

СМЕРТЬ

~ ВЗГЛЯД ИЗНУТРИ ~

КНИГА ДЛЯ ТЕХ, КОМУ ПРЕДСТОИТ УМЕРЕТЬ



САДХГУРУ

Садхгуру Смерть

Серия «Садхгуру. Книги от легендарного духовного учителя современности»

*Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69298843
Смерть / Садхгуру: Эксмо; Москва; 2023
ISBN 978-5-04-188115-3*

Аннотация

Практический путеводитель по жизни и смерти от самого известного мистика и йога нашего времени. Садхгуру рассказывает, как взаимодействовать с неизбежностью смерти и как, при необходимости, помогать другим. Книга затрагивает все темы, связанные со смертью, – от древних ритуалов до современных технологий продления жизни, обширно проиллюстрирована примерами из индийской традиции и личного опыта Садхгуру,

С точки зрения йогической науки смерть – это не финал. Обстоятельства смерти человека важны, поскольку во многом определяют, будет его дальнейший путь подобен аду или раю. «Если мы не можем научить всех людей в мире хорошо жить, то,

по крайней мере, попробуем научить их хорошо умирать» – из этого намерения Садхгуру родилась данная книга.

В первой части «Жизнь и смерть в одном дыхании» автор описывает основной механизм жизни и смерти, знакомя читателя с йогическим воззрением.

Во второй части «Величие смерти» он разъясняет, что такое «хорошая» смерть, как к ней подготовиться и победить страх. Здесь вы найдете ценную информацию о том, что можно сделать для умирающего, как поддержать ушедшего в посмертном путешествии, как справиться с горем после утраты близкого человека.

В третьей части «Жизнь после смерти» Садхгуру рассказывает о бестелесных существах и их воздействии на живых людей. Здесь также затрагиваются ключевые вопросы, связанные с процессом реинкарнации. Садхгуру дает практические советы о том, как подготовиться к рождению ребенка, а также объясняет, почему попытки вспомнить свои прошлые жизни, как правило, бессмысленны и опасны.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Предисловие Свами Нисарга. Дыхание смерти	6
Часть I	16
Глава 1	18
Смерть: самый важный вопрос	18
Смертная природа	22
Исследуя смерть	28
Смерть – это катастрофа?	32
Прекратите призывать смерть	37
Глава 2	41
«Мыльный пузырь» жизни и смерти	52
Понимая жизнь и смерть	62
Панча-праны: пять жизненных энергий	66
Стадии смерти	71
Чакры. Ворота к выходу	78
Глава 3	83
Виды смерти	83
Предвестия смерти	87
Негативные энергии	97
Как избавиться от негативного воздействия	103
Самоубийство. Перспектива	106
Помощь тем, кто думает о самоубийстве	113
Последствия самоубийства	121
Конец ознакомительного фрагмента.	123

Садхгуру Смерть

Садхгуру. Книги от легендарного духовного учителя современности



© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

Предисловие Свами Нисарга. Дыхание смерти

Мы все хотим хорошо жить и хорошо умереть. Такова суть устремлений многих людей. Однако – как правило, если не постоянно – желание людей направлено именно на хорошую жизнь. Результат это подтверждает: в области хорошей жизни нам удалось достичь большего комфорта, чем любому из предыдущих поколений, однако нельзя сказать, что мы научились умирать лучше них. Объяснить это можно по-разному, но самый значимый фактор – неравное отношение наших обществ к жизни и смерти.

Во всем мире жизнь считается достижением, которое воспевают и празднуют, а смерть – неудачей, которую избегают и оплакивают. Такая дихотомическая трактовка жизни и смерти довольно странна, однако смерть получает все «плохие отзывы». Одно упоминание о смерти способно оборвать беседу за ужином. Детей учат никогда не произносить это слово дома, пока сам бог смерти не решит посетить их. В остальное время родители заняты изобретением поверхностных политкорректных эвфемизмов, призванных скрыть неотвратимость смерти за пустой болтовней.

Люди мало знают о смерти потому, что мало знают о жизни. Смерть – это краткое событие в финале длинной жизни.

Но даже прожив полную жизнь, люди понятия не имеют о том, что является ее сутью, – например, откуда мы приходим и куда уходим. Так что запутанность, сопутствующая теме смерти, понятна. Однако следует заметить, что в последнее время человечество совершило большой прорыв, выйдя за пределы примитивного понимания «жизнь – это божий дар, а смерть – божье наказание».

Традиционно люди искали разгадку тайны смерти лишь в одной религии. Вопросы, связанные со смертью и умиранием, в основном адресовали шаманам и жрецам. Лишь в последние пару веков открытия в области медицины начали глобально влиять на здоровье и смертность. Люди обратились с вопросами о смерти и умирании к современной науке, феноменальный успех которой очевиден в двух ключевых сферах: средней продолжительности жизни и детской смертности. Нет лучшего доказательства триумфа современной медицины, чем быстро растущее население Земли, составляющее 7,75 миллиарда. Сегодня медицина стала главным специалистом по смерти и умиранию, уверенно вытеснив остальных.

Современная наука, обладающая объективностью и универсальностью, позволила людям взглянуть на смерть по-новому. Однако в ее сиятельном шествии есть свои упущения, опасности и неудачи. Одно из очевидных последствий того, что смерть оказалась в юрисдикции современной науки, – это так называемая медиализация смерти. Смерть переста-

ли воспринимать как естественное явление, особенно в самых развитых странах. На нее смотрят как на заболевание. Излишние и даже агрессивные методы медицинского вмешательства, предшествующие смерти, стали нормой.

Кроме того, людей всегда беспокоила их смертная природа. Успех медицины подарил новую надежду на прохождение древнего квеста «достичь бессмертия». Оседлав современную науку, люди засомневались: а что, если смерть неестественна и бессмертие – норма? Они задумались: «Может быть, смерть – это очередное заболевание, которое необходимо победить? Может быть, супергерои в белых халатах сделают это в течение нашей жизни?» Наша возрастающая способность вмешиваться в фундаментальный жизненный процесс, несомненно, усилила стремление перехитрить его.

По причине их ограниченного видения жизни ученые похожи на шестерых слепцов из индийской притчи, которые изучали слона, правильно описывая его части, но упуская из виду целое. Смерть, как и жизнь, можно понять как совокупность трех составляющих: биологической, психологической и, наконец, метафизической, порождающей первые две. В последнее время наши знания о биологических аспектах смерти значительно возросли. Сегодня мы лучше понимаем, когда жизнь прекращается с биологической точки зрения и наступает смерть. Психология также совершила колоссальный прогресс. Что такое индивидуальность – природа или воспитание? Какова роль этих факторов? Но на более глубо-

кие вопросы о том, как и почему начинается жизнь и наступает смерть, ответов до сих пор почти нет.

К сожалению, современная наука знает существование лишь с точки зрения того, как тело начинает свой путь и как его заканчивает. Она даже не допускает возможности существования до рождения и после смерти. В гипотезе о том, что жизнь – всего лишь случайное событие в огромной Вселенной, следствие бесконечного сочетания меняющихся факторов, зияет много дыр. Мы видим, что неведомая сила внезапно запускает биологию на некоторый промежуток времени и столь же внезапно ее отключает, и этот простой факт требует углубленного исследования, в том числе и по стандартам науки. Познания науки заканчиваются на моменте смерти тела, зато мировые религии наполнены рассуждениями о том, что будет после смерти. Люди же остаются блуждать на незнакомой территории, где-то между наукой и религиями. В подобные времена присутствие такого йога и мистика, как Садхгуру, – того, кто основывается прежде всего на внутреннем опыте, а не на традиции, писаниях или академических исследованиях, – становится бесценным.

Садхгуру – современный мистик и йог. С помощью неповторимых инсайтов и методов самотрансформации он тронул сердца миллионов людей по всему миру и преобразовал множество жизней. Почти сорок лет назад Садхгуру, бывший тогда «юношей в самом расцвете наглости», пережил глубокий духовный опыт, полностью изменивший его взгляд

на мир и жизнь: «Внезапно то, что я всю жизнь считал собой, оказалось повсюду. Я не мог отличить „себя“ от всего остального». Переживание, которое повергло его в глубокий экстаз, через несколько месяцев стабилизировалось и стало реальностью жизни. Эта духовная реализация также принесла волны воспоминаний о прошлых жизнях, глубокое понимание процесса жизни и смерти и побудила Садхгуру разработать план. Он решил научить весь мир жить столь же радостно и восторженно, как живет он сам.

В течение последних сорока лет это намерение превратилось в глобальное движение, нацеленное на самотрансформацию. Теперь, глядя в прошлое, трудно ответить на вопрос: в какой момент Садхгуру, которого считали главным специалистом по радостной жизни, также стали воспринимать как авторитета по вопросам смерти? Может быть, тогда, когда он начал рассказывать о своих прошлых жизнях? Или двадцать пять лет назад, когда он впервые озвучил цель своей текущей жизни – освятить Дхьяналингу, мечту многих реализованных йогов? Такое поручение он получил от своего гуру три жизни назад. Или, может быть, тогда, когда несколько человек из его окружения вдруг вспомнили о том, что встречали его в прошлых жизнях? Неизвестно, когда именно это началось, но в какой-то момент люди начали обращаться к Садхгуру с вопросами о смерти и умирании.

Садхгуру не всегда был открыт для бесед о смерти, скорее, он избегал их. Многие люди, полагавшие, что могут вы-

ведать глубочайшие тайны жизни, задав безобидный вопрос: «Садхгуру, а что происходит после смерти?», были разочарованы. К их недовольству, Садхгуру обычно поддразнивал их ответами наподобие: «Некоторые вещи можно узнать только на собственном опыте!» Тем, кто хотел узнать, как общаться с мертвыми, он советовал для начала научиться общаться с живыми. Тем, кто спрашивал о наличии души, Садхгуру говорил, что у них две души – по одной под каждой ступней¹. При этом во всех его учениях и практиках ощущался привкус смерти.

Возможно, Садхгуру – единственный человек на планете, способный невозмутимо говорить о смерти с полным залом людей рано утром, в рамках йога-программы. Затем он проводит медитацию, направленную на непосредственное переживание смерти. Возможно, он – единственный, кто учит «Пути жизни без усилий» методом посвящения людей в медитацию, которая дает переживание, подобное смерти. А затем предлагает практиковать ее дважды в день. Он также – амбициозный человек, поставивший себе цель научить всех в мире искусству жить радостно. Однако обнаружив, что цель невыполнима, Садхгуру переключился на обучение людей методам, позволяющим, по крайней, мере умереть в покое. Он – тот, кто заверяет других: «Если вы получили посвящение от меня или совершили ошибку, находясь передо

¹ В английском языке слова soul (душа) и sole (подошва ступни) созвучны. – *Здесь и далее примеч. ред.*

мною и будучи со мною полностью даже на одно мгновение, вы больше не переродитесь». И так далее.

Однажды, когда мы снимали дискурс Садхгуру для DVD, кто-то спросил его: «Почему в большинстве восточных традиций наивысший уровень святости совпадает с моментом смерти? Почему момент смерти наделен чем-то вроде духовного статуса?» Садхгуру, вопреки обыкновению, ответил развернуто. Он сказал: с точки зрения духовности человек способен в момент смерти реализовать возможности, упущенные в жизни. Это возможно при условии, если он встретил момент смерти правильно, прошел необходимую подготовку, получил наставления и, вероятно, помощь со стороны. Для меня это стало откровением. Я никогда не слышал, чтобы кто-то говорил о смерти как о духовной возможности.

Далее последовали другие вопросы, но, поскольку они выходили за рамки темы нашего видео, Садхгуру не вдавался в подробности. Я был крайне заинтригован. Получается, Садхгуру сказал, что прямо у нас перед носом, в тени смерти – самого пугающего и всеми ненавидимого события – скрывается колоссальная духовная возможность? В момент смерти нас ожидает потрясающий сюрприз и мы об этом даже не подозревали? Почему мы не готовим людей заранее? Может ли Садхгуру дать необходимые наставления, может ли он помочь? Конечно, он может. Но согласится ли? Удастся ли уговорить его еще больше погрузиться в дела нашего мира? Садхгуру, конечно, согласился, но задача составления

этой книги оказалась сложнее, чем я думал. Я полагал: в конце концов, если человек что-то знает, это не так уж трудно сформулировать! Мой ход мыслей оказался несколько наивным, потому что объяснения могут следовать только по пути «от известного к неизвестному», а в данном случае расстояние между ними оказалось довольно внушительным.

Вопреки видению современной науки, великий феномен жизни невозможно свести к отрезку между рождением и смертью. Он восходит к самому началу Творения и устремляется вслед за ним. Любое понимание смерти, не учитывающее этот факт, обречено оставаться неполным и неверным. В первой части книги «Жизнь и смерть в одном дыхании» Садхгуру, используя различные подходы, описывает основной механизм жизни и смерти. Он знакомит читателя с йогическим пониманием, далее упрощает его, используя свой традиционный пример «мыльного пузыря». Помещая дискурс за пределы привычных рамок, Садхгуру прослеживает истоки жизни с самого начала Творения и до цикла рождения и смерти, который мы все проходим. Он также говорит о разных типах смерти и о том, как выбрать свою смерть. Первая часть завершается описанием наивысшей формы смерти – растворением «я», – что является целью духовных искателей.

Помимо объяснения фундаментальных механизмов рождения и смерти, одна из целей этой книги – помочь читателю достичь «хорошей» смерти. Во второй части под названием

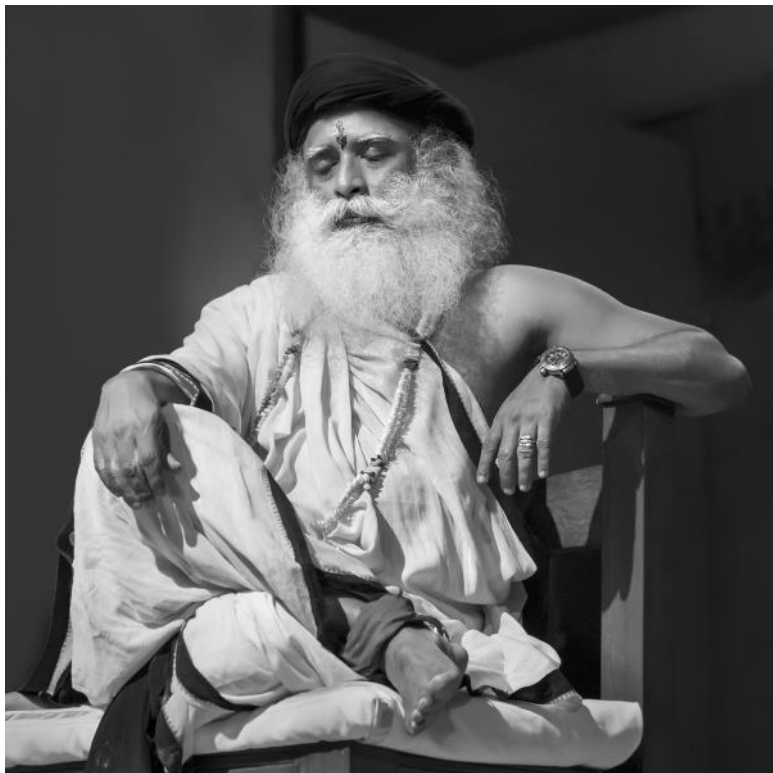
«Величие смерти» Садхгуру рассказывает, что такое «хорошая» смерть и как к ней подготовиться. Учитывая, что умирающий оказывается в крайне уязвимом состоянии и не способен помочь себе сам, Садхгуру объясняет, что можно сделать в таких ситуациях, какое значение это будет иметь для человека, как посредством простых действий поддержать его в путешествии после смерти. Садхгуру также делится ценными откровениями о том, что такое горе и как взаимодействовать с ним разумно.

В строгом смысле «жизнь после смерти» выходит за рамки процесса смерти и умирания и является их побочным продуктом. В третьей части «Жизнь после смерти» Садхгуру предлагает инсайты для понимания этой сферы, с которой связано множество заблуждений и лжи. Здесь Садхгуру рассказывает о привидениях и духах, их происхождении и существовании, о том, что они способны и не способны нам сделать и как мы можем защитить себя. Он также рассказывает о процессе реинкарнации и о том, что передается из одной жизни в другую, а что – нет; анализирует, связана ли наша текущая жизнь с жизнью прошлой. В этом контексте Садхгуру делится опытом своих прошлых жизней и отвечает на часто задаваемый ему вопрос: «Вернетесь ли вы?»

Эта книга ни в коем случае не является исчерпывающим ответом на все, что мы хотим знать о смерти и умирании. Она также не отражает всего, что Садхгуру предлагает человечеству. Но мы надеемся, что она развеет тучи заблужде-

ний вокруг смерти. Однако главное в этой книге – то, как присутствие Садхгуру среди нас и предлагаемые им методы способны помочь нам сделать жизнь более благостной и духовно значимой. Надеемся, читатель не потеряет эту главную цель за обширными рассуждениями о смерти и умирании.

Свами Нисарга



Часть I

Жизнь и смерть в одном дыхании

Death

Life and death live in me at once

Never held one above the other

When one stands far, life I offer

In closeness, only death I deal

In death of the limited

Will the deathless be

How to tell the fools

Of my taintless evil.



Смерть

Жизнь и смерть живут во мне одновременно,
Никогда не ставил одну выше другой,
Тем, кто далеко, я предлагаю жизнь,
А приближенным сдаю лишь карту смерти.
В смерти ограничений
Заключено бессмертие.
Как разъяснить глупцам
Благость моего зла?

Глава 1

Что такое смерть

Смерть – самый важный вопрос, однако люди его игнорируют и избегают.

Они продолжают жить в невежестве просто потому, что религии распространили по миру всевозможные идиотские истории.

Смерть: самый важный вопрос

Вы знаете, что однажды умрете? Разумеется, я благословляю вас на долгую жизнь, но в любом случае вы однажды умрете. Обо всех остальных событиях вашей жизни нельзя сказать наверняка. Я не знаю, вступите ли вы в брак, получите ли работу, добьетесь ли успеха, но одно событие вам гарантировано: вы окажетесь в могиле! Одно из главных человеческих заблуждений – думать, что смерть касается только третьих лиц; воспринимать ее как абстрактное событие, которое произойдет с кем угодно, но не с вами. Вы знаете, что сто шестьдесят тысяч человек, которые еще вчера ходили по Земле, сегодня уже мертвы? Каждую секунду в мире умирает два человека. Однажды умрете и вы, и я. Для понимания этого факта не требуются обширные исследования, ум или образование. Это знание встроено в каждого человека. Но

вы думаете, что заключили бессрочный договор с жизнью.

Это прекрасно отражено в индийском эпосе «Махабхарата». Главные герои эпоса, пять принцев Пандавов, заблудились в лесу. Измученные голодом и жаждой, они рыскали по ближайшим холмам в поисках воды и пищи. Увидев озеро, они бросились к нему, но вдруг перед ними возник якша (небесное существо) в обличье журавля. Он потребовал, чтобы они сперва ответили на его вопросы. Братья решили, что не позволят какой-то птице остановить их, напились воды из озера и упали замертво. Один лишь Ядхиштхира умирил свое желание и вступил в разговор с якшей. Тот обрушил на принца тьму вопросов. Один из них звучал так: «Что самое удивительное в жизни?» Без колебаний Ядхиштхира произнес свои знаменитые слова: «Сотни, тысячи существ умирают в это самое мгновение, но глупец мнит себя вечным и не готовится к смерти. Это и есть самое удивительное в жизни». Якше ответ понравился. Он позволил Ядхиштхире напиться из озера и оживил его братьев. Эта история произошла пять тысяч лет назад, но человеческое восприятие смерти с тех пор почти не изменилось.

Смерть – это самый важный вопрос. На самом деле, смерть ближе к нам, чем статистика, в которой мы о ней читаем. Смерть происходит в наших органах и клетках каждую секунду. Вот почему доктору достаточно лишь взглянуть на ваши внутренности, чтобы определить ваш возраст. Более того: смерть начала действовать внутри нас еще до нашего

рождения. Только невежественным и неосознанным людям кажется, что смерть придет за ними когда-нибудь в будущем. Если вы осознанны, то знаете: жизнь и смерть происходят внутри вас постоянно. Достаточно начать дышать чуть более осознанно, и вы заметите, что при каждом вдохе происходит жизнь, а при каждом выдохе – смерть. Родившись, ребенок первым делом вдыхает, глотает воздух. И последнее, что вы сделаете в жизни, – это выдох. Если вы сейчас выдохнете и не вдохнете, то вы умрете. Это легко проверить: просто выдохните, зажмите нос и больше не вдыхайте. Через несколько секунд каждая клетка вашего тела завопит, требуя глотка жизни. Итак, жизнь и смерть происходят непрерывно. Они неотделимы друг от друга, сосуществуют в одном дыхании, а также за его пределами. Дыхание – всего лишь второстепенный актер. Главную роль играет жизненная энергия (прана), которая и управляет физическим существованием. Человек, умеющий контролировать прану, способен прожить довольно долго, не дыша. Воздух требуется нам чаще воды и еды, но принадлежит к той же категории.

Смерть – это основополагающий аспект. Достаточно одного маленького события, и вы умрете уже завтра утром. Хотя почему завтра? Достаточно одного маленького события, и вы умрете уже в следующую секунду. Будь вы каким-то другим существом, то, возможно, не могли бы об этом задуматься. Но как можно игнорировать столь важный аспект жизни, обладая человеческим интеллектом? Как можно избегать его и

вести себя так, словно вам предстоит жить вечно? Как так вышло, что, проведя миллионы лет на этой планете, люди до сих пор ни черта не знают о смерти? Кстати сказать, они и о жизни-то ничего не знают. Все мы что-то знаем об атрибутах жизни, но что вы знаете о жизни как таковой?

Такая ситуация сложилась потому, что вы потеряли верный взгляд, а вместе с ним – понимание, кто вы есть в этой Вселенной. Если Солнечная система, в которой мы все находимся, завтра утром растворится, то в космосе никто и никогда этого не заметит. Она такая маленькая, всего лишь песчинка. В этой крошке Солнечной системе наша планета Земля – микрокрошка. На микрокрошке Земле ваш родной город – супермикрокрошка. Но в ней есть вы – важный человек! Вот в чем серьезная проблема. Если вы полностью утратили понимание того, кто вы есть, как вы можете что-то понять о жизни и смерти?

Одна из причин, по которой люди игнорируют смерть и продолжают жить в невежестве, заключается в том, что мировые религии распространили всевозможные идиотские истории о жизни и смерти; создали для них глупые, детские объяснения. «Как я родился?» – «Тебя принес аист». – «Куда ты попадешь после смерти?» – «В рай». Эти объяснения – простые, но абсурдные. По крайней мере, могли бы подобрать транспорт получше аиста. Аисты мигрируют только в конкретное время года, так что все дети должны были бы родиться именно тогда! Более того: если люди так увере-

ны, что после смерти отправятся в рай, у меня есть вопрос. Почему вы откладываете свое путешествие? Почему бы не отчалить прямо сейчас? Все эти глупые истории подавляют врожденный интерес человека к жизни и смерти. Не будь их, то простое любопытство – если не боль и страдания – побудило бы многих людей искать ответ на столь важный вопрос.

Смертная природа

Люди всегда думают, что напоминание о Боге делает их духовными. Ничего подобного. Думая о Боге и полагаясь на него, вы плохо делаете свою работу, но ожидаете хорошего результата. Вы не готовитесь к экзамену и верите, что сдадите его лучше всех просто потому, что помолились. Люди становятся особенно самонадеянными по отношению к жизни, считая, что теперь у них есть поддержка Бога. Так было всегда: те, кто верил, что с ними Бог, совершали самые жестокие поступки. Чувство «со мною Бог» придает вам уверенность, которая очень опасна. При таком восприятии Бога вы станете не духовным, а очень наглым и глупым.

В одной семье жили два энергичных – чрезвычайно энергичных – брата. Когда мальчишки настолько активны, они постоянно попадают в разные передряги. Эти ребята не являлись исключением. Все вокруг их обсуждали. Родителям было стыдно за сыновей, и, не зная, что предпринять, они решили отвести их к местному священнику. Поскольку сра-

зу с обоими братьями было слишком трудно справиться, родители решили доставить их к нему по отдельности. Сначала – младшего брата. Родители посадили его в кабинете священника и ушли. Священник, облаченный в длинную рясу, вошел в комнату. Несколько минут расхаживал туда-сюда с удрученным выражением лица. Мальчик сидел, и его зрачки скакали, как мячик пинг-понга.

Расхаживая по комнате, священник выработал стратегию. Он подумал: «Если я напому этому мальчишке, что Бог – внутри него, он прекратит хулиганить». Священник драматично застыл посреди комнаты и грозным голосом спросил мальчика: «Где Бог?» Мальчик растерялся. Он принялся глазеть по сторонам: может, Бог прячется где-то в кабинете? Священник понял, что ребенок в замешательстве, и решил намекнуть ему, что Бог – внутри него. Мужчина облокотился на стол и, указывая на мальчика, снова прогрохотал: «Где Бог?» Мальчик еще больше растерялся и заглянул под стол. Священник понял, что намек не сработал. Он обошел вокруг стола, приблизился к мальчику, ткнул его в грудь и снова прогрохотал: «Где Бог?» Мальчик вскочил и пулей вылетел из кабинета. Он помчался к старшему брату и сообщил ему: «У нас реальные проблемы!» – «Почему? Что случилось?» – «Они потеряли своего Бога и считают, что виноваты мы!»

Полагаясь на Бога, вы думаете, что можете совершать разные идиотские поступки, а потом произнести молитву – и вам ничего не будет. Это не духовность. Духовность входит

в вашу жизнь вместе с осознанием что вы, как и все, умрете. Только когда осознание смертности просочится в вас, вы заглянете внутрь себя. Лишь обратившись к своей смертной природе, вы захотите найти источник жизни. В вас проснется жажда познания смысла жизни и того, что за ее пределами. Это станет вашим естественным стремлением. Вот что такое духовный процесс.

Никто бы не стремился к духовности, если бы не знал, что умрет. В юности вы считаете себя бессмертными, но с возрастом тело непременно напомнит вам о смертности. Когда со смертью сталкиваетесь вы сами или кто-то из ваших близких, вы, естественно, задаетесь вопросом, что это вообще такое. Если вы осознаёте свою смертную природу, разве у вас есть время злиться на кого-то, ссориться или делать глупости? Как только вы принимаете факт смертности и осознаёте, что умрете, вы стремитесь сделать каждый миг своей жизни как можно прекраснее. Тот, кто постоянно осознаёт смертную и хрупкую природу бытия, не желает упускать ни единого мгновения и, следовательно, становится осознанным. Он ничего не принимает как должное, он верен своей цели. Но тот, кто считает себя бессмертным, способен биться насмерть.

В индийской традиции земли кремации всегда считались сакральными. Когда кто-то умирает, вы испытываете некую тревогу, даже если не знали этого человека. В любой истинной духовной традиции есть привкус смерти. Если погру-

зиться достаточно глубоко в практику, она напомнит вам, что вы смертны. Какой бы садхане² вы ни обучались – будь то шунья, шакти-чалана, шамбхави-махамудра или (особенно) самьяма³, – в них есть вкус смерти. Если в садхане нет вкуса смерти, то в ней нет и духовности; это просто развлечение. Если кто-то обучил вас поверхностной «ненапряжной» практике, возможно, она повысит вам настроение, но на большее не надейтесь.

По традиции каждый йог начинал свой духовный путь на землях кремации. Вообще-то, многие мастера считали их посещение духовным процессом. Будда Гаутама сделал это правилом для своих монахов. Когда к нему приходил человек и просил о монашеском посвящении, Будда предлагал ему сначала посидеть три месяца на самой людной земле кремации и посмотреть, как горят тела. Даже сегодня, отправившись на Маникарника-гхат⁴ в Варанаси, вы увидите, что там всегда горит как минимум шесть тел, и это воспринимается как нечто обычное, повседневное. Сегодня у людей не хватает времени на то, чтобы сжечь тело полностью. Не успевает сгореть одно тело, как приносят другое, так что труп бросают в реку лишь наполовину сгоревшим. Очень полезно посмотреть на все это, чтобы понять, как люди однажды по-

² Духовный процесс.

³ Разнообразные курсы, предлагаемые Садхгуру в рамках иша-йоги.

⁴ Одно из мест на берегах реки Ганг, где постоянно происходит кремация мертвых.

ступят и с вами.

В юности я ничего этого не знал. Но так уж вышло, что с восьми до семнадцати лет я провел много времени на землях кремации – просто потому, что мне было интересно. Люди рассказывали про эти места всякие ужасы: например, что там есть деревья, где привидения висят вниз головой. Я хотел увидеть это собственными глазами и потому провел там много дней и ночей. Один крематорий находился рядом с нашим домом. Другой – у подножия гор Чамунди, и там всегда был аншлаг, в любое время горело пять-шесть тел. Отправляясь в горы, я ночевал в этой крематории, потому что на склонах было холодно, а там всегда горел костер. Я сидел у костра и просто смотрел.

У погребального костра часто происходили драмы. Как правило, принося тело на кремацию, люди рыдали так, будто лишились всего в жизни. Потом они клали тело в костер, стояли рядом полчаса или сорок пять минут и уходили, хотя огонь еще горел. Наверное, их ждали другие дела. А я оставался, сидел и смотрел. Если вы внимательно наблюдали, как горит тело, то знаете: первой сгорает шея, потому что она узкая. Затем – если только нет большого запаса хороших дров – полусгоревшая голова выкатывается из костра, как футбольный мяч. Это выглядит жутковато. Может быть, потому, что дрова стоят дорого, или потому, что люди не умели развести хороший костер, такое происходило часто примерно через 3,5–4 часа горения. К этому моменту все родственники уже

уходили, так что мне приходилось ловить голову и возвращать ее в костер.

Так я провел много дней и ночей. Просто сидел, смотрел и помогал телам сгореть полностью. Это запустило во мне особый процесс. Знаю, вы бы предпочли избежать такого опыта, но это полезно – сидеть и смотреть, как непрерывно горят тела. Легко возомнить себя бессмертным, живя в уютном доме. Но когда перед вами сгорает тело, не так уж трудно представить, что завтра на его месте можете оказаться вы. Умственные и эмоциональные реакции людей могут различаться, но главное в том, что тело воспринимает жизнь по-своему. Оно испытывает глубокое беспокойство при виде другого тела, горящего в огне. Процесс такого созерцания открывает внутри вас новый уровень осознанности и восприятия. Многое из того, что вы воображаете о себе, сгорит в огне кремации, если вы просто посидите у костра и понаблюдаете за происходящим.

Когда вы смотрите на горящие тела, не следует ни о чем думать. Просто смотрите, смотрите, смотрите – и в какой-то момент почувствуете, что в огне горите вы сами. Нет никакой разницы. Это горит ваше собственное тело. Когда вы сможете увидеть свое собственное тело на месте горящего и при этом продолжите сидеть у костра, на вас снизойдет глубокое принятие смерти. Это не психологический процесс. Когда ваше тело чувствует хрупкость своего существования, приходит глубокое освобождение и принятие. Стоит при-

нять смерть, и жизнь обрушится на вас потоком. Раньше жизнь избегала вас только потому, что вы избегали смерти. Вот почему каждый йог когда-то провел много времени на землях кремации.

Исследуя смерть

Когда я учился в школе, произошел случай, после которого я глубоко заинтересовался смертью. Мне тогда исполнилось тринадцать лет. Я был довольно необычным ребенком, но, как правило, никто не смел меня дразнить, потому что я сразу кидался в драку. Только одна моя одноклассница, немного чокнутая девочка по имени Сучарита, все время дразнила меня: «Великий Джагги! Великий Джагги!»⁵

Меня это раздражало, но я не реагировал. Однажды после каникул она не вернулась в школу. Каждый день, когда во время переключки называли ее имя, кто-то из нас пищал девчачьим голосом: «Здесь!» – просто ради шутки. Так продолжалось несколько дней. Потом брат Сучариты, который учился на два класса младше нас, сказал, что его сестра умерла на каникулах от пневмонии. Я был в шоке. Не от того, что кто-то умер, а от того, что девочки, которая была полна жизни и постоянно находилась рядом с нами, вдруг не стало.

Я был глубоко заинтригован. Моя ровесница, столь активная в школьных делах, внезапно исчезла. Говорили, что она

⁵ Имя, которое Садхгуру носил в детстве.

мертва, но я хотел выяснить, куда именно она отправилась. До этого случая я считал, что умирают только старики. Но, будучи моей сверстницей, Сучарита принесла смерть прямо на мой порог. Это не был вопрос, вызванный одним лишь любопытством, это был уже экзистенциальный вопрос. Я хотел знать куда, черт побери, деваются люди, когда умирают, и что происходит после смерти. Я и раньше задавал эти вопросы многим людям. Я также проводил много времени в крематории, но до сих пор не знал ответа. Так что я решил, что сам отправлюсь в путешествие к смерти и посмотрю, что будет.

Мой отец – врач, его кабинет располагался у нас дома. Я знал, что в кабинете много лекарств. Среди них я нашел банку с надписью «Gardenal Sodium». Это вид барбитурата, снотворное. В упаковке должно было быть сто таблеток, но, когда я их пересчитал, оказалось, что там только 98. Кто-то открыл банку и вытащил две таблетки. Я решил, что 98 таблеток достаточно, чтобы умереть. Потом я порылся в своей шкапулке. У меня было чуть-чуть денег и много личных вещей: марблы, рогатки. А еще у меня было несколько птиц – настоящие сокровища для мальчишки. Зная, что скоро умру, я решил все это раздать. Что-то подарил брату, что-то – близким друзьям. Сказал им, что уезжаю. Они восприняли это как розыгрыш. И вот однажды я решил, что отправлюсь в путешествие сегодня ночью. Отказался от ужина, потому что знал: при полном желудке эффект от таблеток будет сла-

бее. Сказал семье, что не голоден, и пошел на террасу, захватив таблетки. Я проглотил все 98 штук и лег спать, надеясь вскоре узнать, куда же отправляются все умершие.

Утром родители будили меня изо всех сил, но я не просыпался. Меня всегда было нелегко поднять утром, но в этот раз я совсем ни на что не реагировал. Потом отец заметил, что я еле жив. Все запаниковали и отвезли меня в больницу. Мне сделали промывание желудка, надели кислородную маску и все такое, но я не просыпался. На третий день я начал медленно приходить в себя. Лежа в постели, я открыл глаза, и первое, что увидел, – это балки на потолке. Я сразу понял, где нахожусь. Я видел эти балки много раз, когда приходил к отцу на работу, в больницу железнодорожников. Вот он я – лежу на койке в отцовской больнице, и из меня торчат разные трубки. Ситуация меня сильно раздосадовала. Ведь я ввязался во все это, чтобы увидеть, куда люди отправляются после смерти, а в итоге смотрю на эти проклятые балки в больнице железнодорожников!

Это была отчаянная попытка что-то узнать о смерти, но я так ничего и не узнал. Единственное утешение – я понял, что выбрал неверный способ. Позже мне удалось отнять у друзей то, что я им отдал, и жизнь наладилась! Через много лет, когда я был молодым человеком в самом расцвете нахальства, на меня внезапно обрушилось переживание, которое изменило все мое восприятие жизни и смерти.

Однажды теплым сентябрьским днем я сидел один на кам-

не в горах Чамунди. Мои глаза были открыты – даже не закрыты! – и вдруг что-то начало со мной происходить. Вдруг все, что я привык считать собой, распространилось повсюду. То, что было внутри, оказалось снаружи. Я не понимал, где я, а где – не я. Воздух, которым я дышал, камень, на котором сидел, – все стало мной. Происходящее было безумным, неопишмым. То, что было мной, стало таким огромным, что заняло все пространство. Мне показалось, что это продолжалось несколько минут, но, когда я очнулся, солнце уже село, вокруг была темнота. Я сидел с открытыми глазами, все полностью осознавал, но то, что я до этого переживания считал собой, исчезло. Начиная с восьми лет я не пророни́л ни одной слезы, а в тот момент обнаружил, что сижу на камне и слезы льются из глаз так, что промокла майка.

Я всегда был умиротворенным и счастливым, с этим никогда не было проблем. И вот я сижу здесь, ошарашенный каким-то неведомым мне блаженством. На часах – 7.30 вечера. Значит, в таком состоянии я провел четыре с половиной часа.

Я пошел домой. Переживание возвращалось снова и снова, оно участилось. Некоторое время происходила борьба между этим феноменальным опытом, который сопровождался шквалом воспоминаний, и моим суперострым интеллектом. Интеллект сопротивлялся, он не собирался сдаваться, но единственное, что он мог сказать, это «ты слетел с катушек». В свою очередь, переживание было таким восхити-

тельным, что я не хотел от него отказываться. Оно было просто фантастическим, хотя часть меня воспринимала его как некое помешательство. То, что я чувствовал, казалось слишком прекрасным, чтобы быть правдой.

На меня обрушился столь мощный поток жизни, что вопросы о смерти даже не возникали. Это переживание привело меня к осознанию, что люди не умирают. Возможно, они исчезают из нашего восприятия, но не умирают. Они продолжают жить. На меня нахлынули воспоминания и переживания множества жизней, и они дали мне ясно понять, что последние несколько жизней я посвятил одной работе, в одном месте и делал ее в основном с одними и теми же людьми! Именно это осознание жизни (и смерти) сформировало мое будущее. Можно сказать, что смерть – это выдумка, созданная невеждами. Смерть – это творение неосознанных людей. Если вы осознанны, для вас есть только жизнь, жизнь и снова жизнь. Жизнь, переходящая из одного измерения бытия в другое.

Смерть – это катастрофа?

Смерть считают трагедией, но это не так. Люди проживают всю жизнь, не ощущая ее как трагедию. В смерти никакой трагедии нет – с ней заканчиваются все ваши проблемы, какими бы они ни были. Истинная трагедия – быть живым, но не жить в полную силу. Это прекрасно выраже-

но в санскритских стихах: «Джананам сукхадам маранам карунам». «Джананам» означает рождение или жизнь. Это слово подразумевает, что жизнь – это удовольствие или радость. Так и есть: если вы научились управлять своим телом и умом, ваша жизнь будет удовольствием и радостью. Но «маранам» (смерть) – это милосердие («карунам»). Смерть – это милосердие, потому что она освобождает вас.

У современных людей сбиты жизненные ориентиры. Они не хотят умирать. Они не понимают: если вас приговорят к бессмертию, лишив возможности умереть, это будет страшнейшим из наказаний. Как бы ни была прекрасна ваша жизнь, своевременная смерть – огромная удача. Если жизнь растягивается дольше определенного срока, вы испытываете наихудшее из страданий и обнаруживаете: смерть – огромное облегчение. Поддержание жизни требует определенного напряжения, а смерть несет расслабление, наивысшее расслабление. Но если вы, будучи еще живыми, познали расслабление смерти, то ваша жизнь становится чрезвычайно легким процессом.

Если представить жизнь на примере известных вам ощущений, то вдох – это жизнь, а выдох – смерть. Проведите эксперимент: глубоко вдохните и наблюдайте за реакцией вашего ума и тела. Теперь выдохните и снова наблюдайте. В чем больше расслабления – во вдохе или выдохе? Заметьте: как только в уме появляется напряжение, естественное желание тела – выдохнуть. Выдох расслабляет. Итак, жизнь

требует напряжения, иначе вы не сможете ее поддерживать. Смерть – наивысшее расслабление. Так бы и происходило само собой, если бы ваш ум не отгонял смерть, заклеив ее как зло.

Если бы ваша традиция и культура не преподнесли вам смерть как зло или катастрофу, которой необходимо избегать, поверьте, вы бы дышали совсем иначе. Понаблюдайте за окружающими вас людьми прямо сейчас – и увидите: они глубоко вдыхают, но никогда не выдыхают полностью. Это потому, что их ум отвергает смерть. Вот почему со временем в вашей системе накапливается предельное напряжение – и на ментальном, и на физическом уровнях.

Величайшая трагедия человеческого ума заключается в том, что он противится смерти. Отвергая смерть, вы отвергаете жизнь. Вы думаете, что жизнь хорошая, а смерть плохая. Но это не так. Жизнь есть только потому, что есть смерть. Река всегда течет между двумя берегами, а вы стоите на правом берегу и заявляете: «Левый берег мне не нравится, пусть исчезнет!» Исчезнет левый берег – исчезнет и река, и правый берег. Если есть правый берег, то должен быть и левый. Разве будет свет, если исчезнет тьма? Тот, кто не принимает смерть, не способен познать жизнь. Тот, кто твердит: «Не хочу умирать, не хочу умирать, не хочу умирать», не может по-настоящему жить. Вы в любом случае умрете. Боясь смерти, вы избежите только жизни, но избежать смерти вам не удастся.

Даже сегодня некоторые культуры видят в смерти причину для праздника, а не для траура. Если учесть, что вы пришли на Землю из безграничного пространства, то сколько бы места вы здесь ни занимали, Земля – лишь тесная тюрьма, а смерть – безграничная возможность. Так что смерть достойна большей радости, большего ликования, чем рождение. Для того, кто осознаёт эту возможность, не существует разделения на жизнь и смерть. Жизнь – это смерть, а смерть – это жизнь. Они едины.

Смерть – это жизнь в ее интенсивном проявлении. Те, кто пережил моменты огромной опасности, прекрасно это знают.

Однажды два старика встретились в местном баре маленького городка в штате Индиана. Они оба сидели с недовольными лицами, каждый за своим столиком, и пили. Один из них взглянул на другого и заметил родимое пятно у него на виске. Он подошел к нему и спросил:

– Это ты, Джошуа?

– Да. А ты кто такой?

– Я Марк. Мы вместе воевали.

– О боже!

Старики оживились. Они вместе воевали во Вторую мировую. С тех пор прошло пятьдесят лет.

Они сели за один стол, принялись беседовать, пить и закусывать. Они вместе пережили около сорока минут боя, сидя в окопах при отступлении. Они вспоминали все подробно-

сти этих сорока минут обстрела целых два часа. Потом один из них спросил:

– А что ты делал после войны?

– Да ничего... просто работал продавцом.

Сорок минут войны они вдохновенно обсуждали два часа, а пятьдесят лет жизни уместились в несколько слов! Так и бывает.

В моменты опасности вы переживаете одновременно и жизнь, и смерть; осознаёте, что смерть присутствует одновременно с жизнью. Они неразделимы. Все в мире так устроено. Творение и создатель, жизнь и смерть – одно включает в себя другое. Нужно внимание – много внимания, – чтобы увидеть это. Тот, кто этого не видит, живет поверхностно. Если вы не ощутили жизнь и смерть одновременно, то познали жизнь лишь наполовину. Жить наполовину – это всегда пытка.

Если хотите жить полной жизнью, вам следует задуматься о вашей смертной природе каждый день, а не откладывать эту тему на старость. Каждый день вы должны осознавать, что смертны. Не то чтобы я хотел умереть сегодня, но если умру – ничего страшного.

«Я сделаю все возможное, чтобы защищать себя, заботиться о себе, но если я умру – всё в порядке». Только с таким настроем можно жить по-настоящему.

Прекратите призывать смерть

Избегать смерти означает избегать жизни, а отстраняться от жизни означает призывать смерть. Когда жизнь становится неприятной или скучной, большинство людей начинают отстраняться от нее. Таким образом вы неизбежно приглашаете смерть. Нет лучшего метода избегания жизни, чем приглашение смерти. Неважно, делаете вы это осознанно или нет. Одна из главных причин столь распространенных и сложных болезней, которые мы сегодня наблюдаем на планете, заключается в том, что люди отвергают жизнь и тем самым приглашают смерть. Тело всего лишь подчиняется вашему желанию пригласить смерть. Стоит только попросить — и воздастся вам!

Люди пытаются избегать жизни, потому что считают ее опасной. Знайте: единственное безопасное место на планете — это ваша могила. Там ничего не случится. В жизни безопасности нет. Даже если вы совершенно здоровы в данный момент, вы можете умереть завтра утром. Я вам этого не желаю, но, как бы вы ни пытались себя защитить, такое действительно возможно. Повторяю, в жизни безопасности не существует! Стремясь к безопасности, вы естественным образом приближаете смерть. Сами того не зная, вы ее ищете.

В Индии есть традиция: встретив мудреца или святого, люди не упускают возможности получить их благословение.

Часто люди подходят ко мне и просят: «Садхгуру, благослови меня, чтобы со мной ничего не случилось». Что это за благословение такое? Я благословляю вас на то, чтобы с вами случилось всё! Вы здесь для того, чтобы избегать жизни или проживать ее? Если избегать, то у меня есть технология получше «Внутренней инженерии»⁶. Все, что вам потребуется, – два метра веревки и крючок на потолке. Это недорого! Я говорю с точки зрения эффективности: будучи живым, избегать жизни глупо. Человеческая жизнь – это краткий миг, а мертвыми вы будете долго. Так что самоубийство – не выход. Оно случается тогда, когда люди путают психологическую драму с реальной жизнью.

Стремясь к безопасности, вы помогаете смерти. Я хочу, чтобы вы знали: смерти не нужна ваша помощь. Она и сама прекрасно справляется! Но жизни ваша помощь необходима. Заметьте: независимо от того, что и в каких масштабах вы делаете с жизнью, вы всегда можете сделать нечто большее. Жизни нужно все ваше внимание, все ваши усилия, а смерти ваша поддержка ни к чему. Она придет в любом случае и справится со своей задачей блестяще. У смерти не бывает ошибок, потому что ничто не вечно.

Люди не хотят, чтобы с ними произошло что-то новое, но при этом хотят интересной жизни. Как такое возможно? Вы загоняете себя в тупик. Что может случиться с вами в самом крайнем случае? Вы умрете. Ничего ужаснее с вами про-

⁶ Практики, которым обучает Садхгуру.

изойти не может. Что бы ни произошло, помните: вы пришли в этот мир с пустыми руками. Значит, и терять вам нечего. Видите, как прекрасна жизнь? Что бы ни случилось, вы останетесь в выигрыше. Так на что вы жалуетесь?

Около десяти лет назад в Индии упали цены на бирже. Люди из Мумбая привели ко мне человека. Кажется, до обвала акций у него было двести пятьдесят миллионов рупий, а через восемь месяцев осталось тридцать. Он был разбит, подавлен и хотел покончить с собой. Знакомые заметили его состояние и попросили меня встретиться с ним. Я счел ситуацию забавной, потому что для большинства индийцев тридцать миллионов рупий – это заоблачное богатство. Если предложить им выбрать между раем и такими деньгами, они выберут деньги. Но этот человек пребывал в депрессии и собирался покончить с собой потому, что у него осталось всего тридцать миллионов! Это недоразумение относится не только к нему. Вы проделываете с собой то же самое постоянно!

Позвольте событиям происходить с вами. Внутренняя установка «пусть со мной ничего не случится» вызывает стагнацию. Стагнация – это смерть. Если жизнь не движется, если внутри вас не созревают новые возможности, вы превращаетесь в зомби. Вот почему вокруг столько людей с мрачными лицами, даже если в их жизни все нормально. Более того: для большинства из них она сложилась намного удачнее, чем они когда-либо могли представить.

В материальном смысле мы живем намного лучше, чем

наши отцы и деды. Но вокруг всё те же мрачные лица. Они мрачны не по причине какой-то неудачи, а по причине застоя. Если вы находитесь в состоянии застоя, вы не живете.

Быть «живой смертью» – потрясающий опыт, но уподобиться мертвецу при жизни – чудовищно больно. Если вы живы, это чудесно, если вы мертвы – мы за вас не беспокоимся. Вокруг слишком много живых мертвецов, и потому на Земле столько страдания. Когда-то они все были живыми и яркими людьми, а теперь оказались наполовину в могиле. Да, со временем физическое тело изнашивается. Если вы познали только физический и психологический аспекты жизни, то естественно, что со временем вы опустошитесь. Только тот, кто соприкасается с источником жизненной энергии и правильно взаимодействует с процессом жизни, с годами не опустошается, а, напротив, невероятно наполняется.

Механизм жизни нужно заводить постоянно. Но нет смысла приглашать и практиковать смерть. Смерть не нуждается в вашей помощи.

Глава 2

Процесс умирания

То, что вы сейчас называете жизнью, похоже на мыльный пузырь.

Йогический духовный процесс стремится сделать стенки этого пузыря как можно тоньше, чтобы, когда он лопнет, в нем совершенно ничего не осталось.

Это означает переход из ограничений бытия в свободу небытия, или нирваны.

Если хотите понять устройство жизни и смерти, вам нужно понять, как устроено Творение и какую роль играет запечатленная в нем память. Говоря о памяти, я подразумеваю не только то, что вы помните. Память многослойна и глубока.

Согласно йогической системе, память — это в основном накопленные впечатления. В Творении есть восемь основных видов памяти. Фундаментом является **элементная память**. Первый шаг от непроявленного к проявленному — это формирование *панча-бхут*, или пяти элементов: *притхви* (земли), *ял* (воды), *агни* (огня), *вайю* (ветра) и *акаша* (эфира). Эти названия означают особые качества, а не саму субстанцию. Элементы различаются по характеристикам и присутствуют во всех аспектах Творения как его фундамент. Таким образом, элементная память определяет, как элемен-

ты взаимодействуют и проявляются в нашей жизни.

Следующий слой – материальная субстанция, из которой создана Вселенная. Основа этой субстанции – так называемая **атомная память**. Сегодня в каждой школе рассказывают о теории атомов. Слово «атом» происходит от греческого «атомос», что означает «неделимый». Когда современная наука открыла атом, считалось, что атомы – неделимые, фундаментальные «кирпичики» Вселенной. Сегодня мы знаем, что это не так: с тех пор открыли более двадцати субатомных частиц и, возможно, откроют еще. Сфера атомической памяти – устройство и функционирование субатомных частиц, атомов и молекул разных физических субстанций.

Элементная и атомическая память вместе создают то, что мы называем **пассивной памятью**. Эта память управляет пассивной сферой нашей жизни.

Другие виды памяти относятся к активной памяти. Среди них самый обширный пласт – это **эволюционная память**, связанная с разворачиванием эволюции жизни. Ею обусловлено то, что у вас два глаза, две руки, что вы – человек, а не какое-то другое существо. Над пластом эволюционной памяти находится **генетическая память**, возникшая из генетического материала, полученного вами от родителей; она делает вас уникальным существом, отличным от других людей. Генетическая память определяет цвет кожи, форму носа и многое другое.

Следующий пласт – **кармическая память**. Она пред-

ставляет собой скопление всех впечатлений, собранных вами не только в текущей, но и в предыдущих жизнях, а также процесс эволюции. Она проявляется самыми разными способами, без вашего ведома.

Следующие три пласта памяти представляют собой впечатления или накопления, связанные с умом, иначе говоря – ментальным телом. Существует огромный отсек памяти, который вы совершенно не осознаёте, мы называем его *непроявленной, или неосознанной, памятью*. Также есть пласт *подсознательной памяти*, расположенный прямо под уровнем осознанной памяти.

И, наконец, есть та самая осознанная память. К ней относятся воспоминания, которые вы можете восстановить и сформулировать.

Все эти восемь видов памяти проявляются в вашей жизни каждый день. Как именно это происходит, зависит от накопленных вами впечатлений, а также от возникающих ситуаций. В общем и целом, эти пласты памяти делают вас той жизнью, которой вы являетесь.

Есть много способов заглянуть в истинную природу жизни. Один из них таков: нашу жизнь формируют два семени. Одно семя сажают наши родители, из него вырастает наше тело. Другое семя посажено Творцом, из него развивается наша внутренняя жизнь. Эти семена принадлежат к разным видам, то есть к двум разным измерениям природы. Первое запрограммировано на определенность, а второе – на воз-

возможность. Тело относится к физическому измерению, и поэтому ему свойственно стремление к определенности. Но в вас есть и другая жизнь, которая принадлежит нефизическому измерению. Большинство людей не знает о ней, как не знает и о природе своего существования.

Семя физического измерения, переданное вам родителями, изначально содержит свод правил, особенностей и своих компульсивных желаний. Оно стремится выжить, а выживание подразумевает размножение. Также ему свойственно избегать всего, что угрожает выживанию. Итак, наши родители дали нам семя, и оно стало телом. Но то, что нам дал Источник творения, не является семенем в том же самом смысле. Источник творения дал нам само себя. Это означает, что в его семени содержатся все доступные ему возможности. Они присутствуют всегда, независимо от того, реализуются они в жизни человека или остаются нераспознанными.

Учитывая наличие этих двух семян, человек рождается с определенным «программным обеспечением», которое основано на времени, энергии и информации, обусловленных прошлыми жизнями. Эти три фактора определяют разные аспекты текущей жизни. В зависимости от информации ваша энергия распределяется по сферам жизни (об этом мы еще поговорим). В Индии информацию, которую вы несете из жизни в жизнь, называют кармой. Из всей памяти (всего вашего кармического наследия) лишь эволюционная память влияет на то, каким существом вы рождаетесь. Если все ти-

пы вашей памяти – генетическая, кармическая, неосознанная и подсознательная – хлынут в вашу осознанную память, вы захлебнетесь в этом потоке. Так что из всей этой обширности природа выделяет вам порцию, с которой вы способны справиться, то есть проработать ее в текущей жизни через разные виды активности.

Традиционно в индийской культуре все хранилище кармической памяти человека называется *санчитой*. Можно сказать, что санчита представляет собой карму человека в полном объеме. Из этого хранилища выделена некая порция, которая должна быть отработана в текущей жизни; она называется *праабдхой*. Праабдха отличается большей срочностью и импульсивностью, чем вся остальная карма.

Таким образом природа позволяет вам выполнить исключительно сложную задачу посредством простых, постепенных шагов. Когда вы рождаетесь, праабдха создает ориентиры, а санчита – бессознательные склонности к разным явлениям. Количество кармы, которую вы исчерпываете каждый день, и ваша степень осознанности определяет, освобождаетесь ли вы от праабдхи и санчиты или преумножаете их, а также то, как и сколько вы будете жить.

Даже если вы живете в неосознанности, праабдха прорабатывается сама собой. Немного страданий здесь, немного везения там, немного боли здесь, немного удовольствия там – так вы исчерпываете праабдху. Достаточно лишь научиться не создавать новую карму – больше ничего не требуется.

Затем формируется следующая порция прарабдхи, и ее вы тоже исчерпываете. Так продолжается из жизни в жизнь. Сама по себе прарабдха не диктует внешнюю ситуацию, но она, конечно, создает многие внешние возможности. Так происходит потому, что ваши внутренние склонности всегда находят отражение во внешних ситуациях. В Индии, когда люди видят страдающего человека, они говорят: «*Айю, прарабдха!*»⁷ Это распространенное выражение, потому что страдание, как правило, зарождается внутри. В большинстве случаев оно вызвано прежде всего не содержанием памяти, а тем, как человек со своей памятью взаимодействует. Таким образом, необходимо скорректировать не столько содержимое, сколько контекст жизни. Для этого и нужен духовный процесс.

Люди приходят в мир с разным кармическим багажом. Находясь в животе матери, один младенец постоянно сучит ручками и ножками, другой сидит спокойно. Дело не в том, что у них разные родители. Дети одной и той же матери проявляют разную степень активности, так что родители здесь ни при чем. Понаблюдайте – и заметите, что у многих флегматичных родителей сверхактивные дети. Это также не объясняется восприятием и психологическими особенностями ребенка (они развиваются после). Дело в том, что каждое существо рождается с энергией определенного уровня, предназначенной для некоего вида активности.

⁷ Распространенное восклицание в Южной Индии.

Эта энергия подразделяется на несколько аспектов. Скажем, по велению вашей кармической структуры вы пришли в этот мир с тысячью единиц энергии. Из них двести пятьдесят должны быть израсходованы на физическую активность: сто на произвольную, а сто пятьдесят – на сознательную активность вовне. Триста единиц предназначены для ментальной активности, двести – для эмоциональной и так далее. Распределение зависит от вашего «программного обеспечения». Вот почему люди вкладывают в ту или иную активность разное количество энергии. Особенно это заметно у детей, которые еще не попали под чье-либо влияние. Разное распределение энергии также очевидно у взрослых, но в данном случае может быть следствием неких влияний.

То, как выделенные вам порции энергии реализуются внутри вас, имеет огромное значение для вашей жизни и смерти. В современном мире энергия, отведенная на физическую активность, чаще всего остается невостребованной. Причиной тому – современные технологии. Живи вы на Земле двести лет назад, уровень вашей ежедневной физической активности был бы выше нынешнего раз в двадцать, иначе вы не смогли бы выполнять свои повседневные обязанности. В племенной общине, расположенной по соседству с Центром йоги «Иша», у людей нет проблем с бессонницей. Они так выматываются за день, что им достаточно положить голову на подушку – и они засыпают мертвым сном.

На индийских дорогах можно часто увидеть рабочих, еду-

щих в переполненном кузове грузовика. Они загрузили туда камни, кирпичи или что-то еще и, доехав до цели, будут все это разгружать. Такие люди легко засыпают мгновенно даже на камнях и под палящим солнцем: уровень их физической активности так высок, что они использовали всю выделенную на эту сферу энергию. Если вы познакомите этих рабочих с медитацией, им будет легко медитировать. В свою очередь, образованные люди нередко испытывают трудности со сном и медитацией. Они не могут усидеть на месте, потому что не расходуют свою физическую энергию. Сейчас вы видите огромный всплеск таких активностей, как трекинг, езда на велосипеде, бег и так далее. Это не только ради фитнеса. Люди понимают: включаясь в физическую активность, они лучше спят, думают и действуют. Их энтузиазм и энергия повышаются, что отражается и на работе, и на личной жизни. В какой-то степени они сумели перестать беспокоиться о своем теле.

Когда вы ступаете на духовный путь, мы хотим, чтобы вы быстро, за десять лет, израсходовали энергию, отведенную на физическую активность. После этого ваше тело сможет спокойно сидеть на месте, у него не будет физической потребности двигаться. Большинство людей не способны медитировать, если перед этим не вымотались физически. В Центре йоги «Иша» мы подходим к распределению работы с большим вниманием. Кто-то работает по четыре часа в день, кто-то по шесть, кто-то по десять, кто-то по четырнадцать, а

есть и такие, кто работает по 18–20 часов. Идея в том, чтобы израсходовать их физическую энергию.

Если вы постоянно находитесь на духовном пути, если вы – брахмачарий, то мы хотим, чтобы вы израсходовали не только прарабдха-карму, но и все кармическое хранилище (санчита-карму). Цель духовного пути – поставить жизнь на быструю перемотку вперед. Мы не хотим, чтобы вы потратили десять жизней на опустошение кармического хранилища, и потому стремимся открыть в вас и другие измерения памяти. Высокая дисциплина всегда присутствовала в йогической практике: она помогает вам справиться с событиями, которые иначе бы вас уничтожили. Если вскрыть то, к чему вы не готовы, вы захлебнетесь в карме.

Если вы решили посвятить свою жизнь духовному пути, мы даем вам садхану, позволяющую принять вызов. Теперь вы не уклоняетесь от трудностей, вы приветствуете их. Люди стремятся избегать неприятностей, потому что не могут справиться с ними. Только когда мы знаем, что вы хорошо справляетесь с прарабдхой, мы вскрываем все хранилище полностью. По этой же причине, если человек на духовном пути не справляется с ситуацией как следует, он страдает больше других: все остальные имеют дело только с выделенной им порцией кармы, а он – со всем хранилищем.

Многие резиденты Центра йоги «Иша» прошли три фазы. Вначале они некоторое время работали до изнеможения. Потом они не могли ничего делать и думали, что заболели. Они

обращались к разным врачам, хотя я говорил им: «Не ходите к врачам, просто отдохните. Кое-что произойдет». Через некоторое время на них снова накатывала волна активности, потому что мы открыли в их кармическом хранилище памяти новую «комнату». То, что им предстояло проработать в следующей жизни, они прорабатывают сейчас. Я рассказываю об этом процессе упрощенно, но в нем задействовано намного больше аспектов. Цель в том, чтобы разобраться со всей кармой в данной жизни.

По той же причине многие духовные системы Востока изучались совместно с грамматикой и математикой. Йоги стремятся развивать тело и ум, чтобы в случае необходимости нового рождения получить большую порцию прарабдхи. Их цель – проработать как можно больше кармы за одну жизнь. Не откладывая, они хотят поставить карму на быструю перемотку, расширить свои физические и умственные способности. Даже если за эту жизнь им не удалось опустошить кармическое хранилище, они уйдут, обладая высокими физическими и умственными возможностями и потому в следующий раз вернутся с более продвинутым «программным обеспечением» и получают большую порцию прарабдхи. Люди, идущие по духовному пути, изучали грамматику, музыку, астрономию и математику потому, что хотели использовать свой ум в полной мере.

Помимо памяти и энергии, есть и третье измерение – время. Оно определяет продолжительность жизни и смерти че-

ловека, а также их характер. И жизнь, и смерть происходят в рамках времени. Время всегда уходит. Его невозможно замедлить или ускорить. Вы можете сохранять свою энергию, разбрасываться ею, развивать ее, можете сделать ее феноменально мощной или вялой, но время движется само по себе. У него есть собственный разум. Характер течения времени зависит от особенностей кармической информации и энергии, выделенной человеку. Значит ли это, что мы никак не можем повлиять на время? Можем, но оно – самое неуловимое измерение из трех. Память и энергия поддаются и управлению, и проявлению намного легче. Вырабатывать энергию и использовать ее по своему усмотрению, не позволяя склонностям диктовать вам мысли, эмоции и действия, значительно проще, чем повелевать временем. Даже Адийоги⁸ это удалось только тогда, когда он находился в особом состоянии. Это проявление Адийоги мы называем Калабхайравой⁹.

Тот, кто получает власть над информацией и теми склонностями, которые ею сформированы, получает власть над качеством своей жизни. Такой человек сам способен решать, быть ему в приятном состоянии или в неприятном. Тот, кто получает власть над энергиями, способен выбирать, как ему действовать и жить. У таких людей есть полная власть над жизнью, но не над смертью. Тот, кто способен управлять временем, определяет природу не только своей жизни, но и

⁸ Первый йог, один из многих эпитетов Шивы.

⁹ Яростная форма Шивы, повелевающая временем.

смерти. Он сам решает, жить ему или умирать. Вот как три измерения, формирующие вашу жизнь, связаны со смертью.

«Мыльный пузырь» жизни и смерти

Люди воспринимают жизнь и смерть как противоположности. Вы либо живы, либо мертвы; либо ходите и болтаете, либо умерли и вас тут нет. Это крайне поверхностное, упрощенное и неверное понимание.

Люди всегда полагали, что живым может быть только то, в чем течет кровь, иначе это неживое. Теперь это не так. Постепенно, вместе с развитием науки, меняется и наше восприятие. Теперь мы знаем, что живы не только растения и животные, но также камни, земля, воздух, вода, космос. Современная наука говорит, что у воды есть память и разум. Однажды наука продвинется настолько, что обнаружит: все в космосе – живое. Вопрос в том, достаточно ли вы живы для того, чтобы воспринять это?

Для меня даже камень полон жизни. Он наделен энергией, и я вижу, как в нем со временем накапливается память. Камень обладает памятью. На этом основано как освящение Дхьяналинги¹⁰, так и существование каждого божества в Индии. Если мы добавим необходимое количество жизненной силы к энергии и памяти камня, то у него появится и соб-

¹⁰ Мощная энергетическая форма, освященная Садхгуру в Центре йоги «Иша» в Коимбатуре.

ственный разум. При сочетании энергии, памяти и разума в камне может даже зародиться намерение. При наличии намерения и энергии, позволяющей его осуществить, камень способен на действие. Таков механизм жизни.

Сейчас мы представляем смерть так. Когда нам говорят, что кто-то умер, мы думаем, что он просто перешел из подвижного состояния в инертное. Мы определяем жизнь как активность, намерение и способность к действию. Когда активность человека падает ниже определенного уровня, мы называем его мертвым, потому что с точки зрения нашего восприятия для него уже невозможно то, чего мы ожидаем от человеческого существа. Что касается тела, то оно может сгнить, превратиться в червей, стать удобрением для манго или кокоса. В растениях есть жизнь, но все же мы не считаем их живыми существами, ведь их самовыражение не похоже на человеческое.

Уровень активности может колебаться на шкале от нуля до бесконечности (в действительности нуля не существует, в том-то и дело!). Скажем, Ши-ва (тот, кого нет) – ноль. При этом то, что мы почитаем как божественное, соответствует высочайшему уровню активности. Даже люди обладают разным уровнем энергии. Скажем, кто-то болен болезнью Альцгеймера. Он ничего не помнит, но это не значит, что у него нет памяти. Память есть, но энергия памяти отсутствует, она перешла в пассивное состояние. Если исчезнет память, ваше тело тут же умрет, поскольку тело поддерживается толь-

ко памятью.

Если мужчина съест манго, то манго станет мужчиной. Если женщина съест манго, манго станет женщиной. Если то же манго съест корова, оно попадет в корову и станет ею. Это проявление разума манго? Нет. Структура вашей памяти настолько сильна, что, какой бы продукт вы ни употребили, память превратит его в вас, а не в кого-то другого. Вот почему, когда вы едите желтый манго и часть его становится вашей кожей, ваше лицо сохраняет свой цвет и не желтеет.

Более того. С биологической точки зрения необходимо определенное количество энергии памяти, чтобы соединять ваши органы, клетки и атомы с нашим намерением жить. Сейчас в вашем теле есть триллионы клеток, которые функционируют так, как вы хотите, потому что их объединяет это сильное намерение. Утратив его, вы не сможете заставлять атомы и клетки функционировать, и мы скажем, что вы умерли. Начнется распад тела. Организм проходит через процесс распада, а затем становится частью организма Земли, Вселенной, космоса. С возрастом организм теряет намерение жить. Вначале исчезает стремление действовать, затем слабеет осознанная память, а вместе с ней уходят энергии.

Воздух, камень, дерево, животное, птица – такие же живые, как и человек. Просто им свойственны другие уровни намерения, разума и, прежде всего, другие измерения памяти¹¹. Вот и всё. Ваш объем осознанной памяти определяет

¹¹ Слово «память» в данном контексте использовано не только в неврологиче-

вашу способность к намерению. Амеба и человек отличаются лишь сложностью механизма. У каждого существа есть намерение, но оно часто неосознанно. Осознавать намерение способен лишь человек, и в этом – его особенность. Предположим, сейчас мое неосознанное намерение – поесть, а осознанное – продолжать писать эту книгу о том, о чем ни одно другое существо даже не думает. Для многих существ неосознанное намерение является единственным. Возможно, собаки и некоторые другие животные способны на некое осознанное намерение, но в основном намерения животных не осознаны. Человек при желании способен развить сильное осознанное намерение, основываясь на накоплениях памяти разных уровней. Это возможно потому, что память – прочный фундамент для жизни.

Если вам нужна аналогия, то вот она: то, что вы сейчас считаете жизнью, подобно мыльному пузырю. Камень, растение, человек – все это разнообразные «мыльные пузыри». Оболочка «мыльного пузыря» – это сложная совокупность воспоминаний, которые относятся к разным видам памяти. В этом смысле девять аватаров¹², о которых говорит традиция Индии, в действительности представляют разные уровни памяти: эволюционную, генетическую, кармическую, неосознанную, подсознательную и осознанную.

ском смысле. Оно также означает любой след прошлого, влияющий на настоящее.

¹² Согласно индуистским писаниям, воплощение божественного.

«Пузыри»¹³, принявшие форму камня или человека, отличаются друг от друга лишь тем, что в первом преобладает физическое измерение: оболочка камня плотна, а воздуха внутри меньше. Камень существует не благодаря сознанию, а благодаря механической прочности, которая свойственна пассивной памяти. Вы можете разбить камень молотком и уничтожить его. Но если вы разобьете молотком «пузырь» в виде человека, то уничтожите только тело. Сеть кармической памяти, которая содержится в теле, всегда найдет способ создать для себя другой «пузырь», другую физическую форму. Такова ее природа. Как я уже упоминал, йогический духовный процесс призван истончить этот «пузырь» до такой степени, чтобы, когда он однажды взорвется, не осталось бы совершенно ничего. Так вы переходите из ограничений бытия в свободу не-бытия, или нирвану.

Возможно, сказанное разочарует многих людей, потому что оно означает: нет никаких самостоятельных форм жизни. Все истории про душу, «сущность» и другие прелести придуманы с целью утешения. Попробуйте сказать людям, что внутри них – пустота. Они перепугаются: а как же личность? Нет никакой личности. Есть лишь сеть воспоминаний, создающая иллюзию «особенной личности». Вот почему при потере памяти или ее вытеснении – как, например, в случае болезни Альцгеймера – личность умирает первой,

¹³ Жизненная энергия, принявшая некую форму, например человека или камня.

но люди сохраняют некоторые особенности. Как у скорпиона есть черты, отличающие его от кузнечика, так и у потерявших память людей есть особенности, но нет личности. Когда осознанная, неосознанная и подсознательная память вытесняется или исчезает, на сцену выходит генетическая память. Если генетическая память исчезает, ее сменяет эволюционная память. И даже в этом случае жизнь сохраняется, потому что она еще не до конца растворилась.

Если вы, словно вырвав шнур из розетки, удалите всю память сразу, то она полностью разрушится и «пузырь» не сможет удерживать воздух. Под «воздухом» здесь подразумевается жизненная энергия, или сознание. Сознание – это не субстанция, а качество. Природа космоса. Вы просто надули «пузырь», в котором заключена частичка сознания. С помощью осознанной жизни или садханы мы пытаемся вобрать в себя как можно больше воздуха и стать настолько большим «пузырем», чтобы оболочка истончилась. Вы не хотите быть маленьким «пузыриком»: растворение возможно только при условии, что вы будете достаточно большими.

Посредством садханы вы надуваете огромный «пузырь». Вам нужно надуть его настолько, чтобы он больше никогда и нигде не проявился как прежняя форма памяти. По сути, увеличение «пузыря» означает истончение его оболочки. Делая садхану, вы растягиваете его изнутри, и однажды он лопнет. Вы делаете «пузырь» таким большим, что память становится все тоньше и тоньше, и, когда «пузырь» лопнет,

она исчезнет полностью. Предположим, кто-то – благодаря жизненному опыту, знанию, мудрости или чему-то еще – надул такой большой «пузырь», который нельзя не заметить. Выйдя из утробы матери, эта форма жизни проявит определенные качества просто потому, что представляет собой большой «пузырь». Все обратят на нее внимание. Вокруг могут летать сотни других «пузырей», но все будут смотреть на этот. Такое существо мы называем высокоразвитым. Неважно, станет оно духовным учителем или просто будет расхаживать по улице. Где бы оно ни появилось, люди не смогут его проигнорировать, потому что его отличает особый уровень активности и намерения.

Используем эту же аналогию, отвечая на вопрос: «Что происходит, когда кто-то умирает?» По большей части ваше физическое «я» представляет собой накопление генетической и эволюционной памяти (другие измерения памяти задействованы в меньшей степени). В основном за эту память отвечает энергетическое тело. Когда приходит смерть, вся накопленная, поверхностная память – генетическая, эволюционная и другая – исчезает, но глубокий слой кармической памяти остается нетронутым и потому ощущается как вечный. Его люди и имеют в виду, говоря, что душа вечна. Душа не вечна, но, с вашей точки зрения, то, что выходит за пределы тела, вечно. В этом смысле долгосрочная память, ведущая вас через смерть, определяющая природу вашей будущей жизни и опыта, – вечна.

Когда вы умрете, то из восьми типов памяти, которыми вы сейчас обладаете, отпадут семь. Уйдет эволюционная память, ответственная за ваше проявление в человеческом облики. Уйдет генетическая память, определяющая цвет вашей кожи, форму носа и так далее. Осознанная, неосознанная и подсознательная память тоже растворятся. Таким образом, когда вы лишитесь тела, у вас остается лишь одна основа: кармическая память. Запомните: в процессе смерти, или отделения от тела и продолжения жизни, остается лишь одна память, кармическая. Внутри этой категории есть то, что называется санчитой, и то, что называется прарабдхой. Но, по сути, остается карма.

Один способ заставить этот «пузырь» лопнуть – вобрать в себя как можно больше жизни. Даже если вы не предпринимали ничего особенного для демонтажа кармы, ее стены истончатся просто потому, что жизнь станет больше. Другой способ – износить кармическую оболочку. Очень немногие люди знают, как при нетронутой кармической субстанции однажды открыть дверь и выйти. Остальным приходится изнашивать карму. Вот почему на духовном пути людям обычно «прописывают» колоссальный объем активности: если вы не можете раздуть «пузырь» изнутри, его следует износить снаружи. В любом случае ваша задача – максимально истончить его оболочку. Для этого рекомендуется медитировать в священных местах, таких как Дхьяналинга, а также посещать ятры. Кармическое тело подвержено влияниям, и

все, что происходит с вами, — результат накопления этих влияний. Так что вы можете растворить кармическое тело с помощью полезных влияний, пребывая в правильных местах, в правильной атмосфере, общаясь с правильными людьми.

Духовный путь структурируется так, чтобы человек постоянно действовал, но делал это не ради себя. Когда вы действуете ради себя, карма увеличивается, кармическая оболочка накапливает субстанцию, уплотняется. У вас усиливается чувство привязанности и отторжения: «это я делать буду, а это не буду»; «с этим человеком я готов поговорить, а с тем нет»; «этого я люблю, а того ненавижу» и так далее. Такое отношение естественно, когда человек действует ради себя.

Весь духовный процесс в Индии построен таким образом, чтобы кармическая оболочка не накапливала субстанцию. В то же время вы продолжаете увеличивать объем жизни, которую собираете. Неважно, сколько у вас мозгов и знаний. Важность вашей жизни всегда определяется объемом жизни, заключенной в вас. Ваша задача — увеличить объем истинной субстанции жизни настолько, чтобы потребность в оболочке, или упаковке, отпала. Став ненужной, оболочка сама собой растворится, и тогда та вездесущая субстанция, которая была в ней заключена и которая вам не принадлежит, сольется с вами. Вы станете ее частью.

При плотной оболочке вы подобны мячу для гольфа: в вас есть лишь немного жизни, все остальное — карма. Стоит вас

немного подтолкнуть, и вы начинаете скакать из стороны в сторону. Но если вы большой «пузырь» и вас подтолкнули, то вы не будете биться о стены, лишь немного соскользнете в сторону. Так происходит и с людьми. Стоит лишь тронуть за плечо человека, полностью подчиненного своей кармической структуре, – и он начнет метаться. Тот, кто уже достиг определенного развития, не станет метаться, даже если на него налетит автобус. Он лишь соскользнет в сторону.

Не всем, кто включился в духовный процесс, или садхану, предстоит взрыв просветления. Путь многих – износить свое кармическое тело. Если ваш «пузырь» уже не может вмещать генетическую и эволюционную память, то вы не перейдете в новое тело. Воплощение больше невозможно, история закончена. Возможно, какая-то часть памяти еще осталась, но «пузырь» больше не возникнет.

Взорвав «пузырь» кармы, вы можете насовсем выскочить из цикла перерождений. Тогда мы назовем это не смертью, а необратимым финалом жизни. До большого пузыря достаточно лишь дотронуться, и он лопнет сам собой, не оставив следа. Это не потребует усилий. В случае маленького «пузыря» придется потрудиться: он не взорвется, а просто прилипнет к вашей руке. Многие духовные направления действуют так: с каждой жизнью они раздувают «пузырь» жизни все больше и больше, чтобы однажды он лопнул сам собой. Но даже если пузырь маленький, с плотными стенками, но при этом люди, обладая необходимой мудростью и намерением,

включаются в мощный духовный процесс, у них есть шанс освободиться в текущей жизни. Им необязательно переродиться снова и снова, чтобы увеличить «пузырь».

**БОЯСЬ СМЕРТИ,
ВЫ ИЗБЕЖИТЕ
ТОЛЬКО ЖИЗНИ,
НО ИЗБЕЖАТЬ
СМЕРТИ ВАМ
НЕ УДАТСЯ**

Понимая жизнь и смерть

Для понимания происходящего во время смерти необходимо кое-что знать об устройстве человека. В йоге мы рассматриваем весь организм как тело. Тело – это совокупность пяти оболочек, или так называемых *коши*: *аннамайя коши*, *маномайя коши*, *пранамайя коши*, *вигнанамайя коши*, *анандамайя коши*. У каждой коши есть своя цель и свои сферы воздействия.

Внешняя оболочка человека – это физическое тело, или *аннамайя коша*. «Анна» означает «пища», и потому мы называем это тело «пищевым». Когда вы родились, вы весили всего 3–4 килограмма, а теперь благодаря усвоенной вами пище весите примерно в двадцать раз больше. То, что вы называете телом, всего лишь накопленная гора еды. Отсюда и происхождение названия.

Следующая оболочка – маномайя коша. «Мана» означает «ум». Маномайя коша – это ментальное тело. Оно включает в себя мысли, эмоции, все ментальные процессы – как осознанные, так и неосознанные. Современные доктора всё больше говорят о психосоматической природе многих болезней. Это означает, что происходящее в уме отражается на теле. Каждое колебание на уровне ума вызывает химическую реакцию в теле. В свою очередь, каждая химическая реакция в теле создает колебание на уровне ума. Когда вы говорите «ум», люди обычно полагают, что он ограничен определенным местом, и ошибаются. Существует целая анатомия ума. В каждой клетке тела есть память и ум. Итак, ум – это полноценное тело, которое мы называем ментальным, маномайя кошей.

Проведем параллель с компьютером: физическое тело подобно «железу», а ментальное – программному обеспечению. Но ни то ни другое не заработает, пока вы не воткнете устройство в розетку. Здесь мы подходим к третьей оболочке под названием «пранамайя коша». Прана – это жизненная энергия тела, которая заряжает аннамайя кошу и маномайя кошу, управляет ими.

Все три тела – физическое, ментальное и энергетическое – имеют физическую природу. Это очевидно в случае физического тела, потому что вы его видите и чувствуете. При этом маномайя коша и пранамайя коша также принадлежат физическому измерению. Поясню: вы ясно видите лампоч-

ку, но не видите электричества. Однако и электричество, как и свет, исходящий от лампы, – явление материальное. И лампа, и электричество, и свет обладают физической природой. По аналогии, физическое тело – самое плотное, ментальное – несколько тоньше, а энергетическое – самое тонкое из трех, но все они принадлежит к физическому измерению. Только эти три измерения вы сейчас способны осознать, и все они отмечены следами кармы, или кармической памяти. Карма отпечатана в теле, уме и энергии. Именно кармическая структура «скрепляет» ваше существование.

Четвертый слой называется «вигнамайя коша». «Гна-на» означает «знание». «Вишеш гнана» или «вигнана» означает «исключительное знание» или «знание за пределами чувственного восприятия». Речь идет об эфирном теле, которое представляет собой переход от физического измерения к нефизическому. Вигнамайя коша не относится ни к одному из этих измерений и подобна звену между ними. Сейчас вы не можете ощущать эфирное тело, потому что ваш опыт ограничивается пятью органами чувств, способными воспринимать лишь физическое измерение. Если же вы будете осознанно учиться тому, чтобы получить доступ к нефизическому измерению, ваша способность к познанию космического феномена возрастет, и это будет равнозначно квантовому скачку.

Пятая оболочка известна как анандамайя коша. «Ананда» означает «блаженство». Она никак не связана с физическим

измерением жизни. Только физическое явление может находиться здесь или там. Явление, не обладающее физической природой, – не здесь и не там. Оно – всё и в то же время – ничто. Таким образом, в самой глубине лежит пустота. Когда я говорю «пустота», я имею в виду, что это не-вещь, то есть явление не материально, у него нет физической природы. Его невозможно описать и даже определить, и потому йога говорит о нем в терминах опыта. Соприкасаясь с измерением, которое лежит за пределами физического, мы испытываем блаженство, и потому анандамайя коша означает «тело блаженства». Но не думайте, что этот «пузырь» блаженства является частью вашей физической структуры. Лишь когда вы соприкасаетесь с измерением, которое невозможно определить, происходит невероятное переживание блаженства. У самого тела блаженства нет никакой формы.

Когда кто-то умирает, исчезают лишь внешние оболочки: анандамайя коша и осознанные части маномайя коши. Так что никто не умирает полностью. Оставшаяся структура сохраняется, она ищет новую утробу и снова воплощается на физическом плане. Вот почему смерть – это не растворение: вы и моргнуть не успеете, как вынырнете обратно на поверхность. Но если энергетическое, ментальное и физическое тела растворились, то тело блаженства сольется с космосом, и тогда действительно ничего не останется. Вот и вся история о жизни, смерти и растворении.

Панча-праны: пять жизненных энергий

Тем, кто хочет лучше понять процесс отделения от физического тела во время смерти, следует ознакомиться с пранамайя кошей, или энергией, которая управляет жизнью. В йоге мы называем ее «прана», она проявляется в пяти видах, которые называют «панча-вайю», или «панча-праны». Есть и другие виды, но углубляться в это будет слишком сложно, так что мы рассмотрим лишь основные пять.

Панча-праны управляют разными видами активности и разными процессами в вашем теле. Первая – *самат-прана*, или *самана-вайю*, – отвечает за поддержание температуры тела. Активизируя самана-вайю, вы можете настроить свои энергии таким образом, чтобы все меньше и меньше зависеть от воздействия окружающей среды. Если вы бывали в некоторых частях Гималаев, особенно в Гомукхе или Таповане, то, вероятно, встречали садху, которые живут там в жутком холоде, но при этом почти не носят одежды. Они ходят босиком около ледника, при минусовой температуре. Им это не доставляет дискомфорта потому, что, освоив определенные крии и мантры, можно активировать самана-вайю и создать вокруг себя *кавачу* (защитный энергетический кокон), и тогда внешние воздействия станут вам нипочем. Это касается не только холода, жара тоже перестанет досаждать вам. Представьте, что у вас внутри есть встроенный кли-

мат-контроль, и теперь ни жара, ни холод вам не страшны.

Создание жара в теле – одно из проявлений самана-вайю, но она также целебна сама по себе. Присутствие человека с высокой самана-вайю исцеляет других. Самана-вайю также ответственна за пищеварение. Если она высока, то, что бы вы ни съели, ваш организм усвоит пищу и избавится от остатков за полтора часа. Йоги стремятся к тому, чтобы живот всегда был пуст: тогда и тело, и ум функционируют наилучшим образом. Это не означает, что вы голодаете. Это означает, что вы сжигаете еду как можно быстрее.

Самана-вайю также связана с Солнцем, основным источником энергии и тепла. Солнце – «обогреватель» планеты и тела. Самана-вайю важна, потому что жизнь существа, включая ее продолжительность, связана с солнечными циклами. Благодаря Солнцу планета Земля также стала источником тепла – или «маленьким Солнцем». Установив глубокую связь с Землей, вы обретете вечную молодость в смысле энергии и жизненной силы. Таким образом йоги освобождаются от влияния солнечных циклов¹⁴, то есть становится независимым от Солнца, физического источника жизни в Солнечной системе. Наблюдать за жизнью и смертью такого йога интересно, потому что, не обладая никакими исключительными качествами, он способен справиться со смертью так же легко, как с одним вдохом.

¹⁴ Солнечный цикл в организме человека составляет 4356 дней, или около 12 лет. Он сильно влияет на все, что происходит в жизни человека в это время.

Следующий аспект праны называется *«прана-вайю»*, он отвечает за ваше дыхание и мысли. Если вы пристально наблюдаете, то увидите, что вместе с мыслями меняется и ваше дыхание. Подумайте об океане – и ваше дыхание будет одним, о горах – другим, о тигре – третьим. Мысли и дыхание сильно связаны друг с другом потому, что ими управляет одна и та же энергия, прана-вайю, земная по своей природе. Земля – единственная планета в Солнечной системе, на которой есть воздушная атмосфера и, следовательно, возможность дышать. Таким образом, Земля – единственная планета, где существует интеллект, или мыслительный процесс.

Следующий аспект праны называется *«удана-вайю»*. «Удана» означает «летать». Когда вы встаете на весы, стрелка может показывать 70–80 килограммов, но вы не ощущаете своей тяжести, потому что удана-вайю дает вам ощущение легкости. Есть йогические практики, нацеленные на ее активацию. В Китае были школы, где люди специализировались на удана-вайю, и те, кто осваивал это искусство, могли немного взлетать. Возможно, вы видели нечто подобное в фильмах, там это немного преувеличено; однако тело действительно становится легче, когда вы развиваете соответствующие качества.

Для мастера боевых искусств легкость движений чрезвычайно важна. Было много случаев, когда танцоры балета, футболисты и мастера боевых искусств подпрыгивали так высоко, что это невозможно объяснить законами физики.

Они побеждали гравитацию просто потому, что развили в теле легкость. Как я уже упоминал, те, кто полностью освоил удана-вайю, способны взлетать, но – что еще важнее – работая с этой энергией, вы все меньше ощущаете гравитацию. Стрелка весов показывает ту же цифру, но вам кажется, что тело становится все легче и легче. Вам не приходится носить его как груз, оно как будто парит в воздухе. Таков еще один способ сделать вас менее зависимыми от тела.

Удана-вайю также отвечает за вашу контактность: если она высока, то вам легко общаться с людьми. Удана-вайю ассоциируется с Луной. Циклы Луны связаны с женским телом. Вы родились лишь потому, что тело вашей матери синхронизировалось с циклом Луны. Луна – управитель женского измерения жизни на планете, того фундамента, на котором строится жизнь. Также Луна играет решающую роль в момент смерти тела. После того как удана-вайю покидает тело, пропадает сама платформа, на которой выстраивается жизнь. С этого момента начинается активный поиск новой утробы.

Следующий аспект праны называется «*апана-вайю*». Апан-вайю отвечает за выделительную систему в организме и за функционирование органов чувств. Ваше сенсорное восприятие может быть достаточно острым только при условии, что ваша выделительная система работает хорошо. Вот почему йога уделяет так много внимания очищению.

Говоря о выделительной системе, я имею в виду не толь-

ко пищеварение, но и клеточный уровень. Каждую секунду наши клетки выталкивают наружу нечистоты. Очищение будет эффективным только при условии, что ваш живот пуст. Когда в животе есть еда и происходит процесс пищеварения, выделительная система работает медленнее. Если выделение не происходит должным образом, тело загрязняется, вместе с этим наступает состояние вялости. Эта инерция сначала проявляется в теле и постепенно переходит в ум. Так что апана-вайю играет важную роль в очищении организма.

Следующий аспект называется «*вьяна-вайю*». Вьяна-вайю – это то, что связывает миллиарды клеток в один организм. Были случаи, когда тела некоторых йогов оставались нетронутыми разложением даже через несколько месяцев после смерти, хотя никаких средств для их сохранения не применялось. Такое особенно часто встречается у тибетских монахов. Дело в том, что, умирая, они оставляют в теле некоторое количество вьяна-вайю.

Возможно, вы слышали о «переселении» – о том, как человек выходит из своего тела и входит в другое. Тот, кто освоил мастерство управления вьяной, может покинуть тело по собственной воле. Выход из тела – не цель йоги, а всего лишь один из ее аспектов. При активизации вьяна-вайю привязанность к телу постепенно снижается, вы перестаете отождествляться с ним. Вам открывается новый уровень свободы: теперь осознание «я – это не мое тело» становится для вас естественным, и вам не нужно никаких усилий, чтобы

поддерживать его. Приведу аналогию: если вы ходите в обтягивающей одежде, то через некоторое время вам начинает казаться, что эта одежда – ваша кожа. Но если вы носите просторную одежду, вам проще осознавать различие между одеждой и телом.

Вьяна-вайю также управляет вашей способностью двигаться, вашей мобильностью. Когда она высока, вам хочется ходить пешком, даже если вы не фанат долгих прогулок. Вьяна-вайю также усиливает интуицию и чрезвычайно важна для духовного развития.

Есть много аспектов праны, или вайю. Я рассказал лишь об их основных воздействиях на физическое тело. Базовое знание о пранах необходимо для понимания процесса смерти, потому что в момент смерти каждая из этих пран растворяется по-своему и оказывает особое влияние на умирающего. Процесс смерти, или процесс отсоединения от тела, выходит далеко за пределы момента остановки дыхания.

Стадии смерти

Формулировки играют ключевую роль в развитии современной науки: чтобы изучать предмет, вам необходимо его определить. Однако при возникновении вопроса о том, как описать смерть, современная наука сама себя загоняет в угол. Лучшее определение, которым она располагает, это «отсутствие жизни», но определения жизни у нее тоже нет.

Между тем определить понятие «смерть» необходимо по ряду причин – социальных, медицинских и законодательных.

Раньше говорили: «Человек умирает тогда, когда перестает дышать». Но потом некоторые люди, объявленные мертвыми по этому признаку, возвращались к жизни, чем создавали большой переполох. Тогда было сказано, что смерть наступает после остановки пульса, то есть сердца. Но и после этого некоторые возвращались к жизни. Сегодня есть разные термины – клиническая смерть, смерть мозга, соматическая смерть, сердечно-легочная недостаточность, полная смерть мозга, смерть высших функций мозга и так далее – и все они придуманы для того, чтобы замаскировать неспособность науки дать точное определение смерти. Суть проблемы заключается в том, что ученые смотрят на проявления процесса смерти, а не на ее причину – отделение панча пран от физического тела.

Много лет назад был такой случай. Меня пригласили в исследовательский институт, чтобы измерить мои гамма-волны. Как выяснилось, это паттерны нейронных колебаний мозга, показывающих ментальную активность. В то время я не знал, что такое гамма-волны и есть ли они у меня вообще. Обычно я не подвергаю себя подобным унижениям, но в тот раз пообещал поучаствовать в эксперименте.

Ко мне присоединили четырнадцать электродов и попросили меня начать медитировать. Я сказал, что не умею медитировать. Это немного обескуражило ученых: «Но вы же

учите людей медитации». – «Да, учу. Но я их учу потому, что они не умеют сидеть неподвижно». На самом деле, не существует никакой медитации. Есть только неподвижность – разные уровни неподвижности. Поскольку людей очень трудно научить неподвижности, в качестве посредника используется термин «медитация». Итак, я ответил: «Если хотите, я посижу неподвижно. Абсолютно неподвижно, на всех уровнях». Они согласились, и мы начали эксперимент.

Примерно через пятнадцать минут они принялись стучать по моим коленям чем-то металлическим. Потом перешли на лодыжки, потом на локти – на то самое место, которое особенно чувствительно. Я подумал: «Наверное, это часть эксперимента», – и промолчал. Но они стучали все настойчивее и сильнее. Я медленно открыл глаза и спросил: «Я делаю что-то не то?» Ученые смотрели на меня странно. Я спросил: «Почему вы так на меня смотрите?» Они сказали: «Линии на наших мониторах совершенно ровные. Машины говорят, что вы мертвы». – «Какой прекрасный диагноз!» Потом возникла новая версия: «Либо вы мертвы, либо мертв ваш мозг». Я сказал, что согласен на первую версию: «Я не против быть мертвым, но не говорите, что мой мозг мертв. Это оскорбление». Вот что происходит, когда вы предоставляете машинам определять смерть. Остановка дыхания, сердца или исчезновение волн мозга на мониторе не означают смерть. Смерть наступает только тогда, когда панча-праны полностью покидают физическое тело.

После остановки дыхания и наступления того, что мы называем смертью, еще некоторое время продолжается отделение пран от тела. Праны выходят из тела поочередно, в определенном порядке, который легко проследить. Например, подтверждено: если вы не похороните покойного в ближайшие два-три дня, то заметите, что у него выросли волосы (особенно если это мужчина, который часто брился) и ногти. Вот почему в тех странах, где принято не беспокоить тело больше трех дней, покойным обрезают ногти и бреют бороду. Рост волос и ногтей происходит не потому, что кожа высохла или сморщилась (это мало влияет на ситуацию), а потому, что волосы и ногти – особые части тела. При наличии всех остальных пран в них отсутствует прана-вайю, и потому волосы и ногти нечувствительны даже у живых. Сразу после смерти прана-вайю выходит из тела, но на ногти и волосы это не слишком влияет. Они будут понемногу расти, пока и остальные праны не оставят тело.

Только благодаря тому, что процесс растворения пран происходит постепенно, существует некое временное «окно», когда возможно «оживить мертвого» посредством внешних вмешательств. Это также дает возможность сопровождать умерших в их посмертном путешествии и запустить такой процесс, как трансмиграция. Мы подробнее рассмотрим эти темы в четвертой главе.

В общих чертах процесс выхода пран из тела выглядит так:

Самана-вайю

Когда останавливается дыхание, начинается медленный процесс выхода пяти пран из тела. Из всех этих пран только самана-вайю отвечает за сохранение температуры тела. Первое, что происходит после смерти, – тело холодеет. Учитывая разницу между температурой внешней атмосферы и тела, самана-вайю выходит быстрее прана-вайю. С момента остановки дыхания самана-вайю полностью оставляет тело в течение 21–24 минут

Прана-вайю

Когда останавливается дыхание, прана-вайю также начинает выходить из тела. Вместе с этим дыхательный и мыслительный процессы замедляются. Прана-вайю полностью оставляет тело в течение 48–90 минут после остановки дыхания, точное время зависит от характера смерти. Если смерть наступила естественным образом, от старости, то процесс выхода прана-вайю должен завершиться в течение 64 минут. Но если речь идет о молодом, энергичном теле, то он может продлиться до 90 минут. До этого времени как дыхательный, так и мыслительный процесс продолжают, даже если последний отличается от обычного и теряет четкость. По этой причине тело не следует кремировать хотя бы полтора часа.

Если вы положите тело человека, у которого остановилось дыхание, на землю, то есть вероятность, что он оживет без серьезных внешних вмешательств.

Когда остальные факторы этому благоприятствуют, земля и другие элементы могут восполнить энергию, необходимую для возвращения жизни. Вот почему в древние времена умирающих клали на землю за пределами дома, надеясь на улучшение. Но если вы положите человека на койку или на бетонный пол, шансы на оживление крайне малы

Удана-вайю

Через 6–12 часов после остановки дыхания из тела выходит удана-вайю, и сразу вслед за этим исчезает энергия в теле. Вес тела не увеличивается, но вы чувствуете, что оно потяжелело. Причина в том, что удана-вайю ушла. Вот почему это не одно и то же – нести живого человека или мертвого

Апана-вайю

В период между 8 и 11 часами после остановки дыхания из тела выходит апана-вайю. Когда апана-вайю начинает отступать, ощущения тела исчезают. Даже если чье-то дыхание остановилось и его объявили мертвым, он, возможно, еще не утратил способности ощущать. Были случаи, когда люди впадали в ужас при перемещении умершего: тело может судорожно дернуться, потому что в нем еще присутствует сенсорная активность

Вьяна-вайю

Вьяна-вайю, которая выполняет защитную

функцию, выходит медленнее других. Ей требуется от 11 до 14 дней в случае естественной смерти, вызванной упадком жизненных сил. Если же смерть наступила в результате несчастного случая, когда жизненные силы были ключом, то – если только тело не было разбито полностью – эхо жизни может длиться в нем от 48 часов до 90 дней.

В течение этого периода вы можете кое-что сделать, чтобы помочь умершему. Это и есть та самая возможность, которой пытаются воспользоваться в индийской культуре, проводя посмертные ритуалы

Итак, как вы определите смерть, располагая всей этой информацией? По сути то, что мы называем смертью, является некой стадией в процессе отделения от тела. В данном контексте разумно не диагностировать смерть, а объявлять человека мертвым. Вы объявляете кого-то мертвым тогда, когда он или она перестают реагировать на ваши стимулы и вы не можете добиться от них ответа.

Обычный человек может счесть другого мертвым, если тот не отвечает на его звонки или на другие призывы. Но профессиональные врачи с этим не согласятся: у них есть более изощренное понимание жизни, а также более чувствительные инструменты и возбудители. Они знают, что посредством некоторых вмешательств можно возобновить жизнь, вернуть человека обратно в тело. Но если процесс отделения от тела перешел в определенную стадию, то человек не реагирует и на медицинское вмешательство. Тогда врачи тоже

объявляют его мертвым, но и это еще не считается духовной смертью в йогической традиции.

Тот, кто хорошо подкован в области йоги и тантры, обладает наилучшим пониманием жизни. У него есть наиболее искусные инструменты и техники для получения доступа к жизни и, возможно, восстановления ее. Так что он не объявляет человека духовно мертвым. Однако, если процесс отделения от тела перешел определенную черту, то даже он не сможет вернуть жизнь в тело. Если существо полностью ушло, его никто не сможет вернуть. Все, что можно сделать, – это сопроводить его в дальнейшем путешествии¹⁵.

Так что ответ на вопрос «Когда человек считается мертвым?» зависит от того, для чего вам необходима констатация этого факта, а также от вашей способности взаимодействовать с жизнью во время разных стадий отделения от тела. Чем выше эта способность, тем больше у вас пространства для маневра.

Чакры. Ворота к выходу

Праническая система человеческого тела состоит из разных энергетических каналов, а также точек их пересечения, известных как чакры. Всего есть 114 чакр, 112 из них находятся в теле и еще две – снаружи. Чакры, расположенные в теле, подразделяются на семь основных категорий, в каждой

¹⁵ См. главу 8 «Помощь бестелесным существам».

из них шестнадцать чакр. Уровень активности чакр в огромной степени определяет качество жизни человека. Соответственно, характер движения энергии через чакры во время смерти также определяет ее качество. Каждая смерть характеризуется не только тем, каким образом праны оставляют тело, но и тем, через какую чакру (или чакры) они выходят.

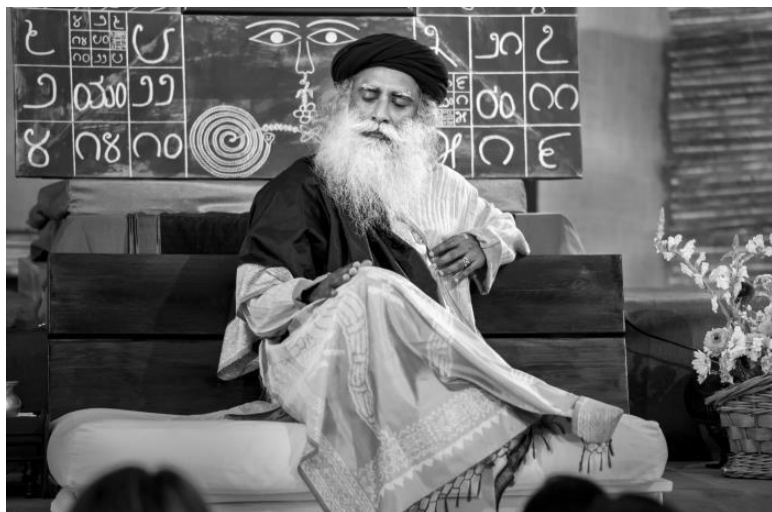
Даже если вы внутренне свободны и достаточно внутренне развиты, для выхода из тела в осознанном состоянии вам понадобятся знания и навык. Вам нужно исследовать, как жизнь и тело соединились и что необходимо сделать для их разъединения. Если вы этого не знаете, у вас ничего не выйдет. У людей, идущих по пути йоги, эти знания есть, и потому они могут сесть где угодно и оставить тело. Для них это все равно что снять одежду и пойти дальше. Ситуация смерти зависит от мастерства и свободы человека, а также от того, какую чакру он использовал для в качестве ворот. Во избежание усложнений мы поговорим в основном о семи чакрах¹⁶, расположенных в теле. У каждой из них есть название и особенности.

Примитивные люди, а также те, кто умирает в страхе (что происходит с большинством людей), выходят из тела через *муладхару*, расположенную в промежности. Вот почему смерть часто сопровождается выделением мочи и экскрементов. Вопреки распространенному мнению, это происходит не по причине недержания, а потому, что прана остави-

¹⁶ Согласно йогической науке, семь главных энергетических центров в теле.

ла тело через муладхару. Это плохой способ умереть. Если мы не способны оставить тело по собственной воле, то нам следует по крайней мере принять смерть и позволить ей произойти, а не сопротивляться ей в страхе и ужасе. Выход через муладхару считается самым примитивным. Однако изредка бывает, что человек, выбравший такой способ осознанно, возвращается в мир с мощными оккультными способностями.

У того, кто выходит через *свадхиштхану*, расположенную внутри гениталий и над ними, есть шанс переродиться с исключительными творческими способностями.



Выходящий через *манипуру*, расположенную чуть ниже пупка, в следующей жизни может стать гениальным организатором, великим бизнесменом или управляющим.

Выходящий через *анахату*, расположенную в центре груди, будет чрезвычайно одарен в музыке или живописи, он станет чутким поэтом или преданным, вдохновит многих. Анахата также отвечает за способность получать доступ ко всем другим измерениям, так что такой человек потенциально обладает универсальными знаниями.

Выход через *вишуддхи* – чакру, расположенную в ямочке у основания горла, очень редок. Но если это происходит, то такой человек будет чрезвычайно остро воспринимать как этот мир, так и тот, что за его пределами, вовлекаться во все сферы жизни с полным бесстрашием и бесстрашием. В нем преобладает феноменальная ясность. Несмотря на то что *агна* – чакра, расположенная между бровями, – находится уровнем выше, люди чаще выходят через нее, чем через вишуддхи.

Полностью осознанный человек покидает тело через *сахасрару* – чакру, расположенную на макушке головы. Это лучший способ уйти. Иногда прана выходит из тела бесследно, а иногда оставляет физический след в момент смерти. Как вы, возможно, знаете, при рождении человека часть черепа на макушке головы еще не сформирована. Это место называется «*брахмарандхра*». Иногда после смерти человека там образуется отверстие. Если кто-то выходит через сахасрару, это значит, что он был полностью осознан.

Если вы хотите в момент смерти пребывать в полной осознанности, то вам необходимо жить в осознанности. Иначе у вас нет никаких шансов. Пребывающий в осознанности способен уйти так, как ему будет угодно. Путь остальных определен: поскольку их жизнь была ограничена, смерть тоже будет ограничена. Если же в момент смерти человек полностью осознан, ему не придется перерождаться, не придется воплощаться в новом теле. Он свободен.

Глава 3

Качество смерти

Нет в мире двух людей, проживших жизнь одинаково.

Также нет и двух людей, умерших одинаковой смертью.

Люди могут умереть при одних обстоятельствах, по одной причине, и все же их смерть будет разной.

Виды смерти

Итак, есть ли хорошие и плохие способы умереть? Учтите: нет в мире двух людей, которые живут одинаково. Даже если они близнецы, живут в одном доме и занимаются одними и теми же делами, их восприятие жизни разнится. Также нет двух людей, которые одинаково умирают. Они могут уйти из жизни при одинаковых обстоятельствах, по одной причине, но все равно их смерть будет разной. Если прямо сейчас на Землю рухнет небо, раздавит всех нас и мы погибнем, каждый умрет своей смертью.

Однажды богатый мужчина построил большой дом для своей семьи. Согласно старой индийской традиции человек, построив дом, приглашал туда святого или йога. Сегодня эта традиция утрачена, потому что новых домов стало слишком много, а йогов слишком мало. Итак, мужчина пригласил йо-

га. Ему оказали королевский прием, провели пада-пуджу¹⁷ и другие ритуалы. Затем ему подали роскошное угощение. Когда йогу пора было уходить, муж и жена, следуя традиции, склонились перед ним в поклоне и попросили благословения. Йог поднял руку и заявил: «Пусть сначала умрет твой отец, потом ты, а потом твои дети!» Услышав это, мужчина рассвирепел. «Это возмутительно! Мы пригласили тебя в новый дом, приняли как короля, хорошо накормили, а ты предрекаешь смерть моему отцу, мне и детям? Как ты смеешь?» Йог поразился: «Почему ты сердишься? Что плохого в том, что сначала умрет твой отец, потом ты, а потом дети? Таково естественное течение жизни. Умри ты раньше своего отца, это было бы плохо. Умри твои дети раньше тебя, это было бы еще хуже. Сначала должен умереть твой отец, потом ты, а потом твои дети».

Сегодня в мире наблюдается рост осознанности относительно качества смерти. Подобно рейтингу качества жизни, люди создали рейтинг качества смерти. Более того: подобно тому, как они создают себе «цели жизни», они все больше стремятся создавать себе и «цели смерти». Я приветствую эти изменения, однако люди руководствуются слишком поверхностным пониманием. Они полагают: если человек уходит без боли, страдания и борьбы, не умирает преждевременно и встречает смерть не в одиночестве, а в окружении

¹⁷ В буквальном переводе «почитание ступней человека». По традиции это высшая форма преклонения.

близких, то это хорошая смерть. Если же он умирает внезапно или насильственной смертью, то это плохая смерть. Таковы критерии, принятые в медицине и в социуме. Однако, по сути, они не так уж важны.

В Индии смерть классифицировали исходя из глубоких, экзистенциальных факторов. Это значительно влияет на происходящее после смерти и определяет, какого рода сопровождение следует обеспечить умершему. Традиционно в Индии смерть подразделяли на два вида: своевременная (*сумритью*) и преждевременная (*акаал-мритью*). Если йог осознанно оставил свое тело в тридцать лет, мы не называем это преждевременной смертью. Для него она своевременная, потому что время смерти определяет он сам.

Мы называем смерть преждевременной в том случае, когда человек стремится жить, у него есть необходимость поработать прарабдху, но вдруг что-то происходит – и он умирает. Если его тело вышло из строя, когда намерение жить было на пике, то это – преждевременная смерть. Если же намерение жить ушло, то смерть не преждевременна, а очень даже своевременна. Дело не в хронологическом возрасте. Неважно, сколько вам лет – тридцать пять, шестьдесят пять или девяносто восемь. Главный критерий – это намерение жить. Не назову вам точные проценты, но, думаю, можно сказать, что сегодня более восьмидесяти процентов людей не умирают естественной или своевременной смертью. Их смерть неестественна и преждевременна, потому что она на-

ступает тогда, когда намерение жить еще присутствует. К сожалению, это утяжеляет обстоятельства смерти и последующую ситуацию.

При естественной или своевременной смерти прарабдха (информация, движущая конкретной жизнью) истощается и истончается, а вместе с ней – и сама жизнь. Это не мучительно, это прекрасно. Когда прарабдха человека на исходе, то, даже если он жил очень плохо, его последние моменты будут отмечены покоем, красотой и острым восприятием. Вы вдруг увидите, сколько в нем появилось мудрости. Он не привязан ни к чему вокруг, он проявляет исключительную зрелость, вовсе не свойственную ему прежде. И это все потому, что он умирает естественной смертью. Она хороша и для самого человека, и для тех, кого он покидает. В ней нет насилия. Чтобы умереть так, необходимо опустошить прарабдху прежде, чем вы износите свое тело.

Скорость опустошения прарабдхи определяется скоростью перемещения от одного аспекта жизни к другому. Если вам восемьдесят лет, и вы все еще не избавились от стремлений 16–18-летнего юноши – стремитесь завести с кем-то роман и сидите на улице, разглядывая женщин, – то ваша прарабдха не истощается. Вы можете дожить хоть до ста лет и все же умереть преждевременной смертью, потому что ваше тело изнашивается, а прарабдха не иссякает. Когда человек умирает естественной смертью, он или она ясно осознаёт происходящее и проявляет глубочайшую мудрость. Это понима-

ние полностью отсутствует у так называемой современной науки. Люди стремятся жить любой ценой и потому умирают плохой смертью. Хорошо умереть вы можете лишь при условии, что примете собственную смертность.

Есть еще один вид смерти – *ичча-мритью*, что можно перевести как «смерть по собственному выбору». На самом деле, это не смерть, а выход из цикла рождения и смерти. Так умирает тот, кто идет по духовному пути и достигает такого мастерства, что способен отсоединить свои жизненные энергии от физического тела, не повредив его. Он нашел ключи к своей кармической структуре и способен демонтировать ее полностью. После смерти такой человек полностью исчезает. Это считается наивысшим видом смерти, в Индии ее называют *махасамадхи*, в буддизме – *махапаринирвана*. А на Западе ее называют просто «освобождением», имея в виду, что человек освободился от самого процесса жизни, от рождения и смерти, от основных структур тела и ума и от кармической структуры, которая скрепляет все это. Используя прежнюю аналогию, он полностью взорвал «пузырь». Это и есть высшая цель любого духовного искателя.

Предвестия смерти

Одни из самых популярных вопросов клиентов к астрологу звучат так: «Сколько я проживу?», «Когда я умру?». Если жизнь следует некоему плану, значит, можно определить,

когда она закончится? Точнее говоря, мы видели, как ваша карма – «программное обеспечение» жизни – определяет ее срок и качество. Значит, можно как-то расшифровать эту информацию и предсказать время смерти?

Карма отпечатана в вашем физическом теле в той же степени, что в ментальном и энергетическом. По мере того как проявленная карма, или прарабдха, близится к завершению, способность пранического тела поддерживать физическое снижается. Жизнь – такая, какой вы ее знаете, – теряет интенсивность. Вместе с тем тонкое тело, напротив, набирает силу, потому что физическое меньше на него давит. Вот почему даже тот, кто прожил отвратительную жизнь, за несколько дней перед смертью внезапно обретает мудрость, излучает глубокий покой. Так обычно происходит с людьми, чья осознанность обостряется. При естественном течении событий человек, обладающий даже небольшой осознанностью, ясно почувствует приближение смерти за шесть-восемь месяцев. Многие люди начинают говорить о ней, сами того не замечая, а также делать необычные заявления или странно себя вести. Дело не в распаде личности; просто раньше они неосознанно блокировали некую информацию. Позже, после смерти человека, окружающие вспоминают, как он говорил или делал нечто, подтверждающее его предчувствие скорой смерти. Мой дядя даже назвал точную дату и время своей смерти.

Смерть – это событие, которое не происходит внезапно.

Оно формируется постепенно и, как правило, процесс отражается на теле. Человек может этого не осознавать, поскольку его ум недостаточно ясен, чтобы уловить соответствующие сигналы, но тело говорит о них многими способами. Так, проводились исследования крови людей, умерших насильственной смертью, в результате преступления или несчастного случая. По какой-то причине они сдали анализы крови совсем незадолго до смерти, когда никто не знал, что они скоро умрут. Результаты анализов так сильно отличались от нормы, что их сочли ошибкой. Не знаю, насколько это правда, но вполне допускаю такое. Ситуация никак не связана с психическими проблемами. Когда жизнь тела подходит к концу, оно начинает говорить на языке смерти.

Итак, можно ли предсказать смерть? Да, можно, но в очень ограниченном смысле, который к тому же обычно сильно преувеличивают. Когда я вижу кокосовую пальму, ее возраст и состояние, то могу сказать, когда она расцветет и когда принесет плоды. Я также могу примерно сказать, когда она умрет. Однако если между временем моего предсказания и обозначенным мной сроком кто-то вырвет дерево с корнем, предсказание не сбудется. То же распространяется и на людей. Что бы ни говорили гороскопы, человек может умереть внезапно. Огромное количество людей погибли вчера в аварии, скончались от болезни или по каким-то другим причинам. Думаете, их гороскопы показывали, что они умрут в этот день? Нет. Гороскопы обещали «долгую

жизнь», но она оборвалась в двадцать пять лет.

Согласно индийской традиции, прежде чем поженить детей, родители приглашали астролога и просили его рассмотреть гороскопы жениха и невесты. Старшим важно было убедиться в том, что молодых ждет долгая жизнь и процветание, что их темпераменты совместимы. И все же нередко случалось так, что мужчина, за которого родители выдали свою дочь, умирал через несколько дней. Конечно, будь у них возможность узнать об этом заранее, свадьба не состоялась бы. Я не хочу сказать, что в астрологических расчетах вовсе нет смысла. Но диапазон их возможностей ограничен, а значимость преувеличена.

Смерть человека, как правило, связана с его солнечным циклом, который продолжается около двенадцати лет. Иными словами, фаза солнечного цикла, во время которой вы умрете, с большой вероятностью предопределена. День и время не так уж важны, потому что смерть необязательно происходит «по часам». Вполне возможно, врач сделает вам какой-то укол, и вы проживете немного дольше. Но тому, кто обладает необходимой чувствительностью, достаточно лишь взглянуть на вас, чтобы определить, в какой период солнечного цикла вы покинете этот мир. Бывало, что все признаки указывали на смерть человека в некое время, и даже медицинские данные это подтверждали, но я говорил, что скорая смерть ему не грозит. Я видел, что он находился не в том отрезке своего солнечного цикла. И даже в предопределен-

ное время ухода есть вероятность, что смерть отодвинется на несколько раундов, если вы переживете болезнь или некую ситуацию.

В Индии есть много историй о тех, кто сам выбрал время смерти. Это не только йоги, но и короли и другие люди. Например, Бхишма¹⁸, которого во время войны Махабхараты напичкали стрелами. То, что он лежал на ложе из стрел, – поэтическая метафора множества ранений. И все же он не умер до тех пор, пока не пришло его время. Он хотел умереть в Уттарайяну¹⁹, чтобы покинуть мир в определенный период солнечного цикла.

Предсказания основываются на вероятности событий, которые могут произойти, на неких предположениях, которые могут оказаться верными. Так, я могу посмотреть на небо и сказать, будет сегодня дождь или нет. В девяноста процентах случаев я оказываюсь прав, но иногда ошибаюсь. Так во всем. Не существует гарантированно точных предположений, но чем больше вы знаете, тем точнее ваши предположения. Это касается и предположений о смерти.

Если вы обратите внимание на скорость, угол, погодные условия и так далее, то сможете предположить, куда упадет некий предмет. Ракеты, снаряды, пушечное ядро или мячик для гольфа направляют с учетом угла и скорости предмета.

¹⁸ Великий воин и патриарх в эпосе «Махабхарата».

¹⁹ Шестимесячный период от зимнего равноденствия в декабре до летнего равноденствия в июне.

Таким же образом, считывая вашу энергию и глядя на то, как вы прорабатываете свою прарабдху и другие аспекты, можно сказать: «Траектория жизни будет такой». В индийской культуре мастер, владеющий такими знаниями, мог при встрече с человеком определить близость его смерти и сказать: «Сейчас тебе лучше отправиться в Каши»²⁰. Но бывало и так, что некоторые, последовав этому совету, жили в Каши по 20–30 лет.

Правильно сделав расчеты, астролог может сказать, сколько лет проживет ваше тело. Но если в этот период вы начнете практиковать «Внутреннюю инженерию», то удивите предсказателя, потому что эти практики способны изменить траекторию вашей жизни. Этого астрология не учитывает. Вот почему астрологи говорят: «Если вы на духовном пути, мы не будем делать вам предсказания». Дело в том, что духовные практики меняют всю картину настолько, что вы можете умереть как раньше, так и позже. Предсказания могут сбыться, а могут и не сбыться.

Предсказания могут быть точными или совершенно ошибочными, но, когда смерть неизбежна, это ощущается на многих уровнях. Возможно, вы заметили, что животные чувствуют смерть. Собаки, кошки, кобры и многие хищники буквально чуют ее, потому что у смерти есть особый запах.

²⁰ Одно из названий Варанаси, одного из самых древних и священных городов Индии, куда по традиции люди отправляются, чтобы умереть хорошо, а также в паломничество.

У всех тонких проявлений физического измерения есть свой запах. У хищников обостренное обоняние, потому что их выживание зависит от их ноздрей. У них также есть слух и зрение, но они не так остры. Когда хищнику надо что-то узнать, он не смотрит – он нюхает. Именно поэтому он способен почуять смерть заблаговременно. Не за несколько месяцев, но за 48 дней – наверняка. Люди тоже способны чувствовать приближение смерти. Например, при той диете, которой следуют брахмачарии, можно легко развить обоняние, достаточно острое для определения смерти.

Когда вайю²¹ приходят в движение, они источают определенный запах. Даже современная наука обнаружила, что у людей есть особый «запах смерти», и это можно использовать для тренировки поисковых собак. Исследователи определили восемь ключевых химических веществ, которые составляют этот запах смерти. И заявили, что по какой-то причине запахи смерти человека и свиньи ничем друг от друга не отличаются!

Даже призрак источает запах, потому что призрак – это тонкая физическая форма. Собаки их чуют и начинают лаять при их появлении. Собака не способна увидеть призрака, но она чует его запах и ощущает растерянность – идет в угол, садится, опускает хвост и лает. Никого вокруг нет, но при этом происходит какое-то движение, и собака нервничает.

²¹ См. разделы «Панча-праны: пять жизненных энергий» и «Стадии смерти», глава 2.

Запах – не единственный показатель смерти. Смерть можно даже увидеть. Был такой случай с одним из наших резидентов в Центре йоги «Иша». Накануне большого мероприятия в Эрде я обсуждал с тремя-четырьмя учителями подробности его проведения. Тот резидент, тоже учитель, был среди них вместе со своей женой. Я посмотрел на него и никак не отреагировал. Вообще, я никогда не игнорирую людей, мне это несвойственно. Кем бы они ни были, я хотя бы кивну, сложу ладони в жесте приветствия или улыбнусь им. Я всегда реагирую каким-то образом. Всегда. После мероприятия я вдруг вспомнил эту встречу и спросил себя: «Почему я так поступил? Почему?» Следующим вечером я спросил, где он. Мне ответили, что он ушел в Гималаи. Я не обратил на это внимания. При той скорости, с которой в Центре разворачиваются события, у меня нет времени глубоко вникать во всё. Располагай я этим временем, ситуация сложилась бы иначе. Но я немного подумал об этом и забыл. Через три дня тот резидент утонул в горной реке.

Когда он стоял передо мной, зыбкость его присутствия была столь явной, что я никак физически на него не отреагировал. При близости внезапной смерти определенные границы тела будто бы размываются, а вместе с этим бледнеет и наше физическое восприятие человека. Переживание физического измерения обусловлено, по сути, его четкими границами, а когда эти границы размываются, наше визуальное восприятие притупляется. Не будь я так сосредоточен на

том мероприятии, обрати я на того учителя немного внимания, я бы предупредил его. Когда резиденты собирались в Гималаи или в подобные места, они всегда мне об этом сообщали. Но та компания ничего не сказала мне о своих планах. Его смерть произошла в результате происшествия, но, не случись его, она пришла бы как-то иначе. Он двигался к смерти, и это было очевидно, но я не уделил ему в тот момент достаточно внимания.

Итак, есть ли признаки, которые обычный человек может заметить и понять, что некто скоро умрет? Да, они есть. Переход от жизни к смерти – это переход от определенного уровня динамизма к определенному уровню инерции. Когда такое происходит, появляются реакции, которые вы наверняка сможете заметить в себе. Я могу назвать вам некоторые верные признаки, но это сложный процесс, и что-то всегда может пойти по-другому. Он сложный еще и потому, что люди утратили чувствительность к сигналам своего тела. Оно постоянно меняется день ото дня и даже в течение дня. Мы стали такими современными, что понятия не имеем об этих проявлениях. Большинство людей даже не могут отличить полнолуние от новолуния, не посмотрев в календарь. Но тело всё знает. Тот, кто способен считывать его сигналы, точно понимает, в каком направлении оно движется.

Некоторые простые признаки заметны по органам чувств. Например, человек, начавший свой переход к смерти, не сможет посмотреть на кончик своего носа. Даже человек с

коротким носом в нормальной ситуации способен это сделать, но если переход к смерти уже начался, глаза не смогут сфокусироваться. Те, кто практикует *бхрумадхья-садхану*²² вдруг заметят, что их глаза блуждают, как будто бы живут своей жизнью. Еще один признак связан с дыханием. Если вы обратите внимание, то заметите, что при близости смерти воздух не достигает нижней легочной доли, вы дышите, задействуя среднюю и верхнюю доли. Так тело помогает органам постепенно отключаться. Но если вы астматик или привыкли так дышать, то не надо думать «я умираю».

Если вы осознаете разные *агни*²³ в теле, то заметите, когда какие-то проявления огня начнут исчезать, и поймете, что вам осталось мало времени. Способность определить приближение смерти за четыре-шесть месяцев очень даже возможна. Тот, кто в это время становится медитативным, уйдет спокойно и радостно, его «отключение» пройдет хорошо. А уход того, кто будет сопротивляться изо всех сил, будет ужасным, болезненным и тревожным.

Я мог бы сказать еще кое-что, но мы должны осознавать последствия своих слов. Люди не станут молчать о таких вещах. Они посмотрят на человека и, если его борода выглядит желтоватой, предскажут ему смерть в течение трех дней, потому что они слышали: это знак! Они объявят об этом во все-

²² Практика, в которой взгляд сосредотачивают между бровями. Этой практике обучают брахмачариив.

²³ Согласно йогической традиции, пять основных огней в теле.

услышание и будут наблюдать за человеком, чтобы посмотреть: сбудется предсказание или нет? Так они создадут море путаницы и неразберихи. А если человек не умрет, они решат, что спасли его! Я не хочу сказать, что знать свое время смерти ни к чему. Эти сведения могут помочь. Но неизвестно, как люди их используют, насколько извратят и насколько запутаются сами. Кроме того, заметив в себе некоторые признаки смерти – верные или нет, – они могут решить, что умрут через три дня, и вместо того чтобы стать умиротворенными и спокойными, перепугаются. Такое вполне возможно.

Вот почему говорится, что следует быть готовым к смерти каждую секунду. Вам следует жить так, чтобы, умри вы в следующий момент, вы бы завершили жизнь достаточно хорошо. Разобраться с этим «на месте» не получится. Более того: если вы понимаете, что смертны, вы оглядываетесь на смерть все время и заметите ее приближение. Когда придет время, вы будете знать, как сесть в благоприятном месте и уйти. Это – наилучший способ.

Негативные энергии

Использование негативных энергий для принесения вреда другим – древняя практика. В Индии ее превратили в целую науку. Одна из четырех Вед²⁴, Атхарваведа, полностью посвящена оккультизму. В ней подробно рассказывается, как

²⁴ Четыре самых священных писания индуизма.

использовать энергии в свою пользу и во вред кому-то другому; разъясняется, как человек, владеющий этими знаниями и желающий их применить, может вызвать чрезвычайные страдания и даже смерть. Очевидно, что проклятие – простой способ, посредством которого люди пытаются навредить друг другу. Но что такое проклятие? Это сгусток черных, негативных мыслей, направленных в вашу сторону. Проклятие способно навлечь на вас болезнь и, если вы не найдете хорошего доктора, умственное расстройство и даже смерть. В прежние времена люди с умственным расстройством быстро умирали: они совершали поступок, который убивал их, или же отказывались есть и пить. Лишь некоторые из них, пребывая в приятном и умиротворенном безумии, жили долго.

Проклятие способно убить не только того, кому оно предназначено, но и того, кто его наслал. Так происходит, когда человек не знает, как избавиться от яда, который сам же и создал. Предположим, кто-то решил наслать на вас смерть; создал в своем уме сгусток тьмы и направил его на вас, но вы по какой-то причине оказались неподвластны проклятию – например, уехали слишком далеко. В этом случае другой человек, оказавшийся в зоне действия проклятия, может пострадать от него и умереть вместо вас. Насылать проклятие – все равно что стрелять из ружья: вы вовсе не обязательно попадете в того, в кого целитесь. Пуля может задеть и случайного прохожего. Кстати сказать, часто именно так и про-

исходит.

Иногда люди по необъяснимой причине испытывают острые болезненные чувства и тревогу после посещения какого-то места. Их жизнь начинает рушиться. Затем они резко восстанавливаются, и все налаживается. Возможно, они попали под влияния, о которых даже не догадываются. Углубляться в эту тему опасно, потому что люди начнут выдумывать небылицы и создавать вокруг этого события целые драмы.

Сегодня не стоит слишком беспокоиться из-за проклятий, потому что мало кто владеет наукой оккультизма и черных искусств. Даже те, кто называют себя мастерами, обладают сомнительными способностями. Как сейчас у каждой семьи есть педиатр или адвокат, так в прошлом у каждой индийской семьи был свой колдун. Люди не предпринимали никаких шагов без консультации с ним. Такая была традиция в Южной Индии и, частично, в Северной. Но сейчас она почти утрачена.

То, что от нее осталось, – это преувеличенный страх и недопонимание. Человеческое воображение неуправляемо, и, к сожалению, есть много шарлатанов, использующих страх в качестве ключа. Если есть страх, то негативное влияние тоже будет, потому что сам по себе страх и есть черная магия. Иначе почему людей пугают фильмы ужасов? Они вскрикивают, сжимают руки, некоторые даже убегают от экрана, хотя знают: все эти образы – лишь свет, излучаемый проектором.

Если вы просто вытянете руки перед проектором, то образы исчезнут. Это тоже все знают, но драма не заканчивается. Люди не подделывают страх, им действительно страшно. Так что во многих случаях страх может работать как черная магия – больше ничего и не требуется.

По сути, вся Атхарваведа посвящена тому, как направить ваши энергии на создание благополучия чьей-то жизни или на ее разрушение. Это мастерство подобно обоюдоострому мечу: его можно повернуть любой стороной. Избежать заболевания, смерти и катастрофы возможно – так же как и навлечь их. Последнее сделать трудно, но есть простой способ: отравить еду. Я сейчас говорю не про химический яд. Существуют энергетически заряженные формы, попадающие в организм через еду. Скорость и сила, с которой они на вас воздействуют, зависят от того, насколько вы для них уязвимы. По мере распространения в организме они медленно уничтожают всё в человеке и в итоге могут привести к смерти. Однако, чтобы сделать подобное, злоумышленник должен получить доступ к вашей еде. Если доступа нет, то, как я и говорил, навлечь смерть трудно. Думаю, в современном мире это могут сделать всего несколько человек. Для обретения таких способностей требуется сильнейшее стремление, а также готовность рисковать собственным благополучием и жизнью. Так что, к счастью, есть сдерживающий фактор.

Большинство людей используют психологию запугивания, создавая тем самым море беспокойства. Они провоцируют

не только психологические изменения, но также хаос в энергетической системе, а затем и в теле. Психологически воздействовать на людей посредством тревоги проще всего, особенно на женщин. Поскольку на женщине лежит бóльшая биологическая ответственность за рождение ребенка и поддержание рода, она чувствует бóльшую ответственность за сохранение жизни, а также она психологически проходит через разные фазы, что делает ее уязвимой в определенные периоды.

Что касается тела, то навредить ему не так уж легко. Тело – это организм, который ежедневно обновляется на многих уровнях. Скажем, вы съедаете один килограмм еды в день. Как минимум триста-четыреста граммов этой еды становится телом; процессы обновления и переработки происходят непрерывно. Поскольку тело каждый день обновляется, у него есть свои собственные защитные механизмы. Повредить тело другого человека трудно, а вывести его из себя психологически – проще простого, потому что ум любит прокручивать одно и то же снова и снова.

Из пяти элементов, составляющих наше тело, вода наиболее подвержена воздействию, поскольку обладает текучей природой. Согласно науке *бхута шуддхи*²⁵, мысль, эмоция и кровь управляются элементом воды. Учитывая уязвимость элемента воды в нашем организме, естественно, что злоумышленники целются в него. Если кто-то хочет воспользо-

²⁵ Очищение пяти элементов организма. Основополагающая форма йоги.

вать на вас психологически, ему проще всего сделать это через кровь. Когда человек находится под влиянием негативных энергий, его кровь беснуется. Это всегда верный признак. Поведение крови никак не связано с функционированием какого-либо органа. Каждый день ваша кровь ведет себя по-разному, потому что представляет собой текучую часть вас. Кровь занимает второе место по уязвимости после ума. На третьем месте – печень и почки, потому что они пропускают жидкость. Но если кто-то захочет навлечь на другого сердечный приступ, это будет сложно, потому что сердце лишь качает кровь, оно не занимается никаким химическим процессом. Бывают люди, способные навлечь нервные расстройства. Но, как правило, больше никакого вреда они причинить не могут.

В XXI веке трудно поверить, что подобные способы воздействия все еще возможны, но, к сожалению, они существуют. Следует помнить, что всю основную работу делает человеческая уязвимость перед страхом. Самый простой способ стать неподвластным негативным воздействиям – обрести бесстрашие благодаря преданности или медитативности.

**СМЕРТЬ —
ЭТО СОБЫТИЕ,
КОТОРОЕ
НЕ ПРОИСХОДИТ
ВНЕЗАПНО**

Как избавиться от негативного воздействия

Если вы уже страдаете от болезненных последствий черной магии, то как от них избавиться? Есть много способов. Один из них – провести три дня в пространстве Дхьяналинги. У входа в Дхьяналингу есть два храма, Ванашри и Патанджали. Вместе они образуют пятнадцатиградусный угол с Дхьяналингой. Это сделано для того, чтобы негативные воздействия растворялись сами собой, когда люди входят в это пространство. Это работает даже в том случае, если изначально у них не было такой цели. Стоит человеку пройти около двух метров по направлению к Дхьяналинге, и все негативное воздействие будет устранено.

Человеческий ум подобен зданию с миллионом комнат. Когда вы случайно врываетесь в новую комнату ума, может измениться и то, что вы знаете, и то, чего не знаете, а также ваши основные качества. Бывает, что люди начинают говорить на новых языках, и это легко истолковать неверно, как одержимость некой силой. Если вы считаете себя одержимыми некими сущностями или полагаете, что находитесь под воздействием колдовства, то, оказавшись в храме, вы должны сесть либо перед Дхьяналингой в пределах угла в пятнадцать градусов, либо за Дхьяналингой. Это место специально создано для устранения подобных воздействий. Нужно

провести здесь три определенных дня: день до новолуния, новолуние и день после новолуния. Каждый из этих дней следует подносить Дхьяналинге лимон. Также можно посидеть в *Линга Бхайрави*²⁶, сделать абхишекам, и негативное воздействие исчезнет.

Несомненно, что янтра Линга Бхайрави²⁷ также помогает в данной ситуации. Если у вас дома есть столь же сильная энергетическая форма, то вам не о чем беспокоиться. Но воздействие янтры Линга Бхайрави распространяется только на территорию 2000–2500 квадратных футов²⁸. Охват зависит от конструкции дома: если у дома зигзагообразная форма, то его края могут оказаться вне досягаемости. Авигна-янтра Линга Бхайрави воздействует в диапазоне 122 квадратных метров, но для максимального эффекта она должна находиться в центре дома. Если люди вошли с ней в контакт, то негативные энергии им не страшны. Это точно.

Держать дома янтру Линга Бхайрави или Авигна-янтру могут не все, так что многим проще всего приехать в Дхьяналингу и провести там некоторое время. Это большая янтра; она помогает. Если дело очень серьезное и мы предполагаем, что с человеком может случиться нечто страшное, мы можем

²⁶ Энергетическая форма божественной женственности, освященная Садхгуру и расположенная в Центре йоги «Иша».

²⁷ Энергетическая форма, специально созданная Садхгуру для того, чтобы улучшать здоровье, создавать благополучие и ускорять духовное развитие.

²⁸ 609–762 кв. метра.

создать другие приспособления, но так было лишь один-два раза. Такое вмешательство требует колоссальных усилий, и я не могу сказать, что эта работа приятная и она мне нравится. Освящение Адийоги, Деви и им подобных – это радость. Но есть и ужасная работа, которая, однако, приносит пользу.

Тому, кто делает сильную садхану, не нужно беспокоиться о негативных влияниях, он неподвластен им. Например, если брахмачарий посидит в сиддхасане²⁹, закатив глаза, то негативная энергия исчезнет за пару минут. Он может провести ночь на земле для кремаций, и это ему не повредит. Говорят, Шива всегда спал на земле для кремаций, чтобы показать: если вы пылаете изнутри, то можно спать хоть у черта на куличиках. Но обычным людям, которые подвержены стороннему влиянию, необходимо регулярное очищение. В противном случае инерция постепенно возьмет свое.

Во многих воздействиях нет ничего катастрофического, но они могут тормозить людей. Такое происходит постоянно: что-то повлияло на вас здесь и там, но вы этого не заметили. Воздействие может быть оказано через еду, которой вы пообедали, через улицы, по которым прошли, через воздух, который вдохнули, через атмосферу места, в котором побывали, и так далее. Все это осложняет жизнь, потому что в вас укореняется определенная инерция. Она – всего-навсего лишний груз, но стоит избавиться от лишнего груза – и вы почувствуете, как все вдруг становится намного легче. Так что

²⁹ Духовная практика брахмачариев.

следует время от времени проводить очищение.

В индийском обществе были обычаи, следуя которым люди регулярно проходили через очищение. Например, погружение в реку. Вы едете в священное место, три раза окунаетесь в проточную воду – и это становится большим очищением. Вот почему люди мылись в реках – это простой способ смыть с себя все воздействия. Конечно, сегодня это не так просто, потому что полноводных рек мало, да и те сильно загрязнены. Ежедневно окунаться в чистую реку – простой способ избавляться от всех влияний. Это называется «кеша-нашана»³⁰ – здесь вы очищаетесь не огнем, а проточной водой. Душ в данном случае неэффективен, потому что в нем нет объема воды, достаточного для серьезного очищения. Иногда лучше использовать ковш или ведро. Тиртхакунды³¹ прекрасно подходят для этой цели, как, впрочем, и дождь. Дождевая вода творит чудеса с энергией.

Таковы семь способов защитить себя от крупниц негативных воздействий, которые вы собираете неосознанно.

Самоубийство. Перспектива

Самоубийство – вид смерти, превратившийся в растущую эпидемию, хотя сегодня у людей есть больше комфорта и

³⁰ Ритуал очищения ауры. Проводится в храме Линга Бхайрави, расположенном в Центре йоги «Иша».

³¹ Освященные источники в Центре йоги «Иша».

всевозможных благ, чем когда-либо в истории человечества. Многие исследования показывают, что в современном обществе велик процент тех, кто хотя бы раз пробовал убить себя. Ежегодно в США больше людей погибают от самоубийства, чем от аварий, убийства и войны вместе взятых. Это означает, что с человечеством действительно что-то не так. Почему столько людей хотят убить себя? В действительности не существует «достаточной» или «недостаточной» причины для самоубийства. Людям нужна любая причина, вот и все. Можно сделать каждую причину «достаточной»; при желании вы за день найдете сотню аргументов, подтверждающих бессмысленность жизни. Что касается меня, то я, напротив, всегда ищу причину жить³².

Иначе ее у меня не будет. Так что это не вопрос достаточных или недостаточных причин. Дело в том, что люди находят причину, способную подтолкнуть их к действию.

Большинство людей впадает в суицидальное настроение потому, что их жизнь идет не так, как им бы хотелось. Некоторые – по медицинским причинам, но большинство – из-за нереалистичных ожиданий. Вы – всего лишь крохотная песчинка; посмотрите на себя в контексте целого творения, и увидите: вы – ничто. Поняв это, вы будете просто радоваться тому, что у вас уже есть. Тому, что вы, будучи ничем, не умея

³² Отсылка к необычному затруднительному положению, в котором находится сам Садхгуру. Он уже растворил свою кармическую структуру и должен прилагать усилия для сохранения тела.

отличить одно от другого, сидите на этой планете, в пустоте космоса, и хотя бы дышите, ваше сердце бьется, и все, в общем, неплохо складывается. Вы ничего не знаете, не можете ничего контролировать и ничем управлять, но тем не менее все идет хорошо. Если вы осознаете реальный контекст жизни, то будете счастливы, что живы.

Однажды коммивояжер решил рискнуть и отправился в совершенно новый жилой комплекс. Он хотел избежать конкуренции, став «первой пташкой». Он постучал в первую попавшуюся квартиру. Ему открыла женщина. Не дав ей сказать ни слова, он проскользнул внутрь, выбросил на новый ковер кучу навоза и заявил: «Смотрите, у меня есть чудо-пылесос! Я очищу этот ковер так, что на нем не останется ни следа, ни запаха. А если останется, то обещаю весь этот навоз съесть!» Женщина спросила: «Вам подать к нему кетчуп? Нам еще не провели электричество».

Если вы чувствуете, что вам в жизни не везет и потому пора убить себя, то на самом деле вам нужно лишь немного кетчупа. Питаясь исключительно навозом, вы чувствуете, что лучше умереть. Кетчуп несколько улучшает ситуацию, и вам вдруг хочется жить. Есть много людей, которые не получают от жизни желаемого, но при этом не хотят убить себя: они надеются, что завтра все изменится к лучшему.

Бедняк покупает лотерейный билет, чтобы дотянуть до объявления результатов лотереи. Он надеется, что выиграет и заживет по-царски. Через месяц объявляют результаты –

и он ждет следующей лотереи. Так он и живет. Он не собирается убивать себя. Богач уже выиграл в лотерею и знает, что это по большому счету ничего не меняет. Он чувствует глубокую безнадежность. Дело в том, что люди не стремятся к самоубийству осознанно. Они начинают смотреть в сторону смерти потому, что в их восприятии жизнь становится непривлекательной. Человеку свойственно избегать всего неприятного. Вот почему тот, кто не сделает свое восприятие жизни сладостным, будет ориентирован на смерть, а не на жизнь.

Люди не знают, что делать с жизнью, и потому хотят убить себя. Это все равно что пытаться найти постоянное решение для временной ситуации. Или же они не знают, как справиться со своими эмоциями, мыслями, физической болезнью, финансовой или семейной проблемой и так далее. Когда вы находитесь в ловушке ситуации, может показаться, что наступил конец света, хотя в действительности вы просто не научились управлять неким аспектом своей жизни и думаете, что лучшее решение – умереть. Это невежество относительно природы жизни.

Думаю, около пяти процентов людей убивают себя по причине неизлечимой болезни. Они не знают, как с ней жить, и чувствуют, что лучше умереть. Это очень печально. Еще два-три процента людей убивают себя потому, что оказались в ужасной ситуации – например, на войне или в плену врага, где они сильно страдают и откуда не могут выбраться.

Еще 10–15 процентов убивают себя по финансовым причинам: они чувствуют себя в ловушке общества, которым правят деньги. Возможно, им не на что содержать семью, и они не знают, что делать. Они боятся, что окажутся на улице, в нищете, без дома, будут вынуждены просить милостыню на пропитание и ночлег. Они просто не могут представить себе такое унижение, и потому они решают уйти из жизни.

Таким образом, двадцать процентов людей, думающих о самоубийстве, нуждаются в сочувствии, потому что жизнь обошлась с ними жестоко. Есть люди, которым мир причиняет огромные страдания, не проявляет к ним никакого сочувствия, и они оказываются в ловушке неких изнуряющих ситуаций. К сожалению, они решают убить себя, потому что чем дальше – тем хуже. В этом случае дело не в людях, а во внешней среде. В мире необходимо многое исправить, потому что люди иногда совершают чудовищные поступки по отношению друг к другу.

Также есть небольшой процент людей, желающих покончить с жизнью просто так, безо всяких причин. Просто им нечего делать с жизнью, и они хотят ее прекратить. Поверьте, такие люди есть! Я говорю о жизни, которая стремится к завершению. Они не испытывают депрессии или страданий, ничего такого. Просто у них есть настроение умереть сегодня. Могу с уверенностью сказать, что таких людей – от двух до пяти процентов. Это отдельная категория.

Также есть те, кто находится на духовном пути и считает,

что должен его завершить. Когда вы идете по духовному пути, наступает момент, когда ваш интеллект не может охватить глубину происходящего с вами. Скажем, сегодня вы сели медитировать и почувствовали, что у вас нет тела. Первое, что говорит ум: «Кажется, мне пора уходить!» Он попытается трактовать ваше переживание так: «С меня хватит. Все, что нужно, уже произошло». Такие люди есть в Центре йоги «Иша», они пишут мне каждые полгода: «Похоже, я уже готов (или готова) уйти». Но когда я прошу их пропустить один прием пищи, им трудно сделать даже это!

Таким людям необходимо понять: их трактовка происходящего совершенно ошибочна, потому что у них нет интеллекта, способного осознать, что же, черт побери, с ними происходит. После каждого внетелесного переживания ваш ум или интеллект может заявить: «О, я готов умереть!» Нет, вы не готовы умереть. Просто вы полагаете, что любое переживание, связанное с измерением за пределами физического, – это смерть. Вы не понимаете, что есть огромное внетелесное измерение Творения, и оно – для живых, а не для мертвых. К сожалению, большинство людей попадают туда лишь после смерти, но это уже другая история. Интеллект, встретившись с внетелесным переживанием, заявляет: «Это не жизнь, тогда что же это? Значит, это смерть». И люди решают, что им пора умереть.

Те, кто находятся на духовном пути и чувствуют, что их время пришло, нуждаются в жестком руководстве. Вот по-

чему духовный процесс традиционно проходил под наблюдением гуру. Этим процессом управляете не вы, а он. В XXI веке это может показаться пугающим, но духовному искателю важно оставаться учеником. Иначе в процессе развития он под влиянием ошибочных выводов может свернуть не в ту сторону. Знайте: если жизнь кажется вам бессмысленной, это значит, что вам недостает здравого смысла. Однако вместо того чтобы признать это, вы создаете проекцию и решаете, что жизнь лишена смысла.

И, наконец, есть категория людей, совершающих самоубийство по причине склонности к нему. Они хотят уничтожить жизнь, даже если для этого нет никаких внешних причин. Если вы понаблюдаете, то увидите: всегда есть небольшой процент людей, настроенных суицидально, что бы ни происходило. Как бы вы их ни успокаивали и ни лечили, они снова и снова впадают в это состояние. По какой-то причине в их кармической программе завелся баг, и она снова и снова пытается отключиться. Это отдельная категория людей, у всех остальных стремление к самоубийству коренится в невежестве.

Те, кто занят борьбой с трудными ситуациями, почти никогда не совершают самоубийства. Хотя множество событий происходят не так, как им бы хотелось, они борются еще упорнее. Те, кто сидит на месте и размышляет о том, что все в этой жизни идет не так, способны на самоубийство, потому что застревают на своих мыслях. Возможно, моя жизнь

еще меньше соответствует моим желаниям, чем ваша, но я не закидываюсь на этом, потому что у меня есть тысяча других дел. Если вы закроетесь в комнате и погрузитесь в размышления о том, насколько все в мире ужасно, то почувствуете желание уйти из жизни. Вот как это работает.

У большинства людей желание покончить с жизнью вызвано лишь драматизацией. Когда почувствуете такое желание, пожалуйста, обратите внимание: оно возникло только потому, что все идет не по-вашему. Но завтра утром ситуация немного улучшится, и вы приметесь строить планы на будущее. Если завтра утром все пойдет «так», вы захотите жить, и жить достаточно долго для того, чтобы вырастить третьего ребенка. Вы даже захотите внуков. Но когда все вокруг выглядит мрачным, вы думаете о самоубийстве. Мысленно вы играете в саморазрушительную игру; для самоубийства нет никаких экзистенциальных оснований.

Помощь тем, кто думает о самоубийстве

Если вы честно посмотрите на широкую картину мира, то увидите: вы не имеете никакого значения для Творения. Летает в воздухе тысяча мыльных пузырей или 999, какая разница? Сколько людей, подобных нам с вами, приходили в этот мир и покидали его? Но некоторые убеждены, что у них есть божественная миссия, что Господь специально сотворил их для некой цели. Если жизнь не складывается так, как

они себе представили, они слетают с катушек, потому что у них есть великие идеи о себе, они считают себя чрезвычайно важными. Стоит вам возомнить себя чрезвычайно важным, как вы уподобляетесь самоуверенному напыщенному тирану. А скромный человек в такой же ситуации будет сидеть и страдать. Кто из вас глупее? Думаю, тот, кто страдает. При этом страдалец причиняет боль себе, а тиран – другим. Нет, я не укоряю вас в глупости, «глупый» всего лишь означает, что вы находитесь в состоянии растерянности или ступора. Когда человек ошеломлен драмой, которая разворачивается в его психологическом пространстве, он теряет ощущение феноменальной ценности жизненного процесса. Так что не позволяйте своей психологической драме оглушить вас.

Большинство людей хочет убить себя не потому, что мир истязает их, а потому, что они сами истязают себя мыслями и эмоциями. Они доводят себя до предела, и причина лишь в том, что они не попытались узнать что-либо о базовой природе бытия и о механике жизни, которой они являются. Маленькие глупые мысли и эмоции, ими же сфабрикованные, становятся для них самой Вселенной, и когда эта Вселенная начинает рушиться, они решают, что пора покончить с жизнью. Все это лишь потому, что в них нет *асатома садгамайя*³³. Они и есть *асатома*, они выбрали жизнь во тьме. Что бы вы ни сделали для них, они превратят ваш дар во

³³ Часть древней инвокации на санскрите, которая означает «От заблуждений к истине».

тму, в проблему – будь то посвящение в духовный процесс, свадьба, развод, образование или свобода от него. Бедность, богатство, благополучие они тоже превратят в проблему, потому что погружены в пучину невежества. Вот и все.

Невежество в данном контексте не означает, что вы не разбираетесь в ядерной физике. Оно означает, что вы ни черта не понимаете в природе собственной жизни и существуете, совершенно ее не исследуя. Вы заняты своими мыслями, эмоциями и всякой чепухой, которую сами же создаете вокруг себя. Вы живете в собственной Вселенной. Вам нужно понять, что никакой *вашей* Вселенной нет и быть не может. Это иллюзия. Вот почему я благословляю людей на разочарование: чем раньше, тем лучше. Люди говорят: «О, я разочаровался!» таким тоном, будто это трагедия. Нет, это колоссальная возможность! Все чары, все иллюзии рассеялись. Разве это не потрясающе? Другое название для утраты иллюзий – просветление.

Просветление – это крушение иллюзий. Сейчас вы действуете выборочно: какие-то иллюзии поддерживаете, а какие-то разрушаете. Когда рушатся все иллюзии, вы становитесь просветленным. Если вы научитесь встречать разочарование с радостью, то у вас не будет никаких суицидальных мыслей.

Многие люди угрожают самоубийством лишь для того, чтобы просто привлечь к себе внимание или досадить другим, но иногда это ужасно для них заканчивается. То, через

что люди проходят прямо перед тем, как совершить самоубийство, – хуже смерти, которая за этим следует. Если человек хочет убить себя, другие думают: «Ему нужно внимание». Но если вы проявите к нему внимание, то каждый раз при возникновении какой-то трудности он будет пытаться убить себя. Столкнувшись с любой незначительной проблемой, человек решит, что эта ситуация неразрешима, и захочет уйти. Если привнести подобную симпатию в социальную структуру и психику, слишком многие начнут убивать себя. Каждый должен понять: вы не создавали жизнь и потому не имеете права ее отнимать – ни у себя, ни у кого-то еще. Вот насколько все просто.

Ситуации бывают разными: нормальными, не очень нормальными, ужасными. И все же ничто не дает вам права отнимать жизнь, потому что вы не способны ее создать. Иногда тем, кто хочет убить себя, нужно участие, но в основном им нужно некоторое лечение и сдержанное порицание.

Однажды студенты, юноша и девушка, влюбились друг в друга. Их чувство стало чрезвычайно страстным и сильным. Они происходили из семей с традиционными ценностями, принадлежали к разным кастам, и, конечно же, родители встали у них на пути, заявив: «Ни за что. Только через наш труп!» Это довольно распространенное заявление на самом деле всего лишь угроза: умирать они не собираются. При полном согласии семей большинство романов заканчиваются расставанием, но если родители сопротивляются, то

молодым есть за что побороться. Любовники восстают против несправедливости, и люди сплачиваются вокруг них. Так случилось и в данном случае. Когда разразился общественный скандал, любовники решили, что они сами – причина всех бед. Они договорились покончить с жизнью и отправились в горы Веллиангири.

На вершине этих гор есть место, где это легко сделать. Обрыв 700–800 футов³⁴ обеспечивает свободное падение без препятствий, пока вас не размажет о камни. Некоторые приходили туда, чтобы выйти из тела осознанно³⁵, некоторые бросались вниз. Итак, парень и девушка поднялись на вершину и стояли там, держась за руки. Они уже собирались прыгнуть, как вдруг девушка сказала: «Раджу, мне страшно. Прыгай первым». (Почему-то идиота во всех романтических фильмах всегда зовут Раджу.) Парень был в запале и потому ответил: «Возьми меня за руку и прыгай!» – «Нет, сначала ты. А я сразу за тобой». Этот Раджу смотрел слишком много индийских фильмов и потому сиганул с горы. А девушка стояла на краю обрыва и кричала: «Раджу, я люблю тебя!» Затем у нее появились прагматичные мысли: «Раджу больше нет. Моей любви больше нет. Значит, нет и проблемы. А если нет проблемы, то зачем уничтожать еще одну жизнь?» Она спустилась с горы. Домой она вернуться не могла, так что пришла в Центр йоги «Иша» и поселилась там.

³⁴ 213–243 метра.

³⁵ См. раздел «Мои прошлые жизни», глава 11.

Многих из тех, кто находится на грани самоубийства, достаточно лишь на секунду отвлечь, чтобы предотвратить его. Большинство людей, преодолевших этот момент, потом жили долго.

Как правило те, кто действительно хочет убить себя, становятся молчаливыми. В йогической традиции говорят: если человек сидит один в темной комнате, не включая свет и не зажигая свечу, это означает одно из двух: он хочет либо убить себя, либо стать йогом. Одно связано с другим. «Я стал йогом» в каком-то смысле означает «я осознанно убил себя».

Даже у того, кто хочет совершить самоубийство, нет намерения убить тело. Он хочет убить личность, но, не зная, как это сделать, и думая, что тело и есть он, вешает тело. Если бы он знал, он бы просто повесил личность. Так что если человек сидит в одиночестве, без света, с широко открытыми глазами, это скорее всего значит, что он движется в направлении самоубийства. Но в одном проценте случаев, если взять мир в целом, и в десяти процентах, если взять Центр йоги «Иша», он направляется к колоссальной возможности. Он практикует *самьяму*³⁶.

Как помочь людям с хроническими суицидальными наклонностями? Западные ученые смотрят на тенденции к самоубийству только с точки зрения психологии и физиоло-

³⁶ Духовная практика, которой обучает Садхгуру. Заключается в том, что нужно пристально смотреть на что-либо долгое время.

гии. И хотя результаты их вмешательства становятся все лучше, ученые изначально ограничены этими двумя сферами. Согласно йогической науке, физиология и психология – последствия более глубоких процессов. Лечить последствия – все равно что лечить симптомы, а не причину. Йога считает суицидальные склонности результатом отклонений или расстройств, происходящих на энергетическом уровне человека. В этом случае помогает лишь одно: необходимо привнести некоторое количество радости в их энергии. Есть методы, позволяющие вытащить большинство людей из этого состояния. Для этого требуются лишь время, энергия и организованные действия.

Следующее, что вы можете сделать при невозможности тут же привнести радость в их энергии, – это самим стать радостными. Если вы, пребывая в неважном настроении, выйдете из унылого офиса в прекрасный сад, то мир вокруг станет чудесным и настроение резко улучшится, не так ли? Так что, пожалуйста, станьте для других прекрасным цветком. В присутствии аромата и красоты даже тот, кто погружен в депрессию или несчастье, немного воспрянет. Заразны не только депрессия и горе, но и радость. Вам решать, что распространять в мире. Если вы радостны, это может сильно изменить ситуацию для тех, кто рядом. Но в большинстве случаев вы готовы лишь на телефонный разговор. Это в некоторой степени тоже помогает.

Как я уже сказал, вы не создавали эту жизнь. Так что вам

не следует рассуждать о ее окончании до тех пор, пока ваша идентичность как отдельного существа (или отдельной личности) не исчезнет и вы не станете едины с источником Творения. Если вы достигнете этой ступени эволюции, то сможете оставить свое тело осознанно и тогда сможете уйти, когда захотите. Но нельзя лишать себя жизни, разрушив тело, например повесив его на дерево. Когда вы умрете, мы не против похоронить вас под деревом, но вешаться на дереве вредно и для вас, и для дерева.

Более того: если у вас есть великая цель, то все становится ступенью на пути к вашему наивысшему благополучию. И неважно, была ваша жизнь джекпотом или полным провалом.

Жизнь каждого существа драгоценна для него. Это естественно. Если кто-то перешел черту, попытался лишить себя жизни и остался жив, я говорю ему, что я категорически против суицида. Но если человек уже совершил радикальный шаг и лишил себя жизни, то, как бы глупо это ни выглядело для вас и для меня, мы должны уважать его решение, потому что все есть так, как есть. Но если вы живы, то у вас нет никакого права так поступать.

В контексте кармической структуры, духовной эволюции бытия, самоубийство на сто процентов неоправданно – в этом нет никаких сомнений. Вам следует видеть каждую ситуацию как шаг на пути, возможность двигаться к свободе, а не к ограничениям. Тогда вопрос о самоубийстве даже не

возникает. Если общество активно включится в духовный процесс, проблема самоубийства исчезнет почти полностью. Угроза самоубийства останется только для людей с патологическими умственными расстройствами, для тех, кто не способен контролировать свои действия.

Последствия самоубийства

Смерть в результате самоубийства – ужасный способ уйти. Но с точки зрения жизни какая разница, что происходит после? Неважно, было ли это самоубийство, естественная смерть, несчастный случай и так далее. Может, вы плохо питались, или курили как паровоз, или постоянно пили алкоголь, или ваше сердце разбилось из-за любви, или вы просто застрелились – бытию безразлично, по какой причине вы умерли. Для жизни важно одно: тело больше не функционирует, но прарабдха еще не исчерпана.

Что важно – так это состояние, в котором вы пришли к смерти. Скажем, кто-то очень любил курить, делал это с удовольствием, но курение его убило. А у кого-то были финансовые трудности, он сильно горевал по этому поводу, его сердце не выдержало, и он умер. У курильщика ситуация лучше, потому что он шел к смерти, испытывая удовольствие, а не страдания. Обществу не понравится то, что курильщик, алкоголик или наркоман после смерти окажутся в лучшем состоянии, чем трудоголики. Но так может случить-

ся. У бытия нет морального компаса; здесь важны жизнь и ее составляющие, а не социальные и психологические суждения. В социальном смысле вы можете думать, что быть лучше других людей – это здорово, но у жизни нет таких понятий. Какой опыт вы создаете для себя, приятный или неприятный, – это все, что важно для жизни. Последствия будут соответствующими.

Важно понять: в результате самоубийства, как и любой другой смерти, умирает только физическое тело. Вы можете убить только его и вместе с этим положить конец только аннамаяя коше и осознанным уровням маномаяя кошки. Вот и все. Вам не под силу завершить все остальное; для этого необходимо растворить самые тонкие уровни тела, а здесь нужны другие способы. Итак, если вы покончили с собой, то остальные тела, оставшиеся нетронутыми, будут стремиться обрести новое физическое тело и выберут его в соответствии со своими возможностями и ограничениями. Это может произойти немедленно, а может через десять или сто лет. Продолжительность зависит от ряда факторов. Пока некоторые процессы не завершились, существо не сможет обрести другое тело и будет оставаться неприкаянным – не потому, что оно умерло какой-то определенной смертью, а потому, что его проявленная карма к моменту смерти не исчерпалась.

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.