

Предисловие академика РАН
Константина Анохина, директора Института
перспективных исследований мозга МГУ

Елена
Кокурина

ТИБЕТСКИЕ ЗАКАТЫ

В поисках тонкого сознания



Мудрая книга

Елена Кокурина

**Тибетские закаты. В
поисках тонкого сознания**

«Издательство АСТ»

2023

УДК 24
ББК 86.35

Кокурина Е.

Тибетские закаты. В поисках тонкого сознания / Е. Кокурина —
«Издательство АСТ», 2023 — (Мудрая книга)

ISBN 978-5-17-153314-4

Книга рассказывает об уникальных экспериментах российских ученых в тибетских монастырях Индии, которым Далай-лама дал задание доказать или опровергнуть существование тукдама — посмертной медитации у опытных буддийских практиков. Этапы умирания — это своего рода «карта» глубоких уровней ума, которые проявляются и в повседневной жизни, но, как правило, остаются незамеченными. Герои книги — всемирно известные исследователи мозга — шаг за шагом пытаются исследовать глубинные уровни сознания, встречая на пути множество препятствий. Чтобы преодолеть их, ученым нужно измениться самим. Читатель получает уникальную возможность вместе с героями вести подлинное научное исследование, результат которого с самого начала не известен, проследить за его логикой, испытать разочарования и озарения. В формате a4.pdf сохранен издательский макет.

УДК 24
ББК 86.35

ISBN 978-5-17-153314-4

© Кокурина Е., 2023
© Издательство АСТ, 2023

Содержание

Предисловие	6
От автора	9
Пролог	10
Глава первая	12
Глава вторая	16
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Елена Кокурина

Тибетские закаты

В поисках тонкого сознания

Все права защищены.

Любое использование материалов данной книги, полностью или частично, без разрешения правообладателя запрещается

В книге использованы иллюстрации автора, Фонда «Сохраним Тибет», Павла Платонова, Алексея Юркова, Игоря Янчеглова, досточтимого Ригзина Нурбу и монастыря Таши Лхунпо.

Книга издана при информационной поддержке Фонда «Сохраним Тибет».

© Елена Кокурина, текст, 2022

© Оформление, ООО «Издательство АСТ», 2023

* * *

*Посвящается исследователям мозга,
которые не боятся расширить границы
привычной реальности.*

Предисловие

Экспедиция в Зазеркалье

Константин Анохин, академик РАН, директора Института перспективных исследований мозга МГУ им. М. В. Ломоносова

Невозможно открыть новые земли, не отважившись потерять из вида берег.
Андре Жид

Область сознания, психики, духа – территория самых таинственных феноменов, с которыми сталкивается сегодня наш опыт. Наука последних веков колоссально раздвинула горизонты физики, химии, биологии. Человеческое познание проникло на миллиарды лет в прошлое Вселенной, на сотни миллионов лет в историю жизни на Земле, раскрыло загадки генетического кода, глубинной природы материи, устройства звездного неба и далеких галактик. Но что происходит в мозге, когда рождается мысль, что наполняет наш мир красками, волнительным трепетом перед бесконечностью Вселенной, щемящим осознанием конечности своего собственного существования, по-прежнему остается величайшей загадкой. Откуда возникает вся эта внутренняя реальность? Какова ее природа? Как она порождается мозгом? Что делает ее движущей силой нашей жизни? Тот факт, что эти вопросы одновременно и столь фундаментальны для нашего существования, и столь таинственны, помещает их в круг наиболее значимых проблем науки, область, где возможно, следует ожидать самую крупную научную революцию.

Некоторые признаки этой революции уже различимы. Следует лишь внимательно взглянуться в смысл происходящего сейчас в мировой нейронауке. Последние десятилетия в ней стали не только декадами исследований мозга в США и Европе, периодом масштабной, ориентированной на мозг японской программы «Рубежи человека», многомиллиардных нейронаучных проектов в других ведущих странах. Менее заметным для непрофессионалов, но существенно более значимым явился глубинный сдвиг в сверхзадаче самих исследований мозга. Центральный фокус ее внимания сместился от изучения рассеченного мертвого мозга, от элементарных нейрофизиологических процессов на наркотизированном препарате к нервным основам психики и сознания в живом бодрствующем мозге. Сознание, упоминание о котором в среде нейрофизиологов еще не так давно считалось признаком непрофессионализма и дурного тона, стало сегодня заветным граалем в центрах изучения мозга во всем мире. Статьи о нервных механизмах сознания выходят в самых престижных научных журналах, этому посвящаются крупные международные конференции, ведущие исследователи мозга один за одним делают его темой своих монографий.

И здесь возникает один из интереснейших эффектов этого идеологического сдвига. Многие нейроученые обратились сегодня к изучению «трудных» и ранее запретных вопросов, окружающих сферу человеческой психики. Некоторые из этих явлений, например, гипноз и сновидения, уже давно привлекали интерес исследователей мозга. Однако не хватало адекватного инструментария. В настоящее время он появился – мощные магнитно-резонансные и позитронно-эмиссионные томографы, сотни каналов современной электроэнцефалографии и магнитоэнцефалографии. С их помощью уже делаются попытки прочесть сновидения, реконструировать по активности мозга то, что человек видел во сне. Вслед за этим развернулись исследования еще более граничных явлений – осознанных сновидений, воздействий на мозг психоделиков и галлюциногенов. Эти сферы, еще недавно являвшиеся табу для академической

науки, сегодня открылись для строгих нейронаучных изысканий, по ним в солидных журналах выходят серьезные научные работы. И вот очередь дошла, наконец, до того, о чем западная наука знает очень мало, – таинственных ментальных практик Востока.

В том, что наука о мозге обратилась к этой сфере, исключительная роль принадлежит выдающейся фигуре современности – Тэнзину Гьяцо, Его Святейшеству Далай-ламе XIV. История распорядилась так, что, когда 2500 лет традиций человеческого самопознания на Западе и Востоке пришли в соприкосновение, в этой же точке оказалась и необыкновенная личность, способная инициировать и катализировать процесс их взаимовлияния.

Великие умы видят будущее еще задолго до того, как его приближение осознают другие. Далай-лама начал свои неутомимые усилия по сближению буддийских исследований ума и нейронауки еще в середине 1980-х годов. Начиная с 1987 года он стал с помощью талантливого чилийского нейрофизиолога Франциско Варелы организовывать в своей резиденции в Дхарамсале небольшую ежегодную конференцию «Ум и жизнь», собиравшую ученых, настроенных на обмен мнениями о путях соединения столь разных традиций исследования человеческого сознания.

Однако условия для массового сдвига в сознании нейрочеловека тогда еще не созрели, так же как и не были они готовы и двадцатью годами позже, когда у Далай-ламы впервые появилась возможность выступить перед большой аудиторией нейрочеловеков – собранием Общества нейронаук, крупнейшей нейронаучной конференцией в мире. Массовая нейронаука еще не была готова к его призыву соединить ее с тысячелетним опытом самоисследований сознания в буддизме. На речь Далай-ламы на церемонии открытия конгресса в 2005 году в Вашингтоне пришла лишь небольшая часть от 30-тысячного научного сообщества. Я хорошо помню, какое возмущение вызвало у многих моих коллег решение пригласить религиозного лидера, каким они видели Далай-ламу, на научный конгресс. И они объявили бойкот этому выступлению.

Тогда, в Вашингтоне, Далай-лама мог бы процитировать слова Эрвина Шрёдингера: «Я плыву против течения. Но направление потока изменится». И примечательно, что направление начинало меняться уже в то время. Если провести поиск по словосочетанию «медитация осознанности» (mindfulness meditation) в главной мировой базе биомедицинских статей PubMed, то выяснится, что за 20 лет с 1980 по 2000 годы с этим термином было опубликовано всего 17 статей. Однако уже в 2007 году таких статей вышло 19, а в последние 5 лет ежегодно стабильно выходит более 150 работ. Всего, по данным одного из недавних обзоров, с 2000 по 2020 годы вышло 2978 статей, исследующих природу и эффекты медитаций. Конечно, в огромном потоке современных научных публикаций это не громадная цифра. И многие из этих работ пока лишь нащупывают подходы в этой области. Они нередко выполняются на испытуемых, имеющих мизерный опыт медитации, и часть их исследований содержит весьма тривиальные данные, очевидность которых можно было бы предсказать и без проведения сложных экспериментов. Но перелом в этой области уже наметился. И эта нарастающая волна исследований медитации проложила путь к первым попыткам научного изучения одной из наиболее загадочных деятельностей человеческого ума – тукдама, практики «посмертной медитации», в результате которой тело выдающегося мастера после смерти не подвергается распаду в течение многих дней или даже недель.

И вновь судьба распорядилась так, чтобы в этот момент на сцене появилось ключевое действующее лицо – организатор и многолетний директор Института мозга человека Российской академии наук в Санкт-Петербурге, академик Святослав Всеволодович Медведев. Или попросту «Проф» – главный герой этой книги. Целая цепь событий, случайных и печальных, но в конечном счете оказавшихся судьбоносными, привела его на встречу российских ученых с Далай-ламой, где за беседой в резиденции Его Святейшества в Дхарамсале и произошло то, что привело к описываемой в книге истории – возникновению экспедиции в неизведанное.

Это только в силу привычки мы думаем об экспедициях как о рискованных путешествиях в какие-то далекие территории географического пространства. Экспедиции бывают и отважными походами в земли, которые лежат совсем рядом с нами, но за непроницаемым пока барьером. Как, например, когда мы смотрим на себя в зеркало, но пытаемся разглядеть, что скрывается за ним. Заглянуть в Зазеркалье – так обозначила этот мир пока еще темных сторон человеческой психики академик Наталья Петровна Бехтерева.

Нет смысла пересказывать повествование книги об этой экспедиции в Зазеркалье. Я хочу лишь сказать, что, на мой взгляд, такой «поход» потребовал большой отваги от его участников с обеих сторон. От команды российских ученых и от автора этой книги, потому что осмелиться заглянуть за ту сторону зеркала – это риск оказаться в глубокой темноте, потерять из вида отработанные опоры науки. Но и для Далай-ламы и буддийских участников этого исследования риски не меньше. Что если беспристрастный скальпель науки рассечет, разрушит поддерживавшиеся многими веками убеждения? Трудно даже представить себе, к каким драматическим перестройкам в верованиях и мотивах многих тысяч последователей буддизма может привести такое событие.

Какие же в действительности открытия может принести эта экспедиция в неизвестное?

Я предполагаю, что наука, как и много раз в прошлом, прольет свет на эти феномены, отбросив какие-то из них как невоспроизводимые заблуждения и найдя другим естественное место в общей научной картине мира. Однако так ли это будет и, главное, в какой степени науке придется изменить при этом свои представления о мире – это вопросы, в которых вместе с автором этой книги мы должны пока поставить многоточие...

От автора

Эта книга не является научной фантастикой, все события, изложенные здесь, произошли в действительности, но действительность подчас бывает гораздо более невероятной, чем любой самый замысловатый сюжет, придуманный писателем.

Все герои книги – реальные люди, выступающие под своими собственными именами, и вы можете, если захотите, встретиться с ними в реальной жизни.

Все монастыри существуют на самом деле, и вы при желании можете совершить собственное путешествие по местам действия книги. Увидите ли вы то же самое, что увидела я, впервые оказавшись там, и совпадет ли мое описание с реальностью, которая откроется перед вами, – это вопрос. Пожалуй, главный вопрос, на который пытаются ответить главные герои книги.

Книга рассказывает об уникальных исследованиях российских ученых в тибетских монастырях Индии, которым Далай-лама дал задание доказать или опровергнуть, с точки зрения западной науки, существование тукдама – посмертной медитации у опытных буддийских практиков.

Однако тукдам для меня – собирательный образ всего неизведанного, необъяснимого, с позиций науки, и чтобы исследовать его, и даже просто найти подступы, всем главным участникам событий нужно измениться самим. Поменять не только научные установки, но и во многом – собственные человеческие качества. Таким образом, главным все-таки оказывается не цель, а путь.

Мне очень хотелось, чтобы читатель прошел этот путь вместе с нами, получив возможность не только вести уникальное научное исследование, результат которого с самого начала неизвестен, проследить за его логикой, но и вместе с исследователями испытать и озарения, и разочарования. Пережить потрясающие моменты, когда время ускоряется (и соответственно становится более драматичным сюжет) и когда эти ускорения сменяются периодами рутины. То же самое происходит и в реальной науке и в реальной жизни.

Есть еще один очень важный для меня момент. Действие книги разворачивается на фоне скрытой от западного человека современной повседневной жизни тибетских буддийских монастырей в закрытых территориях Индии. Это удивительная история целого народа, который, спасаясь от китайского вторжения, вынужден был переселиться в другую страну, с другим климатом и условиями жизни, проявляя потрясающие качества жизнестойкости: дубликаты горных тибетских монастырей были воздвигнуты в непроходимых джунглях юга Индии. Это было сделано, чтобы сохранить не просто свою культуру и национальные особенности, и даже не просто сокровенные знания, – но тайные техники управления сознанием, которые в течение многих веков передаются от поколения к поколению, напрямую от учителя к ученику. Далай-лама XIV сознательно пошел на то, чтобы приоткрыть завесу этой тайны и дать возможность западным людям использовать эти знания. Он считает, что именно сейчас настало время сделать это – для нашего блага.

Пролог

Время приближалось к полудню, а у крыльца дома известного дхарамсальского ламы все еще ожидали люди. Несколько человек не уходили, несмотря на мягкие просьбы монахов-учеников, которые беспокоились, что их учитель не сможет вовремя пообедать. Старый лама, достигший столетнего возраста, все меньше занимался повседневными практиками из-за проблем с памятью, но дар предвидения не утерял и каждую среду принимал посетителей. Пришедшие задавали вопрос, а лама давал ответ. Иногда ответ был быстрым, коротким и ясным, а временами лама катал в чаше или перебирал гадальные кости довольно долго и в конце концов произносил пространную речь на ухо помощнику-переводчику.

Молодые супруги из Америки, замыкавшие список предварительной записи на этот день, наконец, вышли, улыбаясь и раскланиваясь в благодарности. В этот момент миловидная женщина из «внеочередной» группы, ожидавшей на узкой скамейке перед входом, вновь обратилась к распорядителю с просьбой принять их именно сегодня:

– Вопрос очень важный, он касается не лично нас, и у нас единственный день. В следующую среду мы уже покинем Дхарамсалу и будем далеко на юге.

Она говорила очень мягко, но убедительно, и монах-распорядитель молча кивнул и приподнял занавеску, прикрывавшую дверь в жилище ламы. Трое спутников просительницы второпях сняли обувь и вошли внутрь.

Помещение, где принимал гадатель, было маленьким, и группа там едва поместилась. Женщина преподнесла традиционные дары – пакет с фруктами и печеньем. Помощник указал на покрытые ковриками матрасы справа и слева от ламы, приглашая сесть. Только после этого он впервые заговорил, обнаружив хороший английский:

– Какой у вас вопрос?

– Мы исследователи, заняты в крупном научном проекте по изучению тукдама...

В этот момент лама, который с самого начала был погружен в себя, поднял голову и внимательно посмотрел на говорившего, мужчину лет сорока. Тот запнулся, потом продолжил довольно сбивчиво:

– Мы хотели бы узнать... существуют ли серьезные препятствия для выполнения нашей работы. И можно ли... – тут говоривший перевел дух, подбирая слова, – как-то их... устранить.

Помощник перевел эти слова на ухо ламе. Старец кивнул. Взял чашу с костями и начал медленно ее вращать. Потом прервался и сказал что-то по-тибетски. Помощник перевел:

– Назовите имя.

– Имя? – посетители растерялись.

– Да, имя. Того, кто обращается с вопросом. Не озвучивает вопрос, а обращается.

Посетители переглянулись:

– Он должен быть сейчас здесь?

– Необязательно.

Помощник дал мужчине листок бумаги:

– Напишите.

Посетители начали тихо совещаться, и в конце концов пришли к решению.

Помощник протянул листок с именем ламе. Тот кивнул и снова взял чашу с костями. Прошло около десяти минут, прежде чем он поставил чашу на столик и что-то сказал. Посетители с нетерпением ждали перевода, но вместо этого помощник дал ламе новый листок, на котором тот начал карандашом выводить затейливые знаки.

– Вот это поможет, – сказал ученик, когда старик закончил. Листок напоминал написанный от руки рецепт врача.

Лама произнес несколько слов.

– Отвезите это на юг, в монастырь Гьюдмед, – перевел помощник.

Посетители забеспокоились, видно было, что они в растерянности и не удовлетворены итогом аудиенции.

– Там знают, что с этим делать, – помощник открыл дверь и приподнял занавеску, давая понять, что разговор окончен.

Глава первая

Март 2020,

Мундгод, штат Карнатака (юг Индии)

Пишу из отеля в аэропорту Дели, смотрю на закат и пытаюсь сохранить состояние последних трех недель – и последних двух лет, проведенных в тибетских монастырях юга Индии. Отель делийского аэропорта – это узкое горлышко между двумя параллельными мирами, которые пересекаются лишь в моем сознании, «кротовая нора» в астрономическом понимании, тоннель, по которому можно путешествовать во времени. Мы уезжаем отсюда, не зная точно, когда вернемся. Но в этот раз наши помощники, монахи-исследователи, наконец начали самостоятельную работу. Теперь будем получать от них не только милые сообщения и смешные фотографии, но и научные записи.

Закат здесь, в Дели, сумрачный, липкий от смога, и я вспоминаю вчерашний ярко-красный закат, который, словно долгий прощальный жест, сопровождал нас во время прогулки. Она заняла около двух часов и проходила в скрытых местах монастырских поселений. Часто это большой дом, под одной крышей живут пожилые практики, их старшие и младшие ученики и дети, которые учатся в монастырской школе. Такая семья. Никто здесь не остается один, без присмотра и без любви – ни в детстве, ни в старости.

Во время той закатной прогулки вдруг возникло физическое ощущение, что за фасадами милых домиков с увитыми плющом балкончиками и террасами живет тайное ЗНАНИЕ, которое в буквальном смысле передается с этажа на этаж. Удастся ли нам когда-нибудь проникнуть за этот фасад? Измерить, перевести это ЗНАНИЕ на наш, доступный и понятный западным людям язык? Или все, что произошло за эти два года, лишь прелюдия к нашему собственному перевоплощению?

Мысль плавно переключается на утреннюю прогулку того же дня – ежедневную дорогу в лабораторию, которая занимает пешком около часа, она приятна, когда солнце еще не жаркое, а воздух удивительно свежий и сладкий. Мы выходим из гостевого дома монастыря Гаден Шарце, расположенного в открытом поле с примыкающей рощицей молодых пальм, идем по широкой тенистой дороге, соединяющей монастыри Гаден с монастырями Дрепунг, мимо банановых плантаций. Минуем оживленный торговый островок тибетской деревни – «третий кемп», потом снова поля, пока, наконец, перед нами не вырастает внушительное краснокирпичное здание научного центра монастыря Дрепунг Лоселинг. Это граница «тибетского буддийского Кембриджа», кампуса крупнейших монастырей-университетов.

Каждый раз, проходя по этой дороге, я думаю о том, что всего 60 лет назад здесь были непроходимые джунгли, думаю о переселенцах из Тибета, мирянах и монахах, возделывавших эту землю. Монахи ночью продолжали обучение, чтобы ЗНАНИЕ не исчезло. После китайского вторжения в Тибет в 1959 году молодой Далай-лама XIV, а вслед за ним многие тысячи последователей вынуждены были покинуть родные места и проделать долгий и опасный путь через Гималаи в Индию. Первые их колонии создавались в горных областях севера с гораздо более благоприятными для тибетцев условиями жизни. Но беженцы все прибывали и прибывали, и спустя несколько лет Джавахарлал Неру выделил для них практически неосвоенные территории на юге, в штате Карнатака, которые до сих пор имеют особый административный статус, и для их посещения нужно специальное разрешение. Тибетцы, многие поколения которых жили на большой высоте, носители так называемого «высотного гена», предохраняющего

от кислородного голодания в разреженном воздухе, оказались в зеркально противоположных труднопереносимых условиях: нулевая высота с высокой влажностью и жарой, неподходящим питанием, инфекциями. Далай-лама, в то время не очень искушенный в политике юноша, поначалу мечтал вернуть свою «страну снегов», но мудрый Неру посоветовал ему смириться с потерей территории. Главное, сказал он, – сохранить ЗНАНИЕ, которое в течение многих веков передавалось от учителей к ученикам. Если нельзя вернуть Тибет в буквальном смысле слова, то можно возродить и сохранить его ментально. Так, в Индии возникли дублеры основных тибетских монастырей, с теми же названиями, традициями, программой обучения.

Моя ежедневная утренняя прогулка завершается на территории монастырей Дрепунг: по обеим сторонам дороги, друг напротив друга, вырастают их главные храмы – справа – Лоселинг, слева – Гоманг. Я останавливаюсь, долго смотрю, и постепенно в моем сознании их заслоняют грандиозные предшественники в Тибете: переселенцы восстановили свои горные монастыри здесь, на далекой индийской земле, и дух их так силен, что за остроугольными крышами в джунглях можно увидеть снежные хребты...

Незаметно оказываюсь в самом сердце монастырского университетского городка, заворачиваю за угол, пересекаю небольшую площадь перед храмом Гоманга, и вот уже дверь с вывеской «Российский научный центр». Каждый раз замираю: неужели это вообще возможно? Здесь? Всего за два года?

В лаборатории меня встречают обычные утренние звуки: Кунга, монах-исследователь, совершает свой ежедневный ритуал, ловко манипулируя термосами с горячим молоком, расставляя отмытые до блеска чашки, заполняя вазочки печеньем. К восьми часам утра придет испытуемый, и по тибетскому обычаю ему обязательно нужно предложить чай, заваренный на молоке, и угощение. Кунга очень ответственно относится к своим обязанностям: поскольку выбор места для лаборатории пал на его монастырь, он считает лабораторию своим храмом, а себя – его хранителем. Несколько дней назад он привел в лабораторию трехлетнего мальчика, за которым присматривает вместе с товарищем, другим монахом. Водил малыша по комнатам, показывал наши фотографии, научные постеры, пролистывал с ним *Popular Neuroscience* и *Anatomy of Brain*, а перед нашим приходом заставил его выучить на английском слово *scientist* («ученый»). Когда бы мы ни пришли сюда, Кунга всегда оказывался на месте, словно часовой, который не может оставить свой пост. Он тщательно следит за порядком, оборудованием, исправляет любые неисправности, решает самые разные проблемы. Кунга всегда готов заменить другого исследователя, и я даже волнуюсь, не запускает ли он свои повседневные занятия в монастыре.

Дверь распахивается и появляется Шерап, другой монах-исследователь, который сегодня работает в паре с Кунгой. Приложив к уху телефон, он наливает себе чай, одновременно успевая хлопнуть Кунгу по плечу:

– Кунга, как всегда, молодец, – произносит он. – Кто работает лучше всех? Конечно, Кунга. А Шерап? Шерап как будто ничего не делает.

Это обычная утренняя добродушная перепалка, монахи любят подшутить друг над другом, и вообще наделены прекрасным чувством юмора. Часто мы попадаемся на их шутки, как в этот раз, когда я было начала заверять Шерапа, что он тоже прекрасно работает, и как нам повезло с ним и вообще со всеми ними, пока он не прервал меня, тоже хлопнув по плечу.

В нашей команде восемь монахов-исследователей из разных монастырей, Шерап – из монастыря Дрепунг Лоселинг, который исторически соперничает с Гомангом, в тибетском сообществе они как Оксфорд и Кембридж. Хотя их владения расположены по разные стороны главной улицы, четких границ нет, монахи ходят в одни и те же монастырские магазины, монастырский клуб, и вот теперь у них появилась общая лаборатория.

...Испытуемый пришел без четверти восемь и от чая отказался. Сразу ставший серьезным Шерап провел его в экспериментальный отсек, усадил на матрас и начал прилаживать шапочку с электродами для записи ЭЭГ (электроэнцефалограммы). В это время Кунга заполнял опросник. Испытуемый – геше (по западной мирской аналогии – профессор) из расположенного неподалеку монастыря Гаден Джангце слыл очень сильным практиком. Причем практиковал он разные виды медитации, включая тантрическую, что было чрезвычайно ценным для исследования. Отвечал геше Гьяцо на вопросы сухо и коротко, и Кунге приходилось не раз по просьбе старшего исследователя Юлии Бойцовой переспрашивать, просить уточнить, дополнить ответ.

Из слов испытуемого выходило, что начал практиковать он около двадцати лет назад в возрасте сорока лет, и в настоящий момент медитировал 15–20 минут каждый день. Однако из предварительной информации, присланной из монастыря, следовало, что ежедневным практикам геше Гьяцо посвящал не менее двух часов в день. Такое расхождение было неудивительным: еще в начале работы нас предупреждали – и со временем мы в этом убедились, – что обычно практики ведут себя очень скромно, сознательно занижая свои способности, поскольку один из важнейших (коренных) монашеских обетов – не преувеличивать свои духовные достижения. Помимо этических ограничений эта скромность имеет и другую причину: считается, что излишние разговоры могут нарушить таинство тантрических практик и препятствовать их успешности.

То, что геше Гьяцо согласился принять участие в исследовании и проделал неблизкий путь из своего монастыря до лаборатории, само по себе было огромной удачей, поэтому мы не слишком расстраивались из-за его скудных ответов. Позже черновик опросника будет отослан в монастырь, там прояснят непонятные моменты, поправят, дополнят. Пока же было вполне достаточно того, что геше обозначил тип медитации, которую собирался выполнить во время эксперимента: тантрическая медитация «Привнесение дхармакаи смерти на путь».

Еще два года назад эти слова воспринимались бы нами как бессмысленная абракадабра, а сейчас мы поняли, что это означает, и ощутили волнение: испытуемый геше Гьяцо собирался преподнести исследователям поистине драгоценный дар. Геше пояснил, что во время сеанса собирается мысленно «преобразовать себя» в буддийское тантрическое божество – Ямантаку («Одинокого Героя»), после чего пройти все так называемые «стадии растворения». Если внимательно рассмотреть изображения Ямантаки на тибетских танках (традиционная живопись на холсте) и настенных росписях, то можно насчитать у него 16 ног, 34 руки, 9 голов, каждая из которых изобилует большим количеством дополнительных деталей. Так что сама по себе визуализация такого объекта – чрезвычайно сложный мыслительный процесс, зафиксировать который – потрясающая удача. Но опытный практик, каковым являлся геше Гьяцо, собирался пойти дальше: выстроив в уме эту сложную визуализацию, он планировал затем перейти к постепенному «растворению» – сначала деталей, составляющих образ Ямантаки, а затем – элементов, из которых состоит наше тело, и более грубых уровней сознания, чтобы в конечном итоге проявить качественно иное состояние сознания, которое в буддизме называется «ясным светом». Этот многоступенчатый процесс расценивается как «репетиция смерти». Отследить его и «поймать» состояние «ясного света» с помощью приборов исследователям мозга до сих пор не удавалось. И вот такая возможность, наконец, представилась нам в последний день перед возвращением домой.

Полчаса сеанса показались очень долгими. В тишине лаборатории слышны были лишь монотонные звуковые сигналы, подаваемые прибором. Слышит ли их этот человек? Слышит ли он вообще что-нибудь? Как для него течет время? И, в конце концов, где он сейчас?

Геше Гьяцо сидел неподвижно, с закрытыми глазами, не отреагировал он и когда запись была окончена, а звуки прекратились. Шерап нагнулся и коснулся его руки:

– Как вы себя чувствуете?

Практик коротко кивнул и произнес несколько слов на тибетском.

За чаем он вновь обратился к Шерапу, и тот перевел:

– Геше говорит, что мы можем спрашивать.

Монахи взяли опросный лист и начали с обязательных вопросов: «не мешали ли электроды?», «не давила ли шапочка?», «не мешали ли звуки извне?», «а звуковые стимулы?» Каждый раз практик отвечал отрицательно. «Был ли он готов к медитации в этот день и час?» – короткий кивок. «Было ли комфортно сидеть?» – короткий кивок. «Удалось ли выполнить задуманную медитацию?» По-видимому, давно ожидавший этого вопроса Геше Гьяцо начал что-то говорить на тибетском, медленно, расставляя акценты, – скорее всего, забываясь о Шерапе, которому нужно было переводить ответ на английский язык. Монах несколько раз что-то переспросил, и практик терпеливо отвечал, наконец Шерап перевел, тщательно подбирая слова:

– Геше-ла говорит, что ему удалось мысленно представить себя в образе Ямантаки, но где-то посередине процесса растворения он вдруг потерял фокус, концентрацию. Геше-ла попытался восстановить фокус, вернувшись на несколько шагов назад, и это ему удалось. Затем он продолжил основную линию, но в тот момент, когда он вплотную приблизился к состоянию ясного света, сессия закончилась.

Шерап был расстроен и не скрывал этого. Кунга неслышно наполнил чашку свежим чаем и поставил на стол рядом с практиком. Юлия Бойцова заулыбалась:

– Очень хорошо! Это прекрасно! Вы нам очень помогли! Это очень ценная запись! Если бы только мы могли продолжить... Спросите, может ли геше прийти еще раз. В любое время, через два-три дня, через неделю – когда ему удобно.

Шерап перевел, хотя практик и без того все отлично понял. Он коротко кивнул и сказал монаху несколько слов:

– Геше-ла говорит, чтобы мы связались с монастырем, там сообщат, когда он придет снова.

На этом геше Гьяцо поднялся и в сопровождении Кунги вышел на улицу.

Мы с Юлей переглянулись: это означало, что повторный сеанс монахам-исследователям предстоит проводить самостоятельно после нашего отъезда и без нашей помощи.

– Шерап, оформляй документы – это будет твой первый испытуемый.

Монах сел за ноутбук и вбил шифр, под которым геше Гьяцо отныне должен был числиться в научных документах: «B2MMN07».

* * *

Я все глубже погружалась в собственную своеобразную «медитацию», состоящую из хаотичных воспоминаний, отрывочных визуализаций, ускользающих ощущений. Отель в аэропорту Дели, всегдашний момент между прошлым и будущим, промежуточная остановка между параллельными мирами...

Мелодичный звонок телефона нарушил эту закатную меланхолию. Сквозь треск пробился голос: «Это Шерап. У нас случай тукдама».

Глава вторая

Май – октябрь 2018,

Москва – Дхарамсала – Рига – юг Индии

Если бы всего пару лет назад Святославу Всеволодовичу Медведеву сказали, что он будет по несколько месяцев в году проводить в Индии, он бы высмеял этого человека. Несмотря на любовь к путешествиям, Медведева никогда не привлекали сомнительные приключения в перенаселенных тропических странах, он ненавидел грязь и панически боялся змей. А в Индии змеи должны быть на каждом шагу: как-то он прочитал правила королевского гольф-клуба Бангалора, и там четко было написано: если мяч приземлился не меньше чем в двух метрах от змеи, это не является основанием для прекращения игры.

Еще более невероятно, что подобный резкий жизненный вираж, грозивший изменить многие привычки Медведева, случился с ним в 70-летнем возрасте, когда уже можно было спокойно проводить все время на фамильной академической даче в Комарово, писать монографии и книги, выступать с лекциями, готовить аспирантов. В принципе, он понимал, почему так получилось – из-за потери института, его любимого детища, его творения. В течение почти 30 лет Святослав Медведев был директором Института мозга человека РАН в Санкт-Петербурге, который он сам создал в 1991 году. За это время он добился того, чтобы институт стал мировым центром по исследованию мозга и входил в число лучших в академии. Святослав с удовольствием вспоминал, как несколько лет назад они вместе с главным врачом и заведующей нейрохирургическим отделением поехали на крупную международную выставку медицинской техники. «Единственное, что мне там нужно было приобрести, так это чашку кофе. Все остальное мы уже закупили раньше», – много раз он рассказывал об этом коллегам, не стесняясь своей бравады. Он вообще не считал скромность добродетелью и любил поговорить о своих достижениях и победах, тем более что за ними стоял серьезный многолетний труд.

Крупные государственные вложения и гранты появились далеко не сразу. Долгое время институт работал практически на самоокупаемости, и именно в тот период удалось достичь такого научного уровня, что власти стало понятно – сюда выгодно вкладывать средства. Например, в течение всего существования института он был единственным медицинским учреждением России, который имел устойчивый поток пациентов из Москвы.

Однако все закончилось с очередной «оптимизацией» российской науки. В декабре 2017 года академик Медведев вынужден был уйти с поста директора из-за возрастного ценза, но это полбеды: в конце концов, он мог бы, как многие другие академики и бывшие директора, остаться в институте в должности научного руководителя. Однако его характер и во многом жесткая позиция привели к тому, что за два месяца до окончания полномочий его уволили без объяснения причин (в отношении директора трудовой кодекс это допускает). На самом деле – за то, что он не поддался требованию ФАНО (Федерального агентства научных организаций) и вместо чрезвычайно дорогого устаревшего прибора приобрел новый, существенно более эффективный и за гораздо меньшую цену. Банальная история, но академик все-таки надеялся, что в этой ситуации ему удастся доказать очевидную выгоду для государства и пользу для больных. Не получилось.

Святослав Всеволодович часто размышлял об этом, сидя на террасе своего дома в академическом поселке Комарово. Но постепенно, месяц за месяцем, эти размышления меняли окраску: злость, разочарование, грусть сменились удовлетворением и даже торжеством. Он

начал осознавать, какой подарок ему сделали. В последние годы директорства из ФАНО поступало по несколько срочных распоряжений в день, большую часть времени приходилось заниматься отписками, возможностей для научной работы оставалось все меньше. И вот сейчас, пожалуй, впервые за 30 лет, он мог полностью сосредоточиться на исследованиях и заняться разработкой научных тем, за которые никогда не взялся бы, будучи директором академического института. У него появилось время, и еще оставались силы, а главное, – он чувствовал себя свободным. Это новое состояние нашло отражение и в том, как к нему теперь обращались: из труднопроизносимого, даже для собеседников в России, – «Святослав Всеволодович» – он превратился в «Профа», что было общеупотребимым на Западе сокращением от слова «профессор».

Святослав часто думал о своей первой поездке в Индию, в Дхарамсалу, где располагается резиденция Далай-ламы, куда его с трудом уговорил поехать сотрудник, увлекавшийся буддизмом. Это произошло 10 лет назад, но в тот момент происходящее его не задело, или задело не настолько, чтобы менять свою жизнь, привычный уклад, отказываться от прочного положения и власти. Конференция по проблемам сознания, организованная Далай-ламой, в которой академик Медведев тогда принял участие, не показалась ему особенно интересной. Он был экспериментатором, и пространные философские рассуждения наводили на него скуку.

Но вот сама встреча с ЕДСЛ (Его Святейшеством Далай-ламой) и их короткое общение произвели сильнейшее впечатление. Академику, конечно, приходилось не раз общаться с высокопоставленными людьми, но Его Святейшество абсолютно от них отличался. На конференции он сидел, разумеется, во главе стола, но вел себя очень свободно, комментировал дискуссию, причем часто в шуточной и доброжелательной форме. Святослав Всеволодович решил, что такая манера связана с тем, что Далай-ламе, в отличие от большинства руководителей, не надо было самоутверждаться. Впечатлили простота и образность его высказываний. Например, его спросили, медитирует ли он, сидя с закрытыми глазами. Ответ был: «Что вы! Я так сразу усну». Далай-лама привел пример медитации, которую может выполнить ребенок: начертить на земле прямую линию, дать в руки колокольчик и попросить его пройти по линии так, чтобы колокольчик не зазвенел. Просто? А многие считают, что медитация – это всегда нечто очень сложное. Есть правило, что просто объяснить может только тот, у кого есть абсолютное понимание логики и содержания явления, и эта логика академику Медведеву очень импонировала.

Отметил он и еще один момент. Перед личной аудиенцией он оказался в приемной вместе с актером Ричардом Гиром. Будучи буддистом, Гир вошел к Его Святейшеству, как и принято, пригнувшись и сложив руки в традиционном приветствии. Вышел он в таком же положении, несколько пятясь. Как быть? Копировать эти жесты? Выйдет не очень естественно... Пока Святослав Всеволодович раздумывал, Далай-лама ловко взял его под руку и проводил к креслу.

Полчаса говорили о науке, о России, о возможных взаимодействиях. Во время разговора Далай-лама поразил своей фразой: «Разница между нами в том, что вы считаете, что вы такие, какими вас создал Бог. А я считаю, что я такой, каким сделал себя сам».

Когда подошло время прощаться, вновь встал вопрос о тонкостях ритуала. Они вместе вышли в коридор, и... Его Святейшество непостижимым образом исчез! Вот такая поразительная способность и высочайшее умение не ставить человека в неудобное положение.

Святослав часто вспоминал эту первую встречу. Под ее впечатлением ему еще тогда захотелось организовать сотрудничество по исследованию сознания, но этот порыв быстро угас. Еще не настало время – из-за занятости, и из-за риска для Института (можно было индуцировать мракобесие комиссии по лженауке), и из-за того, что сами сотрудники Далай-ламы еще не были готовы к восприятию его идей о взаимодействии с западной наукой.

И вот спустя почти 10 лет академик Константин Анохин организовал диалог российских и буддийских ученых о природе сознания там же, в Дхарамсале. Второй приезд Святослава в

Индию был, как выражаются буддисты, уже более осознанным, но даже в тот момент его вело туда, скорее, стремление быть «в струе», не отстать от коллег, и еще – вновь встретиться с Далай-ламой. Однако постепенно, слушая беседы и выступления буддийских философов, академик Медведев вдруг начал понимать прежде непостижимые утверждения. Начиная с того, что буддизм – это не только религия, и даже не только философия, это прежде всего наука, но с совершенно иной методологией. Эта разница в методологиях, по его мнению, пошла от Пифагора. Суть в том, что и до него египтяне и другие строители не могли не знать знаменитого соотношения между квадратами сторон. Но они знали, а Пифагор доказал. С тех пор науки пошли по разным направлениям: логика и интуитивные прозрения на Востоке и доказательная наука на Западе. Но и это на самом деле некоторая иллюзия. Современная западная наука тоже не основана на доказательствах. Например, все физические законы основаны на наблюдаемых свойствах пространства и времени. Ничего, кроме решения французской Академии, не лежит в основе отрицания возможности существования вечного двигателя. Просто на протяжении двух-трех столетий в западной науке все закономерности логически связали друг с другом. Можно сказать, сложился «пазл».

Неожиданно академик Медведев понял, что подобие такого же «пазла» существует и в буддийской философии. За 2500 лет буддисты тоже смогли, как он любил выражаться, «подогнать все кирпичики» (хотя, конечно, ему была прекрасно известна основная доктрина: Будда «достиг всеведения», ему сразу открылось полное знание обо всех явлениях, которое он передал своим ученикам). Во время той конференции, слушая и своих коллег-исследователей, и буддийских философов, он пришел к совершенно неожиданному заключению: если буддийские тезисы переформулировать на языке западной науки, то во многом наше понимание мира совпадет. Проблема в том, что западные люди не привыкли к эзотерическому языку. Они формулируют существенно более однозначно, чем это делает человек Востока. Например, семь дней творения (из Библии), будучи заменены на семь периодов или семь шагов, означают просто алгоритм действий по сотворению мира. Большинство парадоксов Библии легко разрешаются, если правильно перевести ее с эзотерического языка.

По образованию Святослав Медведев был физиком-теоретиком, и это обстоятельство он считал очень выигрышным для ученого, работающего в любой области, и прежде всего – в биологии. Ему было легче заниматься сопоставлениями.

Например, в математике есть очень подходящая для данного случая теория, разработанная гениальным Эваристом Галуа в XIX веке. В ночь перед дуэлью он исписал около 30 страниц и на следующий день был убит. На этих страницах была изложена новая отрасль математики – «теория групп». Суть ее заключается в том, что существует понятие группы, то есть системы взаимоотношений между объектами. Эта система взаимоотношений есть лишь в теории, в голове или на бумаге. И при этом есть реальные объекты, взаимоотношения между которыми такие же, как описаны группой. Они называются «представлениями» группы.

Можно считать, что реальный мир – это некоторая группа, система взаимоотношений между предметами, а наши объяснения науки – представления этой группы (для квантовой механики это давно сформулировано). Поскольку и западная наука, и буддийская философия отражают наше понимание окружающего мира, они должны по внутреннему содержанию во многом совпадать. Академику казалось, что эти рассуждения очень близки мыслям Далай-ламы, который стремился наладить тесное взаимодействие между буддистской и западной науками.

И «западнонаучное», и буддийское видение мира можно считать представлениями одной и той же группы, но представлений может быть много, и решить, какое из них реализуется, довольно трудно. Западная наука (*science*) имеет то преимущество, что ее можно «потрогать руками». Мы видим, как падает камень, загорается лампочка, и это является доказательством жизнеспособности нашего представления. Если же взять буддийскую философию или буддий-

скую науку (здесь можно употребить английское *scholarship*), то это одно из представлений, выведенное логическим способом, и, возможно, на основе озарений. И чтобы доказать истинность и актуальное наличие именно такого представления, полезно попытаться связать оба представления в единое целое.

Буддийская философия и образ мышления, отполированные тысячелетиями, произвели на Святослава очень сильное впечатление, равно как и образ жизни буддистов, который он наблюдал. Однако, несмотря на все это, он был далек от буддизма, и не только с философской точки зрения. Многие черты его характера никак не соответствовали буддийским добродетелям: он, например, был подвержен гневу и считал это качество полезным, не умел и не хотел прощать врагов, ему не были присущи идеи спокойствия, удовлетворенности. С его точки зрения, подобная философия отрицала прогресс – ведь все великие изобретения были сделаны неудовлетворенными людьми. Равно как он не был склонен принимать рассказы на веру, подход его был таким: не обсуждать в теории, а проводить эксперименты и доказывать или отвергать гипотезу и воззрения, хотя в общем такой же подход существует и у буддийских ученых и философов – они тоже не принимают утверждения на веру, а скорее, подвергают их сомнению, проводят подробный анализ при помощи сложнейших логических построений.

Размышляя таким образом, Святослав Всеволодович подумал, что его матери, академику Наталье Петровне Бехтеревой, были бы очень интересны подобные дискуссии. К сожалению, ее не стало в 2008 году, всего за год до его первой поездки в Дхарамсалу. Он улыбнулся про себя: дорого бы он дал, чтобы стать свидетелем ее беседы с Далай-ламой! Уж она-то не задумываясь отправилась бы в Индию ради этой встречи.

Он снова и снова вспоминал обед, который устроил Далай-лама для российских ученых в заключительный день конференции. Тогда Медведев оказался за столом рядом с ним, и завязался, как это часто бывает на многолюдных банкетах, параллельный разговор, который могли слышать лишь несколько человек. Собственно, в тот момент и были произнесены слова, изменившие дальнейшую жизнь Святослава Всеволодовича.

Его Святейшество начал рассказывать о случаях тукдама – так называемой «посмертной медитации», когда тело опытного практика после смерти не подвергается распаду в течение многих дней и даже недель. Медведев слышал об этом феномене давно, но не считал достоверным. И хотя из уст Далай-ламы подобные свидетельства воспринимались несколько иначе, он и в тот момент довольно скептически отнесся к услышанному, однако возражать не стал.

Дальнейшее Святослав помнил буквально по секундам. Вот Далай-лама в его обычной манере спокойно и неторопливо говорит, что хорошо бы провести научное исследование этого феномена и что ему очень хотелось бы знать, как западная наука может объяснить подобные случаи.

– Одно дело, когда мы утверждаем что-то с позиций логических размышлений, и совсем другое, когда знание получено на основе научных исследований. – Его Святейшество как будто прочитал мысли Медведева, знал, о чем тот размышлял, слушая дискуссии предыдущих дней.

– А если не подтвердится?

Ответ прозвучал неожиданно, несмотря на то, что свою позицию духовный лидер буддистов высказывал прежде не раз и в интервью, и в книгах:

– Если я увижу расхождение между догмой буддизма и научным открытием, я считаю, что нужно менять догму.

– Давайте я попробую, – Святослав как будто услышал свои слова со стороны.

Произнес ли он это под воздействием личности Его Святейшества? В состоянии собственного внутреннего порыва? Озарения? Позже он не раз возвращался к этому моменту и постепенно убедил себя в том, что эти слова были продуманными и осознанными, и даже закономерными: у него ведь были все возможности для проведения подобного исследования, знания, способности, опыт, и – время. Он даже как-то сразу представил себе, с чего начать...

Далай-лама отреагировал очень быстро, легонько хлопнув Святослава по руке, и этот шуточный жест не оставил места для сомнений. На десерт подали папайю и мороженое.

* * *

Трудно сказать, в какой момент произошло наше первое знакомство с тукдамом – еще не изучение конкретных случаев, но первое погружение в объект исследования. Конечно, все мы слышали и читали невероятные сообщения о чудесах, когда тело высокого ламы, практикующего, после смерти не разлагается в течение нескольких дней, а то и недель. Прорабатывали и известную историю бурятского ламы Даши-Доржо Итигэлова, тело которого было изъято из саркофага спустя много лет после его смерти и помещено в Иволгинский дацан в Бурятии, – ученые в начале 2000-х проводили исследования, пытаясь выяснить причину сохранности останков, но, несмотря на различные версии, ответа не нашли. Мы, однако, не могли опираться на эту историю из-за отсутствия достоверных научных свидетельств и наблюдений за телом в первые дни или хотя бы недели после смерти ламы, и еще из-за того, что тело долгое время находилось в саркофаге, его обкладывали солью, возможно, применялись и какие-то другие вещества, – одним словом, «чистота эксперимента» в данном случае была нарушена.

Мы пытались изучить (правда, с позиции сегодняшнего дня, – довольно поверхностно) буддийскую литературу, где подробно описан процесс умирания и стадии растворения элементов тела и грубых уровней создания, предшествующие тукдаму. О тукдаме подробно говорил и Далай-лама во время эпохальной встречи с российскими учеными в мае 2018 года, когда он дал Святославу Медведеву разрешение и одновременно напутствие, даже в какой-то мере «задание» исследовать это состояние.

Но и спустя несколько месяцев после начала работы над проектом у нас не было серьезных представлений о том, с чем мы имеем дело. Была мечта, тайна, необъяснимый, с точки зрения западной науки, феномен, который мы намеревались подтвердить или опровергнуть, в любом случае – загадка, которую мы хотели разгадать. Мы приближались к объекту исследования очень медленно, на ощупь, и с самого начала, прежде чем вообще начать разговор о тукдаме в монастырях, нам, как оказалось, предстояло пройти серьезную школу общения.

Первая группа российских исследователей, собранная Святославом Медведевым (или Профом, как все здесь его называли из-за труднопроизносимого имени), отправилась на юг Индии, в штат Карнатака, осенью 2018 года. Это была во многом ознакомительная поездка по самым крупным тибетским монастырям-университетам, где жили и учились более двенадцати тысяч монахов. Мы начали с четырех из них, расположенных в окрестностях небольшого городка Мондгод: Дрепунг Гоманг, Дрепунг Лоселинг, Гаден Джангце и Гаден Шарце. Все они имели предшественников в Тибете и были воссозданы в Индии в конце 70-х годов. Другой крупный кластер монастырей – Сера Дже, Сера Мей и Таши Лхунпо – также находился на юге, в том же штате, на расстоянии примерно 500 км от первого кластера, неподалеку от местечка Билакуппе. Его мы должны были «освоить» позже, во время следующей экспедиции.

Сопровождал нас, а в действительности руководил первыми экспедициями Тэло Тулку Ринпоче¹, почетный представитель Его Святейшества в России, Монголии и странах СНГ. В тибетских монастырях юга Индии Ринпоче пользовался невероятным уважением, его знали и почитали и настоятели, и профессора-геше, и простые монахи. Сам он учился в монастыре Дрепунг Гоманг, куда попал шестилетним мальчиком, и, как мы узнали гораздо позже, его появление там было не случайным.

Ринпоче родился в 1972 году в Америке, в семье калмыцких эмигрантов, он никогда не видел ни одного монастыря, но с раннего детства буквально грезил о них. В четырехлетнем

¹ Признан Иноагентом. – *Ред.*

возрасте будущий верховный лама Калмыкии заявил родителям о своем желании стать монахом. Они долго не могли понять, откуда у малыша такие фантазии, но в конце концов, отвезли его в Индию. Сначала – в Дхарамсалу, в резиденцию Далай-ламы, который, познакомившись с мальчиком, направил его на юг страны, в монастырь Дрепунг Гоманг, где Тэло Тулку Ринпоче провел 13 лет, изучая буддийскую философию под руководством выдающихся тибетских учителей. Однако это был не простой мальчик и не простой монах: Далай-лама и верховное тибетское духовенство распознали в нем новую реинкарнацию великого буддийского святого Тилопы, который дважды воплощался во Внутренней Монголии и трижды – в Монголии.

С той самой минуты, когда Ринпоче рассказал нам свою историю и разъяснил значение своего имени, мы вступили на неизведанную территорию, соприкоснулись с параллельным миром. Мы уже не могли, как ни старались поначалу, отделить буддийские представления от западных постулатов, оставить «тибетские метки», «значки», понятия за скобками нашего восприятия, равно как не могли оставить их и за рамками нашего исследования. Взявшись за изучение феномена «тукдам», мы должны были принимать во внимание ВСЁ, в том числе, например, и тот факт, что имя «Тэло Тулку Ринпоче» буквально означало «драгоценное перерождение Тилопы».

Тэло Тулку Ринпоче стал первым из целой когорты встреченных нами за два года представителей особой касты сознательно, как считается в буддизме, воплощающихся лам-перерожденцев, и поэтому мы называем его «наш Ринпоче». Обычно «наш Ринпоче» выглядит суровым, несколько нахмуренным, но когда вдруг улыбается, сразу становится значительно моложе. Четкий и иногда даже жесткий в обсуждении – что мы не раз впоследствии наблюдали – он, по свидетельствам людей, давно его знавших, – и в чем мы тоже не раз имели счастье убедиться, – человек очень добрый и немного сентиментальный. А еще он обладает даром предвидения: не раз к нему обращались за советом, на какую дату, например, назначить выезд экспедиции, по какому маршруту лучше следовать, какой монастырь посетить сначала. И по более тонким вопросам: к примеру, начинать действовать сейчас или лучше подождать? В трудных ситуациях он мог сориентироваться буквально за секунду и принять правильное решение.

Однажды, во время первой экспедиции, мы прибыли в аэропорт Дхарамсалы и обнаружили, что самолет до Дели задерживается на неопределенное время – из-за очередного обострения на границе между Индией и Пакистаном все полеты на севере страны были отменены. Что делать? Наш путь лежал через Дели на юг, в Бангалор, оттуда – еще шесть часов на машине до монастыря. После недолгого обсуждения мы решили, что, наверное, лучше, если самолет не вылетит сегодня, остаться в местной гостинице до следующего дня и предупредить монастыри на юге, что мы задержимся на сутки. Ринпоче не принимал участия в этом разговоре, мало того, мы даже не заметили, как он исчез. Появился через несколько минут с тремя молодыми индийцами, которые оказались водителями джипов.

– Ждать нет смысла, – наш Ринпоче был короток. – Авиасообщение не восстановится, потеряем несколько дней. Отправляемся сегодня.

Потом добавил:

– Я только беспокоюсь за профессора Медведева – дорога трудная. Как вы, профессор?

Произнося эти слова, Ринпоче вдруг помолодел лет на десять, став похожим на прилежного ученика.

Беспокойство Ринпоче было напрасным: академик Святослав Медведев, руководитель нашего проекта «Исследование измененных состояний сознания в тибетских монастырях Индии», перенес десятичасовой путь до Дели гораздо легче других членов экспедиции. Он уютно расположился на заднем сиденье и спокойно обсуждал наши дела, рассказывал анекдоты, случаи из жизни. Его собеседники менялись, в зависимости от того, кто в данный момент бодрствовал. Чаще других его слушателем оказывался молчаливый профессор Бубеев. Юрий Аркадьевич был само спокойствие и непроницаемость: врач, специалист по космической меди-

цине и космической психологии, он еще со студенческой юности начал интересоваться, а впоследствии – исследовать «измененные состояния сознания». Это официальный термин в западной психологии, который обозначает целый ряд состояний, от гипноза, различных психотехник, медитации, ритуалов, лекарств, до самого простого и распространенного – сна. Альпинист и путешественник, он, как истинный ученый, изучал эти необычные состояния на себе, перепробовав все, включая даже вращение суфиев. К изучению тукдама он приближался со своей стороны – и как врач, и как исследователь космоса. Он рассказывал, что специалисты его отдела в Институте медико-биологических проблем РАН разработали специальную методику лечения у пациентов тяжелых неврозов, фобий, которая заключалась в преодолении страха смерти. Чтобы его преодолеть, нужно встретиться с самим объектом страха, испытать ощущения, связанные со смертью. Опыт буддийских практиков по прохождению «стадий умирания», по его мнению, мог дать бесценный инструмент для психологов и психиатров.

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.