

ОШО

КНИГА ТАЙН

Наука медитации

Часть 2



ОШО

Бхагаван Шри Раджниш (Ошо)
Книга Тайн. Наука
медитации. Часть 2
Серия «Книга Тайн», книга 2
Серия «Путь мистика»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8609209

*Бхагаван Шри Раджниш (Ошо). Книга тайн. Наука медитации. Часть
2: ИГ «Весь»; Санкт-Петербург; 2011
ISBN 978-5-9573-0343-5*

Аннотация

Вы держите в руках вторую часть древнейшего трактата, содержащего 112 медитационных техник Вигьяны Бхайравы Тантры, которые, согласно преданию, бог Шива изложил своей супруге Дэви более пяти тысяч лет назад. Само название «Вигьяна Бхайрава Тантра» означает способ выхода за пределы сознания. Вигьяна значит «сознание», Бхайрава – «состояние за пределами сознания», а Тантра – «метод». Мудрость этих техник такова, что в них учтены все возможные типы людей и их психологические особенности, поэтому каждый без исключения человек сможет найти здесь медитации, которые ему подходят.

Из этой части вы узнаете о техниках взгляда, о парапсихической силе взгляда, о техниках, позволяющих

освободиться от ума с помощью звука, о тантрическом сексе и о техниках свидетельства.

И, конечно, самое главное достояние этой книги – ответы на вопросы учеников и комментарии Ошо, который подробно и исчерпывающе объясняет каждый метод, благодаря чему скрытый смысл поэтичных и загадочных высказываний Шивы становится понятным современным людям и может стать для них началом новой жизни.

В этот том вошли следующие двадцать из восьмидесяти глав (с 21-й по 40-ю).

Содержание

Глава 21. Три техники взгляда	6
Глава 22. «Третий глаз» и парапсихические силы взгляда	43
Глава 23. Еще несколько техник взгляда	78
Глава 24. Сомнение и вера, жизнь и смерть: основы разных путей	112
Глава 25. От слов к чистым звукам и к существу	149
Конец ознакомительного фрагмента.	175

Ошо

Книга тайн. Наука медитации. Часть 2

*Чем меньше вы знаете, тем лучше. Очень легко быть философом, догматиком, приверженцем доктрин. Очень легко справиться с проблемой интеллектуально. Но подойти к проблеме сущностно – не просто думать о ней, но прожить, прочувствовать ее, позволить ей себя трансформировать – трудно. Другими словами: чтобы знать, что такое любовь, нужно любить...
ОШО*

***ОШО** 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*

Глава 21. Три техники взгляда

30. Закрыв глаза, подробно рассмотри свое внутреннее существо. Так узнай свою истинную природу.

31. Смотри на чашу, не видя стенок или материала. В несколько мгновений осознай.

32. Увидь красоту человека или обычного предмета, как будто видишь их в первый раз.

Сегодняшние техники связаны с взглядом, с глазами. Прежде чем обратиться к этим техникам, мы должны кое-что понять о глазах, потому что следующие техники будут связаны с ними. Первое: глаза – самая нетелесная часть человеческого тела, наименее материальная. Если материальное может стать нематериальным, то это как раз то, что происходит с человеческими глазами. Глаза материальны, но в то же время и нематериальны. Глаза являются той областью, где вы соприкасаетесь с вашим телом. Ни в какой другой части тела нет такого глубокого соприкосновения.

Ваше тело и вы отделены, вы очень далеки друг от друга. Но в той точке, в той области, где находятся ваши глаза, вы ближе всего к вашему телу, и ваше тело ближе всего к вам. Вот почему глаза могут помочь в путешествии внутрь. Оттуда один прыжок может привести вас к источнику. Невозможно прыгнуть внутрь из рук, невозможно прыгнуть внутрь из

сердца, невозможно прыгнуть внутрь ни из какой другой части тела. Из любой другой точки вам придется проделать долгий путь – расстояние велико. Но глаза позволяют сделать один шаг, чтобы оказаться внутри. Вот почему глаза всегда играют важную роль в религиозных практиках йоги и тантры.

Итак, первая причина в том, что эта точка ближе всего к вам. Вот почему, если вы умеете смотреть в глаза другого человека, вы можете заглянуть в самую его глубину. Он в глазах. Ни в какой другой части тела он так не виден, но если вы заглянете в глаза, вы найдете его там. Это трудное искусство – смотреть кому-то в глаза, и оно придет к вам только тогда, когда вы из своих собственных глаз совершите прыжок внутрь; иначе вы не сможете глубоко смотреть в глаза другому. Если вы не заглянули внутрь себя, вы не сможете заглянуть в глаза кому-то другому. Но если вы знаете, как смотреть в глаза другого человека, вы можете проникнуть в самую его глубину.

Вот почему только в любви возможно смотреть в глаза пристально и прямо. Иначе пристальный взгляд будет воспринят как оскорбление. Вы вторгаетесь на чужую территорию, пересекаете чужие границы. Вы можете смотреть на тело – это не вторжение. Но как только вы пристально смотрите в чьи-то глаза, вы нарушаете границы индивидуальности, посягаете на индивидуальную свободу, входите без приглашения. Вот почему существует определенный предел, и

теперь этот предел измерили. Самое большее, допускается смотреть в течение трех секунд. Позволителен только случайный взгляд, потом вы должны отвести глаза; иначе ваш взгляд будет воспринят как оскорбление. Это насилие: вы можете увидеть внутренние тайны другого человека, а это непозволительно.

Только в глубокой любви можно смотреть в глаза другого, потому что любовь означает, что теперь вы не хотите иметь никаких секретов. Теперь вы открыты другому, и вы будете рады, если он войдет в вас. И когда влюбленные смотрят друг другу в глаза, происходит встреча, в которой встречаются не только два тела. Так что запомните еще вот что: через глаза можно увидеть ум, сознание, душу – все, что есть внутри человека.

Вот почему у слепого человека мертвое лицо. Дело не только в том, что не хватает глаз, само лицо мертво – в нем нет жизни. Глаза несут свет: они освещают ваше лицо, наполняют его внутренней жизнью. Без глаз лицо становится безжизненным. И слепой человек очень закрыт. В него не так легко войти. Вот почему слепые умеют хранить тайны; на слепого человека можно положиться. Если вы доверите ему какой-то секрет, можете быть спокойным: он его не выдаст. И трудно будет даже догадаться, что он знает какой-то секрет. Но если у человека живые глаза, можно сразу понять, что он что-то скрывает.

Например, вы едете в поезде без билета. По вашим глазам

сразу видно, что у вас нет билета. Это ваш секрет – этого никто не знает, знаете только вы. Но у вас будет другое выражение глаз, совершенно другое, и вы будете смотреть на всех, кто входит в вагон, совершенно по-другому. Если кто-то сможет уловить это выражение, он сразу поймет, что вы едете без билета. Когда у вас есть билет, вы смотрите иначе. Совсем иначе!

Поэтому, если вы скрываете какой-то секрет, ваши глаза выдадут его. Управлять выражением глаз очень трудно. Во всем нашем теле глаза труднее всего поддаются контролю. Так что не каждый может стать великим детективом, потому что главное для детектива – умение контролировать выражение глаз. Глаза детектива не должны ничего выдавать – или, наоборот, они должны выдавать нечто противоположное, не то, что есть на самом деле. Когда он едет без билета, по его глазам должно быть видно, что у него есть билет. Это очень трудно, потому что глаза не подчиняются нам, их выражение меняется произвольно.

Сейчас ведется много исследований, связанных с глазами и взглядом... Кто-то считает себя брахмачари, безбрачным, и утверждает, что не испытывает никакого влечения к женщинам, но глаза всегда выдают такого человека. Он может скрывать свое влечение. Если в комнату входит красивая женщина, он может не смотреть на нее, но именно это и выдаст его. Будет какое-то еле уловимое напряжение, внутреннее подавление, и глаза это покажут. Когда входит кра-

сивая женщина, зрачки расширяются – чтобы предоставить красивой женщине больше места, чтобы впустить ее внутрь. И вы ничего не можете с этим сделать, потому что зрачки расширяются произвольно. Вы ничего не можете сделать! Ими совершенно невозможно управлять.

Таким образом, второе, что надо помнить: ваши глаза – двери к вашим тайнам. Если кто-то захочет войти в ваш тайный мир, на вашу частную территорию, ваши глаза будут для него входом. И если он знает, как проникать в эту дверь, вы будете для него уязвимы, открыты. А если вы захотите проникнуть в собственную тайную жизнь, в собственную внутреннюю жизнь, то и тогда вы должны будете воспользоваться той же дверью и отпереть те же замки. Вам придется работать с глазами – только так вы сможете войти.

Третье: глаза очень текучи, подвижны. Они всегда в движении, и в этом движении есть свой ритм, своя система, свой механизм. Ваши глаза не движутся как придется, беспорядочно – хаотично. У них есть свой собственный ритм, и этот ритм о многом говорит. Если у вас сексуальные мысли, глаза движутся по-особому – в определенном ритме. Глядя в ваши глаза и наблюдая их движение, можно определить, какая мысль занимает ваш ум. Когда вы голодны и думаете о еде, глаза движутся по-другому.

Так что теперь можно проникать даже в сны. Когда вы спите, движение ваших глаз можно записать. Имейте в виду, что даже во сне ваши глаза ведут себя аналогичным образом.

Если во сне вы видите обнаженную женщину, об этом можно судить по движению глаз. Сейчас существуют специальные приборы для записи движений глаз.

Эти движения глаз называются REM – Rapid Eye Movements, быстрые движения глаз. Их можно записывать графически, как электрокардиограмму. В течение всей ночи, пока вы спите, движения ваших глаз можно записывать. И запись может показать, когда вам снились сны, а когда не снились, потому что в те моменты, когда вам ничего не снится, глаза неподвижны. Когда снится сон, глаза движутся, и они движутся так, как если бы вы смотрели на киноэкран. Когда вы смотрите фильм, глаза все время движутся. И когда вам снится сон, глаза тоже движутся: они что-то видят. Они следят за движениями в фильме. Для глаз нет разницы между настоящим фильмом, который вы видите на экране, и «фильмом» сновидения.

Таким образом, REM-записи показывают, как долго вам снились сны, и в какие моменты ничего не снилось, потому что, когда сновидений нет, глаза прекращают двигаться. Многие люди говорят, что им никогда ничего не снится, – у них просто плохая память, все дело в этом. Они не помнят снов, вот и все. На самом деле им снятся сны, всю ночь им снятся сны, но они этого не помнят. Просто у них плохая память. Так что, если утром они говорят, что им ничего не снилось, не верьте.

Почему глаза движутся, пока снится сон, и почему они

останавливаются, когда сон не снится? Всякое движение глаз связано с мыслительным процессом. Если есть мысли, глаза будут двигаться. Если нет мыслей, глаза не будут двигаться – им незачем двигаться.

Так что учтите еще кое-что: движение глаз связано с процессом мышления. Вот почему, если вы остановите глаза, остановите их движение, мысли также немедленно остановятся. Или, если останавливается процесс мышления, автоматически прекращается движение глаз.

И еще одно, четвертый момент. Глаза постоянно перемещаются с одного предмета к другому. Они все время движутся, от А к В, от В к С. Движение – их природа. Точно так же, как текут реки – движение в самой их природе. И именно благодаря этому движению они такие живые! Движение также есть жизнь.

Вы можете попытаться остановить взгляд на определенной точке, на конкретном объекте и не позволять глазам двигаться, – но движение присуще их природе. Движение невозможно прекратить, но можно остановить взгляд. Поймите разницу. Вы можете остановить взгляд на одной фиксированной точке – на точке на стене. Вы можете неотрывно смотреть в одну точку и заставить глаза остановиться. Но движение в самой их природе. Может быть, они не будут двигаться от А к В, потому что вы удерживаете их в точке А, но тогда произойдет очень странное явление...

Движение неизбежно должно быть, такова их природа. Ес-

ли вы не позволяете взгляду двигаться от А к В, он начнет двигаться снаружи внутрь. Либо глаза будут двигаться от А к В, либо, если вы не допускаете это внешнее движение, они будут двигаться внутрь. Движение в их природе, и им нужно двигаться. Если вы вдруг остановите их, они начнут двигаться внутрь.

Таким образом, существуют две возможности движения глаз. Первая – от объекта А к объекту В, это внешнее движение. Так обычно происходит в жизни. Но есть и другая возможность, которая используется в тантре и йоге: не позволять им двигаться от одного внешнего объекта к другому, остановить это движение. Тогда глаза перескакивают с внешнего объекта к внутреннему существу – они начинают двигаться внутрь.

Запомните эти четыре особенности, тогда вам будет легко понять следующие техники.

Первая техника:

Закрыв глаза, подробно рассмотри свое внутреннее существо. Так узнай свою истинную природу.

Закрыв глаза...

Закройте глаза. Но просто закрыть глаза мало. Надо закрыть их полностью, совершенно, то есть прекратить всякое движение, иначе глаза будут продолжать видеть что-то, относящееся к внешнему миру. Даже с закрытыми глазами вы можете продолжать что-то видеть – какие-то образы. Настоящих предметов нет, но перед вашим взором начинают

проплывать образы, идеи, накопленные воспоминания. Они также приходят извне, так что ваши глаза пока закрыты не полностью. Полностью закрыть глаза – это значит не видеть ничего.

Поймите разницу. Вы можете закрыть глаза; это легко, все это делают. Вы закрываете глаза каждую ночь, но при этом ваша внутренняя природа не открывается вам. Закройте глаза так, чтобы не было видно совершенно ничего – никаких внешних объектов, никаких внутренних образов внешних объектов, только пустая темнота, как будто вы внезапно ослепли. И ослепли не только в отношении реального мира, но и в отношении мира грез, видений.

Это приходит с практикой. Потребуется долгое время, сразу это не получится. Нужна будет долгая тренировка. Закройте глаза. Когда у вас будет время, когда вы почувствуете, что вам ничего не мешает, закройте глаза и прекратите внутри всякое движение. Не допускайте никаких движений. Чувствуйте!.. Не допускайте движений. Не давайте глазам двигаться. Почувствуйте, что глаза словно окаменели, стали как каменные, и пусть они остаются в этом «окаменении». Не делайте ничего; просто будьте. И однажды вы осознаете, что смотрите внутрь себя.

Этот дом вы можете просто обойти снаружи, походить вокруг и посмотреть, – тогда вы увидите дом снаружи, извне. И вы можете войти в него, войти в эту комнату и посмотреть, стоя в этой комнате. Теперь вы видите дом изнутри. Когда

вы осматриваете дом снаружи, вы видите стены, но только с одной стороны, только с внешней стороны. Когда вы входите внутрь, стены те же самые, но теперь вы видите их с внутренней стороны.

Вы видели свое тело только снаружи. Вы видели свое тело в зеркале, вы видели снаружи свои руки. Но вы не знаете, каково тело изнутри. Вы никогда не входили в самого себя, вы никогда не оказывались в центре своего тела и существа, чтобы оглядеть все изнутри.

Эта техника помогает заглянуть внутрь. И это трансформирует все ваше сознание, все ваше существование – потому что, если вам удастся посмотреть изнутри, вы тут же станете отдельны от мира. Это ложное отождествление, представление, что «я – это мое тело», возникает лишь оттого, что мы всегда смотрим на свое тело снаружи. Когда вам удастся посмотреть изнутри, смотрящий становится отличен, не тождествен тому, на что он смотрит. И тогда вы можете перемещать сознание по всему телу, от кончиков пальцев ног до головы, тогда вы можете осмотреть свое тело изнутри. А если вы можете смотреть изнутри и перемещаться внутри, совсем нетрудно выйти из тела наружу.

Как только вы обретаете способность перемещаться, как только вы понимаете, что отдельны от тела, вы освобождаетесь от долгого рабства. Теперь сила гравитации не властна над вами; теперь вас ничто не связывает. Теперь вы абсолютно свободны. Вы можете выйти из тела; вы можете выходить

и входить. Теперь ваше тело становится только жилищем.

Закрыв глаза, подробно рассмотрите свое внутреннее существо, войдите поочередно во все конечности. Войдите в палец ноги. Забудьте все остальное тело: войдите в палец. Побудьте там и осмотритесь. Потом войдите в ноги, поднимитесь вверх, войдите в каждую часть тела.

Тогда случится многое. Многое случится!

Тогда ваше тело станет таким чувствительным проводником, что вы не можете себе даже представить. Тогда, прикасаясь к кому-то, вы можете настолько глубоко войти в свою руку, что ваше прикосновение будет обладать трансформирующей силой. Именно это называется «прикосновением мастера»: он может полностью войти в любую часть тела и быть целиком там. А если вы полностью входите в какую-то часть тела, эта часть оживает — оживает настолько, что вы не представляете, что с ней происходит. Так, можно полностью войти в глаза. Если вы сможете полностью войти в свои глаза и посмотреть в глаза кому-то другому, вы проникнете в него, вы дойдете до самых его глубин.

Сейчас психоаналитики пытаются проникнуть в глубины человеческой сущности с помощью психоанализа. На это уходит год, два года, три года... Это пустая трата времени. Жизнь так коротка, что если анализ психики человека занимает три года, в нем нет смысла. И потом, никогда нельзя знать точно, завершён ли анализ. Вы продвигаетесь в темноте, на ощупь. Восточный метод использует глаза.

Не нужно так долго анализировать человека. Всю работу можно сделать, целиком войдя в его глаза и добравшись до самых глубин его существа, – вы узнаете многое, даже то, чего не знает он сам.

Мастер должен сделать многие вещи и первым делом – глубоко войти в вас, проникнуть в ваши потаенные, темные уголки, которые неизвестны вам самим. Но если он скажет вам, что в вас что-то скрыто, вы ему не поверите.

Как вы можете поверить? Вы этого не осознаете. Вы знаете только часть ума – очень небольшой фрагмент, который составляет лишь верхний слой, первый слой. За первым слоем скрыты еще девять слоев, о которых вы ничего не знаете, но в них можно проникнуть через глаза.

Закройте глаза, подробно рассмотрите свое внутреннее существо. Первая часть техники заключается в том, чтобы рассмотреть свое тело изнутри – из вашего внутреннего центра. Оставайтесь там и осмотритесь. Вы будете отделены от тела, потому что тот, кто смотрит, не может быть одновременно тем, на что он смотрит. Наблюдатель отделен от объекта.

Если вам удастся полностью рассмотреть свое тело изнутри, вы никогда уже не впадете в иллюзию, что вы тело. Тогда вы будете отличны – полностью отличны от тела: вы будете внутри него, но не будете им, – вы в теле, но вы не тело. Это первая часть.

Тогда вы сможете двигаться; тогда вы будете двигаться

свободно. Освободившись от тела, освободившись от отождествления с телом, вы будете свободно двигаться. Тогда можно будет войти в ум – в его глубину. Тогда можно будет войти в эти девять слоев, которые находятся внутри и остаются вне сознания.

Это внутренняя полость, внутреннее пространство ума. Если вы войдете в это пространство, вы будете отдельны также и от ума. Тогда вы поймете, что ум также является объектом, на который можно смотреть, и что тот, кто входит в этот ум, опять же отделен и отличен от него. Это как раз и подразумевается под словами: подробно рассмотри свое внутреннее существо. И в тело, и в ум можно войти и рассмотреть их изнутри. Тогда вы просто свидетель, и в этого свидетеля уже нельзя проникнуть.

Вот почему он является вашим внутренним ядром: это вы сами. То, во что можно проникнуть, то, что можно рассмотреть, – это не вы. Только когда вы придете к тому, во что нельзя проникнуть, в чем нельзя двигаться, за чем нельзя наблюдать, – только тогда вы придете к настоящему «Я». Запомните: нельзя быть свидетелем самого свидетельствующего начала – это абсурд.

Если кто-то говорит: «Я свидетель моего свидетеля», – это абсурд. Почему абсурд? Потому что если вы свидетельствуете свидетельствующее «Я», то это свидетельствующее «Я» – не свидетель. Свидетелем является тот, кто свидетельствует. То, что вы можете видеть, – это не вы; то, что вы можете на-

блюдать, – это не вы; то, что вы можете осознавать, – это не вы.

Но за пределами ума есть точка, в которой вы просто есть. Там вы не можете разделить свое единое существование на две части – на объект и субъект. Есть только субъективность, только свидетель. Это очень и очень трудно понять с помощью интеллекта, интеллект здесь бессилен.

Вследствие этой логической трудности Чарвака – толкователь одной из самых логичных философских систем в мире – говорит, что нельзя знать самого себя; самопознание невозможно. А поскольку знать себя невозможно, можно ли вообще говорить о «себе», о каком-то «Я»? Все, что вы знаете, не вы сами. Вы сами – это тот, кто знает, а не то, что он знает; поэтому с точки зрения логики некорректно говорить: «Я знаю себя». Это абсурдно, нелогично. Как вы можете знать себя? Кто тогда будет знающим, и кто будет знаемым? Знание подразумевает дихотомию, разделение на объект и субъект, на знаемое и знающего.

Поэтому Чарвака утверждает, что, если человек говорит, что знает себя, он говорит чепуху. Знать себя невозможно, потому что «себя» можно отнести только к знающему. «Себя» никак нельзя превратить в знаемое.

А значит, говорит Чарвака, если невозможно «знать себя», как можно считать «себя» существующим? Те, кто подобно Чарваке не верит в существование «себя», своего «Я», называются анатмавадинами. Они говорят, что никакого «Я»

нет, — то, что не может быть познано, не существует. И с логической точки зрения они правы. Если опираться только на логику, они правы.

Но в этом и состоит таинство жизни — логика только начала, но не конец. Наступает момент, когда логика кончается, но вы не кончаетесь. Наступает момент, когда логика больше не действует, а вы все равно есть. Жизнь нелогична. Вот почему так трудно понять, постичь, что это значит, когда говорят, что остается только свидетель.

Например, если в комнате есть светильник, вы видите вокруг много предметов. Когда светильник погашен, вокруг темно и ничего не видно. Когда светильник зажжен, становится светло, и вы все видите. Но вы когда-нибудь замечали, что происходит? Сможете ли вы увидеть светильник и его свет, если не будет никаких предметов? Вы не сможете увидеть свет, потому что для того, чтобы быть видимым, свет должен от чего-то отражаться. Он должен встретиться на своем пути предмет. Лучи должны столкнуться с предметом и отразиться от него, тогда они достигнут ваших глаз. Так что сначала вы видите предметы, а потом делаете заключение, что стало светло. Когда вы зажигаете светильник или свечу, вы никогда не видите свет первым. Первыми вы видите объекты и благодаря объектам узнаете о свете.

Ученые говорят, что, если объектов нет, свет нельзя увидеть. Посмотрите на небо: оно кажется голубым, но оно не голубое, оно наполнено космическими лучами. Оно кажет-

ся голубым потому, что в нем нет объектов. Лучи света не могут отразиться и дойти до ваших глаз. Если вы выйдете в открытый космос и там не будет никаких объектов, то будет темно. Конечно, лучи света будут повсюду вокруг вас, но все равно будет темно. Чтобы свет был виден, нужны какие-то объекты.

Чарвака говорит: если вы войдете внутрь и придете к той точке, где остался только свидетель, и не будет ничего, что можно свидетельствовать, как вы сможете узнать об этом? Должны быть какие-то объекты, чтобы было что свидетельствовать, – только тогда можно узнать, что есть свидетель. С логической, научной точки зрения он прав. Но в экзистенциальном плане это неверно.

Тот, кто действительно входит внутрь, приходит к точке, где не остается никаких объектов, кроме самого сознания. Вы есть, но нет ничего, что можно было бы видеть; есть только видящий – только видящий. Есть только субъективность, не окруженная объектами. В тот момент, когда вы приходите к этой точке, вы достигаете предельной цели бытия. Можете назвать ее альфой – началом, или омегой – концом. Это и то и другое, альфа и омега. Это называется «самопознанием». С позиций лингвистики это слово некорректно, потому что словами об этом вообще ничего нельзя сказать. Когда вы входите в мир единого, язык становится бессмысленным.

Язык сохраняет смысл, только пока вы остаетесь в мире двойственности. В мире двойственности язык имеет смысл,

потому что он создан в этом мире, является частью этого мира. Но когда вы входите в мир единого, недвойственного, он теряет смысл. Вот почему те, кто знает, молчат – а даже если что-то и говорят, то поспешно добавляют, что это только символическое выражение, это не совсем верно: это неправильно.

Лао-цзы говорил: «То, что может быть сказано, не может быть истиной, а то, что истинно, не может быть сказано». Он молчал; большую часть своей жизни он ничего не писал. Он говорил: «Если я что-то скажу, это будет неправда, потому что ничто не может быть сказано о том царстве, где остается лишь Единое».

Закрыв глаза, детально рассмотри свое внутреннее существо, – и тело, и ум. Так узнай свою истинную природу.

Рассмотрите свои тело и ум, свое внутреннее устройство. И помните, что тело и ум – не два отдельных явления. Скорее, вы одновременно то и другое – психосоматическая, телесно-умственная система. Ум – это более тонкая часть тела, а тело – более грубая часть ума.

И если вы осознаете систему тела-ума, если вы осознаете свою структуру, вы освободитесь от этой структуры, освободитесь от проводника, увидите, что вы отличны от него. И само это знание – что вы отделены от структуры – и есть ваша истинная природа. Это и есть вы. Тело умрет, но истинная природа не умрет никогда. Ваш ум умрет и изменится, и будет умирать снова и снова, но истинная природа не умрет

никогда. Истинная природа вечна. Вот почему ваша истинная природа не имеет отношения ни к вашему имени, ни к форме – она за пределами того и другого.

Как же выполнять эту технику? Надо полностью, совершенно закрыть глаза. Если вы хотите попробовать эту технику, закройте глаза, и пусть все движения прекратятся. Пусть ваши глаза станут как каменные. Никаких движений. Практикуйте это день за днем, и однажды это вдруг случится – вам удастся заглянуть внутрь. Глаза, которые всегда смотрели наружу, обратятся внутрь, и вы увидите проблеск своей внутренней природы.

И потом уже никаких трудностей не будет. Если вы однажды заглянули внутрь, вы знаете, как это делается. Трудно получить только первый проблеск, а потом у вас уже есть навык. Тогда это становится совсем легко. В любой момент вы можете закрыть глаза, остановить их и войти в это царство.

Будда умирал. Настал последний день его жизни, и он спросил своих учеников, есть ли у них к нему какие-нибудь вопросы. Они все горестно плакали, и они сказали ему: «Нет, ты уже так много нам рассказал. Нам больше не о чем спрашивать».

А у Будды был обычай спрашивать трижды. Он никогда не ограничивался одним разом. Он спрашивал снова, а потом спрашивал в третий раз – нет ли у вас вопросов? Много раз Будду спрашивали: «Почему ты спрашиваешь одно и то же

трижды?» И он отвечал: «Потому что человек так неосознан, так несознателен, что в первый раз может не услышать, а во второй раз может не понять».

Итак, он спросил трижды, и трижды его ученики, его бхиккху, монахи, сказали: «Мы больше не хотим ничего спрашивать. Ты передал нам так много».

Тогда он закрыл глаза и сказал: «Если вам не о чем больше спросить, прежде чем умрет тело, я уйду из него. Прежде чем смерть войдет в тело, я уйду из него».

Он закрыл глаза. Его глаза замерли, и он начал уходить. Говорят, что его движение внутрь состояло из четырех частей. Во-первых, он закрыл глаза; потом его глаза замерли, стали совсем неподвижными. Если бы тогда был прибор для записи REM, он не начертил бы никакого графика. Глаза полностью остановились – это второе. В-третьих, он посмотрел на свое тело; и, в-четвертых, он посмотрел на свой ум.

Это было целое путешествие. Прежде чем пришла смерть, он вернулся в свой центр, к своему первоисточнику. Вот почему его смерть не называют смертью: мы называем ее нирваной, и в этом отличие. Мы называем такую смерть нирваной – прекращением, – но не смертью. Обычно мы умираем, потому что с нами случается смерть. Но с Буддой она не случилась. Прежде чем пришла смерть, он уже вернулся к источнику.

Смерть случилась только с его телом – но его уже там не было. Поэтому в буддийской традиции говорится, что он ни-

когда не умирал. Смерть не поймала его. Она гналась за ним, как гонится за каждым, но не смогла его догнать; он перехитрил ее. Наверное, он смеялся – он был за пределами, а смерти досталось только мертвое тело.

В этом и заключается техника. Разбейте ее на четыре части и продвигайтесь. И когда вы получите первый проблеск, все станет легко и просто. Тогда в любой момент вы сможете войти внутрь или выйти наружу; вы сможете входить и выходить точно так, как вы входите в дом и выходите из него... входите и выходите.

Вторая техника:

Смотри на чашу, не видя стенок или материала. В несколько мгновений осознай.

Смотреть можно на что угодно. Возьмите чашу или любой другой предмет, но смотреть надо не так, как вы обычно смотрите, – качественно иначе.

Смотри на чашу, не видя стенок или материала.

Смотрите на любой предмет, но соблюдайте два условия... Не смотрите на стенки, на поверхность, смотрите на объект в целом. Обычно мы смотрим на отдельные части. Может быть, не сознательно, но мы смотрим на отдельные части. Если я посмотрю на вас, сначала я увижу ваше лицо, потом торс и потом все тело. Смотрите на предмет как на целое, не разделяйте его на части. Почему? Потому что, когда вы разделяете что-либо на части, глаза получают возможность двигаться от одной части к другой. Смотрите на

предмет в целом. Это возможно.

Я могу смотреть на всех вас двумя способами. Я могу начать с одной стороны и потом двигаться дальше: посмотреть на А, потом на В, потом посмотреть на С – и так продолжать. Когда я смотрю на А, В и С, я не присутствую – или присутствую только где-то с краю, я не сфокусирован. Когда я смотрю на В, то оставляю А. Когда смотрю на С, А полностью теряется; А выходит из моего фокуса. Я могу смотреть на вашу группу таким образом; но я могу смотреть также и на всю группу, не разделяя ее на отдельных людей, на единицы, воспринимая ее как целое.

Попробуйте это. Сначала смотрите на какую-то вещь, переходя от одного ее фрагмента к другому. Потом, вдруг, увидите эту вещь как целое; не разделяйте ее на части. Когда вы смотрите на предмет как на целое, глазам не нужно двигаться. Именно для того, чтобы предотвратить всякую возможность движения, и поставлено это условие: смотрите на предмет в целом, воспринимайте его как целое. И, во-вторых, не смотрите на материал. Если чаша сделана из дерева, не обращайтесь внимания на дерево; воспринимайте только чашу, только форму. Не смотрите на материал. Чаша может быть из золота, может быть из серебра – смотрите на чашу. Не смотрите на материал, из которого она сделана, смотрите только на форму.

Итак, во-первых, смотрите на объект в целом. И, во-вторых, смотрите на форму, а не на вещество. Почему? Потому

что вещество является материальной составляющей, а форма является духовной составляющей, и так вы переходите от материального к нематериальному. Это будет полезно.

Попробуйте. Можно попробовать с чем угодно, с кем угодно. Вы видите человека, мужчину или женщину: смотрите и охватывайте его своим взглядом целиком, полностью. Сначала будет странное чувство, потому что вы не привыкли так смотреть, но, в конце концов, это будет прекрасно. И не думайте о том, красивое у него тело или нет, белая кожа или черная, мужчина это или женщина. Не думайте, просто смотрите на форму. Забудьте о материале и смотрите только на форму.

В несколько мгновений осознай. Продолжайте смотреть на форму в целом. Не позволяйте глазам двигаться. Не начинайте думать о материале. Что тогда произойдет? Вы вдруг осознаете самого себя. Глядя на что-то, вы начнете осознавать самого себя. Почему? Потому что у глаз теперь нет возможности двигаться наружу. Форма воспринимается как одно целое, и вы не можете переходить к ее частям. Материал отброшен, остается только чистая форма. Теперь вы не можете думать о золоте, дереве, серебре и тому подобном.

Форма – это чистая форма. О ней невозможно думать. Форма есть просто форма – что о ней думать? Если чаша из золота, можно подумать о многом. Например, вам захочется украсть ее, или сделать с ней что-нибудь, или продать; вы можете подумать, сколько она стоит, – может возникнуть

множество мыслей. Но о чистой форме думать невозможно. Чистая форма останавливает поток мыслей. И при этом нет возможности переходить от одной части к другой – вы воспринимаете предмет как целое.

Оставайтесь с целым и с формой. И неожиданно вы начнете осознавать самого себя, потому что теперь ваши глаза не могут двигаться. А они должны двигаться, такова их природа. Поэтому ваш взгляд обратится к вам. Он повернет назад, вернется домой, и внезапно вы осознаете самого себя. Это осознание самого себя – один из самых экстатичных моментов, возможных для человека. Когда вы в первый раз осознаете самого себя, в этом столько красоты и блаженства, что вы не найдете никакого сравнения.

Вы впервые по-настоящему становитесь самим собой; вы впервые узнаете, что существуете. В один миг раскрывается все ваше существо.

Но почему это происходит? Возможно, вы видели – я думаю, что все где-то видели, в детских книжках, или в каких-то учебниках по психологии – такую картинку, на которой изображена старуха, и в тех же линиях скрыто изображение красивой молодой женщины. Картинка одна, линии одни и те же, но изображений два – старухи и молодой женщины.

Посмотрите на такую картинку: вы не сможете одновременно увидеть оба изображения. Вы будете видеть либо одно, либо другое. Когда вы смотрите на изображение стару-

хи, молодая женщина скрыта от вас. Но если вы попытаетесь ее найти, это будет трудно, причем мешать будет само усиление. Вы видите старуху, и ваш взгляд зафиксирован на этом рисунке. И вот, сохраняя эту фиксацию, вы пытаетесь найти молодую женщину... Это невозможно, так вы не сможете найти ее. Вам понадобится специальная техника.

Пристально смотрите на старуху, полностью забудьте о молодой женщине. Пристально смотрите на старуху, на ее рисунок. Смотрите пристально, продолжайте смотреть. И неожиданно старуха исчезнет, и вы вдруг увидите молодую женщину. Почему? Если вы попытаетесь искать ее, вы ее не заметите. Такие рисунки дают детям в качестве головоломки, им говорят: «Найди другое изображение». Тогда они начинают искать, и у них ничего не получается.

Вся хитрость в том, чтобы не пытаться найти другое изображение: просто смотрите на рисунок, и вы увидите. Забудьте о втором изображении, о нем не надо думать. Ваши глаза не могут оставаться в одной точке, так что, если вы будете пристально смотреть на старуху, глаза, в конце концов, устанут. И тогда они вдруг переместятся, уйдут от этого изображения, и благодаря этому смещению вы осознаете другое изображение, скрытое в тех же линиях. Но что удивительно: как только вы увидели молодую женщину, вы больше не видите старуху. Однако теперь вы знаете, что обе они есть на картинке.

С самого начала вы, может быть, даже не верили, что здесь

скрыта еще и молодая женщина, но теперь вы знаете, потому что старуху вы уже видели. Теперь вы знаете, что старуха тоже где-то здесь, но, глядя на молодую женщину, вы не можете одновременно увидеть и старуху. А если вы увидите старуху, то снова потеряете из виду молодую женщину. Невозможно видеть обеих одновременно; в каждый момент времени вы можете видеть только одну из них.

То же самое происходит со взглядом внутрь и наружу. Вы не можете смотреть внутрь и наружу одновременно. Когда вы смотрите на чашу или на любой другой предмет, вы смотрите наружу: сознание движется наружу, река течет наружу. Вы сфокусированы на чаше. Продолжайте пристально смотреть на нее. И само это пристальное смотрение создаст возможность для движения внутрь. Ваши глаза устанут, они захотят двигаться. И, не найдя ничего, к чему можно было бы двигаться снаружи, река вдруг повернет обратно – ей не останется ничего другого. Вы заставите свое сознание отступить внутрь. А когда вы начнете осознавать самого себя, вы потеряете из виду чашу; ее больше не будет.

Вот почему такие люди, как Шанкара или Нагарджуна, говорят, что весь мир иллюзорен, – так они видят. Когда мы узнаем себя, мир исчезает. На самом деле мир не иллюзорен; он существует. Но нельзя видеть оба мира одновременно – вот в чем дело. Поэтому, когда Шанкара входит в самого себя, когда он узнает свое «Я», становится свидетелем, мира больше нет. Так что он прав. Он говорит, что мир есть майя

– иллюзия. Мир только кажется существующим, он не существует.

Имейте в виду этот факт. Когда вы знаете мир, вас нет. Вы есть, но в скрытом виде, и вы не можете поверить, что где-то здесь скрыты еще и вы, – мир слишком очевиден для вас, его присутствие слишком явно. И если вы начнете сразу искать себя, это будет трудно; может помешать само усилие. Поэтому Тантра говорит: остановите свой взгляд на чем-нибудь, на любом предмете окружающего мира, и не отводите его, удерживайте на месте. И сама эта попытка удержать взгляд создаст возможность для того, чтобы сознание потекло вспять – обратилось внутрь. Тогда вы начнете осознавать самого себя, свое «Я».

Но когда вы начнете осознавать самого себя, чаши больше не будет. Она по-прежнему там, но для вас ее нет. Поэтому Шанкара и говорит, что мир иллюзорен, – потому что, когда вы узнаете себя, мир перестает существовать. Он исчезает как сон.

Но Чарвака, Эпикур, Маркс тоже правы. Они называют мир истиной, а наше «Я» – иллюзией, обманом; они говорят, что никакого «Я» нет. Они признают только науку: наука утверждает, что существует только материя, только объекты; никакого субъекта не существует. Они правы, потому что глаза сфокусированы на объектах.

Ученый всегда фокусируется на объектах. Он полностью забывает свое «Я». Шанкара и Маркс правы в одном смыс-

ле и не правы в другом. Если вы полностью сфокусированы на внешнем мире, если ваш взгляд направлен во внешний мир, ваше «Я» будет казаться иллюзорным – оно будет для вас просто как сон. А когда вы смотрите внутрь, окружающий мир становится сном. И то и другое реальность, но вы не можете осознавать обе реальности одновременно – вот в чем проблема. И тут ничего не поделаешь. Вы будете видеть или старуху, или молодую женщину, в то время как другая будет для вас майей, иллюзией. Но вы можете применить эту технику, это легко. Потребуется некоторое время, но в ней нет ничего трудного.

Если вы однажды испытали этот поворот сознания, вы можете выполнять эту технику где угодно. Вы можете делать ее в автобусе или в поезде – в любом месте. Не нужно ни чаши, ни другого конкретного предмета, можно взять что угодно. Просто пристально смотрите на что-нибудь – смотрите, смотрите, смотрите, и... внезапный поворот внутрь, и поезд исчезает. Разумеется, когда вы вернетесь из вашего внутреннего путешествия, окажется, что вы проделали какой-то путь и во внешнем мире, но на это время поезд исчезал. Вы доехали от одной станции до другой, но в промежутке никакого поезда не было – был только промежуток. Конечно, поезд никуда не исчезал – иначе как бы вы доехали до другой станции? Но для вас поезда не существовало, для вас его не было.

Тому, кто умеет выполнять эту технику, становится очень

легко жить в этом мире. В любой момент можно сделать так, чтобы что-то исчезло, – имейте это в виду. Допустим, вам надоела жена, или надоел муж – вы можете сделать так, чтобы они исчезли. Жена сидит здесь, рядом с вами – но ее нет! Она иллюзорна; она исчезла. Вы просто пристально смотрели, ваше сознание повернуло внутрь, и ее существование для вас прекратилось. И было много таких случаев.

Например, Сократ. Он доставлял очень много беспокойств своей жене, Ксантиппе, – любой женщине на ее месте было бы нелегко. Иметь мужем Сократа... ей не позавидуешь. Сократ хорош в качестве учителя, но не в качестве мужа.

Однажды случилось так... и за это его жену все осуждают вот уже две тысячи лет, но напрасно; я думаю, она была ни в чем не виновата. Сократ сидел и, вероятно, делал что-то вроде этой техники – этого нигде не написано, я просто предполагаю. Его жена пришла с подносом, с чайником – она принесла ему чай. Наверное, она увидела, что он сидит с таким отсутствующим видом, и поэтому, как пишут, вылила на него чай, прямо ему в лицо. Только тогда он очнулся.

Его лицо на всю жизнь осталось обожженным. За это его жену часто осуждают, но никто не знает, что делал при этом Сократ, – ведь ни одна жена не обольет вас чаем просто так, ни с того ни с сего. Должно быть, он что-то делал, что-то случилось, и поэтому Ксантиппе пришлось облить его чаем. Наверное, он находился в каком-то внутреннем трансе, и ощу-

щение ожога заставило его прийти в себя, очнуться.

Я думаю, что все было именно так, потому что о Сократе известно много подобных случаев. Однажды его не могли найти сорок восемь часов. Его искали повсюду, все Афины вышли на поиски Сократа, но его нигде не было. В конце концов, его нашли далеко за городом, в нескольких милях от города. Он стоял под деревом, и его наполовину занесло снегом. Шел снег, а он просто стоял там, застыв, с открытыми глазами. Но он ни на кого не смотрел.

Когда вокруг собралась толпа, люди заглянули ему в глаза, и они подумали, что он мертв. Его глаза были как стеклянные – они смотрели, но никого не видели; они были совершенно неподвижны, статичны. Люди послушали его сердце – оно медленно билось; он был жив. Им пришлось потрясти его; только после этого он очнулся и посмотрел на них. Он спросил: «Сколько сейчас времени?» Он пропустил сорок восемь часов, для него их как будто не было. Он был вне этого мира времени и пространства.

«Что ты тут делаешь? – спросили его. – Мы думали, что тебя уже нет в живых... сорок восемь часов!»

Он сказал: «Я смотрел на звезды, и вдруг что-то случилось, и звезды исчезли. И потом, не знаю... потом весь мир исчез. Но я был в тихом, спокойном, блаженном состоянии, и если это была смерть, то она стоит тысячи жизней. Если это была смерть, я хотел бы возвращаться в нее снова и снова».

Видимо, это случилось неосознанно, потому что Сократ

не был ни йогом, ни тантриком. Он не занимался никакими духовными практиками. Но он был великим мыслителем, и просто случайно могло выйти так, что он ночью пристально смотрел на звезды, и его взгляд внезапно обратился вспять, повернул внутрь. Вы можете тоже это попробовать. Звезды действительно очень хорошо подходят.

Лягте на землю и смотрите на черное небо, а потом зафиксируйте взгляд на одной из звезд. Сосредоточьтесь на ней и смотрите на нее пристально. Ограничьте свое сознание одной звездой, забудьте о других звездах. Мало-помалу все больше сужайте, концентрируйте свой взгляд. Другие звезды будут оставаться где-то на краю, на границе сознания. Но постепенно они исчезнут, и останется только одна звезда. Продолжайте смотреть, продолжайте смотреть. И наступит момент, когда и эта звезда исчезнет. А когда эта звезда исчезнет, вы предстанете перед самим собой.

Третья техника:

Увидь красоту человека или обычного предмета, как будто видишь их в первый раз.

Сначала несколько основных положений; потом вы сможете практиковать эту технику. Мы всегда смотрим на вещи старым взглядом. Вы приходите домой; вы смотрите на все, ничего не видя. Вы все здесь знаете – смотреть необязательно. Вы уже приходили домой много раз, много лет. Вы подходите к двери и входите в дом, может быть, отпираете сначала дверь. Но смотреть необязательно.

Весь этот процесс вы совершаете как робот, машинально, бессознательно. Только если что-нибудь не получается – если ключ не подходит к замку, – только тогда вы смотрите на замок. Если ключ подходит, вы никогда не смотрите на замок. Из-за механической привычки, из-за машинального повторения вы потеряли способность видеть; вы потеряли свежесть взгляда. Вы буквально потеряли способность видеть – учтите это. По сути, вы ослепли, потому что глаза вам не нужны.

Вспомните, когда вы последний раз смотрели на свою жену, на своего мужа? Наверное, последний раз это было несколько лет назад. Сколько лет вы их не видели? Вы ходите мимо и смотрите вскользь, но вы их не видите. Пойдите и еще раз посмотрите на свою жену или на своего мужа, так, будто видите их в первый раз. Почему? Потому что, когда вы видите в первый раз, вы смотрите свежим взглядом. Ваши глаза оживают.

Вы переходите улицу, и навстречу вам идет красивая женщина. Ваши глаза оживают – в них появляется свет. Они вдруг загораются. Может быть, эта женщина – чья-то жена, и ее муж каждый день проходит мимо нее как слепой. Может быть, он точно так же не видит ее, как вы не видите свою жену. Почему? Глаза нужны в первый раз, во второй раз они нужны уже меньше, а в третий раз они вообще не нужны. Несколько повторений, и вы слепнете. Мы живем как слепые.

Осознавайте. Когда к вам приходят ваши дети, вы их видите? Вы их не видите. Привычка убивает глаза; глазам становится скучно — всегда видеть одно и то же. На самом деле, ничто не повторяется и не остается прежним, вам только кажется так, из-за привычки. Ваша жена сегодня не такая, какой была вчера, и не может быть такой же — а если может, то она сверхъестественна! Ничто не может оставаться прежним даже миг спустя. Жизнь — это поток, все течет, ничто не остается прежним.

Не бывает двух одинаковых восходов солнца. В некотором смысле и само солнце не остается прежним. Каждый день оно ново — в нем происходят коренные изменения. И никогда не будет такого неба, как сегодня, и такое же утро никогда больше не наступит; каждое утро неповторимо, индивидуально. И краски в небе не соберутся и не сложатся опять в такой же узор. Но вы продолжаете жить так, будто все всегда одинаково.

Говорят, что нет ничего нового под солнцем. На самом деле, нет ничего старого под солнцем! Это только глаза становятся старыми, привыкают ко всему, и тогда ничто не ново. Для детей же все ново, вот почему все вызывает у них восторг. Достаточно цветного камушка на пляже, и они вне себя от волнения. Но вас не взволнует даже сам Господь Бог, если он явится к вам домой. Вы скажете: «Я его знаю, я про него читал». Дети так радуются, потому что их глаза свежи и новы, и все для них — новый мир, новое измерение.

Посмотрите, какие у детей глаза – как они свежи, как они сияют и излучают жизнь. Они похожи на зеркало – безмолвное, но проницательное. Только такие глаза могут проникнуть в сокровенное.

Итак, в этой технике говорится: Увидь красоту человека или обычного предмета, как будто видишь их в первый раз. Возьмите что угодно. Посмотрите на свои ботинки. Вы носите их уже много лет, но теперь посмотрите на них так, будто видите впервые. И вы заметите разницу: качество вашего сознания неожиданно изменится.

Не знаю, видели ли вы картину Ван Гога, где изображен его ботинок. Это одна из самых удивительных его картин. На ней только старый ботинок – такой усталый и грустный, как будто он уже на самом краю смерти. Всего лишь старый ботинок, – но посмотрите на него, почувствуйте его, и вы ощутите, какую долгую, скучную жизнь должен был прожить этот ботинок. Он так печален, как будто просит только о том, чтобы его отпустили из жизни; он так устал, его нервы истощены – совсем как старый человек, этот старый ботинок. Это одна из самых оригинальных картин. Но как Ван Гогу удалось это увидеть?

У вас тоже есть старые ботинки, даже еще более старые – более усталые, более мертвые, более печальные и удрученные, – но вы никогда не обращали на них внимания, не думали о том, что вы с ними сделали, как вы с ними обращались. А они рассказывают историю вашей жизни – потому что это

ваши ботинки. Они могут рассказать о вас все. Если бы ботинки умели писать, они написали бы самую достоверную биографию того человека, с которым им довелось жить, – описав каждое его настроение, каждую его сторону. Когда их владелец был влюблен, он был одним, а когда он сердился, он вел себя по-другому, обращался с ботинками по-другому. Ботинки были совсем не при чем, но все оставило на них свой след.

Посмотрите на картину Ван Гога, и вы поймете, что ему удалось рассмотреть в ботинках. Здесь все – вся биография человека, который их носил. Но как ему удалось увидеть? Чтобы быть художником, нужно вернуть себе взгляд ребенка, его свежесть. Он умеет смотреть на все – даже на самые обычные вещи. Он умеет видеть!

Сезанн нарисовал стул, самый обыкновенный стул; можно даже удивиться... зачем рисовать стул? Что в нем интересного? Но он работал над этой картиной несколько месяцев. Вы не остановитесь даже на минуту, чтобы посмотреть на стул, а он работал много месяцев, потому что он смог увидеть стул. И у этого стула были своя душа, своя история, свои радости и невзгоды. Он жил! Он прожил жизнь! У него были свой жизненный опыт, свои воспоминания. Все это раскрыто в картине Сезанна. А вы видите свои стулья? Никто не смотрит на свои стулья, не пытается их понять.

Подойдет любой предмет. Эта техника предназначена только для того, чтобы ваш взгляд стал свежим – таким све-

жим, живым и сияющим, чтобы он мог обратиться внутрь и позволить вам увидеть ваше внутреннее «Я». Увидь... как будто видишь впервые. Сделайте это своим правилом: видеть все, как в первый раз, – и когда-нибудь вы сами удивитесь тому, какого прекрасного мира вы были лишены. Вдруг вспомните и посмотрите на свою жену, как будто видите ее в первый раз. И очень возможно, что вы снова почувствуете ту же любовь, тот же прилив энергии, тот же магнетизм, как тогда, когда увидели ее впервые. Но смотрите так, как будто впервые, – на человека или на обычный предмет. Что это даст? Вы снова обретете способность видеть. Сейчас вы слепы. Прямо сейчас, такие, как вы есть, вы слепы. И эта слепота страшнее, чем физическая слепота, потому что у вас есть глаза, и все же вы не видите.

Иисус много раз говорил: «Имеющие глаза да увидят. Имеющие уши да услышат». Можно подумать, что он обращается к слепым или к глухим. Он все время это повторяет. Он что, попечитель какого-нибудь общества слепых? Он все время повторяет: «Имеющие глаза, смотрите». Наверное, он говорил с обычными людьми, у которых с глазами было все в порядке. К чему же такая настойчивость: «Имеющие глаза, смотрите»? Он говорит о тех глазах, о том взгляде, которые может дать вам эта техника.

Смотрите на все, что встречается на вашем пути, как будто видите в первый раз. Пусть это состояние станет для вас постоянным. Прикасайтесь ко всему, как в первый раз. Что

из этого получится? Вы освободитесь от своего прошлого. Вся тяжесть и грязь многочисленных пластов накопленного опыта – вы будете от них свободны.

Каждый миг уходите от прошлого. Не пускайте его в себя, не тащите его за собой – оставьте его. Смотрите на все, как в первый раз. Эта техника очень хорошо помогает освободиться от прошлого. Благодаря ей вы всегда будете в настоящем и постепенно придете с ним в гармонию. Тогда все будет ново. Тогда вы сможете понять слова Гераклита – нельзя войти в одну и ту же реку дважды.

Нельзя дважды увидеть человека – одного и того же человека, – потому что ничто не статично. Все подобно реке, все течет, течет и течет. Если вы свободны от прошлого и ваш взгляд видит настоящее, вы войдете в существование. При чем войдете вдвойне: вы войдете во все сущее, в его душу и также войдете в самого себя, потому что в настоящем раскрываются все двери. Все техники медитации тем или иным способом пытаются заставить вас жить в настоящем. Эта одна из самых красивых – и легких. Можете ее попробовать, вы ничем не рискуете.

Если вы смотрите свежим взглядом, то, даже когда проходите по одной и той же улице, это всегда новая улица. Если вы встречаетесь со своим другом, как будто еще незнакомы, или смотрите на свою жену так, как смотрели в первый раз, когда еще не были с ней знакомы, – можно ли сказать, что они до сих пор не остались для вас незнакомцем и незнаком-

кой? Вы прожили со своей женой двадцать, тридцать, сорок лет, но можете ли вы сказать, что знакомы с ней? Она все еще незнакомка – вы два незнакомца, живущие вместе. Вы знаете внешние привычки друг друга, внешние реакции, но внутреннее ядро существа остается неизвестным, недоступным.

Взгляните снова свежим взглядом, как в первый раз, и вы увидите прежнюю незнакомку, прежнего незнакомца. Ничто, ничто не стало старым; все по-прежнему ново. И тогда ваш взгляд обретет свежесть. Ваши глаза станут невинными. Эти невинные глаза умеют видеть. Эти невинные глаза смогут войти во внутренний мир.

Глава 22. «Третий глаз» и парапсихические силы взгляда

Первый вопрос:

Объясни, пожалуйста, взаимосвязь между обычными глазами и «третьим глазом». Каким образом техники взгляда воздействуют на «третий глаз»?

Прежде всего, нужно понять два момента. Во-первых, энергия третьего глаза – это та же самая энергия, которая поступает в обычные глаза. Энергия одна и та же. Просто она начинает течь в новый центр. Третий глаз уже есть, но он не действует; и он не начнет видеть, пока не перестанут видеть обычные глаза.

В него должна перейти та же самая энергия. Когда энергия не направляется в обычные глаза, она может течь в третий глаз, и когда она течет в третий глаз, два обычных глаза становятся невидящими. Они будут у вас по-прежнему, но вы не сможете ими смотреть. Не будет той энергии, которая через них смотрит; эта энергия потечет в новый центр. Этот центр находится между двумя глазами. Он уже есть, он развит, и он может начать действовать в любой момент. Но для этого ему нужна энергия, и прежняя энергия должна быть перенаправлена в новый канал.

Во-вторых, когда вы смотрите обычными глазами, вы

смотрите из физического тела. А третий глаз не относится к физическому телу. Он является частью второго тела, невидимого – сукшма шарир, духовного, невидимого тела. В физическом теле ему соответствует определенная точка, но он находится не в физическом теле. Вот почему физиологи не могут поверить, что существует третий глаз или что-то подобное: ведь ваш череп можно исследовать, проанализировать, проникнуть в него, просветить рентгеновскими лучами, и там не окажется никакой физической точки, никакого физического элемента, который можно было бы назвать третьим глазом. Третий глаз является частью невидимого тела – сукшма шарир.

Когда вы умираете, ваше физическое тело умирает, а сукшма шарир остается с вами; оно рождается снова. И пока невидимое тело не умрет, вы не сможете освободиться от цикла рождений и смертей, повторных рождений и повторных смертей. Этот цикл будет повторяться.

Третий глаз относится к невидимому телу. Когда энергия течет в физическом теле, вы смотрите физическими глазами. Вот почему при помощи физических глаз вы не видите ничего, кроме физического, материального. Обычные глаза относятся к материальному миру. Этими глазами нельзя увидеть ничего, что не относится к миру материи.

Только когда действует третий глаз, можно войти в другое измерение. Тогда можно увидеть то, что невидимо для физических глаз, но видимо для внутренних глаз. Когда действует

третий глаз, глядя на человека, вы видите его душу, его дух, а не его тело. Так же, как физическими глазами вы видите физическое тело, но не видите душу, то же самое происходит и тогда, когда вы используете третий глаз: вы смотрите, но не видите тела, вы видите лишь то, что обитает внутри тела.

Учтите два этих момента. Во-первых, в обоих случаях должна использоваться одна и та же энергия. Ее надо отозвать из обычных физических глаз и позволить ей течь в третий глаз. Во-вторых, третий глаз не является частью физического тела. Он принадлежит невидимому телу, второму телу, которое внутри. И поскольку он принадлежит невидимому телу, то когда вы смотрите из него, вы видите невидимый мир. Вы сидите здесь; если рядом с вами находится привидение, вы его не видите; но если ваш третий глаз начнет действовать, вы его увидите, потому что тонкие, неуловимые сущности видимы только для третьего глаза.

Как третий глаз связан с этими техниками? Очень тесно связан. На самом деле эти техники как раз и предназначены для открытия третьего глаза. Если ваши обычные глаза полностью замерли, если они стали совершенно неподвижными, статичными, будто окаменели, – нет ни малейшего движения, – течение энергии в них прекращается. Если вы останавливаете их, энергия перестает в них течь. Энергия течет – вот почему они продолжают двигаться. Все вибрации, движения вызываются течением энергии. Если же энергия не движется, не течет, ваши глаза становятся застывшими,

мертвыми – как глаза мертвеца.

Когда вы смотрите в одну точку пристальным взглядом, не позволяя глазам уходить куда-либо в сторону, создается статичность. И в какой-то миг та энергия, которая текла в этих глазах, прекращает в них течь. А энергии необходимо двигаться, энергия не может оставаться статичной. Когда обычные глаза закрыты для потока энергии, – если дверь вдруг закрывается и энергия не может поступать в глаза, – она пытается найти себе новый путь. А третий глаз совсем рядом, между бровями, на полдюйма вглубь. Он совсем рядом – это ближайшая точка.

Если ваша энергия не получает доступа к обычным глазам, она тут же начнет течь в третий глаз – это первое, что может произойти. Она как текущая вода: если вы закроете одно отверстие, она найдет другое – ближайшее... Она найдет его сама, вам не придется ничего делать специально. Надо просто перекрыть приток энергии в обычные глаза, и тогда она найдет себе новый путь и потечет в третий глаз.

И этот приток энергии в третий глаз перенесет вас в другой мир. Вы начнете видеть то, чего никогда не видели, начнете чувствовать то, чего никогда не чувствовали, начнете улавливать запахи, которых никогда не знали. Откроется новый мир, тонкий, невидимый мир. Он уже есть, он существует. Третий глаз есть, невидимый мир уже есть. Все это существует, только пока скрыто от вас.

Если вы начнете жить в этом измерении, вам многое от-

кроется. Например, если какой-то человек должен скоро умереть, то, если у вас активен третий глаз, вы немедленно узнаете, что этот человек скоро умрет. Никакой физический анализ, никакой физический диагноз не сможет точно показать, что он умрет. Самое большее, мы можем говорить о некоторой вероятности. Мы можем сказать, что, возможно, он умрет – при определенных условиях: «Если то-то и то-то останется без изменений, он может умереть; если предпринять то-то и то-то, возможно, он не умрет».

Медицинская диагностика пока еще не может быть точной в отношении смерти. Почему? Почему при таком развитии науки такая неопределенность в отношении смерти? Дело в том, что медицина пытается определить, предсказать приближение смерти на основании физических симптомов, но смерть относится к иному миру. Это невидимое явление, совершенно из другого измерения. Но если у вас действует третий глаз, вы просто вдруг чувствуете, что человек умрет. Как вы это чувствуете? Смерть накладывает свой отпечаток. Если человек должен умереть, смерть уже накрыла его своей тенью, и третий глаз всегда может уловить эту тень.

Когда рождается ребенок, люди, имеющие большой и глубокий опыт работы с третьим глазом, могут сразу же увидеть время его смерти. Но тогда тень еще очень бледна, прозрачна. Когда до смерти остается шесть месяцев, любой человек, у которого хоть немного действует третий глаз, может увидеть, что через шесть месяцев придет смерть. Тень сгущает-

ся. На вас буквально ложится темная тень, и ее можно почувствовать, уловить, но не обычными глазами.

С открытием третьего глаза вы начинаете видеть ауры. И если кто-то попытается вас обмануть, сказать неправду, у него ничего не получится, потому что если то, что он говорит, не согласуется с его аурой, вы это увидите. Он может говорить, что никогда не испытывает гнева, но его красная аура покажет, что он полон гнева. Он не сможет обмануть вас ни в чем, что отражается в ауре, потому что он ничего не знает о своей ауре. Обо всем, что он говорит, можно судить по ауре – правда это или нет. С открытием третьего глаза вы начинаете видеть свечение, ауру.

Так в прежние времена давали посвящение. Мастер ждал, пока аура не придет в надлежащее состояние, потому что от вашего желания тут ничего не зависело. Вы могли хотеть получить посвящение, но этого было мало, если только ваша аура не покажет, что вы готовы. Так что ученикам приходилось ждать годами, пока их аура не будет готова; само по себе желание быть посвященным ничего не значило. Иногда ждать надо было целые жизни.

Будда, например, много лет отказывался посвящать женщин. Как его ни просили, он не поддавался. В конце концов, он согласился посвящать женщин, но при этом сказал: «Теперь моя религия не проживет и пятисот лет; я иду на компромисс. Но поскольку вы настаиваете, я буду посвящать женщин».

В чем же была причина, почему он не хотел посвящать женщин? Главная причина была вот в чем: в мужском теле легко управлять сексуальной энергией. Мужчине легко стать безбрачным. В женском теле это трудно из-за менструаций – это явление бессознательно, неконтролируемо, произвольно. Извержением семени можно управлять, но менструациями нельзя управлять. А если пытаться ими управлять, это очень плохо воздействует на тело.

Во время менструации аура женщины полностью меняется: она становится сексуальной, агрессивной, депрессивной. Все негативное окружает женщину. И это случается каждый месяц. Только из-за этого Будда отказывался посвящать женщин. Он говорил, что есть трудности: потому что каждый месяц повторяется менструальный цикл, и с этим ничего нельзя сделать. Кое-что можно сделать, но во времена Будды это было трудно. Теперь это возможно.

Махавира вообще отрицал возможность достичь освобождения из тела женщины. Он говорил, что женщина должна снова родиться в теле мужчины, только тогда она сможет достичь освобождения. У женщин все усилия должны быть направлены на то, чтобы в следующий раз родиться мужчиной. Почему? Все дело в ауре.

Если дать посвящение женщине, каждый месяц она будет падать, и все усилия будут напрасны. Здесь нет никакой дискриминации, и вопрос о равенстве или неравенстве мужчины и женщины тут не стоит – дело не в этом. Для Махавиры

вопрос был в другом: как помочь? И он нашел более легкий путь: помочь женщине родиться в мужском теле. Это было легче. Это означало, что женщина должна была ждать следующей жизни и все свои усилия направлять на то, чтобы родиться в мужском теле.

Махавире показалось, что это легче, чем давать женщине посвящение, потому что каждый месяц она будет возвращаться в свое изначальное состояние, и все усилия будут напрасны. Но за эти две тысячи лет многое было сделано. И особенно много сделала Тантра.

Тантра открыла новые двери. Тантра является единственной системой в мире, которая не делает никаких различий между мужчиной и женщиной. Скорее наоборот, она говорит, что женщине легче достичь освобождения, и по той же самой причине, если только рассмотреть ее под другим углом. Тантра говорит, что в силу того, что женское тело само регулирует себя посредством менструального цикла, женщине легче разотождествиться с телом, чем мужчине. Поскольку ум мужчины в большей степени обусловлен телом, он регулирует тело волей. Ум мужчины больше обусловлен телом, связан с телом, вот почему он может управлять своей сексуальностью.

Ум женщины не настолько связан с телом. Тело женщины живет в автоматическом режиме – отдельно, в другой плоскости, независимо от ее воли. Ее тело – как автоматическая система; оно действует само по себе. Тантра говорит,

что именно поэтому женщине легко разотождествиться с телом. И если ей это удастся – достичь такой обособленности, непривязанности – тогда проблем не будет.

Это парадоксально: если женщина решит быть безбрачной и непривязанной к телу, она сможет легче поддерживать свою чистоту, чем мужчина. Если разотождествление случилось, женщина может забыть о теле. Мужчина тоже может легко отстраниться от тела, ему очень легко контролировать его, управлять им, но его ум в большей степени обусловлен телом. Вот почему он может управлять телом, – но тогда он должен будет управлять им каждый день, непрерывно контролировать. А поскольку женская сексуальность пассивна, женщине очень легко расслабиться и просто забыть о сексе. Мужская сексуальность активна. Мужчине легко контролировать секс, но трудно забыть о нем.

Итак, Тантра исследовала много, много разных путей – это единственная система, которая говорит, что между мужчиной и женщиной нет принципиальных различий, и что женскую структуру в равной степени можно использовать. Таким образом, Тантра – единственный путь, который предоставляет женщине статус равенства с мужчиной. Все другие религии, что бы они ни говорили, по существу, отводят женщине низшее положение. Будь то христианство, будь то ислам, джайнизм или буддизм, – все они, по сути, считают, что женщина ниже мужчины. И причина – в «диагностике» ауры при помощи третьего глаза – каждый месяц во время

менструаций у женщины формируется определенная аура.

Третий глаз дает вам возможность видеть то, что существует, но невидимо для обычных глаз. Все методы взгляда воздействуют на третий глаз, потому что взгляд обычных глаз означает, что энергия течет от вас к внешнему миру. И если этот поток энергии заблокировать, если внезапно его перекрыть, энергия начнет искать другой путь – а третий глаз совсем рядом.

В Тибете даже проводились хирургические операции над третьим глазом. Иногда третий глаз бывает заблокирован из-за того, что им не пользовались много тысяч лет. Если ваш третий глаз заблокирован и обычные глаза останавливаются, замирают, появится определенный дискомфорт, потому что энергия собирается, но ей некуда течь. В Тибете разработали специальные операции для прочистки канала. Это можно сделать. А если этого не сделать, то могут быть разные неприятности.

Два или три дня назад ко мне пришла одна из саньясинок – она сейчас здесь. Она сказала: «Я чувствую сильное жжение в точке „третьего глаза“». И это было не просто ощущение: на коже появился ожог, как будто что-то обожгло ее снаружи. Жжение было внутри, ощущение было внутреннее, но оно подействовало на кожу. На коже был сильный ожог. Она испугалась – что происходит? Ощущение было приятным, тепло было очень приятным, как будто что-то таяло. Что-то происходило, но это повлияло даже на физическое тело, как

будто его действительно обжег настоящий огонь.

В чем была причина? Третий глаз начал действовать, в него потекла энергия. Многие жизни он оставался холодным; в нем никогда не было энергии. А когда куда-то впервые начинает поступать энергия, она ощущается как тепло. Когда энергия поступает в первый раз, она ощущается как жар, жжение. И поскольку она должна проложить себе путь и преодолеть сопротивление, она действительно может обжечь, как огонь. Она становится очень концентрированной, и эта концентрированная энергия пробивается в третий глаз.

В Индии на точку третьего глаза наносят определенные вещества – порошок сандала, гхи и другие. Эта отметка называется тилак. Она наносится на точку третьего глаза, чтобы снаружи кожа охлаждалась, и если внутри возникнет жар и огонь, чтобы это не воздействовало на кожу. Возможны не только ожоги на коже, иногда эта энергия может даже пробить череп.

Я читал одну книгу, это одна из самых глубоких книг, и она посвящена одной из самых больших загадок – возникновению человека на Земле. Всегда существовали предположения о том, что человек пришел с какой-то другой планеты, потому что кажется невозможным, чтобы человек мог ни с того ни с сего развиться на этой Земле. Кажется невозможным, чтобы человек мог эволюционировать из бабуина или из шимпанзе. Между ними нет никакой связи; ведь если бы человек произошел от шимпанзе, был бы какой-то по-

степенный переход, какие-то промежуточные звенья, нечто среднее между шимпанзе и человеком, – но таких звеньев нет. При всех имеющихся в настоящее время данных и открытиях до сих пор не найдено ни одного скелета, ни одного черепа или другого фрагмента, который свидетельствовал бы о существовании промежуточного этапа между шимпанзе и человеком.

Эволюция предполагает шаги, этапы. Обезьяна не могла просто так превратиться в человека – это должно было происходить поэтапно. Но доказательств нет, поэтому теория Дарвина остается гипотезой. Нет промежуточных звеньев.

Поэтому всегда существовали фантастические предположения, что человек появился на Земле внезапно. Был найден череп человека, датируемый очень ранней эпохой, за сотни тысяч лет до нас. Но он ничем существенно не отличается от любого другого человеческого черепа – такая же форма, такое же строение. Что касается умственной структуры, мы с тех пор несколько не эволюционировали.

Так что вполне вероятно, что человек внезапно появился на Земле. Возможно, он прилетел с какой-то другой планеты. Сейчас, например, мы можем совершать космические путешествия, и если мы найдем какую-нибудь подходящую для жизни планету, мы заселим ее – тогда там внезапно появится человек. Так вот, я читал одну книгу о таком предположении, и автор приводит много доказательств в пользу своей гипотезы.

И вот что я хотел вам рассказать, к вопросу о техниках взгляда. Автор книги нашел два черепа – один в Мексике и один в Тибете. В обоих черепах пробиты отверстия на месте третьего глаза, причем отверстия такие, что они могли быть сделаны только ружейной пулей. Черепа имеют возраст от полумиллиона до миллиона лет. Если бы отверстия были пробиты стрелой, они не были бы круглыми. Они такие круглые, что не могли быть сделаны стрелой; такие отверстия может оставить только пуля. На основании этого автор пытается доказать, что миллион лет назад уже существовали пули. Иначе как могли быть убиты эти два человека?

На самом деле, это вовсе не доказывает какую-либо связь с пулями. Такое отверстие может образоваться, если третий глаз полностью заблокирован и начинается внезапный приток энергии. Энергия становится как пуля, летящая изнутри – точно как пуля. Это концентрированный огонь, и он может прожечь отверстие. Два этих черепа с отверстиями говорят не о том, что те люди были убиты пулями, а о том, что происходили определенные явления, связанные с третьим глазом. Третий глаз был полностью заблокирован, и энергия достигла высокой концентрации. Когда движение обычных глаз остановилось, энергия не могла больше течь, и она стала огненной. Тогда случился взрыв. Как раз для того, чтобы избежать подобных случаев, в Тибете придумали и начали применять такие методы – проделать отверстие, чтобы энергия могла течь свободно.

Так что, если вы будете пробовать техники взгляда, помните: если возникает ощущение жжения, пугаться не стоит. Но если вы чувствуете, что энергия становится непереносимо обжигающей, огненной, как будто изнутри выпущена пуля, и она пытается пробить череп – прекратите практику и немедленно приходите ко мне. Не продолжайте. Если почувствуете, как будто изнутри пробивается пуля, готовая разнести череп, остановитесь. Откройте глаза, и пусть они будут как можно подвижнее. Ощущение тут же прекратится, энергия уйдет в глаза. И не возобновляйте практику, пока не поговорите со мной; потому что иногда случалось так, что энергия пробивала череп.

Но даже если это случается, ничего страшного. Даже если человек при этом умирает, ничего страшного – потому что им достигнуто нечто такое, что за пределами смерти. Но чтобы напрасно не подвергать свою жизнь опасности, остановитесь, если почувствуете, что происходит что-то не то, – это относится к любому методу, не только к этому. В любом случае, если вы чувствуете, что вам может стать плохо, лучше остановиться. Сейчас в Индии учат множеству методов, и многие, многие ищущие напрасно страдают, потому что те, кто их учит, даже не осознают опасности. А те, кто следует, следуют слепо. Они не знают, куда направляются и что делают.

Именно поэтому я рассказываю о каждом из этих ста двенадцати методов в отдельности – чтобы вы поняли каждый

метод, узнали все его возможности и опасности, и чтобы потом могли решить, какой из методов вам лучше всего подходит. Тогда, практикуя какой-то метод, вы будете ясно себе представлять, что может произойти, чего можно ожидать, и если что-то случится, как с этим справиться.

Второй вопрос:

Замечено, что у тех людей, которые практикуют парапсихические науки, глаза напряженные и пугающие. Объясни, пожалуйста, с чем это связано и как это предотвратить?

Конечно, у тех, кто практикует гипнотизм, месмеризм, магнетизм и тому подобные вещи, глаза становятся очень напряженными – это естественно, ведь они пытаются направлять энергию в глаза силовым путем. Они собирают всю свою энергию в глазах только для того, чтобы влиять, производить впечатление или подавлять других. Их глаза перенапряжены, потому что в них собирается слишком много энергии, больше, чем они могут выдержать. Их глаза краснеют и становятся напряженными, и если вы посмотрите в них, то почувствуете внезапную дрожь: такие люди пользуются глазами как орудием господства. Когда они смотрят на вас, они посылают к вам свою энергию, чтобы подавить вас, подчинить себе. С помощью глаз очень легко подчинять себе других.

Так было, например, в случае с Распутиным, который управлял людьми, пользуясь одной только силой взгляда.

Распутин был обычным крестьянином, необразованным человеком, но у него был очень гипнотический взгляд, и он научился этим пользоваться. Когда он смотрел на вас, вы не помнили себя, и в этот момент он мог телепатически внушить вам что угодно, отдать любой приказ – и вы подчинялись. Так он управлял царем и царицей, царской семьей, а через них и всей Россией. Ничто не делалось без его воли.

Вы тоже можете обрести такой взгляд – это нетрудно. Надо только научиться собирать всю энергию тела в глазах. Они переполняются, и тогда, стоит вам посмотреть на кого-то, энергия начинает течь к этому человеку. Она обволакивает его, проникает в его ум, и от этого вторжения энергии у человека наступает шок, так что он теряет способность думать. Это явление не столь уж редкое и бывает не только с человеком; оно широко распространено в животном мире. Есть звери, которые просто смотрят на свою жертву, и если только жертва посмотрит на них, ей конец. Тогда глаза жертвы оказываются прикованы к хищнику, она не может пошевелиться, не может убежать.

Это хорошо знают охотники – у них вырабатывается большая сила взгляда благодаря тому, что им все время приходится выслеживать добычу в темноте. Их глаза становятся сильными. Воры и охотники, благодаря своей профессии, постепенно накапливают в глазах много энергии.

Например, перед охотником появляется лев, а у него нет под рукой оружия, он оказывается в безвыходном положе-

нии. Вот что всегда делают в такой ситуации: охотник должен пристально смотреть льву в глаза, и дальнейшее уже зависит от того, чьи глаза окажутся более магнетическими – глаза охотника или глаза льва. Если у льва меньше магнетической силы, и охотнику удастся собрать всю свою энергию в глазах... А это легко – он это сделает, потому что перед лицом смерти человек способен на все. Когда смерть рядом, человек мобилизуется. Если охотник будет твердо смотреть льву в глаза, забудет обо всем и будет просто смотреть, если он вложит всего себя в этот взгляд, из его глаз потечет такая энергия, что лев убежит. Он испугается.

При помощи взгляда вы можете устремлять наружу всю свою энергию, но если вы будете это делать, ваши глаза станут очень напряженными: вы не сможете спать, не сможете расслабиться. Поэтому все те, кто стремится господствовать над другими, беспокойны. Если вы посмотрите на их лица, то увидите, что их глаза живые, но сами лица мертвые. Посмотрите на любого гипнотизера: его глаза очень живые, но лицо мертвое, потому что его глаза оттягивают всю энергию и лицу ничего не остается.

Не делайте этого, потому что господство над другими бесполезно; полезно только господство над самим собой. Вы расходуете энергию без всякой пользы, впустую. Вам это ничего не дает, кроме эгоистического чувства, что вы сильнее других. Это зло, черное искусство. В этом различие между черной и белой магией. В черной магии вы используете свою

энергию и расходуете ее впустую, пытаетесь управлять другими. В белой магии применяются те же методы, но энергия используется на то, чтобы управлять своей собственной жизнью, чтобы стать господином самому себе.

И имейте в виду, что иногда можно перепутать... Если среди вас окажется будда, вы попадете под его влияние, хотя он и не будет пытаться влиять на вас. Он не пытается господствовать, но вы почувствуете его господство, потому что он господин самому себе. И он господин до такой степени, что все окружающие, все, кто оказывается рядом с ним, становятся рабами. Но он не прикладывает к этому никаких намеренных усилий. Как раз наоборот, он будет постоянно настаивать: «Будьте господином самому себе». Он будет постоянно напоминать об этом, потому что он знает о своей силе.

Будда знает, что каждый, кто приходит к нему, становится рабом. Он ничего для этого не делает, не пытается господствовать, но он знает, что так случится. Последними словами Гаутамы Будды были: «Будьте светом самим себе».

Он должен был умереть, и за день до его физической смерти Ананда спросил у него:

– Что мы будем делать, когда тебя больше не будет?

Будда ответил:

– Это хорошо, что меня больше не будет. Тогда ты сможешь быть господином самого себя. Будьте светом самим себе, забудьте меня. Так будет лучше – когда меня не будет, вы освободитесь от моего господства.

Тот, кто стремится подчинять себе других, будет всеми способами пытаться сделать вас рабом. Это зло, сатанинское зло. А тот, кто стал господином самому себя, поможет и вам стать господином, мастером, и он сделает все возможное, чтобы ограничить, смягчить свое влияние на вас. Этого можно добиться многими способами.

В качестве примера я расскажу вам один случай. Успенский, ближайший ученик Гурджиева, работал под его руководством десять лет. С Гурджиевым было очень трудно работать. Он был человеком бесконечной магнетической силы. Он притягивал всех, кто находился рядом.

С такими людьми невозможно быть безразличным – вы или поддаетесь их притяжению, или пугаетесь и становитесь их врагом. Вы будете или за, или против них, но не сможете остаться равнодушным. И эта враждебность вырабатывается только в целях самозащиты. Если вы оказываетесь рядом с человеком с высоким уровнем магнетизма, вы или становитесь его рабом, или, просто ради самозащиты, становитесь его врагом – потому что это защитная мера.

Успенский пришел к нему, долгое время оставался с ним, работал с ним, и Гурджиев не передавал ему никаких теоретических знаний. Он был человеком действия. Он давал техники, и надо было работать. И Успенский достиг определенного уровня кристаллизации. Он стал цельным человеком; произошла трансформация. Он не был еще полностью просветленным, но спал уже не так крепко, как все мы. Он был

в промежуточном состоянии, на самой грани.

Когда вы чувствуете, что приближается утро, вы начинаете улавливать звуки, которые указывают на приближение утра; вы спите, но не совсем. Сон вот-вот уйдет. Но вы еще не проснулись, вы можете снова заснуть. Вы у самой поверхности, на грани пробуждения.

И когда Успенский был близок к пробуждению, он подумал, что теперь Гурджиев начнет активно помогать ему, потому что помочь было самое время. Но Гурджиев вдруг стал вести себя так странно, что Успенскому пришлось его покинуть. Он начал обращаться с ним так странно, делать такие абсурдные вещи, такие противоречивые, бессмысленные – на поверхностный взгляд, – что Успенский был вынужден сам уйти от него.

Гурджиев его не прогонял. Успенский оставил его по собственному решению; он стал его врагом и объявил, что Гурджиев сошел с ума. Он сам стал учителем, и он всегда говорил ученикам: «Я учу вас по Гурджиеву, который был моим учителем, но теперь сошел с ума». Он говорил: «Согласно раннему Гурджиеву...» Он не говорил о позднем Гурджиеве.

Но на самом деле Гурджиев сделал это из глубокого сострадания. Настал момент, когда Успенский должен был остаться один; в противном случае он попал бы в постоянную зависимость. Настал момент, когда его нужно было оттолкнуть, отстранить, причем таким образом, чтобы он не догадался, что его отстранили сознательно.

Люди, подобные Будде или Гурджиеву, влияют на других без всяких сознательных усилий со своей стороны, вас просто притягивает к ним. Но они делают все возможное, чтобы ограничить это притяжение: чтобы вы не попадали под их гипнотическое влияние, не подчиняли себя их воле. И они постараются помочь вам самим встать на ноги, чтобы вы сами стали своим господином.

У тех, кто стремится господствовать над другими, глаза напряженные, зловещие. Вы не почувствуете в их глазах невинности, вы не почувствуете в их глазах чистоты. Вы почувствуете притяжение, но это притяжение будет действовать как алкоголь. Вы почувствуете магнетическую силу, но эта сила будет направлена не на то, чтобы освободить вас, а чтобы поработить.

Запомните: никогда не используйте никакую силу, никакую энергию, чтобы господствовать над другими людьми, подчинять их себе. Будда, Махавира, Иисус всегда особо это отмечали, и они постоянно повторяли, что с того момента, как вы вступаете на духовный путь, вы должны быть преисполнены любви ко всем, даже к своим врагам. Потому что, когда вы полны любви, вы не попадете под влияние той внутренней силы, которая стремится господствовать и подавлять.

Противоядием может служить только любовь. В противном случае, когда к вам придет энергия, и вы будете переполнены ею, вы начнете кого-то подавлять, кем-то манипулировать. Это случается сплошь и рядом. Я встречал много,

много таких людей... Я начинаю им помогать, они немного вырастают, и как только они чувствуют, что у них появляется какая-то сила, они тут же начинают этим пользоваться и подавлять других.

Запомните: никогда не используйте духовную энергию для господства над другими. Вы зря тратите свои силы. Рано или поздно вы снова их лишитесь и останетесь ни с чем. Это пустая трата энергии, но от нее очень трудно удержаться, потому что вы понимаете, что теперь способны делать определенные вещи. Если вы прикоснулись к больному человеку, и он выздоровел, как вы можете удержаться от того, чтобы не прикоснуться к кому-то еще? Как вы можете удержаться?

Если вы не сможете удержаться, вы растратите свою энергию впустую. Вы чего-то достигли, но скоро вы пустите все на ветер. А ум очень хитер, он может убедить вас, что, исцеляя других, вы помогаете им. Но, скорее всего, это только уловка ума, потому что, если в вас нет любви, какое вам дело до других людей, до их болезней или здоровья? Вам нет до них дела. На самом деле, вас интересует власть над ними. Если вы можете исцелять, значит, можете господствовать.

Вы можете говорить: «Я только помогаю им», но, даже помогая, вы просто пытаетесь подчинить их себе. Ваше эго получит удовлетворение, это послужит ему пищей. Поэтому во всех древних трактатах говорится: остерегайтесь. Остерегайтесь, потому что, когда вы получаете какую-то энергию, вы оказываетесь в опасной ситуации. Вы можете растратить

эту энергию, выбросить ее впустую. Когда вы обретеете какую-то силу, держите это в секрете; пусть никто не знает об этом.

Иисус говорил: «Пусть ваша левая рука не знает о том, что делает правая». В суфийской мистической традиции говорится, что, когда начинает приходить энергия, не следует даже молиться рядом с другими, не следует ходить в мечеть вместе с другими. Почему? Когда у вас появляется какая-то сила, то если вы будете молиться, и рядом будут присутствовать другие люди, они тут же почувствуют, что что-то происходит. Поэтому суфии говорят, что в таком случае вы должны совершать молитву глубокой ночью – в полночь, – когда все спят и никто не может почувствовать, что с вами что-то происходит. Никому не рассказывайте о том, что с вами происходит.

Но ваш ум не умеет молчать. Если что-то произойдет, вы тут же пойдете и сообщите всем эту радостную новость: с вами что-то случилось. Тогда вы все пустите на ветер. И если вы произведете на кого-то впечатление, это будет единственное ваше приобретение – о вас будут высокого мнения, вот и все. Это не очень выгодная сделка. Подождите! Наступит момент, когда ваша энергия накопится; она достигнет такого уровня, что произойдет интеграция, трансформация. Тогда вокруг вас все будет случаться само собой, без каких-либо усилий с вашей стороны. И только тогда вы сможете помогать другим обрести господство над самими собой – когда

вы сами станете себе господином.

Мне вспоминается один суфийский мистик, Джуннайд. Однажды к нему пришел человек и сказал:

– Джуннайд, мастер, великий мастер, я пришел узнать твой внутренний секрет. Люди говорят, что у тебя есть золотой секрет, и ты до сих пор никому не раскрывал его. Я сделаю все, что ты пожелаешь, только открой мне этот секрет.

Джуннайд сказал:

– Я хранил, берег этот секрет тридцать лет. А сколько ты готов ждать? Тебе придется подготовиться. Я хранил секрет тридцать лет, и я готов открыть его тебе. Но насколько хватит твоего терпения?

Человек испугался. Он сказал:

– А сколько ты хочешь, чтобы я ждал?

– Хотя бы тридцать лет, – ответил Джуннайд. – Это не так уж много, я прошу не слишком много.

– Тридцать лет? – сказал человек. – Я должен подумать.

Но Джуннайд сказал ему:

– Тогда, если ты снова придешь, я уже не соглашусь уступить тебе этот секрет через тридцать лет. Учти, если ты решишь прямо сейчас, тридцать лет остаются в силе. А в противном случае я тоже должен буду подумать.

И человек согласился.

Говорят, что он оставался с Джуннайдом тридцать лет. Наконец, наступил обещанный день; и вот он пришел к Джуннайду и сказал ему:

– Передай мне свой секрет.

А Джуннайд сказал:

– Я передам его тебе при одном условии: ты должен держать его в тайне. Ты не должен раскрывать его никому. Пусть этот секрет умрет вместе с тобой, никто не должен его узнать.

Человек воскликнул:

– Зачем ты отнял тридцать лет моей жизни? Тридцать лет я ждал возможности узнать твой секрет лишь для того, чтобы рассказать его другим, а теперь оказывается, что есть условие! Какая польза в том, что я его узнаю, – ведь его нельзя никому рассказать? Если ты ставишь такое условие, тогда уж лучше не передавай мне секрета; иначе я буду терзаться тем, что я что-то знаю, но не могу рассказать другим. Так что, будь добр, не раскрывай мне этот секрет. Ты отнял тридцать лет моей жизни. Мне осталось уже недолго, так что дай мне дожить спокойно. Это слишком тяжелый груз – что-то знать и не говорить другим.

Пусть все, чего бы вы ни достигли, практикуя какой-либо духовный метод, остается тайной. Не рассказывайте всем и каждому об этом, не старайтесь использовать это никаким образом. Пусть этот результат останется неиспользованным, чистым. Лишь тогда он будет использован для внутренней трансформации. Если вы используете его на внешние цели, он будет потерян напрасно.

Третий вопрос:

Ты говорил, что быстрые движения глаз, REM, свидетельствуют о мыслительных процессах, и что если остановить движения глаз, мыслительные процессы также остановятся. Но разве подобное физиологическое управление умственными процессами, такая остановка движения глаз, не создает такое же психическое напряжение, какое возникает, когда наши глаза долгое время закрыты повязкой?

Прежде всего, как считается в Тантре, ваши ум и тело не отделены друг от друга. Всегда помните об этом. Не говорите о «физиологических процессах» и «умственных процессах». Это не два разных явления – это две части одного целого. Все, что вы предпринимаете на физиологическом уровне, влияет на ум. И все, что вы предпринимаете на психологическом уровне, влияет на тело. Это не два отдельных образования, а единое целое.

Можно сказать, что тело является твердым состоянием некоторой энергии, а ум является жидким состоянием той же энергии – той же самой энергии! Поэтому, что бы вы ни делали на физиологическом уровне, не думайте, что нечто происходит только на физиологическом уровне. Не спрашивайте, как это может вызвать какие-то изменения в уме. Что происходит с вашим умом, когда вы принимаете алкоголь? Алкоголь входит в тело, а не в ум, но что происходит с умом? Если вы принимаете ЛСД, наркотик входит в тело, а не в ум, но что происходит с умом?

Или, когда вы голодаете – голодает тело, но что происходит с умом? Или посмотрим с другой стороны: если у вас появляются сексуальные мысли, что происходит с телом? Тело немедленно реагирует. В уме вы думаете об объекте сексуального желания, и тело тут же начинает готовиться.

В свое время Уильям Джеймс выдвинул одну теорию. В первой половине этого века она казалась абсурдной, но в определенном смысле она верна. Вместе с другим ученым, Ланге, он вывел эту теорию, и сейчас она называется теорией Джеймса – Ланге.

Обычно говорят, что человек испугался и поэтому убежал, или что он рассердился, и поэтому его глаза налились кровью и он набросился на своего врага. Но Джеймс и Ланге утверждали совершенно обратное. Они говорили, что вы испытываете страх потому, что убегаете, и что вы приходите в гнев, потому что ваши глаза наливаются кровью, и вы начинаете бить своего врага. То есть все наоборот. Они говорили: если это не так, покажите нам хотя бы одного разгневанного человека, у которого глаза не были бы красными и тело никак не реагировало – был бы просто гнев. Не позволяйте своему телу реагировать и попробуйте разозлиться – тогда вы поймете, что это невозможно.

В Японии родители учат детей очень простому методу контроля над гневом. Они говорят: всякий раз, когда вы чувствуете гнев, не реагируйте, ничего не делайте, просто начните глубоко дышать. Попробуйте, и вы не сможете рассер-

диться. Почему? Только потому, что вы глубоко дышите? Но рассердиться станет невозможно. Причины две... Вы начинаете глубоко дышать, а для гнева требуется определенный ритм дыхания. Без этого ритма гнев невозможен. Для гнева необходим определенный ритм дыхания, или же хаотическое дыхание.

Если вы глубоко дышите, гнев не может выйти наружу. Если вы сознательно поддерживаете глубокое дыхание, выражение гнева невозможно. Для гнева требуется другой ритм дыхания. Вам не нужно его создавать, гнев сделает это сам, — нужно только, чтобы вы его позволили. А при глубоком дыхании вы не сможете быть в гнев.

И, во-вторых, ум переключается. Когда, почувствовав гнев, вы начинаете глубоко дышать, ваш ум переключается с гнева на дыхание. Тело не готово к выражению гнева, и фокус ума перемещается на что-то другое. Тогда гнев почти невозможен. Вот почему японцы лучше всех на Земле умеют себя контролировать. Секрет в тренировке, которая начинается с самого детства.

Трудно встретить нечто подобное в других местах, но в Японии это можно наблюдать даже сегодня... Это явление встречается все реже и реже, потому что в Японии остается все меньше и меньше японского. Япония подвергается влиянию Запада, методы и традиции утрачиваются. Но это было и все еще имеет место сегодня.

Один из моих друзей был в Киото, и он написал в письме:

«Сегодня я был свидетелем удивительного случая, и я хочу рассказать вам о нем. И когда я вернусь, мне хотелось бы понять, как такое возможно. Одного человека сбила машина. Он упал, поднялся, поблагодарил водителя и пошел дальше – он поблагодарил водителя!»

В Японии это возможно. Наверное, он сделал несколько глубоких вдохов, и это стало возможным. Вы переходите в другое состояние и тогда можете даже поблагодарить человека, который чуть не убил вас.

Физиологические и психологические процессы – не два разных явления, а одно целое; и можно начать с любого полюса, чтобы воздействовать на другой полюс и изменить его. Любая наука так и делает. Тантра, например, глубоко верит в тело. Только философия неопределенна, беспочвенна, идеалистична – она все время начинает с чего-то другого. Но любой по-настоящему научный подход непременно начнет с тела, потому что тело – в пределах вашей досягаемости. Если я буду говорить о чем-то таком, что для вас сейчас недоступно, вы можете слушать, можете запоминать и обсуждать, но ничего реального не произойдет. Вы останетесь прежним. Вы будете накапливать информацию, но ваше существо не изменится. Ваши знания будут увеличиваться, но на уровне существа вы останетесь все той же жалкой посредственностью; с существом ничего не произойдет.

Запомните: тело – это то, что вам доступно; прямо сейчас вы можете начать что-то делать на уровне тела и через него

изменить свой ум. Постепенно вы станете господином своего тела, и тогда вы станете также господином своего ума. А когда вы станете господином своего ума, постепенно вы измените его – и выйдете за его пределы. Когда изменяется тело, вы выходите за пределы тела. Когда изменяется ум, вы выходите за пределы ума. Но всегда делайте то, что вы можете сделать.

Например, вы не можете прямо сейчас вдруг обрести власть над своим гневом, стать как Будда. Разве вы это можете? Но вы можете изменить свое дыхание, и тогда вы ощутите некоторый результат, некоторую внутреннюю перемену. Попробуйте. Если вы чувствуете, что вами овладевает страсть, сексуальная страсть, сделайте несколько глубоких вдохов, и вы почувствуете эффект: страсть рассеется.

Лора Хаксли, жена Олдоса Хаксли, написала прекрасную книгу – простые методы, помогающие в определенных ситуациях. Если вы рассержены, злитесь на кого-то, Лора Хаксли предлагает просто напрячь лицо. Можно сделать это так, чтобы никто не видел, – например, закрывшись в комнате.

Перед вами сидит какой-то человек, и вы на него злитесь – просто напрягите лицо. Продолжайте напрягать, сколько только сможете, а потом вдруг расслабьте мышцы. И вы заметите изменение – вы почувствуете, что гнев прошел. А если он не пройдет, повторите то же самое еще раз. И продолжайте повторять – дважды, трижды... Что при этом происходит? Когда вы напрягаете мышцы лица и удерживаете их в

напряжении, та энергия, которая должна была стать гневом, переходит в мышцы лица. Энергия очень легко переходит в мышцы лица.

Что вы чувствуете, когда злитесь, сердитесь? Вам хочется кого-то побить кулаками. Значит, есть энергия – так израсходуйте ее. Если вам удастся ее израсходовать, она рассеется. Ваше лицо расслабится, и другой человек даже не узнает о вашем гневе. Вы будете выглядеть так, будто ничего не случилось. И если вы начнете применять эти приемы, вы будете все больше и больше осознавать, что энергию можно трансформировать, перенаправлять, останавливать, высвобождать или удерживать от высвобождения, или использовать как-то по-другому. Если вы научитесь использовать свою энергию, вы обретете власть над нею. И тогда однажды вы научитесь вообще ее не использовать – вы сможете ее сохранять.

Сжимать кулаки – занятие не для будды. Для будды оно бесполезно, потому что это пустая трата энергии. Но для вас оно полезно. По меньшей мере, кто-то будет спасен от вашего нападения, и не возникнет замкнутый круг. Если вы наброситесь на кого-то в гневе, он ответит вам тем же, и этому не будет конца. Потом вы не будете спать всю ночь, или даже целую неделю – у вас останется осадок. И из-за этого осадка вы можете начать делать такие вещи, которых совсем не собирались делать. И не говорите, что все это только физиологические процессы. Вас определяют физиологические

процессы, что тут поделаешь? Вы есть физиология – этого факта нельзя отрицать. Используйте свою энергию. Не нужно ее отвергать.

Когда вы закрываете глаза, иногда вы можете почувствовать, что в них возникает некоторое напряжение или дискомфорт. Чтобы избежать этого, можно сделать вот что. Во-первых, когда вы закрываете глаза, делайте это без напряжения, пусть они будут расслаблены. Если вы закроете глаза с усилием, возникнет напряжение. Тогда ваши глаза устанут, и вы почувствуете дискомфорт. Расслабьте лицо, расслабьте глаза, пусть они закроются. Я имею в виду, пусть они закроются сами, не закрывайте их с усилием. Расслабьтесь! Будьте расслаблены. Пусть веки опустятся, и глаза закроются. Не прикладывайте к этому никакого усилия! Когда вы прикладываете усилие, это плохо.

Если вы не ощутите разницы, сделайте вот что: сначала закройте глаза с усилием. Напрягите все лицо, сильно напрягите, и потом с усилием закройте глаза. Несколько секунд оставайтесь в напряжении и затем расслабьтесь. Потом снова закройте глаза, но уже расслабленно – тогда вы почувствуете, в чем разница. Ничего не делайте через силу, с напряжением – иначе вы устанете.

Во-вторых, когда ваши глаза закрыты и лицо расслаблено, пусть глаза смотрят так, как будто вокруг стало совсем темно. Вы в полной темноте. Представьте, что вас окружает тьма, густая непроглядная тьма, глубокая, темная ночь. Про-

должайте чувствовать эту темноту. Это поможет вашим глазам прекратить всякие движения. Если ничего нельзя увидеть, глаза остановятся. Будьте в темноте.

Можно попробовать это в темной комнате. Откройте глаза и смотрите в темноту, потом закройте глаза и продолжайте чувствовать темноту. Снова откройте глаза, чувствуйте темноту, потом закройте глаза и чувствуйте темноту внутри. Темнота действует очень расслабляюще. И снаружи, и внутри вас темно; все мертво – темно и мертво. То и другое взаимосвязано. Вот почему мы изображаем смерть черной, темной. Во всем мире смерть изображают черной, и люди боятся темноты.

Практикуя этот метод, чувствуйте темноту, любите темноту и ощущайте внутри, что вы вот-вот умрете. Вокруг вас темно, вы умираете. Тогда глаза остановятся. Вы почувствуете, что глаза не могут двигаться, – движение прекратилось. И в этой остановке в какой-то момент энергия взорвется и хлынет в «третий глаз». Вы услышите, как она стучит, пытаясь пробиться. Вы почувствуете ее: потечет тепло, огонь – огненный поток, прокладывающий себе новое русло.

Не пугайтесь. Помогайте ей, сотрудничайте с ней; позвольте ей течь; станьте ею. И когда «третий глаз» впервые откроется, темнота исчезнет, и появится свет – свет без источника. Вы видели свет, но у него всегда был источник. Свет исходит или от солнца, или от звезд, или от луны, или от светильника, но какой-то источник всегда есть.

Когда ваша энергия придет в «третий глаз», вы узнаете свет без источника. Он не возникает ни из какого источника, он просто есть; он ниоткуда не исходит. Вот почему в Упанишадах говорится, что Бог не подобен солнцу или какому-то огню. Он – свет без источника. Никакого источника нет, есть просто свет – как будто настало утро.

Солнце еще не взошло, но ночь уже кончилась. Только начинает светать – предрассветные сумерки. Или вечером – солнце уже скрылось за горизонтом, а ночь еще не настала. Между днем и ночью есть пограничный промежуток. Именно поэтому в индуизме лучшим временем для медитации считается сандхья. Сандхья – пограничный промежуток, ни ночь, ни день, а просто полоса, которая их разделяет. Почему для медитации выбрали это время? Просто как символ. В этот промежуток есть свет, но не видно источника. То же самое случится внутри – будет свет, но без источника. Дождитесь этого света, не воображайте его.

Вот последнее, о чем надо помнить: в воображении вы можете представить что угодно, поэтому многие вещи вам опасно рассказывать. Все это вы можете вообразить себе. Вы закроете глаза и начнете воображать, как открылся или открывается «третий глаз», и также вы можете представить свет. Не представляйте, не позволяйте включаться воображению. Закройте глаза. Ждите! Что бы ни происходило, чувствуйте, участвуйте в этом, помогайте – но ждите. Не забегайте вперед; иначе ничего не выйдет. Вы просто увидите

сон – красивый, духовный сон, но не более того.

Многие приходят ко мне и говорят: «Мы видели такое!» Все это их воображение – потому что, если бы они действительно увидели, произошла бы трансформация. Но трансформации не произошло. Они остались такими же, как были, только теперь еще добавилось чувство собственной духовной значительности. Им снятся какие-то сны – красивые, духовные сны: кому-то видится Кришна, играющий на флейте, кому-то – свет, кому-то представляется, что поднимается кундалини. Все они снова и снова что-то видят, но остаются такими же, как были, – посредственными, бесцветными, скучными. С ними ничего не произошло. Они продолжают рассказывать, что случилось одно, случилось другое, а при этом остаются прежними – злыми, унылыми, незрелыми, глупыми. Ничего не изменилось.

Если вы действительно увидите свет, который есть и который можно увидеть «третьим глазом», вы станете совершенно другим человеком. И тогда вам не придется об этом никому рассказывать.

Люди сами узнают, что вы стали другим человеком. Вы не сможете даже этого скрыть – это будет чувствоваться. Куда бы вы ни пришли, все почувствуют: «С этим человеком что-то произошло».

Так что не поддавайтесь воображению. Ждите, и пусть все идет своим чередом. Делайте технику – и ждите. Не забегайте вперед.

Глава 23. Еще несколько техник взгляда

33. Просто смотри в синее небо за облаками – безмятежность.

34. Слушай, когда передают высшее мистическое учение. С неподвижным взглядом, не моргая, мгновенно стань абсолютно свободной.

35. На краю глубокого колодца неотрывно смотри в глубину, до тех пор, пока – преисполненность чудом.

36. Смотри на какой-нибудь предмет, затем медленно отведи от него свой взгляд, затем медленно отведи от него свою мысль. И тогда...

Мы живем на поверхности самих себя – у самого края, на границе. Наши пять чувств находятся на самой границе, сознание же намного глубже, в самом центре. Мы живем пятью чувствами, и это естественно. Но это не предел, не высшее цветение, это только начало. И когда мы живем пятью чувствами, мы заняты в основном объектами, потому что органы чувств обретают какое-то значение только тогда, когда они связаны с тем или иным объектом восприятия. Например, глаза бесполезны, если нет ничего, что можно увидеть; уши бесполезны, если нет ничего, что можно услышать; руки бесполезны, если нет ничего, к чему можно прикоснуться.

Мы живем пятью чувствами, и поэтому мы вынуждены

жить в мире объектов. Органы чувств находятся на самой границе нашего существа, в теле, а объекты даже не на границе – они за границей. Таким образом, прежде чем перейти к этим техникам, надо понять три момента.

Во-первых, сознание находится в центре. Во-вторых, органы чувств, через которые сознание проникает наружу, находятся на границе. И в-третьих, объекты окружающего мира, к которым сознание приходит через органы чувств, находятся за пределами этих границ. Эти три момента нужно все время иметь в виду: сознание в центре, чувства на границе и объекты за пределами границ. Постарайтесь ясно это понять, и тогда эти техники будут очень просты.

Можно рассмотреть это с разных точек зрения.

Например, так: органы чувств находятся на отрезке между сознанием и объектами, точно посередине. С одной стороны – сознание, с другой стороны – мир объектов, и между ними, посередине – пять чувств. От органов чувств можно двигаться в любом направлении – или к объектам, или к центру. В обе стороны расстояние одно и то же. От чувств открыты обе двери – к объектам и к центру.

Вы находитесь там, где пять чувств. Вот почему один из самых знаменитых мастеров дзен, Бокудзю, говорил, что мир и нирвана – на одинаковом расстоянии от вас. Так что не думайте, что нирвана где-то очень далеко. Мир и нирвана – этот мир и тот, другой мир, – на одном и том же расстоянии. Эти слова вызвали много непонимания и недоразумений,

потому что нам кажется, что нирвана очень, очень далеко – мокша, освобождение, царство Божье где-то очень, очень далеко. И нам кажется, что мир близко, совсем рядом. Но Бокудзю говорит – и он прав, – что оба мира на одинаковом расстоянии.

Мир рядом, и нирвана тоже рядом. Мир близко, и нирвана также близко. Чтобы достичь нирваны, нужно двигаться внутрь; чтобы достичь объектов, нужно двигаться наружу; но расстояние одно и то же. От моих глаз до моего центра такое же расстояние, что и до вас. Если я обращаюсь наружу, я могу видеть вас; если я направляюсь внутрь, я могу видеть себя. Мы у самых дверей, которыми являются чувства, но естественные потребности тела таковы, что сознание все время движется наружу. Вам нужна пища, вам нужна вода, чтобы утолять жажду, вам нужен дом, чтобы жить. Это потребности тела, и они могут быть удовлетворены только во внешнем мире, поэтому, вполне естественно, сознание через чувства направляется к внешнему миру. И если не создать такую потребность, которую можно удовлетворить только движением внутрь, вы никогда не войдете внутрь.

Например, если бы ребенок рождался самодостаточным, независимым, если бы он не нуждался в пище, он даже не посмотрел бы на свою мать. Мать была бы ненужной, бесполезной, потому что для ребенка важна не мать, а пища. Мать – его первая пища, и только потому, что мать дает ему пищу и удовлетворяет его основные нужды, без чего он не смог бы

выжить, он начинает любить мать. Эта любовь вторична, она следует, как тень; она возникает потому, что мать удовлетворяет его основные потребности.

Поэтому тем матерям, которые не кормят детей грудью, не следует ожидать от них большой любви, — ведь ребенку нужна пища, а не мать. Мать входит в его бытие, в его жизнь только благодаря пище. Вот почему пища и любовь глубоко связаны — очень и очень глубоко связаны. Когда ваша потребность в любви удовлетворяется, вам нужно меньше пищи. Когда ваша потребность в любви не удовлетворяется, вам нужно больше пищи. Те люди, которые отдают и получают любовь, как правило, не страдают от переедания. Есть и другие причины, но эта — одна из главных. Такие люди не много едят. Если же потребность в любви не удовлетворяется, еда становится заменителем, и тогда люди слишком много едят.

Для ребенка еда является основной потребностью. Но если бы ребенок родился самодостаточным, если бы ему не нужна была пища и не нужна была никакая внешняя помощь для выживания, он вообще не вышел бы во внешний мир. Зачем ему тогда выходить во внешний мир? В этом не было бы потребности. А без потребности энергия никогда не будет двигаться. Мы идем в мир не потому, что мы грешники. Мы идем в мир потому, что у нас есть потребности, которые можно удовлетворить только при помощи внешних объектов — объектов, которые мы можем получить только путем дей-

ствия в мире объектов.

Почему вы не идете внутрь? Потому что вы еще не создали в себе потребности идти внутрь. Когда появляется такая потребность, идти внутрь становится так же легко, как и наружу. Что это за потребность? Эта потребность связана с религией. Пока нет этой потребности, человек не может быть религиозным. Как же создается эта потребность? Какой процесс приводит человека к осознанию глубокой потребности, которая помогает двигаться внутрь?

Тут играют роль три вещи. Во-первых – смерть. Помните, что все потребности жизни заставляют вас идти наружу. Если же вы хотите идти внутрь, главным вопросом для вас должна стать смерть; в противном случае вы не сможете идти внутрь. Именно поэтому такие люди, как Будда, начали двигаться внутрь – они глубоко осознали смерть. Только после того, как вы осознаете смерть, возникает потребность оглянуться, посмотреть внутрь.

Жизнь смотрит наружу. Пока вы не осознаете смерть, религия для вас бессмысленна. Вот почему у животных нет религии. Они живые, они живые в такой же степени, что и человек, или даже в большей степени, но они не могут сознавать смерть, не могут представить себе смерть, не могут понять, что когда-то умрут. Они видят, как умирают другие, но им в голову никогда не приходит мысль, что эта смерть указывает на то, что их тоже ждет смерть.

Для ума животного смерть всегда случается с другими. И

если для вас смерть тоже значит что-то такое, что случается только с другими, вы все еще живете на уровне животного. Если вы не осознаете смерть, вы еще не стали человеком. В этом главное различие между животным и человеком: животное не способно сознавать смерть, это может только человек. Если вы не осознаете смерть, вы еще не человек, а только у человека возникает потребность идти внутрь.

Для меня понятие «человек» связано с осознанием смерти. Я не говорю, что нужно бояться смерти, – это не осознание. Просто осознавайте тот факт, что смерть подходит все ближе и ближе, и вы должны быть к ней подготовлены.

У жизни свои потребности; смерть создает свои потребности. Вот почему молодые общества не религиозны – они еще не осознали явление смерти; смерть пока не стала для них центральным вопросом. Старые общества – такие как Индия, одно из старейших в мире обществ, – осознают смерть очень остро. Вследствие этого осознания Индия глубоко религиозна. Итак, первое: начните осознавать смерть. Думайте о ней, рассматривайте ее, созерцайте ее. Не бойтесь, не уходите от факта: смерть есть, и ее нельзя избежать. Она пришла в существование вместе с вами.

Ваша смерть родилась вместе с вами, и теперь вам от нее никуда не уйти. Она заключена в вас – осознайте этот факт. Как только вы осознаете, что должны умереть, что смерть неизбежна, весь ваш ум обратится в другое измерение. Вы увидите, что пища является основной потребностью тела, но

не существа, потому что, даже если вы будете получать пищу, вы все равно умрете. Пища не может защитить вас от смерти – пища может только отсрочить смерть, помочь вам отдалить ее. Если у вас будет крыша над головой, если у вас будет хороший дом, он не защитит вас от смерти; он только поможет вам умереть в комфорте и удобстве. Но смерть есть смерть, в каких бы условиях она ни случилась.

В жизни вы можете быть бедным или богатым, но смерть – великая уравнильница. Смерть лучше любого коммунизма! Как бы вы ни жили, не имеет значения – в смерти все равны. В жизни равенство невозможно; в смерти невозможно неравенство. Осознайте это. И не думайте о смерти как о далеком будущем: если вы будете считать, что она случится еще очень нескоро, вы не сможете ее осознать. У ума очень небольшой диапазон; фокус ума очень узок. Ваш ум может охватить не больше тридцати лет; он не может заглянуть дальше. Смерть придет не раньше, чем через тридцать лет... это все равно что никогда! Тридцать лет – это так долго, расстояние так велико, что смерти как будто и нет.

Если вы хотите осознать смерть, медитировать на смерть, помните: смерть может случиться с вами в любой момент, даже прямо сейчас. Может быть, вы не успеете дослушать до конца фразу, которую я сейчас говорю, – или я не успею ее закончить. Мой дед, отец моей матери, рассказывал мне, что, когда я родился, он обратился к астрологу, одному из лучших астрологов тех времен. Астролог должен был составить

мою карту рождения – кундали – но, изучив ее, он сказал:

– Если этот ребенок проживет больше семи лет, только тогда я составлю ему карту. Вряд ли он проживет больше семи лет, так что это бесполезно. Если ребенок не проживет дольше семи лет, какой смысл составлять кундали – она все равно не пригодится. А я никогда не составляю кундали, если не уверен, что она пригодится, – такое мое правило, – сказал астролог.

И он не стал составлять карту.

К счастью или к несчастью, но я выжил. Тогда отец моей матери снова обратился к астрологу, однако оказалось, что тот уже умер, и он так и не составил мою кундали. Он умер, и я никак не мог этого понять. Он знал, что ребенок может умереть, но не знал, что он сам может умереть. Он этого не знал! Кажется, это его совсем не интересовало, – а ведь это был не обычный человек. Но никто не хочет знать о своей собственной смерти. Мы умышленно избегаем знания о ней, мы лукавим с собой, потому что нам страшно. И я всегда подозревал, что этот астролог, возможно, даже не составлял своей собственной кундали, – иначе он знал бы, что умрет.

Смерть может случиться в любой момент, в следующий миг, но ум в это не верит. Слушая меня, ваш ум скажет: «Нет! Как смерть может случиться в следующий миг? Она еще очень далеко». Но это только уловка, хитрость ума. Если откладывать смерть на неопределенное время, ее нельзя будет созерцать. Смерть должна быть достаточно близко, что-

бы попасть в ваш фокус. И когда я говорю, что смерть может случиться в следующий миг, я говорю в буквальном смысле. Она случится, и, когда бы она ни случилась, это будет в следующий миг. За миг до смерти вы можете даже не подозревать, что она вот-вот случится.

Человек умирает: еще мгновение назад он не мог даже помыслить, что смерть так близка. Она всегда случается в следующий миг – запомните это. Так всегда было, и так всегда будет. Смерть всегда случается в следующий миг. Приблизьте ее, чтобы она попала в ваш фокус, и сама эта фокусировка на смерти поможет вам войти внутрь – будет создана новая потребность.

Во-вторых, вы живете, и вы постоянно создаете искусственный смысл и искусственные, сиюминутные цели. Вы никогда не рассматриваете свою жизнь как целое, не задумываетесь о том, есть ли в ней какой-нибудь смысл. Вы продолжаете создавать себе новые цели и этими целями подталкиваете себя вперед. Вот почему бедный человек видит в своей жизни больше смысла, чем богатый, – бедному человеку нужно многого добиться, многое получить, и это придает его жизни некоторый смысл. Если же вы действительно богаты, это означает, что у вас есть все, что только возможно, и этот мир не может вам уже ничего предложить. Тогда ваша жизнь теряет всякий смысл. Вы не можете больше создавать никаких временных, сиюминутных целей, которые помогали бы вам жить. Вот почему, чем богаче общество, чем бога-

че культура, тем острее ощущается бессмысленность жизни. Бедные общества никогда не страдают от потери смысла.

Бедному человеку нужен дом. Ради этого он работает многие годы. Его жизнь имеет смысл – что-то должно быть достигнуто. И когда он получит дом, он будет счастлив, хотя бы несколько дней, но потом... есть ведь дома, которые больше... И так он будет переходить от одной цели к другой, никогда не задумываясь о своей жизни в целом, есть ли в ней какой-то смысл. Он никогда не воспринимает свою жизнь как целое.

Только представьте себе, что у вас есть все – дом, машина, о которой вы мечтали, и все ваши желания исполнены. И что дальше? Просто представьте, что у вас есть все, что вам нужно, – все есть. Что теперь? Всякий смысл вдруг исчезает. Вы подошли к краю пропасти, больше ничего нельзя сделать. Ваша жизнь потеряла смысл. В ней и сейчас нет смысла, только вы не осознаете этого. Даже если вы получите весь мир, что тогда? Что вам это даст?

Когда Александр шел завоевывать Индию, по пути он встретился с великим мудрецом, Диогеном. Диоген был одним из самых прозорливых умов, когда-либо рождавшихся на Земле. Он жил без всякого имущества, как Махавира; он был Махавирой греческой цивилизации и культуры. Он все оставил, от всего отрекся, и не потому, что рассчитывал путем отречения что-то получить, – это не настоящее, не под-

линное отречение. Если вы отрекаетесь от одного ради того, чтобы получить другое, это просто сделка. Если вы рассчитываете забронировать себе место в раю и ради этого отказываетесь от всего мирского, это не отречение. Если вы отказываетесь от телесных удовольствий ради духовных удовольствий, это не отречение.

Диоген отрекся от всего, но не потому, что благодаря этому рассчитывал что-то получить. Он хотел только посмотреть, будет ли в его жизни смысл, если он не будет ничем владеть. Он подумал, что если человек ничего не имеет и даже тогда его жизнь имеет смысл, цель, назначение, то смерть не сможет ничего разрушить, потому что смерть может отнять только собственность – а тело также является собственностью. Он оставил все. У него была только одна вещь – деревянная чаша, из которой он пил воду. Он подумал: «Это не очень большая собственность». Но однажды он увидел детей, которые пили воду из своих ладоней. И он тут же выбросил чашу. Он сказал: «Если дети могут пить воду из своих ладоней, чем я хуже детей?»

Когда Александр собирался в поход, чтобы завоевать Индию и создать мировую империю, кто-то сообщил ему, что где-то по пути, в одном из мест, где он должен будет остановиться, живет великий мудрец, полная его противоположность. Ему сказали: «Ты пытаешься создать мировую империю, а он выбросил даже свою чашу, потому что считает, что счастлив и без нее, – зачем же нести лишний груз? А ты го-

воришь, что не сможешь быть счастлив, пока весь мир не станет твоей империей. Так что вы как два разных полюса, и было бы хорошо, если бы вы встретились».

Александру стало интересно. Противоположное всегда привлекает. Противоположности всегда притягиваются – в своей основе это подобно сексуальному притяжению. Точно так же, как мужчины и женщины привлекательны друг для друга, привлекательно все противоположное. Александр не мог пройти мимо Диогена, но прийти к Диогену было ниже его достоинства, а от Диогена никак нельзя было добиться, чтобы он пришел к нему сам, – так что выхода не было.

Много раз к Диогену присылали гонцов. Они приходили к нему и говорили:

– Сюда идет великий Александр. Было бы хорошо, если бы вы встретились.

А Диоген отвечал:

– Великий Александр? Кто сказал вам, что он великий? Наверное, он сам! Пойдите и скажите вашему великому Александру, что мне от него ничего не нужно, и ему совершенно незачем со мной встречаться – я очень маленький человек.

Еще он говорил, что он даже не человек, а собака: «Всего лишь собака, так что встречаться ни к чему. Встречаться с собакой ниже его достоинства».

Александру пришлось самому прийти к Диогену. И говорят, Диоген сказал ему:

– Я слышал, что ты пытаешься завоевать мир, поэтому я подумал, я закрыл глаза и подумал, представил себе: «Так! Вот я завоевал мир – и что теперь?» И я не смог найти ответа: «Если мне будет принадлежать весь мир – что тогда?»

Говорят, услышав это, Александр очень расстроился.

– Как, что тогда? – сказал он Диогену. – Не говори такие вещи, они меня расстраивают.

– Но ты еще сильнее расстроишься, – сказал Диоген, – когда завоюешь мир. Что я могу поделать? Я поставил себя на твое место и пришел к выводу, что завоевывать мир бесполезно. Твои старания сродни самоубийству. Ты хочешь завоевать мир – но что потом? Если ты добьешься этого, что дальше?

Александр возвратился от Диогена очень обеспокоенным, расстроенным, грустным. Он сказал своим товарищам: «Это очень опасный человек. Он разбил мои мечты». И он никогда не мог забыть, никогда не мог простить Диогена. В тот день, когда он умирал, он снова вспомнил его и сказал: «Может быть, тот чудак был прав: что дальше?»

Так что всегда помните еще вот о чем: что бы вы ни делали, чего бы ни добивались, не забудьте спросить себя: «Если я достигну успеха – что тогда?» Есть ли в этом вообще какой-то смысл, или вы придумываете смысл искусственно, только для того, чтобы оградить себя, окружить себя иллюзией того, что вы делаете что-то стоящее, – тогда как на са-

мом деле все это время вы только впустую расходуете жизнь и энергию, тратите их без всякого смысла? Смысл имеет только одно – когда вы можете быть счастливы независимо от чего бы то ни было: когда вы можете быть блаженны и счастливы в одиночестве, в полном одиночестве. Только когда для вашего счастья ничего не нужно, вы можете быть счастливы, иначе вы будете несчастны – всегда будете несчастны.

Зависимость означает страдание, и те, кто зависит от своей собственности, кто зависит от накопленных знаний, кто зависит от одного, другого или третьего, только помогают своему несчастью расти, становиться все больше и больше. Так что не забывайте спрашивать себя: есть ли в вашей жизни какой-то смысл? Или вы просто плывете по течению, без всякого смысла? Или вы только внушаете себе, что в вашем существовании есть тот или иной смысл?

Раньше ко мне приходил один человек. Он все время говорил, что если его сын поступит в колледж, он будет счастлив – больше ему ничего не нужно. Он был бедный человек, ничем не замечательный, мелкий чиновник, и у него была единственная мечта – чтобы его сын поступил в колледж. И сын поступил в колледж. Теперь сын занимает какую-то должность в лесничестве. Несколько месяцев назад сын был здесь, и он сказал мне: «Я зарабатываю всего шестьсот рупий в месяц. У меня двое детей, и я мечтаю только об одном: чтобы они получили хорошее образование. Мне больше ничего не нужно. Ради этого я работаю. Если дети получают хорошее

образование, если я смогу послать одного из них учиться за границу, это будет верх моих мечтаний».

Его отца уже нет в живых, он умер. Это был смысл его жизни, цель его жизни – дать своему мальчику хорошее образование и устроить на хорошее место. Теперь мальчик устроен, и теперь у него такая же цель – дать своим детям хорошее образование и устроить на хорошее место. Он тоже умрет, и его дети будут продолжать все ту же самую ерунду.

Какой во всем этом смысл? Что вы делаете? Просто проводите время? Впустую тратите жизнь? Или у вас есть в жизни какой-то настоящий смысл, и вы можете сказать, что он делает вас счастливыми, блаженными? Это второй вопрос, который направит вас внутрь.

И третье: человек всегда все забывает. Вы всегда все забываете. Вчера вы рассердились, а потом раскаялись. А сегодня вы уже все забыли, и если повторится такая же ситуация, вы снова рассердитесь. Так продолжается всю вашу жизнь – вы повторяете одно и то же.

Говорят, очень трудно найти человека, которого жизнь чему-то учит – это большая редкость. На самом деле жизнь никого ничему не учит. Если бы вы учились, вы не совершали бы одни и те же ошибки дважды. Но вы продолжаете совершать одни и те же ошибки, снова и снова. Мало того – чем больше вы их совершаете, тем более вы склонны совершать их дальше. Вы снова и снова злитесь, выбрасываете гнев, и снова и снова раскаиваетесь в этом; вы ничему не

учитесь. Столкнувшись с определенным раздражителем, вы снова разозлитесь и снова начнете вести себя как сумасшедший, а потом снова раскаетесь – одна часть другого. Потом вы снова будете готовы реагировать на очередной раздражитель и злиться.

Итак, третье: если вы хотите обратиться внутрь – учитесь! Что бы вы ни делали, учитесь на этом. Из всего извлекайте урок. Оглянитесь назад и посмотрите, что вы все время делали со своей жизнью, со своей энергией, со своим временем – одни и те же ошибки, одни и те же нелепости, одни и те же глупости, снова и снова.

Так вы ходите по кругу, крутите колесо... Или даже это выражение не совсем удачно – скорее, колесо крутит вас. Вы крутитесь и крутитесь механически. Вот почему в Индии мир называют сансарой. Сансара означает колесо, которое все время вращается, а вы просто цепляетесь за одну из его спиц и вращаетесь вместе с ним.

Пока вы не узнаете что-то об этом колесе, об этом замкнутом круге, об этой сансаре, пока вы чему-то не научитесь, вы не сможете отпустить спицу и выпрыгнуть из колеса. Вот вам три слова, три ключевых слова.

Смерть – постоянно помните о ней.

Смысл – продолжайте искать его в своей жизни.

И учение – учитесь у своей жизни, потому что других учителей нет.

Писания ничего не дадут вам.

Если ваша собственная жизнь ничего не сможет вам дать, то не даст и ничто другое. Учитесь на собственной жизни, извлекайте из нее уроки, делайте выводы. Что вы делаете с собой? Если вы в колесе, выпрыгните из него. Но чтобы узнать, что вы в колесе, вам нужно будет многое понять и многому научиться. Эти три ключа помогут вам обратиться внутрь.

Теперь техники:

Просто смотри в синее небо за облаками –
безмятежность.

Вот почему я так много объяснял – техники очень простые, и вы можете начать их делать, но без результата. Вы скажете: «Что это за техники? Мы можем их сделать, это так просто: смотреть в небо, в синее небо за облаками – и найдешь безмятежность. И ты станешь безмолвным, безмятежным, осуществленным».

Вы можете посмотреть в синее небо за облаками – и ничего не случится. Тогда вы скажете: «Что же это за техника? Шива говорит неразумные, бессмысленные вещи. Он говорит первое, что приходит ему в голову. Что это за техника? Просто смотри в синее небо за облаками, и найдешь безмятежность!»

Но если вы будете помнить: смерть, смысл, учение, – эта техника поможет вам немедленно обратиться внутрь. Просто смотри в синее небо за облаками... Просто смотрите, не думайте. Небо бесконечно, оно нигде не кончается. Просто смотрите в небо. В нем нет объектов – вот почему вы-

брано небо. Небо не объект, не предмет. В лингвистическом понимании это предмет, но в экзистенциальном понимании небо не предмет, потому что предмет должен иметь начало и конец. Предмет можно обойти со всех сторон, небо обойти невозможно. Вы окружены небом, но вы не можете обойти вокруг неба. Поэтому с точки зрения неба вас можно считать предметом, но небо не может быть предметом для вас. Вы смотрите «в небо», а не «на небо», вы входите и входите в него... и ему нет конца.

Итак, смотрите в синее небо, смотрите и смотрите. Этот объект бесконечен, у него нет границ. И не думайте о небе, не говорите, как оно прекрасно. Не говорите: «Какая красота!» Не восхищайтесь цветом, не начинайте думать. Если вы начнете думать, вы остановитесь, застрянете – ваши глаза не будут уходить в синеву, в бесконечную синеву. Просто идите дальше и дальше, просто смотрите – не думайте. Не создавайте слов, они будут загораживать вам путь. Не говорите даже «синее небо». Не выражайте ничего словами.

Должен быть только чистый, невинный, первозданный взгляд в синее небо. Оно никогда не кончается. Вы будете смотреть, смотреть, смотреть, и вдруг, поскольку никаких объектов нет, а есть только вакуум, пустота, вдруг вы осознаете самого себя. Почему? Потому что в пустоте ваши пять чувств становятся бесполезны. Чувства пригодны только тогда, когда есть какой-то объект.

Если вы смотрите на цветок, вы смотрите на что-то – пе-

ред вами есть цветок. Но неба как такового нет. Что мы подразумеваем под «небом»? То, чего нет. «Небо» означает пространство, космос. Объекты находятся в небе, но небо не объект. Это просто вакуум, пространство, в котором могут существовать объекты. Само по себе небо – это чистая пустота. Смотрите в эту пустоту. Вот почему в сутре говорится: за облаками. Поскольку облака не относятся к небу, это объекты, плывущие в небе. Вы можете смотреть на облака, но это не поможет. Смотрите в синее небо – не на звезды, не на луну, не на облака, но в безобъектность, в пустоту. Смотрите в нее.

И что произойдет? В пустоте нет объектов, которые могут быть восприняты органами чувств. А поскольку нет объектов, за которые можно было бы зацепиться, чувства становятся ненужными. И если вы будете смотреть в синее небо без мыслей, не думая, вы вдруг почувствуете, что все исчезло, что ничего нет. И в этом исчезновении вы осознаете самого себя. Глядя в эту пустоту, вы станете пустым. Почему? Потому что ваши глаза подобны зеркалу. В них отражается все, что бы ни находилось перед ними. Я вижу вас – вам грустно, и мне вдруг тоже становится грустно. Если грустный человек входит в комнату, всем становится грустно. Что происходит? Вы увидели грусть. Вы как зеркало: грусть отразилась в вас.

Кто-то смеется от всей души – и вы вдруг чувствуете, что вам тоже становится смешно. Смех заразил вас. Что произо-

шло? Вы как зеркало – в вас все отражается. Вы видите красивый предмет – он отражается в вас. Вы видите некрасивый предмет – и он отражается в вас. На что бы вы ни смотрели, все глубоко проникает в вас, все становится частью вашего сознания.

Когда вы смотрите в пустоту, отражаться нечему – кроме бесконечного голубого неба. И если в вас отразится небо, если вы почувствуете внутри себя бесконечное синее небо, вы станете безмятежны, вы найдете безмятежность – она там. Если вы действительно сможете объять пустоту – где все исчезает, и небо, и синева: есть только пустота, – внутри вас тоже будет отражаться пустота. А если вокруг пустота, как можно быть в тревоге, как можно быть в напряжении?

Может ли ум работать в пустоте? Он останавливается, он исчезает. И в этом исчезновении ума – напряженного, беспокойного, наполненного полезными и бесполезными мыслями, в самом этом исчезновении ума – безмятежность.

И еще одно. Пустота, отраженная внутри, превращается в отсутствие желаний. Желания создают напряжение. Когда вы начинаете чего-то желать, вы теряете спокойствие. Вы видите красивую женщину – и внезапно возникает желание. Вы видите красивый дом – и вам хочется иметь такой дом. Мимо проезжает красивая машина – и вы мечтаете, как бы вы сидели в ней за рулем. В вас входит желание, а вместе с желанием возникает беспокойство: «Как это получить? Что можно сделать, чтобы это получить?» Ум охватывает отчаяние,

или безнадежность, или надежда. Но все это только грезы, фантазии. Случиться может что угодно.

Когда есть желание, вы беспокойны. Ум распадается на мелкие кусочки – возникает множество планов, проекций, фантазий; вы становитесь как сумасшедший. Желание – семя сумасшествия.

Но пустота не объект, пустота – это просто пустота. Когда вы смотрите в пустоту, никаких желаний не возникает; они не могут возникнуть. У вас нет желания иметь пустоту, нет желания любить пустоту, нет желания сделать ее своим домом. Пустота! Что с ней можно сделать? Все движения ума прекращаются, никаких желаний не возникает, и в этом отсутствии желаний – безмятежность. Вы становитесь безмолвны, безмятежны. Внезапно вас охватывает покой. Вы становитесь как небо.

И еще: что бы вы ни созерцали, о чем бы ни думали – чем бы ни был занят ваш ум – вы становитесь подобны этому, вы превращаетесь в это, потому что ум может принимать бесконечное множество форм. Чего бы вы ни желали, ваш ум принимает форму желаемого, становится им. Вот почему ум человека, который желает денег, богатства, золота, сам становится как сундук с деньгами – не более того. Потрясите его, и вы услышите, как внутри зазвонят рупии – один звон, и только. Чего бы вы ни желали, вы этим становитесь. Так что будьте внимательны к тому, чего вы желаете, – потому что вы этим станете.

Небо в высшей степени пусто. И оно совсем близко, и совсем бесплатно, и никуда не надо ехать, чтобы его найти, — ни в Гималаи, ни в Тибет. Все уже разрушено, современные технологии все разрушили, но небо пока еще на месте — оно в вашем распоряжении. Используйте его, пока оно не разрушено, — его могут разрушить в любой момент. Смотрите в него, проникайте в него. И помните: ваш взгляд должен быть безмысленным. Тогда вы почувствуете внутри такое же небо, такое же измерение, такое же пространство, простор, синеву и пустоту. Вот почему Шива говорит:

Просто смотри в синее небо за облаками — безмятежность.

Следующая техника:

Слушай, когда передают высшее мистическое учение. С неподвижным взглядом, не моргая, мгновенно стань абсолютно свободной.

Слушай, когда передают высшее мистическое учение. Это тайный метод. В этой эзотерической Тантре мастер передает вам тайное учение, тайную доктрину, или тайную мантру. Когда ученик будет готов, мантра или высшая тайна будет ему сообщена, передана в тайне. Ее передают шепотом, на ухо. В данной технике речь идет об этой тайной передаче.

Слушай, когда передают высшее мистическое учение.

Когда мастер решит, что вы готовы и вам можно передать

тайну его собственного опыта, когда придет время сказать вам то, о чем не говорят, – тогда и нужно применить эту технику.

С неподвижным взглядом, не моргая, мгновенно стань абсолютно свободной.

В тот момент, когда мастер шепотом передает вам на ухо свою тайну, пусть ваши глаза будут совершенно неподвижны – никаких движений. Это значит, что ум должен быть тихим, без мыслей.

Нельзя даже моргнуть – ни малейшего движения, потому что любое движение говорит об отсутствии внутреннего покоя. Превратитесь в слух, в пустой слух, без какого-либо движения внутри. Сознание просто ждет оплодотворения, открытое, восприимчивое, пассивное... никаких действий с его стороны. И когда наступит такой момент – когда вы совершенно пусты, ни о чем не думаете, а просто ждете... Ждете не чего-то конкретного, потому что тогда появятся мысли, ждете не чего-то конкретного, а просто ждете; когда случится такой статический, нединамический момент – когда все остановилось, время не движется и ум совершенно пуст – тогда ум станет не-умом. И только не-уму мастер может что-то передать.

Он не будет читать вам длинную речь: он скажет только одно слово, два или три слова. И в такой тишине, в таком безмолвии это одно слово, эти два или три слова, проникнут в самое ваше ядро, в самый центр – и там станут семенем. В

этой пассивной осознанности, в этом безмолвии.

... мгновенно стать абсолютно свободной.

Человек может стать свободным, только освободившись от ума; другой свободы не существует. Свобода от ума – единственная свобода. Ум – это ваши оковы, рабство, несвобода. И ученик должен быть рядом с мастером и ждать того подходящего момента, когда мастер позовет его для передачи. Он не должен просить, потому что просьба означает желание. Он не должен на что-то рассчитывать, на что-то надеяться, потому что любые надежды означают условия, желание, ум. Он должен просто ждать. И только когда он будет готов, когда его ожидание станет всецелым, мастер сможет что-то сделать.

Иногда мастер может сделать что-то очень простое, и все случится. Но обычно, даже когда Шива рассказывает о всех ста двенадцати методах, ничего не происходит, потому что нет внутренней готовности. Можно разбрасывать семена среди камней, и ничего из этого не выйдет. Виноваты не семена. Если вы бросите семя не в сезон, ничего не произойдет. Проблема не в семени. Нужен подходящий сезон, нужен правильный момент, нужна подходящая почва. Только тогда семя оживет, и случится трансформация.

Так что иногда помогают очень простые вещи. Например, Лин-чи стал просветленным, когда он сидел на веранде своего мастера, а мастер вышел к нему и просто засмеялся. Он посмотрел на Лин-чи – прямо ему в глаза – и громко за-

смеялся. Лин-чи тоже засмеялся, поклонился и ушел. Но он ждал шесть лет: эта веранда была его жилищем шесть лет.

Мастер приходил каждый день, месяц за месяцем, но он даже не смотрел на него. И Лин-чи ждал. Потом, спустя два года, мастер в первый раз посмотрел на него. Потом, когда прошло еще два года, он в первый раз похлопал его по спине. Затем Лин-чи снова ждал и ждал, и вот – через шесть лет – мастер однажды вдруг вышел к нему и посмотрел прямо ему в глаза. И, наверное, Лин-чи выполнил эту технику:

Слушай, когда передают высшее мистическое учение. С неподвижным взглядом, не моргая, мгновенно стань абсолютно свободной.

Мастер посмотрел на него и в качестве средства передачи использовал смех. Он был великим мастером. Слов действительно было не нужно, достаточно было смеха. Лин-чи вдруг слышал смех, и с ним что-то случилось. Он поклонился, засмеялся и ушел; и он объявил всем, что его больше нет, – теперь он свободен. Когда вас больше нет, именно это и означает свободу. Не вы освобождаетесь – это освобождение от вас.

Лин-чи часто рассказывал, как это случилось. Шесть лет он ждал. Было долгое ожидание, терпеливое ожидание. Он просто сидел на веранде и ждал, и каждый день приходил мастер. Мастер ждал подходящего момента – когда Лин-чи будет готов, он что-то сделает. И от самого шестилетнего ожидания вы входите в медитацию. Что еще вам остается? Пер-

вое время, наверное, Лин-чи продолжал о чем-то думать; но если уму не давать каждый день новую пищу, постепенно он останавливается. Долго ли можно снова и снова пережевывать одно и то же?

Может быть, сначала он думал о прошлом, но постепенно, не получая никаких новых стимулов, он перестал думать. Ему не разрешалось читать, не разрешалось разговаривать, ему не разрешалось никуда ходить и ни с кем встречаться. Ему разрешалось только удовлетворять основные жизненные потребности тела и ждать на веранде.

Он ждал в молчании, день за днем – дни сменяли друг друга, ночи сменяли дни. Приходило и уходило лето, приходила и уходила зима, начинались и прекращались дожди – наверное, он забыл о времени. Наверное, он потерял счет времени. И вот однажды мастер вдруг вышел и глубоко заглянул ему в глаза. Наверное, глаза Лин-чи сразу стали статичными, неподвижными. Это был тот самый момент – ради него были потрачены шесть лет. В глазах не было никакого движения – будь в них малейшее движение, он бы все упустил. Должно быть, все затихло, стало безмолвным, и тогда вдруг – оглушительный смех: мастер начал хохотать как безумный. Должно быть, этот смех проник в самое ядро, дошел до самого центра.

И когда Лин-чи спрашивали: «Что с тобой случилось?» – он говорил: «Когда мой мастер засмеялся, я вдруг понял, что весь мир – всего лишь шутка. В его смехе заключалось это

учение: весь мир только шутка, только игра. И вся серьезность исчезла. Если весь мир только шутка, кто тогда в рабстве? И кто добивается свободы?» Лин-чи говорил: «Никакого рабства не было. Я думал, что я закован в цепи несвободы, и поэтому пытался добиться свободы, но вдруг мастер засмеялся, и цепи пали».

Иногда это случается совершенно непостижимым образом. Есть много дзенских историй... Один мастер дзен стал осознанным, когда ударил гонг. Он просто услышал звук гонга, и что-то в нем разбилось вдребезги. Одна дзенская монахиня стала осознанной, просветленной, когда несла два кувшина с водой. Бамбуковое коромысло вдруг сломалось, и глиняные кувшины упали. Звук падения, разбитые кувшины, разлитая вода – и она стала просветленной.

Что произошло? С вами, сколько бы кувшинов вы ни разбили, ничего не произойдет. Наступил подходящий момент. Она возвращалась. Ее мастер сказал: «Сегодня вечером я передам тебе тайну, так что пойди, соверши омовение и принеси два кувшина воды для меня. Я тоже совершу омовение и передам тебе ту тайну, которой ты ждешь». Наверное, она была в экстазе – пришел ее час. Она совершила омовение, наполнила кувшины и понесла их назад.

Был вечер полнолуния, и когда она шла по тропинке от реки к ашраму, бамбук вдруг сломался. Когда она вернулась, мастер ждал ее; он посмотрел на нее и сказал: «Ничего больше не нужно, все случилось. Теперь мне нечего тебе переда-

вать – ты уже приняла».

Эта старая монахиня потом говорила: «Когда сломался бамбук, что-то сломалось во мне – что-то сломалось также и во мне. Кувшины упали, эти глиняные кувшины разбились – и я увидела, как разбилось мое тело. Я посмотрела на луну. Все было тихо, безмятежно, и я стала тихой и безмятежной. С тех пор меня больше не было, с тех пор меня больше нет». Вот что значит освобождение, свобода.

Следующая техника:

На краю глубокого колодца неотрывно смотри в глубину, до тех пор, пока – преисполненность чудом.

Техника та же самая, с небольшим отличием.

На краю глубокого колодца неотрывно смотри в глубину, до тех пор, пока – преисполненность чудом.

Смотрите в глубокий колодец. Колодец будет отражаться в вас. Забудьте все мысли, перестаньте думать совершенно, просто смотрите и смотрите в глубину. Сейчас говорят, что ум имеет глубину, как колодец. На Западе сейчас развивается глубинная психология, согласно которой ум – это не только то, что на поверхности. С этого он только начинается; есть еще глубины – многие, многие глубины, неизведанные глубины.

Смотрите в колодец, не думая. Глубина будет отражаться в вас; колодец станет просто внешним символом внутренней глубины. И продолжайте смотреть до тех пор, пока – преис-

полненность чудом: пока не почувствуете, что наполнились чудом.

До этого момента не останавливайтесь. Продолжайте смотреть, смотреть и смотреть, день за днем, месяц за месяцем. Просто приходите к колодцу и смотрите в глубину, без малейшего движения мыслей в уме. Просто медитируйте. Медитируйте на глубину – созерцайте глубину, слейтесь с ней в одно. Продолжайте медитировать, и однажды мыслей не станет. Это может случиться в любой момент. Вы вдруг почувствуете, что внутри вас такой же колодец, такая же глубина. И тогда к вам придет странное, очень странное чувство – вы почувствуете себя преисполненным чуда.

Чжуан-цзы шел по мосту со своим мастером Лао-цзы. И Лао-цзы сказал Чжуан-цзы: «Оставайся здесь. Смотри с моста в реку до тех пор, пока река не остановится, а мост не потечет. Тогда приходи ко мне». Реки текут, а мосты не могут течь. Но Чжуан-цзы дал эту медитацию – ждать на мосту. Говорят, что он построил на мосту хижину и стал ждать. Проходили месяцы... он просто сидел на мосту и смотрел вниз, ожидая момента, когда река остановится, а мост потечет. Тогда можно будет идти к мастеру.

И однажды это случилось: река остановилась, а мост начал течь. Как это могло случиться? Когда мысли полностью останавливаются, становится возможным все, потому что это только из-за стереотипности мышления мы считаем, что река течет, а мост статичен. На самом деле все относительно

– абсолютно все!

Эйнштейн считает, и физика считает, что все относительно. Вы едете в поезде, в скором поезде. Что при этом происходит? Мимо проплывают деревья – они проносятся мимо. И если поезд движется очень плавно, так что вы не чувствуете его движение, то если вы посмотрите в окно, вам покажется, что движутся деревья, а не поезд.

Эйнштейн сказал, что если рядом будут ехать два поезда, или два космических корабля будут двигаться в космическом пространстве борт о борт с одинаковой скоростью, вы не сможете почувствовать, что они движутся. Вы ощущаете движение поезда только потому, что видите неподвижные предметы по сторонам. Если же ничего такого не будет – например, если бы деревья тоже двигались в том же направлении и с такой же скоростью, – вы не почувствуете движения. Или когда мимо проезжает встречный поезд: ваша скорость удваивается. Вам кажется, что ваш поезд стал ехать быстрее.

Но скорость не увеличилась. Поезд едет с той же самой скоростью, просто тот поезд, который едет навстречу, создает у вас ощущение, что скорость удвоилась. Если скорость относительна, значит, только фиксация ума заставляет нас считать, что река движется, а мост стоит.

Продолжая медитировать, медитировать и медитировать, Чжуан-цзы пришел к тому, что все относительно. Река движется, потому что мы принимаем как данность, что мост неподвижен. Но, по существу, мост тоже движется. В этом

мире нет ничего неподвижного. Двигутся атомы, движутся электроны; внутри моста продолжается постоянное движение. Все течет, и мост также течет.

Наверное, Чжуан-цзы в момент прозрения увидел атомную структуру моста. Сейчас считается, что эта стена, которая выглядит неподвижной, не неподвижна. Движение постоянно продолжается, каждый электрон движется, но это движение настолько быстрое, что мы не видим его. Вот почему стена кажется нам неподвижной.

Если этот вентилятор будет вращаться быстрее, все быстрее и быстрее, вы перестанете видеть его лопасти и промежутки между ними. Вы не сможете их различать. А если он начнет вращаться со скоростью света, для вас он станет просто как сплошной, неподвижный диск. Вы не увидите никакого движения, потому что глаз не способен уловить такое быстрое движение.

Так что, наверное, Чжуан-цзы в момент прозрения увидел атомную структуру моста. Он ждал и ждал, и фиксация его ума растворилась. И тогда он увидел, что мост движется – и это движение было таким быстрым, что рядом с ним река казалась неподвижной. Он прибежал к Лао-цзы, и Лао-цзы сказал: «Хорошо! Ни о чем больше не спрашивай. Это случилось». Что случилось? Случился не-ум.

В этой технике...

На краю глубокого колодца неотрывно смотри в глубину, до тех пор, пока – преисполненность чудом.

Когда вы чувствуете себя преисполненным чудом, когда на вас нисходит тайна, когда ума больше нет, а есть только тайна – вокруг одна только тайна, – только тогда вы способны узнать себя.

Еще одна техника:

Смотри на какой-нибудь предмет, затем медленно отведи от него свой взгляд, затем медленно отведи от него свою мысль. И тогда...

Смотрите на какой-нибудь предмет. Смотрите на цветок – но помните, что значит «смотреть». Смотрите! Не думайте. Я больше не буду этого повторять. Всегда помните, что смотреть значит смотреть, а не думать. Когда вы думаете, вы не смотрите; ваш взгляд загрязнен. Нужен чистый взгляд, нужно просто смотреть.

Смотри на какой-нибудь предмет. Смотрите на цветок, на розу. Потом медленно отведи от него свой взгляд – очень медленно. Вот цветок; сначала смотрите на него. Перестаньте думать, продолжайте смотреть. И когда вы почувствуете, что мыслей больше нет, и в вашем уме остался только цветок и больше ничего, начните медленно отводить глаза. Постепенно цветок уплывет, уйдет из поля зрения, но его образ останется в вас. Предмет ушел из фокуса; вы отвели от него взгляд. Внешнего образа, настоящего цветка перед вами больше нет, но есть отражение – отражение в зеркале вашего сознания. Он отражается там! Затем медленно отведи от него свой взгляд, затем медленно отведи от него свою мысль.

Итак, сначала отведите взгляд от внешнего предмета. Тогда останется только внутренний образ – мысль о цветке розы. Теперь отведите также и эту мысль. Эта вторая часть очень трудна, но если первую часть выполнить в точности так, как я сказал, будет не так трудно. Сначала отведите от предмета взгляд. Затем закройте глаза, и точно так же, как вы отводили от предмета взгляд, теперь отойдите от образа. Отступите от него, станьте безразличны. Не смотрите на него внутри, как будто вы просто ушли в сторону. И вскоре образ тоже исчезнет.

Сначала исчезает предмет, потом исчезает образ. А когда исчезает образ, как говорит Шива:

И тогда...

Тогда вы остаетесь одни. И в этом одиночестве вы осознаете себя, вы приходите к центру, попадаете в первоисточник.

Это очень хорошая медитация – можете ее попробовать. Возьмите любой объект; но пусть объект каждый день будет одним и тем же, чтобы внутри вас все время создавался один и тот же образ и вы отступали от одного и того же образа. Раньше образы в храмах использовались именно для этой техники. Теперь образы остались, но техника утрачена. Вы идете в храм – вот вам случай применить эту технику. Смотрите на статую Махавиры, или Будды, или Рамы, или Кришны, или кого угодно. Смотрите на статую, сосредоточьтесь на ней; сфокусируйте на ней весь свой ум, так чтобы статуя стала образом внутри вас. Потом закройте глаза. Отведите

взгляд от статуи и закройте глаза. А потом удалите образ, полностью сотрите его.

Тогда вы останетесь в полном одиночестве, в своей совершенной чистоте, в своей совершенной невинности. Осознание этого и есть свобода, осознание этого и есть истина.

Глава 24. Сомнение и вера, жизнь и смерть: основы разных путей

Первый вопрос:

Я не могу сказать, чтобы я относился только к чувствующему типу или только к интеллектуальному. Мне кажется, у меня какой-то смешанный тип. Должен ли я выполнять попеременно два разных типа техник? Пожалуйста, посоветуй, как мне быть.

Это важный вопрос. Тут нужно многое понять. Во-первых: если вам кажется, что вы не принадлежите ни к интеллектуальному, ни к эмоциональному типу, можете быть уверены, что вы – интеллектуальный тип, потому что запутанность, неясность как раз и является признаком этого типа. Эмоционал никогда не путается. Человек эмоционального типа никогда не окажется в таком замешательстве. Эмоция всегда целостна и едина, интеллект всегда разделен, разобщен, запутан. Такова сама природа интеллекта. Почему? Потому что интеллект опирается на сомнение, а чувство опирается на веру. Там, где есть сомнение, непременно будет разделение, расщепление; сомнение никогда не бывает полным, всецелым. Как оно может быть полным? В самой природе сомнения – сомневаться, колебаться. Оно никогда не бывает полным! Нельзя сомневаться полностью, абсолютно. Если

вы полностью в чем-то сомневаетесь, это уже вера.

Сомнение – это всегда путаница, замешательство, и, когда вы сомневаетесь, по сути дела вы сомневаетесь также и в самом своем сомнении. Вы не можете быть в нем уверены. Сомневающийся ум не может быть уверен даже в собственном сомнении. Так что в вас всегда будут наслоения путаницы и замешательства, и каждый слой будет опираться на другой слой сомнения и путаницы.

Для интеллектуального типа это нормальное состояние. Человек интеллектуального типа всегда чувствует что-то подобное: «Я ни здесь, ни там, я никуда не подхожу», или: «Я то здесь, то там; иногда я одно, иногда другое». Тогда как человек эмоционального типа легко понимает себя. Поскольку в основе чувства лежит доверие, оно не разделено, оно всегда целостно, индивидуально. Так что, если у тебя есть какие-то сомнения, если ты не уверен, к какому типу относишься, знай наверняка, что ты – человек интеллектуального типа. Тогда практикуй техники, предназначенные для интеллектуального типа. Только если у вас не возникает никакого замешательства и неуверенности – тогда вы принадлежите эмоциональному, чувствующему типу.

Например, Рамакришна: он относится к чувствующему, эмоциональному типу. В нем нельзя вызвать сомнения – это невозможно, потому что сомнение можно вызвать только в том случае, если оно уже существует. Никто не сможет вызвать в вас сомнение, если только оно уже не скрыто в вас.

Другие могут только помочь ему проявиться, но не могут создать его. Также не может быть создана и вера. И вере другие могут только помочь проявиться, выйти наружу.

Изначальный, базовый тип человека не может быть изменен, вот почему очень важно знать свой базовый тип – потому что, если вы делаете что-то такое, что вам не подходит, не соответствует, вы напрасно тратите время и энергию. И от своих неверных попыток вы будете только все больше и больше запутываться. Ни сомнение, ни веру создать нельзя. В вас уже заложено семя одного или другого. Если в вас заложено сомнение, о вере лучше вообще не думать, иначе получится только самообман, лицемерие. Если в вас есть сомнения, не бойтесь – даже сомнение может привести к божественному. Нужно его использовать.

Повторяю: даже сомнение может привести к божественному, – иначе, если бы ваше сомнение могло разрушить божественное, это значило бы, что оно сильнее, могущественнее, чем божественное. Даже сомнение можно использовать, из него можно сделать технику. Но будьте честны. Некоторые учителя постоянно повторяют, что если у вас есть сомнения, вы никогда не сможете достичь божественного. И что тогда делать? Тогда вы должны загнать сомнения в глубь себя, подавить их, спрятать и создать фальшивую веру. Но эта вера будет только на поверхности, она никогда не затронет вашу душу. Глубоко внутри вы будете сомневаться, и только на поверхности будет видимость веры.

Существует различие между подлинной верой и убеждением. Убеждения всегда фальшивы. Вера есть качество, а убеждение – некая концепция, система понятий. Вера – это качество вашего ума, убеждения же всегда заимствованы, приобретены. Поэтому люди, которые сомневаются и боятся своих сомнений, держатся за убеждения. Они говорят: «Я убежден, я верю», но в них нет подлинной веры. Глубоко внутри они знают, что в них есть сомнение. И они всегда боятся его. Если вы оспариваете, критикуете их убеждения, они тут же выходят из себя. Почему? Откуда этот гнев, это раздражение? Они сердятся не на вас, они сердятся на собственное сомнение, которое всплывает из глубины, которому вы помогаете выйти наружу. Если у человека есть вера, вы можете критиковать его, и он не станет сердиться, потому что веру нельзя разрушить.

К такому типу относится Рамакришна, и также Чайтанья, и Мира – все они люди чувства. Один из умнейших людей Бенгала, Кешав Чандра, должен был встретиться с Рамакришной. Он собирался не просто встретиться с ним, но нанести ему поражение, потому что Рамакришна был человек неграмотный, не ученый. А Кешав Чандра был одним из величайших умов, когда-либо рождавшихся на индийской земле: мощный интеллект, вооруженный самой отточенной логикой. Было очевидно, что Рамакришна будет побежден. Когда Кешав Чандра прибыл в Дакшинешвар, туда съехались все интеллектуалы Калькутты – они хотели посмотреть на

поражение Рамакришны. Кешав Чандра начал дебаты, но, наверное, он почувствовал себя очень неловко, потому что каждый его аргумент Рамакришна встречал бурным восторгом – слишком бурным. Выслушав очередной аргумент в опровержение Бога, Рамакришна начинал прыгать и танцевать.

Кешав Чантра смутился.

– Что ты делаешь? – спросил он. – Ты должен опровергать мои доводы, спорить со мной.

И говорят, что Рамакришна ответил:

– Когда я смотрю на тебя, моя вера крепнет. Такой ум, такой интеллект невозможен без Бога.

Вот как смотрит на вещи человек чувства.

– И я предсказываю тебе, – сказал Рамакришна, – что рано или поздно ты станешь лучшим преданным, чем я, потому что твой ум лучше и сильнее. Как при твоём уме ты можешь бороться с божественным? Ты, человек такого проницательного ума? Если даже такой дурачок, как я, смог достичь, как ты можешь не достичь?

Он не сердился и не спорил, но он победил Кешава Чандру.

Кешав Чандра прикоснулся к его стопам и сказал:

– Впервые в жизни я встретил веру, перед которой все аргументы и доводы бессильны. Глядя в твои глаза, видя тебя и то, как ты обошелся со мной, я впервые поверил в возможность божественного. Ты доказал мне это без всяких дока-

зательств.

Доказательством был сам Рамакришна.

Человек интеллектуального типа должен пройти через сомнение. Не заставляйте себя верить, это будет самообман. Вы не сможете обмануть никого другого, кроме самого себя. Не переламывайте себя, будьте подлинны. Если в вашей природе сомневаться, идите путем сомнения. Сомневайтесь в полную силу, сомневайтесь во всем и не выбирайте техник, основанных на вере, – они не для вас. Выберите технику, которая научна, экспериментальна. Необязательно верить.

Существуют два типа методов. Один из них – экспериментальные методы. В них от вас не требуется верить – их нужно просто делать, и это само приведет вас к убеждению, к вере. Ученый не может верить. Он принимает нечто как рабочую гипотезу, с которой потом работает, экспериментирует, и если эксперимент оказывается успешным, если эксперимент подтверждает, что гипотеза верна, ученый делает соответствующий вывод. Он приходит к вере экспериментальным путем. Так что среди этих ста двенадцати техник есть такие, в которых от вас не требуется веры.

Вот почему Махавира, Будда – они относятся к интеллектуальному типу точно так же, как Рамакришна и Чайтанья относятся к чувствующему типу, – именно поэтому Будда говорит, что не надо верить в Бога, Бога нет. Он говорит: «Делайте то, что я говорю, не верьте в меня. Экспериментируйте, и если ваш собственный опыт покажет, что я прав, –

тогда можете верить».

Будда говорит: «Не верьте в меня, не верьте моим словам. Не нужно верить только потому, что я это сказал. Проведите эксперимент, испытайте это сами, а пока не придете к собственному заключению, продолжайте сомневаться. Ваш собственный опыт станет вашей верой».

Махавира говорил: «Не нужно никому верить – даже мастеру. Достаточно практиковать технику».

Наука никогда не просит верить. Она предлагает экспериментировать, ставить опыты. Это подходит для людей интеллектуального типа. Не старайтесь верить, пока не проведете эксперимент. Вы просто не сможете верить – все это будет только подделкой, фальшью. Будьте честны с собой. Оставайтесь настоящими и подлинными.

Бывало так, что даже атеисты достигали божественного – благодаря тому, что они находили истину в самих себе. Махавира атеист, он не верит в Бога. И Будда атеист, он не верит ни в какого Бога. С Буддой случилось настоящее чудо. Его называют самым безбожным и самым божественным из людей. Одновременно безбожным и божественным. Он был чистой воды интеллектуалом, но он достиг, потому что никогда не обманывал себя, он честно экспериментировал. Шесть лет подряд он продолжал экспериментировать и ни во что не верил просто так. Пока что-то не подтверждалось экспериментально, он в это не верил. Он что-то пробовал, и если из этого ничего не получалось, он это отбрасывал.

И однажды он достиг. Он просто сомневался, сомневался и сомневался, сомневался и экспериментировал, и настал момент... настал момент, когда сомневаться стало больше не в чем: ничего не осталось. Объектов не осталось, и сомнение отпало. Все объекты сомнения были исчерпаны. Он подверг сомнению уже все, что было возможно, и даже само сомнение стало бесполезным. Само сомнение отпало, и с его исчезновением он осознал. Тогда он осознал, что реальностью было не сомнение, реальностью был тот, кто сомневался, сомневающийся – нельзя ведь подвергнуть сомнению существование того, кто сомневается, он тут же скажет: «Неправда! Я есть».

Может быть, это правда, может быть, нет, но кто говорит, что это правда или неправда? Тот, кто это говорит, и есть правда, и есть истина. Вы можете сказать, что Бога нет, но вы не можете сказать: «Меня нет», потому что, как только вы скажете, что вас нет, вы тут же тем самым докажете, что вы есть. А иначе кто мог это сказать? Нельзя отрицать собственное существование без того, чтобы в то же самое время не признавать его. Это невозможно.

Даже для того, чтобы отрицать себя, вы должны быть. Вы не можете сказать кому-то, какому-то гостю, который стучится в дверь, что вас нет дома. Как вы это скажете? Это абсурд, потому что само то, что вы говорите: «Меня нет дома», доказывает, что вы дома.

Будда сомневался во всем, но он не мог усомниться в са-

мом себе. Когда все было подвергнуто сомнению и отброшено, он, в конце концов, остался наедине с собой. И тут уже сомневаться было невозможно, поэтому сомнение потеряло свою силу. Внезапно он пробудился и осознал собственную реальность, собственный источник сознания, саму основу сознания. Итак, он был человеком без Бога, но он стал равным Богу. По этой Земле никогда не ходил человек, более равный Богу, чем он, но его природная склонность была интеллектуальной.

Техники есть для обоих типов. Если вы чувствуете, что относитесь к интеллектуальному типу, недоверчивому, сомневающемуся, не беритесь за техники, основанные на вере, – они не для вас. Не всем подходит та или иная техника. Если у вас есть вера, не нужно браться за другие методы – ни к чему! Если у вас есть вера, испытывайте те методы, которые в качестве начального условия требуют веры. Но будьте подлинны – это главное. Это очень важно, и нужно всегда об этом помнить.

Обманывать легко – очень легко, потому что мы подражатели. Вы можете начать подражать Рамакришне, не понимая, что это совсем не ваш тип. Если вы будете подражать, ничего по-настоящему не получится – будет только подделка. Вы можете подражать Будде. Это случается сплошь и рядом, потому что мы рождаемся в определенной религии. Из-за этого происходит много всякой чепухи. Нельзя от рождения принадлежать той или другой религии. Вы должны вы-

брать свою религию. Религия не имеет никакого отношения к рождению, к крови и плоти – никакого отношения!

Кто-то рождается буддистом. Он может быть человеком чувства, но он будет следовать Будде. Тогда вся его жизнь будет потрачена зря. Кто-то от природы принадлежит к интеллектуальному типу. Он может родиться в мусульманстве или в каком-то культе поклонения, преданности. И его жизнь будет потрачена зря, он станет притворщиком. В мире нет настоящей религии, потому что религию ошибочно связывают с рождением, и это большая глупость. Между религией и рождением нет никакой связи. Выбор должен быть сознательным – сначала вы должны понять, какой у вас тип, и потом сделать выбор. В тот день, когда мы позволим каждому выбрать свою религию, свой метод, свою технику, свой путь, мир станет глубоко религиозным.

Но религия стала организацией, политизированной организацией. Вот почему, как только рождается ребенок, мы навязываем ему определенную религию, приучаем его к ней, обуславливаем его. Родители боятся, как бы он не перешел в другую организацию... Прежде чем он станет сознательным, его нужно разрушить, сломать, подчинить. Прежде чем он станет сознательным и научится думать, его ум должен быть настолько обусловлен, чтобы он не мог думать свободно. Вы не можете свободно думать, потому что все, что вы думаете, было вложено в вас заранее.

Я читал Бертрана Рассела. Он говорит: «На уровне интел-

лекта я считаю, что Будду можно поставить выше Иисуса. Но в глубине души, сердцем, чувствую, что это невозможно: Иисус для меня выше Будды. Самое большее, если я сделаю над собой усилие, я могу поставить их рядом. Хотя умом я понимаю, что Будда – гигант. Иисус рядом с ним ничтожен».

Откуда это ощущение? Поскольку сам Бертран Рассел относится к интеллектуальному типу, для него привлекателен Будда. Иисус совсем его не привлекает. Но его ум был обусловлен в христианстве. Его сравнения неверны, они просто бессмысленны – они кое-что говорят о самом Бертроне Расселе, но ничего – о Будде или Иисусе, потому что тут невозможны никакие сравнения. Для того, кто относится к чувствующему типу, Иисус будет казаться выше Будды. Но если он буддист, если он родился буддистом, ему будет трудно: эта мысль, что кто-то может быть выше Будды, будет беспокоить и тревожить его собственный ум. Это трудно, почти невозможно, потому что все, что вы думаете, было вложено в вас – вложено заранее.

Ваш ум похож на компьютер. В него введена определенная информация, в него введены определенные оценки. Вы опираетесь на какие-то пустые, ничего не значащие представления и традиции, которые уже заложены в вас. Вы не можете легко их отбросить, вот почему религия остается только пустым словом. Очень редко человек может прийти к настоящей религии, потому что лишь очень немногие люди способны восстать против собственной обусловленности.

Только революционный ум может стать религиозным – ум, который способен увидеть факты и на их основании решить, что делать.

Выясните, какого вы типа, попытайтесь почувствовать свою естественную склонность. Это не трудно. Во-первых, если у вас нет ясности, вы сомневаетесь, значит, вы относитесь к интеллектуальному типу. Если же вы чувствуете уверенность, и у вас не возникает никаких сомнений, выбирайте другие техники, те, которые основаны на доверии, вере. Во-вторых, помните: никогда не делайте техники обоих типов. Это вас совершенно запутает. Нет ничего неправильно, то и другое правильно. Рамакришна прав, и Будда тоже прав. Помните одно: многое в этом мире может привести вас к истине – путей много. Здесь нет никакой монополии. Даже противоположные пути, абсолютно противоположные пути могут вести в одно и то же место.

Не существует «единственного» пути. Наоборот, если вы заглянете глубоко, то поймете, что путей столько же, сколько идущих, потому что каждый должен начинать с того места, где он находится. Вам не подойдет никакой готовый путь. Собственно говоря, вы прокладываете свой путь сами. Никаких готовых путей нет, не проложено никаких общих магистралей. Однако каждая религия пытается внушить вам, что путь есть, он проложен, надо только пойти по нему. Это неверно. Во внутреннем поиске больше от неба, чем от земли.

Летит птица: она не оставляет в небе следов. Небо остается пустым. Птица пролетела, но следов не осталось. Другая птица не сможет повторить ее путь. Небо всегда пусто. Каждая птица, когда она куда-то летит, прокладывает свой собственный путь.

Сознание подобно небу, а не земле. Махавира идет своим путем, Будда идет своим путем, Мира, Мухаммед идут своими путями – вы видите, как они идут, видите, что они достигли, но как только они проходят, путь исчезает. Вы не можете механически идти по их стопам, не можете просто подражать. Вы должны найти свой собственный путь.

Так что сначала подумай о своем типе и тогда уже выбери методы. Многие из этих ста двенадцати методов предназначены для интеллектуалов, многие – для людей чувства. Но не думай, что если, как тебе кажется, ты относишься к смешанному типу, тебе нужно практиковать и те, и другие. Так ты еще больше запутаешься, и твое расщепление зайдет так далеко, что ты можешь сойти с ума, у тебя произойдет раздвоение личности. Не делай этого.

Второй вопрос:

Вчера ты сказал, что надо помнить о смерти. Это больше похоже на позицию Будды, который отрицал жизнь. Но Тантра не отрицает жизнь, ее подход очень жизнеутверждающий. Как же может это осознание смерти использоваться в Тантре?

На самом деле Будда не отрицает жизнь. Это только ка-

жется — кажется, что он отрицает жизнь, потому что он постоянно обращается к смерти. Можно подумать, что он влюблен в смерть, но это не так. Напротив: он влюблен в вечную жизнь. Ради того, чтобы найти жизнь, которая бессмертна, он обращается к смерти. Но он не влюблен в смерть, он должен помнить о смерти только для того, чтобы найти нечто такое, что за пределами смерти. И Будда говорит, что если за пределами смерти ничего нет, значит, жизнь тщетна — но только в этом случае. Он никогда не говорит, что жизнь тщетна, — он говорит, что если за пределами смерти ничего нет, тогда жизнь тщетна. И он говорит, что ваша жизнь тщетна, потому что она не идет дальше смерти. То, что вы считаете своей жизнью, всего лишь часть смерти. Вы заблуждаетесь. Вы думаете, что это жизнь, а это только смерть, которая подходит все ближе.

Человек родился — и начинается его путь к смерти. Кем бы он ни стал, чего бы ни достиг, чем бы ни обладал, ничто не поможет: он приближается к смерти. Эта так называемая жизнь — просто движение к смерти. Разве можно назвать это жизнью? Вот вопрос Будды. Как назвать жизнью жизнь, которая ведет к смерти? Жизнь, которая предполагает неизбежную смерть, является просто замаскированной смертью, а не жизнью; это постепенная смерть. Вы постепенно умираете, но продолжаете думать, что живете.

Вот сейчас: вам кажется, что вы живете, а вы умираете. Каждую минуту вы теряете жизнь и накапливаете смерть. Де-

рево познается по его плодам, говорит Будда, поэтому дерево вашей жизни нельзя называть жизнью: его плодом будет смерть. Дерево познается по плодам, и если на дереве вашей жизни зреют только плоды смерти, дерево обманывает вас. И еще: если дерево приносит определенный плод, это значит, что этот плод был и его семенем, иначе оно не могло бы родить его. Таким образом, если жизнь рождает плод смерть, смерть должна быть и ее семенем.

Давайте попытаемся понять. Вы родились, и вы думаете, что рождение было началом, – но это неверно. До этого рождения вы умерли в другой жизни. Та смерть была семенем этого рождения, и плодом снова будет смерть. И этот плод станет семенем для другого рождения.

Рождение ведет к смерти, смерть предшествует рождению. Так что, если вы хотите видеть жизнь такой, какова она есть на самом деле, то она с обеих сторон окружена смертью. Смерть является началом, смерть является также и концом, а жизнь – только промежуточная иллюзия. Между двумя смертями вам кажется, что вы живете: вы называете жизнью переход, соединяющий одну смерть с другой. Будда говорит, что это не жизнь. Это дуккха – страдание. Это смерть. Вот почему нам, глубоко одурманенным жизнью, одержимым желанием жить, во что бы то ни стало, любой ценой, кажется, что Будда против жизни. Лишь бы только жить – вот предел наших мечтаний... Мы так боимся смерти, что Будда кажется нам влюбленным в смерть, и для нас это неесте-

ственно. Нам кажется, что он исповедует самоубийство. Вот почему многие критикуют Будду.

Альберт Швейцер критикует Будду за то, что, как он считает, Будда одержим идеей смерти. Но Будда не одержим смертью, это мы одержимы жизнью. Он просто анализирует, пытается установить факты. И чем глубже вы пойдете за ним, тем яснее увидите, что он прав. Ваша жизнь ненастоящая, она пропитана смертью, она как покрывало, прикрывающее смерть. Будда смотрит прямо на смерть, он говорит: «Если я смогу выяснить, что такое смерть, только тогда я смогу выяснить, что такое жизнь. А если я смогу узнать, что такое жизнь и смерть, возможно, что я пойду дальше их обеих и узнаю нечто такое, что за пределами рождения и смерти, за пределами жизни и смерти». Он не отвергает жизнь, он не против жизни. Это только кажется.

Тантра кажется жизнеутверждающей, но это снова наша интерпретация. И Будда не против жизни, и Тантра не на стороне жизни. Отправная точка одна. Будда стоит лицом к смерти, а Тантра стоит лицом к жизни. Но это одно и то же, и начинать можно с любой стороны. Но идите настолько глубоко, чтобы через одно познать также и другое.

Будда начинает с конца – исследует смерть. Тантра начинается с начала – исследует жизнь. Вот почему кажется, что Будда слишком любит смерть, а Тантра слишком любит секс, любовь, тело, жизнь. В конце – смерть, в начале – секс. Поскольку Тантра начинается с начала, секс становится для нее

очень важным. Тантра пытается так глубоко войти в секс, чтобы познать его, раскрыть тайну любви, – она пытается проникнуть в начало, в самое семя, чтобы потом выйти за пределы.

Будда смотрит на смерть, он учит глубоко медитировать на смерть: войти в нее и узнать всю ее реальность. Смерть и секс – два конца, два полюса одного явления. Секс есть смерть, а смерть очень близка к сексу. Это трудно понять.

Многие насекомые умирают во время своего первого совоплощения. Первый половой акт – и наступает смерть. В Африке есть пауки, у которых самцы умирают в момент совоплощения. Самец не может остаться в живых, он так и умирает в соитии с самкой. Первый половой акт становится для него смертью. Это ужасно... Он умирает в момент эякуляции. И умирает не сразу, какое-то время еще длится агония. В момент эякуляции начинается смерть, и самка начинает пожирать его. Они так и не разъединяются. Самка постепенно пожирает его, и к моменту окончания сексуального акта он уже наполовину съеден.

Секс и смерть глубоко взаимосвязаны. Из-за этого человек боится секса. Тот, кто хочет долго жить, кто мечтает о долгой жизни, всегда будет бояться секса. А для тех, кто надеется стать бессмертным, культом становится брахмачарья, безбрачие. Никто еще не стал бессмертным, и никто не может быть бессмертным, потому что вы рождаетесь из секса. Если бы вы рождались из брахмачарьи, это было бы возмож-

но. Если бы ваши отец и мать были целомудренными, тогда и только тогда вы могли бы быть бессмертными.

Секс уже вошел в вас вместе с вашим рождением. Занимаетесь вы сексом или нет, не имеет значения – вам все равно не избежать смерти. Само ваше бытие начинается с секса, а секс – начало смерти. Именно поэтому христиане говорят, что Иисус родился от девственной матери. Только для того, чтобы сказать, что он не был смертным, не был простым смертным, они говорят, что он родился от девственной матери. «Он не простой смертный», – только чтобы выразить это, чтобы сказать, что смерть не властна над ним, и был создан этот миф.

Это часть всей истории, всего мифа. Если бы он родился в результате секса, смерть имела бы над ним власть – тогда он не мог бы избежать смерти, так как вместе с сексом приходит смерть. Поэтому считается, что он не был зачат во время полового акта, родился не из секса. И именно потому, что он был сыном девственной матери, он смог снова ожить – воскреснуть. Его распяли, но не смогли убить. Он остался жив, потому что он возник не из секса. Его нельзя было убить. Если Иисус действительно был рожден девственной матерью, убить его невозможно. Его невозможно убить! Смерти для него не существует! Когда нет начала, не может быть и конца. Если же он не был рожден девственной матерью, тогда неизбежным концом должна быть смерть.

Поэтому весь миф должен сохраняться целиком. Если вы

не признаете, что он родился от девственницы, тогда теряет силу и вторая часть мифа, воскресение. Если же вы говорите, что он воскрес, что он победил смерть, избежал смерти, что смерть не смогла убить его, и что на самом деле его невозможно было распять, а те, кто его распинал, заблуждались, – он был жив, он остался жив, – тогда вы должны принять и первую часть мифа.

Я не говорю ничего ни в пользу, ни в опровержение этого мифа, я просто говорю, что весь миф должен сохраняться целиком, одной части недостаточно. Если рождению предшествовал секс, должна быть и смерть. Из-за этой глубокой взаимосвязи много раз в истории многие общества начинали бояться секса. На самом деле это страх смерти. Даже если вы принимаете секс, некоторый страх остается. Даже если вы занимаетесь сексом, некоторый страх остается. Никто не позволяет себе полностью оставить контроль. Страх остается, вы настороже. Вы не можете всецело погрузиться в секс, не можете полностью отпустить свой контроль, потому что это отпускание подобно смерти.

Неверно то, что Тантра поддерживает жизнь в вашем ее понимании, так же как неверно и то, что Будда против настоящей, подлинной жизни. Тантра начинается с одной стороны, с начала, а Будда начинается с конца. И Тантра более научна, чем Будда, – всегда лучше начинать с начала. Вы уже родились, а смерть еще далеко. Рождение уже случилось, с ним можно работать глубже, – смерти же только предстоит

случиться. Она еще не стала для вас реальностью, она только в воображении. И когда вы видите, что кто-то умирает, вы не видите самой смерти. Вы видите умирающего, но не саму смерть, – не тот процесс, который происходит внутри него. Вы не можете его видеть: он невидим, и он индивидуален. И сам человек ничего не может рассказать, потому что, как только процесс завершится, его уже не станет. Он не сможет вернуться, не сможет прийти и рассказать, что случилось.

Поэтому все, что известно о смерти, только предположения. Фактически и прямо никто ничего не знает о смерти. Пока вы не вспомните своих прошлых жизней, вы ничего не можете знать о смерти. Вы умирали уже много раз, вот почему Будда ввел в практику много техник, связанных с воспоминанием прошлых жизней. В этой жизни ваша смерть находится в будущем, как вы можете концентрироваться на ней? Как вы можете на нее медитировать? Она еще не случилась. Она так неопределенна, темна, неизвестна. Что вы можете? Вы можете только думать о ней, но все ваши мысли также будут заимствованными. Вы будете повторять то, что сказали другие: кто-то что-то сказал о смерти, и вы будете повторять. Как вы можете медитировать на смерть? Вы можете смотреть, как умирают другие, но при этом вы не войдете в смерть по-настоящему. Вы останетесь сторонним наблюдателем.

Это то же самое, как если кто-то ест сладости... Вы смотрите на него, но вы не можете почувствовать, что с ним про-

исходит. Какой вкус он ощущает, какую сладость, какой аромат? Вы не можете знать, что происходит внутри этого человека. Вы можете только смотреть на его рот, на его поведение, наблюдать за выражением его лица, – но все это предположения, а не настоящий опыт.

Вы не сможете узнать, что с ним происходит, до тех пор, пока он не скажет что-нибудь, но что бы он ни сказал, для вас это будут только слова – это опять не настоящий опыт. Будда говорил о своих прошлых смертях, но ему никто не верил. Если я расскажу вам о своих прошлых смертях, в глубине души вы не поверите. Как вы можете поверить? Вы не имеете собственного доступа к той реальности. Для вас все начинается с этого рождения, а смерть в этой жизни еще не пришла. Она всегда случается с другими, с вами она еще не случилась.

Трудно медитировать на смерть. Чтобы иметь какую-то почву, вы должны будете обратиться к прошлым жизням, вы должны будете погрузиться в память о прошлом. Будда и Махавира оба использовали технику джати смаран – технику вхождения в прошлые жизни. Только так вы сможете медитировать на смерть.

Тантра более научна. Она начинается с жизни, с рождения, с секса, которые являются для вас фактами. Смерть пока остается вымыслом, фикцией. Но имейте в виду: цель одна и та же. И тот и другой подходы заняты поиском вечной жизни – жизни без смерти. Выйдете за пределы начала, или выйдете

за пределы конца, – совершите прыжок с одного полюса или с другого. Но учтите: прыжок возможен только с одного из полюсов. Нельзя прыгнуть из середины.

Если я хочу выпрыгнуть из этой комнаты, я должен пойти в эту сторону до конца, до крайней точки, или же в ту сторону до конца. Я не могу выпрыгнуть из середины комнаты, потому что выпрыгнуть можно только из крайней точки. В жизни есть две крайних точки – рождение и смерть. Тантра начинается с рождения. Это более научно, более реально. Рождение уже есть у вас, и вы можете на него медитировать. Секс является фактом, и вы можете на него медитировать: вы можете глубоко войти в него.

Смерть не является фактом. Чтобы постичь смерть, нужно обладать редкостным умом; чтобы проникнуть в будущее, нужен очень острый интеллект. Изредка случается так, что будда постигает смерть настолько глубоко, что будущее становится настоящим. Но это доступно лишь редким, исключительным людям.

Тантра доступна каждому, кому интересно узнать, что такое настоящая жизнь, у кого есть желание это исследовать. Тантра тоже использует смерть, но только для того, чтобы помочь вам обратиться внутрь – не для медитации, не в качестве опорной точки для прыжка, а только для того, чтобы помочь вам направиться внутрь.

И Будда также говорил о рождении, но только как о части медитации на смерть. Вторая часть может быть исполь-

зована как вспомогательная, она не главная. Тантра говорит, что если вы сможете думать, помнить о смерти, ваша жизнь приобретет иной смысл, форму, значение. Ваш ум войдет в новые измерения, что без мыслей о смерти было бы трудным или даже невозможным. Как только вы начнете понимать, что эта жизнь неизбежно закончится смертью, смерть станет для вас несомненным фактом, и вы не сможете больше цепляться за эту жизнь: ум выйдет за ее пределы. Именно об этом я говорил вчера.

Если вы думаете только об этой жизни, ваш ум все время движется наружу – наружу, наружу и наружу, в мир объектов. Но если вы присмотритесь и увидите, что во всем скрывается смерть, вы не сможете цепляться за объекты. Ваш ум начнет двигаться внутрь.

На днях ко мне приходила молодая девушка, индианка. Она влюбилась в американца. Но когда она влюбилась в него, и они уже стали думать о том, чтобы пожениться, молодой человек заболел, и у него обнаружили неизлечимую форму рака. Смерть была несомненна. Он мог прожить два или три, самое большее – четыре года. Молодой человек пытался убедить девушку не выходить теперь за него замуж. Он говорил: «Я точно умру, зачем тебе тратить на меня свою жизнь?»

Однако чем больше он настаивал – так уж устроен ум, – тем более непреклонной становилась девушка в своем решении выйти за него замуж. Так устроен ум: он любит противоречить. На месте этого молодого человека я стал бы настаи-

вать на женитьбе, тогда девушка решила бы уклониться. Тогда ни о какой женитьбе не могло быть и речи – я больше не увидел бы этой девушки. Но молодой человек пытался отговорить ее – из самых добрых побуждений, но по глупости не понимая того, как устроен ум. Любой на его месте сделал бы то же самое. И поскольку он ее отговаривал, девушка почувствовала, что это дело совести: она настояла на женитьбе.

Они поженились. Теперь, после свадьбы, эта девушка живет, окруженная смертью. Ей все время грустно, она не может его любить. Легко умереть ради кого-то, но очень трудно жить ради кого-то. Умереть очень легко... стать мучеником так просто. Стать мучеником легко, потому что это дело одного мгновения: все случается мгновенно.

Если вы меня любите, и если я скажу: «Выпрыгни из окна», вы можете выпрыгнуть, потому что вы меня любите и вами движет чувство. Но если я скажу: «Хорошо, а теперь проживи со мной тридцать лет», – это будет трудно, очень трудно!

Мучеником можно стать в одно мгновение. Умереть за кого-то или за что-то легче всего на свете, но жить ради кого-то очень трудно, мучительно трудно. Она стала мученицей, но теперь ей приходится жить в постоянной близости к смерти. Она не может любить. Она не может смотреть в лицо своему мужу, потому что, стоит ей на него посмотреть, и она видит смерть, рак. Близость смерти витает в воздухе, смерть возможна в любой момент. И она живет в постоянной агонии.

Что произошло? Смерть стала несомненным фактом. Теперь девушка потеряла всякий интерес к жизни, все утратило для нее смысл, все стало смертью. Она приехала из Америки только для того, чтобы встретиться со мной. Она хочет медитировать, потому что жизнь кажется ей тщетной. Жизнь стала для нее равнозначна раку, и она приехала и попросила меня: «Научи меня медитации. Как мне выйти за пределы жизни?» Пока жизнь не станет тщетной, вы никогда не помышляете о том, чтобы выйти за ее пределы.

Я сказал ей, что внешне ее брак кажется большим несчастьем, но он может оказаться величайшим счастьем. Каждая жена и каждый муж должны умереть, но это неопределенно... Смерть несомненна, только ее дата неопределенна. Хотя, может быть, даже и дата предопределена – только вы ее не знаете. Вот что значит «блаженно неведение». Они могли бы любить друг друга, если бы оставались в неведении, ничто им не мешало бы. Но теперь любовь стала невозможной, жизнь стала невозможной. Смерть всегда рядом, она всегда становится между ними.

Я сказал ей:

– Ты должна любить его еще больше – он ведь скоро умрет. Люби его больше.

– Как я могу любить? – сказала она. – Мы никогда не остаемся наедине. Мы всегда втроем: я, мой муж и между нами – смерть. Мы никогда не остаемся наедине.

Смерть ошеломляет, жить рядом с ней невозможно. И это

может стать поворотной точкой. Если вы вдруг осознаете смерть, говорит Тантра, воспользуйтесь этим для поворота внутрь. Необязательно исследовать смерть во всех подробностях, необязательно постоянно размышлять о ней. Не превращайте ее в навязчивую идею. Само осознание того, что смерть существует, поможет вам обратиться внутрь, быть медитативными.

Третий вопрос:

Неужели только благодаря тому, что тело станет как мертвое, может произойти трансформация ума и выход за его пределы? Как это возможно?

Ум всегда активен. А пока вы активны, деятельны, медитация невозможна, потому что медитация означает глубокую бездеятельность. Познать себя можно только тогда, когда все стихнет, успокоится, станет неподвижным и безмолвным. Только тогда, в этом безмолвии, происходит встреча с самим собой. Иначе, когда вы активны, вы настолько заняты тем или другим делом, что не чувствуете собственного присутствия. Вы все время забываете себя. Постоянно увлекаясь тем или другим объектом, вы все время забываете себя.

Активность подразумевает взаимодействие с чем-то внешним. Вы активны, потому что взаимодействуете с чем-то внешним, делаете что-то снаружи. Бездеятельность означает, что вы вернулись домой, вы ничего не делаете. В греческом языке досуг обозначается словом *скол*. Слово «школа» происходит от этого греческого корня: «школа» значит

«досуг». Научиться чему-то можно только на досуге, учение происходит во время досуга. Когда вы активны, если вы все время что-то делаете, вы не можете ничему научиться.

Школы предназначались для неработающих слоев общества – для тех, кто мог позволить себе досуг. Их дети отправлялись в школы, в места досуга. Там их не заставляли ничего делать: они должны были только учиться, во всем остальном им позволялась полная бездеятельность. Их освобождали от всех обычных мирских дел, и тогда они могли учиться.

Сходная ситуация возникает и тогда, когда вы хотите что-то узнать о своем собственном присутствии: вы должны быть совершенно бездеятельны – совершенно бездеятельны – вы должны просто быть, ничего не делать. Вся рябь на поверхности должна улечься, вся деятельность должна исчезнуть. Вы просто есть. Вы есть! В этот момент вы впервые начинаете осознавать свое собственное присутствие. Почему? Потому что это присутствие очень тонко, трудно уловимо. Занятые грубыми объектами, увлеченные шумной деятельностью, вы не можете заметить это тонкое присутствие. Ваше присутствие – как очень тихая музыка, безмолвная музыка. А вас постоянно наполняет шум, всевозможный шум и гам, и за ним вы не слышите этот тихий, прозрачный шепот внутри себя.

Прервите занятость внешним шумом и деятельностью. Тогда вы впервые услышите этот тихий голос, уловите этот беззвучный звук, эту беззвучную музыку. Вы войдете в тон-

кое и покинете грубое. Деятельность относится к грубому, бездеятельность относится к тонкому. А ваше присутствие тоньше всего на свете. Чтобы почувствовать его, вы должны остановиться, вы должны отстраниться от всего, чтобы осталось одно только ваше присутствие, и тогда вы сможете встретиться с самим собой. Вот почему во многих техниках предлагается привести свое тело в такое состояние, как будто оно умерло. Это просто значит, что надо быть таким же бездеятельным, как мертвец.

Когда вы медитируете, позвольте своему телу умереть. Пусть только в воображении, но даже это поможет. Не спрашивайте, как может помочь воображение. У воображения есть особая функция. Например, сейчас проводятся научные эксперименты... Вы сидите, и доктор измеряет частоту вашего пульса. Вам нужно просто внутренне рассердиться: вы представляете, что ссоритесь с кем-то, сердитесь – и ваш пульс тут же учащается.

Просто вообразите внутренне, что вы умираете, что вы вот-вот умрете. Пусть все в вас затихнет, почувствуйте, как на вас нисходит смерть. Ваш пульс замедлится. Пульс – это физическая величина, а вы только воображали. Воображение не лишено реальности, оно тоже реально. Если вы сможете по-настоящему вообразить, может случиться даже настоящая смерть. Если по-настоящему что-то представить, можно воздействовать и на физические явления.

Вы, наверное, видели какой-нибудь показ гипноза. А если

нет, то легко можете проделать это дома – это нетрудно, это очень легко. В качестве медиума возьмите своего ребенка. Девочка подойдет лучше, чем мальчик, потому что мальчик больше сомневается, и мальчик всегда настроен воинственно, он захочет сопротивляться, а не сотрудничать. Мальчик есть мальчик – дух противоборства.

Тут необходимо сотрудничество. Просто скажите ребенку, чтобы он расслабился, и начинайте внушать: «Тыходишь в глубокий транс,ходишь в глубокий транс,ходишь в глубокий транс,засыпаешь. Твои веки становятся тяжелыми, тяжелыми, все тяжелее и тяжелее...» И говорите монотонным голосом: «Тяжелее, тяжелее, тяжелее...» Пусть ваш голос будет монотонным, как будто вы сами засыпаете.

Через пятнадцать минут ребенок крепко заснет. Это будет не обычный сон, а гипнотический транс. Он качественно отличается от сна, потому что теперь ребенок будет слышать только ваш голос. Он не будет слышать ничего другого. Если заговорит кто-нибудь другой, ребенок будет глух. Если же вы что-то скажете – тот человек, который ввел его в состояние гипноза, – он услышит, и он исполнит все, что вы ему скажете.

Попробуйте провести некоторые эксперименты. Скажите ребенку: «Вот горячий уголек, я вкладываю его в твою руку. Ты обожжешься». Вложите в руку ребенка любой предмет – обыкновенный камешек, совсем не горячий. Ребенок тут же отдернет руку, потому что его ум получил внушение, что это

горячий уголек, обжигающий руку. Он отдернет руку от этого предмета, он вскрикнет, как будто прикоснулся к чему-то горячему.

Но происходит нечто удивительное. Вы обнаружите, что на руке действительно появился ожог. Что же случилось? Холодным камнем обжечься невозможно, но ребенок обжегся, как будто у него в руке действительно был уголек. А он был только в воображении. Вот почему те, кто глубоко исследовал и постиг человеческий ум, говорят, что воображение – настолько же реальный факт, как и любой другой. Воображение – это не только воображение, потому что оно влечет за собой реальный факт.

Проведите такой эксперимент... Опуститесь на землю, лежите неподвижно и чувствуйте, что вы сейчас умрете. Тело умирает. Постепенно вы почувствуете, что по телу распространяется тяжесть. Все тело становится мертвым грузом, наливается свинцовой тяжестью. Скажите себе: «Даже если я захочу сдвинуть руку с того места, где она лежит, я не смогу». Потом попробуйте пошевелить рукой, и вы не сможете. Так работает воображение.

В таком состоянии, когда вы чувствуете, что тело стало мертвым грузом, вы легко можете отсечь себя от мира активности. Вот почему это предлагается в техниках. Теперь вы можете стать бездеятельными: ведь вы умерли. Теперь вы чувствуете, что все умерло, и мост между вами и миром разрушен. Тело как мост. Если тело мертво, вы не можете ниче-

го сделать. Как можно что-то сделать без тела? Ничего нельзя сделать без тела.

Всякая активность связана с телом. Ум может думать о чем-то, но не может этого сделать. Вы бессильны, вы ничего не можете делать. Вы внутри, а мир снаружи. Средство сообщения умерло, мост разрушен. И в этом состоянии, когда тело умерло и мост разрушен, ваша энергия начинает течь внутрь, потому что теперь для нее нет пути наружу. Путь наружу закрыт, заблокирован, поэтому теперь вы направляетесь внутрь. Представьте, что вы находитесь в сердечном центре: рассмотрите свое тело изнутри. Когда вы в первый раз увидите собственное тело изнутри, это будет очень странное чувство.

Тантра, йога, Аюрведа – все это древние направления физиологии, древние физиологические учения, которые открывали и передавали свои знания посредством таких внутренних, медитативных техник. Современную физиологию изучают путем препарирования, но в древности физиологию изучали путем медитации, а не путем препарирования. И даже сейчас существует школа, очень передовая школа медицинской мысли, которая утверждает, что, когда вы анатомизируете мертвое тело и исследуете его, вы узнаете только то, что мертво, – и все эти знания, которые получены из мертвого тела, не могут быть применимы к живому телу.

Пожалуй, эти люди в чем-то правы. Если вы возьмете мою кровь и станете ее исследовать, вы будете исследовать мерт-

вую кровь. Это будет не та кровь, которая течет во мне. Внешне она может казаться похожей, но во мне это был живой процесс, живая струя, живая часть организма, часть неразрывного целого. Теперь она мертва. Это все равно что вынуть мои глаза и начать их исследовать. Когда они были во мне, за ними, внутри них был я. Теперь это мертвые камни, и, что бы вы ни узнали об этих глазах, вы ничего не узнаете о моих глазах, потому что в них уже нет главного, нет самой важной составляющей – нет меня.

Эти глаза были частью большого целого, живого организма. Они имели значение только как часть целого. Теперь они независимы, они больше не часть организма. Структура разобщена, живая связь нарушена. Во всех традициях йоги и тантры считается, что все ваши знания ложны, пока вы не познаете живое тело. Но как можно познать живое тело? Есть только один способ: войти внутрь себя и детально изучить свое тело изнутри. Эти техники открывают совершенно иной мир, живой мир.

Итак, во-первых: войдите в сердечный центр и оттуда осмотрите все свое тело изнутри. Тогда произойдут две вещи. Первое: вы перестанете ощущать себя как тело – вы не сможете ощущать себя как тело. Вы будете наблюдателем, сознательным, бдительным, который смотрит, а не на которого смотрят. Впервые тело станет просто одеждой, оболочкой – вы увидите, что отличны от него. И второе: вы тут же почувствуете: «Я не могу умереть».

Это может показаться странным: используя технику умирания, метод воображаемой смерти, вы вдруг приходите к точке бессмертия. Вы вдруг понимаете, что не можете умереть. Вы видели, как умирают другие. Что с ними происходило? Их тела становились мертвыми, и поэтому вы делали вывод, что они умерли. Теперь вы видите, что ваше тело лежит мертвое, но вы живы.

Значит, смерть тела – это не ваша смерть. Тело умирает, а вы продолжаете существовать. И если вы будете настойчиво практиковать эту технику, вскоре настанет такой момент, когда вы сможете выйти из тела и посмотреть на него снаружи – вы увидите свое мертвое тело, лежащее перед вами. Это не так трудно. А стоит вам однажды это испытать, и вы никогда уже не будете прежним человеком. Вы родитесь заново, станете двиджей – дваждырожденным. С этого момента начинается новая жизнь.

Вчера я рассказывал вам об астрологе, который обещал составить карту моего рождения. Он умер, прежде чем успел это сделать, и карту должен был составить его сын. Но и сын растерялся. Он сказал: «Почти наверняка этот ребенок умрет, когда ему исполнится двадцать один год. Каждые семь лет он будет встречаться со смертью». Поэтому мои родители, мои родственники всегда боялись, что я умру. Каждый раз, когда подходил конец семилетнего цикла, они начинали беспокоиться. И астролог оказался прав. В семь лет, хотя я и остался жив, я испытал глубокий опыт смерти – не

своей собственной, а смерти моего дедушки, отца матери. Но я был так привязан к нему, что его смерть казалась мне моей собственной смертью.

По-своему, по-детски я воспроизвел его смерть. Три дня я не ел и не пил воды, потому что чувствовал, что это было бы предательством. Я так любил его, и он так любил меня, что, пока он был жив, он даже не разрешал мне уезжать к родителям – я жил с дедушкой. Он говорил: «Вот я умру, и тогда поедешь к ним». Он жил в очень маленькой деревне, и я не мог даже ходить в школу, потому что в деревне не было школы. Он никогда не покидал меня, но пришло время, и он умер. Он был как часть меня. Я рос в его присутствии, в его любви.

Когда он умер, я почувствовал, что не могу есть – это было бы предательством. Мне не хотелось жить. Это было по-детски, но благодаря этому произошло нечто очень глубокое. Три дня я лежал и не вставал с постели. Я сказал: «Теперь, когда он умер, я больше не хочу жить». Я остался жив, но эти три дня стали для меня опытом смерти. В определенном смысле я умер, и я осознал – теперь я могу говорить об этом, но тогда это было лишь смутное ощущение, – я почувствовал, что смерть невозможна. Такое было ощущение.

Потом, когда мне было четырнадцать лет, в моей семье снова испугались, что я умру. Я не умер, но тогда я тоже попытался встретить смерть сознательно. Я сказал родственникам:

– Если астролог предсказал правильно и должна наступить смерть, лучше к ней подготовиться. Зачем отдавать ей инициативу? Почему не выйти и не встретить смерть на полпути? Если я должен умереть, лучше умереть сознательно.

И я отпросился из школы на семь дней. Я пришел к директору и сказал:

– Мне надо умереть.

– Что это за глупости! – сказал директор. – Ты что, собираешься покончить жизнь самоубийством? Что значит, тебе надо умереть?

Я рассказал ему о предсказании астролога, о том, что каждые семь лет меня может подстеречь смерть. Я сказал ему:

– Я собираюсь уединиться на семь дней и ждать смерти. Если смерть придет, лучше встретить ее сознательно, чтобы получить какой-то опыт.

Я пришел в храм, который был недалеко от моей деревни. Я договорился с храмовым служителем, чтобы он не беспокоил меня. Это был очень уединенный, никем не посещаемый храм – совсем старый, полуразрушенный. Туда никто не ходил. И я сказал служителю:

– Я буду в храме. Я буду просто лежать и ждать смерти, пусть мне только раз в день приносят воды и что-нибудь поесть.

И я ждал семь дней. Эти семь дней дали мне удивительный опыт.

Смерть так и не пришла, но я со своей стороны сделал

все возможное: я старался быть мертвым. Появлялись странные, причудливые ощущения. Много происходило, но вот что было главное: когда ты чувствуешь, что должен умереть, на тебя нисходят тишина и покой. Никаких забот не возникает, потому что все заботы связаны с жизнью. Жизнь в основе всех забот. Если ты все равно скоро умрешь, зачем беспокоиться?

Я лежал и ждал. На третий или четвертый день в храм заползла змея. Она оказалась в поле моего зрения, я видел ее, но страха не было. Я вдруг почувствовал себя очень странно. Змея подползала все ближе и ближе, и у меня было очень странное ощущение. Страх не было, я сказал себе: «Если смерть придет, она может прийти и в виде этой змеи, так зачем бояться? Подождем!»

Змея переползла через меня и поползла дальше. Страх исчез. Если вы принимаете смерть, никакого страха нет. Если же вы цепляетесь за жизнь, вас одолевают самые разные страхи.

Вокруг меня все время летали мухи. Они кружили над мной, ползали по мне, садились на лицо. Иногда они раздражали меня, и мне хотелось их согнать, но потом я думал: «Зачем? Рано или поздно я умру, и тогда все равно некому будет защищать мое тело. Так пусть они делают, что им нравится».

И как только я решил: пусть делают, что им нравится, — раздражение исчезло. Мухи по-прежнему ползали по моему

телу, но теперь это меня почему-то не касалось, как будто там лежал не я, а кто-то другой. Немедленно возникла дистанция. Если вы принимаете смерть, возникает дистанция. Жизнь уходит куда-то далеко в сторону, со всеми своими заботами, раздражением, со всей своей суетой. В некотором смысле я умер, но я узнал, что существует нечто бессмертное. Как только вы целиком и полностью принимаете смерть, вы начинаете это осознавать.

И когда мне исполнился двадцать один год, в моей семье снова чего-то ждали. Но я сказал:

– Чего вы все ждете? Не ждите. Теперь я уже не умру.

Конечно, физически я когда-то умру. Однако это предсказание астролога очень мне помогло, потому что оно заставило меня очень рано осознать смерть. Смерть стала моей постоянной медитацией, и это дало мне возможность ее принять.

Смерть можно использовать как глубокую медитацию, потому что она приносит бездеятельность. Энергия освобождается от внешнего мира, и тогда она может двигаться внутрь. Вот почему предлагается поза мертвого. Используйте жизнь, используйте смерть, чтобы узнать то, что за пределами жизни и смерти.

Глава 25. От слов к чистым звукам и к существу

37. Дэви, представь себе санскритские буквы в этих полных нектара очагах осознанности: сначала как буквы, затем, более утонченно, как звуки, и затем как самое тонкое из чувств. Затем, оставив их в стороне, будь свободна.

38. Купайся в центре звука, как в неумолкающем шуме водопада. Или, заткнув уши пальцами, слушай звук звуков.

Жан-Поль Сартр написал автобиографию. Он назвал ее «Слова». Это название очень многозначительно. Такова автобиография любого человека – слова, слова, слова. Вы наполнены словами, и этот поток слов продолжается целый день, даже когда вы ничего не говорите. Даже во сне вас наполняют мысли, слова.

Ум – это просто нагромождение слов, а каждый человек слишком подчинен уму, одержим умом. Вот почему самопознание становится все более и более невозможным. Ваше существо за пределами слов, позади слов, ниже слов, над словами – но никогда не в самих словах. Вы существуете не в уме, вы существуете ниже ума, выше ума, по ту сторону ума – но никогда не в самом уме. Вы сфокусированы в уме, но вы

сами не в нем. Вы находитесь вне ума, но ваш фокус всегда в нем. Из-за этого постоянного фокуса вы стали отождествлять себя с умом. Вы считаете, что вы и есть ум, и это единственная проблема, основная проблема. До тех пор, пока вы не осознаете, что вы не ум, с вами не может случиться ничего значительного. Вы будете жить в страдании.

Отождествление с умом лежит в корне страдания. Это все равно что отождествлять себя с тенью – тогда вся жизнь становится ненастоящей. Вся ваша жизнь ненастоящая, и главная ваша ошибка в том, что вы отождествляетесь с умом. Вы думаете, что вы есть ум, – это невежество. Вы можете развить свой ум, но от этого ваше невежество не исчезнет. Вы можете быть умным, можете быть талантливым, можете быть даже гением. Но пока сохраняется отождествление с умом, по существу, вы остаетесь посредственностью, потому что отождествляете себя с чем-то ненастоящим, с тенью. Как это происходит? Пока вы не поймете, как это происходит, весь этот механизм, вы не сможете выйти за его пределы, а все техники медитации направлены как раз на то, чтобы помочь вам выйти за пределы – выйти за пределы ума.

Техники медитации направлены не против мира, они направлены против ума – и даже не против ума, а против отождествления. Как получается, что вы отождествляетесь со своим умом? Каков механизм? Ум является потребностью – величайшей потребностью, специфической для человека. В этом главное различие между человеком и животными. Че-

ловек способен мыслить, думать, и эта способность думать послужила ему оружием в борьбе за выживание. Ему удалось выжить только потому, что он был способен думать, а иначе он был бы самым беспомощным, самым слабым из всех животных. Физически ему было невозможно выжить. Ему удалось выжить только благодаря способности думать. Благодаря этой способности он стал хозяином земли.

Если умение думать оказалось так полезно, легко понять, почему человек стал отождествлять себя со своим умом. С телом вы до такой степени не отождествляетесь. Конечно, религии все время говорят: «Не отождествляйте себя с телом», но на самом деле никто и не отождествляет себя с телом – никто! Вы отождествляете себя с умом, а не с телом. А отождествление с телом не так фатально, как отождествление с умом, потому что в теле больше настоящего. Тело реально существует, оно глубочайшим образом связано с существованием. Ум же только тень.

Отождествление с умом тоньше, чем отождествление с телом, но мы отождествляем себя с умом, потому что ум оказался очень полезен в борьбе за выживание – и послужил оружием не только против животных и природы, но также и против других людей. Если у вас острый и развитый ум, вы получаете преимущество над другими людьми. Вам легче добиться успеха, вам легче добиться материального благополучия, потому что вы лучше умеете рассчитывать и хитрить. Ум служит оружием также и против других челове-

ских существ. Вот почему мы так отождествляемся с ним – запомните это.

Против смерти, против болезней, против природы, против животных, против других человеческих существ – ум всегда был вашей защитой, вашим средством выживания. И ум многое сделал, вот почему мы обычно считаем себя «умом» – это очевидно. Если кто-то говорит, что ваше тело нездорово, вы не видите в этом оскорбления, но если кто-то скажет вам, что ваш ум кажется больным, вы будете оскорблены. Если ваше тело нездорово, вас это не оскорбляет. Почему? Вы не отождествляете себя с телом. Но если ваш ум нездоров и кто-то говорит, что вы психически больны, умственно нездоровы, безумны, вы чувствуете себя оскорбленными. Теперь это касается вас, а не вашего тела.

Вы обращаетесь с телом так, будто это какая-то ваша принадлежность, инструмент, средство передвижения, но к уму вы относитесь по-другому. Когда речь идет об уме – это значит о вас, а когда речь идет о теле – это только о вашей собственности. Вы господин, а тело ваш раб, ваша собственность.

Ум создал разделение и в самом вашем существе, и это вторая важная причина того, почему мы отождествляем себя с умом. Вы думаете не только о внешнем, вы думаете также и о внутреннем. Например, у тела есть много инстинктов. Вы думаете также о своих инстинктах. И не только думаете: вы боретесь со своими инстинктами, так что в вас все время

происходит внутренняя борьба. В вас есть сексуальные инстинкты: ум борется с ними или пытается переделать их на свой лад. Ум подавляет их, искажает их, старается управлять ими.

Ум борется также и во внутреннем мире. Эта борьба создает разделение, расхождение между вами и вашим телом. Вы начинаете думать, что тело – это нечто враждебное, что оно вам не друг, потому что тело продолжает делать то, против чего возражает ум. Тело не хочет слушать, что говорит ум, поэтому ум чувствует себя оскорбленным, побежденным. Он атакует тело, и тогда создается раздвоенность. И вы всегда отождествляете себя с умом, никогда не с телом.

Ум – это ваше эго, ваше «Я». Если тело испытывает сексуальные чувства, вы можете раздвоиться. Вы можете сказать: «Это тело, это не я. Я против. Я дал обет целомудрия, я против этого. Это все тело, а не я». Кто же тогда вы? Ум, который дал обет целомудрия? Этот ум – ваше эго, и вы идете против тела, потому что тело подрывает ваше эго. Что бы вы ни решили, оно никогда не слушается.

Из-за этого возникло все множество бессмысленных аскетических практик: тело не хочет слушаться. Тело – это природа, тело – это часть единого космического целого. У тела свои собственные законы. Его законы бессознательны, и тело живет и действует согласно этим законам. Ум пытается установить свои законы, идущие вразрез с законами тела, и навязать их телу. Тогда возникает конфликт. Тогда ум начи-

нает бороться с телом. Тогда ум будет заставлять тело голодать, он будет всеми средствами стремиться убить его.

Вот что происходило в прошлом: так называемые религиозные люди были буквально помешаны на своем теле, ненавидели его. И все, что они делали, было направлено не столько на поиски Бога, сколько на разрушение тела. Само понятие «поиска Бога» стало синонимичным «борьбе с телом». У религиозных людей была такая позиция: «Надо убить тело, разрушить его. Тело – враг». На самом деле, это не религиозный подход, а в высшей степени антирелигиозный, потому что он крайне эгоистический. Это эго, и эго чувствует себя уязвленным.

Вы решили, что не хотите больше поддаваться гневу, но гнев приходит, – и ваше эго чувствует себя побежденным. Гнев начался – все ваши решения смыты его волной. И тогда вам кажется, что гнев приходит из тела. Вы приняли решение отказаться от секса, но секс заявляет о себе, и вы чувствуете себя уязвленным, вы пытаетесь наказать тело. Аскетизм – это просто наказание: вы наказываете свое собственное тело, чтобы заставить его подчиняться вашему эго.

Ум, этот умственный процесс, это эго – только часть всего вашего целого существа, и эта часть пытается отделиться и повелевать. Но это невозможно, часть не может управлять целым. Поражение неизбежно, вот почему в жизни так много разочарований. Вы никогда не победите – вы пытаетесь добиться невозможного. Часть не может восторжествовать

над целым. Целое больше части, и целое сильнее.

Это все равно как если бы ветка пыталась управлять всем деревом, включая даже корни. Как ветка может управлять всем деревом, как она может заставить корни подчиняться? Это невозможно. Как бы она ни рассуждала, все будет безумием, это сумасшедшая ветка. Она может продолжать думать и мечтать, строить планы на будущее, когда дерево будет подчиняться ей, но это неосуществимо – ей самой придется подчиниться дереву. Ее существование возможно только благодаря дереву и корням. Корни возникли раньше нее. И именно корни породили ее, они ее источник.

Ваш ум является всего лишь частью тела, он не может управлять телом. Все попытки управлять телом обречены на неудачу, на поражение. И все человечество постоянно терпит поражение. Каждый человек страдает, живет в конфликте, во внутренней боли, в тревоге, в страхе, потому что он пытается добиться невозможного. Но эго всегда берется за невозможное, оно любит преодолевать трудности. Возможное кажется ему недостаточно трудной задачей, невозможное – вот достойный вызов. Если удастся добиться невозможного, эго будет очень довольно – ведь это неосуществимо. Вы можете пытаться – но вы только напрасно потратите свою жизнь, пытаясь осуществить неосуществимое.

Вот из-за этого стремления ума быть господином вы и отождествляете себя с умом. Кому захочется отождествлять себя с рабом? Кому захочется отождествлять себя с бессо-

знательным? Что это даст? Бессознательное отрицается, потому что его нельзя понять и подчинить. Бессознательное не дает никакого чувства эго, в нем вы не ощущаете своего «Я».

Попробуйте понять это, посмотрев с такой точки зрения: когда секс начинает управлять вами, вы не можете сказать «Я». Вы чувствуете, что нечто большее, чем вы, захватило власть – как будто вас увлекает сильное течение. Вас больше нет, вас направляет что-то другое. Вот почему эти слова имеют смысл... вот почему те, кто осуждает секс, говорят: «Меня захватил секс».

Гнев захватывает вас, голод захватывает вас. Они больше, чем вы, вас просто увлекает сильное течение. Это страшно. Это очень страшно, потому что тогда вас больше нет. Это своего рода смерть. Вот почему вы так настроены против секса – это своего рода смерть. Тот, кто отвергает секс, всегда боится смерти, а тот, кто не отвергает секс и может легко и спонтанно течь с потоком, никогда не будет бояться смерти. Поймите эту связь: люди, которые борются с сексом, всегда боятся смерти, а люди, которые боятся смерти, всегда борются с сексом.

Люди, которые боятся смерти, всегда будут создавать теории о бессмертии; они всегда будут думать о загробной жизни. А те, кто думает о бессмертии, всегда будут против секса – одно не бывает без другого. Секс внушает страх. Откуда этот страх? В сексе вас больше нет, вы захвачены чем-то большим. Вас несет поток, вас самих больше нет.

Поэтому даже те люди, которые не осуждают секс, никогда не идут в него глубоко. Они никогда не идут глубоко, они всегда сдерживают себя, пытаются сохранить контроль, не дают себе воли, они не готовы к этому. Вот почему оргазм, самое естественное явление, стал почти невозможным для мужчины и женщины. Глубокий оргазм означает, что вы растворяетесь в чем-то, что больше вас. Вы растворяетесь настолько, что вас больше нет, эго больше нет.

Эго борется за власть и пытается всем управлять, а ум ему помогает. В этой борьбе вы отождествляетесь с умом, и это отождествление приносит страдание, это отождествление – ложная, несуществующая тень. Ум очень полезный инструмент, которым надо пользоваться, но вы не должны с ним отождествляться. Это хороший инструмент, необходимый инструмент. Пользуйтесь им! Но не считайте, что вы – ум, потому что, когда вы считаете себя умом, вы не можете им пользоваться. Тогда ум начинает пользоваться вами, и вы просто подчиняетесь ему.

Все техники медитации направлены на то, чтобы помочь вам увидеть, что вы не ум. Как выйти за пределы ума? Как оставить его и хотя бы на миг взглянуть на то, что вне ума?

Первая техника:

Дэви, представь себе санскритские буквы в этих полных нектара очагах осознанности: сначала как буквы, затем, более утонченно, как звуки, и затем как самое тонкое из чувств. Затем, оставив их в стороне,

будь свободна.

Слова – это звуки. Мысли – это слова в определенной последовательности, в логической последовательности, определенная комбинация слов. Начинается все со звука. Из звука создаются слова, потом из слов создаются мысли, и потом из мыслей создаются религии, философии и все остальное. Но в основе всего – звук.

В этой технике используется обратный процесс. Шива говорит:

Дэви, представь себе санскритские буквы в этих полных нектара очагах осознанности: сначала как буквы, затем, более утонченно, как звуки, и затем как самое тонкое из чувств. Затем, оставив их в стороне, будь свободна.

Наша жизнь определяется философией. Кто-то индуист, кто-то мусульманин, кто-то христианин или еще кто-нибудь... Мы живем в своих философиях, системах взглядов, и они стали для нас так важны, что мы готовы умереть за них. Человек может умереть за слова, за простые слова. Кто-то называет ложным ваше представление об абсолютном, кто-то говорит, что вашего Рамы или Христа никогда не было на свете, – и вы готовы сражаться, из-за слов вы готовы убивать. Настолько важны для нас слова. Как это ни абсурдно, но такова вся наша история и таково наше нынешнее положение.

Одно-единственное слово может вызвать в вас такую внутреннюю бурю, что вы готовы будете убить кого-то или

сами погибнуть. Мы живем философиями, системами мысли. Что такое философия? Это логически, систематически организованные мысли, определенное построение мыслей. А что такое мысли? Это упорядоченные комбинации слов, несущие определенный смысл. А что такое слова? Это звуки, в отношении которых было решено, что они имеют то или иное значение. Так что в основе всего звуки, это основной структурный элемент ума. Философии на самом верху, как шпиль на крыше, но кирпичами, из которых выстроено все здание, являются звуки.

В чем тут дело? Звук есть просто звук – мы придаем ему какой-то смысл, договариваемся о том, что он значит, но сам по себе звук не имеет никакого значения. Это мы проецируем какое-то значение, вкладываем какой-то смысл. Само по себе слово «Рама» – просто звук, бессмысленный звук. Мы вкладываем в него смысл, а потом создаем вокруг него целую систему мысли. Тогда это слово становится очень важным, и мы строим на нем целую философию. И тогда ради него мы готовы что-то делать, мы готовы на все: мы можем умереть за него или жить ради него. Если кто-нибудь оскорбит этот звук, «Рама», вы придете в ярость. А что это такое? Всего лишь соглашение, формальное соглашение: «Это слово значит то-то и то-то». Никакое слово само по себе ничего не значит, это просто звук.

В этой сутре предлагается двигаться в обратном порядке – вернуться назад. Придите к звукам, и дальше, где-то еще

глубже, скрывается некое чувство.

Это надо понять. Человек говорит словами. Слова – это звуки, которым присвоен какой-то условный смысл. Звери и птицы тоже разговаривают звуками, но без всякого лингвистического смысла. У них нет языка, но они вкладывают в звуки определенные чувства. Птица поет: ее песня наполнена чувством, которое придает ей определенный смысл, – песня что-то выражает. Может быть, она зовет возлюбленную или возлюбленного, может быть, она зовет мать, или, возможно, это плач ребенка, который хочет есть и просто общается об этом. Пение выражает определенное чувство.

Над звуками лежит слой слов, мыслей, философии; под звуками лежит слой чувств. И пока вы не проникнете глубже чувств, вы не сможете проникнуть глубже ума. Весь мир заполнен звуками, только человеческий мир состоит из слов. И даже ребенок, который не может еще говорить словами, говорит звуками. На самом деле, весь человеческий язык развился благодаря тем особенным звукам, которые произносит ребенок, каждый ребенок в этом мире.

Например, слово «мать» в любом языке каким-то образом связано со звуком «ма». Это может быть «мама», это может быть «муттер», это может быть «мата», это может быть просто «ма» – как угодно, но так или иначе, всегда есть какая-то связь со звуком «ма». Ребенку легче всего произнести звук «ма». Первый звук, который произносит ребенок, это «ма». И на этом «ма» строится все. Ребенок говорит «ма», потому

что это для него самый легкий звук – в любой стране мира, во все времена. Просто тело устроено так, горло устроено так, что ребенку легче всего произнести звук «ма».

Для ребенка мать самый близкий человек, первый человек, который для него важен. Так что первый звук ассоциируется с самым близким и важным человеком, и с этого слова «ма», «мать», «мата» начинается весь язык, все остальные слова. Но когда ребенок в первый раз произносит «ма», он не вкладывает в этот звук никакого лингвистического смысла, в нем есть только чувство. И это чувство связывает слово с матерью.

Это чувство глубже, чем звук. В сутре говорится: сначала представь санскритские буквы. Но подойдет любой язык. Поскольку Шива разговаривал с Парвати, он сказал «санскритские буквы». Вы можете взять английские, или латинские, или арабские буквы – подойдет любой язык. Санскрит не имеет никакого особенного значения, кроме того, что Шива разговаривал с Парвати на санскрите. Санскрит ничем не лучше других языков, подойдет любой язык. Сначала почувствуйте внутри, в своем сознании, полные нектара очаги осознанности, которые заполняются буквами: А, Б, В, Г... любимыми буквами любого языка. Это можно сделать, и это прекрасное упражнение. Если хотите попробовать, закройте глаза и просто смотрите, как внутри ваше сознание наполняется буквами...

Пусть сознание будет как школьная доска, и потом – А, Б,

В... визуализируйте все буквы, все звуки. Сначала визуализируйте их именно как буквы. «А»: представляйте букву «А» так, как вы ее обычно пишете. Пишите ее в своем сознании и смотрите на нее. Потом постепенно забудьте про букву «А» и помните только звук «А» – только звук. Начинать с визуализации, потому что зрение для нас первостепенно, слух не так важен. Мы сосредоточены в глазах, центрированы в глазах. Причина та же: поскольку глаза гораздо важнее для нашего выживания, чем другие органы чувств, в глазах сосредоточено девяносто процентов нашего сознания. Представьте, что у вас нет глаз, – и вся ваша жизнь станет мертвой, от нее мало что останется.

Так что начните с визуализации. Смотрите внутрь и зрительно представляйте буквы. Буквы больше имеют отношение к слуху, чем к зрению, потому что они символизируют звуки, но для нас, из-за того, что мы все время читаем, читаем и читаем, они стали больше связаны с глазами. По существу они связаны со слухом – это звуки. Начните с глаз, но постепенно забудьте о зрении. Потом перейдите от визуализации к слуху. Сначала представьте буквы зрительно, смотрите на них, потом слушайте их – более утонченно, как звуки, и затем – как самое тонкое из чувств. Это прекрасное упражнение.

Что вы чувствуете, когда говорите «А»? Возможно, вы никогда даже не осознавали этого. Что вы чувствуете внутри? Когда вы произносите тот или иной звук, какое внутри воз-

никает чувство? Мы так бесчувственны, что совсем не обращаем внимания. Когда вы видите какой-то звук, что происходит внутри? Вы все время издаете звуки, но сами звуки вы даже не замечаете. Вы их видите. Если я скажу «А», то вы сначала увидите «А». В вашем уме «А» станет видимым образом, вы визуализируете его. Когда я говорю «А», не визуализируйте. Просто слушайте звук «А», а потом войдите внутрь и посмотрите, что происходит в центре чувств. Неужели ничего не происходит?

Шива говорит: идите от букв к звукам, пусть через буквы вам откроются звуки. Откройте звуки, а потом, через эти звуки, вам откроются чувства. Осознавайте, что вы чувствуете. Говорят, современный человек стал очень нечувствительным. Человек – самое нечувствительное животное на Земле.

Я читал об одном поэте, немецком поэте. Он рассказывает один случай из своего детства. Его отец очень любил лошадей, и в доме было много лошадей – большая конюшня, однако этому ребенку не разрешали ходить на конюшню. Ребенок был очень маленький, и отец боялся за него. Но когда отца не было, он иногда украдкой пробирался на конюшню, где у него был друг – лошадь. Всякий раз, когда ребенок приходил на конюшню, лошадь издавала определенные звуки.

Этот поэт пишет: «Тогда я вслед за лошастью тоже начал издавать звуки, потому что у нас не было другого языка. Так, разговаривая с этой лошастью, я впервые осознал звуки – их

красоту, их чувство».

Разговаривая с человеком, нельзя сознать звуков, потому что человек мертвый. Лошадь более живая, и у нее нет языка. У нее чистые звуки. Она говорит из сердца, а не из ума. Этот поэт вспоминает: «В первый раз я осознал красоту звуков и их смысл. Смысл был не такой, как в словах и мыслях, этот смысл был полон чувства». Если рядом был кто-то другой, лошадь не издавала тех обычных звуков, и ребенок понимал, что лошадь хочет сказать: «Не входи. Здесь кто-то есть, и твой отец рассердится».

Когда же никого не было, лошадь издавала звуки, которые значили: «Входи. Здесь никого нет». Поэт вспоминает: «Мы были как заговорщики, и она очень помогала мне – эта лошадь мне очень помогала. И когда я приходил и ласкал ее, когда ей это нравилось, она по-особенному мотала головой. Когда ей не нравилось, она не мотала головой. Когда ей что-то нравилось, она делала определенные движения, она это выражала, говорила. А когда у нее не было настроения, она не делала этих движений».

Поэт вспоминает: «Так продолжалось несколько лет. Я приходил и ласкал эту лошадь, я любил ее, и эта любовь была очень глубокой – никогда и ни с кем больше я не чувствовал такой близости, такой глубокой внутренней связи. Но однажды, когда я гладил ее, а она радостно мотала головой, я вдруг в первый раз осознал свою руку, осознал, что я глажу лошадь, и лошадь замерла: она больше не мотала головой».

Поэт говорит: «Прошло много лет, и как я ни старался, ответа больше не было, лошадь не отвечала мне. Лишь позднее я понял, что в тот день, когда я осознал свою руку и самого себя, вошло мое эго – и связь разорвалась. Я так и не смог восстановить дружбу с лошадью».

Что произошло? Это было общение на уровне чувств. Как только входит эго, входят слова, входит язык, входят мысли, и открывается совершенно другой пласт. Теперь вы выше уровня звуков, а тогда вы были глубже звуков. Те звуки были чувствами, и лошадь могла их понимать. Теперь она не понимает, и связь оказалась разорвана. Поэт много раз пытался восстановить ее снова – но все было напрасно, потому что сами ваши попытки являются проявлением вашего эго.

Он пытался забыть о своей руке, но не мог. Как можно забыть? Это невозможно. Чем больше вы будете стараться что-то забыть, тем больше будете об этом помнить. Путем усилий и напряжения нельзя ничего забыть. От ваших усилий то, что вы хотите забыть, станет только ярче в памяти. Поэт говорит: «Я был слишком занят своей рукой, и контакта с лошадью больше не было. Я сосредоточивался на движениях руки, поэтому ничего не происходило. Энергия не текла к лошади, и она это знала».

Как лошадь могла знать? Если я вдруг начну говорить на каком-то другом языке, связь будет разорвана, и вы больше не сможете меня понимать. Если этот язык будет вам незнаком, вы вдруг перестанете меня понимать, потому что не зна-

ете этого языка. Так и лошадь перестала его понимать.

Каждый ребенок живет чувствами. Сначала приходят звуки, и эти звуки наполняются чувствами. Потом приходят слова, потом мысли, потом приходят различные системы, религии, философии. Так человек все дальше и дальше уходит от центра чувствования.

В сутре говорится: вернитесь назад, спуститесь глубже – к тому самому состоянию чувствования. Чувства не принадлежат уму: вот почему вы боитесь чувств. Вы не боитесь рассудка. Вы всегда боитесь чувств, потому что чувства могут привести вас к хаосу. Ими нельзя управлять. В области рассудка управление всегда в ваших руках. Пока вы в голове, вы «всему голова». Но во всем, что ниже и глубже головы, вы «теряете голову» – там вы не можете управлять, не можете манипулировать. Чувства глубже ума, это связующее звено между умом и вами.

Далее Шива говорит: затем, оставив их в стороне, будь свободна. Затем оставьте чувства. И запомните: только когда вы дойдете до самого глубокого слоя, до слоя чувств, вы сможете оставить чувства. Прямо сейчас вы не можете их оставить. Вы не знаете этого самого глубокого слоя, не знаете чувств, как же вы можете их оставить? Сначала вы должны оставить философии – индуизм, христианство, мусульманство, затем вы должны оставить мысли, затем вы должны оставить слова, затем вы должны оставить буквы, затем вы должны оставить звуки, затем вы должны оставить чувства

– потому что оставить можно только то, что у вас есть. Вы можете сойти только с той ступени, на которой стоите, – вы не можете оставить ступень, на которую еще не встали.

Вы стоите на ступени философии – на самой дальней ступени. Вот почему я всегда говорю: пока вы не оставите религию, вы не сможете быть религиозными.

В этой сутре, в этой технике нет ничего трудного. Проблема не в чувствах, проблема в словах. Любое чувство можно оставить так же легко, как снять с себя одежду, – это все равно что раздеться. Вы можете сбросить с себя одежду, и точно так же вы можете оставить чувства. Но прямо сейчас у вас это не получится – если вы попытаетесь, это окажется невозможно. Поэтому продвигайтесь постепенно, шаг за шагом.

Представляйте себе буквы – А, Б, В, Г – и потом переходите от написанной буквы к ее внутреннему звуку: вы входите вглубь, поверхность остается позади. Погружайтесь в глубину и чувствуйте, какое чувство возникает с каждым звуком.

Благодаря таким техникам Индии удалось сделать многие открытия. Ей удалось определить, как звуки связаны с определенными чувствами. На основе этих знаний были созданы мантры. Определенный звук связан с определенным чувством, и эта связь никогда не изменяется. Поэтому, если вы создадите внутри определенный звук, возникнет определенное чувство. Возьмите любой звук, и вокруг вас будет создано связанное с ним чувство. Звук создает пространство, которое наполняется соответствующим чувством.

Так что будьте осторожны с мантрами, не повторяйте что попало – это может быть опасно для вас. Если вы не знаете – или тот человек, который дает вам мантру, не знает – какое чувство создает тот или иной звук и нужно ли вам это чувство, не используйте мантру. Есть мантры, известные как мантры смерти. Если вы будете их повторять, через какое-то время вы умрете. Через определенный период времени вы умрете, потому что они создают жажду смерти.

Фрейд говорит, что в человеке есть два основных инстинкта: либидо, или эрос – воля к жизни, к продолжению, желание жить, желание быть, желание существовать, и танатос – воля к смерти.

Есть определенные звуки, которые пробуждают в вас волю к смерти. Когда вы их повторяете, вам хочется просто шагнуть в смерть. И есть звуки, которые пробуждают в вас эрос, либидо – в вас растет жажда жизни, желание быть. Когда вы создаете внутри себя такие звуки, вас заполняет соответствующее чувство. Есть звуки, которые вызывают чувство покоя и тишины, есть звуки, которые порождают гнев. Так что не используйте звуки, не используйте мантры, если только их не дал вам мастер, который знает, какое действие они производят.

Когда вы войдете глубже звуков, вы осознаете – каждому звуку соответствует определенное чувство. Каждый звук связан с определенным чувством, которое сопутствует ему, которое в нем скрыто. Тогда перейдите к чувству: забудьте

про звук и перейдите к чувству. Это трудно объяснить, но сделать можно.

Для этого есть специальные техники. В частности, в дзен применялись такие техники. Ищущему давалась определенная мантра, и если внутри он все делал правильно, мастер видел это по его лицу. Мастер мог понять по лицу, правильно ли он практикует, потому что приходило определенное чувство. Если нужный звук создан, это чувство обязательно придет и отразится на лице. Мастера нельзя обмануть. По вашему лицу он видит, что происходит у вас внутри.

Дого помнят как великого мастера, но когда он сам еще был учеником, его мастер всегда знал, что он чувствует, и его проницательность была почти пугающей... А мастер дзен ходит с посохом, и он мгновенно наносит удар – если звуки внутри вас неправильны, он мгновенно наносит удар. И Дого спрашивал: «Откуда ты знаешь? В нужный момент ты бьешь меня посохом. Откуда ты знаешь?»

Лицо выражает чувство, а не звук. Лицо не может выразить звук, но оно всегда выражает чувство. И чем глубже вы идете, тем более выразительным, подвижным, текучим становится ваше лицо. Оно немедленно показывает, что происходит внутри. То лицо, которое у вас есть сейчас, упадет, потому что это только маска – это не лицо. Когда вы войдете внутрь, маска спадет, потому что она станет ненужной. Маски нужны для других.

Старые мастера настаивали на том, чтобы ищущий уходил

от мира. Это делалось для того, чтобы вам было легко оставить маску. Иначе другие всегда будут рядом, а из-за них вы вынуждены носить маски. Вы не любите свою жену или своего мужа, но вам приходится носить маску – любящее лицо, фальшивое любящее лицо. Как только вы приходите домой, вы приводите свое лицо в нужный вид: вы входите и начинаете улыбаться. Это не ваше лицо.

Мастера дзен настаивали на том, чтобы ищущий сначала обрел свое подлинное лицо, потому что с подлинным лицом все легко. Тогда мастер легко может узнать, что происходит. Поэтому о просветлении никогда не сообщали. Если какой-то искатель достигал просветления, ему не нужно было говорить мастеру, что он достиг, – мастер это знал. Мастер сам говорил ученику. Ученику не разрешалось сказать мастеру: «Я достиг». Это излишне. Это видно по лицу, это видно по глазам, это видно по жестам, по походке. Что бы вы ни делали, каждое движение показывает, что вы достигли.

Когда вы переходите от звуков к чувствам, вы входите в очень, очень экстатичный мир, в экзистенциальный мир. Вы покидаете ум. Чувства экзистенциальны, об этом говорит само слово: чувства – это то, что вы чувствуете. Вы не видите их, вы не слышите их, вы просто чувствуете. Когда вы достигаете этой точки, вы можете совершить прыжок. Это последняя ступень. Теперь вы подошли к краю пропасти – вы можете прыгнуть.

И если вы прыгаете с уровня чувств, вы прыгаете внутрь

себя. Эта пропасть – вы сами: не ваш ум, но ваше существо, не накопленное прошлое, но настоящее, здесь и сейчас.

Вы переходите от ума к существу, и мостом, связующим звеном являются чувства. Но для того, чтобы прийти к чувствам, вы должны будете многое оставить позади – слова, звуки, всю иллюзию ума.

Тогда, оставив их в стороне, будь свободна.

Вы уже свободны. Эти слова – будь свободна – не подразумевают, что вы должны что-то предпринять, чтобы быть свободными. Тогда, оставив их в стороне, будь свободна – это значит, что вы уже свободны! Существо есть свобода, а ум – это рабство. Вот почему говорят, что ум есть сансара, мир.

Не уходите из мира... от мира нельзя уйти. Если ум сохраняется, вы снова создадите для себя мир – семя осталось. Вы можете уйти в горы, в уединенное место, но и туда вы принесете с собой свой ум, вы не можете оставить его позади. Мир последует за вами – вы воссоздадите его везде, где бы ни оказались. Даже в своем уединении вы начнете создавать его снова, потому что семя осталось в вас. Вы снова начнете устанавливать отношения с миром. Это могут быть отношения с деревьями или с птицами, но вы снова создадите отношения, снова создадите ожидания, и эта сеть будет расширяться, потому что семя осталось. Вы снова будете в мире.

Ум есть мир, и вы не можете оставить ум, куда бы вы ни ушли. Вы можете оставить его, только если пойдете внутрь.

Так что это единственно возможные Гималаи, никакие другие Гималаи вам не помогут. Когда вы идете внутрь, от слов к чувствам и от чувств к существу, вы уходите все дальше от мира. И как только вы узнаете эту внутреннюю пропасть существа, тогда вы уже сможете жить где угодно, даже в аду. Тогда это неважно. Тогда это совсем неважно! Когда вы вне ума, ад не может войти в вас, ад входит в вас только вместе с умом. Ум – это дверь в ад.

Тогда, оставив их в стороне, будь свободна. Однако не пытайтесь сразу оставить чувства, ничего не получится. Попробуйте сначала со словами. Но и со словами у вас тоже не получится, если вы не оставите философии, если вы не оставите мысли. Слова – это просто ячейки, и если вы придаете значение словам, вы не сможете их оставить.

Имейте в виду, что язык придуман человеком. Язык полезен, язык необходим, но смысл, который мы придаем звукам, придумали мы сами. Если вы хорошо это понимаете, вам будет легче жить. Если кто-то говорит плохо о Коране или о Ведах, как вы себя чувствуете? Можете вы над этим посмеяться, или что-то внутри вас сжимается, напрягается?

Можете вы над этим посмеяться? Кто-то ругает Гиту, кто-то говорит что-то обидное о Кришне, о Раме, о Христе – можете вы просто посмеяться? Можете вы не обращать внимания на слова, понимая, что это только слова? Нет, вы будете задеты. Тогда вам будет трудно освободиться от слов.

Поймите, что слова есть просто слова – просто шумы с

условным смыслом, ничего больше. Убедитесь в этом сами. Это действительно так! Сначала отделите себя от слов. Если вы сумеете отделить себя от слов, вы поймете, что это просто шум.

Это как в армии, где все пронумерованы. Какой-то солдат имеет номер 101: он может отождествиться с ним и считать себя номером 101. И если кто-то скажет что-то обидное про номер 101, он будет задет, он начнет защищаться. Это только номер, но он отождествился с ним. И ваше имя – просто номер, просто индекс. Без него было бы трудно; чтобы как-то распознавать вас, мы приклеили на вас этикетку. Это просто этикетка, и подошла бы любая другая. Но для вас это не просто этикетка, это вошло глубже – ваше имя стало центром вашего эго.

И люди, «умудренные жизнью», говорят: «Живи ради своего имени. Следи, чтобы твое имя было незапятнанным. Твое имя должно пользоваться уважением, тогда, даже когда ты умрешь, твое имя останется, оно будет жить». Этого имени никогда не было, это просто индекс, штрих-код. «Вы умрете, а имя будет жить...» Если вас самих не будет, как сможет жить ваша этикетка?

Посмотрите на слова – на их бесполезность, на их бессмысленность, – и не привязывайтесь ни к каким словам. Только тогда эта техника получится.

Вторая техника:

Купайся в центре звука, как в неумолкающем шуме

водопада. Или, заткнув уши пальцами, слушай звук звуков.

Эту технику можно делать разными способами. Вот один способ: просто сядьте где-нибудь, все равно где. Звуки есть всегда и везде. Будь то рынок или уединенное место в Гималаях: везде есть звуки. Сидите молча. Звуки обладают одной удивительной особенностью: какими бы ни были звуки, вы всегда находитесь в центре. Звуки приходят к вам отовсюду, со всех сторон.

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.