage, very embarrassed already by the tight-fitting colonial knee-breeches he has been made to put on at the last moment, and becomes completely unstrung at the sight of the beautiful heroine lying back on a garden seat awaiting him, in a white gown. He clears his throat and announces: “I come to kiss your snatch – no! – snatch a kiss, and fart into the dray – I mean, dart into the fray! Hark! – I hear a shistol pot – no! – a shostil pit, a pistil shit. Oh, batshit, ratshit, shit on you all! I never wanted to be in this damned play in the first place!”» Молодого человека с хорошим голосом приглашают выступить в идиллической пьесе, хотя он и пытается отговориться тем, что всегда смущается в подобных обстоятельствах. Его уверяют, что все будет очень просто, и ему нужно будет сказать только одну строчку: «Я пришел, чтоб поцелуй сорвать и устремиться в битву. Чу! Я слышу пистолета выстрел...» – и уйти со сцены. Во время представления он выходит на сцену, уже очень смущенный колониальными бриджами по колено, которые его заставили надеть в последний момент, и совершенно теряет голову при виде красивой героини, лежащей в саду на скамье и ожидающей его в белой ночной рубашке. Прочистив горло, он объявляет: – Я пришел, чтобы поцеловать вам клитор – нет! – чтоб поцелуй сорвать и в бочку п...рнуть – то есть, я хочу сказать, в битву устремиться! Чу! Я слышу шмистоleta пистрел... Нет! – горшолета шмистрел, г...внолета п...здрел. Ср...ть на вас всех, я же с самого начала говорил, что не хочу участвовать в вашей чертовой пьесе!

что вы продолжаете делать, так несуразно и создает такую сумятицу. У вас нет никакой ясности, у вас нет никакой восприимчивости. Вы не бдительны. Вы не можете видеть, не можете слышать – конечно, у вас есть уши, которые слышат, но нет никого внутри, кто понимал бы услышанное. Конечно, у вас есть глаза, которые видят, но никто не присутствует внутри. И вот ваши глаза продолжают видеть, а уши – слышать, но вы ничего не понимаете. На каждом шагу вы спотыкаетесь, на каждом шагу делаете какую-то глупость... И все же продолжаете считать себя осознанными.

Отбросьте эту идею совершенно. Отбросить ее – великий скачок, великий шаг, потому что, как только идея «Я осознаю» отброшена, ты начнешь исследовать и искать пути и средства к тому, чтобы действительно начать осознавать. Поэтому первое, что должно просочиться в тебя, – это что ты спишь, крепко спишь.

Современная психология обнаружила несколько важных вещей; и, хотя их открыли лишь интеллектуально, все же это хорошее начало. Если они интеллектуально открыты, рано или поздно они будут экзистенциально пережиты.

Фрейд был великим пионером; конечно, не буддой, но все же человеком большой важности, потому что он первым заставил большую часть человечества признать идею того, что в нем скрыто бессознательное. Сознательный ум – это только одна десятая часть, а бессознательный ум гораздо больше сознательного.

Его ученик, Юнг, пошел немного дальше, немного глубже и обнаружил коллективное бессознательное. Теперь нужен еще кто-то, кто обнаружил бы еще одно, что есть в человеческой природе, – и я надеюсь, что рано или поздно психологические исследования это откроют, – космическое бессознательное. О нем говорят Будды.

Мы можем говорить о сознательном уме... – очень хрупкая вещь, очень небольшая часть твоего существа. Под ним находится подсознательный ум, – ты смутно ощущаешь, что он тебе что-то шепчет, но не можешь понять, что именно. Он всегда стоит позади сознательного и дергает его за веревочки. Третий слой – бессознательный ум, с которым ты сталкиваешься лишь в снах или под воздействием наркотиков. За ним – коллективный бессознательный ум. С ним ты сталкиваешься, лишь глубоко исследуя бессознательный ум; тогда ты находишь коллективное бессознательное. А если ты пойдешь еще дальше и глубже, то придешь к космическому бессознательному. Космическое бессознательное – это сама природа. Коллективное бессознательное – это все человечество, которое жило до сих пор; это часть тебя. Бессознательное – это твое индивидуальное бессознательное, которое подавило в тебе общество и которому не было позволено выразиться; поэтому оно входит через черный ход, в снах.

А сознательный ум... Я буду называть его так называемым сознательным умом, потому что он действительно только так называемый. Он безмерно мал; но даже если он лишь едва

мерцает, все равно он важен, потому что содержит семя; семена всегда очень малы. В нем содержится огромный потенциал. Он открывает совершенно другое измерение. Точно так же, как Фрейд открыл измерение под сознательным, Шри Ауробиндо открыл измерение над сознательным. Фрейд и Шри Ауробиндо – два самых важных человека этого века. Оба они интеллектуалы, ни один из них не пробужден, но они сослужили человечеству огромную службу. Интеллектуально они дали нам осознать, что мы не так малы, как кажемся на поверхности, что эта поверхность скрывает великие глубины и высоты.

Фрейд вошел в глубины, Шри Ауробиндо попытался проникнуть в высоты. Над нашим так называемым сознательным умом находится настоящий сознательный ум; он достигается только в медитации. Когда к вашему обычному сознательному уму добавляется медитация, когда обычный сознательный ум сочетается с медитацией, он становится настоящим сознательным умом.

За настоящим сознательным умом – сверхсознательный ум. В медитации ты получаешь лишь его проблески. Медитация – это блуждание в темноте. Да, открываются некоторые окна, но ты снова и снова падаешь обратно. Сверхсознательный ум означает *самадхи* – ты достиг кристально чистой восприимчивости, ты достиг интегрированной осознанности. Теперь ты не можешь упасть ниже нее; она твоя. Она остается с тобой даже во сне.

За пределами сверхсознательного – коллективное сверхсознательное; коллективное сверхсознательное – это то, что во всех религиях известно как «бог». А за пределами коллективного сверхсознательного – космическое сверхсознательное, выходящее за пределы даже богов. Будда называет его *нирваной*, Махавира называет его *кайвальей*, индуистские мистики называют его *мокшей*; вы можете называть его истиной.

Это девять состояний твоего существа. А ты живешь лишь в небольшом уголке своего существа – в крошечном сознательном уме. Ты подобен человеку, у которого есть дворец и который совершенно забыл о дворце и начал жить у его дверей – думая, что больше ничего нет.

Фрейд и Шри Ауробиндо – великие интеллектуальные гиганты, пионеры, философы, хотя их работы во многом основываются на догадках. Вместо того чтобы учить студентов философии Бертрانا Расселла, Альфреда Норта Уайтхеда, Мартина Хайдеггера и Жан-Поля Сартра, лучше было бы рассказывать людям больше о Шри Ауробиндо, потому что он был одним из величайших философов этого века. Но академический мир им пренебрегает, совершенно его игнорирует. Причина в том, что даже просто почитать Шри Ауробиндо достаточно, чтобы возникло ощущение собственной неосознанности. Он сам еще не будда, но все же он создаст для тебя смущающую ситуацию. Если он прав, что тебе делать? Почему ты не исследуешь высоты своего существа?

Фрейда приняли с большим сопротивлением, но в конце концов приняли. Шри Ауробиндо еще даже не приняли. Фактически, его даже никто не опровергает: его просто игнорируют. И причина ясна. Фрейд говорит о чем-то низшем, чем ты, — это не смущает; ты можешь хорошо себя чувствовать, зная, что ты сознателен, а под твоим сознанием есть подсознательное, бессознательное и коллективное бессознательное. Но эти состояния ниже тебя; ты на вершине, ты можешь чувствовать себя очень хорошо. Но, изучая Шри Ауробиндо, ты почувствуешь смущение, обиду, потому что есть состояния выше твоего — человеческому эго никогда не хочется признавать, что что-то может быть выше него. Человеку хочется считать себя величайшей из вершин, кульминацией, Гуришанкар, Эверестом — и верить, что выше него ничего нет...

И это дает очень хорошее чувство: отрицая свое собственное царство, отрицая свои собственные вершины, вы чувствуете себя очень хорошо. Посмотрите, как это глупо.

Будда прав. Он говорит: *Дурак спит, словно он уже мертв, но мастер пробужден, и он живет вечно.*

Осознанность вечна, она не знает смерти. Умирает лишь неосознанность. Поэтому, если ты останешься бессознательным, спящим, тебе придется снова умереть. Если ты хочешь избавиться от всего несчастья снова и снова рождаться и умирать, если хочешь избавиться от колеса жизни и смерти, тебе придется стать абсолютно бдительным. Тебе придется

подниматься в сознании выше и выше.

Эти вещи – не для восприятия на интеллектуальной почве; эти вещи должны стать опытом, эти вещи должны стать экзистенциальными. Я говорю не для того, чтобы философски вас убедить, потому что философское убеждение не приносит ничего, никакого урожая. Настоящий урожай приходит, лишь когда ты совершаешь великое усилие, чтобы проснуться.

Но эти интеллектуальные путеводители могут создать в тебе желание, жажду; могут дать тебе осознать потенциал, осознать свои возможности; могут дать тебе осознать, что ты не то, чем кажешься, – ты гораздо большее.

Дурак спит, словно уже мертв, но мастер пробужден, и он живет вечно.

Он наблюдает. Он ясен.

Простые и красивые слова. Истина всегда проста и всегда красива. Просто увидите простоту этих двух утверждений... но сколько в них содержится! Миры внутри слов, бесконечные миры... – *Он наблюдает. Он ясен.*

Единственное, чему нужно научиться, – это наблюдение. Наблюдай! Наблюдай каждое действие, которое совершаешь. Наблюдай каждую мысль, проходящую в уме. Наблюдай каждое желание, охватывающее тебя. Наблюдай даже незначительные жесты – как ты ходишь, говоришь, ешь, принима-

ешь ванну. Продолжай наблюдать, во всем, везде. Пусть все становится возможностью наблюдать.

Не ешь механически, не продолжай просто набивать себя пищей – будь очень наблюдательным. Жуи тщательно и наблюдательно... и ты удивишься тому, сколько упускал до сих пор, потому что каждый кусок будет приносить огромное удовлетворение. Если ты ешь наблюдательно, еда станет вкуснее. Даже обычная еда станет самой вкусной, если ты наблюдателен; а если ты не наблюдателен, ты можешь есть самую вкусную еду, но в ней не будет вкуса, потому что нет никого, кто мог бы наблюдать. Ты просто продолжаешь набивать себя пищей. Ешь медленно, наблюдательно; каждый кусок нужно прожевать, почувствовать.

Вдыхай запах, ощущай прикосновение, чувствуй порыв ветра и солнечные лучи. Смотри на луну, и стань просто безмолвным водоемом наблюдательности, и луна будет отражаться в тебе в безмерной красоте.

Двигайся по жизни, оставаясь полностью наблюдательным. Снова и снова ты забудешь. Не становись из-за этого несчастным; это естественно. Миллионы жизней ты никогда не пытался наблюдать, и это так просто и естественно, что ты продолжаешь забывать снова и снова. Но в то же мгновение, как вспоминаешь, наблюдай снова.

Помни одно: когда вспоминаешь, что забыл наблюдать, не сожалея, не раскаиваясь; иначе ты потеряешь время даром. Не чувствуй себя несчастным: «Я снова упустил». Не начи-

най чувствовать: «Я грешник». Не начинай себя осуждать, потому что это сушая потеря времени. Никогда не раскаивайся в прошлом! Живи в этом мгновении. Если ты забыл, ну и что? Это естественно – это стало привычкой, а привычки умирают с трудом. И это не просто привычка, усвоенная за одну жизнь; эти привычки устанавливались миллионы жизней. Поэтому, если ты можешь оставаться наблюдательным хотя бы несколько мгновений, будь благодарен. Даже эти несколько мгновений – больше, чем можно ожидать.

Он наблюдает. Он ясен.

И когда ты наблюдаешь, возникает ясность. Почему ясность возникает из наблюдения? Потому что, чем более ты в наблюдении, тем более и более замедляется твоя поспешность. Ты становишься изящнее. По мере того как ты наблюдаешь, болтовни становится меньше и меньше, потому что энергия, становившаяся болтовней, начинает становиться наблюдением – та же самая энергия! Теперь больше и больше энергии будет преобразовано в наблюдение, и ум не будет получать питания. Мысли будут становиться тоньше и тоньше, они начнут терять в весе. Мало-помалу они начнут отмирать. А когда мысли умирают, возникает ясность. Теперь твой ум превращается в зеркало.

Как он счастлив! И когда человек ясен, он блажен. Именно замешательство становится коренной причиной несча-

стью; именно ясность становится основой блаженства. *Как он счастлив! Ибо он видит, что пробужденность есть жизнь.*

И теперь он знает, что смерти нет, потому что пробужденность никогда не может быть разрушена. Когда приходит смерть, будешь наблюдать и ее. Ты умрешь, наблюдая, – наблюдение не умрет. Твое тело исчезнет, прах вернется во прах, но наблюдение останется; оно станет частью космического целого. Оно станет космическим сознанием.

В эти мгновения пророки Упанишад объявляют: «Ахам брахмасми – Я космическое сознание». В одно из таких мгновений Аль-Хилладж Мансур объявил: «Ана'ль хак! – Я истина!» Это высоты, принадлежащие тебе по праву. Если ты их не достигаешь, за это ответствен ты и никто другой.

Как он счастлив! Ибо он видит, что пробуждение есть жизнь.

*Как он счастлив, следуя пути пробужденных!
С великой настойчивостью он медитирует
В поисках свободы и счастья.*

Слушайте эти слова очень внимательно. *С великой настойчивостью...* Пока ты не приложишь тотального усилия, чтобы проснуться, этого не случится. Частичные усилия бесполезны. Ты не можешь быть наполовину здесь, наполовину там; не можешь быть чуть теплым. Это не поможет. Чуть теплая вода не испарится; чуть теплые попытки быть бдительным обречены на поражение.

Трансформация происходит, лишь если ты вкладываешь в нее тотально всю свою энергию. Когда ты кипишь при ста градусах нагрева, ты испаряешься, и происходит алхимическая перемена. Тогда ты начинаешь подниматься вверх. Вы не замечали? – вода течет вниз, но пар поднимается вверх. Точно так же происходит и это: бессознательность течет вниз, сознание поднимается вверх.

И еще одно: «вверх» синонимично «внутри», а «вниз» – «наружу». Сознание движется внутрь, бессознательность – наружу. Бессознательность удерживает вас в полной тьме; ваши глаза остаются постоянно сфокусированными на других. Это создает своего рода экстравертность и удерживает вас снаружи. Сознание создает внутреннее пространство. Оно делает вас интровертами; оно вводит вас вовнутрь, глубже и глубже.

Глубже и глубже также значит выше и выше; глубина и высота растут одновременно, точно как растет дерево. Ты видишь только, что оно движется вверх, но не видишь, что корни движутся вниз. Но сначала корни должны опуститься вниз, и лишь тогда дерево может расти вверх. Если дерево хочет дотянуться до неба, ему придется пустить корни к самому дну, в самые глубины. Дерево растет одновременно в обоих направлениях. Точно таким же образом сознание растет вверх... вниз, пуская корни в глубь твоего существа.

Корни страдания

Страдание это состояние бессознательности. Мы несчастны, потому что не осознаем, что делаем, что думаем, что чувствуем, – в каждое мгновение мы постоянно сами себе противоречим. Действие движется в одном направлении, мышление – в другом, чувства – в третьем. Мы постоянно разваливаемся на части, становимся более и более раздробленными. Именно это и есть страдание – мы теряем целостность, теряем единство. Мы становимся просто периферией, абсолютно лишенной центра. И естественно, жизнь, которая не гармонична, будет несчастной, трагической; будет бременем, которое нужно кое-как тащить в страдании. Самое большее – мы можем сделать это страдание менее болезненным. В нашем распоряжении тысяча и одна разновидность обезболивающих средств.

Это не только алкоголь и наркотики – так называемые религии тоже действуют, как опиум. И естественно, все религии против наркотиков, потому что они сами работают на том же рынке; они конкурируют. Если люди принимают опиум, они могут не быть религиозными; у них может не быть потребности в том, чтобы быть религиозными. Они нашли свой опиум, зачем беспокоиться о религии? Опиум дешевле, с ним меньше возни. Если люди принимают марихуану, ЛСД и другие более изощренные наркотики, естественно, они не

будут религиозными, потому что религия – это очень примитивный наркотик. Поэтому все религии против наркотиков.

Причина не в том, что они действительно против наркотиков. Причина в том, что наркотики создают конкуренцию, и конечно, если людям не позволить принимать наркотики, они обречены на то, чтобы попасться в ловушки священников, потому что им больше ничего не остается. Это способ каждой из религий создать монополию, чтобы на рынке оставался только ее собственный опиум, а все остальные были запрещены.

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.