

О Ш О
О Ш О

VIGYAN BHAIKAV
TANTRA ВИГЪЯНА БХАЙРАВА
ТАНТРА

THE BOOK OF
THE SECRETS КНИГА ТАЙН

Commentary

1991
Новый комментарий

Том 1

1993

[Читая полный вариант книги](#)

ОТ ИЗДАТЕЛЕЙ

Читателю предлагается новый, полный перевод книги Ошо (Бхагавана Шри Раджниша), выполненный по по-следнему пересмотренному двухтомному изданию, пред-принятому по-сле того, как автор покинул эту Землю. Вся книга содержит 80 бесед (глав), посвященных 112 техни-кам-сутрам, изложенным в древнем тантрическом тракта-те Вигьяна Бхайрава Тантра.

В этой книге Раджниш говорит о Боге, как о некоторой потенции, заложенной в самом че-ловеке, как о некотором состоянии, которое он должен реализовать, о состоянии познания ИСТИНЫ как видения МИРА в его целостности и взаимосвязи, о состоянии любви как пре-бывании в гар-монии с МИРОМ, о состоянии знания источника жизни, из которого вышел МИР, и самого бытия этим источником — источником «чистой жизненности», через который мы свя-заны со всем бытием и являемся им.

Бхагаван не призывает к поклонению или «преданному служению» какому-либо божест-ву, а призывает познать Божественное, окружающее нас и содержащееся в нас, приоб-щиться к нему, реализовать его в себе самом. Он призывает к открытию тех сокровенных глубин нашей при-роды, которые объединяют нас с Божественным, через ко-торые оно нас кормит и поит, через которые Божественное дает нам жизнь и о которых мы даже не по-дозреваем в своем обыденном существовании.

Для осуществления этого, говорит он, мы должны осоз-нать всю нашу обусловленность, которая делает из нас, из Божественного, роботов. Робот — это не тот, кто живет, чувству-ет, понимает, а тот, кто запрограммирован на опре-деленное поведение, кто функционирует по заранее заложенным программам, правилам, предписаниям. Про-граммы, заложенные в робота, — не его программы, робот является их рабом. Человеку, стремящемуся быть сво-бод-ным, стремящемуся быть Человеком, стремящемуся rea-лизовать в себе Божествен-ное, необходимо осознать это и освободиться от этого. Тогда его природа потечет легко и свободно, как ручей, из которого убрали камень, преграж-давший ему дорогу.

На это и направлены 112 техник, изложенные Шивой своей супруге Дэви более пяти тысяч лет назад. Просветленный мастер пытается возродить эти техники в перво-зданном виде и приспособить их для людей XXI века. Раджниш утверждает, что эти техни-ки являются всеобъем-лющими и что на них построены медитационные практи-ки всех су-ществующих религий и эзотерических учений. Он стремится передать людям все свое глу-бокое понимание этих техник, утверждая, что именно с этой целью приходи-ли в мир людей Шива, Кришна, Будда, Лао-цзы, Махавира, Патанджали, Моисей, Иисус, Мухаммед... Он го-ворит, что все зависит от нас, от того, насколько глубокой и искренней оказалась наша по-требность познать ИСТИНУ.

Незадолго до ухода от нас Раджниш отказался от своего титула «Бхагаван», буквально означающего «Бог, Господь, господин», так как опасался, что его начнут обожествлять фа-натичные поклонники и последователи, как это было со многими другим просветленны-ми. Поэтому он взял себе имя Ошо, что означает «океанический, растворенный в океа-не». Позднее он узнал, что слово «Ошо» использова-лось также на Дальнем Востоке в смысле «Благословен-ный, тот, кого небо осыпает цветами»...

В первый том настоящего издания вошли первые 16 глав и, соответственно, первые 24 медитационные техники, соот-ветствующие первому тому первого оригинального издания, со-стоящего из пяти томов.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Список медитаций	4
Введение	5
1. МИР ТАНТРЫ	16
2. ПУТЬ ЙОГИ И ПУТЬ ТАНТРЫ	25
3. ДЫХАНИЕ – МОСТ ВО ВСЕЛЕННУЮ	34
4. ПРЕОДОЛЕНИЕ ИЛЛЮЗИЙ УМА	44
5. ПЯТЬ ТЕХНИК НА ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ	53
6. ПРИЕМЫ ДЛЯ ПРИОБРЕТЕНИЯ ВЛАСТИ НАД СНОВИДЕНИЯМИ ...	65
7. ТЕХНИКИ ДЛЯ ВАШЕГО УСПОКОЕНИЯ	74
8. ТОТАЛЬНОЕ ПРИЯТИЕ И НЕРАЗДЕЛЕНИЕ: ЗНАЧЕНИЕ ТАНТРИЧЕСКОЙ ЧИСТОТЫ	83
9. ТЕХНИКИ ДЛЯ ЦЕНТРИРОВАНИЯ	92
10. САМОРЕАЛИЗАЦИЯ: ОСНОВНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ	102
11. ТЕХНИКИ ДЛЯ ПРОНИКНОВЕНИЯ ВО ВНУТРЕННЕЕ	111
12. ЗА ПРЕДЕЛЫ УМА К ИСТОКАМ	120
13. ВНУТРЕННЕЕ ЦЕНТРИРОВАНИЕ	128
14. ИЗМЕНЕНИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ЭНЕРГИИ	138
15. ВИДЕНИЕ ПРОШЛОГО КАК СНОВИДЕНИЕ	148
16. ЗА ПРЕДЕЛЫ ГРЕХА БЕССОЗНАТЕЛЬНОСТИ	158

СПИСОК МЕДИТАЦИЙ

1. Наблюдай промежуток между двумя дыханиями	36
2. Наблюдай точку поворота между двумя дыханиями	37

3. Наблюдай точку слияния двух дыханий	39
4. Осознай момент остановки дыхания	42
5. Сфокусируй свое внимание на третьем глазе	53
6. Фокусируйся на промежуток в течение твоей дневной деятельности . .	57
7. Техника для осознанности во сне	58
8. Наблюдай точку поворота с преданностью	60
9а) Лежи как мертвый	61
9б) Пристально смотри, не мигая	61
9в) Соси что-нибудь и стань сосанием	61
10. Стань лаской	77
11. Закрой свои чувства, стань подобным камню	80
12. Позволь себе стать невесомым	81
13. Тотально концентрируйся на одном объекте	95
14. Помести свою осознанность в свой позвоночник	98
15. Закрой все отверстия твоей головы	113
16. Поглоти чувства своим сердцем	114
17. Не выбирай, держись в середине	117
18. Смотри на объект с любовью	129
19. Сиди только на ягодицах	133
20. Как медитировать в движущемся экипаже	134
21. Концентрируйся на боль в твоём теле	136
22. Рассматривай свое прошлое, не отождествляя	150
23. Почувствуй объект и стань им	153
24. Наблюдай за своим настроением	155

ВВЕДЕНИЕ

Во второй беседе данного цикла бесед Ошо утверждает, что медитация - это наука. Это простое утверждение имеет глубокий смысл. Медитация - это не вера, не догма, не ритуал, а наука, это эксперимент, который проводится не во внешнем мире, как это обычно бывает в науке, а во внутреннем мире самого экспериментатора.

Это наука, которая была известна мистикам в течение многих столетий и которая все это время неправильно воспринималась мас-сами. Это не набор знаний, которые можно изучить по книгам, хотя слова, описывающие ее, могут быть переданы - как передают их сутры Вигьяны Бхайравы Тантры. Но переживания, на которые указывают эти слова, могут быть переданы только теми, кто испытал их. Они могут быть переданы ученику только мас-тером.

Современный человек, особенно на Западе, - а под влиянием Запада все больше и больше на Востоке - забыл, что такое медитация, и подменяет ее верой и ритуалами. Мы получаем некоторый намек на медитацию, когда поражаемся чем-либо прекрасным или теряем от любви дар речи. Но нас так много учили и заставляли искать снаружи, что перспектива поиска внутри никогда не приходит нам в голову. А если и приходит, то мы настолько напряжены, настолько сложны для понимания, настолько запутаны в своих пре-дубеждени-ях, что не знаем, где или как начать.

Обратитесь к Ошо. Дело всей его жизни заключалось в том, чтобы возродить из прошлого науку медитации и обновить ее при-менительно к современному человеку. А эта серия бесед, посвящен-ная сутрам, данным Шивой своей супруге Дэви, является важной вехой в работе Ошо. Его комментарии по ста двенадцати техникам медитации из Вигьяны Бхайравы Тантры

составляют целую науку медитации, повторно рожденную применительно к потребностям двадцать первого века. Здесь имеются техники, говорит Ошо, для любых типов мужчин или женщин, встречающихся в мире. Он рассказывает про каждую из них и отвечает на вопросы о них. Он призывает своих слушателей экспериментировать с техниками, делая это в игривой и расслабленной манере, определяя, которая из них принесет успех. Если вы испытаете их все, и ни одна не сработает, то говорит он, медитация не для вас.

Так что самое важное - чтобы вы были не просто читателем, а и исследователем своего собственного внутреннего мира. Кроме самих бесед вам полезно будет знать и некоторые другие вещи, которые мы изложим в данном введении.

В начале книги Ошо противопоставляет йогу и тантру. Он говорит, что йога является путем желая, упрямства, силы воли, а тантра является путем отказа от себя, путем освобождения, путем попустительства. Он утверждает, что люди на Западе уже имеют чрезвычайную развитую силу воли, так что йога не может им существенно помочь. Тантра является путем, построенным на приятии:

Тантра говорит:

«Принимайте себя такими, каковы вы есть». Вы представляете собой великую мистерию многих многомерных энергий. Примите их и продолжайте движение с каждой энергией с глубокой чувствительностью, с осознанностью, с любовью, с пониманием. Идите дальше с ними! Тогда каждое желание становится средством для выхода за его пределы. Тогда каждая из энергий становится помощником. И тогда сам этот мир становится нирваной, само это тело становится храмом - священным храмом, святым местом (глава 2).

Ошо добавляет, что ни один из методов или техник медитации не потребуется, если мы знаем, как любить. Но поскольку у нас бывают, в лучшем случае, лишь проблески любви, то эти методы могут помочь нам выйти за пределы наших ограничений. А без руководства Ошо эти сутры часто очень трудны для понимания.

Последовательно и терпеливо переходя от одной техники к другой, Ошо ясно показывает, какие техники подходят для людей различных типов - например, для людей с интеллектуальными склонностями или для людей, ориентированных на чувства, на сердце.

Думающие и чувствующие - это два основных типа... Не забудьте определить свой собственный тип. Ни один из них не является более высоким или более низким. Не думайте, что более высоко стоит интеллектуальный тип или чувствующий тип - нет! Это просто существующие типы. Ни один из них не выше и не ниже другого (глава 19).

Только один этот совет может сэкономить нам много часов, потраченных на экспериментирование с методом, который вряд ли может сработать на нас.

Техники медитации основаны на работе совершенно других органов чувств. В какой-то степени в них участвуют глаза - в созерцании, в видении, в создании образов. Некоторые медитации связаны со звуком, со слухом. Некоторые используют органы вкуса и обоняния.

Медитации также связаны с другими энергетическими центрами тела. Имеются медитации, которые опускают энергию в основную чакру, в сексуальный центр или в хару, имеются медитации для открытия сердечного или горлового центров, другие медитации предназначены для работы с третьим глазом или с макушечной чакрой.

Поскольку эти сутры были разработаны Шивой и даны им своей супруге, своей любимой Дэви, то они содержат также некоторые медитационные техники, предназначенные специально для женщин.

Ошо говорит о различиях в энергиях тел мужчины и женщины и по мере своего рассказа он отмечает, какие из медитаций более удобны для мужчин или для женщин. Потом мы поговорим об этом несколько подробнее.

Экспериментирование с медитациями

Хотя эти медитации являются очень древними, они все так же эффективны сегодня - возможно, и более эффективны, если используются в соответствии с руководством, данным Ошо. В течение последних трех лет Свами Дэва Вадуда и я использовали их в наших курсах Эзотерической науки в мультиверситете Ошо в Пуне, Индия. На этих трехмесячных курсах мы не могли исполнять все 112 медитаций, поэтому мы подготовили выборку из 55-60 техник и разработали последовательность их применения в соответствии с расположением семи чакр. В своей книге Ошо эту последовательность не приводит, и их не обязательно использовать в этой очередности, но мы использовали именно ее.

Каждый участник курсов получал копию описания медитации, так что все могли прочитать собственные слова Ошо об этих техниках. Затем вся группа совместно экспериментировала с ними. Мы предоставляли широкое разнообразие техник, так что люди могли найти себе техники, наиболее им подходящие, но мы не в состоянии были исполнять каждую технику каждый день.

Была, однако, одна медитация, которую мы выполняли почти каждый день - медитацию темноты, известную также в истории как «Темнота секты ессеев». В результате проведения этого курса, теперь сотни людей экспериментируют с этими техниками и имеют изумительные результаты. Я хотел бы рассказать вам немного о том, как мы используем в курсе эти медитации и что мы обнаружили.

Начнем с того, что Вадуда и я, как ведущие этого курса, установили, что мы можем показывать людям эти медитации лишь в том случае, если они уже исполняли их сами в течение некоторого промежутка времени. Мы потратили на подготовку этого курса, как минимум, год и мы испытали десятки этих медитаций. Много раз эти методы заводили нас в неизвестные места, иногда пугающие, а иногда полные блаженства. Мы ощущали себя парой сумасшедших ученых, которые были и экспериментаторами и объектами экспериментов одновременно. И всегда мы испытывали невероятное счастье, когда могли ввести эти медитации в группу и присоединить их к уже используемым.

Я обнаружила, что для меня, как для ведущей курса, особенно полезна одна медитация. Во время проведения курса мы должны были выслушивать участников, описывающих свои переживания. Иногда мы вынуждены выполнять определенную медитацию просто для того, чтобы оставаться созвучными с тем, что нам рассказывали - это медитация, которая называется «слушание сердцем». Ошо описывает ее так:

Слушая музыку, слушайте ее сердцем. Чувствуйте, как музыка входит в ваше сердце, позвольте сердцу вибрировать вместе с музыкой. Пусть ваши чувства будут соединены с сердцем, а не с головой (глава 11).

В этой медитации я сердцем слушала то, что мне говорили люди, и мне вполне удавалось попасть в тон с ними, чтобы понять то, что они пытались выразить. Выразить словами переживание медитации почти невозможно, и иногда, когда люди описывали свои переживания, они выглядели кандидатами в дом умалишенных! Безвредные, конечно, но все же....

Например, одна из медитаций, которую мы делали в начале курса, была медитацией

смотрения, при которой люди должны были выходить в сад и смотреть на растение, но в некоторый момент направление менялось и вы позволяли энергии течь назад, в вас, через глаза. Когда Ошо описывает эту медитацию, он говорит:

Когда вы смотрите на цветок или на лицо, изливается некоторое количество энергии - ваш взгляд есть энергия... вдруг с цветка ваше внимание возвращается назад, отскакивает назад в самого себя. Оно превратится в круг... Если мыслей нет, то это случится.

Тогда вы смотрите не только на цветок, но вы смотрите также и на смотрящего. Тогда смотрящий и цветок становятся двумя объектами, и вы становитесь свидетелем обоих (глава 51).

После применения этой медитации иногда люди говорили: «Я чувствовал, что растение смотрело на меня» или «Я чувствовал, что растение любит меня». Один человек сказал: «Я чувствовал, что мы с растением стали единым целым», а другой сказал: «Я чувствовал, что я и растение неразделимы». Сегодня, в нашем обществе, если кто-то скажет, что он чувствует, что растение живет в нем, или что энергия протекает между растением и им, то многие люди будут подозревать, что он является совершенно сумасшедшим или, как минимум, очень эксцентричным.

Итак, много раз во время проведения занятий, посвященных обсуждению результатов, мы должны были выслушивать рассказы о переживаниях в медитациях, проводимых самостоятельно, а также пользоваться методом «слушания сердцем». В противном случае мы просто не могли бы понять, что нам пытаются рассказать.

Иногда, начиная практиковать эту медитацию смотрения, люди испытывали в теле какие-то физические ощущения. Некоторые могли ощущать, что их глаза горят, что они в слезах или что у них возникает сильное желание закрыть глаза и им приходится бороться с собой, чтобы оставить их открытыми. Иногда они испытывали другие физические реакции и мы всегда посылали их к врачу, чтобы проверить, не больны ли они. Если у них все было в порядке, то мы предполагали, что это было что-то, связанное с движением их энергии. Тогда мы помогали им сделать так, чтобы им было более удобно выполнять медитацию, но в основном люди следовали своей собственной интуиции и находили приемы, позволяющие их энергии начинать течь более естественным и незатрудненным образом. Если им это удавалось, то их тело начинало расслабляться, и физические проблемы исчезали. И довольно скоро люди начинали понимать, что они более длительное время могут сидеть с открытыми глазами, не мигая.

Позже они приходили и говорили: «Я могу практиковать медитацию смотрения где угодно, даже если я ожидаю пять минут в очереди, или нахожусь на спокойной улице, или сижу в приемной врача. Все становится умиротворенным и очень спокойным. Но я не собираюсь рассказывать уборщице в учреждении, что растение смотрит на меня!»

Сердце как дверь

Мой опыт подсказывает мне, что в начале всего процесса испытания медитаций очень важное место занимают медитации, связанные с сердцем. Можно сказать, что медитация, на самом деле, имеет только два шага: от головы к сердцу и от сердца к пупку, к первоначальному центру. Поэтому мы использовали сердечные медитации в самом начале курса, а затем часто вводили их на протяжении всех трех месяцев. Сначала участники не распознавали сердечное про-странство. Действительно, как говорит Ошо, для развития ума существуют школы, колледжи, университеты, но для развития сердца нет специальных учреждений... Фактически,

чем более цивилизованным становится человек, тем меньше развивается его сердце. Мы фактически забыли о нем - что оно существует, что имеется потребность развивать его (глава 11). Поэтому мы идем к сердцу обходным путем. В одном из упражнений человек садится напротив другого человека и просто настраивает себя на чувства, исходящие из другого - эмоционально и физически. Многие люди бывают совершенно поражены и восхищены тем, что девяносто процентов того времени, когда они настраивают себя на чувства другого, дают полное совпадение чувств. На этой стадии люди расположены думать, что они настроены в унисон с сердцем другого человека. Но не всегда это обязательно так.

Мы используем в нашем курсе и другую медитацию смотрения, которую мы называем «глазами любви» (глава 13). Мы просим людей просто закрыть глаза и представить себе, как их глаза выглядели бы на лице любимого человека или на лице новорожденного ребенка. А затем мы просим людей открыть глаза и посмотреть на других людей в помещении теми же глазами, которыми они смотрели бы на будду или на горячо любимого человека. Эта медитация «глаза любви» также позволяет людям настроиться или гармонизироваться с другими. Но даже этот прием не использует, в действительности, энергию сердца, здесь обычно используется второй центр, хотя он может включать в себя и сердечный центр.

Другим способом вхождения в настройку или в гармонию с другим человеком является слушание посредством сердечной медитации, о которой мы уже говорили. Здесь человек просто представляет себе, что все звуки, которые он или она слышит - голос партнера, или звуки комнаты, или звуки природы - что все эти звуки идут в его сердце и что он принимает эти звуки в своем сердце. Эта медитация многим напоминает медитацию смотрения, но она в большей степени перспективна для людей, ориентированных на слух. Кроме того, она настраивает человека или гармонизирует его с энергией или чувствами другого.

Мы используем эти переживания в самом начале, хотя, строго говоря, это и не является медитациями сердца - это немного напоминает обучение езде на велосипеде. Человек может начинать учиться, не умея еще хорошо ездить, падая, возможно, много раз. Он должен концентрироваться на том, чтобы правильно держать ноги на педалях, он должен концентрироваться на том, как держать руль так, чтобы можно было ехать в желаемом направлении. Он должен смотреть по сторонам, чтобы не наехать на дерево; он должен звонить в звонок, переключать передачи; он должен помнить, где расположены тормоза. В самом начале все это весьма сложно. Постепенно человек приобретает сноровку и с какого-то момента начинает легко ездить на велосипеде - точно так же обстоят дела и с сердечными медитациями.

Начальные шаги являются очень важными, поэтому на этой стадии мы испытываем лишь несколько медитаций. К ним относится, например, медитация, в которой сознание другого рассматривается как свое собственное сознание (глава 77). Сейчас, в самом начале, маловероятно, чтобы человек мог испытывать ощущения, которые переживает сознание другого человека. Но они начинают с того, что ведут себя так, как будто они стоят в обуви другого и пытаются выяснить, что этот другой чувствует, что он эмоционально ощущает. Мы можем это ощутить второй чакрой. Это, в действительности, не является энергией сердечного центра, это энергия второго центра, но для начала и это хорошее место.

Позднее, по мере того, как участники медитируют все больше и больше, они проникают через целые слои эмоций и ощущений и попадают в пространство, которое мы могли бы назвать «пустотой сердца». Здесь чувства любви, или того, что мы называем любовью, внезапно меняются от страстных к холодным. В этой точке участник начинает иметь то, что, как я полагаю, является, в действительности, переживанием открытия сердца. И до этого момента переживание могло быть связано с открытием сердца, но совсем не обязательно включало его.

Если сердце действительно раскрыто, то происходит приятие всего таким, каково оно есть -

очень глубокое приятие. Если имеет место такое приятие, то человек приобретает возможность обратить свои глаза внутрь и рассмотреть, что в действительности происходит внутри самого себя. До попадания в это пространство все приятия внутри человека является скрытым.

Наша культура учила всех нас порицать, критиковать, осуждать, отвергать самих себя. Поэтому все, что должно было осуждаться, критиковаться и отвергаться в нас, спрята-лось, и мы не можем его видеть. Мы не сможем видеть это, пока не раскроется простран-ство сердца, чему может дать начало эта медитация.

Вот почему, по-моему, Ошо говорит о том, что сердце является дверью в медитацию. Когда появится это пустое пространство, это приятие, это не будет тем страстным чувст-вом, которое люди счита-ют любовью - это обычно всего лишь химическая и гормональ-ная реакция на другого, сопровождающаяся привязанностью и влечени-ем, это то, что мы привыкли называть любовью.

Насколько я понимаю, что Ошо имеет в виду, когда использует слово любовь... в дей-ствительности в этом курсе мы не используем слово любовь, потому что у людей в го-ловах так много путаницы относительно того, что это понятие означает на самом деле. Ошо говорит:

Любовь сама по себе является величайшим методом, но любить трудно - в некото-ром смысле, невозможно. Любовь означает удаление себя из своего сознания и поме-щение кого-то другого в то же самое место, где существовало ваше эго. Замена себя кем-либо другим означает любовь - как будто вас больше нет, а есть толь-ко другой (глава 13).

Сейчас я не думаю, чтобы многие из нас имели хотя бы пробле-ски такого рода любви. Поэтому мы пытаемся избегать слово любовь и используем такие слова, как приятие, со-страдание, интуиция, иг-ривость, молчание, доверие. Это все качества, которые начинают проявляться в первый раз тогда, когда сердечный центр действитель-но раскрывается.

В настоящее время причина того, что человек не может, факти-чески, иметь пережива-ние медитации до тех пор, пока не откроется его сердце, заключается в том, что для того, чтобы иметь это пережи-вание, не должно быть оценивания, рассудительности. Ошо считал существенными качествами, необходимыми для медитации, наблю-дательность, расслаб-ленность и отсутствие рассудительности. Толь-ко тогда, когда сердце раскрыто, человек может не рассуждать, а просто воспринимать все. Тогда человек может увидеть, что у не-го внутри. Могут быть и такие люди, кто продвинулся на несколько шагов вперед и кто может видеть, что у другого человека внутри, но для этого другого не должно иметь зна-чения, кто еще видит его внутренний мир. Имеет значение только то, может ли сам чело-век смотреть в это пространство приятия или нерассуждения и просто видеть, что там, ос-тавляя все как есть, не пытаюсь избавиться от него, не пытаюсь изменить его. Иметь даже мысль о том, чтобы пытаться изме-нить что-либо, является в некоторой степени осуждением самого себя. Итак, когда открывается сердце и ощущается приятие, то имеет место огром-ное выделение энергии, непосредственность, хаос, игривость. И после этого человек вы-растает не линейным образом - не шаг за шагом, ставя одну ногу, поднимая другую и затем опуская ее - но, кажется, рост происходит прыжком, вертикальным прыжком. В этом про-цессе выделяется огромная созидательная сила.

Исследование чакр

Люди действительно ощущают пустоту сердца с соответствующим свойством холод-ности, только после месяца или более таких медитаций. Но когда присутствует это при-ятие, тогда начинается очень глубокое исследование. Участники начинают раскрывать внут-ри себя много таинственного. И когда они раскрывают это таинст-венное, они обнаружива-ют, что это всего

лишь простые факты жизни.

Когда открывается это пространство сердца, то только тогда возможно опустится к более низким чакрам. Здесь мы можем исследовать энергию силы или неправильное использование силы в третьей чакре; исследовать эмоции - гнев, печаль, страх - во второй чакре; исследовать сексуальность и страхи жизни и смерти, страх, связанный с выживанием, в первой, или основной, чакре.

Вещи, которые были упрятаны в подсознании, начинают всплывать, как пузырьки шампанского в стакане. Они всплывают наверх и освобождаются, потом и другие всплывают, взрываются и освобождаются. Если мы расположены в сердце без всякой критики, без всякого осуждения, без какого-либо отвергания этих вещей то, что ранее было подавлено, обнаруживает себя. А после высвобождения этого подавленного начинают выделяться сокровища. Таким образом, сначала выделяется все подавленное, что подобно выбрасыванию мусора, а затем начинают всплывать сокровища. Раз нижние центры открываются и очищаются от подавленных чувств и страхов, то высвобождаются вещи, которые затрудняли течение энергии.

Раз они высвобождаются, то энергия течет вверх от нижнего центра в сердце, а откуда она начинает течь вверх в горловой центр. Высвобождается созидательность и возникает непосредственность. Тогда человек начинает жить текущим моментом, а не в соответствии с руководствами, или правилами, или бессознательными схемами обуславливания, связанными с подавлением. Вслед за этими непосредственностью, чувствительностью и выражением любви приходят игривость и способность человека смеяться над собой и для себя. И этот смех является очень целительным.

Раз это случилось, то мы начинаем с медитаций для открытия третьего глаза. Для открытия третьего глаза, шестой чакры, имеются, по существу, два основных метода. Один из них заключается в проведении энергии от основания спины вверх через все энергетические центры, через тело, пока она не достигнет третьего глаза снизу и не откроет его. А второй метод является более непосредственным и использует медитации смотрения.

Согласно Ошо, около восьмидесяти процентов нашей энергии теряется через глаза. Она просто исходит из глаз и мы всю ее теряем. В медитациях смотрения направление тока энергии меняется на противоположное и она возвращается через глаза, касается третьего глаза и открывает его. Иногда для человека лучшим является один метод, иногда другой - нужно поэкспериментировать. Имеется также прекрасная медитация, разработанная Ошо и называемая медитацией Гуришанкар. Она использует голубой свет и является прекрасным способом для развития и открытия третьего глаза.

Круг любви

Когда чакра любви очистилась, можно также попробовать некоторые из медитаций, которые обычно называются «тантрическими». Конечно, в группе мы можем только ввести их; люди, которые желают заниматься тантрическими медитациями, должны делать это или в одиночку, или с любимым - в зависимости от медитации, - но не в группе.

Я расскажу вам немного о своих собственных экспериментах с ними. Но, прежде всего я хотела бы предупредить, что не собираюсь вводить кого-либо в заблуждение относительно значения тантры. Тантра не означает секс, тантра означает любовь, которая использует секс как средство вхождения в медитацию. Пусть у нас будет полная ясность относительно этого.

Тантра имеет в виду именно это: трансформацию любви в медитацию. И теперь вы можете понять, почему тантра так много говорит о любви и сексе. Почему? Потому что любовь является ближайшей естественной дверью, через которую вы можете выйти за пределы этого

мира, за пределы горизонтального измерения....

Любовь вдруг изменяет ваше измерение. Вы выбрасываетесь из времени и встречаетесь лицом к лицу с вечностью. Любовь может стать глубокой медитацией - глубочайшей медитацией.... Любовь для Шивы является величайшими воротами. И для него секс не есть нечто, подлежащее осуждению. Для него секс есть семя, а любовь есть цветение этого семени, и если вы осуждаете семя, то вы осуждаете и цветок. Секс может стать любовью. Если он не становится любовью, это уродство. Осуждайте уродство, а не секс. Любовь должна цвести, секс должен становиться любовью. Если он не становится любовью, это не его вина, это ваша вина.

Секс не должен оставаться сексом - так учит тантра. Он должен быть трансформирован в любовь. И любовь также не должна оставаться любовью. Она должна быть трансформирована в свет, в медитативное переживание, в последнюю, предельную мистическую вершину. Как преобразовать любовь? Будьте действием и забудьте про действующего. Во время любви будьте любовью - просто любовью. Тогда это будет не ваша любовь, не моя любовь, не чья-то еще любовь - это будет просто любовь. Когда вы не здесь, когда вы в руках предельного источника или потока, когда вы полностью в любви, тогда это не вы в любви. Когда любовь поглотила вас, вы исчезли; вы просто стали энергией цветения (глава 7).

В этой книге имеется ряд основных медитаций, которые мы можем попробовать. Но сначала нужно понять, что то, как мы используем секс сейчас, медитацией не является. С точки зрения тантры мы неправильно используем секс, потому что мы так много его осуждали в прошлом. Секс так много осуждался, что это осело в нашем коллективном подсознании - мы можем даже не осознавать это.

Постоянное вбивание в человеческий ум того, что секс является грехом, создает внутри вас высокий барьер. Вы никогда не позволяете себе полностью расслабиться. В стороне всегда стоит что-то осуждающее, даже для нынешнего поколения. Они могут утверждать, что они не обременены, что у них нет навязчивых идей, что секс для них не является табу, но вряд ли вы так легко можете разгрузить свое подсознание. Оно формировалось в течение многих веков; в нем все прошлое человечества. Поэтому, хотя вы можете и не считать это грехом сознательно, подсознание все равно постоянно осуждает секс. Вы никогда не бываете в нем тотально. Всегда что-то остается снаружи. Эта остающаяся часть создает расщепление. Тантра учит входить в секс тотально. Просто забудьте себя, свою цивилизацию, свою религию, свою культуру, свою идеологию. Забудьте все. Просто входите в половой акт: входите в него полностью, не оставляйте ничего снаружи. Станьте абсолютно нерассуждающим. Только тогда придет осознание того, что вы стали едины со своим любимым. И это ощущение единства может быть потом отделено от партнера и может быть использовано по отношению ко всей вселенной. Вы можете быть в половом акте с деревом, с луной, с чем угодно. Раз вы знаете, как создать этот круг, то он может быть создан с чем угодно - даже без чего-либо (глава 33).

В примечаниях к этому Ошо говорит, что некоторые медитации в большей степени подходят мужчинам, некоторые - женщинам. Эти различия основаны на его понимании дополнительных различий между телами мужчины и женщины. Прежде всего, говорит он, и мужчина, и женщина являются полумужчиной, полуженщиной, поскольку и тот и другая рождены от мужчины и женщины. Но тогда, в тех случаях, когда тело мужчины является положительным, тело женщины является отрицательным, и наоборот. У мужчины основная чакра имеет положительную энергию, поэтому оттуда может подниматься положительная энергия. Вот почему мужчина может испытывать подъем вдоль спины энергии кундалини. Но, говорит Ошо,

тело женщины в первой чакре является отрицательным; в этой части тела она будет обладать глубокой восприимчивостью, ее потен-циальной возможностью в этом месте является полное приятие.

У женщин положительная энергия помещается в грудях. Поэтому специально для жен-щин имеются две медитации. Одна из них заключается в осознании энергии «между под-мышками», то есть на всем участке сердечного центра. Если женщины сфокусируются на этом участке, то они почувствуют там положительную энергию. Вто-рая медитация для жен-щин заключается в концентрации точно на грудных сосках, на обоих сосках одновременно. Ошо говорит, что это придает телу женщины сладкий аромат, она может даже начать те-рять вес, чувствовать себя легче или иметь видения. Соответствующей медитацией для мужчи-ны является концентрация на основании пениса, где энергия мужчины является положи-тельной.

На самом деле, если мужчина пытается концентрировать внима-ние в области груди, он стано-вится очень беспокойным. Попро-буйте. Через пять минут вы начнете потеть и вам станет очень беспокойно, потому что мужская грудь является отрицатель-ной, она дает вам отрица-тельность. Вы испытываете беспокой-ство, неудобство, вам кажется, что что-то в теле про-исходит не так, что вы больны. Но женские груди являются положитель-ными. Если женщины бу-дут концентрировать свое внимание око-ло груди, то они почувствуют себя очень счастли-выми, блаженными, по всему их существу будет распространяться сла-дость и их тела будут те-рять вес. Они будут ощущать легкость, как если бы они могли летать. И при такой концен-тра-ции многое изменится; вы станете «более материнскими». Вы можете не стать матерью, но вы станете более материнскими. Ваши от-ношения со всеми станут более материнскими - будет больше сострадания, больше любви. Но эта концентрация на области груди должна выполняться очень расслабленно, не напряженно. Если с этим у вас будет связано некоторое на-пряжение, то про-изойдет разделение между вами и грудями. Расслабьтесь и рас-творитесь в них, почувствуйте, что вас больше нет, что остались только груди. Если то же самое дол-жен делать муж-чина, то он должен делать это с сексуальным центром, а не с грудями. Отсю-да и следует важность первой чакры во всех кунда-лини йогах. Он должен концентрироваться в точности на осно-вании пениса - там он имеет созидательные возможности, там он имеет по-ложительность (глава 67).

Имеются также медитации, которые мужчина и женщина могут делать вместе - одна из них «Не ищи облегчения в половом акте» (глава 33). Другая называется «Круг любви». Ко-гда мужчина и жен-щина занимаются любовью, если он отдает ей, отрицательной и вос-принимающей, энергию из своей положительной первой чакры, то эта энергия может подыматься по ее телу в область сердца, где она является положительной. Отсюда энергия может перейти в область сердца мужчины, являющуюся отрицательной, и если он примет ее, то она будет двигаться вниз по его телу к первой чакре. Будет создан круг для энергии любви.

Однажды я испытала это со своим партнером, не говоря ему об этом. В мое сердце притекло так много энергии, что я чувствовала, что готова взорваться. Я только спросила его: «Твое сердце немного приоткрылось?» Это было действительно так, для протекания энер-гии образовался замкнутый контур.

Ошо говорит, что, если возникает круг любви, то возникают вспышки, когда мужчина внезапно ощущает себя женщиной, а жен-щина чувствует, что она мужчина, а затем все воз-вращается на свои места.

Когда встречаются два любящих и становятся замкнутым кру-гом, то возникают вспышки. На какой-то момент любимый пре-вращается в любимую, а любимая становится любимым, а в следующий момент снова любимый есть любимый, любимая есть любимая. На мгновенье муж-

чина становится женщиной, затем на мгновение женщина становится мужчиной - потому что энергия течет и образует единый круг (глава 67).

Кроме того, существуют две тантрические медитации, которые вы можете делать в одиночку. Они основаны на понимании того, что блаженство, которое мы испытываем, когда занимаемся сексом, не исходит, на самом деле, от другого:

Когда есть два любящих, то внезапно они оба становятся отсутствующими. Остается чистая экзистенция - без какого-либо эго, без каких-либо конфликтов... просто общение. В этом общении человек испытывает блаженство. Неправильным будет предполагать, что другой дал вам это благословение. Это благословение снизошло на вас, потому что, не осознавая этого, вы вошли в глубокую медитационную технику.

Вы можете делать это осознанно - и если вы делаете это осознанно, то все происходит более глубоко, потому что тогда вы не связаны с объектом. Помните это - благословение случается благодаря вам. Благословение случается, потому что вы поглощены в другом (глава 13).

Итак, первая тантрическая медитация, которой можно заниматься в одиночку, называется «Встряска в сексе» (глава 33). Ее можно использовать и совместно с партнером, и она может помочь нам стать тотальным в половом акте. А вторая называется «Делай любовь без партнера» (глава 33). Если вы переживали «круг любви» с партнером, то вы сможете практиковать это и в одиночку:

Если вы уже имеете ощущение, если вы уже поняли, что наступил момент, когда вас больше нет, осталась только вибрирующая энергия, и вы с партнером образуете круг, то в этот момент исчезает и партнер. В этот момент существуете только вы, а для вашего партнера вас нет - есть только он или она. Это единство центрировано внутри вас, партнера там нет. Женщине легче иметь это ощущение, потому что они занимаются сексом с закрытыми глазами. Вы можете образовать этот круг с самим собой, потому что мужчина является и мужчиной, и женщиной, а женщина является и женщиной, и мужчиной. Вы и то и другое, потому что в вашем создании участвовали двое. Вы были созданы мужчиной и женщиной, поэтому ваши половинки напоминают каждого из них. Вы можете полностью забыть все - круг может быть создан внутри вас. Раз круг создан внутри вас - ваш мужчина встретился с вашей женщиной, внутренняя женщина встретила с внутренним мужчиной, - то вы в объятиях с самим собой. И только при создании такого круга достигается истинное безбрачие (глава 33).

Темнота секты ессеев

Я уже говорила, что в течение всех трех месяцев курса мы практикуем медитацию темноты. Мы закрываем все окна и двери и так плотно запечатываем их, что в помещение не проникает ни один луч света. Комната становится полностью черной, совершенно темной, и мы сидим в ней в течение одного часа. Мы держим глаза открытыми и позволяем им стать очень восприимчивыми и впитывающими темноту подобно губке, впитывающей воду. Мы позволяем всему телу наполниться темнотой. Это первая стадия медитации темноты.

Если вы практикуете эту медитацию, то вы должны помнить, что Ошо советовал делать ее совместно с медитацией света или с медитацией движения. В противном случае энергия становится слишком направленной внутрь, а это палка о двух концах.

Имеется вторая стадия медитации темноты, в которой мы сидим в темноте с открытыми глазами, поглощая ими темноту в течение 45 минут. Тогда мы лежим в позе эмбриона и представляем себе, что мы находимся в утробе матери.

А для тех, кто практиковал медитацию темноты в течение нескольких месяцев, имеется

еще и третья стадия: когда мы покидаем помещение, где проводилась медитация темноты, днем или ночью - неважно, мы выносим внутри себя маленькую частицу темноты. Эта медитация позволяет вашей энергии становиться холодной, более расслабленной и восприимчивой.

Один из участников, практиковавших медитацию темноты, ска-зал: «Эта медитация дает мне возможность существовать в обшир-ном бесконечном пространстве без всяких гра-ниц». Другой сказал, что ему кажется, что медитация темноты «является целебной - она так успокаивает, как классическая музыка». Третий участник расска-зывал группе: «Хотя я и провел три дня с завязанными глазами и с затычками в ушах, мне показалось, что всего лишь один час медита-ции темноты был даже более интенсивным по воздействию».

Испытание медитаций

Я хотела бы подчеркнуть, что подход Ошо является весьма науч-ным - он никогда не про-сит нас верить тому, что он рассказывает о методе. Он всегда воодушевляет нас на то, чтобы мы сами испыты-вали его пригодность для нас. Но если вы прочитаете эту книгу, а затем вернете ее на полку, не попытавшись сделать какие-либо меди-тации, то они останутся в вашей голове в виде информации или знаний, но не смогут помочь вам удовлетворить ваши потребности. Конечно, не каждая техника пригодна для любого, но среди этих ста две-надцати методов хотя бы один метод окажется привлекательным для личности любого типа.

Когда вы читаете то, что Ошо говорит о различных техниках, вам может показаться, что одна из них просто приклеилась к вам. Это та, которую вам следует испытать. Ошо говорит, что если вы почувство-вали склонность к ней, то поиграйте с нею в течение трех дней, затем расслабьтесь, успокойтесь. Если вы продолжаете чувствовать, что она хороша для вас, если вы установите, что она позволяет вам быть более осозанным, продолжайте практиковать ее в течение трех месяцев. Даже если вы поняли метод на вербальном уровне при первом чтении, очень важно после экспериментирования с ним перечитать, что о нем говорит Ошо, чтобы вы могли уловить нюансы и тонкие моменты метода.

Человек, который честно выполняет какую-либо медитацию, на-чинает уяснять для себя, что в ней является истинным. Поэтому, если вы испытываете какой-нибудь метод, вы сами на собственном опыте поймете характер его воздействия на вас. Но следует запом-нить один момент: в методе Ошо рассмотрения медитаций техники не предназначены не-посредственно для их исполнения. Так что по-пытайтесь избегать ориентации на опреде-ленный результат.

Блаженство является только следствием, вы не можете схва-тить его непосредственно. Оно является таким деликатным явлением, что вы можете приблизиться к нему только в обход. Делайте что-нибудь другое и это случится. Вы не можете пол-учить его непосредствен-но.

Если вы связываете свои действия только с результатом, то он никогда не случится. И то-гда это становится очень странным. Люди приходят ко мне и говорят: «Вы говорили, что если мы будем медитировать, то это случится, но мы делали все, что нужно, а это не случилось». И они правы, но они забыли про условие: вы должны забыть про результат, только тогда он случится. Вы должны быть в своем действии тотально. Чем в большей степени вы в действии, тем скорее случится результат. Но он всегда является непрямым. Вы не можете быть агрес-сив-ным по отношению к нему, вы не можете быть насильственным по отношению к нему. Это такое тонкое явление, оно не может быть достигнуто наскоком. Он приходит к вам только тогда, когда вы заняты чем-либо другим настолько тотально, что ваше внутреннее простран-ство является незанятым. Все эти техники являются непрямыми. Для достижения духовного непосредствен-ных техник нет (глава 13).

Раз переживание является вашим, то возникает доверие. Есть история, которая хо-рошо

иллюстрирует мой опыт работы с этими медитациями. Это история о бедном лесорубе, который повстречал в лесу старого суфийского мистика. Старик спросил его, почему он рубит лес, когда рядом имеются медные копи - одного дня работы будет достаточно, чтобы обеспечить себя на неделю. Лесоруб добыл некоторое количество меди, и этого действительно было достаточно для удовлетворения недельных нужд. Он отправился к мистика, чтобы выразить ему свою благодарность, но тот сказал ему, что если он пройдет немножко дальше, то обнаружит серебряные копи и тогда дня работы будет достаточно, чтобы обеспечить себя на целый месяц. Тогда человек добыл некоторое количество серебра, и этого было достаточно ему на месяц. Он снова отправился выразить свою благодарность, а мистик рассказал ему о золотых копиях, расположенных еще дальше. И человек пошел еще дальше и добыл некоторое количество золота, которого ему хватило бы на целый год! Когда лесоруб пришел к суфию в следующий раз, на нем была новая одежда, и он выглядел много богаче. Он спросил старика, не найдет ли он что-нибудь, если пойдет еще немного дальше. И суфий сказал ему, что там будут алмазные копи. Он добыл алмазов на всю свою жизнь, но затем он осознал, что сам суфий сидит под деревом и не заботится ни о золоте, ни об алмазах - и что мистик сказал ему, что имеется нечто дороже алмазов, и что если он не обнаружит копи в своем собственном существе, он не найдет ничего. Поэтому он уселся около мистика и весь день провел с ним, получив огромное удовлетворение. Позже он спросил мистика, почему он не сказал ему об этом блаженстве в самый первый раз. И суфий ответил: «Ты бы не слушал меня. Сначала нужны были алмазы. А теперь ты можешь отправляться домой, потому что копи твоего сокровища находятся в тебе самом». (См. Ошо «Спустя 25 веков Сократ снова отравлен».)

Эта история хорошо иллюстрирует мой опыт общения с Ошо с 1976 года, опыт слушания и исследования, правильного и неправильного понимания, опыт открытия этих медитаций. Очень медленно каждое его предложение вело меня внутрь себя все глубже и глубже, доверие росло, так что сейчас это доверие является очень глубоким, очень сильным, и вознаграждение от испытания этих методов является таким же глубоким и сильным.

Для нас с Вадудой является невыразимым блаженством находиться во время проведения курса в помещении для медитаций с таким количеством искренних и преданных людей. Я часто испытываю чувство восторга, находясь рядом с людьми, с такой чистотой и невинностью позволяющих себе раствориться в чем-то, находящемся за пределами ума, в чем-то, что ум даже не в состоянии осознать.

Этот курс прекрасен для всех и в другом отношении - участники приходят к пониманию и уважению друг друга. Они учатся понимать, что переживания людей различны и что не следует сравнивать себя с другими. Они могут допускать, что их собственные переживания являются полностью уникальными так же, как и их переживания в их повседневной жизни.

В самом начале книги Ошо говорит нам, что когда техника действительно подходит нам, то будет некоторый переходный период, в течение которого мы будем испытывать беспокойство или в большей степени осознавать свое беспокойство. Техника может привести к молчанию только позже (глава 2). Во время проведения курса иногда случается так, что возникают или подчеркиваются некоторые трудности из нашей повседневной жизни, что может быть связано с выполнением некоторой конкретной медитации. Мы все начинаем понимать, что если в каждом этом случае глубоко всмотреться в эту трудность, то она может стать моментом нашего понимания. Она может привести к такому состраданию!

Когда кто-то работает над какой-либо проблемой и, преодолев ее, оказывается на другой стороне, он может обернуться назад и увидеть еще кого-то, борющегося с той же самой трудностью. Он может прямо посмотреть в глаза этому другому, без какого-либо оценивания, без критики, без отвержения и осуждения; он может подойти к другому с пониманием и от-

звывчивостью. Человек, который все еще испытывает трудности, может увидеть в глазах другого сострадание и приятие. Это настолько успокаивает, что дает человеку силы и мужество продолжать - пока, наконец, они не будут стоять по одну сторону, с одним и тем же пониманием и состраданием по отношению к кому-либо третьему, кто наткнулся в своем путешествии на тот же самый камень.

Итак, совместное медитирование и участие во всем процессе приводит к огромному обогащающему переживанию, к великолепному переживанию. К концу курса люди обычно останавливаются на двух или трех медитациях, которыми они хотели бы продолжать заниматься и в которые они бы хотели углубиться в большей степени. И то, что происходит со временем с этими людьми в результате углубления в эти медитации, является - скажем так - неопишваемым.

19 января 1990 года Ошо покинул свое тело, сказав, что он будет растворен в своих людях. Если вы один из этих людей, то вы уже знаете, что это так, и эти слова Ошо могут стать для вас еще более ценными. А если вы делаете свои первые шаги, то, возможно, путем чтения Вигьяны Бхайравы Тантры и экспериментирования с техниками вы придете к знанию и будете благословлены присутствием Ошо и неразрушимой энергией. Вы сможете двинуться на волнах этой энергии в чудесное путешествие домой, к себе.

Ма Дэва Вадуда, бакалавр наук, магистр искусств
Ма Йога Ранджана, доктор философии
(Международный мультиверситет Раджниша)

ОБ ОШО

Большинство из нас прожили свои жизни в мире времени, в воспоминаниях о прошлом и в ожиданиях будущего. Лишь изредка мы на самом деле соприкасаемся с настоящим без времени - в моменты внезапного появления прекрасного или опасности, при встрече с любимым или при неожиданном удивлении. Очень немногие люди вырвались из мира времени и разума, избавились от своего честолюбия и чувства соперничества и начали жить в мире без времени. И из тех, кто достиг этого, лишь немногие пытались поделиться своим жизненным опытом. Лао-цзы, Гаутама Будда, Бодхидхарма... или со-всем недавно Георгий Гурджиев, Рамана Махарши, Кришнамурти... Современники считали их эксцентричными или сумасшедшими; после смерти их называли «философами». И со временем они становились легендой - не обычными человеческими существами из мяса и крови, а неким мифическим представлением нашей коллективной потребности в росте за пределы нашей незначительности и обыденности, бессмысленности нашей повседневной жизни.

Ошо является одним из тех, кто нашел способ прожить свою жизнь в безвременном настоящем, - он называл себя «истинным экзистенциалистом», - и он посвятил свою жизнь задаче побуждения других людей к поискам таких же способов выхода из мира прошлого и будущего и к поискам для себя вечной жизни.

С самого раннего детства Ошо, проведенного в Индии, было ясно, что он не собирается следовать обычаям окружающего его мира. Первые семь лет своей жизни он провел с бабушкой и дедушкой по материнской линии, которые предоставляли ему полную свободу быть самим собой, свободу, которой мало кто может наслаждаться в детстве. Он любил одиночество, предпочитая проводить долгие часы в спокойном сидении около реки или в самостоятельном исследовании окружающего его мира. Он утверждает, что смерть его деда оказала глубокое влияние на его внутреннюю жизнь, пробудив в нем решительное желание, найти в человеческой жизни то, что является бессмертным. К тому времени, когда он присоединился к

растущей семье своих родителей и пошел в школу, он доста-точно ясно и прочно утвердился в осознании себя, что дало ему мужество бросить вызов всем по-пыткам окружающих его старших сформировать его жизнь согласно их собственному пред-ставлению о том, какой она должна быть.

Ошо никогда не избегал полемики. По его мнению, истина не должна идти на компро-мисс, иначе это не истина. А истина - это не вера, но переживание. Он никогда не призывал людей верить ему на слово, но предпочтительно экспериментировать, чтобы самим убе-диться в истинности или ложности его слов. В то же время он явля-ется неутомимым в по-исках путей и средств демонстрации наших верований в том виде, какими они на самом деле являются - только утешениями для умиротворения наших беспокойств перед лицом неизвестного и барьерами от столкновения с таинственной и неисследованной реально-стью.

После своего просветления в возрасте двадцати одного года Ошо завершает свое акаде-мическое образование и несколько лет препода-ет философию в университете города Джа-балпур. В то же время он разъезжает по Индии, проводя беседы, бросая вызов лидерам ор-то-доксальных религий в публичных дискуссиях и встречаясь с людьми всех сфер деятель-ности и различного общественного положения. Он интенсивно читает все, что может най-ти, для расширения своего понимания систем верований и психологии современного че-ловека. В конце шестидесятых годов Ошо начал разрабатывать свои уни-кальные техники динамической медитации. Он утверждал, что со-временный человек так обременен уста-ревшими традициями прошлого и беспокойствами современной жизни, что он должен пройти через процесс глубокого очищения, прежде чем сможет наде-яться найти свободное от мыслей, расслабленное состояние медитации. Он начал организовывать в различных местах Индии медитативные лагеря, проводя беседы с их участниками и персонально руководя заня-тиями по разработанным им техникам медитации.

В начале семидесятых годов люди на Западе впервые услышали об Ошо и они стали присоединяться к все растущему числу индий-цев, посвященных им в ряды неосанньясинов. К 1974 году вокруг Ошо в городе Пуна в Индии была организована коммуна, и тонкая струйка посетителей с Запада скоро превратилась в поток. Многие из при-бывших с Запада были психотерапевтами, то есть теми, кто уже столкнулся с ограничениями западной психоте-рапии и искал методов, которые могли бы обогатить и трансформировать более основа-тельные глубины человеческой психики. Ошо поощрял использова-ние их знаний и опыта в коммуне и тесно сотрудничал с ними с целью обогащения их методов в контексте медита-ций.

Он говорил, что проблемой методов психотерапии, разработан-ных на Западе, является то, что они ограничивают себя лечением ума и его психологией, в то время как на Востоке уже давно поняли, что ум сам по себе, вернее, наше отождествление себя со своим умом, является проблемой. Методы психотерапии могут быть полезными - как и катарсические стадии разработанных Ошо медитаций - при освобождении людей от их подавленных эмоций и страхов и для помощи людям в более ясном осознании самих себя. Но пока мы не начнем отделять себя от механизма ума и его проекций, желаний и страхов, мы будем выбираться из одного рва, в который попали, и сразу же попадать в другой ров, теперь уже искусственно созданный. Поэтому психотерапия должна идти рука об руку с процессом не-отождествления и свидетельствования, известным как медитация.

К концу семидесятых годов коммуна в Пуне превратилась в круп-нейший в мире центр психотерапии и духовного развития, и в нее прибывали тысячи людей для того, чтобы принять участие в работе психотерапевтических и медитационных групп, посидеть рядом с Ошо в его ежедневных утренних беседах и принять участие в жизни коммуны, а затем, возможно, возвратиться в свои страны, чтобы организовать там медитационные цен-тры.

В период между 1981 и 1985 годами эксперимент с коммуной был проведен в Соединенных Штатах, на пустынном участке площадью 126 квадратных миль на востоке штата Орегон. Для Ошо это был период тишины и изоляции от окружающего мира, за исключением его ежедневных прогулок по окрестностям. Основные усилия жизни коммуны были направлены на строительство города Раджнишпурам, «оазиса в пустыне». В кратчайшие сроки коммуной было построено жилье на пять тысяч человек и началось восстановление земли, истощенной десятилетиями неправильного использования, восстановление ручьев, создание озер и водоемов, создание самообеспечивающейся сельскохозяйственной структуры и посадка тысяч деревьев.

Программы медитаций и психотерапии в Раджнишпураме осуществлялись Международным Университетом Медитаций Раджниша. Современное оборудование, созданное для университета, и его защищенные от внешнего влияния аудитории придавали его учебным программам такую глубину и широту, которая никогда не была возможна ранее. Были разработаны более длительные учебные курсы и циклы тренировок, и был привлечен более широкий круг участников, включая многих из тех, кто уже нашел свое место в мире и хотел бы расширить свои профессиональные навыки и знания и свое понимание самих себя. Ежегодные фестивали, проводимые в июле с целью празднования «Дня Мастера», привлекали до двадцати тысяч человек - можно было посидеть в присутствии Ошо и поприветствовать его в его ежедневных поездках.

Но Соединенные Штаты недоброжелательно отнеслись к этому новому эксперименту на своей территории, и вскоре большое количество правительственных учреждений, частных организаций и фундаменталистских христианских организаций объединили свои усилия в попытках предотвратить дальнейшее существование Раджнишпурама. Его обитатели за пределами города подвергались словесным и физическим оскорблениям, а сам город и различные городские корпорации постоянно вовлекались в длительные судебные баталии по различным обвинениям. Личная секретарша Ошо, которая управляла делами в период его ухода от общественной жизни, приобретала те отрицательные качества, которые приписывали ей ее оппоненты, преследуя их с убийственным рвением и управляя коммуной железной рукой.

Приблизительно в этот период Ошо возобновил свои публичные выступления. Он обратил свое внимание к христианству, к его фундаментальным ценностям послушания и слепой веры, к его идеям греховности и наказуемости, к его манифестациям фанатизма и насилия. Он говорил о свободе и ответственности и о глубоком уважении к жизни. Он бросал резкий вызов всем противникам коммуны, призывая их прийти и провести эксперимент над собой, а также обращать больше внимания на соблюдение своей собственной конституции.

Секретарша Ошо, в конце концов, покинула коммуну, оставив за собой хвост из преступлений и дурных дел, некоторые из которых были направлены против внешних противников, а большая часть - против жителей самой коммуны. Местные и федеральные власти использовали эту возможность, чтобы начать движение против городских и коммунальных структур, предъявляя долговые обязательства городских корпораций и угрожая захватом всего их имущества. Ошо был арестован без учета мнения поручителей и в попытке дискредитировать его и связать его с преступлениями его секретарши его везли через всю страну в тюремном транспортном самолете закованного в кандалы и в цепях. Пятичасовое путешествие было растянуто на пять дней, включая два дня, когда местопребывание Ошо держалось в секрете от его адвокатов и когда он был зарегистрирован в тюрьме штата Оклахома под чужим именем. Прогрессивное ухудшение его здоровья, последовавшее за этим периодом, в конце концов, привело врачей к мнению, что в течение этих двух дней в Оклахоме он был отравлен, предположительно препаратами таллия.

По совету своих адвокатов, которые опасались за его жизнь, Ошо позволил депортировать себя из Соединенных Штатов на основе незначительных нарушений иммиграционного права. Он взошел в самолет с целью посетить многие страны мира, но в результате давления со стороны Государственного Департамента США получилось так, что двадцать одна страна или просто запретила ему въезд в страну, или депортировала его из страны без всяких объяснений после короткой остановки. Он возвратился в Индию в середине 1986 года, где он немедленно был принят сотнями последователей и друзей со всего мира.

К январю 1987 года Ошо вернулся в Пуну, где стал проводить свои беседы дважды в день. В течение нескольких месяцев коммуна в Пуне полностью возобновила программу своей деятельности, расширившись далеко за ее прежние пределы. Стандарт современных сооружений с кондиционированием воздуха был установлен в США, и Ошо дал понять, что новая коммуна Пуны должна быть оазисом 21 века - даже в развивающейся Индии. Все больше и больше людей приезжали с Востока - особенно из Японии - и их присутствие внесло соответствующее обогащение в программы лечения и боевых искусств. Развивалось также видео и театральное искусство, была создана «Школа Мистерий». Это расширение сфер деятельности было отражено в слове «Мультиверситет», которое Ошо выбрал в качестве общего названия для всех своих программ.

А упор на медитации стал еще более сильным - они были постоянно возобновляемой темой бесед Ошо. Кроме того, он разработал и ввел в практику несколько новых медитационных техник, включая такие, как «Не-ум», «Мистическая роза» и «Рождение заново».

В середине 1987 года Ошо начинает постепенно уходить от публичной деятельности. Его слабое здоровье часто не давало ему проводить беседы и периоды его отсутствия становились все длиннее. В середине 1988 года он ввел в свои беседы новый элемент, вводя свою аудиторию в трехстадийную медитацию в конце каждой из своих бесед. В апреле 1989 года он провел свою последнюю беседу, отвечая на вопросы и комментируя сутры дзэна. В течение последующих месяцев, если позволяло здоровье, он выходил по вечерам посидеть со своими последователями и друзьями в медитации музыки и молчания, после чего он отдыхал в своей комнате, а собравшиеся наблюдали видеозапись одной из его бесед.

Ошо покинул свое тело 19 января 1990 года. За несколько недель до этого момента его спросили, что будет с делом его жизни после его ухода. Он сказал:

Я верю в жизнь абсолютно. Если в том, что я говорю, есть хоть сколько-нибудь истины, оно будет жить... Люди, которые сохранили интерес к моей работе, просто понесут светильник дальше, не предписывая что-либо кому-либо...

Я останусь источником вдохновения для моих людей. Это то, что будет чувствовать большинство санньясинов. Я хотел бы, чтобы они растили в себе качества, подобные любви, вокруг которой не может быть создана никакой церкви, подобные осознанности, которая не является ничьей монополией; подобные празднованию, радости и сохранению свежести, чтобы они сохранили детские глаза...

Я хочу, чтобы мои люди знали себя для того, чтобы их поведение не было обусловлено кем-либо другим. И путь ведет внутрь самого себя.

За несколько месяцев до того, как покинуть свое тело, Ошо продиктовал надпись для его Самадхи, склепа из мрамора и зеркального стекла, содержащего его пепел. Она гласит:

ОШО

Никогда не рождался - Никогда не умирал

Лишь посетил эту Землю

между

11 декабря 1931 года и 19 января 1990 года

Глава 1

МИР ТАНТРЫ

1 октября 1972 года, Бомбей, Индия

Сутры:

О, Шива, в чем заключается твоя подлинная сущность?

Что есть эта наполненная чудесами вселенная?

Что составляет начало всего? Кто центрирует колесо вселенной?

Что есть эта жизнь за пределами форм, пронизывающая формы?

Как можем мы проникнуть в это полностью, вне пространства и времени, без имен и описаний?

Избавь меня от сомнений!

Несколько вводных замечаний. Прежде всего, мир Вигьяны Бхайравы Тантры не является интеллектуальным, он не является философским. Говорить о ней, как о доктрине, бессмысленно. Она связана с методом, с техникой, а совсем не с принципами. Слово «тантра» означает технику, метод, путь. Поэтому она не является философией - запомните это. Она не связана с интеллектуальными проблемами или запросами. Она не связана с «почему» различных вещей, она связана с «как»; не с вопросом «что есть истина», а с вопросом «как можно постичь истину».

Тантра означает технику. Так что этот трактат является научным. Наука не связана с вопросом «почему», наука связана с вопросом «как». В этом основное отличие науки от философии. Философия спрашивает: «Почему это существует?» Наука спрашивает: «Как это существует». В тот момент, когда вы задаете вопрос «как», становится важным метод, техника. Теории становятся бессмысленными, центром всего становится переживание.

Тантра является наукой, а не философией. Понять философию нетрудно, поскольку для этого требуется только ваш интеллект. Если вы можете понимать язык, если вы можете воспринимать понятия, вы можете понимать философию. Вы не должны меняться, от вас не требуется трансформация. Таким, как вы есть, вы можете понимать философию - но не тантру.

Вам потребуется изменение... даже, скорее, мутация. Пока вы не станете другим, вы не сможете понять тантру, поскольку тантра - это не интеллектуальное суждение, а переживание. Оно не придет к вам, пока вы не будете восприимчивыми, готовыми, уязвимыми.

Философия связана с умом. Вашей головы для нее достаточно, ваша целостность здесь не требуется. Тантра нуждается в вас во всей вашей целостности. Это более глубокое требование. Вы должны будете находиться в ней целиком. Она не фрагментарна. Для того чтобы принять ее, требуется другой подход, другая позиция, другой ум. Именно поэтому кажется, что Дэви задает философские вопросы. Все вопросы могут восприниматься как философские.

В действительности же каждый из вопросов может восприниматься двояким образом: философски или тотально, интеллектуально или экзистенциально. Если кто-нибудь, например, спросит: «Что такое любовь?», вы можете отнести к нему интеллектуально, вы можете дискутировать, вы можете предлагать теории, вы можете отстаивать конкретные гипотезы. Вы можете создать систему, доктрину - и, тем не менее, совсем не знать любви.

Для создания доктрины переживание не требуется. На самом деле наоборот, чем меньше вы знаете, тем лучше, поскольку тогда вы можете предлагать какую-либо систему без всяких колебаний. Только слепой человек легко может дать определение того, что такое свет. Когда вы не знаете, вы становитесь самоуверенными. Невежество всегда самоуверенно; знание сомневается. И чем больше вы знаете, тем больше вы чувствуете, что земля уходит из-под ног. Чем больше вы знаете, тем больше вы чувствуете, насколько вы невежественны. И те, кто действительно мудр, становятся невеждами. Они становятся простыми, как дети, или простыми, как идиоты.

Чем меньше вы знаете, тем лучше. Легко философствовать, быть догматиком, создавать учения. Очень легко решать проблему интеллектуально. Но решать проблему экзистенциально – не только думать о ней, но прожить ее, пройти сквозь нее, позволить себе быть трансформированным ею – это сложно. Это значит, что для того, чтобы знать о любви, нужно будет любить. Это опасно, потому что вы не сможете остаться тем же самым. Переживание может изменить вас. В тот момент, когда вы начинаете любить, вы становитесь другим человеком. И когда вы выйдете из переживания, вы не в состоянии будете узнать свое старое лицо, оно не будет принадлежать вам. Произойдет нарушение непрерывности. Теперь имеет место разрыв, старый человек мертв, пришел новый человек. Это то, что известно как перерождение – второе рождение.

Тантра является не философской, а экзистенциальной. Поэтому Дэви задает вопросы, которые кажутся философскими, но Шива не собирается отвечать на них подобным образом. Поэтому лучше все это понять в самом начале; в противном случае вы будете обескуражены, поскольку Шива не собирается отвечать ни на один из вопросов. Шива совсем не собирается отвечать ни на один из вопросов, которые задает Дэви. И все-таки он отвечает! И действительно, только он ответил на них и никто другой – но совсем в другом плане.

Дэви спрашивает: «В чем заключается твоя реальность, мой господин?» Он не собирается отвечать ей. Наоборот, он даст технику. И если Дэви пройдет через эту технику, она узнает. Поэтому ответ является иносказательным, а не прямым. Он не собирается отвечать на вопрос: «Кто Я?». Он даст технику – делайте ее и вы узнаете.

Для тантры действие есть знание, и другого знания не существует. Пока вы не будете делать что-нибудь, пока вы не будете меняться, пока вы не будете иметь другой взгляд на то, что рассматривать и чем рассматривать, пока вы не будете двигаться в измерении, совершенно отличающемся от интеллекта, ответа не будет. Ответы могут быть даны – все они будут ложью. Все философии являются ложью. Вы задаете вопрос и философия дает вам ответ. Он удовлетворяет или не удовлетворяет вас. Если он вас удовлетворяет, вы становитесь приверженцем этой философии, но вы остаетесь тем же самым. Если он вас не удовлетворяет, вы отправляетесь на поиски некоторой другой философии, чтобы стать ее приверженцем. Но вы остаетесь тем же самым; вы остаетесь совсем незатронутым, вы не изменились.

Поэтому не имеет значения, являетесь ли вы индусом, мусульманином, христианином или джайном. Реальная личность позади вывески индуса, мусульманина или христианина является одной и той же. Различаются только слова или одежды. Человек, который направляется в церковь, или в храм, или в мечеть, остается одним и тем же. Изменяется только внешность, и эта внешность является лживой, она является маской. За маской вы найдете того же самого человека – тот же гнев, ту же агрессию, то же насилие, ту же жадность, ту же похоть – все то же самое. Отличается ли сексуальность мусульманина от сексуальности индуса? Отличается ли насилие христианина от насилия индуса? Все одно и то же. Действительность остается одной и той же, меняется только одежда.

Тантра не имеет отношения к вашей одежде, она имеет отношение к вам. Если вы зада-

дите вопрос, она покажет, где вы находитесь. Она покажет также, что кем бы вы ни были, вы не можете видеть; вот почему имеет место вопрос. Слепой человек спрашивает: «Что такое свет?», и философия начнет отвечать ему, что такое свет. Тантра будет знать только одно - если человек спрашивает: «Что такое свет?», то это показывает, что он слеп. Тантра начнет воздействовать на чело-века, изменять его таким образом, чтобы он мог видеть. Тантра не скажет, что такое свет. Тантра скажет, как достичь понимания, как обрести способность смотреть, как обрести способность видеть. Ког-да появится способность видеть, появится ответ. Тантра не даст вам ответ, тантра даст вам метод для получения его.

Итак, этот ответ не будет интеллектуальным. Если вы скажете что-нибудь о свете сле-пому человеку, это будет интеллектуальным. Если сам слепой становится способным ви-деть, это является экзи-стенциальным. Вот что я имею в виду, когда говорю, что тантра является экзистенциальной. Поэтому Шива не собирается отвечать на вопросы Дэви; и все же он ответит - и это первое.

Второе заключается в том, что это другой тип языка. Прежде, чем мы войдем в него, вы должны знать о нем что-нибудь. Все рассуждения тантры представляют собой диалоги меж-ду Шивой и Дэви. Дэви спрашивает, а Шива отвечает. Все рассуждения тантры начинаются таким образом. Почему? Почему именно этот метод? Это имеет большое значение. Это не диалог между учителем и учеником, это диалог между двумя любовниками. И тантра подчеркивает эту очень важную мысль: что более глубокое обучение не может быть осущест-влено до тех пор, пока не будет любви между этими двумя - мастером и учеником. Мастер и ученик должны стать страстными любовника-ми. Только тогда может быть выражено нечто высшее, запредельное.

Таким образом, это язык любви; ученик должен быть в состоя-нии любви. Но не только это - друзья тоже могут любить друг друга. Тантра говорит, что ученик должен быть вос-приимчивым, что уче-ник должен быть в состоянии женской восприимчивости; только тогда что-либо возможно. Чтобы быть учеником, вы не обязаны быть жен-щиной, но вы должны быть в состоянии женской восприимчивости. Когда спрашивает Дэви, это значит, что спра-шивает состояние женст-венности. Почему делается упор на этом состоянии женственности?

Мужчина и женщина отличаются не только физически, они от-личаются также психологи-чески. Пол означает не только различие в телах, но и различие в психологиях. Женский ум подразумевает восприимчивость - тотальную восприимчивость, безоговорочную капи-туляцию, любовь. Ученику нужна женская психология - в про-тивном случае он не сможет учиться. Вы можете спрашивать, но если вы не являетесь открытым, вам невозможно будет получить ответ. Вы можете задавать вопрос и, в то же время, оставаться закрытым. Тогда ответ не сможет проникнуть в вас. Ваши двери закрыты - вы мертвы. Вы не открыты.

Женская восприимчивость подобна восприимчивости матки в ее внутренней глубине, дающей ей возможность получать. И не только это - предполагается нечто гораз-до боль-шее. Женщина не просто воспринимает что-либо, но в момент, когда она это воспринима-ет, оно становится частью ее тела. Получен ребенок. Женщина оплодот-воряется; в момент оплодотворения ребенок становится частью жен-ского тела. Он не является чем-то чужерод-ным. Он поглощен. Теперь ребенок будет жить не как нечто, добавленное к матери, но как часть ее, как сама мать. И результатом является не только принятие ребен-ка; женское тело становится творящим, ребенок начинает расти.

Ученик должен обладать восприимчивостью женской матки. Все, что воспринимается, не должно накапливаться в виде мертвых зна-ний. Оно должно расти в вас, оно должно стать вашей плотью и кровью. Оно должно стать частью вас. Оно должно расти! Этот рост изме-нит вас, преобразует вас, принимающего. Вот почему тантра использует этот прием. Каж-дое рассуждение начинается с вопроса Дэви, а Шива отвечает на него. Дэви является суп-ругой

Шивы, его женской частью.

И еще одно... Современная психология, особенно глубокая психология, утверждает, что человек является и мужчиной, и женщиной. Никто не является только мужчиной, никто не является только женщиной; все являются бисексуальными. Здесь присутствуют оба пола. На Западе это является результатом совсем недавних исследований, но для тантры это было одним из основных понятий в течение тысяч лет. Вы, вероятно, видели некоторые изображения Шивы как ардха-наришвары - наполовину мужчина, наполовину женщина. Во всей истории человечества нет больше понятий, подобных этим. Шива представляется наполовину мужчиной, наполовину женщиной.

Поэтому Дэви не просто супруга, она - другая половина Шивы. И пока ученик не превратится во вторую половину мастера, ему невозможно будет передавать высшие учения, эзотерические методы. Когда вы превратитесь в единое, тогда исчезнут сомнения. Когда вы являетесь единым целым со своим мастером - тотально единым, глубоко единым, - тогда не нужны будут аргументы, не нужна логика, не нужны рассуждения. Один из них просто впитывает; один из них становится маткой. И тогда учение начинает расти в вас и изменять вас.

Вот почему тантра написана на языке любви. О языке любви необходимо понимать еще кое-что. Имеется два типа языков - язык логики и язык любви. Между ними имеются существенные различия.

Язык логики является агрессивным, спорящим, насильственным. Если я использую язык логики, я становлюсь агрессивным по отношению к вашему уму. Я стараюсь убедить вас, обратить вас, сделать вас своей марионеткой. Мои аргументы являются «правильными», а вы являетесь «неправым». Язык логики является эгоцентрическим: «Я прав, а вы неправы, поэтому я должен доказать вам это». Я проявляю беспокойство не о вас, я проявляю беспокойство о своем эго. Мое эго всегда «право».

Язык любви является совершенно другим. Я не забочусь о своем эго, я забочусь о вас. Я не стремлюсь к тому, чтобы доказать что-либо и укрепить свое эго. Я забочусь о том, чтобы помочь вам. Это сострадание, направленное на то, чтобы помочь вам расти, помочь вам трансформироваться, помочь вам переродиться.

Во-вторых, логика всегда будет интеллектуальной. Будут иметь значение понятия и принципы, будут иметь значение аргументы. В языке любви то, что говорится, не имеет такого значения, скорее имеет значение, как это говорится. Не имеет значение оболочка, слово; более важным является содержимое, сообщение. Это есть разговор от сердца к сердцу, а не дискуссия между двумя умами. Это не дебаты, это общение.

Итак, какое редкостное явление: Дэви сидит на коленях у Шивы и спрашивает, а Шива отвечает. Это не конфликт, а любовный диалог - как будто Шива говорит сам с собой. Почему я делаю такой упор на любви, на языке любви? Потому что если вы находитесь в состоянии любви со своим мастером, то все ваше мироощущение меняется, оно становится другим. Тогда вы не слышите его слов, тогда вы пьете его. Тогда слова становятся неуместными. Тогда более значительным становится молчание между словами. Все, что он говорит, может иметь значение, а может и не иметь значения... но значение имеют его глаза, его жесты, его сострадание, его любовь.

Вот почему тантра имеет такую фиксированную структуру изложения. Каждая новая тема начинается с вопроса Дэви и ответа Шивы. Здесь не будет никаких аргументов, никакой ненужной траты слов. Здесь имеется только простое утверждение фактов, телеграфные сообщения без всякого намерения убедить, но лишь установить связи между явлениями.

Если вы атакуете Шиву вопросом, находясь в состоянии замкнутого ума, то в этом случае он вам не ответит ожидаемым образом. Сначала должна быть сломлена ваша замкнутость. Тогда

он будет вынужден быть агрессивным. Тогда должны быть разрушены ваши предрассудки, ваши зараженные составленные мнения. Пока вы полностью не очиститесь от своего прошлого, ничто не может быть дано вам. Но все совсем не так по отношению к его супруге Дэви - у Дэви нет прошлого.

Помните, что когда вы находитесь в глубоком состоянии любви, ваш ум приостанавливает свое существование. Нет никакого прошлого, лишь настоящий момент становится всем. Когда вы пребываете в состоянии любви, единственным временем является настоящее, нет ни прошлого, ни будущего. Итак, Дэви просто открыта. В ней нет никакой защиты - ничего не должно быть очищено, ничего не должно быть разрушено. Почва готова, остается только опустить в нее семя. Почва не просто готова, но является доброжелательной, восприимчивой, просящей оплодотворения.

Поэтому все эти разговоры, которые мы собираемся обсуждать, будут телеграфичными. Они являются всего лишь сутрами, но каждая сутра, каждое телеграфное сообщение, переданное Шивой, заслуживает Вед, заслуживает Библии, заслуживает Корана. Каждое отдельное предложение может стать основой для великой священной книги. Священные книги логичны - вы должны делать предположения, защищаться, аргументировать. Здесь же нет аргументов, одни лишь простые утверждения любви.

В третьих, сами слова Вигьяна Бхайрава Тантра означают технику выхода за пределы сознания. Вигьяна означает сознание, бхайрава означает состояние за пределами сознания, а тантра означает метод - метод выхода за пределы сознания. Это высшая доктрина - без каких-либо доктрин.

Мы являемся бессознательными, поэтому все религиозные учения связаны с вопросом о том, как выйти за пределы бессознательного, как быть сознательным. Например, Кришнамурти, дзэн - все они связаны с проблемой того, как создать больше сознательности, ведь мы бессознательны. Поэтому вопрос - как стать более осознанными, бдительными? Как двигаться от бессознательности к осознанности?

Но тантра утверждает, что в этом заключается дуализм - бессознательность и осознанность. Если вы двигаетесь от бессознательности к осознанности, то вы двигаетесь от одной стороны дуализма к другой. Двигайтесь за пределы их обеих! Если вы не выйдете за пределы их обеих, вы никогда не достигнете предельного, поэтому не будьте ни бессознательными, ни осознанными; просто выходите за пределы, просто будьте. Не будьте ни бессознательными, ни осознанными - просто будьте! Это идет за пределы йоги, идет за пределы дзэна, идет за пределы всех учений.

«Вигьяна» означает осознанность, а «бхайрава» представляет собой специфический термин, тантрический термин, для того, кто вышел за пределы. Вот почему Шива известен как Бхайрава и Дэви известна как Бхайрава - это те, кто уже вышел за пределы двойственностей.

В нашем жизненном опыте только любовь может дать об этом некоторое представление. Вот почему любовь становится самым главным инструментом для приобщения к мудрости тантры. Можно сказать, что в наших переживаниях только любовь является чем-то, что выходит за пределы двойственности. Если двое любят друг друга, то чем глубже они входят в это, тем меньше и меньше они остаются двумя, тем больше и больше они становятся единым целым. И приходит момент, и достигается вершина, когда только кажется, что их двое. Внутренне они являются единым целым, границы двойственности преодолены.

Только в этом смысле приобретают значение слова Иисуса «Бог, есть любовь» - и ни в каком другом. В наших переживаниях любовь ближе всего к Богу. Это не означает, что Бог любит - как продолжают интерпретировать христиане, - и что Бог имеет отеческую любовь к вам. Чепуха! «Бог есть любовь» представляет собой тантрическое утверждение. Оно означает, что любовь

есть единственная реальность нашего жизненного опыта, которая приближается к Богу, к божественному. Почему? Потому что именно в любви ощущается единение, тождественность. Тела остаются различными, но нечто за пределами тел сливается и становится единым целым.

Вот почему кругом такое страстное желание секса. На самом деле имеется страстное желание единения, но это единение не является сексуальным. В сексе два тела имеют только обманчивое впечатление, что они являются единым целым, но они не тождественность, они лишь соединены вместе. Но на один момент оба тела забывают о себе друг в друге и достигается ощущение некоторого физического единства. В этом страстном желании нет ничего плохого, но останавливаться на нем опасно. Это желание показывает более глубокое стремление почувствовать тождественность с божественным.

В любви, в ее высших проявлениях, внутреннее движется, сливается с другим и появляется чувство единения. Двойственность растворяется. Только в этом недвойственном состоянии любви мы можем получить намек на то, что есть состояние бхайравы. Мы можем утверждать, что состояние бхайравы есть абсолютная любовь без возврата назад - с вершины любви там нет падения назад. Она остается на вершине.

Мы установили местопроживание Шивы на Кайлаше. Это просто символично: это высочайшая вершина, святейшая вершина. Мы создали это местопроживание Шивы. Мы можем идти туда, но мы должны будем спуститься, это не может быть местом нашего проживания. Мы можем продолжать паломничество. Это тиртхятра - паломничество, путешествие. На один момент вы можете прикоснуться к высочайшим вершинам; затем вы должны будете вернуться назад.

В любви это священное паломничество случается, но не для всех, поскольку почти никто не выходит за пределы секса. Поэтому мы продолжаем проживать в долине, в темной долине. Иногда кто-нибудь движется к вершине любви, но затем он падает назад, поскольку это так головокружительно. Это так высоко, а вы расположены так низко, и так трудно жить там. Тот, кто любил, знает, как трудно все время оставаться в состоянии любви. Нужно снова и снова возвращаться назад. Это место, где проживает Шива. Он живет там, это его дом.

Бхайрава живет в любви; это место его проживания. Когда я говорю, что это место его проживания, я имею в виду, что он даже не осознает любви, потому что если вы живете на Кайлаше, вы не будете даже осознавать, что это Кайлаш, что это вершина. Вершина становится равниной. Шива не осознает любовь. Мы осознаем любовь, поскольку мы живем в нелюбви. И только по контрасту мы ощущаем любовь. Шива сам есть любовь. Состояние бхайравы означает, что кто-то стал любовью. Он стал любовью, а не любящим, он живет на вершине. Вершина стала местом его проживания.

Как сделать возможной эту высочайшую вершину? За пределами двойственности, за пределами бессознательности, за пределами осознанности, за пределами тела и за пределами души, за пределами мира и за пределами так называемой мокши, освобождения - как достичь этой вершины? Методом этого является тантра. Но тантра есть чистая техника, поэтому она будет трудна для понимания. Давайте сначала поймем вопросы, которые задает Дэви.

О, Шива, в чем заключается твоя подлинная сущность?

Почему этот вопрос? Вы тоже можете задать этот вопрос, но он не будет иметь того же самого значения. Поэтому попытайтесь понять, почему Дэви спрашивает: «В чем заключается твоя подлинная сущность?» Дэви находится в состоянии глубокой любви. Когда вы находитесь в состоянии глубокой любви, вы сначала сталкиваетесь с некоторой внутренней сущностью. Тогда Шива не является формой, тогда Шива не является телом. Когда вы любите, тело любимого выпадает, исчезает. Формы больше нет, и обнаруживается бесформенность. Вы оказываетесь лицом к лицу с бездной. Вот почему мы так боимся любви. Мы можем смело встретить тело,

мы можем смело встретить лицо, мы можем смело встретить форму, но мы не можем смело встретить бездну.

Если вы кого-то любите, если вы действительно любите, то его тело должно исчезнуть. В некоторые кульминационные моменты, на вершине форма растворится, и через любимого вы войдете в бесформенное. Вот почему мы боимся - это падение в бездонную пучину. Поэтому этот вопрос не является простой любознательностью: О, Шива, в чем заключается твоя истинная сущность?

Дэви должна была полюбить в мире форм. Именно так начинается любовь. Она должна была полюбить этого человека как человека, а теперь, когда любовь повзрослела, когда любовь расцвела, этот человек растворился. Он стал бесформенным. Теперь он не существует нигде. О, Шива, в чем заключается твоя подлинная сущность? Это вопрос, заданный в момент очень интенсивной любви. А когда вопросы возникают, они воспринимаются по-разному в зависимости от состояния ума того, кто их задает.

Создайте, поэтому, в своем уме обстановку, среду, в которой возник этот вопрос. Дэви должна быть в растерянности - Шива исчез. Когда любовь достигла своей вершины, любимый исчез. Почему это случилось? Это случилось, потому что каждый на самом деле является бесформенным. Вы не являетесь телом. Вы движетесь как тело, вы живете как тело, но вы не являетесь телом. Когда мы видим кого-то со стороны, он является телом. Любовь проникает вовнутрь и тогда мы не видим любимого со стороны. Любовь может видеть другую личность так, как эта личность видит саму себя - изнутри. Тогда форма исчезает.

Дзэнский монах Риндзай достиг просветления и первое, что он спросил, было: «Где мое тело? Куда исчезло мое тело?» И он начал поиски. Он позвал своих учеников и сказал: «Идите и выясните, где мое тело. Я потерял свое тело».

Он вошел в состояние бесформенности. Вы тоже существо бесформенное, но вы видите себя не непосредственно, а чужими глазами. Вы знаете себя с помощью зеркала. Глядя в зеркало, как-нибудь закройте глаза и подумайте, промедитируйте: если бы не было зеркала, как бы вы могли узнать свое лицо? Если бы не было зеркала, не было бы и никакого лица. В действительности у вас нет лица, зеркало дает вам лицо. Представьте себе мир, в котором нет зеркал. Вы одни - зеркал нет совсем, нет даже чужих глаз, действующих как зеркала. Вы одни на одиноком острове; ничто не может дать ваше зеркальное отражение. Будете ли вы тогда иметь какое-либо лицо? Или будете ли вы иметь какое-либо тело? Вы не сможете его иметь. Вы совсем не будете иметь его. Вы знаете себя только посредством других, а другие могут знать только внешнюю форму. Вот почему нас отождествляют с этой формой.

Другой дзэнский мистик, Хьякудзо, обычно говорил своим ученикам: «Когда, медитируя, вы потеряете свою голову, немедленно приходите ко мне. Когда вы потеряете свою голову, немедленно приходите ко мне. Когда вы начнете чувствовать, что у вас нет головы, не пугайтесь - приходите немедленно ко мне. Это и есть правильный момент. Тогда вас можно чему-либо научить». С головой никакое учение невозможно. Голова всегда находится в не-котором промежуточном положении.

Дэви спрашивает Шиву: О, Шива, в чем заключается твоя подлинная сущность? - кто ты такой? Форма исчезла - отсюда и этот вопрос. В любви вы входите в другого как в самого себя. Но отвечаете не вы. Вы становитесь единым, но в первый момент вы узнаете бездну - имеет место бесформенность.

Вот почему в течение многих веков мы не делали никаких скульптур, никаких изображений Шивы. Мы изготавливали только шивалинги - символы. Шивалинга является лишь бесформенной формой. Когда вы любите кого-нибудь, когда вы проникаете в кого-нибудь, он превращается лишь в светящееся присутствие. Шивалинга представляет собой лишь светящееся

присутствие, только ауру света. Вот почему Дэви спрашивает:

О, Шива, в чем заключается твоя подлинная сущность? Что есть эта наполненная чудесами вселенная? Мы знаем вселенную, но мы не знаем ее как наполненную чудесами. Дети знают, любящие знают. Иногда знают поэты и сумасшедшие. Мы не знаем, что мир наполнен чудесами. Все просто повторяется - ни чудес, ни поэзии, только плоская проза. Это не создает в вас песню, это не создает в вас танец, это не порождает внутри вас поэзию. Вся вселенная выглядит механической. Дети смотрят на нее глазами, наполненными чудесами. Когда глаза наполнены чудесами, вселенная также наполнена чудесами.

Когда вы любите, вы снова становитесь подобными ребенку. Иисус сказал: «Только те, кто подобен ребенку, войдут в мое Царство Божье». Почему? Потому что если вселенная не является чудом, вы не можете быть религиозным. Вселенная может быть объяснена - тогда ваш подход является научным. Вселенная может быть известной или неизвестной, но то, что неизвестно, может быть узно в любой день - оно не является непознаваемым. Вселенная является тайной, является непознаваемой только тогда, когда ваши глаза наполнены чудесами.

Дэви говорит: Что есть эта наполненная чудесами вселенная? Вдруг скачок от вопроса персонального к вопросу весьма не персональному. Она спрашивала: О, Шива, в чем заключается твоя подлинная сущность? И вдруг: Что есть эта наполненная чудесами вселенная?

Когда форма исчезает, ваш любимый превращается во вселенную, в нечто бесформенное, в бесконечность. Вдруг Дэви начинает осознавать, что она задает вопрос не о Шиве, а обо всей вселенной. Теперь Шива превратился в целую вселенную. Теперь движение всех звезд происходит внутри него, и он сам обволакивает всю небесную твердь и все пространство. Теперь он является великой поглощающей силой - «великим окружающим». Карл Ясперс определил Бога как «великое окружающее».

Когда вы входите в состояние любви, в глубокий, интимный мир любви, форма исчезает и любимый становится просто дверью во вселенную. Ваша любознательность может быть научной - тогда вы должны использовать логические методы. Тогда вы не должны думать о бесформенном. Тогда остерегайтесь бесформенного, тогда оставляйте содержание вместе с формой. Наука всегда имеет дело с формой. Если научному уму будет предложено что-нибудь бесформенное, он придаст ему форму - до того, как оно примет форму, оно является лишенным смысла. Сначала придайте ему форму, определите форму, а затем начинайте задавать вопросы.

В любви, если имеется форма, то она является беспредельной. Растворите форму! Когда вещи становятся бесформенными, плывущими, без границ, каждая вещь проникает в другую, вся вселенная становится единым целым, и только тогда она является вселенной, наполненной чудесами.

Что составляет начало всего? - продолжает затем Дэви. От вселенной она переходит к вопросу: Что составляет начало всего? Откуда пришла эта бесформенная, наполненная чудесами вселенная? Из чего она возникла? Или она в действительности не возникала? Что является началом всего?

Кто центрирует колесо вселенной? - спрашивает Дэви. Это колесо все продолжает и продолжает вращаться - это большие изменения, это постоянный поток. Но кто центрирует это колесо? Где его ось, центр, неподвижный центр?

Она не останавливается, чтобы выслушать ответ. Она продолжает спрашивать, как будто она не спрашивает кого-либо, а разговаривает сама с собой.

Что есть эта жизнь за пределами форм, пронизывающая формы? Как можем мы проникнуть в это полностью, вне пространства и времени, без имен и описаний? Избавь меня от сомнений!

Ударение делается не на вопросах, а на сомнениях: Избавь меня от сомнений! Это имеет

большое значение. Если вы задаете интеллектуальный вопрос, вы требуете определенного ответа, вы хотите, чтобы ваша проблема была решена. Но Дэви говорит: Избавь меня от сомнений! Она на самом деле не просит ответов на свои вопросы. Она просит трансформировать ее ум, поскольку сомневающийся ум останется сомневающимся умом, какой бы ответ не был дан. Запомните это: сомневающийся ум останется сомневающимся. Ответы не имеют значения. Если я дам вам некоторый ответ, а вы обладаете сомневающимся умом, то вы подвергнете этот ответ сомнению. Если я дам вам другой ответ, вы и его подвергнете сомнению. У вас сомневающийся ум. Сомневающийся ум означает, что вы ко всему добавляете вопросительный знак.

Поэтому ответы бесполезны. Вы спрашиваете меня: «Кто создал мир?» и я говорю вам, что мир создал «А». Тогда вы обязаны спросить, кто создал «А». Поэтому действительной проблемой является не то, как ответить на вопросы. Действительной проблемой является то, как изменить сомневающийся ум, как создать ум, который не сомневается, который полон доверия. Поэтому Дэви и говорит: Избавь меня от сомнений!

Еще два или три замечания... Вы можете задавать вопросы по многим причинам. Одной из них может являться то, что вам требуется подтверждение. Вы уже знаете ответ, вы знаете ответ, вам нужно лишь подтверждение того, что ваш ответ верен. Тогда ваш вопрос является ложным, он - псевдовопрос, он не является вопросом. Вы можете задавать вопрос не потому, что готовы изменить себя, но просто из любопытства.

Ум продолжает задавать вопросы. Вопросы возникают в уме, как листья вырастают на деревьях. Формулирование вопросов является самой сутью ума, поэтому он продолжает спрашивать. Не имеет значения, о чем вы спрашиваете; если что-нибудь вводится в ум, он будет создавать вопросы. Это машина для перемалывания, для создания вопросов. Поэтому дайте ему что-нибудь, и он разрежет это на куски и создаст множество вопросов. Ответьте на один вопрос, и ум создаст из ответа массу новых вопросов. В этом состоит вся история философии.

Бертран Рассел вспоминает, что когда он был ребенком, он думал, что когда-нибудь, когда он станет достаточно взрослым, чтобы понять всю философию, на все вопросы будут даны ответы. Позднее, когда ему было восемьдесят лет, он сказал: «Теперь я могу сказать, что все вопросы, стоявшие передо мной в детстве, остались не отвеченными до сих пор. Сейчас из философских теорий рождаются новые вопросы». Поэтому он сказал: «Когда я был молодым, я говорил, что философия является источником максимального количества вопросов. Теперь я не могу сказать этого. Она является источником бесконечного количества вопросов».

Итак, один вопрос порождает один ответ и множество новых вопросов. Сомневающийся ум представляет собой проблему. Дэви говорит: «Не обращай внимания на мои вопросы. Я спросила о таком множестве вещей: В чем заключается твоя подлинная сущность? Что есть эта наполненная чудесами вселенная? Что составляет начало всего? Кто центрирует колесо вселенной? Что есть жизнь за пределами форм? Как можем мы проникнуть в это полностью, вне пространства и времени? Но не обращай внимания на мои вопросы. Избавь меня от сомнений! Я задаю эти вопросы, потому что они существуют в моем уме. Я задаю их только для того, чтобы показать тебе мой ум, но не обращай на них слишком много внимания. На самом деле ответы не удовлетворяют мои потребности. Мои потребности заключаются в том, что... Избавь меня от сомнений!»

Но как можно избавиться от сомнений? Может ли это сделать какой-нибудь ответ? Имеется ли хотя бы один ответ, который мог бы избавить вас от сомнений? Ум и представляет собой сомнение. Это не означает, что ум сомневается, ум есть сомнение! Пока ум не растворится, от сомнений избавиться невозможно.

Шива ответит. Его ответом являются техники - старейшие, наиболее древние техники. Но

вы можете назвать их самыми современными, поскольку к ним трудно что-либо добавить. Они являются полными, - всего 112 техник. Они взяты со всеми своими возможностями, всеми способами очищения ума, выхода за пределы ума. К ста двенадцати методам Шивы невозможно добавить хотя бы один метод. Книге Вигьяна Бхайрава Тантра - пять тысяч лет. Ни-что нельзя добавить, нет возможности что-либо добавить. Она является исчерпывающей, полной. Она является наиболее древней, и, в то же время, самой последней, новейшей. Старые, как древние горы, методы кажутся вечными - и, в то же время, новыми и свежими, как капли росы под солнцем.

Эти сто двенадцать методов медитации представляют собой целую науку трансформирования ума. Мы войдем в них один за другим. Сначала мы попытаемся постигнуть их интеллектуально. Но вы должны использовать свой интеллект только как инструмент, а не как мастера. Используйте его как инструмент для понимания чего-либо, но не продолжайте создавать с помощью него барьеры. Когда мы будем говорить об этих техниках, просто отложите в сторону ваши прошлые знания, ваши осознания, независимо от того, какую информацию вы в себе собрали. Отложите их в сторону - они просто пыль, собранная на дороге.

Воспринимайте эти методы свежим умом - с бдительностью, конечно, но без аргументаций, споров. И не впадайте в заблуждение, что спорящий ум является бдительным умом. Это не так, поскольку в тот момент, когда вы вступаете в спор, вы теряете осознанность, вы теряете бдительность. Тогда вы не находитесь здесь.

Эти методы не принадлежат никакой религии. Помните, они не являются индийскими, как не является еврейской созданная Эйнштейном теория относительности. Радио и телевидение не являются христианскими. Никто не говорит: «Почему вы используете электричество? Оно христианское, поскольку его придумал ум христианина». Наука не принадлежит расам и религиям, а тантра является наукой. Поэтому запомните - она совсем не является индийской. Эти техники были разработаны индусами, но они не являются индийскими. Вот почему в этих техниках не будут упоминаться никакие религиозные ритуалы. Не нужны никакие храмы. Вам совершенно достаточно такого храма, как вы сами. Вы являетесь лабораторией; весь эксперимент должен проводиться внутри вас. Нет необходимости, ни в какой вере.

Это не религия, это наука. Не нужно никакой веры. Нет необходимости верить ни в Коран, ни в Веды, ни в Будду, ни в Махавиру. Нет, не вера нужна. Достаточно дерзания в эксперименте, достаточно смелости в эксперименте; это прекрасно. Мусульманин может продолжать свою практику и он достигнет более глубокого понимания Корана. Индус может продолжать свою практику и он впервые узнает, что такое Веды. И джайн может продолжать свою практику, и буддист - им не нужно покидать свою религию. Тантра удовлетворит всех, кто бы они ни были. Тантра окажется полезной независимо от того, какой путь они для себя выбрали.

Поэтому запомните следующее: тантра представляет собой чистую науку. Вы можете быть индусом, мусульманином, последователем парси (религии древних персов) или кем-либо еще - тантра совсем не интересуется вашей религией. Тантра утверждает, что религия является социальным делом, поэтому вы можете принадлежать любой религии; это не имеет никакого значения. Но вы можете преобразовать себя и это преобразование нуждается в научной методологии. Когда вы больны, когда вы заболеваете туберкулезом или чем-нибудь другим, тогда не имеет значения - индус вы или мусульманин. Туберкулез остается индифферентным по отношению к вашему индуизму, к вашему мусульманству, к вашей вере - политической, социальной или религиозной. Туберкулез должен изучаться научным способом. Нет ни индусского туберкулеза, ни мусульманского туберкулеза.

Вы невежественны, вы в конфликте, вы спите. Это болезнь, душевная болезнь. Эта болезнь

должна лечиться тантрой. Вы не имеете отношения к делу, ваша вера не имеет отношения к делу. Это только случайность, что вы рождены где-то, а кто-то другой рожден еще где-то. Это только случайность, совпадение. Ваша религия является только случайностью, поэтому не цепляйтесь за нее. Используйте для преобразования себя некоторые научные методы.

Тантра известна не очень хорошо. И даже если она известна, она очень плохо понимается. Для этого есть причины. Чем более высокой и более чистой является наука, тем меньше возможность понимания ее массами. Мы только слышали название «теория относительности». Говорят, что при жизни Эйнштейна ее понимали всего двенадцать человек. Во всем мире только дюжина умов могли понимать ее. Даже Альберту Эйнштейну было трудно объяснить ее кому-либо, сделать ее понимаемой, поскольку она находилась слишком высоко, она находилась выше вашего разума. Но она может быть понята. Нужны технические и математические знания, нужно обучение - и тогда она может быть понята. Но тантра является более трудной, поскольку не поможет никакая тренировка. Может помочь только преобразование, трансформация.

Вот почему тантра никогда не будет понята массами. И всегда случается так, что если вы не можете понять нечто, вы, как минимум, можете понять это неправильно, поскольку тогда вы можете почувствовать: «О'кей, я понял». Вы не можете остаться просто в вакууме. Во-вторых, когда вы не можете понять некоторую вещь, вы начинаете поносить ее, поскольку она оскорбляет вас. Вы не можете понять ее! Вы? Вы не можете понять ее? Это невозможно. Что-то должно быть не так с самой вещью. Вы начинаете поносить ее, вы начинаете говорить чепуху, а затем вы чувствуете: «Теперь все в порядке».

Таким образом, тантра не была понята; тантра была понята неправильно. Она была такой глубокой, такой высокой, что это было естественным. Более того, поскольку тантра лежит за пределами дуальности, сама точка зрения является внеморальной. Поймите, пожалуйста, эти слова: «моральный», «аморальный», «внеморальный». Мы понимаем, что такое моральность, мы понимаем, что такое аморальность, но трудно понять, что такое внеморальность - не моральность и не аморальность, за пределами их обоих.

Тантра является внеморальной. Взгляните на нее таким образом: медицина является внеморальной; она ни моральна, ни аморальна. Если к ней обратится вор - она поможет, если к ней обратится праведник - она поможет. Она не будет видеть никакой разницы между вором и праведником. Медицина не может сказать: «Это вор и я собираюсь убить его, а это праведник и я собираюсь вылечить его». Медицина представляет собой науку. Вор вы или праведник - для нее не имеет значения.

Тантра является внеморальной. Тантра утверждает, что никакой морали не нужно, никакой особой морали не требуется. Наоборот, вы являетесь аморальным, поскольку у вас такой расстроенный ум. Поэтому тантра не может ставить предварительное условие, чтобы сначала вы стали моральным, а затем уже могли практиковать тантру. Тантра утверждает, что это абсурд.

Некто болен, у него жар, а врач приходит и говорит: «Сначала уберите свой жар, сначала станьте совершенно здоровым. Только тогда могу я дать вам лекарство». Вот что может случиться. Вор приходит к праведнику и говорит: «Я вор. Скажи мне, как медитировать». Праведник говорит: «Сначала оставь свою профессию. Как можешь ты медитировать, оставаясь вором?»

Приходит алкоголик и говорит: «Я алкоголик. Как мне медитировать?» Праведник отвечает: «Прежде всего, нужно бросить пьянство, и только тогда ты сможешь медитировать». Условия являются самоубийственными. Человек является алкоголиком, или вором, или аморальным, потому что у него расстроенный ум, больной ум. Все это является следствием

больного ума, а он говорит: «Сначала стань хорошим, а затем медитируй». Но кто тогда нуждается в медитации? Медитация является лечебной. Она является медициной.

Тантра является внеморальной. Она не спрашивает вас, кто вы такой. То, что вы человек, является достаточным. Где бы вы ни были, кем бы вы ни были, вы принимаетесь.

Выберите технику, которая годится для вас, вложите в нее всю свою энергию, и вы больше не будете тем же самым снова. Реальная, аутентичная техника всегда обладает этим свойством. Если я ставлю предварительные условия, то это показывает, что я располагаю псевдотехникой - я говорю: «Сначала сделай это, сначала не делай то, а затем...» Но эти условия являются невозможными, потому что вор может изменить объекты своей деятельности, но он не сможет перестать быть вором.

Алчный человек может изменить объекты приложения своей алчности, но он не сможет стать неалчным. Вы можете заставить его, или он сам может заставить себя быть неалчным, но это также может произойти в результате некоторой алчности. Если будут обещаны небеса, то он может даже попытаться быть неалчным. Но это алчность в превосходной степени. Небеса, мокша, освобождение, сат-чит-ананда, существование, осознанность, блаженство - все это станет объектами его алчности.

Тантра утверждает, что вы не можете изменить человека, пока не дадите ему для этого подходящую технику. Одни проповеди ничего не могут изменить. И вы можете видеть это везде, во всем мире. Все, о чем говорит тантра, написано везде, во всем мире. Так много проповедей, так много морализирования, так много священников и проповедников - весь мир заполнен ими, но все так безобразно и аморально.

Почему так получается? То же самое произойдет, если вы отдадите свою больницу проповедникам. Они придут туда и начнут проповедовать. И они будут вдалбливать в каждого больного: «Вы виновны! Вы создали эту болезнь, измените ее». Если отдать проповедникам больницу, то каковы будут условия в этой больнице? Такие же, как и во всем мире.

Проповедники продолжают проповедовать. Они продолжают говорить людям: «Не сердитесь», не давая им никакой техники. И мы слышим эти поучения в течение столь долгого времени, что даже никогда не задаемся вопросом: «Что вы говорите? Я сердит, а вы просто говорите 'не сердись'. Как это возможно? Когда я сержусь, это означает, что 'я есть гнев', а вы просто говорите мне 'не сердись'. Так я могу только подавить себя».

Но это породит еще больший гнев. Это породит чувство вины - если я пытаюсь изменить себя и не могу этого сделать, это породит чувство неполноценности. Это даст мне ощущение вины в том, что я не в состоянии победить свой гнев. Никто не может победить его! Вы нуждаетесь в некотором оружии, вы нуждаетесь в некоторых методах, поскольку гнев является лишь индикатором вашего расстроенного ума. Измените расстроенный ум и индикатор тоже изменится. Гнев просто показывает, что находится внутри. Сделайте изменения внутри и внешнее тоже изменится.

Итак, тантра не имеет дела с вашей так называемой моралью. На самом деле говорить о моральности подло, унижительно; это негуманно. Если кто-нибудь приходит ко мне, а я говорю: «Оставь сначала гнев, оставь сначала секс, оставь то, оставь это», то я являюсь негуманным. То, о чем я говорю, является невозможным. И эта невозможность заставит человека почувствовать внутреннее унижение. Он начнет чувствовать себя приниженным, он будет деградировать в своих собственных глазах. Если он пытается делать невозможное, он обречен на неудачу. А в случае неудачи он убеждает себя, что он грешник.

Проповедники убеждают весь мир в том, что он грешен. Это нужно им, поскольку если вы не будете убеждены, что вы грешник, то их профессия не будет больше нужна. Вы должны быть грешником; только тогда смогут процветать церкви, храмы и мечети. То, что вы грешник,

является их заслугой. Ваша вина является основой всех высших церквей. Чем большим чувством вины вы обладаете, тем выше и выше могут подниматься церкви. Они построены на вашей вине, на вашем грехе, на вашем комплексе неполноценности. Они, та-ким образом, создали униженное человечество.

Тантра не имеет дела с вашей так называемой моралью, с ваши-ми социальными условиями и т.п. Это не означает, что тантра призывает быть аморальным - нет! Тантра на-столько не имеет отно-шения к вашей морали, что она не может уговаривать вас быть аморальными. Тантра дает научные методы для изменения ума, и если ум будет другим, то и характер станет другим. Если основа вашей структуры изменится, то изменится и вся ваша система взглядов. Из-за своих внеморальных позиций тантра не может ока-заться терпимой для ваших так называемых праведников, они все идут против нее - поскольку если тантра будет иметь успех, то весь этот абсурд, который продолжается во имя рели-гии, должен будет исчезнуть.

Смотрите: христианство много сражается против научного про-гресса. Почему? Только потому, что если в материальном мире будет научный прогресс, то недалеко то время, когда наука проникнет так-же и в психологию и в духовный мир. Поэтому христианство начало сра-жение против научного прогресса, поскольку если вы знаете, что можете изменить материю при помощи некоторых методов, то не-далеко то время, когда вы придете к знанию того, что существуют методы, которыми вы можете изменить свой ум - поскольку ум есть не что иное, как утонченная материя.

Это тантра предполагает, что ум есть утонченная материя. А раз вы можете иметь дру-гой ум, то вы можете иметь другой мир, по-скольку вы смотрите посредством своего ума. Мир, который вы ви-дите, вы видите с помощью своего конкретного ума. Измените ум, и вы будете смотреть на другой мир. А если ум исчезнет... это является предельной целью для тантры - привести в состояние без ума. Взгляд на мир без посредника. Если нет посредни-ка, то вы встречаетесь непосредственно с реальностью, поскольку между вами и ею ниче-го нет. Тогда ничего не может быть искажено.

Поэтому тантра утверждает, что когда нет ума, то имеет место состояние бхайравы - состояние не-ума. Первый раз вы смотрите на мир таким, каков он есть. Если вы имеете ум, вы продолжаете созда-вать мир; вы продолжаете навязывание, проектирование. Поэтому сначала нужно изменить ум, а затем перейти от ума к не-уму. И эти сто двенадцать методов могут помочь всем и каждому. Любой конк-ретный метод может оказаться бесполезным для вас. Вот почему Шива имеет дело со многими методами. Выберите любой один ме-тод, который подходит именно вам. Узнать, который из методов подходит вам, нетрудно.

Мы будем пытаться понять каждый метод и как выбрать для себя один метод, который сможет изменить вас и ваш ум. Это понимание, это интеллектуальное понимание будет основным необходимым ус-ловием, но это не все. Что бы я здесь ни говорил, вы должны бу-дете испытать его.

В действительности, если вы испытываете подходящий вам ме-тод, это срабатывает не-медленно. Поэтому я буду продолжать гово-рить здесь о методах каждый день. Испытайте их. Просто играйте с ними - идите домой и испытывайте. Ваш метод, когда бы вы ни встретили его, просто работает. Что-то взорвется в вас, и вы узнаете, что это и есть пра-вильный метод для вас. Но для этого нужны усилия и вы можете быть удивлены, что вдруг однажды один из методов «захватит» вас.

Поэтому, пока я здесь говорю, параллельно этому продолжайте играть с этими метода-ми. Я говорю играть, потому что вы не должны быть слишком серьезными. Просто играйте! Что-то может подойти вам. Если что-то подошло вам, тогда станьте серьезными и углубляйтесь в это - интенсивно, честно, со всей вашей энергией, со всем вашим умом. Но до этого просто играйте.

Я обнаружил, что пока вы играете, ваш ум является более открытым. Когда вы серьезны, ваш ум не так открыт, он заперт. Поэтому просто играйте. Не будьте слишком серьезными, просто играйте. И эти методы являются простыми, вы можете просто играть с ними.

Выберите один метод и играйте с ним не менее трех дней. Если он дает вам некоторое ощущение близости, если он дает вам некоторое ощущение благополучия, если он дает вам некоторое ощущение, что он для вас, то будьте с ним серьезными. Тогда забудьте все другие методы, не играйте с другими методами. Задержитесь на нем - как минимум на три месяца. Чудеса возможны. Единственное, что необходимо, так это чтобы метод подходил вам. Если метод не для вас, то ничего не случится. Тогда вы можете продолжать с ним работать в течение всей жизни, но ничего не случится. Если же метод для вас, то достаточно будет даже трех минут.

Итак, эти сто двенадцать методов могут оказаться для вас чудесным переживанием, а могут и просто быть «прослушанными» - это зависит от вас. Я буду продолжать описывать каждый метод в том разнообразии, в каком это возможно. Если вы ощущаете некоторую близость к нему, играйте с ним в течение трех дней. Если вы чувствуете, что он подходит, что что-то сработало в вас, продолжайте работу с ним в течение трех месяцев.

Жизнь представляет собой чудо. Если вам неизвестны ее тайны, то это только показывает, что вы не знаете метода, как постичь их.

Шива предлагает сто двенадцать методов. Это все возможные методы. Если ничего не сработало и ничто не дало вам ощущение того, что это для вас, значит, для вас нет никаких методов - помните это. Тогда забудьте о духовности и будьте счастливы. Тогда это не для вас.

Но эти сто двенадцать методов предназначены для всего человечества - для всех веков, которые уже прошли, и для всех веков, которые еще придут. Во все времена не было ни одного человека, кто мог бы сказать: «Все эти сто двенадцать методов бесполезны для меня». Невозможно! Это невозможно!

Во внимание был принят каждый тип ума. Каждому возможному типу ума в тантре дается своя техника. Имеется много техник, для которых еще не существует ни одного человека; они для будущего. Имеется много техник, для которых не существует ни одного человека в настоящее время; они для прошлого. Но не пугайтесь. Имеется много методов, предназначенных для вас.

Итак, мы начинаем это путешествие с завтрашнего дня.

Глава 2

ПУТЬ ЙОГИ И ПУТЬ ТАНТРЫ

2 октября 1972 года, Бомбей, Индия

Вопросы:

Каковы различия между йогой и тантрой?

Как прийти к правильной технике на пути к самоотречению, к отказу от себя?

Как узнать, что практикуемая техника окажется успешной?

У нас много вопросов. Вот первый из них:

Каковы различия между традиционной йогой и тантрой? Являются ли они одним и тем же?

Тантра и йога принципиально различны. Они достигают одной и той же цели, однако их пути являются не только различными, но даже противоположными. Поэтому это должно быть понятно очень ясно. Процесс йоги также является методологией, йога также является техникой. Йога не является философией. Так же, как и тантра, йога опирается на действие, метод, технику.

И в йоге делание ведет к постижению человеческой сущности, но соответствующие процессы являются различными.

В йоге вы должны сражаться; она представляет собой путь воина. На пути тантры вы совсем не должны сражаться. Скорее наоборот, вы должны быть снисходительными, - но с осознанием этого.

Йога является подавлением с осознанием этого, тантра является снисходительностью с осознанием этого.

Тантра утверждает, что кем бы вы ни были, предельное не против этого. Это рост - вы можете расти, чтобы стать предельным. Нет никакой противоположности между реальностью и вами. Вы являетесь частью ее, поэтому нет необходимости в борьбе, в конфликте, в противодействии природе. Вы должны использовать природу; вы должны использовать что угодно на пути к запредельному.

В йоге, для того, чтобы выйти за пределы, вы должны сражаться с самим собой. В йоге мир и мокша, освобождение - вы, такой, какой вы есть, и вы, такой, каким вы должны быть - являются двумя противоположными вещами. Подавите, поборите, растворите то, чем вы являетесь, чтобы вы могли достигнуть того, чем вы можете быть. В йоге выход за пределы является смертью. Для того чтобы родилось ваше реальное существо, вы должны умереть.

В глазах тантры йога является крайне самоубийственной. Вы должны убить свое существо - свое тело, свои инстинкты, свои желания, все. Тантра говорит вам принимать себя такими, каковы вы есть. Это сильная степень приятия. Не создавайте промежутка между вами и реальностью, между миром и нирваной. Не создавайте никакого промежутка. Для тантры нет никакого промежутка; никакой смерти не требуется. Для вашего повторного рождения не требуется никакой смерти - скорее нужна трансценденция, переход за пределы. Для этой трансценденции вы можете использовать самого себя.

Здесь, например, присутствует секс, основная энергия - основная энергия, при помощи которой вы были рождены. Основные клетки вашего существа и вашего тела являются сексуальными, поэтому человеческий ум крутится вокруг секса. Согласно йоге вы должны бороться с этой энергией. Посредством борьбы вы создаете в себе другой центр. Чем больше вы сражаетесь, тем больше вы собираетесь в единое целое в другом центре. Секс не является вашим центром. Сражение с сексом - конечно осознанное - создаст в вас новый центр существования, новую выразительность, новый центр кристаллизации. Тогда секс перестанет быть вашей энергией. Вы будете создавать свою энергию в борьбе с сексом. В ваше существо придет другая энергия, в вас сформируется другой центр существования.

Согласно тантре вы должны использовать энергию секса. Не сражайтесь с ним, трансформируйте его. Не думайте в терминах враждебности, будьте дружелюбными к нему. Это ваша энергия. Это не дьявол, это не зло. Каждая энергия является только естественной. Она может быть использована для вас, она может быть использована против вас. Вы можете заблокировать ее, построить барьер перед ней, но вы можете и сделать ее ступенью вверх. Она может быть использована. Правильно используемая, она становится дружелюбной; неправильно используемая, она становится вашим врагом. Эта энергия просто естественна. Поскольку обычный человек использует секс, то она становится его врагом, она разрушает его; он просто растрачивается в ней.

Йога принимает противоположную точку зрения - противоположную обычному уму. Обычный ум разрушается своими собственными желаниями, поэтому йога призывает прекратить желания, призывает быть без желаний. Сражайтесь с желаниями и создавайте в себе целостность без желаний.

Тантра учит осознавать свои желания, не организовывать никакой борьбы. Войдите в свое

желание с полным осознанием его, и когда вы войдете в желание с полным осознанием, вы переступите через него. Вы в нем, и все же вы не в нем. Вы проходите сквозь него, но остаетесь для него внешним.

Йога является весьма привлекательной, поскольку йога всего лишь противопоставлена обычному уму, вследствие чего обычный ум в состоянии понять язык йоги. Вы знаете, как секс разрушает вас - как он разрушил вас, как вы продолжаете вращаться вокруг него как раб, как марионетка. Вы знаете это из своего опыта. Поэтому, когда йога призывает вас сражаться с ним, вы сразу же понимаете ее язык. Эта легкость является привлекательной стороной йоги.

Тантре не так легко быть привлекательной. Она кажется сложной: как это можно войти внутрь желания, чтобы оно не овладело вами? Как быть в сексуальном акте сознательно, с полным осознанием? Обычный ум начинает бояться. Это кажется опасным. Не то, что это опасно, но все, что вы знаете о сексе, формирует в вас это чувство опасности. Вы знаете себя, вы знаете, как вы можете вводить себя в заблуждение. Вы знаете очень хорошо, что ваш ум является коварным. Вы можете погрузиться в желание, в секс, во все, и вы можете убедить себя, что вы сделали это с полным осознанием. Вот в чем вы видите опасность.

Опасность не в тантре, она в вас. И привлекательность йоги обусловлена вами, вашим обычным умом, вашим умом с подавлением секса, с жаждой секса, с потаканием сексу. Йога является привлекательной, поскольку обычный ум болен сексом. При здоровом человечестве, при здоровом сексе - естественном, нормальном - случай будет совсем другим. Мы не являемся нормальными и естественными. Мы абсолютно ненормальны, нездоровы, мы на самом деле безумны. Но поскольку все вокруг похоже на нас, мы никогда не чувствуем этого.

Сумасшествие является настолько нормальным, что не быть сумасшедшим может показаться ненормальным. Среди нас Будда является ненормальным, Иисус является ненормальным. Они не принадлежат нашему обществу. Эта «нормальность» является болезнью. Этот «нормальный» ум делает привлекательной йогу. Если бы вы воспринимали секс естественно - без философствований вокруг него, без философствований за и против, - если бы воспринимали секс так, как вы воспринимаете свои руки, свои глаза; если бы он воспринимался тотально как совершенно естественная вещь, то тогда бы привлекательной стала тантра. И только тогда тантра была бы полезной для многих.

Но дни тантры наступают. Рано или поздно тантра взорвется в массах первый раз, поскольку для первого раза время созрело - созрело, чтобы воспринимать секс естественно. Вполне возможно, что взрыв придет с Запада, поскольку Фрейд, Юнг, Райх уже подготовили почву. Они ничего не знали о тантре, но они заложили основные предпосылки для развития тантры. Западная психология пришла к выводу, что основная человеческая болезнь как-то связана с сексом, что основные душевные болезни человека ориентированы на секс.

Поэтому до тех пор, пока эта ориентация на секс не будет ликвидирована, человек не сможет быть естественным, нормальным. Человек ведет себя неправильно только из-за своей позиции по отношению к сексу. Нет необходимости, ни в какой позиции. Только тогда вы являетесь естественным. Какова ваша позиция относительно ваших глаз? Являются они порочными или божественными? Вы против своих глаз или за них? У вас в данном случае нет никакой позиции! Вот почему ваши глаза являются нормальными.

Примите какую-либо позицию - думайте, например, что ваши глаза являются порочными. Тогда возникнут трудности с процессом смотрения. Тогда по поводу смотрения возникнет такой же комплекс проблем, какой возникает в связи с сексом. Тогда вы будете хотеть смотреть, вы будете желать, вы будете страстно желать смотреть. Но тогда при смотрении у вас будет появляться чувство вины. Когда бы вы ни смотрели, вы будете чувствовать себя виноватым, вы будете думать, что вы делаете нечто плохое, что вы грешник. Вы хотели бы уничтожить сам ваш

инструмент для смотрения; вы хотели бы разрушить ваши глаза. И чем больше бы вы хотели разрушить их, тем больше бы вы становились центрированными на глаза. Тогда бы вы стали заниматься совершенно абсурдной деятельностью: вы бы хотели смотреть все больше и больше и, одновременно, вы бы имели все большее и большее чувство вины. То же самое случилось с сексуальным центром.

Тантра призывает вас воспринимать себя такими, какие вы есть. Это основное характерное свойство - тотальное приятие. Вы сможете расти только через тотальное приятие. Тогда можно использовать каждую энергию, которую вы имеете. Как их можно использовать? Принимайте их, затем выясняйте, что эти энергии собой представляют - что является сексом, что представляет собой это явление? Мы с ним незнакомы. Мы имеем много сведений о сексе, полученных от других. Мы можем пройти через сексуальный акт, но с виноватым умом, с подавленной позицией, в нетерпении, в спешке. Что-то должно быть сделано, чтобы облегчить ношу. Сексуальный акт не является любовным актом. Вы не счастливы в нем, но вы не можете оставить его. Чем больше вы стараетесь оставить его, тем более привлекательным он становится. Чем больше вы хотите отрицать его, тем больше вы чувствуете себя склонным к нему.

Вы не сможете отрицать секс, но эта попытка отрицать и разрушить его разрушает сам ум, саму осознанность, саму чувствительность, которая могла бы постигнуть его. Поэтому секс продолжает существовать без всякой чувствительности в нем. Только глубокая чувствительность может понять что-либо; только глубокое понимание, глубокое проникновение может понять что-либо. Вы сможете понять секс только в том случае, если вы будете входить в него, как поэт входит в цветник - только тогда. Если у вас есть чувство вины по отношению к цветам, вы можете пройти сквозь сад, но вы пройдете с закрытыми глазами. И вы будете торопиться, вы будете в глубокой, сумасшедшей спешке. Кое-как вы сумеете выбраться из сада. Но как тогда вы сможете быть осознующим?

Итак, тантра говорит: «Принимайте себя такими, какие вы есть». Вы представляете собой великую мистерию многих многомерных энергий. Примите их и продолжайте движение с каждой энергией с глубокой чувствительностью, с осознанностью, с любовью, с пониманием. Идите дальше с ними! Тогда каждое желание становится средством для выхода за его пределы. Тогда каждая из энергий становится помощником. И тогда сам этот мир становится нирваной, само это тело становится храмом - священным храмом, святым местом.

Йога является отрицанием, тантра является утверждением. Йога рассуждает в терминах двойственности - в этом смысл слова «йога». Оно означает собирание двух вещей в единое целое, соединение (yoke) двух вещей вместе. Но обе вещи присутствуют, имеет место двойственность. Тантра утверждает, что двойственности не существует. Если имеет место двойственность, то вы не можете объединить две вещи друг с другом. И как бы вы ни старались, они останутся двумя вещами, и борьба будет продолжаться, двойственность останется.

Если мирское и божественное являются двумя отдельными понятиями, то они не могут быть объединены в единое целое. Если же они в действительности не являются двумя отдельными сущностями, если они только кажутся такими, то тогда они могут быть единым целым. Если ваше тело и ваша душа являются двумя понятиями, то они не могут быть объединены вместе. Если вы и Бог являетесь двумя различными понятиями, то нет возможности объединить вас вместе. Тогда вы остаетесь двумя различными сущностями.

Тантра утверждает, что двойственности нет; она только видимость. Поэтому как видимость может помочь стать сильнее? Тантра спрашивает, почему эта видимость двойственности помогает стать сильнее? Уничтожьте ее сейчас же! Будьте единым целым! Вы становитесь единым целым через приятие, но не через борьбу. Примите окружающий мир, примите ваше

тело, примите все, что свойственно им. Не создавайте внутри себя другого центра, поскольку для тантры этот другой центр является не чем иным, как вашим эго. Не создавайте эго. Просто осознавайте себя. Если вы сражаетесь, то там присутствует ваше эго.

Трудно поэтому найти йога, который не был бы эгоистом. И йоги могут продолжать говорить об отсутствии эго, но они не могут быть без эго. Сам процесс, который они приняли, порождает эго. Борьба является процессом. Если вы боретесь, вы вынуждены создать эго. И чем больше вы будете бороться, тем больше будет укрепляться ваше эго. И если вы выиграете свое сражение, то вы достигнете предельного эго.

Тантра призывает: «Не сражайтесь!» Тогда для эго не останется возможностей. Если вы понимаете тантру, то возникнет много проблем, так как для нас при отсутствии борьбы имеет место только терпимость, снисходительность. Отсутствие борьбы для нас означает терпимость. Тогда мы начинаем бояться. Мы терпимы в совместной жизни и мы ничего не достигаем. Но для тантры терпимость не является той терпимостью, которую мы знаем. Тантра призывает к терпимости, но при наличии осознанности.

Вы гневаетесь... тантра не будет требовать от вас, чтобы вы не гневались. Тантра скажет вам, чтобы вы гневались от всего сердца, искренне, но полностью осознавали это. Тантра не против гнева, тантра всего лишь против духовной сонливости, духовной бессознательности. Будьте осознающими и будьте сердитыми. И в этом весь секрет метода - что если вы осознаете, то гнев трансформируется; он становится состраданием. Поэтому тантра утверждает, что гнев не является вашим врагом; это сострадание в зачаточной форме. Тот же самый гнев, та же самая энергия превратятся в сострадание.

Если вы сражаетесь с гневом, то для сострадания не останется никаких возможностей. Поэтому, если вы преуспеее в борьбе, преуспеете в подавлении, то вы омертвите себя. Не будет больше гнева, потому что вы подавили его, но не будет также и сострадания, поскольку только гнев может трансформироваться в сострадание. Если вы преуспели в подавлении себя, - что на самом деле невозможно, - то не будет секса, но и любви тоже не будет, поскольку при мертвом сексе отсутствует энергия, которая должна была бы перерасти в любовь. Поэтому вы будете без секса, но и без любви тоже. И тогда теряется смысл всего, поскольку без любви нет никакой божественности, без любви нет никакого освобождения, без любви нет никакой свободы.

Тантра утверждает, что трансформироваться должны одни и те же энергии. Это можно сказать и таким образом: если вы против мирского, то не будет и нирваны - потому что сам этот мир должен быть трансформирован в нирвану. Тогда вы против всех основных энергий, которые являются первоисточником всего.

Итак, алхимия тантры призывает вас: не сражайтесь, относитесь дружелюбно ко всем энергиям, данным вам свыше. Приветствуйте их. Чувствуйте благодарность за то, что вы имеете гнев, что вы имеете секс, что вы имеете алчность. Чувствуйте благодарность, поскольку это скрытые источники, которые могут быть трансформированы, которые могут быть открыты. И когда секс трансформируется, он превращается в любовь. Теряется отрава, теряется уродство.

Семя кажется уродливым, но когда оно оживает, оно растет и расцветает. Тогда появляется красота. Не выбрасывайте семя, поскольку в его лице вы выбросите цветы. Их еще нет здесь, нельзя еще утверждать, что вы можете видеть их. О них нельзя еще утверждать, но они здесь. Для того чтобы вы могли получить цветы, используйте это семя. Итак, сначала допустите приятие, чувствительное понимание и осознанность. Тогда будет допущена и терпимость.

Еще одна вещь, которая кажется очень странной, но которая на самом деле является одним из глубочайших открытий тантры, заключается в следующем: что бы вы ни воспринимали в качестве своих врагов - алчность, гнев, ненависть, секс и тому подобное - ваше отношение к

ним как к врагам делает их врагами. Воспринимайте их как божественные дары и подходите к ним с благодарным сердцем. Тантра, например, разработала много методов для трансформации сексуальной энергии. Подходите к половому акту, как вы подходили бы к храму божественного. Относитесь к половому акту, как к молитве, как к медитации. Почувствуйте его святость.

Вот почему в Кхаджурахо, в Пури, в Конараке каждый храм имеет майтхуны, скульптуры людей, находящихся в половом сношении. Половой акт в стенах храмов кажется неуместным, особенно для христиан, мусульман, джайнов. Он кажется невысказанным, противоречащим всему. Что общего между храмом и изображениями майтхун? На внешних стенах храмов в Кхаджурахо в каменных изваяниях изображены все возможные типы полового акта. Почему? В храме для них нет места, в крайнем случае, только в нашем сознании. Христианство не может представить себе стены церквей с изображениями из храма в Кхаджурахо. Это невозможно!

Современные индусы также ощущают чувство вины, поскольку сознание современного индуса сформировано христианством. Они являются «индусо-христианами» - и это плохо, поскольку быть христианами хорошо, но быть индусо-христианами - это нелепо. Они чувствуют себя виновными. Один индуистский лидер, Пуршотамдас Тандон предложил даже разрушить эти храмы, утверждая, что они не принадлежат нам. И на самом деле, все выглядит так, как будто они не принадлежат нам, поскольку тантра отсутствовала в наших сердцах очень долго, веками. Она не была основным течением жизни. Основным течением была йога, а для йоги Кхаджурахо является неприемлемым - он должен быть разрушен.

Тантра призывает относиться к половому акту как к входу в освященный храм. Вот почему тантристы изображали половой акт на стенах своих священных храмов. Они говорили: подходите к сексу так, как будто вы входите в священный храм. Таким образом, когда вы входите в священный храм, секс должен быть здесь же, поскольку в вашем уме эти вещи связаны друг с другом, ассоциированы друг с другом. Тогда вы сможете почувствовать, что мирское и божественное не являются двумя сражающимися элементами, но являются единым целым. Они не являются взаимоисключающими, они только полярности, помогающие друг другу. И они могут существовать только благодаря этой полярности. Если эта полярность теряется, теряется весь мир. Поэтому во всем старайтесь увидеть глубокое единство. Нельзя видеть только полярные противоположности, нужно видеть внутренние процессы, которые делают их единым целым. Для тантры все является священным. Запомните это - для тантры все является священным; нет ничего несвященного. Смотрите на это таким образом: для нерелигиозного человека нет ничего священного; для так называемых религиозных людей что-то является священным, что-то - нет.

Для тантры все является священным.

Один христианский миссионер был у меня несколько дней назад и сказал: «Бог создал мир».

Тогда я спросил его: «А кто создал грех?» Он сказал: «Дьявол».

Тогда я спросил его: «А кто создал дьявола?» Он был в растерянности. Он сказал: «Конечно, Бог создал дьявола».

Дьявол создал грех, а Бог создал дьявола. Так кто же тогда является истинным грешником - дьявол или Бог? Но дуалистская концепция всегда ведет к таким абсурдностям. Для тантры Бог и дьявол не являются двумя различными сущностями. Для тантры, на самом деле, не существует ничего, что можно было бы назвать дьявольским, все является божественным, все является священным. И это кажется правильной точкой зрения, самой глубокой точкой зрения. Если в этом мире есть что-либо несвященное, то откуда оно пришло и как оно может существовать?

Итак, имеются только две альтернативы. Первая альтернатива - это альтернатива атеиста,

который утверждает, что нет ничего свя-щенного. С этой альтернативой все в порядке. Для атеиста нет двойственности; он не видит святости ни в чем в мире. Вторая альтерна-тива - альтернатива тантры, которая утверждает, что все священно. Для тантриста также нет двойственности. Но между атеистами и тантристами расположены так называемые религиозные люди, ко-торые на самом деле не являются религиозными. Они ни религиоз-ные, ни нерелигиозные, поскольку они всегда в конфликте. Вся их теология направлена на то, чтобы свести концы с концами, но она не может справиться с этим.

Если единственная клеточка, единственный атом в этом мире является несвящен-ным, то и весь мир становится несвященным, потому что как может один подобный атом существовать в священ-ной вселенной? Как это может быть? Он поддерживается всем окру-жающим; чтобы существовать, он должен поддерживаться всем окружающим. И если несвященный элемент поддерживается всеми священными элементами, то какая же меж-ду ними разница? Итак, или весь мир тотально, безусловно священен, или он целиком не-свя-щенен; промежуточного пути не может быть.

Тантра утверждает, что все является священным, вот почему мы не можем понять ее. Это глубочайшая недвойственная точка зрения - если это можно назвать точкой зрения. Это не точка зрения, по-скольку каждая точка зрения обязана быть двойственной. Она не против чего-то, поэтому она и не является точкой зрения в обычном понимании. Она есть ощущение целого, живущее единство.

Это и есть два пути - путь йоги и путь тантры. Тантра не может быть такой привлека-тельной из-за нашего искаленного ума. Но для того, у кого внутри здоровье, а не хаос, тантра является прекрас-ной. Только он может понять, что такое тантра. Йога имеет привле-кательность, ею легко увлечься из-за извращенного ума.

Помните, в конце концов, только ваш ум делает что-либо привле-кательным или непри-влекательным. Именно вы являетесь решаю-щим фактором.

Эти подходы являются различными. Я не утверждаю, что при помощи йоги нельзя достичь желаемого. При помощи йоги можно тоже достичь, но не при помощи той йоги, которая превалирует в настоящее время. Превалирующая в настоящее время йога на са-мом деле не является йогой, но является интерпретацией вашего больного разума. Йога действительно может быть путем к бесконечному, но это также возможно лишь в том слу-чае, когда ваш ум здоров, когда он не болен. Тогда йога примет другую форму. Махавира, например, практиковал йогу, но он на самом деле не подавлял секс. Он знал его, он любил его, он был глубоко знаком с ним. Но он стал бесполезным для него и он его оставил. Буд-да был на пути йоги, но он жил, проходя сквозь мир, он был очень хорошо знаком с ним. Он не сражался.

Если вы знаете что-либо, вы становитесь свободным от этого. Оно просто опадает, как мертвые листья опадают с дерева. Это не самоотречение; в это совсем не вовлекается борьба. Посмотрите на лицо Будды - оно не похоже на лицо воина. Он не сражается. Он так расслаблен; его лицо является самым символом расслабления... не борьбы.

Посмотрите на ваших йогов. Борьба явно просматривается на их лицах. Глубоко внутри в них заключено смятение - непосредственно сейчас они сидят на вулканах. Вы можете за-глянуть им в глаза, посмотреть на их лица - и вы почувствуете это. Где-то глубоко внутри они подавили все свои болезни; они не вышли за пределы.

В здоровом мире, где каждый живет своей подлинной, индиви-дуальной жизнью, не имитирующей другие жизни, а своей жизнью своим собственным способом, возможны два результата. Человек может научиться глубокой чувствительности, которая поможет пре-взойти его желания; он может также прийти к состоянию, когда все желания являются несущественными и отбрасываются. Йога тоже может привести к этим результатам, но, на мой

взгляд, йога может привести к ним только в том же мире, где и тантра может привес-ти к ним - помните это. Нам нужен здоровый ум, естественный человек. В мире, где человек является естественным, и тантра, и йога приведут к выходу за пределы желаний.

В нашем так называемом больном обществе ни йога, ни тантра не могут сделать этого, поскольку если мы выбираем йогу, то мы не выбираем ее, потому что желания стали бесполезными — нет! Они все еще имеют значение; они не отпали сами собой. Мы должны пре-одо-левать их. Если мы выбираем йогу, мы выбираем ее как технику подавления. Если мы выбираем тантру, мы выбираем ее как хитрую уловку, как глубокий обман - как разре-шение снисходительности.

Итак, при нездоровом уме ни йога, ни тантра не будут работать. Они обе приведут к об-ману. Для того чтобы начать, требуется здоро-вый ум, особенно сексуально здоровый ум. То-гда нетрудно выбрать свой путь. Вы можете выбрать йогу, вы можете выбрать тантру.

Имеется два основных типа людей, мужской тип и женский тип. Я имею в виду психоло-гические, а не биологические типы. Для тех, кто психологически является в основном муж-чиной - агрессивным, насильственным, направленным вовне - лучшим путем является йога. Для тех, кто психологически является в основном женщиной - восприимчивым, пас-сивным, ненасильственным - лучшим путем является тантра. Поэтому вы можете заме-тить: для тантры важными являются, богиня Кали, спасительница Тара, и различные де-вис, бхаправис - женские божества. В йоге вы никогда не услышите упо-минания имени како-го-либо из божеств женского рода. Тантра имеет женские божества; йога имеет Богов-мужчин. В йоге энергия направ-лена наружу; в тантре энергия направлена вовнутрь. Поэтому, поль-зуясь современными психологическими терминами, можно сказать, что йога является экстравертивной, а тантра - интровертивной. Итак, все зависит от личности. Если вы обла-даете интровертивной личностью, то борьба не для вас. Если у вас экстравертивная личность, то вам борьба подходит.

Но мы в расстройстве, мы в беспорядке - вот почему ничего не помогает. Наоборот, все расстраивается. Йога будет расстраивать вас, тантра будет расстраивать вас. Каждое лекар-ство принесет вам новую болезнь, поскольку выбирающий болен; результатом подобного вы-бора будет болезнь. Поэтому я не имею в виду, что при помощи йоги вы не можете дос-тигнуть. Я делаю упор на тантре только потому, что мы собрались понять, что же такое тан-тра.

Другой вопрос:

Как на пути самоотречения ищущий может выбрать из ста две-надцати методов правильную технику?

На пути желания достичь чего-то имеются методы - эти сто двенадцать методов. На пути самоотречения (surrender - отказ от своих прав или собственности, сдача себя в полную собственность другому, безоговорочная капитуляция, самоотречение), само са-моотречение является методом и других методов нет. Запомните это. Во всех методах нет самоотречения, поскольку метод означает зави-симость от самого себя. Вы можете делать что-нибудь; есть техника, поэтому вы исполняете ее. На пути самоотречения, и отказа вас больше нет, вы не можете делать что-либо. Вы сделали предельное, послед-нее: вы отказа-лись от самого себя. На пути к отказу единственным методом является отказ.

Все эти сто двенадцать методов требуют некоторого усилия воли; они требуют, чтобы вы делали что-нибудь. Вы манипулируете вашей энергией, вы уравниваете вашу энергию, вы создаете в вашем хаосе центр. Вы что-то делаете. Ваши усилия существенны, основа-тельны, они нужны. На пути отказа от себя необходима только одна вещь - ваш отказ. Вы глубоко погрузитесь в эти сто двенадцать методов, так что неплохо будет сказать что-нибудь об отказе, поскольку он не имеет метода.

В этих ста двенадцати методах ничего не будет об отказе, о самоотречении. Почему Шива ничего не говорил об отказе? Потому что ничего нельзя сказать. Сама Бхайрави, сама Дэ-ви достигла Шивы без каких-либо методов. Она просто отказалась, сдалась, капитулировала перед Шивой. Следует заметить следующее. Она задает вопросы не для себя, эти вопросы задаются для всего человечества. Она достигла Шивы. Она уже на его коленях, он уже обнимает ее. Она уже стала с ним одним целым, но все же еще спрашивает.

Поэтому запомните одно: она спрашивает не для себя, в этом нет нужды. Она спрашивает для всего человечества. Но если она достигла, почему она спрашивает Шиву? Не могла бы она сама говорить с человечеством? Она прошла по пути отказа, поэтому она ничего не знает о методе. Сама она прошла через любовь; любви достаточно самой по себе, любовь не нуждается в чем-либо еще. Она достигла посредством любви, поэтому она не знает о каких-либо методах, техниках. Вот почему она спрашивает.

Итак, к ста двенадцати методам имеет отношение Шива. Он также не говорит об отказе, поскольку самоотречение, отказ не является на самом деле методом. Вы отказываетесь только тогда, когда каждый из методов оказывается бесполезным, когда вы не можете достичь ни одним из методов. Вы делаете все, что возможно. Вы стучите во все двери, и ни одна из них не открывается, вы проходите по всем путям, и ни один из них не ведет к достижению. Вы сделали все, что могли, и теперь вы ощущаете себя беспомощным. В этой тотальной беспомощности может случиться отказ, сдача, капитуляция, самоотречение. Поэтому на пути отказа нет методов.

Но что такое самоотречение и как оно работает? И если оно работает, то какая имеется нужда в ста двенадцати методах? Тогда какая необходимость обращаться к ним? Тогда все в порядке! Если отказ срывает, то лучше использовать именно его. Зачем нужно продолжать думать о методах? И кто знает, подходит вам конкретный метод, или нет? А чтобы выяснить это, может потребоваться не одна жизнь. Так что отказ от самого себя хорош, но он труден. Это самая трудная вещь на свете. Методы не являются трудными. Они легкие; вы можете тренироваться сами. Но для отказа от самого себя вы себя натренировать не сможете... нет такой тренировки. Вы не можете спросить, как осуществить отказ; сам вопрос является абсурдным. Как вы можете спросить о технике отказа от себя? Можете ли вы спросить, как любить?

Есть любовь или ее нет, но вы не можете спросить, как любить. И если кто-нибудь расскажет вам и научит, как любить, то помните - вы никогда не сможете любить. Раз вам дана техника для любви, то вы будете привязаны к этой технике. Вот почему актеры не могут любить. Они знают так много техник, так много методов - и вы все тоже актеры. Раз вы знаете трюк, как любить, то любовь не расцветет, потому что вы создали фасад, обман зрения. А при наличии обмана зрения вы вне игры, вы не вовлечены в нее. Вы защищены.

Любовь - сущность тотально открытая, ранимая. Если вы любите, вы в опасности, вы становитесь незащищенными. Мы не можем спрашивать - как любить, мы не можем спрашивать, как отречься от себя. Это случается! Любовь случается, самоотречение случается. Любовь и самоотречение глубоко едины. Но что эта единая сущность представляет из себя? И если мы не знаем, как совершить отказ, то, как минимум, мы можем знать, как мы поддерживаем себя, как мы предотвращаем свой отказ. Это может быть известно и это полезно.

Как так случилось, что вы еще не отреклись от себя? Какова ваша техника борьбы с самоотречением? Если вы еще не полюбили, то настоящая проблема не в том, что вы не знаете, как любить. Реальная проблема заключается в том, чтобы копать глубже и выяснить, как вы до сих пор жили без любви, в чем заключается ваш трюк, какова ваша техника, какова ваша структура - структура вашей защиты, как вы жили без любви. Это может быть понято, и это

должно быть понято.

Первое: мы живем с эго, живем в эго, центрированы в эго. Я есть, не зная, кто я есть та-кой. Я продолжаю провозглашать: «Я есть». Это «я есть» является ложью, поскольку я не знаю, кто я такой. И пока я не узнаю, кто я такой, как могу я говорить «я»? Это «я» является ложным «я». Это ложное «я» является моим эго. Это защита. Это защищает вас от отказа.

Вы не можете совершить отказ, но вы можете осознать эти защитные меры. Если вы начнете осознавать это, они начнут разрушаться. Шаг за шагом вы ослабляете эту защиту и в один прекрасный день вы придете к ощущению: «Меня нет». В тот момент, когда вы пришли к ощущению: «Меня нет», самоотречение случилось. Итак, попытайтесь выяснить, существует ли вы. Действительно, есть ли в вас некоторый центр, который бы вы могли называть «я»? Проникайте глубоко вовнутрь себя, продолжайте попытки выяснить, где расположено это «я», где обитает это эго.

Риндзай пришел к своему мастеру и сказал: «Дай мне свободу».

Мастер сказал: «Принеси себя. Если ты существуешь, я освобожу тебя. Но если ты не существуешь, то, как я смогу освободить тебя? Ты уже свободен. И эта свобода не является твоей свободой. На самом деле, свобода есть свобода от своего «я». Поэтому иди и выясни, где расположено твое «я», где расположен ты, а затем приходи ко мне. Это медитация. Иди и медитируй.»

Итак, ученик Риндзай ушел и медитировал в течение недель и месяцев, а затем пришел снова. Он сказал: «Я не являюсь телом. Я установил только это».

Тогда мастер сказал: «Та часть, которую ты понял, стала свободной. Иди снова. Попробайся выяснить остальное».

Затем он снова испытывал себя, медитировал и выяснил: «Я не являюсь моим умом, потому что я могу наблюдать мои мысли. Наблюдающий отделен от наблюдаемого - значит, я не являюсь своим умом». Он пришел и сказал: «Я не являюсь своим умом».

Тогда его мастер сказал: «Теперь ты свободен на три четверти. А теперь иди снова и попытайся выяснить, кто ты такой».

Итак, он рассуждал: «Я не являюсь моим телом. Я не являюсь моим умом». Он много читал, изучал, он был хорошо информирован, поэтому он думал: «Я не являюсь ни моим телом, ни моим умом, поэтому я должен быть своей душой, своим атманом». Но он медитировал и, в конце концов, обнаружил, что нет ни атмана, ни души, поскольку этот атман есть не что иное, как ваша ментальная информация - только доктрины, слова, философии.

Поэтому он однажды прибежал к учителю и сказал: «Теперь меня больше нет!»

Тогда его мастер сказал: «Должен ли я теперь учить тебя методам освобождения?»

Риндзай сказал: «Я свободен, поскольку меня больше нет. Нет никого, кто был бы в рабстве. Я лишь обширная пустота, ничто».

Только ничто может быть свободным. Если вы есть нечто, то вы будете в рабстве. Если вы существуете, то вы будете в рабстве. Свободным может быть лишь вакуум, пустое пространство. Тогда вы не сможете связать его. Риндзай прибежал и сказал: «Меня больше нет. Меня нигде нельзя найти». Это свобода. И в первый раз он коснулся ног мастера - в первый раз. Не в буквальном смысле, потому что ранее он много раз прикасался к ним. Но мастер сказал: «В первый раз ты прикоснулся к моим ногам».

Риндзай спросил: «Почему ты говоришь о первом разе? Я касался твоих ног много раз».

Мастер ответил: «Но ты был здесь, как же мог ты прикоснуться к моим ногам, когда ты был уже здесь? Пока ты здесь, как можешь ты прикоснуться к моим ногам?»

«Я» никогда не может прикоснуться к чьим-либо ногам. Даже если со стороны это выглядит как прикосновение к чьим-либо ногам, это прикосновение к своим собственным ногам,

только окольным способом. «Ты прикоснулся ко моим ногам в первый раз», - сказал мастер, - «поскольку теперь тебя нет больше. И это также и последний раз. Первый и последний раз».

Самоотречение случается, когда вас нет, так что вы не можете отречься от самого себя. Вот почему отказ от себя не может быть техникой. Вы не можете отказаться, вы сами являетесь препятствием. Когда вас нет, имеет место отказ. Поэтому вы и отказ не можете жить вместе, между вами и отказом невозможно сосуществование. Или вы, или отказ от себя. Поэтому выясните, где вы и кто вы. Подобное выяснение создаст много удивительных результатов.

Рамана Махарши обычно говорил: «Спрашивайте себя 'Кто я такой?'» Его понимали неправильно. Даже его ближайšie ученики не понимали значения его слов. Они думали, что действительно следует выяснить: «Кто я такой?» Нет! Если вы продолжаете спрашивать: «Кто я такой?», то вы обязаны прийти к выводу, что вас нет. На самом деле это не вопрос, предназначенный установить, кто вы такой. На самом деле это вопрос, предназначенный для разрушения, растворения.

Я давал ученикам много техник, в процессе выполнения которых необходимо было спрашивать: «Кто я такой?» Затем, через месяц или два они приходили ко мне и говорили: «Я еще не установил, кто я такой. Вопрос остается тем же самым - ответа нет».

Тогда я говорил им: «Продолжайте. Однажды ответ придет». И они надеялись, что ответ придет. Но это не вопрос, на который должен быть ответ. Это вопрос, который должен растворять вас. Здесь не должно быть ответа типа: «Вы есть то-то и то-то». Сам вопрос будет растворять. Не будет никого, кто бы спрашивал даже: «Кто я такой?» И тогда вы узнаете.

Когда «я» не существует, открывается реальное «я». Когда исчезает эго, вы впервые встречаетесь со своей сущностью. Эта сущность является пустотой. Тогда вы можете совершить отказ от себя, тогда вы уже отказались. Вы теперь находитесь в состоянии самоотречения. Поэтому здесь не может быть никаких техник или может быть лишь отрицательная техника вроде этого вопроса: «Кто я такой?».

Как работает самоотречение? Если вы находитесь в состоянии самоотречения, то что при этом случается? Мы придем к пониманию, как работают методы. Мы далеко углубимся в методы и узнаем, как они работают. Основа их действия является научной.

Когда вы находитесь в состоянии самоотречения, вы становитесь долиной; когда вы являетесь эго, вы подобны остроконечной вершине. Эго означает, что вы над всеми, вы есть некто. Другие могут признавать вас или не признавать - это уже другое дело. Вы воспринимаете себя выше всех. Вы подобны остроконечной вершине; ничто не может войти в вас.

Когда кто-нибудь находится в состоянии самоотречения, он подобен долине. Он становится глубоким, а не высоким. Тогда все существующее начинает вливаться в него отовсюду. Он всего лишь вакуум, всего лишь глубина, пропасть, бездонность. Все существующее начинает вливаться в него отовсюду. Можно сказать, что Бог вливается в него отовсюду, входит в него через все поры, тотально заполняет его.

Это самоотречение, это превращение в долину, в пропасть, можно почувствовать многими способами. Имеется минимальный отказ от самого себя; имеется максимальный отказ. Даже при минимальном отказе вы чувствуете его. Отказ от себя ради мастера является минимальным отказом, но вы начинаете чувствовать его, потому что мастер немедленно начинает втекать в вас. Если вы капитулировали перед мастером, вы вдруг почувствуете, как его энергия вливается в вас. Если вы не можете почувствовать вливающуюся в вас энергию, то знайте хорошо - вы не отказались от себя даже минимальным образом.

Имеется так много историй, которые становятся для нас лишенными смысла, поскольку мы не знаем, в каких условиях они происходили. Махакашьяпа пришел к Будде, Будда просто

прикоснулся ко лбу Махакашьяпы и это произошло. И Махакашьяпа начал танцевать. Поэтому Ананда спросил Будду: «Что случилось с ним? Я ведь был рядом с тобой в течение сорока лет? Он сумасшедший? Или он просто дурачит других? Что случилось с ним? И я ведь прикасался к твоим ногам тысячи и тысячи раз».

Конечно, для Ананды этот Махакашьяпа выглядел или сумасшедшим, или просто обманщиком. Ананда был рядом с Буддой в течение сорока лет, но там была проблема. Он был его старшим братом, старшим братом Будды; и в этом заключалась проблема, когда Ананда пришел к Будде сорок лет назад, он, прежде всего, сказал Будде следующее: «Я твой старший брат, и когда ты посвятишь меня, я стану твоим учеником. Поэтому, прежде чем я стану твоим учеником, пообещай мне три вещи, поскольку потом я не смогу требовать. Во-первых, я всегда буду с тобой. Дай мне обещание, что ты никогда не скажешь мне: ‘Уходи отсюда’. Я буду всегда следовать за тобой».

Во-вторых, я всегда буду спать с тобой в одной комнате. Ты не можешь сказать мне: ‘Уходи’. Я буду следовать за тобой как твоя тень. И, в-третьих, если я приведу кого-нибудь в любое время, даже в полночь, ты должен будешь ответить ему. Ты не можешь сказать: ‘Сейчас не время этому’. И дай мне обещание выполнить эти три мои просьбы, пока я еще являюсь твоим старшим братом, поскольку, когда я стану твоим учеником, я должен буду подчиняться тебе. Ты пока еще младше меня, так что пообещай мне это”.

Итак, Будда пообещал, и это стало проблемой. В течение сорока лет Ананда был рядом с Буддой, но не мог прийти к самоотречению, поскольку его природа не соответствовала состоянию самоотречения.

Ананда спрашивал много, много раз: «Когда я достигну?»

Будда отвечал: «Когда я умру, ты достигнешь».

И Ананда смог достичь только после смерти Будды.

Что вдруг случилось с этим Махакашьяпой? Был ли Будда при-страстным - неравнодушным к Махакашьяпе? Нет! Он истекает, непрерывно истекает. Но чтобы принять его, вы должны быть доли-ной, женской маткой. Если вы над ним, то, как вы сможете принять? Текущая энергия не сможет войти в вас, она пройдет мимо вас. Поэтому склонитесь, подчинитесь. Даже при минимальной отдаче мастеру энергия начнет течь в вас. Вдруг, внезапно вы становитесь носителем огромной силы.

Имеются тысячи и тысячи историй... только от прикосновения, только от взгляда кто-то становился просветленным. Нам они не кажутся рациональными. Как это возможно? Это возможно! Даже один взгляд мастера в ваши глаза изменит всю вашу сущность, но он может сделать это только в том случае, если ваши глаза являются свободными, незанятыми, долиноподобными. Если вы сможете впитывать взгляд своего мастера, вы немедленно станете другим.

Итак, перед тотальным самоотречением случается такое мини-мальное отречение. И это минимальное отречение подготавливает вас к тотальному отречению. Раз вы знаете, что посредством самоот-речения вы получаете нечто неизвестное, невероятное, неожиданное, нечто, о чем вы не могли и мечтать, то вы готовы для максимального самоотречения. И в этом заключается работа ма-стера - помочь вам с минимальным отречением, так, что-бы вы набрались мужества для максимального самоотречения, для то-тального самоот-речения.

И еще один последний вопрос:

Что является точным указанием того, что конкретная техника, которую вы практикуете, приведет к предельному результату?

Вот эти указания. Во-первых, вы должны почувствовать внутри себя другую личность. Вы

больше не тот же самый. Если техника вам подходит, вы немедленно становитесь другой личностью. Если вы муж, вы больше не будете тем же самым мужем. Если вы владелец магазина, вы больше никогда не будете тем же самым владельцем магазина. Кем бы вы ни были, если техника вам подходит, вы станете другой личностью; это первое указание. Поэтому, если вы начнете чувствовать в себе что-то странное, знайте, что что-то случается с вами. Если вы остаетесь тем же самым и не чувствуете ничего странного, значит ничего не случается. Это первое указание на то, что техника вам подходит. Если она подходит, то вы немедленно транс-портируетесь, трансформируетесь в другую личность. Это случается внезапно: вы начинаете смотреть на мир другим образом. Глаза те же самые, но глядящий ими является другим.

Во-вторых, все, что создает напряженность, конфликты, начинает отмирать. Это не значит, что после практикования метода в течение нескольких лет ваши конфликты, волнения, напряженности начнут отмирать - нет! Если метод вам подходит, отмирание начнется немедленно. Вы сможете почувствовать жизненные силы, вливающиеся в вас, вы почувствуете, что с вас снимают тяжелую ношу. Если техника вам подходит, вы почувствуете, что земное притяжение стало действовать в противоположном направлении. Теперь Земля не притягивает вас вниз. Скорее небо притягивает вас вверх. Как вы себя чувствуете, когда взлетает самолет? Все разрушено. Вдруг какой-то толчок и земное притяжение перестает иметь значение. Теперь Земля не притягивает вас, вы вырвались из гравитации.

Такой же толчок случается тогда, когда медитативная техника вам подходит. Вдруг вы взлетаете. Вдруг вы чувствуете, что Земля потеряла значение - гравитация исчезла. Она не притягивает вас вниз, вас тянет вверх. На языке религии это называется «благодать». Имеется две силы - гравитация и благодать. Благодать означает, что вас тянет вверх; гравитация означает, что вас тянет вниз.

Вот почему многие из медитирующих вдруг чувствуют, что у них нет веса. Вот почему многие люди чувствуют внутреннюю левитацию. Многие рассказывали это мне, когда техника им подходила: «Это что-то странное! Мы закрываем глаза и чувствуем, что мы маленькие частицы над Землей - одна нога, две ноги, даже четыре ноги над Землей. Когда мы открываем глаза, мы все еще на Земле; когда мы закрываем глаза, мы летим. Так что же это? Когда мы открываем глаза, мы всего только на Земле! Мы никогда и не взлетали».

Тело остается на Земле, но вы левитируете. Эта левитация на самом деле представляет собой некоторую тягу сверху. Если техника подходит, вы испытываете эту тягу, поскольку действие техники в том и заключается, чтобы сделать вас доступным для тяги вверх. Вот в чем смысл техники: сделать вас доступным для силы, которая тянет вас вверх. Итак, если техника годится, вы узнаете об этом - вы станете невесомым.

В-третьих, все, что бы вы сейчас ни делали, пусть что угодно, самое тривиальное, станет другим. Вы будете ходить другим образом, вы будете сидеть другим образом, вы будете есть другим образом. Все будет другим. Это отличие вы будете чувствовать везде. Иногда это странное переживание своего изменения вызывает страх. Некоторые из вас хотят вернуться назад и стать теми же самыми, прежними, потому что ваше бытие было так гармонично настроено на старое. Это был рутинный мир, наскучивший мир, но в нем вы были эффективными.

Теперь везде вы почувствуете некоторый пробел. Вы почувствуете, что эффективность ваших действий утеряна. Вы почувствуете, что ваша полезность уменьшилась. Вы почувствуете, что вы везде являетесь отстающим. Нужно пройти через этот период. Вы снова станете гармоничным. Изменились вы, а не мир, так что это вы не подходите. Итак, запомните третье: когда техника подошла вам, вы перестаете подходить окружающему вас миру. Вы становитесь

неподходящими. Везде что-то теряется, какие-то болтики теряются. Везде вы чувствуете, что здесь только что было землетрясение. Но все кругом остается тем же самым; только вы, вы становитесь другими. Но вы снова станете гармоничными на другом уровне, на более высоком уровне.

Подобное возмущение в жизни ощущается так же, как ощущает себя ребенок, который вырос и достиг половой зрелости. В возрасте четырнадцати или пятнадцати лет каждый мальчик чувствует, что с ним происходит что-то странное. В него вошла новая сила - секс. Ее не было раньше, или она была, но была спрятана. Теперь он впервые стал пригодным для воздействия силы нового вида. Вот почему мальчики чувствуют себя очень неловко; девочки, мальчики, когда они достигают половой зрелости, чувствуют себя очень неловко. Они не понимают, где они. Они уже не дети, но они еще и не взрослые, они где-то посередине, еще нигде не закрепились. Если они играют с маленькими детьми, они чувствуют себя неловко - они уже стали взрослыми. Если они начинают заводить знакомства с взрослыми, они чувствуют себя неловко - они еще дети. Они ни к чему не подходят.

То же самое случается в том случае, когда техника подходит вам. Становится доступным новый источник энергии, более сильной, чем энергия секса. Вы снова в переходном периоде. Теперь вы перестаете быть приспособленными к этому миру мирских людей. Вы уже не ребенок, но вы еще не подходите миру праведников, святых; а в промежутке каждый чувствует себя неловко.

Если техника подходит вам, появятся эти три комплекса явлений. Не ожидайте, что я скажу вам о них. Вы можете ожидать, что я скажу вам, что вы станете более молчаливыми, более спокойными, а я говорю совершенно обратное: вы станете более беспокойными. Когда техника годится, вы станете более беспокойными, а не более молчаливыми. Молчание придет позже. И если придет молчание, а не беспокойство, знайте, что дело не в технике; это просто приспособление к старым структурам.

Вот почему большинство людей занимается молитвой, а не медитацией - молитва дает вам утешение. Она годится для вас, приспособлена к вам, к вашему миру. Молитва, по существу, делает то же самое, что в настоящее время делает психоаналитик. Если вас что-то беспокоит, она уменьшит ваше беспокойство, приспособит вас к окружающей структуре, к обществу, к семье. Поэтому, если вы ходите к психоаналитику один, два, три года, то вы не станете лучше, но вы будете более приспособленными. Молитва делает то же самое, и духовники делают то же самое - они делают вас более приспособленными.

Ваш ребенок умер, вы в горе и идете к священнику. Он говорит: «Не горюйте. Рано умирают только те дети, кого Бог больше любит. Он призывает их к себе». Вы чувствуете себя удовлетворенными. Ваш ребенок был «призван». Бог любит его больше. Или священник говорит что-либо вроде этого: «Не беспокойтесь, душа никогда не умирает. Ваш ребенок на небесах».

Несколько дней назад здесь была одна женщина. Месяц назад умер ее муж. Она была в горе. Она пришла ко мне и сказала: «Вы только гарантируйте мне, что он снова родится в хорошем месте, и тогда все будет в порядке. Дайте мне уверенность в том, что он не попадет в ад и не станет животным, что он на небесах или что он стал богом или чем-то в этом роде. Если вы сможете гарантировать мне это, то тогда все в порядке. Тогда я смогу это вынести; в противном случае я несчастна».

Священник скажет в этом случае: «О'кей! Ваш муж возродился в качестве бога на седьмом небе и он очень счастлив. И он ждет вас».

Эти молитвы, они приспособливают вас к окружающим структурам... вы чувствуете себя лучше.

Медитация представляет собой науку. Она не собирается помогать вам в приспособлении, она собирается помочь вам в трансформации. Вот почему я говорю, что эти три признака будут служить вам указанием. Молчание придет, но не как результат приспособления. Молчание придет как внутренний расцвет. Тогда молчание не будет приспособлением к обществу, к семье, к миру, к бизнесу - нет! Тогда молчание будет истинной гармонией с Вселенной.

Тогда между вами и тотальностью расцветет глубокая гармония, тогда будет молчание - но это придет позже. Сначала вы будете расстроены, сначала вы станете сумасшедшим - поскольку вы и есть сумасшедший, но не осознаете этого.

Если техника подходит, то это делает вас осознающими все, чем вы являетесь. Высветится все - ваша анархия, ваш ум, ваше сумасшествие. Вы представляете собой просто темный беспорядок. Когда техника подходит, то это выглядит так, как будто вдруг появился свет и весь этот беспорядок стал явным. Первый раз вы столкнетесь с самим собой таким, каковы вы есть. Вам хотелось бы убрать свет и снова заснуть - это пугает. Это тот самый момент, когда оказывается полезным мастер. Он говорит: «Не бойтесь. Это только начало. И не избегайте этого».

Сначала этот свет показывает вам, кто вы есть на самом деле, а если вы будете продолжать дальше, то он преобразует вас в то, чем вы можете быть.

На сегодня достаточно.

Глава 3

ДЫХАНИЕ - МОСТ ВО ВСЕЛЕННУЮ

3 октября 1972 года, Бомбей, Индия

Сутры:

Шива отвечает:

1. О лучезарная, это переживание может начаться между двумя дыханиями. После того, как дыхание войдет (внутри) и как раз перед тем, как оно выйдет (наружу) - благодетельность.
2. Когда дыхание поворачивает от вдоха к выдоху и когда оно снова поворачивает от выдоха к вдоху - при обоих этих поворотах осознай их.
3. Или, когда бы ни произошло смыкание вдоха и выдоха, в этот самый момент прикоснись к центру, пустому, но наполненному энергией.
4. Или, когда дыхание на выдохе полностью закончилось и приостановилось или когда на вдохе оно полностью закончилось и остановилось - в такие универсальные паузы малое «я» человека исчезает. Это трудно только для нечистых.

Истина всегда здесь. Она уже имеет место. Она не является чем-то, что должно быть достигнуто в будущем. Вы являетесь истиной именно здесь и сейчас, поэтому она не есть что-то, что должно быть создано, или что-то, что должно быть придумано, или что-то, что должно быть найдено. Поймите это очень ясно; тогда легче будет понимать, а также выполнять предлагаемые техники.

Ум есть механизм для выработки желаний. Ум всегда чего-то желает, всегда что-то ищет, всегда что-то спрашивает. Объект всегда находится в будущем, ум совсем не интересуется настоящим. Непосредственно в данный момент ум не может двигаться - нет места. Ум нуждается в будущем, чтобы осуществлять движение. Он может двигаться либо в прошлое, либо в будущее. Он не может двигаться в настоящем - для этого нет места. Истина находится в

настоящем, а ум всегда расположен в прошлом или в будущем, поэтому истина и ум никогда не встречаются.

Когда ум ищет мирские объекты, это не так трудно, проблема не является абсурдной, она может быть решена. Но когда ум начинает искать истину, сами эти усилия становятся бессмысленными, поскольку истина расположена здесь и сейчас, а ум всегда ищет там и то-гда. Они не встречаются. Поэтому поймите первую мысль: вы не можете искать истину. Помехой является сам процесс поиска.

В тот момент, когда вы начинаете поиск, вы удаляетесь от настоящего, удаляетесь от самого себя, поскольку вы всегда в настоящем. Ищущий всегда в настоящем, а поиск осуществляется в будущем; вы и не собираетесь встретить то, что вы ищете. Лао-цзы говорит: «Не ищите, в противном случае вы потеряете. Не ищите и вы найдете».

Все эти техники Шивы просто являются методами поворота вашего ума от будущего и прошлого к настоящему. То, что вы ищете, уже здесь, оно уже имеет место. Ум должен быть повернут от поиска к непоиску. Это трудно. Если вы думаете об этом интеллектуально, это очень трудно. Как повернуть ум от поиска к непоиску? Но тогда ум делает своим объектом сам непоиск! Тогда ум говорит: «Не ищи». Тогда ум говорит: «Я не должен искать». Тогда ум говорит: «Сейчас моей целью является непоиск. Сейчас я желаю состояния нежелания». Снова начинается поиск, снова через заднюю дверь пришло желание. Вот почему имеются люди, которые ищут мирские объекты, и имеются люди, которые думают, что они ищут немирские объекты. Все объекты являются мирскими, поскольку «поиск» ведется во внешнем мире.

Итак, вы не можете искать что-либо немирское. В тот момент, когда вы ищете, оно становится мирским. Если вы ищете Бога, наш Бог является частью мира. Если вы ищете мокшу - освобождение, нирвану, то ваше освобождение является частью мира, ваше освобождение не является чем-то, что выходит за пределы мира, потому что поиск осуществляется в мире, желание осуществляется в мире. Поэтому вы не можете желать нирвану, вы не можете желать нежелания. Если вы попытаетесь понять что-либо интеллектуально, то оно поставит вас в тупик.

Шива ничего не говорит об этом, он немедленно начинает давать техники. Они не являются интеллектуальными. Он не говорит Дэви: «Истина здесь. Не ищи ее, и ты найдешь ее». Он немедленно дает техники. Эти техники являются неинтеллектуальными. Выполняйте их, и ум повернется. Поворот является только следствием, только побочным результатом - но не целью. Поворот есть просто побочный результат.

Если вы выполняете технику, то ваш ум вернется из его путешествия в будущее или прошлое. Вдруг вы обнаружите себя в настоящем. Вот почему Будда дал техники. Лао-цзы дал техники, Кришна дал техники. Но они всегда вводили свои техники при помощи интеллектуальных понятий. Только Шива поступает по-другому. Он немедленно дает техники, и никакого интеллектуального объяснения, никакого интеллектуального введения, потому что он знает, что ум хитер, что это очень коварная вещь. Он что угодно может превратить в проблему. Непоиск превратится в проблему.

Ко мне приходят люди и спрашивают, как избежать желаний. Они желают не желать. Кто-то сказал им, или они где-то прочитали, или они слышали болтовню на духовную тему, что если вы не имеете желаний, то вы достигнете блаженства, если вы не будете желать, вы будете свободными, если вы не будете желать, то не будет страданий. Сейчас их умы страстно желают достигнуть того состояния, когда нет страданий, поэтому они спрашивают, как избавиться от желаний. Их умы обманывают их. Они все еще желают, но теперь объект их желаний изменился. Они желали денег, они желали славы, они желали престижа, они желали власти. Теперь они желают ничего не желать. Только объект изменился, а сами они остаются теми же и

их желания остались такими же. Но теперь желание стало более завуалированным.

Именно поэтому Шива немедленно продолжает без каких-либо введений. Он немедленно начинает говорить о техниках. Если следовать этим техникам, то они внезапно поворачивают ваш ум: он приходит в настоящее. А когда ум приходит в настоящее, он останавливается, его больше нет. Вы не можете быть умом в настоящем, это невозможно. Именно сейчас, если вы находитесь здесь и сейчас, как вы можете быть умом? Мысли прекращаются, потому что они не могут двигаться. Настоящее не имеет места, в котором можно было бы двигаться; вы не можете думать. Если вы находитесь в этом самом моменте, то, как вы можете двигаться? Ум останавливается, вы достигаете состояния не-ума.

Итак, реальная проблема состоит в следующем: как быть здесь и сейчас. Вы можете попытаться, но усилия могут оказаться тщетными - поскольку если вы выбираете нечто в качестве точки в настоящем, то эта точка будет перемещаться в будущее. Когда вы спрашиваете, как быть в настоящем, вы снова спрашиваете о будущем. Этот момент проходит вместе с вопросом: «Как быть в настоящем? Как быть здесь и сейчас?» Этот настоящий момент проходит вместе с вопросом, а ваш ум начинает покачиваться и создавать мечты в будущем: когда-то вы достигнете состояния ума, где не будет движения, не будет ничего движущегося, не будет поиска, и тогда там будет благодать - так как вы можете оказаться в настоящем?

Шива ничего не говорит об этом, он просто дает техники. Вы выполняете их, и вдруг вы обнаруживаете, что вы находитесь здесь и сейчас. И ваше пребывание здесь и сейчас является истиной, и ваше пребывание здесь и сейчас является свободой, и ваше пребывание здесь и сейчас является нирваной.

Первые девять техник относятся к дыханию. Поэтому давайте поймем кое-что о дыхании, а затем мы перейдем к техникам. Мы дышим непрерывно с момента рождения до момента смерти. Между этими двумя моментами все меняется. Все меняется, ничто не остается тем же самым, и лишь дыхание остается неизменным между рождением и смертью.

Ребенок станет юношей; юноша станет старым. Он будет болеть, его тело станет безобразным, больным, все изменится. Он будет счастливым, несчастным, он будет страдать; все будет продолжать изменяться. Но что бы ни случилось между этими двумя моментами, человек должен дышать. Является он счастливым или несчастным, молодым или старым, успешным или неудачником - кем бы он ни был, не имеет значения - одно является определенным: между моментами рождения и смерти он должен дышать.

Дыхание будет непрерывным процессом; недопустимы никакие перерывы. Если даже на короткое время вы забудете о дыхании, вас больше не будет. Вот почему вы дыханию не нужны, с вами одни трудности. Если забыть о дыхании хоть на один момент, то уже ничего нельзя будет поделаться. Итак, на самом деле вы не являетесь дыханием, поскольку вы не нужны. Вы крепко спите, а дыхание продолжается; вы без сознания, а дыхание продолжается; вы в глубокой коме, а дыхание продолжается. Вы не являетесь необходимым; дыхание есть нечто, что продолжается независимо от вас.

Дыхание является одним из постоянных факторов в вашей личности - это первое. Это нечто, что является очень существенным и основным для жизни - это второе. Без дыхания вы не сможете жить. Поэтому дыхание и жизнь стали синонимами. Дыхание является механизмом жизни, жизнь тесно связана с дыханием. Вот почему в Индии мы называем его праной. Мы дали одно слово для двух понятий - прана означает жизненную силу, жизненность. Ваша жизнь является вашим дыханием.

Третье: ваше дыхание является мостом между вами и вашим телом. Дыхание постоянно присоединяет вас к вашему телу, соединяет вас, связывает вас с вашим телом. Дыхание является мостом не только к вашему телу, но и мостом между вами и Вселенной. Тело и есть

Вселенная, которая вошла в вас, которая ближе всего к вам.

Ваше тело является частью Вселенной. Все в теле является частями Вселенной - каждая частица, каждая клетка. Тело является максимальным приближением к Вселенной. Дыхание является мостом. Если мост сломан, вы не находитесь больше во Вселенной. Вы перемещаетесь в некоторое неизвестное измерение; тогда вас невозможно будет найти во времени и пространстве. Итак, третье заключается в том, что дыхание является также и мостом между вами и пространством и временем.

Дыхание, поэтому, становится очень важным - наиболее важной вещью. Поэтому первые девять техник связаны с дыханием. Если вы сможете сделать кое-что с дыханием, вы внезапно возвратитесь в настоящее. Если вы сможете сделать кое-что с дыханием, вы достигнете источника жизни. Если вы сможете сделать кое-что с дыханием, вы сможете выйти за пределы времени и пространства. Если вы сможете сделать кое-что с дыханием, вы будете одновременно и в мире, и за пределами его.

У дыхания есть две характерные точки. В одной из них оно соприкасается с телом и со Вселенной, а в другой - с вами и с тем, что выходит за пределы Вселенной. Мы знаем только одну часть дыхания. Мы знаем движение дыхания во Вселенную, в тело. Но оно всегда движется из тела в «не-тело», из «не-тела» в тело. Другую точку мы не знаем. Если мы осознаем эту другую точку, то другая часть моста, другой полюс моста вдруг преобразуется, трансплантируется в другое измерение.

Но помните, то, что Шива собирается нам рассказать, не является йогой, оно является тантрой. Йога также работает над дыханием, но работа йоги и работа тантры принципиально различны. Йога пытается систематизировать дыхание. Если вы сумеете систематизировать свое дыхание, то ваше здоровье улучшится. Если вы сумеете систематизировать свое дыхание, если вы узнаете секреты дыхания, то жизнь ваша станет длиннее; вы станете более здоровыми и будете жить дольше. Вы будете более сильными, более наполненными энергией, более жизненными, молодыми, свежими.

Но тантра не имеет к этому отношения. Тантра имеет дело не с какой-либо систематизацией дыхания, а с использованием дыхания только в качестве техники для обращения внутрь. Здесь не требуется практиковать конкретный стиль дыхания, конкретную систему дыхания или конкретный ритм дыхания - нет! Дыхание следует воспринимать таким, каково оно есть. Следует только осознать в дыхании некоторые моменты.

В дыхании имеются некоторые моменты, которые мы не осознаем. Мы дышали, и мы будем продолжать дышать - с дыханием мы родились и с дыханием умрем, - но мы не осознаем некоторые моменты. И это странно. Человек исследует глубины пространства. Человек собирается на Луну, человек старается проникнуть в космическое пространство по-дальше от Земли, и, в то же время, человек не узнал еще ближайшую часть своей жизни. В дыхании есть некоторые места, которые мы еще никогда не исследовали, и эти места являются дверями - ближайшими к вам дверями, через которые вы можете войти в другой мир, в другое бытие, в другое сознание. Но они являются очень тонкими, неуловимыми.

Наблюдать Луну не очень трудно. Даже достичь Луны не очень трудно; это всего лишь большое путешествие. Вам нужны специальные устройства, нужны технологии, нужна накопленная информация, и тогда вы сможете достичь ее. Дыхание вам ближе всего, но чем ближе расположена вещь, тем труднее осознать ее. Чем ближе она расположена, тем более трудно; чем более очевидна она, тем более трудно. Она настолько близка к вам, что снова нет никакого промежутка между вами и вашим дыханием. Или там такой малый промежуток, что вам нужны очень тщательные наблюдения, только тогда начнете вы осознавать некоторые моменты.

Итак, теперь я рассмотрю каждую из техник.

1. Наблюдай промежуток между двумя дыханиями

Шива отвечает: О, лучезарная, это переживание может начаться между двумя дыханиями. После того, как дыхание войдет (внутри) и как раз перед тем, как оно выйдет (наружу) - благодетельность.

Это - техника: О, лучезарная, это переживание может начаться между двумя дыханиями.

После того, как дыхание войдет, то есть пройдет вниз, и как раз перед тем, как оно вернется обратно, то есть пойдет вверх - благодетельность. Осознайте момент между этими двумя точками... и случится. Когда вы вдыхаете, наблюдайте. В течение одного мгновения или тысячной доли мгновения дыхания нет - перед тем, как повернуть вверх, перед тем, как повернуть наружу. Дыхание вошло внутрь; затем наступает некоторый момент, когда дыхание останавливается. Затем дыхание идет наружу. Когда дыхание вышло наружу, тогда снова на одно мгновение или на долю мгновения дыхание останавливается. Затем снова вдох.

Перед вдохом и перед выдохом имеется момент, когда дыхания нет. В этот момент и может случиться просветление, поскольку, когда вы не дышите, вы не находитесь в мире. Поймите это: когда вы не дышите, вы мертвы; вы все еще существуете, но вы мертвы. Но этот момент так краток, что вы его не наблюдаете.

Для тантры каждое законченное дыхание является смертью, а каждое новое дыхание является повторным рождением. Дыхание, идущее внутрь, является рождением; дыхание, идущее наружу, является смертью. Выдох - синоним смерти; вдох - синоним жизни. Итак, с каждым вздохом вы умираете и возрождаетесь вновь. Промежуток между этими двумя состояниями очень краток, но внимание и тонкое, искреннее наблюдение могут позволить вам почувствовать этот промежуток. Как говорит Шива, если вы сможете почувствовать этот промежуток, то наступит благодетельность. Тогда ничего больше не нужно. Вы благословлены, вас признали; это случилось.

Вы не должны тренировать свое дыхание. Оставьте его таким, какое оно есть. Почему эта техника так проста? Она выглядит такой простой. Такая простая техника для того, чтобы познать истину? Познать истину означает узнать то, что ни рождается, ни умирает, узнать тот вечный элемент, который существует всегда. Вы можете познать дыхание, идущее наружу, вы можете познать дыхание, идущее внутрь, но вы можете никогда не познать промежуток между ними.

Попытайтесь. Вдруг вы уловите момент, - а вы можете уловить его; он уже здесь. Ничего не нужно добавлять к вам или к вашей структуре, оно уже здесь. За исключением некоторой доли осознанности все уже здесь. Поэтому как это сделать? Прежде всего, следует осознать дыхание, идущее внутрь. Наблюдайте его. Забудьте все, только наблюдайте дыхание, идущее внутрь - сам процесс его прохождения.

Когда дыхание коснется ваших ноздрей, почувствуйте его здесь. Затем дайте дыханию войти. Полностью осознанно двигайтесь вместе с дыханием. Когда вы двигаетесь вместе с дыханием вниз, вниз и вниз, не потеряйте его. Не забегайте вперед и не плетитесь сзади, идите как раз вместе с ним. Помните это: не вырывайтесь вперед и не следуйте позади него, как тень - будьте с ним одновременными.

Дыхание и осознанность должны стать единым целым. Дыхание идет внутрь - вы идете внутрь. Только тогда будет возможно ухватить момент между двумя дыханиями. Это не будет легким делом. Двигайтесь внутрь с дыханием, двигайтесь наружу с дыханием: внутрь-наружу, внутрь-наружу.

Будда особенно старался использовать этот метод, поэтому этот метод стал методом буддистов. В буддийской терминологии он известен как анапанасати-йога. И просветление Будды

было основано как раз на этой технике - только на ней.

Все пророки мира, пророки всех религий достигали с помощью той или иной техники, и все эти техники будут среди этих ста две-надцати техник. Эта первая техника является буддистской. Она стала известной в мире, как техника Будды, поскольку Будда достиг своего просветления именно с помощью этой техники.

Будда говорил: «Осознайте ваше дыхание, когда оно идет внутрь и когда оно идет наружу - идущим внутрь, идущим наружу». Он никогда не указывал на промежуток, поскольку в этом нет необходимости. Будда думал и чувствовал, что если вы свяжетесь с промежутком, с промежутком между двумя дыханиями, то эта связь может помешать вашей осознанности. По-этому он просто говорил: «Осознавайте. Когда дыхание идет внутрь, двигайтесь с ним, когда дыхание идет наружу, двигайтесь с ним. Делайте просто следующее: движение внутрь, движение наружу - вместе с дыханием». Он никогда ничего не говорил о последней части этой техники.

Причина этого заключается в том, что Будда говорил с самыми обычными людьми, и это могло породить желание достигнуть этого промежутка. Это желание достигнуть интервала станет барьером перед осознанностью, поскольку если вы желаете получить интервал, то вы будете несколько впереди. Дыхание будет входить внутрь, а вы будете двигаться впереди, потому что вы интересуетесь промежутком, который еще только будет в будущем. Будда никогда не указывал на это, поэтому техника Будды является лишь половиной техники. Но другая половина следует автоматически. Если вы продолжате практиковать понимание дыхания, осознание дыхания, то вдруг, однажды, даже не ведая этого, вы окажетесь в промежутке. Это произойдет потому, что по мере того, как ваша осознанность будет становиться более тонкой, более глубокой, более интенсивной, по мере того, как контуры вашей осознанности будут становиться все более очерченными - весь мир будет становиться более очерченным; вашим миром становится только дыхание, идущее внутрь, и дыхание, идущее наружу, вот вся арена для вашей осознанности - и вы обязаны вдруг почувствовать промежуток, в котором нет дыхания.

Когда вы ежесекундно отслеживаете свое дыхание, то когда дыхание исчезает, как вы можете не осознать это? Вы вдруг внезапно осознаете, что дыхания нет, и придет момент, когда вы почувствуете, что дыхание не выходит и не входит. Дыхание прекратилось полностью. В этой остановке - благодетворность.

Одной этой техники достаточно для миллионов. В течение веков вся Азия испытывает эту технику и живет ею. Тибет, Китай, Япония, Бирма, Таиланд, Шри Ланка - вся Азия за исключением Индии испытывает эту технику. Всего одна техника и тысячи и тысячи достигших просветления с ее помощью. И это всего лишь первая техника.

Но, к несчастью, из-за того, что техника оказалась связанной с именем Будды, индусы старались избегать ее. Из-за того, что эта техника становилась все больше и больше буддийской, индусы совершенно забыли о ней. И не только это, они старались избегать ее и по другой причине. Поскольку эта техника является первой техникой, указанной Шивой, то многие буддисты объявили эту книгу, Вигьяна Бхайрава Тантра, буддийской, а не индуистской книгой.

Она ни индуистская, ни буддийская - техника есть просто техника. Ее использовал Будда, но к тому времени она уже была готова для использования. Будда стал буддой, просветленным благодаря этой технике. Техника предшествовала Будде; техника уже существовала. Испытайте ее. Она является наиболее простой техникой - простой по сравнению с другими техниками; я не говорю, что она является простой для вас. Другие техники будут более трудными. Вот почему она указана в качестве первой техники.

2. Наблюдай точку поворота между двумя дыханиями

Вторая техника, как и все эти девять техник, связана с дыханием.

Когда дыхание поворачивает от вдоха к выдоху и когда оно снова поворачивает от выдоха к вдоху - при обоих этих поворотах осознай их.

Это та же самая техника, но с небольшими изменениями. Теперь упор делается не на промежуток, а на поворот. Выдох и вдох представляют собой замкнутую линию. Помните, это не две параллельные линии. Мы всегда думаем о них как о двух параллельных линиях - дыхание, идущее внутрь, и дыхание, идущее наружу. Думаете ли вы, что это две параллельные линии? Нет. Дыхание, идущее внутрь, является половиной замкнутой линии; дыхание, идущее наружу, является ее второй половиной.

Итак, поймите следующее: во-первых, вдох и выдох составляют замкнутую линию. Это не параллельные линии, потому что параллельные линии нигде не встречаются. Во-вторых, дыхание, идущее внутрь, и дыхание, идущее наружу, не являются двумя дыханиями, это одно дыхание. То же самое дыхание, которое идет внутрь, идет и наружу, поэтому внутри должен быть поворот. Где-то дыхание должно поворачивать. Должна существовать точка, где входящее дыхание превращается в выходящее.

Почему делается такой упор на повороте? Потому что Шива говорит: Когда дыхание поворачивает от вдоха к выдоху и когда оно снова поворачивает от выдоха к вдоху - при обоих этих поворотах осознай их. Очень просто, но он говорит: осознай повороты, и вы осознаете самих себя.

Почему поворот? Если вы водитель, то вы знаете о переключении передач. Каждый раз, когда вы меняете передачу, вы должны пройти через нейтральную передачу, которая совсем и не является передачей. С первой передачи вы переходите на вторую, со второй на третью, но всегда вы должны пройти через нейтральную передачу. Эта нейтральная передача является точкой поворота. В этой точке поворота первая передача превращается во вторую, а вторая становится третьей. Когда ваше дыхание входит внутрь и поворачивает, оно проходит через нейтральную передачу; в противном случае оно не сможет повернуть назад. Дыхание проходит через нейтральную территорию.

На нейтральной территории вы не являетесь ни телом, ни душой, ни физическим, ни ментальным, поскольку физическое есть одна передача вашего бытия, ментальное есть другая передача вашего бытия. Вы продолжаете двигаться от передачи к передаче, но вы должны иметь нейтральное состояние, где вы не являетесь ни телом, ни умом. В этом нейтральном состоянии вы просто есть: вы просто сущность - чистая, простая, без тела, без ума.

Вот почему здесь делается такой упор на повороте. Человек является машиной - большой, очень сложной машиной. В вашем теле имеется много передач, много передач имеется и в вашем уме. Вы не осознаете свой великий механизм, но вы есть великая машина. И это хорошо, что вы не осознаете; в противном случае вы могли бы сойти с ума. Тело является такой сложной машиной, что ученые говорят, что если бы мы создали предприятие с функциями, соответствующими функциям человеческого тела, то на это потребовалось бы четыре квадратных мили земли, и шум был бы такой, что он беспокоил бы всех на территории в сотню квадратных миль.

Тело является великим механическим устройством - величайшим. В вас миллионы и миллионы клеток, и каждая клетка является живой. Поэтому вы являетесь большим городом из приблизительно шестидесяти триллионов клеток; в вас приблизительно шестьдесят триллионов граждан, и весь город ведет себя очень спокойно, ровно. Механизм работает все время. Он является очень сложным. Эти техники связаны со многими механизмами вашего тела и механизмами вашего ума. Но упор всегда будет делаться на тех точках, где вы вдруг

оказываетесь не частью этого механизма - запомните это. Вдруг вы оказываетесь не частью этого механизма. Это моменты, когда вы изменяете передачи.

Ночью, например, когда вы засыпаете, вы меняете передачу, поскольку в течение дня вы нуждались в другом механизме для бодрствующей осознанности - в другой части функций ума. Затем вы засыпаете, и эта часть становится нефункционирующей. Функционировать начинает другая часть ума и появляется промежуток, интервал, поворот. Произошла смена передач. Утром, когда вы снова встаете, передача снова меняется. Вы молча сидите и вдруг кто-то что-то громко сказал и вы рассердились - вы перешли на другую передачу. Вот почему все меняется.

Если вы становитесь сердитым, ваше дыхание вдруг изменится. Ваше дыхание станет раздраженным, хаотичным. В ваше дыхание войдет дрожь; вы почувствуете удушье. Все ваше тело желало бы сделать что-нибудь, разбить что-нибудь, только тогда бы удушье могло исчезнуть. Ваше дыхание изменится; ваша кровь будет двигаться в другом ритме, по-другому. В теле должны будут вырабатываться другие химические элементы, вся эндокринная система должна будет измениться. Когда вы сердитесь, вы становитесь другим человеком.

Автомобиль остановился... вы запускаете его снова. Не включайте никакую передачу, пусть он будет на нейтрали. Он будет продолжать работать, вибрировать, дрожать, но он не сможет двигаться - он будет становиться горячим. Вот почему, когда вы сердитесь и не можете сделать что-нибудь, вы становитесь горячим. Механизм готов работать и делать что-нибудь, а вы ничего не делаете - он начнет разогреваться. Вы являетесь механизмом, но, конечно, не только механизмом. В вас есть что-то еще, но это «еще» должно быть найдено. Когда вы включаете передачу, все внутри меняется. Когда вы меняете передачу, происходит поворот.

Шива сказал: Когда дыхание поворачивает от вдоха к выдоху и когда оно снова поворачивает от выдоха к вдоху - при обоих этих поворотах осознай их.

Осознайте этот поворот. Но длительность этого поворота очень мала; требуется очень тщательное наблюдение. А мы как раз и лишены способности к наблюдению; мы не умеем наблюдать что-либо. Если я говорю вам: «Наблюдайте за этим цветком; наблюдайте за цветком, который я даю вам», то вы не сможете наблюдать за ним. Какое-то время вы будете смотреть на него, а затем вы начнете думать о чем-то другом. Это может быть о цветке, но это будет не сам цветок. Вы можете думать о цветке, о том, как он прекрасен - и тогда вы находитесь в движении. Теперь в поле вашего наблюдения больше нет цветка, это поле изменилось. Вы можете сказать, что цветок красный, или голубой, или белый... тогда вы находитесь в движении. Наблюдение означает, что вы остались не со словами, не с вербализацией, не с каким-то журчанием внутри - а просто остались. Если вы сможете оставаться с цветком в течение трех минут, полностью, без какого-либо движения в уме, то это случится - благотворение. Вы осознаете.

Но мы совсем не наблюдатели. Мы появляемся осознающими, но мы не являемся бдительными; мы ни на чем не можем сконцентрировать свое внимание. Мы просто продолжаем прыгать. Это часть нашего наследства, нашего обезьяньего наследства. Наш ум - это всего лишь выросший обезьяний ум, так что это движения обезьяны. Она продолжает прыгать с места на место. Обезьяна не может сидеть на одном месте. Вот почему Будда так настоятельно настаивает на том, чтобы сидеть без всякого движения, потому что тогда обезьяний ум не получает возможности продолжать свои движения.

В Японии имеется определенный тип медитации, который они называют дзадзэн. Слово «дзадзэн» в Японии означает просто сидение, неделание. Не допускается никакое движение. Вы просто сидите как статуя - мертвая, совсем без движений. Но нет никакой нужды сидеть как статуя в течение многих лет. Если вы сможете наблюдать поворот вашего дыхания без какого-либо движения ума, то вы войдете. Вы войдете в себя или за пределы своего внутреннего мира.

Почему так важны эти повороты? Они важны, потому что на повороте дыхание покидает

вас, чтобы двинуться в другом направлении. Оно было с вами, когда шло внутрь; оно будет с вами снова, когда будет идти наружу. Но в точке поворота оно не с вами и вы не с ним. В этот момент дыхание отлично от вас и вы отличны от дыхания; если дыхание есть жизнь, то вы мертвы; если дыхание есть ваше тело, то вы есть не-тело; если дыхание есть ваш ум, то вы являетесь не-умом... в этот момент.

Интересно знать, наблюдали вы это или нет: если вы останавливаете ваше дыхание, ум вдруг останавливается. Если вы остановите свое дыхание прямо сейчас, то ваш ум вдруг остановится; ум не сможет функционировать. Внезапная остановка дыхания и ум прекращает работу. Почему? Потому что они разъединены. Только движущееся дыхание соединено с умом, с телом; недвижимое дыхание отсоединено. Тогда вы находитесь на нейтральной передаче. Автомобиль движется, энергия расходуется, автомобиль производит шум - он готов двигаться вперед, - но передача не включена, поэтому тело автомобиля и его механизм не соединены друг с другом. Автомобиль разделен на две части. Он готов двигаться, но движущий механизм не соединен с ним. То же самое происходит, когда дыхание делает поворот. Вы не соединены с ним. В этот момент вы легко можете стать осознающим, кто вы есть. Что такое бытие? Что значит быть? Что находится внутри здания этого тела? Кто есть ваш мастер? Являюсь ли только я этим зданием или там в какой-то степени присутствует и мастер? Являюсь ли только я этим механизмом или в него проникает что-либо еще? За время поворота, говорит Шива, осознай это. Он говорит, что следует только осознать поворот, и вы станете осознавать свою сущность.

3. Наблюдай точку слияния двух дыханий

Третья дыхательная техника: Или, когда бы ни произошло слияние вдоха и выдоха, в этот самый момент прикоснись к центру, пустому, но наполненному энергией.

Мы разделены на центр и периферию. Тело является периферией; мы знаем тело, мы знаем периферию. Мы знаем окрестности, но мы не знаем, где расположен центр. Когда выдох сливается с вдохом, когда они становятся единым целым, когда мы не можем сказать, вдох это или выдох... когда трудно разграничить и определить, идет дыхание наружу или внутрь, когда дыхание уже проникло внутрь и начинает двигаться наружу, тогда и происходит слияние. Это ни движение наружу, ни движение внутрь. Дыхание является статичным. Когда оно идет наружу, оно является динамичным; когда оно идет внутрь, оно является динамичным. Когда оно ни то, ни другое, когда оно молчит, не движется, тогда вы около центра. Точка слияния входящего и выходящего дыхания является вашим центром.

Взгляните на это таким образом: когда дыхание идет внутрь, куда оно идет? Оно идет в ваш центр, оно прикасается к вашему центру. Когда оно идет наружу, откуда оно идет? Оно движется из вашего центра. К вашему центру нужно прикоснуться. Вот почему мистики дао и мистики дзэна говорят, что голова не является центром, пупок является вашим центром. Дыхание идет к пупку, а затем от него. Оно идет к центру.

Как я уже говорил, дыхание является мостом между вами и вашим телом. Вы знаете тело, но вы не знаете, где расположен ваш центр. Дыхание постоянно идет к центру и от него, но мы недостаточно отслеживаем свое дыхание. Таким образом, обычно оно не идет к центру - сейчас, во всяком случае, оно не идет к центру. Вот почему все чувствуют себя «вне центра». Во всем современном мире те, кто вообще в состоянии думать, чувствуют, что они потеряли свой центр.

Посмотрите на спящего ребенка, понаблюдайте за его дыханием. Дыхание идет внутрь; живот поднимается. Грудная клетка остается без движения. Вот почему ребенок не имеет грудной клетки, а только живот - очень динамичный живот. Дыхание идет внутрь и живот

поднимается; дыхание идет наружу и живот опускается; живот движется. Дети находятся в своем центре, около своего центра. Вот почему они так счастливы, так блаженны, так наполнены энергией, никогда не устают - все в них с избытком и всегда они находятся в настоящем без какого-либо прошлого, без какого-либо будущего.

Ребенок может сердиться. Когда он сердится, он тотально сердит; он становится гневным. Тогда и гнев его является прекрасным. Когда кто-либо является тотально сердитым, то гнев красив сам по себе, поскольку тотальность всегда имеет красоту.

Вы не можете быть сердитым и красивым, вы станете безобразным, поскольку частичность всегда безобразна. И это относится не только ко гневу. Когда вы любите, вы безобразны, поскольку и здесь вы частичны, фрагментарны; вы не тотальны. Посмотрите на свое лицо, когда вы любите кого-нибудь, когда вы «делаете любовь». Де-лайте любовь перед зеркалом и посмотрите на свое лицо - оно будет безобразным, звероподобным. И в любви ваше лицо становится безобразным. Почему? Любовь также является конфликтом, вы что-то утаиваете. Вы очень мало отдаете. Даже в любви вы не тотальны; вы не отдаете себя полностью, целиком.

Ребенок даже в гневе и возмущении является тотальным. Его лицо становится излучающим и прекрасным; он находится здесь и сейчас. Его гнев не связан ни с прошлым, ни с будущим, он не вычисляет, он просто сердится. Ребенок находится в своем центре. Когда вы находитесь в своем центре, вы всегда тотальны. Что бы вы ни делали, ваши действия всегда будут тотальными; плохие или хорошие, но они будут тотальными. Когда вы фрагментарны, когда ваш центр смещен, то каждое ваше действие должно быть фрагментом самого себя. Ваша тотальность не проявляется, только часть, и часть идет против целого - это порождает безобразность.

Мы все были детьми. Почему так случилось, что когда мы выросли, наше дыхание стало поверхностным? Оно никогда не идет в живот; оно никогда не касается пупка. Если бы оно могло идти все дальше и дальше внутрь, то оно становилось бы все менее и менее поверхностным, но оно лишь касается грудной клетки и выходит. Оно никогда не идет к центру. Вы боитесь своего центра, поскольку если вы пройдете к центру, вы станете тотальным. Если вы хотите быть фрагментарным, то это механизм для достижения фрагментарности.

Вы любите - и если ваше дыхание будет идти от центра, вы будете любить тотально. Вы боитесь. Вы боитесь быть слишком уязвимыми, слишком открытыми кому-либо. Вы можете называть его своим любимым, вы можете называть ее своей любимой, но вы боитесь. Здесь есть другой. Если вы будете тотально уязвимы, открыты, то вы не знаете, что может случиться. Тогда вы являетесь единым целым в другом смысле. Вы боитесь так всецело быть отданным другому. Вы не можете дышать; вы не можете глубоко дышать. Вы не можете расслабить свое дыхание так, чтобы оно пошло к центру - потому что в тот момент, когда ваше дыхание пойдет к центру, ваши действия станут тотальными.

Вы дышите поверхностно, потому что вы боитесь стать тотальными. Вы дышите по минимуму, а не по максимуму. Вот почему жизнь кажется такой безжизненной. Если вы дышите по минимуму, то жизнь становится безжизненной; вы живете по минимуму, а не по максимуму. Вы можете жить по максимуму - тогда жизнь станет переполненной. Но тогда появятся трудности. Если жизнь станет переполненной, то вы не сможете быть мужем, вы не сможете быть женой. Все станет трудным.

Если жизнь переполнена, то любовь тоже будет переполненной. Тогда вы не сможете приклеиться к кому-либо. Тогда вы будете переполнять все, все измерения будут заполнены вами. И тогда ум почувствует опасность, ему покажется, что лучше не быть живым. Чем более вы мертвы, тем больше вы в безопасности. Чем более вы мертвы, тем в большей степени все находится под вашим контролем. Вы можете контролировать, значит, вы остаетесь хозяином.

Вы чув-ствуете себя хозяином, поскольку вы можете все контролиро-вать. Вы можете контролировать свой гнев, вы можете контролировать свою любовь, вы можете контролировать все. Но этот контроль возможен только на минимальном уровне вашей энергии.

Когда-нибудь каждый должен почувствовать, что имеются мо-менты, когда он переходит от минимального уровня к максимально-му. Вы направляетесь на горную станцию. Вдруг вы вырываетесь из города и его тюрьмы. Вы чувствуете себя свободным. Небо огромно, лес зеленый и вершины гор касаются облаков. Вдруг вы начинаете глубоко дышать. Вы може-те не заметить этого.

Если вы поедете на горную станцию, понаблюдайте. На самом деле не горная станция совершает эту перемену. Это ваше дыхание. Вы начинаете глубоко дышать. Вы говорите: «Ах! Ах!» Вы касаетесь центра, вы на мгновение становитесь тотальными, вы ощущаете бла-женство. Это блаженство идет не от горной станции, это блаженство идет от вашего центра - вы внезапно прикоснулись к нему.

В городе вы боялись. Там кругом были другие и вы контролиро-вали себя. Вы не могли кричать, вы не могли смеяться. Что за несча-стье! Вы не могли петь на улицах, вы не могли танцевать. Вы боялись - где-то за углом был или полицейский, или священник, или судья, или политик, или моралист. Кто-то обязательно был за углом, поэ-тому вы не могли так просто танцевать на улице.

Бертран Рассел где-то сказал: «Я люблю цивилизацию, но мы стали цивилизованны-ми слишком дорогой ценой». Вы не можете танцевать на улицах, но вы едете на горную станцию и вдруг вы можете танцевать. Вы одни перед небом, и небо не сдерживает пас Оно открытое, открытое и открытое - обширное, бескрайнее. Вдруг вы делаете глубокий вздох, он касается центра и наступает блаженство. Но это не надолго. Через час или два гор-ная станция исчезнет. Вы по-прежнему можете быть там, но горная станция исчезнет.

Ваши тревоги вернутся. Вы будете думать о том, чтобы позвонить в город, чтобы напи-сать письмо вашей жене, или вы начнете думать о том, что раз через три дня вы собирае-тесь обратно, то вы должны начать приготовления. Вы только что прибыли и вы уже соби-раетесь уезжать. Вы возвращаетесь.

Такое дыхание, на самом деле, идет не от вас; оно вдруг случается. Из-за изменения ситуации происходит смена передач. Вы были в новой ситуации, вы не могли дышать ста-рым способом, поэтому на какое-то время пришло новое дыхание. Оно прикоснулось к цен-тру и вы почувствовали блаженство.

Шива говорит, что вы каждый момент прикасаетесь к центру, или если вы не прикасаетесь, то вы можете прикоснуться к нему. Начни-те глубоко и медленно дышать. Прикоснитесь к центру; не дышите от груди - это обман. Цивилизация, образование, мораль - все они по-рождают поверхностное дыхание. Было бы хорошо проникнуть глубоко в центр, так как в противном случае вы не сможете осущест-влять глубокое дыхание.

Пока человечество не прекратит подавление секса, человек не сможет правильно ды-шать. Если дыхание спускается глубоко в жи-вот, то оно дает энергию сексуальному центру. Оно прикасается к сексуальному центру; оно массирует сексуальный центр изнутри. Сек-суальный центр становится более активным, более живым. Ци-вильзация боится секса. Мы не разрешаем своим детям прикасаться к их сексуальным центрам, к их половым орга-нам. Мы говорим: «Прекратите! Не прикасайтесь!»

Посмотрите на ребенка, когда он впервые прикоснется к своему сексуальному центру, затем скажите «Прекрати!», а затем понаблю-дайте за его дыханием. Когда вы говорите: «Пре-крати! Не прикасайся к сексуальному центру!», дыхание немедленно становится поверхно-стным - поскольку не только его руки прикасаются к сексуальному центру, но и глубоко внутри дыхание

также прикасается к нему. И если дыхание продолжает прикасаться к не-му, то трудно удержать руки от этого. Если руки прекратили делать это, то станет необходимым, потребуется, чтобы и дыхание не касалось, чтобы оно не шло вглубь. Оно должно стать поверхностным.

Мы боимся секса. Нижняя часть тела является не только нижней физически, она и в ценностном отношении становится низшей. Она приговорена быть «низшей». Поэтому вы не должны идти глубоко и оставаться поверхностным. Наше несчастье в том, что мы можем вдыхать только вниз. Если бы некоторым проповедникам было позволено, то они изменили бы весь механизм дыхания. Они разрешили бы дыханию идти только вверх, в голову. Тогда бы вы абсолютно не чувствовали секса.

Если нам нужно создать человечество без секса, то мы должны будем изменить систему дыхания. Дыхание должно будет идти в голову, в сахасрару - седьмой центр в голове, - а затем возвращаться в рот. Здесь должен быть проход: ото рта к сахасраре. Он не должен вести глубоко вниз, потому что вести вниз опасно. Чем глубже вы идете, тем больше вы проникаете в глубинные слои биологии. Вы достигаете центра, и этот центр расположен как раз около сексуального центра - как раз рядом. Это и должно быть так, потому что секс есть жизнь.

Посмотрите на это таким образом: дыхание есть жизнь сверху вниз; секс является жизнью совсем с другого конца - снизу вверх. Энергия секса течет и энергия дыхания течет. Проход для дыхания расположен в верхней части тела, для секса - в нижней. Когда они встречаются, они творят жизнь; когда они встречаются, они создают биологию, биоэнергию. Поэтому если вы боитесь секса, то вы должны создать препятствие для них, вы должны не дать им встретиться. Цивилизованный человек на самом деле является кастрированным человеком; вот почему мы не знаем о дыхании, вот почему эта сутра будет сложна для понимания.

Шива говорит: Когда бы ни произошло слияние вдоха и выдоха, в этот самый момент прикоснись к центру, пустому, но наполненному энергией. Он использует очень противоречивые термины: «пустой, но наполненный энергией». Центр является пустым, поскольку ваши тела, ваши умы не могут дать ему никакой энергии. Энергии вашего тела там нет, энергии вашего ума там нет, и в той степени, в которой вы знаете свою сущность, он должен быть пустым, ненаполненным. Но он все-таки наполнен энергией, поскольку у него есть другие, космические источники энергии, а не только энергия вашего тела.

Энергия вашего тела является всего лишь энергией топлива. Это что-то вроде бензина. Вы едите что-нибудь, вы пьете что-нибудь - это создает энергию. Это всего лишь дает топливо для тела. Перестаньте есть и пить, и ваше тело умрет. Не сразу сейчас, это произойдет, как минимум, через три месяца, поскольку у вас имеются запасы горючего. Вы накопили много энергии; оно будет работать, как минимум, в течение трех месяцев без обращения на заправочную станцию. Тело будет работать; оно имеет запасы. В случае крайней нужды, в случае любой нужды они вам могут потребоваться.

Это энергия «топлива». Центр не получает никакой энергии топлива. Вот почему Шива говорит, что в нем нет энергии, что он пуст. Он не зависит от того, что вы едите и пьете. Он соединен с космическим источником; он содержит космическую энергию. Вот почему Шива говорит, что центр пустой, но наполненный энергией. В тот момент, когда вы сможете почувствовать центр, из которого идет дыхание и в который оно приходит, ту самую точку, где оба дыхания сливаются - это центр, и если вы осознаете это, то наступит просветление.

4. Осознай момент остановки дыхания

Четвертая дыхательная техника: Или, когда дыхание на выдохе полностью закончилось и приостановилось или когда на вдохе оно полностью закончилось и остановилось - в такие универсальные паузы малое «я» человека исчезает. Это трудно только для нечистых.

Но тогда это трудно для всех, потому что он сказал: Это трудно только для нечистых.

Но кто сейчас является чистым? Эта техника трудна для вас; вы не сможете практиковать ее. Но иногда внезапно вы сможете ощутить ее. Вы ведете автомобиль и вдруг вы чувствуете, что попали в аварийную ситуацию. Дыхание остановится. Если вы выдохнули, вы останетесь на выдохе. Если вы вдохнули, вы остановитесь на вдохе. Вы не можете дышать в аварийной ситуации; вы не сможете преодолеть ее. Все останавливается, умирает.

Или, когда дыхание на выдохе полностью закончилось и приостановилось или когда на вдохе оно полностью закончилось и остановилось - в такие универсальные паузы малое «я» человека исчезает: ваше малое «я» всего лишь ежедневная потребность. В аварийной ситуации вы забываете о ней. Все, что вы из себя представляете - имя, банковский счет, престиж, все - просто испаряется. Ваш автомобиль просто направляется на другой автомобиль; еще момент, и вы будете мертвы. В этот момент наступит пауза. Даже для нечистых в этой ситуации наступит пауза. Вдруг дыхание прекратится. Если в этот момент вы сможете быть осознанным, вы сможете достичь цели.

Дзэнские монахи в Японии много практиковали эту технику. Вот почему их методы кажутся очень таинственными, абсурдными, странными. Они делали много непонятных вещей. Мастер выбрасывал кого-то из дома. Внезапно мастер начинал хлестать по щекам ученика без всякого смысла, без всякой причины.

Вы сидите со своим мастером и все о'кей. Вы только что разговаривали, а он начинает бить вас, чтобы создать паузу. Если бы была хоть какая-то причина, пауза не могла бы быть создана. Если бы вы оскорбили мастера, и он бы начал вас бить по этой причине, ваш ум бы понял: «Я обидел его, и он бьет меня».

В действительности ваш мозг уже ожидал этого, поэтому промежуток не возникает. Но помните, дзэнский мастер не будет бить вас, если вы обидите его, он будет смеяться, поскольку смех может создать паузу. Вы оскорбляли его, говорили ему какую-то чушь, и вы ожидаете гнева. Но он начинает смеяться или танцевать. Это происходит неожиданно, внезапно; это создаст паузу. Вы не можете понять этого. Если вы не можете понять, то ум останавливается, а когда ум останавливается, останавливается дыхание. Возможен любой путь - если дыхание останавливается, останавливается ум; если ум останавливается, останавливается дыхание.

Мастер вас похвалил, вы чувствовали себя хорошо и думали: «Теперь мастер будет доволен». И вдруг он берет свой посох и начинает бить вас - и безжалостно, поскольку у мастеров дзэна нет жалости. Он начинает бить вас; вы не можете понять, что случилось. Ум останавливается, возникает пауза. Если вы знаете технику, то вы и сами можете достичь этого.

Имеется много историй о том, как кто-то достиг состояния будды из-за того, что учитель внезапно избил его. Вы не можете понять этого - какая ерунда! Как можно достичь состояния будды, будучи избитым кем-то или будучи выброшенным из окна? Даже если кто-то убьет вас, вы не сможете достичь состояния будды. Но если вы поймете эту технику, то вы сможете понять и остальное.

За последние тридцать-сорок лет, особенно на Западе, дзэн стал широко распространенным - мода. Но пока люди не знали эту технику, они не могли понять дзэн. Они могли имитировать его, но имитация бесполезна, даже опасна. Это совсем не то, что можно имитировать.

В целом методы дзэн основаны на четвертой технике Шивы. Но дела с этой техникой сложились неудачно. Теперь мы должны будем импортировать дзэн из Японии, поскольку мы потеряли всю соответствующую традицию; мы не знаем ее. Шива был величайшим экспертом этого метода. Когда он вместе с Дэви двигался в свадебной процессии, в барате, весь город должен был почувствовать паузу... весь город!

Отец Дэви не хотел отдавать свою дочь за этого «хиппи» - Шива был первым хиппи. Отец

Дэви был всецело против него. И никакой отец не допустил бы такую женитьбу, так что мы ничего не можем сказать против отца Дэви. Ни один отец не позволил бы своей дочери выйти замуж за Шиву. Но Дэви настаивала, и он вынужден был согласиться - не охотно, с огорчением, но согласился, принял LSD, марихуану. Они уже были «в возвышенном состоянии». На самом деле LSD и марихуана - это только начало. Шива, его друзья и ученики знали самое лучшее психоделическое средство - сома раса. Олдос Хаксли назвал этот лучший психоделик «сомой» только из-за Шивы. Итак, они веселились, танцевали, кричали, смеялись. Весь город был в состоянии полета. Он должен был почувствовать паузу.

Для нечистого любое внезапное, неожиданное, невероятное событие может создать паузу. Но для чистых нет нужды в таких событиях. Для чистых пауза всегда здесь. Для чистых умов дыхание останавливается много раз. Если ваш ум чист - чистота означает отсутствие страстных желаний, отсутствие всяких поисков - молчаливо чист, невинно чист, то вы можете сидеть, и вдруг ваше дыхание остановится.

Запомните: движение ума требует дыхания. Быстрое движение ума требует быстрого дыхания. Вот почему, когда вы в гневе, ваше дыхание учащается. При половом акте дыхание тоже учащается. Вот почему Аюрведа - система лечения травами в Индии - утверждает, что ваша жизнь укоротится, если в ней будет слишком много секса. Согласно Аюрведе ваша жизнь укоротится, потому что Аюрведа измеряет вашу жизнь в количестве вдохов и выдохов. Если ваше дыхание является слишком частым, ваша жизнь укоротится.

Современная медицина утверждает, что секс помогает циркуляции крови, секс помогает расслабиться. И тот, кто подавляет свой секс, может попасть в беду - особенно это относится к болезням сердца. Медицина права и Аюрведа тоже права, но они кажутся противоречащими друг другу. Но Аюрведа возникла на пять тысяч лет раньше. Тогда каждый человек много трудился; жизнь была трудом, поэтому тогда не было необходимости в расслаблении, не было необходимости в создании искусственных средств для ускорения кровообращения.

Но сейчас для тех, кто мало занимается физическим трудом, секс является единственным трудом. Вот почему современная медицина также права, но по отношению к современному человеку. Он не делает никаких физических упражнений, поэтому секс дает лишь упражнения: сердце бьется чаще, кровь циркулирует быстрее, дыхание становится глубже и идет к центру. Поэтому после полового акта вы чувствуете расслабление и можете легко заснуть. Фрейд говорит, что секс является лучшим транквилизатором, во всяком случае, для современного человека.

При половом акте дыхание становится более частым, в гневе дыхание становится более частым. В сексе ум наполнен желанием, вожделием, нечистыми мыслями. Когда ум чист - нет желаний в уме, нет поисков, нет мотивации; вы не собираетесь никуда, а просто остаетесь здесь и сейчас как спокойный пруд... нет даже ряби - тогда дыхание останавливается автоматически. В нем нет необходимости.

На этом пути малое «я» исчезает, и вы достигаете высшего «я», предельного «я». Я думаю, этого достаточно на сегодня.

Глава 4

ПРЕОДОЛЕНИЕ ИЛЛЮЗИЙ УМА

4 октября 1972 года, Бомбей, Индия

Вопросы:

Как может осознание промежутка в дыхании привести к просветлению?

Как работать и практиковать осознание дыхания одновременно?

Вопрос:

Как это возможно, чтобы путем простого осознания конкретного момента в процессе дыхания можно было достичь просветления? Как возможно стать свободным от неосознанности всего лишь осознанием такого кратковременного промежутка в дыхании?

Этот вопрос является очень важным и, по всей вероятности, многим приходит в голову. В связи с ним многое должно быть понято. Первое - это мысль о том, что божественности трудно достигнуть. Ни то и ни другое, то есть, нет ни трудности, ни достижения. Кто бы вы ни были, вы уже божественны. Ничего нового не нужно добавлять к вашему существу и ни-чего не нужно отнимать; вы настолько совершенны, насколько это возможно. Это не означает, что вы собираетесь быть совершенным когда-либо в будущем, это не означает, что вы должны сделать что-нибудь трудновыполнимое, чтобы стать самим собой. Это не путешествие в какую-то другую точку пространства; вы не должны отправляться куда-либо. Вы уже здесь. То, что вы должны достигнуть, уже достигнуто. Эта идея должна проникнуть глубоко внутрь, только тогда вы будете в состоянии понять, почему могут помочь такие простые техники.

Если божественность является некоторым достижением, тогда конечно оно должно быть трудным - не только трудным, но практически невозможным. Если вы уже не являетесь божественными, то вы и не можете ими быть, вы никогда не сможете ими быть, потому что как небожественное может стать божественным? Если вы уже не являетесь божественными, то такой возможности и нет, нет никаких способов для достижения этого. И не имеет значения, какие усилия вы будете прилагать. Усилия того, кто уже не является божественным, не могут создать божественность. Если вы не божественны, ваши усилия не могут создать божественного. Тогда это невозможно.

Но вся ситуация совершенно противоположна: вы уже являетесь тем, что хотели бы получить. Цель вашего страстного желания уже здесь, она присутствует в вас. Здесь и сейчас, в этот самый момент вы являетесь тем, что известно как божественное. Предельное здесь, оно уже имеет место. Вот почему простые техники могут помочь. Это не достижение, а обнаружение. Искомое спрятано, и оно спрятано в очень, очень маленьких вещах.

Ваша личность окутана одеждой. Ваше тело находится здесь, но спрятано в одежде; аналогичным образом ваша божественность здесь, но она также спрятана в одежде. Этими одеждами является ваша индивидуальность. Вы можете быть не прикрыты одеждой, как это имеет место здесь и сейчас, и таким же образом вы можете быть обнаженными в вашей божественности. Но вы не знаете, что является одеждой. Вы не знаете, как вы спрятаны в них; вы не знаете, как стать обнаженным. Вы были в этих одеждах так долго - вы были в этих одеждах в течение многих, многих жизней - и вы настолько отождествили себя с этими одеждами, что как вы можете даже подумать, что это одежды. Вы думаете, что эти одежды и есть вы. Это только барьер.

Вы, например, имеете некоторое сокровище, но вы забыли или вы еще не узнали, что это сокровище, и вы продолжаете попрошайничать на улицах... вы нищий. Если кто-нибудь скажет: «Иди и посмотри в своем доме. Ты не должен быть нищим, в этот самый момент ты можешь быть императором», то нищий должен ответить: «Какую чушь вы говорите. Как я могу быть императором в этот самый момент? Я был нищим в течение многих лет, сейчас я нищий и если я буду просить подаяние всю свою жизнь, я все равно не смогу стать императором. Как абсурдно и нелогично ваше утверждение о том, что я могу быть императором в этот самый момент».

Это невозможно. Нищий не может в это поверить. Почему? Потому что нищенствующий

ум представляет собой давнюю привычку. Но если сокровище всего лишь спрятано в доме, тогда простым копанием, удалением некоторого количества земли сокровище будет найдено. И немедленно он перестанет быть нищим, он станет императором.

Так же обстоит дело с божественным: это скрытое сокровище. Ничего не нужно достигать где-то в будущем. Вы еще не распознали его, но оно уже в вас. Вы являетесь сокровищем, но продолжаете попрошайничать.

Такие простые техники могут помочь. Вскрывание, удаление некоторого количества земли не является большим усилием, и вы можете стать императором немедленно. Вы должны покопать немножко, чтобы удалить землю. А когда я говорю «удалить землю», то это имеет не только символическое значение. Буквально ваше тело является частью земли, а вы идентифицируете себя с телом. Удалите немного земли, создайте в ней отверстие, и вы придете к пониманию этого сокровища.

Вот почему этот вопрос многим приходит в голову. На самом деле все задают вопрос: «Такая простая техника как эта - осознать свое дыхание, осознать входящее дыхание и выходящее дыхание и уловить интервал между ними - и этого достаточно?» Такая простая вещь! Достаточно ли этого для просветления? Является ли это единственной разницей между вами и Буддой, - что вы не осознали промежуток между вдохом и выдохом, а он осознал его - только такая разница? Это кажется нелогичным. Между Буддой и вами огромная дистанция. Дистанция кажется бесконечной. Дистанция между нищим и императором является бесконечной, но нищий может немедленно стать императором, если сокровище уже спрятано.

Будда был нищим вроде вас; он не всегда был буддой. В некоторый конкретный момент нищий умер и он стал мастером. На самом деле это не постепенный процесс; это не значит, что Будда продолжал накапливать некоторое богатство, а затем однажды он перестал быть нищим и стал императором. Нет, нищий никогда не сможет стать императором, если он собирается копить, он навсегда останется нищим. Он может стать богатым нищим, но он останется нищим. А богатый нищий является нищим в большей степени, чем бедный нищий.

Однажды, внезапно, Будда осознал свое внутреннее сокровище. Тогда он перестал быть нищим, он стал мастером. Расстояние между Гаутамой Сиддхартхой и Гаутамой Буддой бесконечно. Это то же расстояние, что между вами и Буддой. Но внутри вас спрятано столько же сокровищ, сколько в Будде.

Возьмем другой пример... Человек родился слепым, с больными глазами. Для слепого человека мир совсем другой. Небольшая операция может все изменить, потому что в порядок нужно привести только глаза. В тот момент, когда глаза приведены в порядок, где-то оказывается спрятанным провидец, и он начинает смотреть своими глазами. Провидец уже там, но окна закрыты. Вы живете в доме без окон. Вы можете пробить отверстие в стене и внезапно вы выйдете наружу.

Мы уже те, какими мы будем, какими мы должны быть. Будущее уже спрятано в настоящем; все возможности уже имеются здесь в зародыше. Нужно только проломить окно, нужна только небольшая хирургическая операция. Если вы сможете понять то, что божественное уже здесь, уже имеет место, то не будет проблем относительно того, как могут помочь такие малые усилия.

На самом деле никаких больших усилий и не нужно. Нужны только малые усилия, и чем меньше, тем лучше. Еще лучше, если вы работаете вообще без усилий. Вот почему так получается, это случается много раз, что чем больше вы стараетесь, тем труднее достичь. В барьер превращаются сами ваши усилия, ваше напряжение, ваша занятость, ваше страстное желание, ваши ожидания. Но при очень небольших усилиях, усилиях без усилий, как говорят в дзэне - делание, как будто неделание - это случается легко. Чем больше вы сходите с ума по

этому поводу, тем меньше вероятность, потому что там, где нужна игла, вы ис-пользуете меч. Меч окажется бесполезным. Меч может быть большим по размеру, но там, где нужна игла, меч не сможет ничего сделать.

Пойдите к мяснику - у него очень большие инструменты. Пойдите к нейрохирургу: у него вы не найдете таких больших инструмен-тов. А если найдете - бегите немедленно! Нейрохи-рург не мясник. Ему нужны очень тонкие инструменты - чем меньше, тем лучше.

Техники достижения божественного являются более тонкими; они не грубые. Они и не могут быть грубыми, поскольку здесь хирур-гия еще более тонкая. Нейрохирург еще имеет дело с грубой мате-рией, но когда вы работаете в духовном плане, хирургия становится все более и более эстетической. Здесь нет грубой материи. Она ста-новится тонкой - это первое.

Во-вторых, вопрос звучит так: «Если что-то является малым, то, как оно может при-вести к большим последствиям?» Этот взгляд является нерациональным, ненаучным. Сейчас наука знает, что чем меньше частицы, чем более они атомарны, тем более они взрывчаты - фактически больше. Чем они меньше, тем больше эффект. Могли ли вы осоз-нать до 1945 года, что какой-нибудь поэт или мечтатель с воображением мог представить себе, что два атомных взрыва сотрут с лица Земли полностью два больших города в Япо-нии - Хиросиму и Нагасаки? В течение нескольких секунд двести тысяч людей были про-сто стерты с лица Земли. И что было использовано в качестве взрывчатой энергии? Атом! Самая маленькая частица уничтожила два больших города. Вы не можете видеть атом. Вы не можете видеть его не только глазами, но и никакими другими средствами. Атом невозможно увидеть никаким инструментом; мы можем наблюдать лишь некоторые эффекты, вызванные атомом.

Поэтому не думайте, что Гималаи больше чего-либо другого, потому что у них такое большое тело. Гималаи бессильны перед атомным взрывом. Один маленький атом мо-жет уничтожить все Гималаи. В грубой материи размер не обязательно соответствует энергии. Наоборот, чем меньшим является что-либо, тем большей проникающей способ-ностью оно обладает. Чем меньше что-либо, тем с большей интенсивностью оно наполня-ется энергией.

Эти малые техники являются атомными. Те, кто делает более крупные вещи, не зна-ют науки об атоме. Вы думаете, что тот, кто работает с атомами, является маленьким че-ловечком, работающим с маленькими вещами, а тот, кто работает с Гималаями, выгля-дит очень большим. Гитлер работал с большими массами; Мао работает с большими мас-сами. А Эйнштейн и Планк работали в своих лабо-раториях с очень малыми частицами ма-терии - с частицами энер-гии. Но, в конце концов, перед достижениями Эйнштейна политики оказались бессильными. Они работали над большими холстами, но они не знали секретов малых вещей.

Моралисты всегда работают над большими планами, но это гру-бо. Все выглядит очень большим. Они посвящают всю свою жизнь морализированию, практикуя то или иное для саньямы - самоконт-роля. Они продолжают контролировать - вся их величественная сис-тема выглядит очень большой.

Тантра не имеет дела с этим. Тантра имеет дело с атомными секретами человеческо-го бытия, человеческого ума, человеческого сознания. И тантра постигла эти атомные сек-реты. Ее методы явля-ются атомными методами. Если вы сможете постичь их, их резуль-тат будет взрывообразным, космическим.

Следует отметить еще один момент. Если вы можете сказать: «Как это может быть, чтобы от таких маленьких, простых упражнений кто-либо становился просветленным?», то вы гово-рите это, не делая самих упражнений. Если бы вы их делали, то вы бы не говорили, что они маленькие и простые. Они лишь выглядят такими, поскольку все уп-ражнение может быть описано двумя или тремя предложениями.

Знаете ли вы атомные формулы? Два или три слова - вот и вся атомная формула. А по этим

двум или трем словам тот, кто может понять их, тот, кто может использовать их, может разрушить всю Землю. А формула очень мала.

Описания техник тоже являются формулами, поэтому если вы просто смотрите на формулу, то она покажется очень, очень маленькой и простой. Это не так! Попробуйте выполнить ее. Когда вы выполните ее, то вы узнаете, что это нелегко. Она выглядит простой, но это одна из глубочайших вещей. Мы проанализируем весь процесс, и тогда вы поймете.

Когда вы вдыхаете, вы никогда не чувствуете дыхания. Вы никогда не чувствовали дыхания. Вы немедленно станете отрицать это. Вы скажете: «Это неправда. Мы, возможно, не осознаем его непрерывно, но мы чувствуем свое дыхание». Нет, вы не чувствуете дыхание, вы чувствуете прохождение воздуха.

Взгляните на море. На нем волны; вы видите волны. Но эти волны созданы воздухом, ветром. Вы не видите ветер, вы видите результат его действия на воде. Когда вы вдыхаете, воздух касается ваших ноздрей. Вы чувствуете ноздри, но вы не знаете своего дыхания. Дыхание идет вниз - вы чувствуете это прохождение. Оно возвращается обратно - и опять вы чувствуете прохождение. Вы никогда не чувствуете дыхание, вы чувствуете лишь прикосновение и прохождение.

Это совсем не то, что имеет в виду Шива, когда говорит: «Осознай». Сначала вы осознаете прохождение, а когда вы станете полностью осознающими прохождение, только тогда вы постепенно начнете осознавать само дыхание. И когда вы осознаете дыхание, вы в состоянии будете осознать промежуток, интервал. Это не так легко, как кажется.

Для тантры, для всех ищущих имеются различные уровни осознанности. Если я обнимаю вас, то вы сначала осознаете мое прикосновение к вашему телу, а не мою любовь - моя любовь не настолько грубая вещь. И обычно мы никогда не становимся осознающими любовь. Мы осознаем только тело в движении. Мы знаем любовные движения, мы знаем нелюбовные движения, но мы никогда не знаем саму любовь. Если я целую вас, вы осознаете прикосновение, а не мою любовь; эта любовь является слишком тонкой вещью. А пока вы не осознаете мою любовь, поцелуй будет мертвым, он ничего не будет значить. Если вы сможете осознать мою любовь, то только тогда вы сможете осознать меня, так как это опять является еще более глубоким слоем.

Дыхание входит внутрь. Вы чувствуете прикосновение, а не дыхание. Но вы не осознаете даже это прикосновение. Вы чувствуете его только в том случае, если что-то идет не так. Если у вас какие-то трудности с дыханием, то вы чувствуете его; в противном случае вы его не осознаете. Первым шагом является осознание проходов, где ощущается прикосновение дыхания; при этом будет расти ваша чувствительность. На то, чтобы стать таким чувствительным, чтобы узнать не прикосновение, а дыхание, потребуются годы. Тогда, говорит тантра, вы узнаете прану - жизненную энергию. И только тогда появится промежуток, где дыхание останавливается, где дыхание не движется - или центр, которого касается дыхание, или точка слияния, или точка поворота, где вдох переходит в выдох. Это будет трудным делом; это не будет таким легким.

Если вы делаете что-нибудь, если вы идете в этот центр, только тогда вы узнаете, как это трудно. Чтобы прийти к этому центру за пределами дыхания, Будде потребовалось шесть лет. Чтобы прийти к этому повороту, ему потребовалось длинное трудное путешествие длиной в шесть лет; затем это случилось. Махавира работал над этим в течение двенадцати лет; затем это случилось. Но формула является простой и теоретически это может случиться в любой момент - теоретически, запомните это. Теоретически здесь нет никаких препятствий, так почему бы этому не случиться в этот самый момент? Препятствием являетесь вы. Если бы не было вас, это могло бы случиться в любой момент. Сокровище здесь; метод вам известен. Вы можете копать,

но вы не будете копать.

Даже этот вопрос является трюком, направленным на то, чтобы не копать, потому что ваш ум говорит: «Такая простая вещь? Не будь дураком. Как можешь ты стать буддой при помощи такой простой вещи? Этого не может быть». И затем вы не собираетесь ничего делать, потому что как это может случиться? Ум хитер. Если я говорю, что это очень трудно, то ум говорит: «Это так трудно, это за пределами моих возможностей». Если я говорю, что это очень просто, ум говорит: «Это так просто, что только дурак может поверить в это». И ум продолжает рационализировать вещи, всегда пытаюсь избежать делания.

Ум создает барьеры. Это становится барьером, если вы думаете, что это так просто, или что это слишком сложно - тогда что вы собираетесь делать? Вы не можете делать простую вещь, вы не можете делать сложную вещь. Что вы собираетесь делать? Скажите мне! Если вы хотите делать трудные вещи, я сделаю их трудными. Если вы хотите делать простые вещи, я сделаю их простыми. Здесь есть и то, и другое - все зависит от того, как это интерпретировать. Но необходимо одно - это то, что вы собираетесь делать. Если вы делать не собираетесь, то ум всегда предоставит вам соответствующие оправдания.

Теоретически все возможно здесь и сейчас; реальных барьеров нет. Но барьеры есть. Они могут быть не реальными, они могут быть просто психологическими - они могут быть просто вашими иллюзиями, - но они существуют. Если я говорю вам: «Не бойтесь - вперед! Та вещь, о которой вы думаете, что она змея, не является змеей, это просто веревка», - то все равно страх остается. Вам кажется, что это змея.

Поэтому, что бы я ни говорил, это не может помочь. Вы дрожите; вы хотите спастись и убежать. Я говорю, что это просто веревка, а ваш ум скажет: «Этот человек может быть в сговоре со змеей. Здесь что-то не так. Этот человек толкает меня к змее. Он может быть заинтересован в моей смерти или в чем-либо еще». Если я буду слишком долго убеждать вас, что это веревка, то это только покажет вам, что я как-то заинтересован в том, чтобы подтолкнуть вас к змее. Если я говорю вам, что теоретически возможно увидеть, что это веревка в этот самый момент, то ваш ум создаст много, много проблем.

В действительности здесь нет дилеммы; в действительности здесь нет проблем. Их никогда не было и никогда не будет. В вашем уме есть проблемы, и вы смотрите на действительность сквозь свой ум; таким образом, действительность становится проблематичной. Ваш ум действует как тюрьма. Он разделяет и создает проблемы. И не только это, он создает решения, которые становятся еще более глубокими проблемами, поскольку фактически здесь нет никаких проблем, которые должны были быть решены. Действительность является совершенно непроблематичной - в ней нет проблем. Но вы не можете видеть что-либо без проблем. Когда вы смотрите, вы создаете проблемы. Ваше «смотрение» является проблематичным. Я говорю вам об этих дыхательных техниках, и тогда ум говорит: «Это слишком просто». Почему? Почему ум говорит, что это слишком просто?

Когда был изобретен паровой двигатель, этому никто не поверил. Это выглядело слишком простым - невероятным. Тот самый пар, который вы знаете в своих кухнях, в своих котелках, работает в двигателе, перевозя сотни и сотни пассажиров и такой груз? Тот самый пар, который так хорошо вам знаком? Этого не может быть. Вы знаете, что было в Англии? При первом отправлении поезда ни один не был готов сесть в него, - ни один! Многих людей убеждали, давали деньги, чтобы они сели в поезд, но в последний момент они сбегали. Они говорили: «Во-первых, пар не может творить такие чудеса. Такая простая вещь, как пар, не может делать такие чудеса. А если двигатель и заработает, то это значит, что где-то в нем работает дьявол. Это дьявол все движет, а не пар. А где гарантия того, что если все начнется, то вы будете в состоянии остановить все это?»

Никаких гарантий не могло быть дано, поскольку это был пер-вый поезд. Он никогда еще не останавливался, это было лишь пред-положение. Не было опыта, поэтому наука не могла сказать: «Да, он остановится». Теоретически он остановится... но люди не интересо-вались теориями. Они интересовались тем, был ли некоторый фак-тический опыт остановки поез-да: «Если он никогда не остановится, то, что будет с нами, сидящими в поезде?»

Поэтому в качестве пассажиров были посажены двенадцать пре-ступников из тюрьмы. Они все равно собирались умереть, они все равно были приговорены к смерти, поэтому не было бы проблем, если бы поезд не остановился. Тогда сумасшедший машинист, кото-рый думал, что поезд должен остановиться, ученый, который изобрел это, и двенадцать пас-сажиров, которые все равно должны были уме-реть, - только они решились на это, рискуя по-гибнуть. «Такая простая вещь, как пар» - говорили в то время. Но теперь никто не скажет этого, потому что теперь пар работает и все знают это.

Все является простым - реальность является простой. Она кажет-ся сложной только из-за невежества; в противном случае все было бы простым. Раз вы знаете это - это становится простым. Узнавание должно быть трудным не из-за реальности, а из-за вашего ума - за-помните это. Эти техники являются простыми, но они не будут про-стыми для вас. Ваш ум создаст трудности. Так что испытывайте их с учетом этих трудностей.

Другой вопрос состоит в следующем:

Если я буду испытывать этот метод осознания своего дыхания, если я буду обращать внимание на свое дыхание, то я не смогу делать что-либо еще, все внимание уйдет на осозна-ние. А если я буду вынуж-ден делать что-либо еще, то я не смогу осознавать свое дыхание.

Так и случится, поэтому в самом начале выберите конкретное время утром, вечером или в любое другое время. В течение одного часа делайте только упражнения, не делайте больше ничего. Делайте только упражнения. Если вы будете настроены на них, то не будет никаких проблем. Вы сможете ходить по улицам, и вы сможете быть осознающим.

Между «осознанием» и «вниманием» имеется разница. Когда вы обращаете внимание на что-нибудь, то это исключительность - вы лишаете своего внимания все остальное. Так что в действительности это какая-то напряженность. Вот почему это называется вниманием. Вы обращаете внимание па что-то одно за счет всего остального. Если вы обращаете внима-ние на ваше дыхание, то вы не можете обращать внимание на ходьбу или на вождение ав-томобиля. И не пытайтесь делать это во время вождения, поскольку вы не можете об-ращать внимание и на то, и на другое.

Внимание предполагает одну вещь исключительно. Осознание является совсем дру-гим, оно не исключительно. Оно не означает обращение внимания, оно означает быть внимательным: это всего лишь значит быть сознающим. Вы являетесь сознающим, когда вы осознаете включительно. Ваше дыхание находится в сфере вашего осознания. Вы идете и кто-то еще идет, и вы также его осознаете. Кто-то производит шум на дороге, мимо вас проходят поезда, проле-тают самолеты - все включается в сферу действия сознания. Осозна-ние является включительным, внимание является исключительным. Но в начале осознание будет вниманием.

Поэтому сначала попытайтесь делать это только в назначенное время. В течение одно-го часа будьте всего лишь внимательны к ва-шему дыханию. Постепенно вы сможете пре-вратить ваше внимание в осознанность. Тогда делайте простые вещи - например, ходите: ходите внимательно, с полным осознанием и ходьбы, и дыхания. Не создавайте никакого противопоставления между этими двумя дей-ствиями - ходьбой и дыханием. Будьте на-блюдателем их обоих. Это не трудно.

Посмотрите! Я, например, обращаю внимание на одно лицо из присутствующих. Если я обращаю внимание на одно лицо, все ос-тальные лица для меня не существуют. Если я обращаю

внимание на одно лицо, все остальные выходят из моего поля зрения. Если я обращаю внимание только на нос на этом лице, то все лицо, вся оставшаяся часть лица выходит из поля зрения. Я могу продолжать сужать свое внимание до одной точки.

Обратное также возможно. Я обращаю внимание на все лицо; тогда здесь и глаза, и нос, и все остальное. Затем я расширяю поле своего зрения. Я смотрю на вас не как на отдельные личности, а как на группу. Тогда объектом моего внимания является вся группа. Если я считаю вас чем-то отличным от шума на улице, то я вывожу за скобки улицу. Но я могу смотреть на вас и на улицу, как на единое целое. Тогда я могу осознавать и вас, и улицу. Я могу осознавать весь космос. Это зависит от вашего фокуса - оттого, что он становится все шире и шире. Но сначала начните с внимания и помните, что оно должно перерасти в осознанность. Итак, выберите небольшой период времени. Лучше всего утром, потому что утром вы свежи, ваши энергии полны жизни, все на подъеме; по утрам вы являетесь бо-лее жизнеспособными.

Физиолог скажет, что вы не только являетесь более жизнеспособными, но и ваш рост несколько больше утром, чем вечером. Если ваш рост шесть футов, то утром в вас шесть футов и половина дюйма, вечером в вас опять шесть футов. Полдюйма теряются за счет то-го, что ваш позвоночник от усталости оседает. Поэтому утром вы свежи, молоды, полны жизненной энергии.

Делайте так: не ставьте медитацию последним пунктом своего дневного расписания. Сделайте ее первым пунктом. Тогда, когда вы почувствуете, что нет никаких усилий, когда вы сможете сидеть в течение часа подряд, полностью погруженные в дыхание - осознающие, внимательные, - только тогда вы узнаете, что достигли внимания к дыханию без каких-либо усилий; когда вы расслаблены и наслаждаетесь этим без всяких усилий, тогда вы достигли этого.

Тогда добавьте что-нибудь еще - ходьбу, например. Помните об обоих, а затем продолжайте добавлять что-нибудь. Спустя некоторое время вы будете в состоянии осознавать свое дыхание непрерывно, даже во сне. И пока вы не сможете осознавать его даже во сне, вы не будете в состоянии познать его глубину. Но это придет, со временем это придет.

Следует быть терпеливым и следует правильно начать. Знайте это, потому что коварный ум всегда будет стараться придать вам неправильный старт. Тогда вы можете прекратить все после двух или трех дней и сказать: «Это безнадежно». Ум даст вам неправильный старт. Поэтому всегда помните, что следует правильно начать, поскольку правильное начало означает половину дела. Но вы начинаете неправильно.

Вы очень хорошо знаете, что внимание является трудной вещью. Это потому, что вы тотально погружены в сон. Поэтому если вы пытаетесь быть внимательным к дыханию, делая при этом что-либо еще, вы не сможете сделать этого. И вы не стараетесь оставить другие дела, вы прекращаете усилия быть внимательными к дыханию.

Поэтому не создавайте для себя ненужных проблем. В двадцати четырех часах вы можете найти для себя небольшой уголок. Вас устроят сорок минут... делайте свои упражнения в течение этого отрезка времени. Но ум найдет много отговорок. Ум скажет: «Откуда брать время? Нужно сделать еще так много работы. Где взять время?» Или ум скажет: «Это невозможно сейчас, поэтому отложите это. Когда-нибудь в будущем, когда дела будут идти лучше, вы сделаете это». Остерегайтесь того, что говорит ваш ум. Не слишком доверяйте ему. А мы никогда не сомневаемся. Мы можем сомневаться в чем угодно, но мы никогда не сомневаемся в своем собственном уме.

Даже те, кто так много говорит о скептицизме, о сомнении, о причинности, даже они никогда не сомневаются в своем уме. А ваш ум привел вас в то состояние, в котором вы находитесь. Если вы находитесь в аду, то это ваш ум привел вас в этот ад, а вы никогда не сомневались в своем проводнике. Вы можете сомневаться в своем учителе, в своем мастере, но

вы никогда не сомневаетесь в своем уме.

С неуклонной верой мы движемся за своим умом как за гуру. А ваш ум привел вас в тот беспорядок, в те несчастья, в которых вы находитесь. Если вы собираетесь в чем-нибудь сомневаться, усомнитесь, прежде всего, в своем собственном уме. И если ваш ум скажет что-нибудь, подумайте дважды.

Это правда, что у вас совсем нет времени? Действительно? У вас нет времени на медитацию - вы не можете выделить один час на медитацию? Подумайте дважды. Спрашивай-те свой ум снова и снова: «Это действительно так, что у меня совсем нет времени?»

Я не понимаю этого. Я не видел человека, который не имел более чем достаточно времени. Я вижу людей, которые играют в карты и говорят: «Мы убиваем время». Они отправляются в кино и говорят: «Что делать?» Они убивают время, сплетничают, читают снова и снова одни и те же газеты, говорят о тех же вещах, о которых они говорили всю свою жизнь, и они же говорят: «У нас совсем нет времени». Для ненужных вещей у них всегда есть время. Почему?

В ненужных делах ум не находится ни в какой опасности. В момент, когда вы думаете о медитации, ум становится встревоженным. Сейчас вы движетесь в опасном направлении, поскольку медитация означает смерть ума. Если вы направляетесь в медитацию, то рано или поздно ваш ум должен будет раствориться, будет полностью отставлен. Ум становится встревоженным и начинает говорить вам много вещей: «Откуда взять время? А если и есть время, то должны быть сделаны более важные вещи. Сначала отложите это на более поздний срок. Вы сможете медитировать в любое время. Деньги более важны. Сначала накопите денег, а затем медитируйте в свободное время. Как можете вы медитировать без денег? Итак, сначала обратите внимание на деньги, а потом медитируйте».

Медитацию легко можно отложить, вы чувствуете это, потому что она не связана с вашим непосредственным выживанием. Хлеб нельзя отложить - вы умрете. Деньги нельзя отложить - они нужны вам для удовлетворения ваших основных потребностей. Медитация может быть отложена, вы можете прожить и без нее. Действительно, вы легко можете прожить и без нее.

В тот момент, когда вы глубоко входите в медитацию, вы не живете, во всяком случае, вы не живете на этой Земле - вы исчезаете. Вы исчезнете из круга этой жизни, с этого колеса. Медитация подобна смерти, поэтому ум начинает бояться. Медитация подобна любви, поэтому ум начинает бояться. «Отложи» - говорит он, и вы можете продолжать откладывать до бесконечности. Ваш ум всегда говорит что-то, подобное этому. И не думайте, что я говорю о других. Я говорю конкретно о вас.

Я встречал много интеллигентных людей, которые продолжали говорить интеллигентные вещи о медитации. Один человек приехал из Дели; он крупный правительственный чиновник. Он приехал только с целью научиться здесь медитации. Он приехал из Дели и оставался здесь семь дней. Я говорил ему приходить в утренний медитационный класс на пляже Чоупатти в Бомбее, но он сказал: «Но это трудно. Я не могу вставать так рано». И он никогда не подумал над тем, что сказал ему его ум. Разве это так трудно? Теперь вы будете знать: упражнения являются легкими, но ваш ум не является таким легким. Ум говорит: «Как я могу вставать утром в шесть часов?»

Я был в большом городе, и налоговый инспектор этого города пришел навестить меня в одиннадцать часов вечера. Я как раз собирался спать, но он пришел и сказал: «Нет! Это безобразие. Я очень взволнован». «Это вопрос жизни и смерти» - сказал он мне. «Поэтому, пожалуйста, уделите мне хотя бы полчаса времени. Научите меня медитации; в противном случае я могу совершить самоубийство. Я очень расстроен и так разочарован, что что-то может случиться в моем внутреннем мире. Мой внешний мир потерян полностью».

Я сказал ему: «Приходите утром в пять часов».

Он сказал: «Это невозможно». Это вопрос жизни и смерти, но он не может встать в пять часов. Он сказал: «Это невозможно. Я никогда не встаю так рано».

«О'кей», - сказал я ему. «Тогда приходите в десять».

Он сказал: «Это также будет трудно, поскольку в десять тридцать я должен присутствовать в своем учреждении».

Он не может взять однодневный отпуск, а это вопрос жизни и смерти. Поэтому я сказал ему: «Это вопрос вашей жизни и смерти или моей жизни и смерти? Чьей?» А он не был неинтеллигентным человеком, он был достаточно интеллигентен. Эти шутки были очень интеллигентными.

Поэтому не думайте, что ваш ум не разыгрывает с вами те же самые шутки. Он очень интеллигентен, и поскольку вы думаете, что это ваш ум, вы в нем никогда не сомневаетесь. Но это не ваш ум, это всего лишь продукт вашего общества. Он не ваш! Он был дан вам, он был навязан вам. Вы были обучены и обусловлены определенным образом. С самого детства ваш ум формировался другими - родителями, обществом, учителями. Прошлое формирует ваш ум, влияет на ваш ум. Мертвое прошлое непрерывно совершает насилие над живущим.

Учителя являются просто агентами - агентами прошлого, сражающегося против живущего. Они продолжают навязывать вам-шуму различные вещи. Но ум так близок вам, промежуток между вами так мал, что вы начинаете отождествлять себя со своим умом. Вы говорите: «Я индус». Подумайте снова, пересмотрите это. Вы не являетесь индусом. Вам был дан ум индуса. Вы были рождены как простое невинное существо - не индус, не мусульманин. Но вам дали ум мусульманина, ум индуса. К вам было применено насилие, вы были лишены свободы, насильно помещены в конкретные условия, а затем жизнь добавляла свое к этому уму, и этот ум становился тяжелым - тяжелым для вас. Вы ничего не могли сделать сами; ум начинал насильно толкать вас по своему пути. На ваш ум наложился ваш жизненный опыт. Постоянно ваше прошлое обуславливает каждый момент вашего настоящего. Если я что-либо говорю вам, то вы не собираетесь думать об этом свежим способом, открытым способом. Ваш старый ум, ваше прошлое встанут между нами, начнут говорить и болтать за и против.

Помните, ваше тело не ваше - оно пришло от ваших родителей. Ваш ум тоже не ваш - он также пришел от ваших родителей. Кто же вы?

Каждый человек отождествляется со своим телом или со своим умом. Вы думаете, что вы молодой, вы думаете, что вы старый, вы думаете, что вы индус, вы думаете, что вы джайн, что вы парси. Нет! Вы были рождены как чистое сознание. Сейчас оно лишено свободы. Эти техники, которые кажутся вам такими простыми, не будут такими простыми, потому что этот ум будет постоянно создавать много сложностей и проблем.

Как раз несколько дней назад ко мне пришел человек и сказал: «Я применяю ваш метод медитации, но скажите мне, в какой священной книге он описан? Если вы сумеете убедить меня, что он описан в священных книгах моей религии, то для меня будет легче выполнять его». Но почему для него будет легче, если метод описан в священной книге? Потому что тогда ум не будет создавать проблему. Ум скажет: «О'кей! Этот метод принадлежит нам, поэтому делай его». Если он не описан ни в какой священной книге, то ум скажет: «Что ты делаешь?» Ум будет против этого.

Я сказал этому человеку: «Вы применяете этот метод в течение трех месяцев. Как вы себя чувствуете?»

Он сказал: «Прекрасно. Я чувствую себя очень прекрасно. Но скажите мне... дайте какой-нибудь авторитетный источник из священных книг». Его собственные ощущения совсем не являются для него авторитетом. Он говорит: «Я чувствую себя прекрасно. Я стал более молчаливым, более миролюбивым, более любящим. Я чувствую себя прекрасно». Но его

собственные переживания для него не авторитет. Ум ищет авторитетов из прошлого.

Я сказал ему: «Эта техника не описана где-либо в ваших священ-ных книгах. Скорее там много написано против нее».

Его лицо стало печальным. И затем он сказал: «Тогда для меня будет трудно делать это и продолжать это».

Почему его собственный опыт не имеет никакого значения?

Прошлое порождает обусловленность, ум постоянно формирует вас и разрушает ваше настоящее. Поэтому помните это и будьте осознающими. Относитесь к вашему уму скептически и с сомнени-ем. Не доверяйте ему. Если вы сможете достичь достаточной зрело-сти, чтобы не доверять своему уму, то только тогда эти техники будут действительно простыми, полезными, функционирующими. Они будут порождать чудеса - они могут порождать чуде-са.

Эти методы, эти техники невозможно понять интеллектуально. Я пытаюсь сделать невозможное, но тогда почему я пытаюсь делать это? Если их нельзя понять интеллектуально, то почему я говорю вам о них? Они не могут быть поняты интеллектуально, но у нас нет другого способа заставить вас осознать некоторые техники, которые могут тотально изме-нить вашу жизнь. Вы можете понимать только интеллект, и в этом вся проблема. Вы не можете понимать ничего другого - вы можете понимать только интеллект. А эти техники не могут быть поняты интеллектуально, так как же нам с вами общаться-ся?

Или вы должны стать способными, понимать без участия интел-лекта, или должны быть найдены некоторые методы, которые бы сделали эти техники интеллектуально понят-ными. Второе невоз-можно, но возможно первое.

Вы должны будете начать интеллектуально, но не цепляйтесь за это. Когда я говорю: «Делайте», пытайтесь делать. Если что-то начнет происходить с вами, то вы будете в состоя-нии отбросить свой интел-лект и общаться со мной непосредственно без интеллекта, без ка-ких-либо усилий, без посредника. Но начните делать что-нибудь. Мы можем продолжать говорить еще годы и годы, ваш ум может быть нафарширован многими вещами, но это вам не поможет. Скорее это может навредить вам, потому что вы станете знать слишком много. А если вы много знаете, то это будет смущать вас. Это не очень хорошо - знать много. Лучше знать немного и практиковать это. Полезной может оказаться одна-единственная техника; делание че-го-нибудь всегда полезно. Какова трудность в ее выполнении?

Где-то глубоко в вас сидит страх. Страх заключается в том, что если вы практикуете технику, то может быть обнаружено что-то, что будет пре-пятствовать вашей реализации - и в этом страх. Это может показаться парадоксальным, но я встречал так много людей, которые думают, что они хотят измениться. Они говорят, что они нуждаются в меди-тации, они спрашивают о глубокой трансформации, но где-то в глу-бине они также боятся. Они являются дуалистичными - двойственными; они имеют два ума. Они продолжают спрашивать о том, что им делать, но никогда не делают этого. Почему же тогда они продолжают спрашивать? Да просто для того, чтобы убедить самих себя, что они действительно интересуются своей трансформацией. Вот почему они спрашивают.

Это создает фасад, видимость того, что они на самом деле иск-ренне интересуются проблемой изменения себя. Вот почему они спрашивают, ходят от одного гуру к другому, выясняют, пытаются, но никогда ничего не делают. В глубине души они боятся.

Эрих Фромм написал книгу «Бегство от свободы». Название кажется противоречи-вым. Все думают, что им нравится свобода; все думают, что они стремятся к свободе - в этом мире и в «том мире» тоже. «Мы хотим мокши, освобождения, мы хотим быть свобод-ными от всех ограничений, от всякого рабства. Мы хотим быть тотально свободными», - говорят они. Но Эрих Фромм утверждает, что человек боится свободы. Мы хотим ее, мы продолжаем говорить, что мы

хотим ее, мы продолжаем убеждать себя, что мы хотим ее, но в глубине души мы боимся ее. Мы не хотим ее! Почему? Почему такая двойственность?

Свобода порождает страх, а медитация может дать наиболее глубокое освобождение. Вы освобождаетесь не только от внешних ограничений, вы освобождаетесь и от внутреннего рабства - от своего ума, от основного рабства. Вы освобождаетесь от всего прошлого. В тот момент, когда у вас нет ума, прошлое исчезает. Вы переступили границы истории; теперь для вас нет общества, нет религии, нет священных книг, нет традиций, потому что все они пребывали в вашем уме. Теперь нет ни прошлого, ни будущего, потому что прошлое и будущее являются частью ума, памяти и воображения.

Тогда вы здесь и сейчас в настоящем. Теперь не предполагается никакого будущего. Теперь будет сейчас, сейчас и сейчас - вечное сейчас. Тогда вы освобождены полностью; вы перешли за пределы всех традиций, всей истории, тела, ума - всего. Вы освобождены от ужасного. Такая свобода - тогда где же будете вы? Можете ли вы существовать в такой свободе? В такой свободе, в таком просторе сможете ли вы иметь свое маленькое «я» - свое эго? Сможете ли вы сказать: «Я есть»?

Вы можете сказать: «Я нахожусь в рабстве», поскольку вы знаете свои границы. Но когда нет рабства, нет и границ. Вы становитесь просто состоянием, ничем больше... абсолютным ничто, пустотой. Это создает страх, поэтому вы продолжаете говорить о медитации, о том, как делать ее, и, в то же время, вы продолжаете обходиться без нее.

Все вопросы возникают из этого страха. Почувствуйте этот страх. Если вы узнаете его, он исчезнет. Если вы его не узнаете, он не исчезнет. Готовы ли вы умереть в духовном смысле? Готовы ли вы не быть!?

Кто бы ни приходил к Будде, он говорил: «Основной истиной является то, что вас нет. И поскольку вас нет, вы не можете умереть, вы не можете родиться; и поскольку вас нет, вы не можете страдать, не можете быть в рабстве. Готовы ли вы принять это?» Будда обычно говорил: «Готовы ли вы принять это? Если вы не готовы это принять, то не надо сейчас испытывать медитацию. Сначала попытайтесь выяснить, есть вы на самом деле или вас нет. Сначала медитируйте на это: существует ли ваше «я»? Имеется ли какая-то субстанция внутри или вы всего лишь некоторая комбинация?»

Если вам удастся выяснить это, то вы узнаете, что ваше тело является комбинацией. Кое-что пришло от вашей матери, кое-что пришло от вашего отца, а все остальное пришло из пищи. Это и есть ваше тело. В этом теле вас нет, в нем нет никакого «я». Поразмышляйте о своем уме: что-то пришло отсюда, что-то пришло оттуда. Ум не имеет ничего своего, оригинального. Он просто некоторое скопление.

Выясните, имеется ли какое-либо «я» в вашем уме. Если вы проникнете вглубь, то вы поймете, что ваша личность просто похожа на луковицу. Вы снимаете один слой, а под ним появляется другой. Вы продолжаете снимать слой за слоем и, наконец, приходите к тому, что можно назвать «ничто». Если снять все слои, то внутри не останется ничего. И тело, и ум похожи на луковицу. Когда вы снимете все слои и с тела, и с ума, тогда вы вступите в ничто, в бездну, в бездонную пустоту. Будда называл эту пустоту шунья.

Возможность встретить эту шунью, эту пустоту порождает страх. Этот страх здесь. Вот почему мы никогда не практикуем медитацию. Мы говорим о ней, но мы никогда не делаем что-либо, связанное с ней. Этот страх здесь. В глубине души вы знаете, что здесь пустота, но вы не можете избежать этого страха. Что бы вы ни делали, страх будет оставаться до тех пор, пока вы не убедитесь в этом. Это единственный способ. Раз вы встретите ваше ничто, раз вы узнаете, что внутри вас всего лишь пустое пространство, шунья, то страха больше не будет. Тогда тут не может быть никакого страха, потому что эта шунья, эта пустота не может быть разрушена. Эта

пустота не собирается умирать. Того, что собиралось умирать, уже нет здесь; это не что иное, как слои луковицы.

Вот почему много раз, когда вы находитесь в глубокой медитации и приближаетесь к этой пустоте, на вас находит страх и вы начинаете дрожать. Вы чувствуете, что вы сейчас умрете, вы хотите сбежать из этой пустоты обратно в мир. И многие возвращаются; тогда они никогда не поворачивают внутрь снова. Насколько я понимаю это, каждый из вас испытал в одной из жизней ту или иную медитативную технику. Вы были около пустоты, а затем страх захватил вас и вы бежали. Это хранится глубоко в вашей прошлой памяти, а эта память здесь - это становится препятствием. Когда бы вы снова не думали о том, чтобы испытать медитацию, эта прошлая память, сидящая глубоко в вашем неосознающем уме, снова возбуждает вас и говорит: «Продолжай думать, не делай этого. Ты уже делал это однажды».

Трудно найти человека, а я заглядывал во многих, кто бы не испытывал медитацию раз или два в одной из своих жизней. Память здесь, но вы не осознаете ее, вы не осознаете, где находится эта память. Она здесь. Когда бы вы ни делали что-нибудь, это становится барьером, это и то начинает останавливать вас многими способами. Поэтому если вы действительно интересуетесь медитацией, выясните все о своем страхе перед ней. Ответьте искренне на вопрос: вы боитесь? Если вы боитесь, то, прежде всего что-либо, должно быть сделано с этим страхом, а не с медитацией.

Будда практиковал много способов. Иногда кто-нибудь говорил ему: «Я боюсь испытывать медитацию». Но так и должно быть: мастеру следует говорить о том, что вы боитесь. Вы не можете решить за мастера... в этом и нет нужды - принимать самостоятельное решение. Поэтому когда кто-либо говорил: «Я боюсь медитации», Будда обычно говорил: «Вы выполнили первое требование». Если вы говорите себе, что вы боитесь медитации, то значит, что-то становится возможным. Тогда что-то может быть сделано, потому что вы обнаружили глубинную вещь. Итак, что такое страх? Медитируйте на него. Идите и выкопайте его прочь, вот в чем источник всего.

Все страхи в основном ориентированы на смерть. Каковы бы ни были их внешний вид, имя, форма, все страхи имеют в виду смерть. Если вы продвинетесь вглубь, вы обнаружите, что вы боитесь смерти.

Если кто-нибудь приходил к Будде и говорил: «Я обнаружил, что я боюсь смерти», Будда обычно говорил: «Тогда идите на пристань для сожжений, идите на кладбище и медитируйте на погребальный костер. Люди умирают ежедневно - их сжигают. Всего лишь оставайтесь на маргхате - кладбище - и медитируйте на погребальный костер. Когда члены семьи покойника уйдут, оставайтесь там. Просто смотрите на огонь, на горящее тело. Когда все превратится в дым, вглядывайтесь в него поглубже. Не думайте, просто медитируйте на него в течение трех месяцев, шести месяцев, девяти месяцев.

Когда вы определенно убедитесь в том, что смерти невозможно избежать, когда станет абсолютно определенно известно, что смерть есть способ жизни, что смерть имплантирована в жизнь, что смерть будет обязательно, что нет другого пути и вы уже на этом пути, только тогда приходите ко мне».

После медитации на смерти, после ежедневного наблюдения - днем и ночью - сжигаемых мертвых тел, рассыпающихся в пепел, - только дым остается от них, да и тот исчезает - после медитации в течение нескольких месяцев подряд возникнет определенность: смерть неизбежна. На самом деле это единственная определенность. Единственной определенной вещью в жизни является смерть. Все остальное не является определенным: оно может быть, а может и не быть. Но по поводу смерти вы не можете сказать, что она может быть, а может и не быть. Она есть, она всегда будет. Она уже существует. В тот момент, когда вы вошли в жизнь, вы вошли и в

смерть. И теперь с этим ничего нельзя поделаться.

Когда смерть становится определенной, то страха нет. Страх всегда живет вместе с вещами, которые могут быть изменены. Если смерть должна наступить, то страх исчезает. Если вы можете измениться, если вы можете предпринять что-нибудь по отношению к смерти, то страх останется. Если же ничего нельзя поделаться, если вы уже в ней, тогда абсолютно определенно страх исчезнет. Когда страх смерти исчез, Будда позволит вам медитировать. Он говорил: «Теперь ты можешь медитировать».

И вы тоже забирайтесь глубоко в свой ум. Выслушивание бесед об этих техниках будет полезным лишь тогда, когда ваши внутренние барьеры сломаны, когда внутренний страх исчез и вы определенно поняли, что смерть является реальностью. Поэтому если вы ум-рете в медитации, то это не страшно - смерть предопределена. Даже если смерть наступит при медитации, страха нет. Только тогда сможете вы двигаться - и тогда вы сможете двигаться со скоростью ракеты, потому что барьеров больше нет.

Проблема не дистанция, а барьеры. Если барьеров нет, вы сможете двигаться сию же минуту. Вы все еще здесь из-за барьеров. Это барьерный бег, а вы продолжаете ставить все новые и новые барьеры. Вы чувствуете себя хорошо, когда преодолеваете барьер; вы чувствуете себя хорошо оттого, что только что преодолели барьер. А идиотизм этого, глупость этого заключается в том, что новый барьер ставится в том же месте, где стоял старый. Его здесь и не было. Вы продолжаете ставить барьеры, затем перепрыгиваете через них и чувствуете себя хорошо; затем вы продолжаете ставить еще барьеры и снова прыгаете. Вы движетесь по кругу и никогда, никогда не достигаете центра.

Ум создает барьеры, потому что он боится. Он даст вам много объяснений того, почему вы не делаете медитацию. Не верьте ему. Идите вглубь, выясните основную причину. Почему человек продолжает говорить о пище и все же никогда не ест? В чем проблема? Человек кажется сошедшим с ума!

Иной человек продолжает говорить о любви и никогда не любит, а другой продолжает говорить о чем-то другом и тоже никогда не делает ничего, связанного с этим. Эти разговоры становятся навязчивой идеей; они становятся принужденными. Кто-то продолжает разговоры, а кто-то считает эти разговоры самым делом. Разговаривая, вы думаете, что что-то делаете, поэтому чувствуете облегчение. Вы делаете что-то - как минимум разговариваете, как минимум читаете, как минимум слушаете. Это не делание. Это заблуждение, - не вводите себя в заблуждение.

Я буду говорить здесь об этих ста двенадцати методах не для того чтобы дать пищу вашему уму, не для того, чтобы сделать вас более знающими, не для того, чтобы сделать вас более информированными. Я не пытаюсь сделать из вас ученых мужей. Я говорю здесь для того, чтобы дать вам некоторые техники, которые могут изменить вас. Поэтому, какой бы метод ни показался вам привлекательным, не начинайте говорить о нем - делайте его! Молчите о нем и делайте его. Ваш ум поднимет много вопросов. Перед тем, как спрашивать меня запросите глубины самого себя. Спросите свои глубины, являются ли эти вопросы действительно важными или ваш ум просто вводит вас в заблуждение.

Делайте, потом спрашивайте. Тогда ваши вопросы приобретут практический смысл. А я знаю, какие вопросы задают вследствие делания, а какие просто из любопытства, просто из-за интеллекта. Поэтому время от времени я совсем не буду отвечать на ваши интеллектуальные вопросы. Делайте что-нибудь - тогда ваши вопросы станут существенными. Вопросы вроде тех, что это упражнение является слишком легким, не задаются после делания. Эти методы не являются такими простыми! И в конце я должен повторить снова:

Вы уже являетесь истиной.

Нужна только определенная осознанность.

Вы не должны идти куда-либо в другое место. Вы должны идти внутрь себя, и в путь можно отправиться сейчас же. Если вы сможете отбросить свой ум, вы сможете войти в здесь и сейчас.

Эти техники предназначены для того, чтобы отбросить свой ум. Эти техники, на самом деле, не для медитации; они для отбрасывания ума. Если ума здесь нет, вы есть!

Я думаю, что этого достаточно на сегодня, даже более чем достаточно.

Глава 5

ПЯТЬ ТЕХНИК НА ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ

5 октября 1972 года, Бомбей, Индия

Сутры:

5. Внимание между бровями, пусть ум будет находиться перед мыслями. Дай форме заполниться сущностью дыхания до верхней части головы, а там - поток как свет.

6. Занимаясь мирской деятельностью, удерживай внимание между двумя дыханиями. Практикуя это, в несколько дней будешь рождена заново.

7. При наличии неосязаемого дыхания в центре лба, когда оно достигает сердца в момент засыпания, управляй своими сновидениями и самой смертью.

8. С предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего.

9. Лежи как мертвая. Будучи взбешенной до ярости, оставайся в этом состоянии. Или пристально смотри, не моргая ресницами. Или соси что-нибудь и стань сосанием.

Когда один из великих греческих философов Пифагор прибыл в Египет, чтобы поступить в школу - секретную эзотерическую школу мистицизма - ему было отказано. А Пифагор был одним из величайших умов, когда-либо рожденных на Земле. Он не мог понять этого. Он обращался с просьбой снова и снова, но ему говорили, что пока он не пройдет специальную тренировку по голоданию и дыханию, ему не будет разрешено поступить в школу.

Известно, что Пифагор сказал: «Я приехал за знаниями, а не за какими-то тренировками». Но руководители школы сказали: «Мы не можем давать тебе знания, пока ты не станешь другим. И мы совсем не интересуемся, на самом деле, знаниями, мы интересуемся по-настоящему переживаниями. Никакие знания не являются знаниями, пока они не пережиты и проверены на опыте. Поэтому ты должен будешь пройти сорокадневный пост, непрерывно дышать определенным образом с определенной осознанностью некоторых моментов».

Другого пути не было, поэтому Пифагор вынужден был пройти эти тренировки. После сорокадневного голодания и дыхания, осознания и внимания, он был принят в школу. Говорят, что Пифагор сказал: «Вы не позволили войти в школу Пифагору. Теперь я совершенно другой человек, я рожден заново. Вы были правы, а я был не прав, потому что тогда моя точка зрения была интеллектуальной. Благодаря этому очищению центр моего существа изменился. Из ума он опустился в сердце. Теперь я могу все чувствовать. До этой тренировки я мог понимать все только с помощью интеллекта, только с помощью головы. Теперь я могу чувствовать. Теперь истина является для меня не концепцией, а жизнью. Это не философия, а, скорее, переживание - экзистенциальность».

Какую же тренировку он прошел? Эти пять техник и были теми техниками, которые были преподаны Пифагору. Они были преподаваны в Египте, но они из Индии.

5. Сфокусируй свое внимание на третьем глазе

Пятая дыхательная техника: Внимание между бровями, пусть ум будет находиться перед мыслями. Дай форме заполниться сущностью дыхания до верхней части головы, а там - поток как свет.

Это была техника, данная Пифагору. Пифагор поехал с этой техникой в Грецию и там, фактически, стал началом, источником всего западного мистицизма. Он является отцом всего мистицизма на Западе.

Эта техника является одним из самых глубоких методов. Попытайтесь понять это: Внимание между бровями... Современная физиология, научные исследования говорят, что между двумя бровями имеется железа, которая является наиболее таинственной частью нашего тела. Эта железа, называемая шишковидной, является согласно тибетским воззрениям третьим глазом - шиванетра; согласно тантрическим воззрениям - это глаз Шивы. Между двумя глазами существует третий глаз, но он не функционирует. Он здесь, он может функционировать в любой момент, но обычно он не функционирует. Вы должны сделать с ним нечто, чтобы открыть его. Он не является незрячим; он просто закрыт. Эта техника предназначена для того, чтобы открыть третий глаз.

Внимание между бровями... Закройте глаза, а затем сфокусируйте оба глаза как раз в середине между двумя бровями. Сфокусируйтесь как раз посередине, с закрытыми глазами, но так, как будто вы смотрите двумя вашими глазами. Сконцентрируйте на этом все свое внимание.

Это один из простейших методов концентрации внимания. Вы не сможете так легко сфокусировать свое внимание на других частях тела. Эта железа очень сильно притягивает внимание. Если вы переведете на нее свое внимание, то оба ваших глаза будут загипнотизированы этим третьим глазом. Они зафиксируются; они не смогут двигаться. Если вы попытаетесь сфокусировать внимание на какой-нибудь другой части тела, то это будет трудно. Этот третий глаз схватывает внимание, насильно удерживает внимание; для внимания он является магнетическим. Этот факт используют все методы всего мира. Это простейший метод для тренировки вашего внимания, поскольку не только вы стараетесь быть внимательными, но и сама железа помогает вам; она является магнетической. Ваше внимание приковывается к ней насильно. Оно поглощается.

В старинных рукописях тантры утверждается, что внимание является пищей для третьего глаза. Он голоден; он голодает в течение многих жизней. Если вы уделяете ему внимание, он оживает. Он оживает! Ему дали пищу. А раз вы знаете, что внимание является пищей, раз вы чувствуете, что ваше внимание магнетически притягивается, толкается самим третьим глазом, то это внимание не будет трудным делом. Нужно знать только правильную точку. Поэтому просто закройте глаза, пусть оба ваших глаза будут направлены к середине, попытайтесь почувствовать точку. Когда вы почувствуете точку, ваши глаза вдруг зафиксируются. Когда вам станет трудно двигать ими, знайте, что вы уловили правильную точку.

Внимание между бровями, пусть ум будет находиться перед мыслями... Если это внимание уже установлено, то в первый раз вы придете к переживанию странного явления. В первый раз вы увидите мысли, бегущие перед вами; вы превратитесь в очевидца, свидетеля. Это как экран кино: мысли бегут, а вы являетесь наблюдателем. Раз ваше внимание сфокусировано на середине третьего глаза, вы немедленно становитесь наблюдателем мыслей.

Обычно вы не являетесь наблюдателем, вы отождествляетесь со своими мыслями. Если в вас сидит гнев, вы становитесь гневом. Если мысли движутся, вы не являетесь наблюдателем, вы становитесь единым целым со своими мыслями, вы отождествлены с ними и вы движетесь вместе с ними. Вы становитесь мыслью; вы принимаете форму мысли. Когда там есть секс, вы

становитесь сексом, когда там есть гнев, вы становитесь гневом, когда там есть алчность, вы становитесь алчностью. Любое движение мыслей отождествляется с вами. Между вами и мыслью нет никакого промежутка.

Но, сфокусировав внимание на третьем глазе, вы внезапно становитесь наблюдателем. Благодаря третьему глазу вы становитесь наблюдателем. Благодаря третьему глазу вы можете наблюдать мысли, бегущие, как облака в небе, или идущие, как люди по улице.

Вы сидите у своего окна, глядя на небо или на людей на улице; вы не отождествляетесь с ними. Вы в стороне, вы наблюдатель на холме - вы отличны от них. Теперь, если в вас сидит гнев, вы можете смотреть на него, как на объект. Теперь вы не чувствуете, что вы есть гнев. Вы чувствуете, что вы окружены гневом - облака гнева плавают вокруг вас, - но вы не являетесь гневом. А если вы не являетесь гневом, гнев становится бессильным, он не может воздействовать на вас; вы остаетесь неприкосновенными. Гнев придет и уйдет, а вы останетесь центрированными в самом себе.

Эта пятая техника является техникой поиска свидетеля. Внимание между бровями, пусть ум будет находиться перед мыслями. Теперь посмотрите на ваши мысли, теперь встретьте ваши мысли. Пусть форма заполнится сущностью дыхания в верхней части головы, а там - поток как свет. Когда дыхание сфокусировано на третьем глазе, между двумя бровями, случается два события. Первое - это то, что внезапно вы превращаетесь в свидетеля.

Это может случиться двумя способами. Вы становитесь свидетелем, и тогда вы будете центрированы на третий глаз. Попробуйте быть свидетелем. Что бы ни случилось, пытайтесь быть свидетелем. Вы больны, тело болит и недомогает, вы в мучениях и страданиях, что бы там ни было - будьте свидетелем этого. Что бы ни случилось, не отождествляйте себя с ним. Будьте свидетелем, наблюдателем. Тогда, если свидетельство станет возможным, вы будете сфокусированы на третьем глазе.

Имеет также место и обратное. Если вы сфокусированы на третьем глазе, вы станете свидетелем. Это две части единого целого. Итак, первое: быть центрированным на третьем глазе означает быть свидетелем самого себя. Теперь вы можете встретиться со своими мыслями. Это будет первое. А второе будет заключаться в том, что теперь вы сможете почувствовать тонкие, деликатные вибрации дыхания. Теперь вы можете почувствовать форму дыхания, самую суть дыхания.

Прежде всего, постарайтесь понять, что подразумевается под «формой» и под «сущностью дыхания». Когда вы дышите, вы вдыхаете не только воздух. Наука утверждает, что вы дышите только воздухом - только кислородом, водородом и другими газами, входящими в состав воздуха. Они говорят, что вы дышите воздухом! Но тантра утверждает, что воздух является только транспортным средством, а не самостоятельной сущностью. Вы дышите праной - жизненной силой. Воздух является просто посредником; прана является содержимым. Вы дышите праной, а не воздухом.

Современная наука все еще не в состоянии выяснить, имеется ли что-либо типа праны, но некоторые исследователи почувствовали что-то таинственное. Дыхание - это не просто воздух. Это также почувствовали многие современные исследователи. Следует указать, в частности, одно имя - Вильгельма Райха, немецкого психолога, который назвал это «оргонной энергией». Это то же самое, что прана. Он говорит, что во время дыхания воздух является просто сосудом, в котором переносится таинственное содержимое, которое может быть названо «оргоном», или праной, или жизненной силой. Но оно очень трудноуловимо. Фактически оно не является материальным. Воздух является материальным - сосуд является материальным, - но нечто неуловимое, нематериальное движется с его помощью.

Воздействие этого можно почувствовать. Если вы находитесь рядом с очень энергичным

человеком, то вы почувствуете, что от него исходит некоторая энергия. Если вы находитесь рядом с очень вялым человеком, то вы почувствуете себя ослабленным, как будто из вас что-то было выкачано. Почему вы чувствуете себя таким усталым после посещения больницы? Из вас высасывают со всех сторон. Вся больничная атмосфера является больной, и каждый здесь нуждается в большом количестве жизненной энергии, в большом количестве праны. Поэтому, когда вы находитесь там, прана начинает вытекать из вас. Почему вы иногда чувствуете удушье, когда находитесь в толпе? Потому, что из вас выкачивают вашу прану. Когда вы один утром находитесь под небом, под деревьями, вы вдруг чувствуете в себе жизненную энергию - прану. Каждый человек нуждается в некотором пространстве. Если этого пространства нет, ваша прана откачивается.

Вильгельм Райх выполнил много экспериментов, но его считали сумасшедшим. Наука имеет свои собственные предрассудки, и она является очень ортодоксальной. Наука все еще не может почувствовать здесь что-либо, кроме воздуха, но Индия экспериментирует с этим уже в течение многих столетий.

Вы, возможно, слышали об этом, или вы возможно даже видели кого-нибудь, кто собирается в самадхи, космическое сознание - в подземное самадхи - в течение нескольких дней без доступа воздуха. Один человек отправился в такое подземное самадхи в Египте в 1880 году на сорок лет. Те, кто похоронил его, все умерли, потому что он должен был вернуться из своего самадхи в 1920 году, спустя сорок лет. В 1920 году никто не верил, что его можно найти живым, но он оказался живым. Он прожил после этого еще несколько десятков лет. Он стал совершенно бледным, но он был жив. А он совершенно не имел доступа воздуха.

Его спрашивали врачи и другие: «В чем секрет этого?»

Он отвечал: «Мы не знаем. Мы знаем только, что прана может входить во все и проникать везде». Воздух проникать не может, а прана может. Раз вы знаете, что вы можете поглощать прану непосредственно, без какого-либо сосуда, то вы можете отправляться в самадхи даже на века.

Если вы сфокусируетесь на третьем глазе, то внезапно вы сможете наблюдать саму сущность дыхания - не само дыхание, а его сущность, прану. А если вы можете наблюдать сущность дыхания, прану, то вы находитесь в точке, с которой случается прыжок, прорыв.

Сутра говорит: Дай форме заполниться сущностью дыхания до верхней части головы... А когда вы придете к ощущению сущности дыхания, праны, то только представьте себе, что ваша голова заполнена ею - только представьте. Не требуется никакого усилия. Я объясню вам, как работает воображение. Когда вы сфокусированы на третьем глазе, то представьте и это случится - тогда и там.

Сейчас ваше воображение просто ослаблено - вы продолжаете воображать и ничего не получается. Но иногда, в обычной жизни также случается нечто. Вы думаете о своем друге и вдруг - стук в дверь. Вы говорите, что это совпадение, что пришел ваш друг. Иногда ваше воображение срабатывает просто как совпадение. Но когда бы это у вас ни случилось, сейчас попытайтесь вспомнить и проанализировать это. Когда бы это ни случилось, что ваше воображение стало реальностью, войдите внутрь этого явления и исследуйте его. Ваше внимание должно было быть где-то около третьего глаза. Когда бы это совпадение ни случилось, это не было совпадением. Это только так выглядит, поскольку вы не обладаете некоторыми тайными знаниями. Ваш ум, видимо, двигался около третьего глаза, не понимая этого. Если ваше внимание сосредоточено на третьем глазе, то одного воображения достаточно, чтобы создать любые явления.

Эта сутра говорит, что когда вы сфокусированы между бровями и можете почувствовать саму сущность дыхания, дайте форме наполниться. Теперь представьте, что эта сущность

заполняет всю вашу голову, особенно верхнюю часть головы, сахасрару - наивысший психический центр. И в тот момент, когда вы представите это, она наполнится. Там - в верхней части головы - поток как свет. Эта праническая сущность изливается из верхней части вашей головы как свет. И она действительно начнет изливаться, и под потоком света вы будете освежены, возрождены, станете совершенно другим. Вот что означает это внутреннее возрождение.

Итак, если ваше воображение сфокусировано на третий глаз, оно становится более сильным, более энергичным. Вот почему так много настоятельных просьб относительно чистоты. Перед выполнением этих практик следует очиститься. Для тантры чистота не является моральным понятием, чистота является существенной - поскольку если вы сфокусированы на третьем глазе и ваш ум нечист, то ваше воображение может стать опасным: опасным для вас, опасным для других. Если вы думаете о том, чтобы убить кого-нибудь, если эта идея находится в вашем уме, то одно воображение может убить чело-века. Вот почему столько настоятельных требований, чтобы, прежде всего вы были чистыми.

От Пифагора потребовали пройти через голодание и через специальное дыхание - то, о котором мы сейчас говорим, - поскольку человек путешествует по очень опасным местам. Поскольку где сила, там и опасность, а если ум нечист, то где бы вы ни получили силу, ваши нечистые мысли тотчас же завладеют ею.

Вы много раз воображали убийство, но, к счастью, воображение не может совершать работу. Если бы оно работало, если бы оно мгновенно активизировалось, то оно бы стало опасным - не только для других, но и для вас, поскольку сколько раз вы думали о том, чтобы совершить самоубийство. Если же ум сфокусирован на третьем глазе, то одна мысль о самоубийстве превратится в самоубийство. У вас не будет времени что-либо изменить, это случится немедленно.

Вы, вероятно, наблюдали кого-либо, кого гипнотизируют. Когда кого-то гипнотизируют, гипнотизер может что-то приказать и гипнотизируемый немедленно исполнит это. Каким бы абсурдным ни был приказ, каким бы нерациональным или даже невозможным, гипнотизируемый последует ему. Как это получается? Пятая техника является основой всего гипнотизма. Когда кого-нибудь гипнотизируют, его просят сфокусировать глаза на конкретную точку - на какой-нибудь источник света, на точку на стене или на чем-то другом или на глаза гипнотизера.

Когда вы фокусируете ваши глаза на какой-либо конкретной точке, то спустя не более трех минут ваше внутреннее внимание начинает струиться по направлению к третьему глазу. И в тот момент, когда ваше внутреннее внимание потекло к третьему глазу, ваше лицо начинает меняться. И гипнотизер может определить, когда ваше лицо изменилось. Вдруг ваше лицо теряет жизненность. Оно становится мертвым, как будто бы глубоко засыпает. Гипнотизер немедленно замечает, когда ваше лицо потеряло румянец, жизненность. Это означает, что сейчас ваше внимание притягивается третьим глазом. Ваше лицо становится мертвым; вся энергия течет по направлению к третьему глазу.

Теперь гипнотизер знает, что все, что будет сказано, случится. Он говорит: «Сейчас вы засыпаете» - и вы немедленно засыпаете. Он говорит: «Теперь вы становитесь бессознательным» - вы немедленно становитесь бессознательным. Если он скажет: «Теперь вы Наполеон», вы станете им. Вы начнете вести себя как Наполеон, говорить как Наполеон. Ваши жесты изменятся. Ваша бессознательность будет воспринимать приказы и будет формировать вашу деятельность. Если вы страдаете от некоторой болезни, то теперь можно командовать, чтобы болезнь исчезла, и она исчезнет. А можно создать и любую новую болезнь.

Вложив в вашу руку обыкновенный камень с улицы, гипнотизер может сказать: «В вашей

руке огонь», - и вы почувствуете интенсивное тепло; ваша рука станет обожженной - и не только в уме, но и на самом деле. Действительно ваша кожа будет обожжена. Вы будете иметь ощущение ожога. Что произошло? Огня ведь нет, есть обычный холодный камень. Как? Как случился этот ожог? Вы сфокусированы на третьем глазе, ваше воображение получило предложения от гипнотизера, и они осуществились. Если гипнотизер скажет: «Теперь вы мертвы», - вы немедленно умрете. Ваше сердце остановится. Оно действительно остановится.

Это происходит из-за третьего глаза. В третьем глазе воображение и осуществление не являются различными сущностями. Воображение является фактом. Вообразите, и это осуществится. Между мечтой и реальностью нет промежутка. Между мечтой и реальностью нет никакого промежутка! Мечтайте и мечта станет реальностью. Вот почему Шанкара говорил, что весь мир есть не что иное, как мечта, сновидение божественного... видение божественного! Это потому, что божественное центрируется в третьем глазе - всегда, вечно - поэтому все, о чем мечтает божественное, становится реальностью. Если вы центрированы на третий глаз, то любая ваша мечта также станет реальностью.

Сарипутта пришел к Будде. Он много медитировал, а затем к нему стали приходить много видений, много явлений, как это случается со всеми, кто глубоко входит в медитацию. Он начал видеть рай, он начал видеть ад, он начал видеть ангелов, богов, демонов. И они были реальными, настолько реальными, что он прибежал к Будде и рассказал ему, что к нему пришли такие-то и такие-то видения. Но Будда сказал: «Это все ничто - просто мечты. Просто мечты, видения!»

Но Сарипутта сказал: «Они так реальны. Как я могу сказать, что это видения? Если я в моем видении вижу цветок, то он более реален, чем какой-либо другой цветок в мире. От него распространяется благоухание; я могу ощущать его. Я вас не вижу так реально. Этот цветок является более реальным, чем вы, находящийся рядом, поэтому как мне установить различия между тем, что есть реальность, и тем, что есть видение?»

Будда сказал: «Сейчас, когда твое внимание сфокусировано на третьем глазе, видение и реальность - это одно целое. О чем бы ты ни мечтал, оно будет реальностью; верно также и обратное».

Для того, кто сфокусирован на третьем глазе, мечта будет становиться реальностью, а вся реальность станет просто мечтой, сновидением, поскольку, когда ваша мечта становится реальностью, вы знаете, что между ней и реальностью нет никакой принципиальной разницы. Поэтому, когда Шанкара говорит, что весь этот мир есть просто майя, видение божественного, то это не теоретическое предположение, не философское утверждение. Это, скорее, внутреннее переживание того, кто сфокусирован на третьем глазе.

Когда вы сфокусированы на третьем глазе, только представьте себе, что прана изливается из верхней части головы, так, как если бы вы сидели под деревом и были осыпаны цветами, или так, как если бы вы были под открытым небом и вдруг облака начали бы изливаться дождем, или как если бы вы сидели утром, а солнце поднялось и стало изливаться на вас свои лучи. Вообразите себе это и немедленно появится поток - поток света, изливающийся из верхней части вашей головы. Этот поток восстановит вас, даст вам новое рождение. Вы возродились, получили новую жизнь.

6. Фокусируйся на промежутках в течение твоей дневной деятельности

Шестая дыхательная техника: Занимаясь мирской деятельностью, удерживай внимание между двумя дыханиями, и, практикуя это, в несколько дней будешь рождена заново.

Занимаясь мирской деятельностью, удерживай внимание между двумя дыханиями... Забудьте о дыхании - удерживайте внимание на промежутках между ними. Одно дыхание вошло

внутри: прежде, чем оно начнет возвращаться, прежде чем начнется выдох, возникнет некоторый промежуток, временной интервал. Одно дыхание полностью вышло; прежде, чем оно направится в обратную сторону - промежуток. Занимаясь мирской деятельностью, удерживайте внимание между двумя дыханиями, и, практикуя это, в не-сколько дней будете рождена заново. Но это должно делаться непрерывно. Эта шестая техника должна исполняться непрерывно. Вот почему это подчеркивается: занимаясь мирской деятельностью... Что бы вы ни делали, удерживайте свое внимание на промежутке между двумя дыханиями. Но это должно практиковаться во время обычной деятельности.

Мы уже обсуждали одну технику, которая похожа на эту. Сейчас здесь только то отличие, что она должна практиковаться во время мирской деятельности. Не практикуйте ее в изоляции. Эта практика предназначена для того, чтобы вы занимались ею в то время, когда вы заняты чем-либо другим. Вы едите - продолжайте есть и концентрируйте внимание на промежутке. Вы идете - продолжайте идти и концентрируйте внимание на промежутке. Вы собираетесь спать - ложитесь, позвольте сну прийти, но продолжайте быть внимательным к промежутку. Почему при другой деятельности?

Потому что деятельность отвлекает ум, деятельность вызывает к вашему вниманию снова и снова. Не отвлекайтесь, будьте зафиксированы на промежутке. И не прекращайте свою деятельность, пусть она продолжается. У вас будет два слоя существования - делание и бытие.

Вы имеете два слоя существования: мир делания и мир бытия; окрестности и центр. Продолжайте работать на периферии, в окрестностях; не прекращайте эту деятельность. Но продолжайте также внимательно работать и в центре. Что при этом случится? Ваша деятельность станет игрой, как будто вы играете некоторую роль.

Вы играете некоторую роль - например, в спектакле. Вы становитесь Рамой или вы становитесь Христом. Вы действуете как Христос или как Рама, но все-таки остаетесь самим собой. В центре вы знаете, кто вы такой; на периферии вы продолжаете действовать как Рама, Христос или кто-нибудь другой. Вы знаете, что вы не Рама - вы играете роль. Вы знаете, кто вы на самом деле. Ваше внимание центрировано на вас самих; ваша деятельность продолжается на периферии.

Если практикуется этот метод, то вся ваша жизнь превращается в долгий спектакль. Вы будете актером, играющим роль, но вы будете постоянно центрированы на промежутке. Если вы забудете про промежуток, то вы перестанете играть роль, вы сами станете персонажем. Тогда это не спектакль; вы ошибочно принимаете это за жизнь. Вот что мы на самом деле делаем. Каждый думает, что он проживает жизнь. Это не жизнь, это просто роль - роль, которая была дана вам обществом, обстоятельствами, культурой, традициями, страной, ситуацией. Вам была выделена роль и вы играете ее; вы отождествили себя с нею. Эта техника для того и предназначена, чтобы сломать это отождествление.

Кришна имеет много имен. Кришна является одним из величайших актеров. Он постоянно центрирован на самом себе и играет - играет много ролей, много спектаклей, но совершенно несерьезно. Серьезность приходит вместе с отождествлением. Если вы в спектакле действительно становитесь Рамой, то должны появиться проблемы. Эти проблемы возникнут из-за вашей серьезности. Когда Сита украдена, вы можете получить сердечный приступ и весь спектакль будет остановлен. Если вы действительно стали Рамой, сердечный приступ неизбежен... возможен даже инфаркт.

Но вы всего лишь актер. Сита украдена, но ничего не украдено. Вы вернетесь домой и мирно заснете. Даже во сне вы не почувствуете, что Сита украдена. Когда Сита была на самом деле украдена, сам Рама плакал, кричал и спрашивал деревья: «Куда пропала моя Сита? Кто увел ее?» И этот момент следует понять. Если Рама действительно плачет и спрашивает деревья, то

он стал отождествленным. Он не является больше Рамой; он не является больше божественной личностью.

Следует помнить, что для Рамы его реальная жизнь также является всего лишь ролью. Вы видите других актеров, играющих Раму, но и сам Рама всего лишь играет роль - на величайшей сцене, конечно.

В Индии есть об этом прекрасная история. Я думаю, что эта история уникальна; такой истории нет ни в одной другой части мира. Говорят, что Валмики написал Рамаяну до того, как был рожден Рама, а Рама потом должен был следовать этой истории. Поэтому первые же действия Рамы были просто спектаклем. История была написана до того, как Рама был рожден, а потом Рама должен был следовать ей, поскольку, что ему оставалось делать? Когда человек, подобный Валмики, пишет историю, Рама должен следовать ей. Так что все было определенным образом предопределено. И Сита должна была быть украдена, и войны должны были вестись.

Если вы сможете понять это, то вы сможете понять теорию предопределения, бхагьи - судьбы. Она имеет очень глубокое значение. А значение ее в том, если вы ее принимаете, что для вас все определено заранее, ваша жизнь становится спектаклем. Если вы играете роль Рамы в спектакле, то вы не можете изменить ее, все зафиксировано, даже ваши диалоги. Если вы говорите что-либо Сите, то все это повторение чего-либо уже зафиксированного. Вы не можете изменить ничего, если жизнь принимается как нечто предопределенное.

Если вы умираете, например, в определенный день, то это предопределено. Если вы будете умирать, вас будут оплакивать, и это тоже предопределено. Такие-то и такие-то лица, которые окружают вас - это тоже зафиксировано. Если все зафиксировано, то все превращается в спектакль. Если все зафиксировано, то это значит, что вы просто исполняете этот спектакль. Вас не просят прожить его, но вас просят сыграть его.

Эта шестая техника предназначена только для того, чтобы превратить вашу жизнь в психологическую пьесу - просто в игру. Вы фокусируетесь на промежутке между двумя дыханиями, а жизнь продолжается, продолжается на периферии. Если ваше внимание обращено к центру, то на периферии его нет - это только «подвнимание»; это просто случается где-то около вашего внимания. Вы можете чувствовать его, вы можете знать о нем, но это не существенно. Это так, как будто оно и не случается с вами. Я снова повторяю: если вы практикуете эту шестую технику, то вся ваша жизнь как будто и не случается с вами, как будто она случается с кем-нибудь другим.

7. Техника для осознанности во сне

Седьмая дыхательная техника: При наличии неосознанного дыхания в центре лба, когда оно достигает сердца в момент засыпания, управляй своими сновидениями и самой смертью.

Вы все больше и больше входите в более глубокие слои. При наличии неосознанного дыхания в центре лба... Если вам стал известен третий глаз, то вы знаете о неосознанном дыхании, о невидимой пране в центре лба, а тогда вы знаете и об излиянии - энергии световых потоков. Когда оно достигает сердца... Когда поток достигнет вашего сердца... в момент засыпания, управляй своими сновидениями и самой смертью.

Воспринимайте эту технику состоящей из трех частей. Во-первых, вы должны быть в состоянии почувствовать в дыхании прану - неосознанную часть его, невидимую часть его, нематериальную часть его. Это ощущение приходит тогда, когда вы сконцентрировали свое внимание между бровями; тогда оно легко приходит. Когда вы сконцентрировали свое внимание на промежутке, оно тоже приходит, но с меньшей легкостью. Если вы осознали центр своего пупка, куда дыхание приходит, касается и откуда оно идет обратно, то это ощущение тоже приходит, но с еще меньшей легкостью. Самым легким способом осознания невидимой

части дыхания является концентрация внимания на третьем глазе. Но на чем бы вы ни сконцентрировались, это осознание придет, и вы начнете чувствовать втекающую прану.

Когда вы сможете чувствовать втекающую в вас прану, вы сможете заранее узнать день своей смерти. Если вы сможете чувствовать невидимую часть вашего дыхания, вы сможете узнать о дне своей смерти за шесть месяцев. Почему многие святые предсказывают день своей смерти? Это легко, поскольку раз вы можете видеть содержимое своего дыхания, втекающую в вас прану, то вы сможете почувствовать и обратный процесс. Перед смертью, за шесть месяцев до смерти процесс становится обратным: прана начинает вытекать из вас. Тогда дыхание не вносит ее внутрь. Скорее наоборот, дыхание выносит ее - то же самое дыхание.

Вы не можете видеть этого, поскольку вы не poznали невидимую часть дыхания - вы знаете только видимую часть, вы знаете только транспортное средство. Транспортное средство останется тем же самым. Сейчас дыхание несет прану внутрь и оставляет ее там; транспорт возвращается обратно пустым. Снаружи он опять наполняется праной и идет внутрь. Так что входящее и выходящее дыхания не являются одним и тем же, запомните это. Входящее и выходящее дыхания являются одним и тем же, как транспортное средство, но входящее дыхание заполнено праной, а выходящее является пустым. Вы забираете прану внутрь, и дыхание становится пустым.

Когда вы приближаетесь к смерти, происходит обратное. Входящее дыхание приходит без праны, пустым, потому что ваше тело не может больше впитывать прану из космоса. Вы собираетесь умирать; в ней больше нет потребности. Весь процесс принимает обратный характер. И когда дыхание идет наружу, оно берет с собой прану. Тот, кто в состоянии видеть невидимое, может сразу же узнать день своей смерти. За шесть месяцев процесс становится обратным.

Эта сутра является очень, очень важной: При наличии неосязаемого дыхания в центре лба, когда оно достигает сердца в момент засыпания, управляй своими сновидениями и самой смертью. Эта техника должна практиковаться только в момент засыпания - только тогда и ни в какое другое время. Когда вы засыпаете, и только тогда; это единственно правильный момент для использования этой техники. Вы засыпаете. Постепенно, шаг за шагом сон одолевает вас. За какие-то мгновения ваше сознание растворится, исчезнет; вы перестанете быть осознанным. Прежде, чем наступит этот момент, станьте осознанным - осознайте дыхание и его невидимую часть, прану, почувствуйте, как она идет к сердцу.

Продолжайте чувствовать, что она идет к сердцу. Из вашего сердца прана переходит в тело. Продолжайте ощущать, что прана идет в ваше сердце, и пусть во время этого непрерывного ощущения придет сон. Вы продолжаете ощущать, а сон пусть приходит и овладевает вами.

Если это случится - вы будете ощущать невидимую часть дыхания, идущую к сердцу, а сон одолеет вас, - то вы будете осознанным и в своих сновидениях. Вы будете знать, что вы видите сон. Обычно мы не осознаем, что мы видим сон. Мы принимаем сновидения за реальность. Это тоже случается, но благодаря третьему глазу. Наблюдали ли вы за засыпающим человеком? Его глаза перемещаются вверх и фокусируются на третьем глазе. Если вы не видели, то понаблюдайте.

Ваш ребенок спит... приоткройте его глаза и посмотрите, куда они глядят. Его куклы ушли и его глаза сфокусированы на третьем глазе.

Я говорю, понаблюдайте за детьми, не надо наблюдать за взрослыми - им нельзя доверять, поскольку их сон не бывает глубоким. Они будут только думать, что они спят. Посмотрите на детей, их глаза перемещаются вверх. Они фокусируются на третьем глазе. Из-за этой концентрации на третьем глазе вы воспринимаете свои сны как реальность, вы не можете ощущать, что это сновидения - они реальны. Когда вы утром проснетесь, вы узнаете. Тогда вы

сообразите, что вы видели сон. Но это будет позже, это будет ретроспективное представление. Во сне вы не можете осознать, что вы видите сон. Если вы это осознаете, то значит, здесь имеются два слоя: имеет место сон, но вы не спите, вы являетесь осознающим. Эта сутра является чудесной для тех, кто остается осознающим в своих сновидениях. Она говорит: управляй своими сновидениями и самой смертью.

Если вы сможете осознавать сновидения, то вы сможете делать две вещи. Вы сможете сами создавать свои сновидения - это первое. Обычно вы не можете влиять на свои сны. Как бессилён человек! Вы не можете создать даже сновидение, мечту. Если вы захотите увидеть во сне что-то конкретное, вы не сможете это сделать; это не в вашей власти. Как слаб человек! Не может создать даже сновидение. Вы являетесь не создателем, а жертвой снов. Сны случаются с вами, вы ничего не можете сделать сами. Вы не можете ни остановить сон, ни создать его.

Но если вы засыпаете, помня о том, что сердце наполняется праной, непрерывно соприкасается с праной при каждом вдохе, вы станете хозяином своих сновидений - и это очень редкое свойство. Тогда вы можете видеть любые сны, какие вам только понравятся. Отметьте только для себя, когда вы засыпаете: «Я хочу смотреть такой-то сон», - и этот сон придет к вам. Засыпая, только скажите: «Я не хочу смотреть этот сон», - и этот сон не сможет войти в ваш ум.

Но в чем польза того, что вы стали хозяином своих снов? Разве это не бесполезно? Нет, это не бесполезно. Раз вы стали хозяином своих снов, то вы перестанете видеть сны - это абсурдно. Если вы станете хозяином своих снов, сновидения прекратятся; в них нет необходимости. А когда сновидения прекратятся, ваш сон приобретет совершенно другое качество, и это качество делает сон подобным смерти.

Смерть есть глубокий сон. Если ваш сон становится таким глубоким, как смерть, то это означает, что сновидений больше не будет. Сновидения придают сну поверхностность. Из-за снов вы перемещаетесь наружу, из-за цепляния за сны вы перемещаетесь на поверхность. Когда нет снов, вы просто погружаетесь в пучину моря, достигаете его дна.

Тем же самым является и смерть. Вот почему в Индии всегда говорили, что сон - это кратковременная смерть, а смерть - это долговременный сон, качественно же они являются одним и тем же. Сон есть смерть в промежутке между дневными бодрствованиями. Смерть есть явление, происходящее в промежутке между двумя жизнями. Каждый день вы устаете. Вы засыпаете и к утру вновь приобретаете свою жизненную силу, свою жизнеспособность; вы рождаетесь заново. После жизни в течение семидесяти или восьмидесяти лет вы предельно устаете. Теперь такие короткие промежутки смерти не действуют; вы нуждаетесь в большой смерти. После этой большой смерти или этого большого сна вы рождаетесь заново в совершенно новом теле.

Если вы узнаете сон без сновидений и сможете быть осознающим во сне, то у вас не будет больше страха смерти. Никто никогда не умирает, никто не может умереть - это единственная невозможность.

Вчера я говорил, что смерть является определенностью, а сейчас говорю, что смерть невозможна. Никто никогда не умирает и никто не может умереть - это единственная невозможность, - потому что вселенная есть жизнь. Вы рождаетесь снова и снова, но сон является таким глубоким, что вы забываете свою старую личность. Из вашего ума начисто стирается память.

Думайте об этом таким образом. Сегодня вы собираетесь спать: это так, как будто бы существует некоторый механизм - и скоро мы поймем его, - подобный тому, который стирает с ленты магнитофона, который может сделать ленту чистой, так что все, что бы там ни было записано, исчезает. То же самое возможно с памятью, поскольку память есть на самом деле глубокая запись. Рано или поздно, но у нас будет устройство, которое можно будет ввести в

голову и которое вычистит полностью ваш ум. Утром вы не будете больше той же самой личностью, потому что вы не будете в состоянии вспомнить того, кто засыпал ввечером. Тогда ваш сон будет выглядеть как смерть. Здесь будет нарушение непрерывности; вы не будете в состоянии вспомнить того, кто засыпал. Это случается и естественно. Когда вы умираете и снова рождаетесь, вы не можете вспомнить того, кто умирал. Вы начинаете заново.

При использовании этой техники вы, прежде всего, станете хозяином своих сновидений - это значит, что сновидения прекратятся. Если же вы захотите видеть сны, то вы будете в состоянии их видеть, но сновидения станут подчиняться вашим желаниям. Они не будут иметь место помимо вашего желания, они не будут насильствовать вас; вы больше не будете жертвой. Это качество вашего сна станет подобием смерти. Тогда вы узнаете, что смерть есть сон.

Вот почему эта сутра говорит: управляй своими сновидениями и самой смертью.

Мы знаем, что смерть это всего лишь долгий сон - и, к тому же, полезный и приятный, потому что он дает вам новую жизнь; он дает вам все новое. Смерть перестает существовать... с прекращением сновидений смерть перестает существовать.

Приобретение власти над смертью имеет и другое значение - управление собой за пределами смерти. Если вы сумеете прийти к осознанию того, что смерть есть всего лишь сон, то вы будете в состоянии управлять ею. Если вы можете управлять своими сновидениями, то вы также сможете управлять собой в состоянии смерти. Вы сможете выбрать, где вы будете рождены снова, в ком, когда, в какой форме; вы станете также хозяином своего рождения.

Будда умер... я не говорю о его последней жизни, я имею в виду его предпоследнюю жизнь перед тем, как он стал Буддой. Перед смертью он сказал: «Я буду рожден у таких-то и таких-то родителей; таким-то будет мой отец, такой-то будет моя мать. Но моя мать немедленно умрет... когда я буду рожден, моя мать немедленно умрет. Перед моим рождением у моей матери будут определенные сновидения». Вы отнимаете власть не только у своих сновидений, вы отнимаете власть также и у сновидений других людей. Итак, Будда, например, сказал: «Должны быть определенные сновидения. Когда я буду в утробе, моя мать будет видеть определенные сны. Поэтому, какая бы женщина ни видела эти сны в определенной последовательности, знайте хорошо, что у нее собираюсь родиться я».

И это случилось. Мать Будды видела сны в той же самой последовательности. Эта последовательность была известна по всей Индии, потому что это утверждение не было обычным. Оно было известно всем, особенно тем, кто интересовался религией и более глубокими явлениями жизни и ее эзотерическими путями. Это утверждение было известно, поэтому сны были определенным образом истолкованы. Фрейд не был первым толкователем снов и, конечно же, не самым глубоким. Он был первым только на Западе.

Поэтому отец Будды немедленно пригласил толкователей снов, Фрейдов и Юнгов того времени, и сказал им: «Что означает эта последовательность? Я боюсь. Эти сновидения являются редкими, и они продолжают повторяться в той же самой последовательности. Здесь непрерывно повторяются одно, два, три, четыре, пять, шесть сновидений. Повторяются одни и те же сновидения, как будто кто-то смотрит один и тот же фильм снова и снова. Что происходит?»

И они сказали ему: «Вы будете отцом великого человека - человека, который должен стать буддой. Но тогда ваша жена в опасности, потому что когда бы этот будда ни родился, его матери трудно будет выжить».

Отец спросил: «Почему?» Толкователи ответили: «Мы не знаем почему, но этот человек, который собирается родиться, утверждал, что когда он снова родится, его мать немедленно умрет».

Позже Будду спросил: «Почему ваша мать немедленно умерла?» Он сказал: «Дать жизнь

Будде является таким огромным событием, что все остальное после этого становится пустым, бесполезным. По-этому мать не могла существовать. Она должна будет родиться снова, чтобы стать обновленной. Дать жизнь Будде - это такая кульминационная точка, такая вершина, что мать после нее не могла существовать».

Поэтому мать умерла. Кроме того, находясь в своей предыдущей жизни, Будда сказал, что его рождение произойдет под пальмовым деревом - так и произошло. Мать стояла под пальмовым деревом - стояла, пока Будда рождался. Кроме того, он сказал: «Я буду рожден, когда моя мать будет стоять под пальмовым деревом, и я сделаю семь шагов. Я немедленно буду ходить. Это будет знаком, который я подам вам так, что вы будете знать, что родился буд-да». И все это он выполнил.

И так было не только с Буддой. Так было с Иисусом, так было с Махавирой, так было со многими другими. Каждый джайнский тиртханкара предсказывал в своей предыдущей жизни, как он собирается родиться. Они также задавали определенную последовательность сновидений, - что должны быть такие-то и такие-то признаки - и они рассказывали, как это случится.

Вы можете управлять. Раз вы можете управлять вашими сновидениями, то вы можете управлять всем, поскольку сновидения являются весьма материальными в этом мире. Эта жизнь составлена из материала сновидений. Раз вы можете управлять вашими сновидениями, то вы можете управлять всем. Сутра говорит, что даже самой смертью. Тогда вы можете дать себе определенное рождение, определенную жизнь.

Мы являемся просто жертвами. Мы не знаем, почему мы рождаемся, почему мы умираем. Кто управляет нами - и почему? Кажется, что этому нет объяснений. Все это кажется просто хаосом, просто случайностью. И это потому, что мы не являемся хозяевами. Раз мы являемся хозяевами, это будет не так.

8. Наблюдай точку поворота с преданностью

Восьмая дыхательная техника: С предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего.

Здесь имеются небольшие отличия в техниках - небольшие модификации. Но хотя эти отличия в техниках и небольшие, для вас они могут быть большими. Единственное слово может сделать различие большим. С предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания. Входящее дыхание имеет одну точку поворота, выходящее имеет другую точку поворота. По поводу этих двух поворотов, - а мы уже обсуждали эти повороты - сделано небольшое отличие: небольшое с точки зрения техники, но для ищущего оно может оказаться большим. Добавлено только одно условие: с предельной преданностью - и вся техника становится другой.

В первоначальной форме вопроса о преданности не было, это была чисто научная техника. Вы делали ее, и она работала. Но имеются люди, которые не могут делать такую сухую, научную технику. Для тех, кто ориентирован на сердце, для тех, кто принадлежит миру религии, было сделано небольшое отличие: с предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего.

Если вы не имеете склонности к науке, к научным положениям, если ваш ум не является научным, то испытайте следующее: с предельной преданностью - с верой, любовью, доверием - центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего. Как это делать? Как? Вы можете быть преданным по отношению к кому-либо другому: по отношению к Кришне, по отношению к Христу. Но как можете вы быть преданным по отношению к самому себе, по отношению к точке поворота дыхания? Это явление кажется не имеющим абсолютно никакого

отношения к преданности. Но это зависит от того, как посмотреть...

Тантра утверждает, что тело есть храм. Ваше тело есть храм божественного, место обитания божественного, так что не смотрите на свое тело, как на некоторый объект. Оно является священным, оно является святым. И когда вы воспринимаете идущее внутрь дыхание, это дыхание воспринимаете не только вы, но и божественное внутри вас. Вы едите, вы двигаетесь или ходите... посмотрите на это таким образом: это не вы, а божественное движется в вас. Тогда все станет абсолютно божественным.

О многих святых говорят, что они любили свои тела. Они относились к своим телам так, как если бы это были тела их возлюбленных. Вы можете относиться к своему телу таким образом или можете рассматривать его как механизм - это снова вопрос вашего отношения к этому. Вы можете относиться к нему с чувством вины, греха; вы можете смотреть на него, как на нечто грязное; вы можете смотреть на него, как на нечто сверхестественное, как на чудо; вы можете относиться к нему, как к местопребыванию божественного. Это зависит от вас. Если вы можете относиться к своему телу, как к храму, то эта техника окажется полезной: с предельной преданностью...

Испытайте ее. Когда вы едите, испытайте ее. Не думайте, что это вы едите. Думайте, что это ест божественное, которое находится в вас, и наблюдайте за изменениями. Вы едите то же самое, вы являетесь тем же самым, но немедленно все становится совершенно другим. Вы отдаете пищу божественному. Вы принимаете ванну - обычная, тривиальная вещь, - но измените отношение: почувствуйте, что ванну принимает божественное в вас. Тогда эта техника окажется легкой: с предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания и познания познающего.

9. а) Лежи как мертвый

б) Пристально смотри, не мигая

в) Соси что-нибудь и стань сосанием

Девятая техника: Лежи как мертвая. Будучи взбешенной до ярости, оставайся в этом состоянии. Или пристально смотри, не моргая ресницами. Или соси что-нибудь и стань сосанием...

Лежи как мертвая. Испытайте это: вы вдруг стали мертвым. Покиньте свое тело! Не двигайте им, потому что вы мертвы. Просто представьте, что вы мертвы. Вы не можете двигать своим телом, вы не можете двигать глазами, вы не можете плакать, вы не можете кричать, вы не можете делать ничего, вы просто мертвы. А затем почувствуйте, что вы ощущаете. Но не обманывайте. Вы можете обманывать, вы можете слегка двигаться. Не двигайтесь. Если вас кусают комары, все равно относитесь к своему телу, как к мертвому. Это одна из наиболее используемых техник. Рамана Махарши достиг просветления при помощи именно этой техники, но в жизни он использовал не эту технику. В его жизни она вдруг случилась, самопроизвольно. Но он должно быть упорно занимался ею в какой-нибудь из прошлых жизней, потому что ничто не совершается самопроизвольно. Все имеет причину, причинную связь. Однажды ночью Рамана почувствовал - он был молодым тогда, лет четырнадцать, пятнадцать, - что он должен умереть. И это было так определено в его уме, что смерть должна была прийти. Он не мог двигать своим телом, он чувствовал себя так, как будто он был парализованным. Затем он почувствовал внезапное удушье и понял, что его сердце сейчас остановится. Он не мог даже крикнуть и сказать кому-нибудь: «Я умираю».

Иногда это случается в каком-то кошмаре - вы не можете кричать, вы не можете двигаться. Даже если через несколько минут вы пробуждаетесь, вы не можете ничего делать. Это случилось. Он имел абсолютную власть над своим сознанием, но не имел никакой власти над

своим телом. Он знал, что он здесь, что он присутствует, осознает, является бдительным, но он чувствовал, что он умирает. И это чувство стало таким определенным, что не было другой возможности, и он уступил. Он закрыл глаза и оставался там, ожидая смерти; он ожидал всего лишь смерти.

Постепенно тело становилось жестким. Тело умерло, но тут возникла проблема. Он знал, что тело умерло, но он был здесь и ощущал это. Он знал, что он жив, а его тело умерло. Затем он стал возвращаться к жизни. К утру тело пришло в порядок, но прежний человек нигде не возвращался - поскольку он познал смерть. Он узнал другое государство, другое измерение сознания.

Он ушел из дому. Это переживание смерти полностью изменило его. Он стал одним из немногих просветленных в таком возрасте.

Это техника. Это случилось с Раманой самопроизвольно, но это вряд ли случится самопроизвольно с вами. Но испытайте ее. В какой-то из ваших жизней это может стать самопроизвольным. Это может случиться в то время, когда вы испытываете эту технику. А если это и не случится, то усилия все равно не будут напрасными. Это в вас; это останется в вас как семя. Когда-нибудь, когда время подоспеет и пройдет дождь, оно прорастет.

Любая самопроизвольность, случайность действует таким же образом. Семя было заложено когда-то давно, но время еще не пришло; еще не было дождей. Время придет в другой жизни. Вы станете более зрелым, более опытным, более расстроенным окружающим миром - тогда внезапно, в некоторой ситуации пройдет дождь и семя взорвется.

Лежи как мертвая. Будучи взбешенной до ярости, оставайся в этом состоянии. Когда вы умираете, то момент, конечно, не будет очень счастливым. Когда чувствуешь, что умираешь, не будешь испытывать блаженство. Вами овладеет страх, гнев может прийти в вашу голову, или раздражение, печаль, грусть, жалость, мука... все, что угодно. У каждого человека это происходит по-своему.

Сутра говорит: Будучи взбешенной до ярости, оставайся в этом состоянии. Если вы чувствуете себя взбешенным, оставайтесь таким. Если вы чувствуете себя печальным, оставайтесь таким. Если вы чувствуете беспокойство, страх - оставайтесь таким. Вы мертвы и не можете ничего сделать, так что оставайтесь такими. Что бы у вас ни было в голове, тело мертво, вы не можете ничего сделать, так что сдержитесь.

Это сдерживание прекрасно. Если вы сможете сдержаться на несколько минут, вы вдруг почувствуете, что все изменилось. Но вы начинаете двигаться. Если в уме имеются какие-нибудь эмоции, тело начинает двигаться. Вот почему мы называем это эмоцией (emotion) - она создает движение (motion) тела. Если вы сердитесь, ваше тело внезапно начинает двигаться. Если вы печальны, ваше тело начинает двигаться. Вот почему это называется эмоциями, это потому, что они вызывают в теле движение. Ощущайте себя мертвым и не позволяйте эмоциям двигать ваше тело. Пусть они будут в вас, но вы остаетесь в таком состоянии - зафиксированы, мертвы. Что бы там ни было... никакого движения. Оставайтесь! Никакого движения.

Или пристально смотри, не моргая ресницами. Это пристально смотри, не моргая ресницами, было методом Мехера Бабы. В течение нескольких лет подряд он просто пристально смотрел на потолок своей комнаты. В течение нескольких лет подряд он просто лежал мертвым на полу, пристально глядя на потолок и не моргая ресницами, не двигая глазами. Он лежал по много часов, просто глядя и ничего не делая. Пристальный взгляд оказывается весьма полезным, поскольку вы снова оказываетесь зафиксированными на третьем глазе. А раз вы зафиксированы на третьем глазе, то даже если вы и захотите двигать ресницами, вы не сможете; они будут зафиксированы.

Мехер Баба достиг благодаря этому пристальному смотрению, а вы скажете: «Как при по-

мощи такого маленького упражнения...?» Но он пристально смотрел в потолок, ничего не делая, в течение трех лет. Три года это долгий срок. Поделайте это три минуты и вы почувствуете себя так, как будто лежали три года. Три минуты станут очень, очень долгими. Будет казаться, что время не движется, и часы остаются новилась.

Мехер Баба смотрел, смотрел и смотрел. Постепенно мысли исчезали, движение исчезало, и он становился просто сознанием, он становился просто пристальным смотрением. Затем он оставался молчаливым всю свою жизнь. При своем пристальном смотре он стал таким молчаливым внутренне, что для него стало невозможным снова придумывать слова.

Мехер Баба был в Америке. Там был один человек, который умел читать мысли других людей, он был одним из редчайших специалистов по чтению чужих мыслей. Он сдвигал свои глаза, садился перед вами и через несколько минут, он становился настроенным в унисон с вами и начинал записывать то, что вы думали. Его проверяли тысячи и тысячи раз, и всегда он оказывался прав, всегда он правильно читал мысли. Поэтому кто-то привел его к Мехеру Бабе. Он сел перед ним, и это была единственная неудача в его жизни - единственная неудача. Он все старался и старался прочитать мысли Бабы, он весь вспотел, но он не смог уловить ни единого слова.

Держа ненужную ручку в руке, он сказал: «Что это за человек? Я не могу ничего прочитать, потому что читать нечего. Этот человек абсолютно пуст. Я даже забыл, что кто-то сидит передо мной. После того, как я открыл глаза, я должен был снова открыть их, чтобы убедиться, что этот человек передо мной, а не исчез. Мне трудно сконцентрироваться, потому что как только я закрываю глаза, я чувствую, что меня обманывают - как будто человек исчез и передо мной никого нет. Я вынужден снова открывать глаза и убеждаюсь, что человек здесь. И у него совсем нет мыслей». Это пристальное смотрение, это постоянное пристальное смотрение полностью прекратило его умственную деятельность.

Или пристально смотри, не моргая ресницами. Или соси что-нибудь и стань сосанием. Это уже некоторая модификация. Что-то будет делаться... вы мертвы - этого достаточно.

Будучи взбешенной до ярости, оставайся в этом состоянии. Даже эта часть может стать одной самостоятельной техникой. Вы в гневе лежите и оставайтесь в гневе. Не двигайтесь из него, не делайте ничего, просто оставайтесь неподвижным.

Кришнамурти продолжает говорить об этом. Вся его техника основывается только на этом: Будучи взбешенным до ярости, оставайся в этом состоянии. Если вы сердиты, будьте сердитым и оставайтесь сердитым. Не двигайтесь. Если вы сможете оставаться в таком состоянии, гнев уйдет и вы станете другим человеком. Если вы обеспокоены, не делайте ничего. Оставайтесь здесь. Беспокойство уйдет, вы станете другим человеком. А раз вы выглядели взволнованным, но это волнение не привело вас в движение, вы станете хозяином.

Или пристально смотри, не моргая ресницами. Или соси что-нибудь и стань сосанием. Эта последняя техника физически легка для выполнения, поскольку сосание - это то, что ребенок должен делать в первую очередь. Сосание является первым действием в жизни. Когда ребенок рождается, он начинает плакать. Вы, возможно, не пытались проникнуть в причину того, почему он плачет. Он на самом деле не плачет - это нам только кажется, что он плачет - он просто всасывает воздух. И если ребенок не сможет плакать, то через несколько минут он умрет, потому что плач является его первым усилием засосать воздух. Пребывая в утробе, ребенок не дышал. Он жил без дыхания. Он делал то же самое, что делают йоги, будучи закопанными в землю. Он просто получал прану без дыхания - чистую прану от своей матери.

Вот почему любовь между ребенком и матерью совершенно отличается от всех остальных видов любви: потому что их соединяет чистейшая прана - энергия. После рождения этого никогда больше не случится. Мать давала ребенку свою прану, и ребенок совсем не дышал.

Когда он рождается, он выбрасывается из матери в неизвестный мир. Теперь прана, энергия не будет больше поступать к нему так легко, он должен дышать сам.

Первый крик является усилием, направленным на сосание, а затем он будет сосать молоко из материнской груди. Это первое основное действие, которое вы исполнили. Все остальное, что вы будете делать, придет позже, это же было вашими первыми действиями в жизни. Эти действия можно практиковать и в дальнейшем. Эта сутра говорит: Или соси что-нибудь и стань сосанием. Сосите что-нибудь - просто сосите воздух, но забудьте про воздух и станьте сосанием. Что это означает? Вы сосете что-нибудь; вы являетесь сосущим, но не сосанием. Вы стоите сзади и сосете.

Эта сутра говорит, чтобы вы не стояли сзади, а двигались внутрь самого действия и стали сосанием. Попробуйте что угодно, что работает. Вы бежите - станьте бегом, а не бегущим. Станьте бегом и забудьте о бегущем. Почувствуйте, что внутри вас нет бегуна, есть только сам процесс бега. Вы процесс, рекоподобный процесс бега. Внутри никого нет. Внутри спокойно, там существует только процесс.

Сосание является хорошим действием, но вы почувствуете, что это очень трудно, потому что мы забыли его полностью, - но на самом деле не совсем полностью, поскольку мы продолжаем находить замену для него. Материнская грудь заменена сигаретой; вы продолжаете ее сосать. Это не что иное, как сосок - материнская грудь и сосок. А когда теплый дым течет внутрь, это подобно теплоте молока.

Поэтому те, кому в детстве не дали возможностей вдоволь насосаться материнской грудью, впоследствии будут курить. Это суррогат, но он действует. В тот момент, когда вы курите сигарету, станьте сосанием. Забудьте про сигарету, забудьте про курящего; станьте курением.

Здесь имеется объект сосания, здесь имеется субъект, который является сосущим, и сам процесс сосания. Станьте сосанием, станьте процессом. Попробуйте это. Вы должны будете попробовать это со многими вещами; тогда вы поймете, что является правильным для вас. Вы пьете воду, холодная вода идет внутрь - станьте процессом питья. Не пейте воду. Забудьте про воду, забудьте о себе и о своей жажде, станьте питьем - самим процессом. Станьте охлаждением, прикосновением, входом, сосанием - тем, что может рассматриваться как процесс.

Почему? Что случится? Если вы станете сосанием, что случится? Если вы сможете стать сосанием, вы немедленно станете невинным, как однодневный новорожденный ребенок - потому что это его первый процесс. Вы будете в некотором смысле регрессировать. Но здесь присутствует страстное желание. Само существо человека страстно жаждет сосания. Он испытывает многие вещи, но ничего не помогает, потому что упущена суть. Пока вы не станете сосанием, ничего не поможет. Поэтому попытайтесь.

Я дал этот метод одному человеку. Он испытал многое; он испытал много, много методов. Затем он пришел ко мне и я спросил его: «Если бы я позволил вам выбрать всего только одну вещь в мире, что бы вы выбрали?» И я попросил его немедленно закрыть глаза и сказать мне, и не думать об этом. Он боялся, колебался, но я сказал ему: «Не нужно бояться, не нужно колебаться. Будьте откровенны и скажите мне».

Он сказал: «Это абсурдно, но передо мной появилась грудь». А затем он стал чувствовать себя виноватым, поэтому я сказал ему: «Не чувствуйте себя виноватым. В груди нет ничего плохого; это одна из самых прекрасных вещей, так к чему же чувство вины?»

Но он сказал: «Это всегда было для меня навязчивой идеей». И еще он сказал: «Пожалуйста, скажите мне сначала, а затем вы сможете продолжить с вашим методом и техникой: сначала скажите мне, почему я так много интересуюсь женской грудью? Когда я смотрю на женщину, я, прежде всего, смотрю на грудь. Остальные части тела кажутся второстепенными».

И это так не только с ним, это так с каждым - почти с каждым. И это естественно, поскольку грудь матери была первым знакомством с вселенной. Это самое главное. Первый контакт с вселенной был осуществлен через материнскую грудь. Вот почему груди являются такими привлекательными. Они выглядят прекрасно; они привлекают, они обладают магнетической силой. Эта магнетическая сила идет от нашей неосознанности. Это была первая вещь, с которой вы вошли в контакт, и контакт был чудесным, он казался прекрасным. Он дал вам пищу, мгновенную жизненную силу, любовь, все. Контакт был мягким, восприимчивым, приглашающим. Так оно и осталось в уме человека.

Поэтому я сказал человеку: «Теперь я дам вам метод». И метод, который я дал ему, заключался в том, чтобы сосать и быть сосанием. Я сказал ему: «Просто закройте глаза. Представьте себе грудь матери или грудь кого угодно, кто вам нравится. Представьте и начинайте сосать, как будто перед вами настоящая грудь. Начинайте сосать». Он начал сосать. В течение трех дней он сосал так быстро, так безумно, он был совершенно очарован этим. Он сказал мне: «Это стало проблемой - мне хотелось сосать целый день. И это так прекрасно, этим создается такая глубокая тишина».

За три месяца сосание стало очень, очень молчаливым действием. Губы застыли, вы не могли бы даже подумать о том, что они делают что-то. Но началось внутреннее сосание. Он сосал весь день. Это стало мантрой, джапой - повторением мантры.

После трех месяцев он пришел ко мне и сказал: «Со мной происходит нечто странное. Что-то приятное постоянно притекает из головы на язык. И это так приятно и так наполняет энергией, что мне не нужна никакая пища, голода больше нет. Еда превратилась в пустую формальность. Я ем что-нибудь, чтобы не создавать проблем в семье. Но что-то непрерывно втекает в меня. Это так приятно, это так наполняет жизнью».

Я просил его продолжать. Прошло еще три месяца, и однажды он пришел ко мне, безумный, танцующий, и сказал: «Сосание исчезло, но я стал другим человеком. Я больше не тот, кто приходил к вам. Во мне открылись какие-то двери. Что-то сломано и больше не осталось желаний. Сейчас я не хочу ничего - не хочу даже Бога, не хочу даже мокши, освобождения. Я не хочу ничего. Теперь все О'кей так, как оно есть. Я принимаю это и я полон блаженства».

Испытайте это. Просто сосите что-нибудь и станьте сосанием. Это может оказаться полезным для многих, потому что это основа.

На сегодня достаточно.

Глава 6

ПРИЕМЫ ДЛЯ ПРИОБРЕТЕНИЯ ВЛАСТИ НАД СНОВИДЕНИЯМИ

6 октября 1972 года, Бомбей, Индия

Вопросы:

Как оставаться осознанным во время сновидений?

Зачем прилагать усилия, если мы всего лишь актеры, в уже написанном спектакле?

Один из друзей спрашивает:

Расскажите нам, пожалуйста, какие еще факторы могут помочь оставаться осознан-ными во время сновидений?

Это важный вопрос для всех, кто интересуется медитацией, по-скольку медитация на самом деле является процессом преодоления сновидений. Вы постоянно видите сны - и не только ночью, не только во время сна; вы имеете сновидения весь день. Это главное, что надо понимать. Когда вы бодрствуете, вы все еще во власти сновидений.

Просто закройте глаза в любое время дня. Расслабьте тело и вы почувствуете, что сновидение здесь. Оно никогда не исчезает, оно только подавляется нашей дневной деятельностью. Оно подобно звездам днем. Ночью вы видите звезды. Днем вы не можете их видеть, но они всегда здесь. Они просто подавлены дневным светом.

Если вы заберетесь в глубокий колодец, то вы сможете увидеть звезды на небе даже днем. Чтобы увидеть звезды, нужна определенная темнота. Поэтому отправляйтесь в глубокий колодец и посмотрите с его дна - вы будете в состоянии и днем увидеть звезды. Звезды здесь. Дело не в том, что ночью они здесь, а днем их нет, они всегда здесь. Ночью их легко увидеть. Днем вы их видеть не можете, поскольку дневной свет становится барьером.

То же самое истинно и по отношению к сновидениям. Это означает, что вы имеете сновидения не только во время сна. Во сне вы их легко ощущаете, поскольку нет дневной деятельности; в этой ситуации, возможно увидеть и почувствовать внутреннюю деятельность. Когда вы встаете по утрам, сновидения продолжают внутри, в то время как вы начинаете действовать снаружи.

Этот процесс деятельности, дневной деятельности просто подавляет сновидения. Сновидения здесь. Закройте ваши глаза, расслабьтесь в кресле и внезапно вы сможете почувствовать: звезды здесь, они никуда не уходили. Сновидения всегда здесь. Это непрерывная деятельность.

Второе... Если сновидения продолжают, то нельзя сказать, что вы на самом деле проснулись. Ночью вы спите в большей степени, днем вы спите в меньшей степени. Эти отличия относительно, поскольку если сновидения здесь, то вы не можете сказать, что вы действительно пробудились. Сновидения создают фильм поверх ее знания. Этот фильм подобен дыму - вы окружены им. Вы не можете реально пробудиться, пока имеются сновидения - независимо от того, день сейчас или ночь. Поэтому второе: вы сможете сказать о том, что пробудились, только тогда, когда сновидений не будет совсем.

Мы называем Будду пробудившимся. Что такое пробудившийся? Это пробуждение представляет собой на самом деле прекращение внутренних сновидений. Внутри нет сновидений. Ваши движения там есть, а сновидений нет. Это так, как будто на небе нет звезд; оно становится чистым пространством. Когда нет сновидений, вы становитесь чистым пространством.

Эта чистота, эта невинность, это сознание без сновидений и есть то, что известно как просветление - пробуждение.

Столетиями одухотворенные лица во всем мире, на Востоке и на Западе, утверждали, что человек спит. Иисус говорил это, Будда говорил это, Упанишады говорили об этом: человек спит. Поэтому когда вы спите ночью, вы спите в несколько большей степени; днем вы спите в меньшей степени. Но одухотворенные утверждают, что человек спит. Это следует понять.

Что это означает? Уже в нашем веке Гурджиев утверждал, что человек спит. «Фактически, - говорил он, - человек является некоторым видом сна. Всё является глубоким сном».

В чем смысл сказанного? Вы не можете знать, вы не можете помнить, кто вы такой. Если вы встретите человека на улице и спросите его, кто он такой, а он не сможет ответить, то, что вы будете думать? Вы будете думать, что он или сумасшедший, или пьяный, или просто спит.

Если он не сможет ответить на вопрос, кто он такой, что вы сможете подумывать о нем? На путях божественного все подобно этому человеку. Вы не можете ответить, кто вы такой.

Это первое значение того, что говорил Гурджиев, или Иисус, или кто-либо другой о спящем человеке: вы не осознаете самого себя. Вы не знаете самого себя; вы никогда не встречали самого себя. Вы знаете много вещей в объективном мире, но вы не знаете субъекта. Состояние вашего ума таково, как если бы вы смотрели фильм. На экране идет фильм, а вы так поглощены им, что единственная вещь, которую вы знаете, это фильм, история, что бы там ни появлялось на экране. Если тогда кто-то спросит вас, кто вы такой, вы не сможете ничего ответить.

Сновидения являются всего лишь фильмом - всего лишь фильмом! Это ум, отражающий внешний мир. Мир отражается в зеркале ума; вот что такое сновидения. И вы так глубоко увлечены ими, так сильно отождествляете себя с ними, что вы полностью забыли, кто вы такой. Вот что означает быть спящим: видящий сны потерян в самих сновидениях. Вы видите все, кроме самих себя, вы чувствуете все, кроме самих себя, вы знаете все, кроме самих себя. Это незнание себя и является сном. Пока сновидения не прекратятся, вы не сможете пробудиться в самом себе.

Вы могли испытывать подобное иногда, когда в течение трех часов смотрели фильм и внезапно фильм кончился и вы вернулись в себя. Вы помните, что прошло три часа, вы помните, что это был просто фильм. Вы чувствуете слезы... вы плакали, потому что фильм был трагедией для вас, или вы смеялись, или делали что-либо еще, а теперь вы смеетесь над собой. Какую ерунду вы делали! Это был всего лишь фильм, всего лишь придуманная история. На экране ничего не было - просто игра света и тени, просто игра электричества. Теперь вы смеетесь: вы вернулись в себя. Но где вы были в течение этих трех часов?

Вы были не в своем центре. Вы двигались полностью по периферии. Вы бродили там, где был фильм. Вы были не в своем центре, вы были не с самим собой. Вы были где-то в другом месте.

Это случается в сновидениях; это то, чем является наша жизнь. Фильм длился только три часа, но сновидения продолжают жизни, жизни и жизни. Даже если сновидения внезапно прекратятся, вы не будете в состоянии распознать, кто вы такой. Вы вдруг почувствуете себя очень слабым, даже испуганным. Вы будете пытаться снова двигаться в фильме, поскольку вам известен только он. Вы знакомы с ним, вы хорошо приспособлены к нему.

Для тех случаев, когда происходит прекращение сновидений, имеется путь, особенно в дзэне, известный как путь внезапного просветления. Среди этих ста двенадцати методов имеются техники, имеется много техник, которые могут дать вам внезапное пробуждение. Но это может оказаться слишком большим испытанием для вас, вы, возможно, будете не в состоянии выдержать это. Вы можете просто взорваться. Вы можете даже умереть, поскольку вы так долго жили со сновидениями, что у вас в памяти нет сведений о том, кто вы такой, если нет сновидений.

Если бы весь этот мир внезапно исчез и вы остались одни, это было бы таким большим шоком, что вы бы умерли. То же самое произошло бы, если бы внезапно все сновидения исчезли из вашего сознания. Ваш мир исчезнет, потому что ваш мир был вашими сновидениями.

Мы находимся не в реальном мире. Вернее, «мир» состоит не из вещей, внешних для нас, а из наших сновидений. Поэтому каждый живет в мире своих собственных сновидений.

Запомните, это не один мир, о котором мы продолжаем говорить. Географически это так, но психологически имеется столько же миров, сколько и умов. Каждый ум является своим собственным миром. И если ваши сновидения исчезнут, ваш мир исчезнет. Без сновидений вам трудно будет жить. Вот почему в общем случае внезапные методы не используются, используются только постепенные методы.

Хорошо бы запомнить следующее: постепенные методы используются не потому, что есть некоторая потребность в постепенных процессах. Вы можете внезапно совершить прыжок в реализацию сию же минуту. Здесь нет барьеров; здесь никогда не было никаких барьеров. Вы уже есть эта реализация, вы можете совершить прыжок сию же минуту. Но это может оказаться опасным, фатальным. Вы можете оказаться не в состоянии вынести это. Это будет слишком многим для вас.

Вы приспособлены только к ложным сновидениям. Вы не можете видеть реальность, вы не умеете встречать ее. Вы как тепличное растение - вы живете в своих сновидениях. Они помогают вам мно-гими способами. Они не просто сновидения, для вас они являются реальностью.

Постепенные методы используются не потому, что для реализа-ции требуется время. Реализация не нуждается во времени! Для rea-лизации совсем не требуется время. Реали-зация не есть нечто, что должно быть достигнуто в будущем, но при использовании посте-пен-ных методов вы достигнете ее в будущем. Так что же делают посте-пенные методы? Они, на самом деле, помогают вам не «реализовать реализацию», но помогают вам выдер-жать ее. Они делают вас способ-ными, сильными, так что когда реализация случится, вы сможете ее вынести.

Имеется семь методов, при помощи которых вы можете немедленно преодолеть свой путь к просветлению. Но вы не в состоянии будете вынести это. Вы можете ослепнуть - слишком много света. Или вы можете внезапно умереть - слишком много блаженства.

Как можно преодолеть эти сновидения, этот глубокий сон, в котором вы находитесь? Этот вопрос важен с точки зрения такого преодоления: Расскажите нам, пожалуйста, какие еще факторы могут помочь оставаться осознанными во время сновидений? Я рас-скажу еще о двух методах. Один мы обсуждали вчера. Сегодня - еще два, которые даже легче.

Один из них заключается в том, чтобы действовать, вести себя так, как будто бы весь мир был просто сновидением. Что бы вы ни делали, помните, что это сновидение. Во вре-мя еды помните, что это сновидение. Во время ходьбы помните, что это сновидение. Пусть во время бодрствования ваш ум непрерывно помнит, что все является сновидением. В этом причина того, что мир называется майей, ил-люзией, сновидением.

Это не философский аргумент. К сожалению, когда Шанкару переводили на англий-ский, немецкий, французский, на любые за-падные языки, то он воспринимался просто как философ. Это созда-ло много недоразумений. На Западе имеются философы, например, Беркли, которые утверждают, что мир - это только сновидение, про-екция ума. Но это фи-лософская теория. Беркли выдвигает это как гипотезу.

Когда Шанкара утверждает, что мир является сновидением, это не философия, не тео-рия. Шанкара выдвигает это утверждение как помощь, как поддержку для определенной медитации. И вот эта медитация: если во время сновидения вы хотите помнить, что это сновидение, вы должны будете начать, когда вы еще бодрствуете. Обычно, когда вы ви-дите сон, вы не можете помнить, что это сон; вы думаете, что это реальность.

Почему вы думаете, что это реальность? Потому что весь день вы думали, что все явля-ется реальностью. Это превратилось в отноше-ние, в фиксированную позицию. Во время бодрствования вы прини-мали ванну - это было реальным. Во время бодрствования вы ели - это было реальным. Во время бодрствования вы говорили с дру-гом - это было ре-альным. В течение всего дня, в течение всей жизни, что бы вы ни думали, вы относи-лись к этому как к реаль-ности. Это зафиксировалось. Это стало фиксированной пози-цией в вашем уме.

Поэтому когда вы видите сон ночью, срабатывает та же самая позиция, и вы думаете, что это реальность. Поэтому давайте сначала порассуждаем. Должно быть некоторое сход-ство между сновидением и реальностью; в противном случае подобная позиция испыты-вала бы

определенные трудности.

Я вижу вас. Затем я закрываю глаза, вхожу в сновидение и вижу вас в своем сне. Между обоими типами видения нет никакой разницы. Что я делаю, когда я действительно вижу вас? Ваше изображение отражается в моих глазах. Я не вижу вас. В моих глазах отражается лишь ваше изображение, а затем это изображение трансформируется посредством некоторого таинственного процесса - и наука до сих пор не в состоянии понять, как это происходит. Это происходит не в глазах, глаза являются только окнами. Я вижу вас не глазами, я вижу вас через глаза.

В глазах вы только отражаетесь. Вы можете быть только картинкой; вы можете быть реальностью, вы можете быть сновидением. Помните, сновидения являются трехмерными. Я могу распознать картинку, потому что картинка является двумерной. Сновидения являются трехмерными, поэтому они выглядят в точности так же, как и вы. И глаза не могут различить, является ли то, что они видят, реальным или нереальным. Нет никакого способа для такого суждения; глаза не являются судьей.

Затем изображение трансформируется в химическое сообщение. Это химическое сообщение подобно электрическим сигналам; они поступают куда-то в голову. Пока неизвестно, где расположена та точка, с которой глаз вступает в контакт, чтобы передать видимую поверхность. Меня достигают только сигналы, и затем они расшифровываются. Я декодирую их и таким образом я узнаю, что происходит.

Я всегда внутри, а вы всегда снаружи, и мы с вами не встречаемся. Поэтому, являетесь вы реальным или сновидением - это проблема. Даже сию минуту нет способа судить о том, вижу ли я сон или вы действительно здесь. Слушая меня, как можете вы сказать, что вы слушаете меня, что вы не видите сон? Нет такого способа. Вот почему позиция, которую вы поддерживаете весь день, переносится и в ночь. И когда вы видите сны, вы принимаете их за реальность.

Испытайте противоположное; это то, что имеет в виду Шанкара. Он говорит, что весь мир является иллюзией; он говорит, что весь мир является сновидением - помните это. Но мы тупые люди. Если Шанкара говорит: «Это сновидение», то мы говорим: «Зачем делать что-нибудь? Если все это только сновидение, то нет необходимости есть. Зачем продолжать есть и в то же время думать, что это сновидение? Не ешьте!» Но тогда помните - когда вы чувствуете голод, это сон. Или ешьте, и когда вы почувствуете, что съели слишком много, вспомните, что это только сон.

Шанкара не призывает вас изменить сновидение, помните это, поскольку усилия по изменению сновидения тоже являются ложными, основанными на вере в то, что они являются реальностью; в противном случае не было бы нужды в каком-либо изменении. Шанкара просто утверждает, что все, что нас окружает, это просто сновидение.

Помните это: не делайте ничего, чтобы изменить это, просто постоянно помните об этом. Попробуйте непрерывно в течение трех недель помнить: все, что бы вы ни делали, является просто сновидением. Сначала это очень трудно. Вы будете снова и снова впадать в старую структуру вашего ума, вы будете начинать думать, что это реальность. Вы должны будете постоянно будить себя, чтобы напоминать себе, что это сновидение. Если это отношение вы будете непрерывно поддерживать в течение трех недель, то на четвертой или пятой неделе каждую ночь во время сновидений вы будете вдруг вспоминать, что это сновидение.

Имеется один способ проникновения в сновидение с полным сознанием, с осознанием. Если вы сможете помнить ночью во время сновидения, что это сновидение, то и днем вам не нужны будут никакие усилия, чтобы помнить, что все кругом тоже является сновидением. Тогда вы будете это знать.

В самом начале, когда вы будете практиковать это, это будет всего лишь притворство. Вы

начнете всего лишь с веры в то, что это сновидение. Но когда вы сможете помнить во время сновидения, что это сновидение, это станет реальностью. Тогда и днем, когда вы встанете, вы не будете ощущать, что вы пробудились ото сна, вы будете чувствовать, что вы просто пробудились от одного сновидения, чтобы попасть в другое. Тогда это станет реальностью. И если все двадцать четыре часа превратятся в сновидение, и вы сможете чувствовать и помнить это, то вы будете оставаться в своем центре. Тогда ваша осознанность будет направлена в обе стороны.

Вы ощущаете сновидения, а если вы ощущаете их как сновидения, то вы начинаете ощущать видящего эти сны - субъекта. Если вы воспринимаете сновидения как реальность, то вы не можете ощущать субъекта. Если фильм становится реальностью, вы забываете самого себя. Когда фильм прекращается и вы знаете, что он не был реальностью, ваша реальность прорывается, взрывается; вы можете почувствовать самого себя. Это один путь.

Это был один из старейших индийских методов. Вот почему мы настаиваем на том, что мир является нереальным. Мы не имеем это в виду в философском смысле; мы не говорим, что этот дом является нереальным, и поэтому вы можете пройти через его стены. Мы не это имеем в виду! Когда мы говорим, что этот дом является нереальным, это некоторый прием. Это не аргумент против дома.

Итак, Беркли предположил, что весь мир является просто сновидением. Однажды утром он прогуливался с доктором Джонсоном. Доктор Джонсон был закоренелый реалист, поэтому Беркли сказал: «Вы слышали о моей теории? Я работаю над ней. Я чувствую, что весь мир является нереальным, и невозможно доказать, что он реален. И тяжесть доказательства этого лежит на тех, кто утверждает, что он реален. Я говорю, что он нереален - он просто как сновидение».

Джонсон не был философом, но у него был очень проницательный логический ум. Они были на улице, они просто гуляли утром по безлюдной улице. Джонсон взял в руку камень и ударил Беркли по ноге. Показалась кровь и Беркли вскрикнул. Джонсон сказал: «Почему вы кричите, если камень является всего лишь сновидением. Что бы вы ни говорили, вы верите в реальность этого камня. То, что вы говорите, это одно, а то, что вы делаете, это совершенно другое и противоположное. Если ваш дом всего лишь сновидение, то куда же вы возвращаетесь? Куда вы возвращаетесь после утренней прогулки? Если ваша жена всего лишь сновидение, то вы никогда больше ее не встретите».

Реалисты всегда аргументируют таким образом, но они не смогут спорить таким образом с Шанкарой, поскольку его слова не являются философской теорией. Он ничего не говорит о реальности; он ничего не предполагает относительно Вселенной. Это скорее прием, предназначенный для того, чтобы изменить ваш ум, чтобы изменить вашу основную зафиксированную позицию таким образом, чтобы вы могли смотреть на мир другим, совершенно другим образом.

Это проблема, это постоянно является проблемой для индийской мысли - поскольку для индийской мысли все является лишь приемом для медитации. Мы не думаем об этом как об истинном или неистинном. Мы относимся к этому как к вспомогательному средству для трансформации человека.

Этот подход принципиально отличается от западного. Когда они предлагают теорию, они связывают ее с тем, истинна она или неистинна, можно ли ее доказать логически или нельзя. Когда мы предлагаем что-нибудь, мы не связываем это с его истинностью; мы думаем о его полезности, мы думаем о его возможностях, о его способности трансформировать человеческий ум. Это может быть истинным, а может быть и не истинным. На самом деле это не то и не другое - это просто прием.

Снаружи я видел цветы. Утром встает солнце, и все становится таким прекрасным. Вы никогда не были за пределами дома, и вы никогда не видели цветов, вы никогда не видели утреннего солнца. Вы никогда не видели открытого неба; вы не знаете, что такое красота. Вы жили в запертой тюрьме. Я хочу вывести вас наружу. Я хочу, чтобы вы вышли под открытое небо, чтобы увидеть эти цветы. Как я должен сделать это?

Вы ничего не знаете о цветах. Если я расскажу о цветах, вы подумаете: «Он сошел с ума. Цветов не существует». Если я расскажу об утреннем солнце, вы подумаете: «Он фантазер. Он видит видения и сны. Он поэт». Если я расскажу об открытом небе, вы будете смеяться. Вы начнете смеяться: «Где это открытое небо. Здесь только стены, стены и стены».

Так что же я должен делать? Я должен что-то изобрести, что вы могли бы понять и что помогло бы вам выйти наружу, поэтому я говорю, что дом в огне и начинаю бежать. Это становится заразительным: вы бросаетесь за мной и выбегаете наружу. Потом вы поймете, что то, что я говорил, было ни истиной, ни ложью. Это был просто прием. Тогда вы узнаете цветы и тогда вы сможете простить меня.

Будда делал это, Махавира делал это, Шива делал это, Шанкара делал это. Мы можем простить их позже. Мы всегда прощаем их, поскольку раз мы вышли наружу, мы понимаем, что они сделали. И затем мы понимаем, что бесполезно было спорить с ними, потому что это не является предметом спора. Огня не было, но мы могли понять только этот язык. Цветы были, но мы не могли понимать язык цветов, их символика была для нас бессмысленна.

Итак, это один путь. Кроме того, на другом полюсе имеется и второй путь. Этот метод составляет один полюс; другой метод составляет другой полюс того же самого. Один метод заключается в том, чтобы начать чувствовать, помнить, что все является сновидением. Другой не связан с какими-либо мыслями о мире, а с тем, чтобы продолжать помнить, что вы есть.

Гурджиев использовал этот второй метод. Этот второй метод пришел из суфийской традиции, из ислама. Они разработали его очень глубоко. Помните о том, что вы есть, что бы вы ни делали. Вы пьете воду, вы едите свою пищу - помните: «Я есть». Продолжайте есть и продолжайте помнить: «Я есть, я есть». Не забывайте этого! Это трудно, потому что вы уже думаете, что вы знаете, что вы есть, поэтому какая нужда в непрерывном напоминании об этом? Вы никогда не вспоминаете об этом, а ведь это очень, очень многообещающая техника.

Когда вы идете, вспоминайте: «Я есть». Пусть ходьба будет здесь, продолжайте идти, но постоянно фиксируйте себя на напоминании себе, что «я есть, я есть, я есть». Не забывайте этого. Вы слушаете меня и делаете это прямо здесь. Вы слушаете меня. Не будьте настолько уж слиты со мной, вовлечены, отождествлены. Что бы я ни говорил, вспоминайте, продолжайте вспоминать. Слушание здесь, слова здесь, кто-то говорит, а вы: «Я есть, я есть, я есть». Пусть это «я есть» будет постоянным фактором вашей осознанности.

Это очень трудно. Вы не можете непрерывно вспоминать даже в течение одной минуты. Попробуйте. Положите часы перед глазами и следите, как движутся стрелки. Одна секунда, две секунды, три секунды... продолжайте смотреть на них. Делайте две вещи: смотрите на движение секундной стрелки и непрерывно вспоминайте: «Я есть, я есть». Каждую секунду вспоминайте: «Я есть». Через пять или шесть секунд вы почувствуете, что вы забыли. Вы вдруг вспомните, что прошло много секунд, а вы не вспоминали, что вы есть.

Такое вспоминание даже в течение одной минуты является чудом. И если вы можете вспоминать в течение одной минуты, то эта техника для вас. Тогда делайте ее. Благодаря ней вы станете способным выйти за пределы сновидений и узнаете, что сновидения являются сновидениями.

Как работает эта техника? Если весь день вы сможете вспоминать, что вы есть, то это также проникнет в ваш сон. И когда вы будете видеть сны, вы непрерывно будете помнить, что

вы есть. Если в сновидениях вы сможете вспомнить, что вы есть, то вне-запно сновидение станет просто сновидением. Тогда сновидение не сможет обмануть вас, тогда сновидение невозможно будет при-нять за реальность. Это определенный механизм: сновидение вос-принимается как реальность, потому что вы не вспоминаете о себе; вы опускаете «я есть». Если нет напоминаний о самом себе, то сновидение становится ре-альностью. Если напоминание о себе имеется, то реальность, так называемая реаль-ность становится просто сновидением.

Имеется различие между сновидением и реальностью. Для ме-дитативного ума или для науки о медитации это единственное раз-личие. Если вы есть, то вся реальность становит-ся просто сновидением. Если вас нет, то сновидения становятся реальностью, Нагарьяна говорит: «Сейчас я есть, следовательно, мира нет. Ког-да меня не было, мир был. Может су-ществовать только один из нас». Это не означает, что мир исчез. Нагарьяна не говорит об этом мире, он говорит о мире сновидений. Или вы можете быть, или мир может быть - оба быть не могут.

Итак, первым шагом будет непрерывное вспоминание: «я есть»; просто «я есть». Не говорите «Рама», не говорите «Шиам». Не исполь-зуйте никаких имен, потому что вы не это. Просто используйте: «Я есть».

Пытайтесь делать это при любой деятельности, а затем чувствуй-те это. Чем более реаль-ным вы становитесь внутри, тем более нере-альным становится окружающий мир. Реаль-ность превращается в «я», а мир становится нереальным. Или мир реален, или «я» реален - оба не могут быть реальными. Вы чувствуете, что вы теперь просто сновидение; тогда мир является реальным. Смените акценты. Стань-те реальным, и мир станет нереальным.

Гурджиев непрерывно продолжал работать над своим методом. Его главный ученик, П.Д.Успенский рассказывает, что когда Гурд-жиев применял к нему этот метод, и он практи-ковал его, непрерывно три месяца вспоминая: «Я есть, я есть, я есть», то после трех месяцев все прекратилось. Мысли, сновидения, все остановилось. Внутри ос-талась только одна но-та, подобная вечной музыке: «Я есть, я есть, я есть, я есть». Но тогда это было уже без уси-лий. Это была произ-вольная деятельность, продолжающая это «я есть». Затем Гурджиев вызвал Успенского из дома. В течение трех месяцев он содержался в доме и ему не позво-лено было выходить.

Тогда Гурджиев сказал: «Пойдем со мной». Они жили тогда в российском городе Тифлисе. Гурджиев вызвал его из дома и они пошли по улице. Успенский пишет в своем дневнике: «В первый раз я смог понять, что имел в виду Иисус, когда говорил о том, что человек спит. Весь город казался мне спящим. Люди двигались во сне, владельцы мага-зинов продавали во сне, их клиенты покупали во сне. Весь город спал. Они сердились, они дрались, они любили, по-купали, продавали, делали все.

Успенский говорит: «Теперь я мог видеть их лица, их глаза: они спали. Они были не здесь. Внутренний центр был потерян, он был не здесь». Успенский сказал Гурджиеву: «Мне не хочется больше гулять. Что случилось с городом? Все кажутся спящими, наркома-нами».

Гурджиев сказал: «С городом ничего не случилось, нечто случи-лось с вами. Вы не прини-мали наркотики, город тоже. Это то же самое место, по которому вы гуляли три месяца назад, но вы не видели, что другие люди спят, потому что вы сами спали. Теперь вы можете видеть, потому что в вас появилось некоторое количество осознанно-сти. Через три ме-сяца непрерывного практикования этого «я есть», вы в очень небольшой степени стали осознающим. Вы стали осозна-ющим! Часть вашего сознания вышла за пределы снови-дений. Вот почему вы можете видеть, что все спят, мертвы, движутся, как загип-нотизированные или принявшие наркотик».

Успенский сказал: «Я не могу вынести это явление - все спят! Что бы они ни делали, они не

отвечают за это. Они не отвечают за это. Как они могут быть ответственными?» Он вернулся и спросил Гурджиева: «Что это? Обманут ли я каким-то образом? Сделали ли вы со мной что-то такое, что для меня весь мир кажется спящим? Я не могу поверить своим собственным глазам».

Но это случится с любым. Если вы сможете вспоминать о себе, то вы узнаете, что никто не вспоминает о себе, и таким образом каждый продолжает двигаться. Весь мир спит. Но начните, пока вы не проснетесь. В любой момент, когда вы вспомните, начинайте «я есть».

Я не имею в виду, что вы должны повторять слова «я есть», скорее вы должны ощущать это. Принимая ванну, ощущайте это «я есть». Пусть будет прикосновение холодно-го душа, и пусть вы сами будете где-то позади, ощущая его и вспоминая: «Я есть». Вспомните, я не говорю, что вы словесно должны повторять «я есть». Вы можете повторять эти слова, но их повторение не даст вам осознанности. Повторение может даже еще больше усыпить вас. Многие люди повторяют некоторые слова. Они продолжают повторять: «Рама, Рама, Рама», и если они просто повторяют без осознанности, то эти «Рама, Рама, Рама» становятся наркотиком. При их помощи они могут крепко спать.

Вот почему на Западе так привлекателен Махеш Йоги - он дает людям для повторения мантры. А на Западе сон стал одной из наиболее серьезных проблем. Сон полностью расстроен. Естественный сон исчез. Вы можете спать только при помощи транквилизаторов и наркотиков; в противном случае сон стал невозможным. Вот в чем причина привлекательности Махеш Йоги. Потому что если вы постоянно повторяете что-нибудь, то это повторение дает вам глубокий сон; в этом все дело.

Таким образом, так называемая трансцендентальная медитация есть ни что иное, как психологический транквилизатор. Это ни что иное - просто транквилизатор. Он помогает, но он хорош для сна, а не для медитации. Вы можете хорошо спать, ваш сон будет более спокойным. Это хорошо, но это совсем не медитация. Если вы постоянно повторяете некоторое слово, то это порождает скуку, а скука способствует сну.

Итак, что-нибудь монотонное, повторяющееся может помочь заснуть. Ребенок в утренней комнате матери спит непрерывно девять месяцев, и вы можете не знать причину этого. Причиной этого является «тук-тук, тук-тук», произносимое сердцем матери. Непрерывно слышны эти удары, удары сердца. Это одна из наиболее монотонных вещей на свете. Непрерывным повторением одних и тех же ударов ребенок наркотизируется. Он продолжает спать.

Вот почему, когда ребенок плачет, кричит, создает какие-либо проблемы, мать прикладывает его головку к своему сердцу. Тогда он сразу же чувствует себя хорошо и засыпает. И в этом случае причиной этого является сердцебиение. Он снова становится частью матери. Вот почему, даже если вы не ребенок, но ваша жена или ваша любимая кладет вашу голову себе на грудь, вы почувствуете себя засыпающим от монотонных ударов.

Психологи предлагают, чтобы в случае, когда вы не можете заснуть, вы концентрировали свое внимание на часах. Просто концентрируйтесь на тиканьи часов. Оно повторяет биение сердца и вы можете заснуть. Помочь может любое повторение.

Итак, это «я есть», постоянное напоминание «я есть» не является словесной мантрой. Это не должно повторяться словесно - чувствуйте это! Будьте чувствительны к своему существованию. Когда вы прикасаетесь к чьей-либо руке, то не только прикасайтесь к ней, почувствуйте также и свое прикосновение, почувствуйте также и самого себя - что в этом прикосновении присутствуете вы, присутствуете тотально. Когда вы едите, то не только ешьте, но ощутите также себя, принимающего пищу. Это ощущение, эта чувствительность должна проникать все глубже и глубже в ваш ум.

Однажды, внезапно, вы пробудитесь в своем центре, функционирующем в первый раз. И тогда весь мир станет сновидением, тогда вы сможете узнать, что ваши сновидения являются

сновидениями. И когда вы узнаете, что ваши сновидения являются сновидениями, сновидения прекратятся. Они могут продолжаться только в том случае, если вы ощущаете их как реальность. Если вы будете воспринимать их как нереальные, они прекратятся.

А когда сновидения прекращаются, вы становитесь другим человеком. Старый человек умер; спящий человек умер. Того человека, которым вы были, больше нет. В первый раз вы стали осознанным; в первый раз в мире, который спит, вы пробудились. Вы стали буддой, вы стали пробужденным.

При этом пробуждении больше нет страдания, после этого пробуждения больше нет смерти, после этого пробуждения больше нет страха. В первый раз вы становитесь свободным от всего. Быть свободным ото сна, быть свободным от сновидений, означает быть свободным от всего. Вы достигли освобождения. Ненависть, гнев, алчность исчезли. Вы стали просто любовью. Вы не стали любящим, вы стали самой любовью!

Еще один вопрос и он относительно тот же самый:

Если мы все являемся актерами в пьесе, которая уже написана, то как медитация может трансформировать нас без того, что уже сама пьеса содержит главу, в которой описана наша трансформация в определенное время? А если такая глава уже существует, ожидая своего прочтения в должное время, то зачем медитация? Зачем вообще прилагать какие-либо усилия?

Это то же самое; это содержит те же самые заблуждения. Я не утверждаю, что все предопределено. Я не предлагал это как теорию, объясняющую устройство вселенной. Это прием.

Индия всегда работала с этим приемом, связанным с судьбой. Этот прием не предполагает, что все заранее определено. Он совсем не предполагает этого! Единственной причиной для такого предположения является то, что если вы будете считать, что все заранее определено, то все станет сновидением. Если вы будете все воспринимать таким образом, если вы поверите в этот способ - что все определено заранее, что, например, вы должны умереть в определенный день, - то все станет сновидением. Оно не определено, оно не зафиксировано! Никто особенно и не интересуется вами. Вселенная совершенно не воспринимает вас и не знает, когда вы должны умереть. Это так бесполезно. Ваша смерть не имеет отношения к вселенной.

Не думайте, что вы настолько важны, что вся вселенная определяет день вашей смерти - время, минуты, секунды - нет! Вы не являетесь центром. Для вселенной не имеет значения, существуете вы или нет. Но это заблуждение продолжает работать в умах. Оно формируется в детстве и становится частью бессознательного.

Родился ребенок. Он ничего не может дать миру, но взять ему нужно многое. Он не может заплатить, он не может вернуть что-либо обратно. Он такой бессильный - просто беспомощный. Он нуждается в пище, он нуждается в любви, он нуждается в крове, он нуждается в тепле. Ему должно быть предоставлено все.

Ребенок рождается абсолютно беспомощным - особенно ребенок человека. Никакое животное не является таким беспомощным. Вот почему никакое животное не создает семью - в этом нет необходимости. Но человеческое дитя настолько беспомощно, так абсолютно беспомощно, что оно не может существовать без защиты матери, без отца, без семьи, без общества. Оно не может существовать в одиночку. Оно немедленно умрет.

Ребенок является таким зависимым. Он будет нуждаться в любви, он будет нуждаться в пище, он будет нуждаться во всем и он будет требовать всего. И мать будет давать ему, отец будет давать ему, семья будет давать ему. Ребенок начинает думать, что он центр всего мира. Все ему предоставляется; ему остается только требовать. Достаточно только требовать, не нужно никаких других усилий.

Поэтому ребенок начинает думать о себе как о центре, думать, что все вращается вокруг

него и для него. Ему кажется, что все вокруг создано для него. Все вокруг ждет, чтобы он пришел и потребовал, и все будет выполнено. Это необходимо, чтобы все его требования были выполнены; в противном случае он умрет. Но эта необходимость становится очень опасной.

Он становится взрослым с мнением, что он является центром всего. Постепенно он начинает требовать больше. Детские запросы просты, их можно удовлетворить. Но когда ребенок становится взрослым, его запросы и требования становятся все более и более сложными. Иногда их невозможно предоставить, невозможно выполнить их. Иногда они могут быть абсолютно невозможными. Он может потребовать луну или что-нибудь в этом роде....

Чем больше он взрослеет, тем более сложными, невозможными становятся его требования. Тогда приходит разочарование, и ребенок начинает думать, что он обманут. Он принял как само собой разумеющееся, что он является центром вселенной. Теперь же появятся проблемы и он постепенно будет развенчиваться. Когда он станет взрослым, он будет полностью развенчан. Тогда он узнает, что он не является центром. Но где-то в глубине бессознательного ума он продолжает думать о себе как о центре.

Люди приходят ко мне и спрашивают, является ли их судьба predetermined. Они спрашивают, являются ли они настолько важными, настолько значительными для вселенной, что их судьба должна быть определенной заранее. «В чем мое предназначение? - спрашивают они. - Для чего я был создан?» Детские представления о том, что вы являетесь центром, и порождают вопросы вроде этого: «Для какой цели я родился?»

Вы не были рождены для какой-либо цели. И это хорошо, что вы не рождены для какой-то цели; в противном случае вы были бы машиной. Машина создается для некоторой цели. Человек не создается для некоторой цели, для чего-либо конкретного - нет! Человек есть лишь вытекающее, льющееся через край создание. Все просто есть. Цветы есть, звезды есть и вы есть. Все является всего лишь переполнением, радостью, празднованием существования без всякой цели.

Но эта теория судьбы, predeterminedности создает проблемы, потому что мы воспринимаем ее как теорию. Мы думаем, что все predetermined, но ничего не predetermined. Эта техника, однако, использует это как прием. Когда мы говорим, что все predeterminedно, то мы не говорим об этом, как о теории. Цель этого одна: если вы воспринимаете жизнь как predeterminedный спектакль, то она становится сновидением. Если я знаю, например, что днем или вечером я собираюсь говорить с вами и уже заранее predetermined, какие слова я должен говорить сегодня, и если это так зафиксировано, что ничего нельзя изменить, - что я не могу произнести ни одного нового слова, - тогда я вдруг становлюсь не относящимся ко всему этому процессу, поскольку я не являюсь источником действия.

Если все predetermined, и если каждое слово должно быть произнесено самой Вселенной или Богом, или какое там еще имя вы можете выбрать, то я больше не являюсь источником этих слов. Тогда я могу стать наблюдателем - простым наблюдателем.

Если вы воспринимаете жизнь как predeterminedную, то вы можете наблюдать ее, тогда вы не вовлечены в нее. Если вы потерпите неудачу, это было predetermined; если у вас будет успех, это было predetermined. Если и то, и другое predetermined, то их ценность становится одинаковой - они становятся синонимами. Тогда один является Раваной, другой Рамой и все predetermined. Равана не должен чувствовать свою вину, Рама не должен чувствовать свое превосходство. Все predetermined, поэтому вы просто актеры, вы просто на сцене и играете свою роль.

Этот прием для того и используется, чтобы дать вам ощущение того, что вы играете роль, чтобы дать вам ощущение того, что это только predeterminedная схема, в которую вы должны уложиться, чтобы дать вам ощущение того, что вы можете выйти за ее пределы. Это очень

трудно, поскольку мы настолько привыкли думать о судьбе как о теории - не только как о теории, но как о законе. Мы не в состоянии понять эти положения, что законы и теории нужно воспринимать как приемы.

Я объясню вам это. Будет полезным один пример. Я был в городе. Ко мне пришел один человек; он был мусульманин, но я не знал этого, я не был уверен в этом. И он был одет так, что выглядел как индус. Он не только выглядел как индус, но и говорил как индус. Он не был похож на мусульманина.

Он задал мне один вопрос. Он сказал: «Мусульмане и христиане говорят, что существует только одна жизнь. Индусы, буддисты и джайны утверждают, что имеется множество жизней - длинная последовательность жизней, так что пока человек не освободится, он будет продолжать рождаться снова и снова. Так что вы скажете? Если Иисус был просветленным человеком, он должен был знать. Или Мухаммед, или Моисей, они тоже должны были знать, раз они были просветленными, что имеется много жизней, а не всего лишь одна. А если вы говорите, что они правы, то, как же быть с Махавирой, Кришной, Буддой и Шанкарой? Одно является определенным - все одновременно они не могут быть просветленными.

Если христиане правы, то Будда неправ, то Кришна неправ, то Махавира неправ. А если Махавира, Кришна и Будда правы, то не-правы Мухаммед, Иисус и Моисей. Так скажите мне. Я озадачен, я смущен, сконфужен. А и то, и другое не может быть правильным. Как может и то, и другое быть правильным? Имеется или много жизней, или одна. Как и то, и другое может быть правильным?» Он был очень интеллигентный человек, он многое изучил, поэтому он сказал: «Вы не можете просто избежать ответа и сказать, что и то, и другое правильно. Этого не может быть. Логически это так - не может быть правильным и то, и другое».

Но я сказал: «Этого и не должно быть; ваш подход абсолютно неправилен. И то, и другое является приемом. Ни правильным, ни неправильным - только приемом». Для не-го невозможно было понять, что я имею в виду под приемом.

Мухаммед, Иисус и Моисей обращались к одному типу ума, а Будда, Махавира, Кришна обращались к другому типу ума. Имеется фактически два источника религий - индуизм и иудаизм. Поэтому все религии, возникшие в Индии, все религии, выросшие из индуизма, верят в повторное рождение, в многократное рождение; а все религии, рожденные еврейским образом мышления - мусульманство, христианство - верят в одну жизнь. Это два различных приема.

Попытайтесь понять это. Поскольку наши умы зафиксированы, то мы все воспринимаем как теории, а не как приемы. Поэтому много раз люди приходили ко мне и говорили: «Сегодня вы говорите, что это правильно, а вчера говорили, что то правильно, но и это, и то не может быть правильным одновременно». Конечно, и то, и другое не может быть правильным, но этого никто и не утверждает. Меня совсем не интересует, что является правильным, а что - неправильным. Меня интересует только то, какой из приемов действует.

В Индии используется прием, связанный со многими жизнями. Почему? Для этого имеется много причин. Все религии, рожденные на Западе, особенно вытекающие из еврейского образа мышления, были религиями бедных людей. Их пророки были необразованными. Иисус был необразованным, Мухаммед был необразованным, Моисей был необразованным. Все они были необразованными, естественными, простыми, и они говорили с масами, которые были совсем простыми, которые были бедными, не богатыми.

Для бедного человека одной жизни более чем достаточно, более чем достаточно! Он голодает, умирает. Если вы скажете ему, что имеется так много жизней, что он будет продолжать рождаться снова и снова, что он будет крутиться в этом колесе из тысячи и одной жизни, то бедный человек будет себя чувствовать просто расстроенным. «Что вы говорите, - скажет бедняк. - Одной жизни слишком много, так что не говорите о тысяче и одной жизни, о

миллионах жизней. Не говорите этого. Дайте нам небеса немед-ленно после этой жизни». Бог становится реальностью только в том случае, если его можно достигнуть после этой жизни - немед-ленно.

Будда, Махавира и Кришна обращались к очень богатому обще-ству. Сегодня это трудно понять, потому что все колесо сделало обо-рот. Теперь Запад богатый, а Восток бедный. Тогда же Запад был бедным, а Восток богатым. Все индуистские аватары, все тиртханка-ры - всемирные учителя джайнов, все будды - пробужденные, - все были принцами. Они принадлежали к королевским семьям. Они были культурными, образованными, изо-щренными, благородными во всех смыслах. Вы не сможете еще больше облагородить Буд-ду. Он был абсолютно благородным, культурным, образованным; к нему нечего было до-бавить. Даже если Будда явится сегодня, к нему нечего будет добавить.

Итак, они обращались к обществу, которое было богатым. По-мните, у богатого общест-ва свои проблемы. Для богатого общества удовольствия имеют меньшее значение, небеса имеют меньшее зна-чение. Для бедного общества небеса имеют очень большое значение. Если общество живет на небесах, небеса перестают иметь значение, поэтому вы не можете предлагать их. Вы не сможете убедить делать что-либо ради небес: они уже там - и им на-доело.

Поэтому Будда, Махавира и Кришна говорят не о небесах, они говорят о свободе. Они не говорят о некотором другом приятном мире, они говорят о трансцендентальном мире, где нет ни боли, ни удовольствий. Небеса Иисуса для них не будут привлекательными - они уже там. Кроме того, для богатого человека проблемой явля-ется скука. Бедному чело-веку следует обещать удовольствия в бу-дущем. Для бедного человека проблемой является страдание. Для богатого человека страдание не является проблемой; для богатого че-ловека проблемой является скука. Ему надоели все удовольст-вия.

Махавира, Будда и Кришна использовали эту скуку и говорили: «Если вы не будете ничего делать, вы будете рождаться снова и снова. Это колесо будет вращаться. Помните, будет по-вторяться одна и та же жизнь. Тот же самый секс, то же самое богатство, та же самая пи-ща, те же самые дворцы снова и снова: тысячу и один раз вы прокрутитесь в этом коле-се».

Для богатого человека, познавшего все удовольствия, такое по-вторение не являлось хо-рошей перспективой. Повторение является проблемой. Это для него страдание. Он хочет чего-то нового, и Махавира и Будда говорят: «Нет ничего нового. Этот мир стар. Ничто не ново под небом, все является старым. Вы уже попробо-вали все это раньше, и вам предстоит продолжать пробовать это. Вы в колесе, в движении. Выйдите за пределы это-го, выпрыгните из колеса».

Если вы создадите прием, который усиливает ощущение скуки, то только тогда богатый человек сможет двигаться по направлению к медитации. Если вы говорите о скуке бед-ному человеку, то вы говорите бессмысленные вещи. Бедный человек никогда не скучает - никогда! Скучает только богатый человек. Бедный человек никогда не скучает; он всегда ду-мает о будущем. Что-то должно будет случить-ся и все будет в порядке. Бедный человек нуж-дается в обещании, но если обещается очень длительный выход, то он становится бессмыс-ленным. Это должно случиться немедленно.

Пишут, что Иисус говорил: «В моей жизни, в вашей жизни вы увидите царство Божье». Это утверждение является любимым мес-том всего христианства в течение двадцати веков, поскольку Иисус говорил: «В вашей жизни, немедленно, вы увидите царство Божье». А царст-ва Божьего все еще нет, так что же это значит? И он говорил: «Скоро придет конец света, так не тратьте время! Времени нет». Иисус говорил: «Времени очень мало. Глупо расходовать его. Скоро насту-пит конец света, и вы будете держать ответ за себя, так что покайтесь».

Иисус создал ощущение незамедлительности при помощи кон-цепции одной жизни. Он знал, и Будда и Махавира тоже знали. Что бы они ни знали, они об этом не говорили. То, что они

предлагали, известно. Это были приемы для создания ощущения незамедлительности, безотлагательности, так чтобы вы могли начать действовать.

Индия была старой страной, богатой. В обещаниях будущего не мог возникнуть вопрос о безотлагательности. Для создания безотлагательности был возможен только один путь - создание еще большей скуки. Если человек узнает, что он будет рождаться снова и снова, снова и снова, бесконечно, он немедленно придет и спросит: «Как мне освободиться от этого колеса? Это слишком много. Сейчас я не могу продолжать это больше, поскольку все, что я мог познать, я уже познал. Если это должно повторяться, это будет кошмаром. Я не хочу повторения этого, я хочу чего-нибудь нового».

Поэтому Будда и Махавира говорят: «Нет ничего нового под луной. Все старо и все повторяется. Вы повторяли все в течение многих, многих жизней и будете продолжать повторять в течение многих, многих жизней. Остерегайтесь повторения, остерегайтесь вашей скуки. Делайте прыжок».

Приемы различные, но цель одна и та же. Делайте прыжок! Двигайтесь! Преобразуйте себя! Чем бы вы ни были, трансформируйте себя.

Если мы будем воспринимать религиозные догмы как приемы, то не будет никакого противоречия. Тогда Иисус и Кришна, Мухаммед и Махавира имеют в виду одно и то же. Они создают различные маршруты для различных людей, различные техники для различных умов, различную привлекательность для различных взглядов. Но это не принципы, по поводу которых нужно сражаться и спорить. Это приемы, которые должны быть использованы, через которые следует перешагнуть и которые потом нужно отбросить.

На сегодня достаточно.

Глава 7

Техники для вашего успокоения

7 октября 1972 года, Бомбей, Индия

Сутры:

10. Во время ласки, дорогая принцесса, входи в ласку, как в вечную жизнь.

11. Закрой двери чувств, когда почувствуешь ползанье муравья. Тогда.

12. Лежа или сидя стань невесомой, выйди за пределы ума.

Человек имеет центр, но он живет вне него - вне центра. Это создает внутреннее напряжение, постоянное смятение, страдание. Вы не там, где вы должны быть; вы неуравновешены. Вы неуравновешены, и это нарушение равновесия, это смещение центра является основой психического напряжения. Если эта неуравновешенность велика, вы сходите с ума. Сумасшедший - это тот, кто вышел из себя полностью. Просветленный человек просто противоположен сумасшедшему. Он центрирован в самом себе.

Вы находитесь между ними. Вы не полностью вышли из себя, но вы и не в своем центре. Вы где-то между этими состояниями. Иногда вы очень далеко уходите от центра, так что бывают моменты, когда вы временно являетесь сумасшедшим. Тогда между вами и сумасшедшим нет никакой разницы. Различие только в том, что он в этом состоянии постоянно, а вы временно. Вы вернетесь обратно.

Когда вы находитесь в гневе, это сумасшествие, но это не постоянно. Качественно здесь нет разницы; количественно разница есть. Качество то же самое, поэтому иногда вы прикасаетесь к сумасшествию, иногда, когда вы расслаблены и совершенно спокойны, вы

при-касаетесь и к своему центру. Это моменты блаженства. Они случаются. Тогда вы подобны Будде или Кришне, но только времен-но, преходяще. Вы не останетесь в этом состоянии. На самом деле в тот момент, когда вы осознаете, что вы счастливы, вы уже движетесь обратно. Это настолько кратковременно, что к тому времени, когда вы распознаете блаженство, оно уже кончится.

Мы продолжаем двигаться между этими двумя состояниями, но это движение опасно. Это движение опасно, потому что в этом случае вы не в состоянии сформировать свой личный образ, свой фиксиро-ванный личный образ. Вы не знаете, кто вы есть. Если вы постоянно движетесь между сумасшествием и своим центром, если это движе-ние не прекращает-ся, то вы не можете иметь фиксированный образ самого себя. Вы будете строить непо-стоянный образ. Тогда вы не знаете, кто вы такой. Это очень трудно. Вот почему вы даже чего-то боитесь, когда ожидаете счастливых моментов, и, поэтому, стреми-тесь зафиксиро-вать себя где-то посередине.

Вот что мы подразумеваем под нормальным человеческим суще-ством: он никогда не прикасается к своему сумасшествию в гневе, но он также никогда не прикасается к этой тоталь-ной свободе, к этому экстазу. Он никогда не выходит из некоторого фиксированного об-раза. На самом деле нормальный человек является мертвым челове-ком, живущим между этими двумя точками. Вот почему все те, кто в чем-то исключительны - великие артисты, художники, поэты - не являются нормальными. Их психика очень подвижна. Иногда они касаются центра, иногда они идут к сумасшествию. Они быстро перемещаются между этими двумя точками. Конечно, их страдания велики, в них большое напряжение. Они вы-нуждены жить между двумя мирами, постоянно перестраивая самих себя. Вот почему они чувствуют, что у них отсутствует личность. Они чувствуют, по словам Колина Вильсона, что они посторонние. В нашем мире нормально-сти они чувствуют себя посторонними.

Полезно будет определить эти четыре типа людей. Во-первых, это нормальный чело-век с зафиксированной, постоянной лично-стью, который знает, кто он - врач, инженер, профессор, святой, - кто знает, кто он есть, и никогда не сдвинется с этого. Он навсегда при-креплен к своей индивидуальности, к своему образу.

Вторыми являются те, кто имеет плавающие образы - поэты, артисты, художники, певцы. Они не знают, кто они есть. Иногда они становятся просто нормальными, иногда они приближаются к сума-сшествию, иногда они прикасаются к восторгу, к которому прикаса-ются будды.

Третьими являются те, кто постоянно безумен. Они вышли из себя; они никогда не возвратятся в свой дом. Они даже не помнят, что у них есть дом.

А четвертые - это те, кто достиг своего дома... Будда, Христос, Кришна.

Представители этой четвертой категории - те, кто достиг своего дома - тотально рас-слаблены. В их сознании нет никакого напряже-ния, никакого усилия, никакого желания. Другими словами, они не должны становиться. У них нет желания становиться чем-либо. Они есть, они уже есть. Не нужно никем становиться! И они чувствуют себя свободно по отношению к своему бытию. Чем бы они ни были, они легко к этому относятся. Они не же-лают изменить это, они не хотят перемещаться куда-то. Они не имеют будущего. Данный мо-мент является для них вечностью... ни стремлений, ни желаний. Это не означает, что буд-да не будет есть или будда не будет спать. Он будет есть, он будет спать, но это не желания. Будда не проектирует эти желания: он не будет есть завтра, он будет есть сегодня.

Помните это. Вы продолжаете есть завтра, вы продолжаете есть в будущем; вы продол-жаете есть в прошлом, вы продолжаете есть вче-ра. Редко случается, чтобы вы ели сегодня. Пока вы едите сегодня, ваш ум перемещается куда-либо еще. Пока вы будете пытаться за-снуть, вы

начнете есть завтра или придет воспоминание о прошлом.

Будда ест сегодня. Он живет текущим моментом. Он не проектирует свою жизнь в будущее; для него нет будущего. Когда бы будущее ни пришло, оно приходит как настоящее. Для него всегда сегодня, всегда сейчас. Поэтому будда ест, но он никогда не ест в своем сознании - запомните это. У него нет мысленного приема пищи. Вы же продолжаете есть в уме. Это абсурдно, потому что ум не предназначен для еды. Все ваши центры приведены в замешательство; все устройство вашего тела-ума перепутано, это сумасшествие.

Будда ест, но он никогда не думает о еде. И это применимо ко всему. Поэтому, когда будда ест, он такой же обычный, как и вы. Не думайте, что будда не ест, или что при жарком солнце он не потеет, или при холодном ветре он не испытывает холода. Он будет это чувствовать, но он всегда будет чувствовать в настоящем, и никогда в будущем. Ему не нужно ничем становиться. Если ему не нужно становиться, то нет напряжения. Поймите это отчетливо. Если не нужно ничем становиться, то как может быть какое-либо напряжение? Напряжение означает, что вы желаете быть чем-то другим, чем вы не являетесь.

Вы есть А, а хотите быть Б; вы бедный, а хотите быть богатым; вы безобразны, а хотите быть прекрасным; вы глупы, а хотите быть мудрецом. Что бы ни хотелось, каково бы ни было желание, форма его всегда такая: А хочет быть Б. Чем бы вы ни были, вы не удовлетворены этим. Для удовлетворенности нужно что-то еще - такова постоянная структура ума, который желает. Когда вы получите желаемое, ум снова скажет, что этого недостаточно, что необходимо что-то еще.

Ум всегда движется все дальше и дальше. Чтобы вы ни получили, это становится бесполезным. В тот момент, когда вы получаете нечто, оно становится бесполезным. Это желание. Будда называл это тришна: желание стать чем-то.

Вы движетесь от одной жизни к другой, от одного мира к другому и это продолжается. Оно может продолжаться до бесконечности. Этому нет конца, нет конца желанию. Но если нет потребности стать, если вы тотально принимаете себя таким, каковы вы есть - безобразным или прекрасным, мудрым или глупым, богатым или бедным, - каким бы вы ни были, если вы принимаете это во всей его тотальности, то становление прекращается. Тогда нет ни-какого напряжения, тогда напряжение не может существовать. Тогда нет никакого страдания. Вы свободны, вы не обеспокоены. Этот ум, у которого нет потребности стать чем-то, является умом, центрированным в самом себе.

На совершенно противоположном полюсе находится сумасшедший. У него нет бытия, у него есть только становление. Он забыл, кто он есть. А забыто полностью, и он пытается быть Б. Он больше не знает, кто он такой; он знает только свою желаемую цель. Он не живет здесь и сейчас, он живет где-то в другом месте. Вот почему он выглядит для нас безумным, сумасшедшим, ведь мы живем в этом мире, а он живет в мире своих сновидений. Он не является частью нашего мира, он живет где-то в другом месте. Он полностью забыл свою реальность здесь и сейчас. А вместе с собой он забыл и окружающий его реальный мир. Он живет в нереальном мире - для него этот мир является единственной реальностью.

Будда живет в текущий момент своего бытия, а сумасшедший совершенно противоположен этому. Он никогда не живет здесь и сейчас, в бытии, но всегда находится в процессе становления - где-то там, на горизонте. Это две полярные противоположности.

Помните, сумасшедший не противоположен вам, он противоположен будде. И помните также, что будда не противоположен вам, он противоположен сумасшедшему. Вы посредине. Вы и то, и другое, вы смесь; вы имеете некоторое количество сумасшествия, вы имеете моменты просветления, но все это перемешано.

Иногда вдруг случается кратковременное попадание в центр - если вы расслаблены.

Имеются моменты, когда вы расслаблены. Вы влюблены: в течение нескольких мгновений, на одно мгновение, ва-ша любимая, ваша возлюбленная с вами. Было долгое желание, были долгие усилия и, наконец, ваша любимая с вами. На мгновение ум смещается. Было долгое усилие, чтобы быть с любимой. Ум страстно желал, желал и желал, он думал, думал и думал о любимой. Теперь любимая здесь и внезапно ум не может думать. Прежний процесс не может быть продолжен. Вы искали любимую и теперь она здесь, так что ум просто остановился.

В тот момент, когда любимая здесь, нет никаких желаний. Вы расслаблены; вы вдруг отброшены обратно к себе. Если любящий не может отбросить вас к себе, это не любовь. Если вы не становитесь самим собой в присутствии любимой, это не любовь. Если ум не перестает полностью функционировать в присутствии любящего или любимой, это не любовь.

Иногда случается так, что ум останавливается, и на мгновение у вас нет желаний. Любовь есть отсутствие желаний. Попробуйте понять это: вы можете желать любви, но сама любовь — это отсутствие желаний. Когда случается любовь, желаний нет; ум спокоен и расслаблен. Не надо ничем становиться, не надо никуда идти.

Но это случается только на несколько мгновений, если вообще случается. Если вы действительно любите кого-то, то это случится на несколько мгновений. Это шок. Ум не может работать, поскольку все его функции стали бесполезными, абсурдными. Тот, кого вы так долго желали, здесь, и ум не знает, что теперь делать.

На несколько мгновений весь механизм останавливается. Вы расслаблены в самом себе. Вы прикоснулись к своей сути, к своему центру, и вы чувствуете, что вы являетесь источником благополучия. Благословение снизошло на вас, вас окружает благоухание. Внезапно вы становитесь не тем, кем были раньше.

Вот почему любовь совершает такие большие преобразования. Если вы любите, вы не можете скрыть это. Это невозможно! Если вы любите, это будет видно. Ваши глаза, ваше лицо, ваша походка, то, как вы сидите — все будет показывать это, потому что вы уже не тот же самый. Здесь нет желающего ума. В течение нескольких мгновений вы подобны будде. Это не может продолжаться долго, потому что это просто шок. Ум немедленно начнет искать способы и причины, чтобы снова думать.

Ум, например, может начать думать, что вы достигли своей цели, вы приобрели вашу любовь, и что же теперь? Что вы собираетесь делать? Тогда начинаются предсказания, начинаются рассуждения. Вы начинаете думать: «Сегодня я получил свою любимую, но будет ли то же самое и завтра?» Ум начал работать. И в тот момент, когда ум снова заработал, вы снова окунулись в задачу стать чем-нибудь.

Иногда даже без любви, просто от усталости, изнуренности желания исчезают. Тогда человек также отбрасывается к самому себе. Когда вы не выходите из себя, вы обязаны быть в самом себе, независимо от причины этого. Когда кто-то тотально устал, измучен, когда он даже не испытывает потребности думать или желать, когда он полностью расстроен, без какой-либо надежды, тогда внезапно он чувствует себя дома. Сейчас он не может никуда идти. Все двери закрыты; надежда исчезла — и с ней желание, с ней потребность чем-то становиться.

Это будет длиться недолго, потому что ваш ум имеет определенное устройство. Он может выйти из строя на несколько мгновений, но он вдруг снова оживет, потому что вы не можете существовать без надежды, вы должны найти какую-то надежду. Вы не можете существовать без желаний. Поскольку вы не знаете, как существовать без желаний, вы должны будете создать некоторое желание.

В любой ситуации, когда случается так, что ум прекращает свое функционирование, вы в своем центре. Вы на каникулах, в лесу, или на горной станции, или на пляже: вдруг ваш шаблонный ум не работает. Здесь нет конторы, нет жены или мужа. Вдруг здесь совершенно

новая ситуация, и уму требуется некоторое время, чтобы начать функционировать, чтобы приспособиться. Ум ощущает себя неприспособленным. Ситуация настолько нова, что вы расслабляетесь и вы в своем центре.

В эти моменты вы становитесь буддой, но это только мгновения. Потом эти мгновения будут преследовать вас, потом вы будете хотеть воспроизвести их снова и снова и повторить их. Но помните, они случаются внезапно, так что вы не можете повторить их. И чем больше вы пытаетесь повторить их, тем больше становится невозможным, чтобы они пришли к вам.

Это случается с каждым. Вы любили кого-нибудь и при первой встрече ваш ум приостановился на несколько мгновений. Затем вы поженились. Почему вы поженились? Чтобы повторять эти прекрасные мгновения снова и снова. Но когда они случались, вы не были женаты, а они и не могут случиться с женатым, потому что это совсем другая ситуация. Когда два человека встречаются в первый раз, вся ситуация является новой. В этой ситуации их умы не могут функционировать. Они так ошеломлены этим - так наполнены новыми переживаниями, новой жизнью, новым цветением! Затем ум начинает функционировать и они думают: «Это такой прекрасный момент! Я хочу продолжать повторять это каждый день, поэтому я должен жениться».

Ум разрушит все. Женидьба означает ум. Любовь является спонтанной; женидьба является расчетливой. Вступление в брак является математическим процессом. И затем вы ждете этих моментов, но они никогда не приходят снова. Вот почему каждый женатый мужчина и каждая замужняя женщина расстроены - поскольку они ожидали некоторых вещей, которые случались в прошлом. Почему они не случаются снова? Они не могут случиться, потому что вы упустили всю ситуацию. Теперь вы не являетесь новым; теперь нет спонтанности; теперь любовь является рутиной. Теперь все ожидается и все требуется. Теперь любовь становится долгом, а не забавой. Она была забавой в самом начале; теперь она долг. А долг не может дать вам то же самое блаженство, которое может дать забава. Это невозможно! Все это создал ваш ум. Теперь вы продолжаете ожидать, и чем больше вы ожидаете, тем меньше вероятность того, что это случится.

Такое случается везде, не только при женидьбе. Вы приходите к мастеру, и ваше переживание является новым. Его присутствие, его слова, его образ жизни являются для вас новыми. Вдруг ваш ум перестает функционировать. Тогда вы думаете: «Это тот человек, который мне нужен, поэтому я должен ходить к нему каждый день». Затем вы вступаете с ним в тесный контакт. Но постепенно приходит крушение ваших надежд, потому что вы сделали это долгом, рутиной. Теперь то же самое переживание уже не придет. Тогда вы начинаете думать, что этот человек обманул вас или что вас дурачат каким-либо образом. Тогда вы думаете: «Первое переживание было галлюцинацией. Я, должно быть, был загипнотизирован или что-то в этом роде. Это не было реальным».

Это было реальным. Ваш шаблонный ум сделал это нереальным. Ваш ум пытается ожидать, а первый раз, когда это случилось с вами, вы не ожидали. Вы пришли без всяких ожиданий, вы были просто открыты для получения того, что случилось.

Теперь вы приходите каждый день с ожиданиями, с закрытым умом. Это не может случиться. Это всегда случается в открытом уме; это всегда случается в новой ситуации. Это не означает, что вы должны менять ситуацию ежедневно, это только означает: не позволяйте вашему уму создавать шаблоны. Тогда ваша жена будет новой каждый день, ваш муж будет новым каждый день. Но не позволяйте вашему уму создавать шаблоны ожиданий; не позволяйте уму двигаться в будущее. Тогда ваш мастер каждый день будет новым, ваш друг каждый день будет новым. И все в мире является новым, за исключением ума. Ум - единственная вещь, которая является старой. Он всегда старый.

Солнце каждый день встает по-новому. Это не старое солнце. Луна является новой; день, ночь, цветы, деревья... все является но-вым, за исключением вашего ума. Ваш ум всегда стар - запомните, всегда, - потому что ум нуждается в прошлом, в накопленном опыте, в проектировании опыта. Ум нуждается в прошлом, а жизнь нуждается в настоящем. Жизнь всегда благословенна - ум никогда. Когда бы вы ни позволили своему уму войти, с ним приходит страдание.

Эти спонтанные моменты не повторяются снова, так что же делать? Как быть в расслабленном состоянии непрерывно? Эти три сутры как раз для этого. Эти три техники имеют отношение к ощущению рас-кованности, покоя, это техники для расслабления нервной системы.

Как оставаться в бытии? Как избежать желания стать чем-то? Это трудно, очень трудно, но эти техники могут помочь. Эти техники отбросят вас к самому себе.

10. Стань лаской

Первая релаксационная техника: Во время ласки, дорогая прин-цесса, входи в ласку, как в вечную жизнь.

Шива начинает с любви. Первая техника имеет дело с любовью, поскольку любовь - это самое близкое из вашего жизненного опыта, в котором вы испытываете расслабление. Если вы не можете любить, для вас невозможным будет и расслабление. Если вы можете расслаб-ляться, ваша жизнь будет наполнена любовью.

Напряженный человек не может любить. Почему? Напряжен-ный человек всегда живет целенаправленно. Он может зарабатывать деньги, но он не может любить, потому что лю-бовь не имеет цели. Любовь не является предметом потребления. Вы не можете копить ее; вы не можете выписать на нее банковский счет; вы не можете при ее помощи усилить свое эго. Действительно, любовь является самым нелепым действием, без какого-либо зна-чения, без какой-либо цели. Она существует сама по себе, а не для чего-либо другого.

Вы зарабатываете деньги для чего-либо - деньги являются сред-ством. Вы строите дом, чтобы в нем кто-то жил - дом является средством. Любовь не является средством. Почему вы любите? Для чего вы любите? Цель любви - в самой себе. Вот почему ум, кото-рый является вычисляющим, логическим, ум, который рассуждает в тер-минах цели, не мо-жет любить. Кроме того, ум, который всегда рас-суждает в терминах цели, будет напря-женным, потому что цель может быть достигнута только в будущем, но никогда здесь и сейчас.

Вы строите дом - вы не можете жить в нем непосредственно сейчас, вы должны его сначала достроить. Вы сможете жить в нем в будущем, а не сейчас. Вы зарабатываете деньги - банковский счет появится в будущем, а не сейчас. Средства вы должны использо-вать сейчас, а цели будут достигнуты в будущем.

Любовь всегда здесь; в ней нет будущего. Вот почему любовь так близка к медитации. Вот почему и смерть так близка к медитации - потому что смерть также всегда здесь и сей-час, она никогда не может случиться в будущем. Можете ли вы умирать в будущем? Вы може-те умирать только в настоящий момент. Никто никогда не умер в буду-щем. Как вы можете умирать в будущем? Или как вы можете умирать в прошлом? Прошлое прошло, его больше нет, так как вы можете умирать в нем? Будущее еще не пришло, так как вы можете умирать в нем?

Смерть всегда происходит в настоящем. Смерть, любовь, меди-тация - все они имеют место в настоящем. Поэтому если вы боитесь смерти, вы не можете любить. Если вы бои-тесь любви, вы не можете медитировать. Если вы боитесь медитации, ваша жизнь будет бес-по-лезной. Беспольной не в смысле какой-либо цели, а бесполезной в том смысле, что вы никогда не сможете почувствовать в ней блаженство. Она будет бесполезной.

Объединение этих трех понятий - любви, медитации и смерти - может показаться стран-

ным. Это не так! Это сходные переживания. Поэтому, если вы сможете войти в одно из них, вы сможете войти и в два других.

Шива начинает с любви. Он говорит: Во время ласки, дорогая принцесса, входи в ласку, как в вечную жизнь. Что это означает? Мно-гое! Первое: пока вас любят, прошлое исчезает, будущего нет. Вы движетесь в измерении настоящего. Вы движетесь в сейчас. Любили ли вы кого-нибудь? Если вы когда-либо любили, то вы знаете, что ума здесь больше нет.

Вот почему так называемые мудрые люди утверждают, что лю-бящие являются слепы-ми, безумными, сумасшедшими. По сущест-ву, то, что они говорят, является правильным. Любящие действительно слепы, потому что у них нет глаз для будущего, для вычисления того, что они должны делать. Они слепы; они не могут видеть прошлое. Что происходит с любящими? Они просто находят-ся здесь и сейчас без какого-либо рассмотрения прошлого и будуще-го, без какого-либо рассмотрения последствий. Вот почему их называют слепы-ми. Они действительно слепые! Они являются сле-пыми для тех, кто вычисляет, и они яв-ляются провидцами для тех, кто не вычисляет. Тот, кто не вычисляет, будет видеть любовь реаль-ными глазами, реальным зрением.

Итак, первое: в момент любви прошлое и будущее отсутствуют. Тогда следует понять один тонкий момент. Когда нет прошлого и нет будущего, можете ли вы назвать данный момент настоящим? Он является настоящим только между двумя другими - между про-шлым и будущим. Он относителен. Если нет ни прошлого, ни буду-щего, то имеет ли смысл называть его настоящим? Смысла нет. Вот почему Шива не использует слово «настоящее». Он говорит: вечная жизнь. Он имеет в виду вечность... войдите в вечность.

Мы разделяем время на три части - прошлое, настоящее, буду-щее. Время это действи-тельно прошлое и будущее. Но настоящее не является частью времени. Настоящее есть часть вечности. То, что прошло, является временем, то, что придет, является временем. То, что есть, не является временем, потому что оно никогда не проходит - оно всегда здесь. Сейчас всегда здесь. Оно всегда здесь! Это «сейчас» является вечностью.

Если вы движетесь из прошлого, вы никогда не попадете в насто-ящее. Из прошлого вы всегда перемещаетесь в будущее; вы не прохо-дите никакого момента, который был бы на-стоящим. Из прошлого вы всегда попадаете в будущее. Из настоящего вы никогда не движе-тесь в будущее. Из настоящего вы идете все глубже и глубже, в еще более и более настоя-щее. Это и есть вечность.

Мы можем сказать это таким образом: линия из прошлого в будущее есть время. Вре-мя означает движение по плоскости, по пря-мой линии. Мы можем назвать ее горизонталью. В тот момент, когда вы находитесь в настоящем, измерение меняется: вы движетесь вер-тикально - вверх или вниз, к вершинам или к глубинам. Но тогда вы не движетесь горизон-тально. Будда, Шива жили в вечности, а не во времени.

Иисуса спросили: «Что будет в вашем царстве Божьем?» Человек, который спрашивал его, не спрашивал о времени. Он спрашивал, что случится с его желаниями, как они будут выполняться. Он спраши-вал, будет ли жизнь вечной или наступит смерть; будет ли там стра-дание, будут ли там высшие и низшие люди. Когда он задавал этот вопрос, он спра-шивал о понятиях этого мира.

И Иисус ответил - его ответ в духе дзэнского монаха - «Там больше не будет времени».

Человек, которому ответили таким образом, не мог ничего по-нять: «Там больше не бу-дет времени». Иисус сказал только одно это: «Там больше не будет времени», потому что время горизонтально, а царство Божье на вертикали... в вечности. Оно всегда здесь! Вы дол-жны только выйти из времени и войти в него.

Итак, любовь - это первая дверь. Через нее вы можете выйти из времени. Вот почему все

хотят быть любимыми, все хотят любить. И никто не знает, почему такое большое значение придается любви, почему существует такое страстное и глубокое желание любви. И пока вы не поймете этого, вы не сможете ни любить, ни быть любимым, потому что любовь - это одно из глубочайших явлений на этой Земле.

Мы продолжаем думать, что каждый способен любить, оставаясь таким, каков он есть. Это не так. Вот почему вы разочарованы. Любовь находится в другом измерении, и если вы пытаетесь любить где-то во времени, ваши усилия будут безуспешными. Во времени любовь невозможна.

Я вспоминаю один анекдот. Мира была влюблена в Кришну. Она была домашней хозяйкой - женой принца. Принц стал ревновать к Кришне. Кришны здесь не было, Кришна отсутствовал, Кришна не был физическим телом. Между физическим существованием Кришны и физическим существованием Мира был промежуток в пять тысяч лет. Поэтому как, на самом деле, Мира могла влюбиться в Кришну? Временной интервал был слишком велик.

Однажды принц, ее муж, спросил Миру: «Ты продолжаешь говорить о своей любви, ты продолжаешь петь и танцевать вокруг Кришны, но где он? В кого ты так сильно влюблена? С кем ты все время разговариваешь?» Мира разговаривала с Кришной, пела, смеялась, дралась. Она выглядела сумасшедшей - в наших глазах она и была сумасшедшей. Принц сказал: «Ты сошла с ума? Где твой Кришна? Кого ты любишь? С кем ты беседуешь? Я здесь, но ты полностью забыла меня».

Мира сказала: «Кришна здесь, а ты не здесь, потому что Кришна вечен, а ты - нет. Он всегда будет здесь, он всегда был здесь, он сейчас здесь. Ты не будешь здесь; ты не был здесь. Ты был не здесь когда-то в прошлом, ты будешь не здесь когда-то в будущем, так как же я могу поверить, что между этими двумя несуществованиями ты находишься здесь? Как может быть существование между двумя несуществованиями?»

Принц находится во времени, а Кришна - в вечности. Поэтому вы можете быть около принца, но дистанция между вами не может быть разрушена. Вы будете на расстоянии. Вы можете быть очень, очень далеко по времени от Кришны, но быть к нему ближе. Это, однако, уже в другом измерении.

Я гляжу перед собой и вижу стены; я перевожу свои глаза и вижу небо. Когда вы смотрите во времени, вы всегда видите стены. Когда вы смотрите вне времени, вы видите открытое небо... бесконечность. Любовь отпирает бесконечность, вечность существования.

Итак, если вы влюблены, то любовь можно превратить в технику медитации: Во время любви, дорогая принцесса, входи в любовь, как в вечную жизнь.

Не будьте любовником, стоящим в отдалении, снаружи. Станьте любовью и двигайтесь в вечность. Когда вы любите кого-нибудь, находитесь ли вы здесь как любовник? Если вы здесь, то вы находитесь во времени и ваша любовь просто фальшь, ложь. Если вы еще здесь и можете сказать: «Я есть», то физически вы можете быть близко, но духовно вы на различных полюсах.

Во время любви вас не должно быть - только любовь. Станьте любовью. Во время ласки любящий вас или ваш любимый становится лаской. Во время поцелуя не будьте целующим или целуемым - будьте поцелуем. Полностью забудьте об эго, растворите его в действии. Проникните в действие настолько глубоко, чтобы действующего не стало. А если вы не сможете проникнуть в любовь, то вам трудно будет проникнуть в еду или в ходьбу - очень трудно, потому что любовь является самым легким методом растворения своего эго. Вот почему эгоисты не могут любить. Они могут говорить о любви, они могут петь о ней, они могут писать о ней, но они не могут любить. Эго не может любить!

Шива говорит, чтобы вы стали любовью. Когда вы в объятиях, станьте объятием, станьте поцелуем. Забудьте себя настолько тотально, чтобы вы могли сказать: «Меня нет здесь».

Существует только любовь». Тогда стучит не сердце, но стучит любовь. Тогда цир-кули-рует не кровь, но циркулирует любовь. И видят не глаза, а любовь. Тогда прикасаются не руки, а любовь.

Станьте любовью и войдите в вечную жизнь. Любовь внезапно меняет ваше измере-ние. Вы выпадаете из времени и стаете лицом к лицу с вечностью. Любовь может совер-шить глубокую медитацию - самую глубокую возможную медитацию. Любящие иногда знают такое, чего не знают святые. И любящие прикасаются к тому центру, который теряют многие йоги. Но это будет только кратковременно, если вы только не трансформируете свою любовь в медитацию. Тантра имеет в виду именно это: трансформацию любви в ме-дитацию. И теперь вы можете понять, почему тантра так много говорит о любви и сексе. Почему? Потому что любовь является ближайшей естественной дверью, через которую вы можете выйти за пределы этого мира, за пределы горизонтального измерения.

Посмотрите на Шиву и его супругу Дэви. Посмотрите на них! Они не кажутся двумя су-ществами - они одно. Это единство настоль-ко глубокое, что оно даже превратилось в сим-вол. Мы все видели шивалингу. Это фаллический символ - половой орган Шивы, - но он не один, он находится во влагалище Дэви. Древние индусы были очень смелыми. Сей-час, когда вы видите шивалингу, вы никогда не вспоминаете, что это фаллический символ. Мы забыли; мы стараем-ся полностью забыть это.

В своих воспоминаниях, в своей автобиографии Юнг вспоминает очень красивый и смеш-ной случай. Он приехал в Индию и отправил-ся посмотреть Конарак, а в храме Конарака имеется много, много шивалинг, много фаллических символов. Ученый индус, который водил его, объяснял ему все, кроме шивалинг. А их было так много, так трудно было избе-жать разговора о них. Юнг обо всем был хорошо осведомлен, но чтобы испытать своего ги-да, он все время спрашивал: «А что это такое?»

И индус сказал, наконец, на ухо Юнгу: «Не спрашивайте меня здесь, я расскажу вам потом. Это вещи, не подлежащие широкой огласке».

Юнг должно быть внутренне смеялся - вот он современный ин-дус. Затем уже вне храма индус подошел ближе и сказал: «Нехорошо, что вы спрашивали об этом в присутствии дру-гих. Я сейчас скажу вам. Это тайна». И затем он снова сказал Юнгу на ухо: «Это наши сек-ретные, не подлежащие оглашению знания».

Когда Юнг вернулся, он повстречал одного великого исследова-теля - исследователя восточного мышления, мифологии, филосо-фии - Генриха Циммера. Он рассказал об этом случае Циммеру. Циммер был одним из наиболее одаренных умов, когда-либо пытав-шихся проникнуть в индийское мышление, он любил Индию и ее образ мышления - вос-точный, нелогический, мистический подход к жизни. Когда он услышал этот рассказ от Юнга, он рассмеялся и сказал: «Это хорошо для разнообразия. Я всегда слышал о вели-ких индийцах - Будде, Кришне, Махавире. То, что вы рассказываете, говорит не о великих индийцах, но просто об индийцах».

Любовь для Шивы является величайшими воротами. И для него секс не есть нечто, под-лежащее осуждению. Для него секс есть семя, а любовь есть цветение этого семени, и если вы осуждаете семя, то вы осуждаете и цветок. Секс может стать любовью. Если он не стано-вит-ся любовью, это уродство. Осуждайте уродство, а не секс. Любовь должна цвести, секс должен становиться любовью. Если он не стано-вится любовью, это не его вина, это ваша вина.

Секс не должен оставаться сексом - так учит тантра. Он должен быть трансформирован в любовь. И любовь также не должна оста-ваться любовью. Она должна быть трансформи-рована в свет, в меди-тативное переживание, в последнюю, предельную мистическую вер-шину. Как преобразовать любовь? Будьте действием и забудьте про действующего. Во время любви будьте любовью - просто любо-вью. Тогда это будет не ваша любовь, не моя любовь, не чья-то еще

любовь - это будет просто любовь. Когда вы не здесь, когда вы в руках предельного источника или потока, когда вы полностью в любви, тогда это не вы в любви. Когда любовь поглотила вас, вы исчезли; вы просто стали энергией цветения.

Д.Г. Лоуренс, один из наиболее творческих умов этого века, вольно или невольно был приверженцем тантры. Он всецело осуждался на Западе, его книги были запрещены. Было много дел в судах только потому, что он говорил: «Сексуальная энергия является только энергией, и если вы осуждаете ее и подавляете ее, то вы против природы. Тогда вы никогда не будете в состоянии познать высшее цветение этой энергии. А когда она подавляется, она становится безобразной - это порочный круг».

Священники, моралисты, так называемые религиозные люди - шанкарачарья и другие - продолжают осуждать секс. Они утверждают, что это безобразно. А когда вы подавляете его, он и становится безобразным. Поэтому они говорят: «Смотрите! То, что мы говорим, является правдой. Вы сами это доказали. Смотрите! Все, что вы делаете, является безобразным, и вы знаете, что это безобразно».

Но дело не в сексе, который якобы безобразен, а в тех, кто делает его безобразным. Раз они сделали его безобразным, они оказались правы. А раз они оказались правы, то вы продолжаете делать его все более и более безобразным.

Секс является невинной энергией - жизнь расцветает в вас, существование живет в вас. Не калечьте его! Позвольте ему двигаться к вершинам. Это значит, что секс должен перерасти в любовь. В чем различие между ними? Когда ваш ум сексуален, вы эксплуатируете других; другие являются просто инструментом, который нужно использовать и выбросить. Когда секс становится любовью, другой перестает быть инструментом, другой не эксплуатируется; другой перестает быть другим. Когда вы любите, это уже не самоцентрирование. Наоборот, существенным и уникальным становится другой.

Это не значит, что вы эксплуатируете его - нет! Наоборот, вы оба объединяетесь в глубоком переживании. Вы партнеры в глубоком переживании, а не эксплуататор и эксплуатируемый. Вы помогаете друг другу войти в совершенно другой мир любви. Секс является эксплуатацией. Любовь является совместным движением в другой мир.

Если это движение не является мгновенным, и если это движение становится медитативным - то есть если вы забываете себя полностью, любящий и любимый исчезают и остается только цветущая любовь, - тогда, как говорит Шива, вечная жизнь становится вашей.

11. Закрой свои чувства, стань подобным камню

Вторая релаксационная техника: Закрой двери чувств, когда почувствуешь ползанье муравья. Тогда.

Эта сутра кажется очень простой, но она не так проста. Я прочитаю ее снова: Закрой двери чувств, когда почувствуешь ползанье муравья. Тогда. Это только пример; ничего не нужно делать. Закрой двери чувств, когда почувствуешь ползанье муравья и тогда - тогда это случится. Что Шива имеет в виду?

В вашу ногу вонзилась колючка - это болезненно, вы страдаете. Или муравей ползет по вашей ноге. Вы чувствуете это ползанье и вдруг хотите сбросить его. Возьмите любое переживание такого рода! У вас рана - она болит. У вас головная боль или боль в теле. В качестве объекта может быть что угодно. Это только пример - ползанье муравья. Шива говорит: закрой двери чувств, когда почувствуешь ползанье муравья. Что бы вы ни почувствовали, закройте двери всех чувств.

Что нужно делать? Закройте глаза и думайте, что вы слепы и не можете видеть. Закройте уши и думайте, что вы не можете слышать. Закройте все пять органов чувств. Как вы можете

закрыть их? Это легко. На мгновение прекратите дыхание: все ваши чувства будут закрыты. Когда дыхание прекратилось и все чувства закрыты, где ползание? Где муравей? Вы вдруг устранены - вы далеко.

Один из моих друзей, мой старый друг, весьма пожилой, упал на лестнице, и врачи сказали ему, что теперь он не будет в состоянии вставать с постели в течение трех месяцев, что он должен будет лежать три месяца. А он был очень беспокойным человеком; это было очень трудно для него. Я пришел проведать его, и он сказал: «Молись за меня и благослови меня, чтобы я мог умереть, потому что эти три месяца больше чем смерть. Я не могу оставаться подобным камню. А мне говорят, чтобы я не двигался».

Я сказал ему: «Это хорошая возможность. Просто закройте глаза и думайте, что вы просто камень, что вы не можете двигаться. Как вы можете двигаться? Вы камень - просто камень, статуя. Закройте глаза. Почувствуйте, что вы теперь камень, статуя».

Он спросил меня, что при этом будет. Я сказал ему: «Только попробуйте. Я сижу здесь и ничего нельзя сделать. Ничего нельзя сделать! Вы в любом случае должны быть здесь в течение трех месяцев, так попытайтесь».

Он никогда бы не попробовал, но ситуация была такой невозможной, что он сказал: «О'кей! Я попытаюсь, так как что-то может случиться. Но я не верю этому. Я не верю, что что-то может случиться только оттого, что я думаю, что я подобен камню, мертв как статуя. Но я попробую». И он попробовал.

Я тоже не думал, что что-нибудь случится, потому что такой уж это был человек. Но иногда, когда вы в невозможной, безнадежной ситуации, что-то начинает случаться. Он закрыл глаза. Я ждал, потому что я думал, что через две или три минуты он откроет их и скажет: «Ничего не получилось». Но он не открывал глаза, и прошло тридцать минут. Я мог видеть и чувствовать, что он превратился в статую. С его лба сошло всякое напряжение. Его лицо изменилось.

Я должен был уходить, но он не мог открыть глаза. И он был так молчалив, как мертвый. Его дыхание успокоилось. Поскольку я должен был уходить, я вынужден был сказать ему: «Я должен сейчас уходить, так что откройте, пожалуйста, глаза и расскажите мне, что же случилось».

Он открыл глаза другого человека. И он сказал: «Это чудо. Что вы сделали со мной?»

Я сказал ему: «Я совершенно ничего не делал».

Он сказал: «Вы, должно быть, сделали что-то, потому что это было чудесно. Когда я начал думать, что я просто камень, что я просто статуя, тогда ко мне вдруг пришло ощущение, что если я и захочу двинуть рукой, то это невозможно будет сделать. Я много раз пытался открыть глаза, но они были как камень, и я не мог их открыть».

У него были жестокие боли; он не мог спать ночью без транквилизаторов. Но боль исчезла. Я спросил его, как он ощущал, что боль исчезает.

Он сказал: «Сначала я почувствовал, что она как-то отделилась. Боль была, но очень далеко, как будто бы она была у кого-то другого. А затем постепенно, шаг за шагом, как будто кто-то уходил прочь и вы переставали видеть его, она исчезла. Боль исчезла! Минимум через десять минут боль исчезла. Как может испытывать боль тело из камня?»

Эта сутра говорит: закрой двери чувств. Стань подобным камню, закрытым для мира. Когда вы закрыты для мира, вы, на самом деле, закрыты и для своего тела, потому что ваше тело не является вашей частью, оно является частью мира. Когда вы полностью закрыты для мира, вы также полностью закрыты и для своего собственного тела. Тогда, говорит Шива, это случится.

Итак, испытайте это со своим телом. Что бы вы ни делали, вам для этого не нужно, чтобы какой-то муравей ползал по вам. В противном случае вы будете думать: «Когда поползет

муравей, я буду медитировать». А таких полезных муравьев очень трудно най-ти, по-этому подействует что угодно. Вы лежите в постели, вы ощущаете холодные про-стыни - станьте мертвым. Вдруг простыни пойдут прочь, прочь, прочь и исчезнут. Ваша постель исчезнет, ваша спальня исчезнет; весь мир исчезнет. Вы закрыты, мертвы как камень, как монада Лейбница без окон снаружи - без окон! Вы не можете двигать-ся!

А затем, когда вы не можете двигаться, вы отбрасываетесь к само-му себе, вы центрируетесь в самом себе. Тогда в первый раз вы сможете посмотреть из своего центра. А раз вы можете смотреть из своего центра, вы никогда уже не будете тем же самым че-ловеком.

12. Позволь себе стать невесомым

Третья релаксационная техника: Лежа или сидя стань невесомой, выйди за пределы ума.

Вы сидите здесь. Просто почувствуйте, что вы стали невесомы-ми, что веса нет. Вы почувствуете, что в том или ином месте вес есть, но продолжайте пытаться почувствовать невесомость. Она придет. Придет момент, когда вы почувствуете, что вы невесомы, что веса нет. Когда веса нет, вы не являетесь больше телом, потому что вес идет от тела, а не от вас. Вы невесомы.

Вот почему было проделано столько экспериментов. Кто-то умер... Многие ученые по всему миру пытались взвесить умершего человека. Если бы была хоть какая-нибудь разница, если бы живой человек весил хоть чуть-чуть больше, чем мертвый, тогда уче-ные могли бы сказать, что что-то удалилось из тела, что души, или чего-то там еще боль-ше нет - потому что для науки ничто не может быть невесомым, ничто!

Вес является основой всей материи. Даже солнечные лучи имеют вес. Они очень, очень легкие, ничтожно легкие, их трудно взвесить, но ученые взвесили их. Если вы сможете со-брать все солнечные лучи с участка площадью в пять квадратных миль, то их вес будет равен весу волоса. Но солнечные лучи действительно имеют вес; они взве-шены. Для науки ничто не может быть невесомым. И если что-то может быть невесомым, то оно немате-риально, оно не может быть материей. А наука в течение последних двадцати или два-дцати пяти лет считала, что нет ничего, кроме материи.

Поэтому, если человек умирает и если что-то покидает его тело, то вес должен изме-ниться. Но он никогда не изменяется; он остается тем же самым. Иногда он даже стано-вится больше - это проблема. Живой человек весит меньше; мертвый человек становит-ся несколь-ко более весомым. Это создает новые проблемы, потому что они пытались выяснить, теряется ли вес; тогда бы они могли сказать, что что-то улетучилось. Но, ока-зывается, наоборот, что-то добавляется. Что происходит? Вес является материальным, но вы не являетесь весом. Вы нематериальны.

Если вы испытаете эту технику приобретения невесомости, вы просто должны буде-те представить себя как невесомость - и не просто представить, но и почувствовать, что ваше тело становится невесо-мым. Если вы будете продолжать чувствовать, чувство-вать и чувст-вовать, придет момент, когда вы осознаете, что вы невесомы. Вы уже не ве-сомы, поэтому вы можете осознать это в любой момент. Вы должны только создать си-туацию, в которой вы сможете снова почув-ствовать, что вы невесомы.

Вы должны разгипнотизировать себя. Это гипноз, вера в то, что «я есть тело, и вот почему я ощущаю вес». Если вы сможете разгипнотизировать себя и представить себе, что вы не есть тело, вы не будете чувствовать веса. А когда вы не чувствуете веса, вы находитесь за пределами своего ума, говорит Шива: Лежа или сидя стань не ве-сомой, выйди за пределы ума. Тогда может случиться нечто. Ум также имеет вес; ум различных людей имеет различный вес.

Одно время были предположения, что чем тяжелее мозг, тем более он умен. И в об-щем это

так, хотя и не абсолютно, так как иногда очень великие люди имели очень маленький мозг, а иногда мозг тупого идиота весил очень много. Но, в общем, это правильно, так как если у вас более крупный механизм ума, то он и весит больше. Мозг имеет вес, но ваше сознание невесомо. Чтобы почувствовать это сознание, вы должны почувствовать невесомость. Поэтому испытайте это: вы можете испытать это при ходьбе, при сидении, во сне.

Некоторые наблюдения... Почему мертвое тело иногда становится более тяжелым? Потому что в тот момент, когда сознание покидает тело, тело становится незащищенным. В него мгновенно может войти многое. Оно не входит в тело благодаря вам. Многие вибрации могут войти в мертвое тело - они не могут войти в вас. Вы там, тело живет и сопротивляется многому. Вот почему когда вы заболели, это превращается в долгую последовательность; одно заболевание, затем другое, третье - потому что когда вы больны, вы становитесь незащищенным, уязвимым, несопротивляющимся. Тогда в вас может войти что угодно. Ваше присутствие защищает тело. Поэтому иногда мертвое тело может увеличить свой вес. Если вы покинули тело, что-то может войти в него.

Во-вторых, когда вы счастливы, вы всегда чувствуете невесомость; когда вы печальны, вы всегда ощущаете больший вес, как будто что-то тянет вас вниз. Сила гравитации увеличивается. Когда вы печальны, вы весите больше. Когда вы счастливы, вы становитесь более легким. Вы чувствуете это. Почему? Потому что когда вы счастливы, когда вы почувствовали момент блаженства, вы полностью забываете о своем теле. Когда вы печальны, вы страдаете, вы не можете забыть свое тело, вы чувствуете его вес. Оно тянет вас вниз, вниз к земле, как будто у вас вырастают корни. Тогда вы не можете двигаться; ваши корни в земле. В счастье вы становитесь невесомым. В несчастье, в печали ваш вес увеличивается.

В глубокой медитации, когда вы полностью забываете про свое тело, вы можете левитировать. Даже тело может подняться вместе с вами. Это случалось много раз. Ученые наблюдали одну женщину в Боливии. Во время медитации она поднимается вверх на четыре фута, и теперь это было исследовано научными способами; было снято много фильмов, сделано много фотографий. Перед тысячами и тысячами наблюдателей женщина вдруг поднимается вверх и гравитация становится нулевой, исчезает. До сих пор нет объяснения, что при этом происходит, но та же самая женщина не может подняться вверх, не будучи в состоянии медитации. И если ее медитации мешают, она вдруг падает вниз.

Что происходит? В глубокой медитации вы забываете свое тело полностью, и ваше отождествление себя с ним разрушается. Тело является очень малым; вы являетесь очень большим, у вас бесконечная энергия. Тело ничто по сравнению с вами.

Это так, как будто император отождествил себя со своим рабом, поэтому, когда раб идет попросить, император идет попросить; когда раб плачет, император тоже плачет. Когда раб говорит: «Я не один», император говорит: «Я не один». Но если император осознает свою собственную сущность, если он узнает, что он император, а тот человек просто раб, то внезапно все изменится.

Вы есть бесконечная энергия, отождествленная с небольшим конечным телом. Раз вы осознали свое «я», то невесомость увеличивается и вес тела становится меньше. Тогда вы можете левитировать, тело может подниматься вверх.

Имеется много, много случаев, которые еще не могут быть объяснены наукой, но они будут объяснены... потому что если одна женщина может подняться на четыре фута, то здесь нет барьеров. Другой может подняться на тысячу футов, а кто-то может совсем удалиться в космос. Теоретически здесь нет проблем: четыре фута, или четыре сотни футов, или четыре тысячи футов - нет никакой разницы.

Имеются истории о Раме и о многих других, кто полностью исчезал вместе со своим телом.

Их тела никогда не были найдены мертвыми на этой земле. Мухаммед исчез полностью - и не только вместе с телом; говорят, что он исчез вместе со своей лошадью. Эти рассказы кажутся нереальными, они кажутся мифами, но это не обязательно так.

Если вы познаете силу невесомости, вы станете хозяином гравитации. Вы сможете использовать ее; она зависит от вас. Вы сможете исчезнуть полностью вместе со своим телом.

Но для нас невесомость будет проблемой. Техника сиддхасана - таким образом сидит Будда - является лучшим способом, чтобы стать невесомым. Сидите на земле - не в каком-либо кресле или в чем-либо другом, а просто на полу. И было бы хорошо, чтобы пол не был цементным или чем-то искусственным. Сидите просто на земле, чтобы вы были ближе к природе. Будет хорошо, если вы сможете сидеть обнаженным. Просто сидите обнаженным на земле в позе Будды, в сиддхасане - потому что сиддхасана является лучшей позой для достижения невесомости. Почему? Потому что вы ощущаете больший или меньший вес в зависимости от того, каким образом опирается ваше тело. Тогда большая площадь вашего тела подвергается действию гравитации. Если я сижу в этом кресле, то большая часть моего тела подвержена действию гравитации.

Когда вы стоите, то гравитация воздействует на меньшую площадь, но вы не можете стоять слишком долго. Махавира всегда медитировал стоя - всегда, потому что тогда человек занимает меньшую площадь. Земли касаются только ваши ступни. Когда вы стоите на ногах, прямо, меньшее количество гравитации действует на вас - а гравитация есть вес.

Помогает пребывание в позе Будды, в замыкании - ваши ноги замкнуты, ваши руки замкнуты, - потому что тогда для вашего внутреннего электричества образуется цепь. Пусть спина ваша будет прямой.

Теперь вы уже понимаете, почему такой упор делается на прямую спину - потому что при прямой спине покрывается меньшая площадь, и гравитация действует на вас в меньшей степени. Закройте глаза, уравновесьте себя полностью, центрируйте себя. Наклонитесь вправо и почувствуйте гравитацию; наклонитесь влево и почувствуйте гравитацию; наклонитесь вперед и почувствуйте гравитацию; наклонитесь назад и почувствуйте гравитацию. Затем найдите центральное положение, где ощущается наименьшая тяга гравитации, где ощущается наименьший вес, и останьтесь в этом положении. Затем забудьте про тело и почувствуйте отсутствие веса - вы невесомы. Затем продолжайте ощущать эту невесомость. Вдруг вы станете невесомым; вдруг вы перестанете быть телом; вдруг вы в другом мире, в мире бестелесности.

Невесомость есть бестелесность. Тогда вы выйдете также и за пределы ума. Ум также является частью тела, частью материи. Материя имеет вес; вы не имеете никакого веса. В этом основа этой техники.

Испытайте эту технику, но занимайтесь ею в течение нескольких дней, так чтобы вы могли почувствовать, работает она или нет.

На сегодня достаточно.

Глава 8

ТОТАЛЬНОЕ ПРИЯТИЕ И НЕРАЗДЕЛЕНИЕ: ЗНАЧЕНИЕ ТАНТРИЧЕСКОЙ ЧИСТОТЫ

8 октября 1972 года, Бомбей, Индия

Вопрос:

Что понимает тантра под чистотой?

Один из присутствующих спросил о следующем:

Что понимает тантра под очищением ума, под чистотой ума, как об основном условии дальнейшего развития?

Что бы обычно ни понимали под чистотой, это не то, что имеет в виду тантра. Обычно мы разделяем все на плохое и хорошее. Деление может быть по любому признаку. Это может быть гигиенический, моральный или любой другой способ, но мы делим жизнь на две части - хорошее и плохое. И обычно, когда мы говорим о чистоте, мы имеем в виду хорошие свойства - «плохие» свойства не должны позволяться, «плохих» свойств не должно быть. Но для тантры это деление на плохие и хорошие свойства не имеет значения. Тантра не смотрит на жизнь сквозь призму дихотомии, или двойственности, или разделения. По-этому вопрос о том, что понимает тантра под чистотой, является весьма уместным.

Если вы спросите святого, то он скажет, что гнев - это плохо, секс - это плохо, алчность - это плохо. Если вы спросите Гурджиева, то он скажет, что отрицательность - это плохо, какие бы то ни были отрицательные эмоции - это плохо, а быть положительным - хорошо. Если вы будете спрашивать джайнов, буддистов, индуистов, христиан или мусульман, то они могут различаться в своих определениях хорошего и плохого - но это все всего лишь определения. Что-то они называют хорошим, а что-то плохим. Поэтому для них не трудным является определить, что такое чистота. Что бы они ни принимали за хорошее, будет чистым, что бы они ни принимали за плохое, будет нечистым.

Но для тантры это является глубокой проблемой. Тантра не делает никакого поверхностного деления на плохое и хорошее. Тогда что такое чистота? Тантра утверждает, что разделение не является чистотой, а неразделение - является. Так что для тантры чистота означает невинность - недифференцированную невинность.

Вот ребенок; вы называете его чистым. Он сердится, он жадный, так почему же вы называете его чистым? Что же за чистота в детстве? Невинность, наивность, простодушие! В уме ребенка нет разделения. Ребенок не осознает никакого деления на плохое и хорошее. Эта неосознанность и есть невинность. Даже если он сердится, он не понимает, что он сердится, это чистое и простое действие. Это случается, и когда гнев уходит, то он действительно уходит. Не остается ничего. Ребенок снова тот же самый, как будто гнева и не было. Чистота осталась неприкосновенной; чистота та же самая. Итак, ребенок чист, поскольку в его эмоции не вмешивается ум, у него еще нет ума.

Чем больше растет ум, тем в большей степени ребенок становится нечистым. Тогда гнев будет возникать в нем не спонтанно, а как осознаваемая вещь. Тогда ребенок иногда будет подавлять свой гнев - если ситуация будет не допускать его. А когда гнев станет подавленным, не проявится, то иногда он будет передан вместо этого в другую ситуацию. Когда в гневе никакой нужды не будет, он вдруг возникнет, так как подавленный гнев будет нуждаться в каком-то выходе. Тогда все станет нечистым, - потому что вошел ум.

Для вас ребенок может быть вором, но сам ребенок никогда не является вором, поскольку сама идея о том, что вещи кому-то принадлежат, в его уме отсутствует. Если он берет ваши часы, ваши деньги или что-либо еще, то это не воровство для него, потому что для него не существует знания о том, что вещи принадлежат кому-то. Его воровство является чистым, в то время как ваше неворовство является нечистым - здесь присутствует ваш ум.

Тантра утверждает, что когда кто-либо снова становится подобным ребенку, то он чист. Конечно, он не ребенок - он только подобен ребенку. Здесь имеется различие и сходство. Сходство заключается в восстановленной невинности. Снова вы становитесь подобным ребенку. Ребенок стоит обнаженным - никто не ощущает его наготу, потому что ребенок не осознает свое тело. Его нагота является качеством, отличным от вашей наготы. Вы осознаете свое тело.

Мудрый человек должен снова приобрести эту невинность. Махавира снова стоит обнаженный. Эта обнаженность снова имеет то же самое качество невинности. Он забыл про свое тело; он не является больше телом. Но одно отличие осталось, и это отличие велико: ребенок просто невежествен, потому и невинен. А мудрец является мудрым и в этом причина его невинности.

Однажды ребенок осознает свое тело и почувствует себя обнаженным. Он будет пытаться скрыть его, он почувствует себя виноватым, он будет чувствовать стыд. Он придет к осознанию. Поэтому его невинность является невинностью невежества. Знания разрушат ее. В этом смысл библейской истории об Адаме и Еве, изгнанных из садов Эдема. Они были нагие как дети. Они не осознавали свое тело; они не знали гнева, алчности, вожделения, секса или чего-либо подобного. Они не были осознающими. Они были невинны как дети.

Но Бог запретил им есть фрукты с дерева познания. Дерево познания было запрещено, но они ели с него, потому что все запретное является притягивающим. Все запретное является привлекательным! Они жили в большом саду с огромным количеством деревьев, но дерево познания стало наиболее важным и значительным, поскольку оно было запрещено. Эта запрещенность стала привлекаемостью, приглашением. Они были, как будто магнетизированы, загипнотизированы этим деревом. Они должны были съесть с него, они не могли избежать этого.

Но эта история прекрасна, потому что дерево названо деревом познания. В тот момент, когда они съели фрукт знания, они перестали быть невинными. Они стали осознающими; они пришли к пониманию, что они голые. Немедленно Ева попыталась укрыть свое тело. Познав свое тело, они узнали все - гнев, вожделение, алчность - все. Они стали взрослыми, поэтому они были изгнаны из сада.

Итак, по Библии знание является грехом. Из-за знания они были вышвырнуты из сада, они были наказаны. Пока они снова не станут подобными детям - невинными, незнающими - они не смогут войти в сад. Они снова смогут войти в царство Божье только в том случае, если они выполнят условие, заключающееся в том, чтобы снова стать невинными.

Все это всего лишь история человечества в целом. Каждый ребенок изгоняется из сада, не только Адам и Ева. Каждый ребенок в детстве живет в невинности, не зная ничего. Он чист, но его чистота есть невежество. Она не может продолжаться. Пока она не превратится в чистоту мудрости, вы не можете на это надеяться. Она должна уйти, рано или поздно вы должны съесть фрукт с дерева познания.

Каждый ребенок должен будет съесть фрукт с дерева познания. Это легко было сделать в райском саду - там было просто дерево. В качестве замены этого дерева мы имеем школы, колледжи и университеты. Каждый ребенок должен будет пройти через это, должен стать невинным, должен потерять свою невинность. Сам мир нуждается в знаниях, само существование нуждается в знаниях. Вы не можете существовать в мире без знаний. А когда приходят знания, приходит и разделение. Вы начинаете все делить на плохое и хорошее.

Таким образом, для тантры разделение всего на хорошее и плохое является нечистым. До этого вы чисты; после этого вы чисты; в этом вы нечисты. Но знание является необходимым злом, вы не можете избежать его. Через него нужно пройти; это часть жизни. Но в нем не нужно оставаться навсегда, нужно перешагнуть через него, трансцендировать его. Эта трансценденция снова сделает вас чистым и невинным. Если разделение потеряет свое значение, если знания, различающего плохое и хорошее, больше нет, то вы снова сможете смотреть на мир глазами невинности.

Иисус сказал: «Пока вы не станете подобны детям, вы не сможете войти в мое царство Божье». Пока вы не станете подобны детям... это и есть чистота тантры.

Лао-цзы говорит: «Разделение на один дюйм - и небеса и ад расходятся в разные стороны». Неразделение - в этом ум мудреца - совсем никакого разделения! Мудрец не знает, что является хорошим, а что является плохим. Он подобен ребенку, но и отличен от него, поскольку он знал это разделение. Он прошел через это разделение и переступил через него; он вышел за его пределы. Он знал темноту и свет, но теперь он вышел за их пределы. Теперь он видит темноту как часть света, а свет - как часть темноты, теперь нет разделения. Свет и темнота стали одним - степенями одного и того же явления. Теперь он все видит как степени одного; насколько бы полярно противоположными они ни были, он не смотрит на них, как на две сущности. Жизнь и смерть, любовь и ненависть, добро и зло, все является частью единого явления, одной энергии. Различия только в степенях проявления этих свойств - они никогда не могут быть разделены. Невозможно обозначить точку, с которой начинается другая часть, где происходит разделение. Разделения не существует. Что является хорошим? Что является плохим? С какого места вы сможете определить их, обозначить как точку деления? Они всегда одно. Они только различные степени одного и того же. Если вы познали и почувствовали это, ваш ум снова становится чистым. Это и есть та чистота, которую имеет в виду тантра. Поэтому я определяю тантрическую чистоту как невинность, а не как «хорошесть».

Но невинность может быть невежественной - тогда она бесполезна. Она должна быть потеряна, вы должны быть выброшены из нее; в противном случае вы не сможете быть зрелым. И отказ от знания, и перешагивание через него являются частями зрелости, частями реальной взрослости. Поэтому пройдите через них, но не оставайтесь там. Двигайтесь! Продолжайте двигаться! Придет день, когда вы окажетесь за их пределами.

Вот почему тантрическую чистоту трудно понять и можно попятить неправильно. Это тонкая вещь! Поэтому распознать тантрического мудреца практически невозможно. Обычные святые и мудрецы могут быть распознаны, потому что они следуют вам - вашим стандартам, вашим определениям, вашей морали. Тантрического мудреца трудно даже распознать, поскольку он перешагнул через все разделения. И на самом деле, в течение всей истории человеческого развития мы ничего не слышали о мудрецах тантры. О них нет никаких упоминаний и записей, потому что их так трудно распознать.

Конфуций пришел к Лао-цзы. Ум Лао-цзы был умом мудреца, тантрически настроенного. Он никогда не слышал слова «тантра»; слова не имели для него значения. Он никогда ничего не знал о тантре, но что бы он ни говорил, было тантрой. Конфуций является представителем нашего ума, он его архипредставитель. Он постоянно думает в терминах добра и зла, о том, что должно быть сделано и что не следует делать. Он законник - величайший из когда-либо существовавших законников. Он пришел проведать Лао-цзы и спросил его: «Что такое добро? Что следует делать? Что такое зло? Дай четкое определение».

Лао-цзы сказал: «Определения создают путаницу, потому что определения подразумевают разделение: это есть это, а то есть то». Вы делите и говорите, что А есть А, а Б есть Б... вы разделили. Вы говорите, что А не может быть Б; затем вы совершили разделение, дихотомию, а существование одно. А всегда становится Б, А всегда движется к Б. Жизнь всегда становится смертью, жизнь всегда движется к смерти, так как же вы сможете определить? Детство движется в юность, а юность движется к старости; здоровье движется к болезни, а болезнь движется к здоровью. Так, где же вы проведете демаркационную линию, чтобы разделить их?

Жизнь является единым движением, и в тот момент, когда вы даете определение, создается путаница, потому что определения будут мертвы, а жизнь всегда в движении. Поэтому определения всегда ложны. Лао-цзы сказал: «Определение порождает неправду, так что не определяйте. Не говорите, что есть добро, а что - зло».

Тогда Конфуций сказал: «Что вы говорите? Тогда как можно вести и направлять людей?»

Тогда как их можно научить? Как их сделать моральными и хорошими?»

Лао-цзы ответил: «Когда кто-то пытается сделать другого хорошим, в моих глазах это кажется грехом. Кто вы такой, чтобы вести? Кто вы такой, чтобы руководить? И чем больше ведущих, тем больше беспорядок. Предоставьте каждого самому себе. Кто вы такой?»

Подобная позиция кажется опасной. Она действительно опасна! Общество не может быть основано на этой позиции. Конфуций продолжает спрашивать, а Лао-цзы только и говорит: «Природы достаточно, не нужно никакой морали. Природа непринужденна, стихийна. Природы достаточно, не нужны никакие привнесенные извне законы и учения. Достаточно невинности; не нужно никакой морали. Природа непринужденна, природы достаточно. Не нужны никакие привнесенные законы и учения. Невинности достаточно. Знания не нужны».

Конфуций вернулся домой очень смущенный. Он не мог спать всю ночь. А его ученики просили: «Расскажите нам что-нибудь о встрече. Что произошло?» Конфуций отвечал: «Это не человек, это опасность, это дракон. Он не человек. Никогда не ходите туда, где он. Где бы вы ни услышали о Лао-цзы, просто бегите из этого места. Он полностью расстроит ваш ум».

И это правда, потому что вся тантра направлена на то, чтобы выйти за пределы ума, перешагнуть его. Она должна разрушить ум. Ум живет с определениями, с законами и с дисциплиной; ум есть порядок. Но помните, тантра не является беспорядком, и следует понять этот очень тонкий момент.

Конфуций не мог понять Лао-цзы. Когда Конфуций ушел, Лао-цзы долго смеялся, так что ученики спросили его: «Почему вы так смеетесь? Что случилось?»

Говорят, что Лао-цзы ответил: «Ум является таким барьером для понимания. Даже ум Конфуция является барьером. Он совсем не понял меня, и что бы он ни сказал впоследствии обо мне, будет неправильным. Он думает, что он создаст порядок в мире. Он не может создать порядок в мире. Порядок присущ миру; он всегда здесь. Когда вы пытаетесь создать порядок, вы создаете беспорядок». Лао-цзы сказал: «Он будет думать, что я создаю беспорядок, а на самом деле именно он создает беспорядок. Я против любого привнесенного порядка, поскольку я верю в непринужденный порядок, который устанавливается и изменяется автоматически. Нет необходимости вносить его».

Тантра смотрит на все именно таким образом. Для тантры невинность является непринужденностью, сааджатай - быть самим собой без внешнего принуждения, быть просто самим собой, расти как дерево. Не дерево в вашем саду, а дерево в лесу, растущее непринужденно; не направляемое кем-то, потому что любое направление является неправильным. Не ведомое, не охраняемое, не управляемое, не убеждаемое, но просто растущее.

Достаточно внутреннего закона; никакие другие законы не нужны. И если вы нуждаетесь в каком-либо ином законе, то это только показывает, что вы не знаете внутреннего закона, что вы потеряли контакт с ним. Так что реальные вещи не есть нечто искусственное.

Реальные вещи снова восстанавливают равновесие, снова движутся к центру, снова возвращаются домой, так что вы можете постигнуть реальный внутренний закон.

Но для морали, для религий - для так называемых религий - порядок должен быть навязан, добро должно быть насаждено сверху, снаружи. Религии, моральные учения, священники, попы - все они принимают вас изначально плохими, запомните это. Они не верят в хорошие свойства человека; они не верят в его внутренние хорошие свойства. Они считают, что вы зло, что если вас не научить, как быть хорошим, вы не сможете быть хорошим; пока добро не будет навязано вам извне, для вас не будет возможности прийти к нему изнутри.

Итак, для священников, для религиозных людей, для моралистов вы являетесь естественно плохими. Хорошие качества должны быть дисциплиной, навязанной извне. Вы есть хаос, а они должны привнести в вас порядок; они принесут порядок. И они сделали весь мир

путаницей, мешаниной, домом для умалишенных, потому что они наводили по-рядок в течение многих веков, дисциплинировали все в течение многих веков. Они так много учили, что от одного учения можно было сойти с ума.

Тантра верит в ваши врожденные добродетели - запомните эту разницу. Тантра утверждает, что каждый рожден хорошим, что добродетели являются свойством вашей природы. И это так! Вы уже добродетельны! Вы нуждаетесь в естественном росте, вы не нуждаетесь в каком-либо навязывании; вот почему ничто в человеке не считается плохим. Если имеется гнев, если имеется секс, если имеется алчность, то тантра говорит, что они также хороши. Не хватает только одного - вы не центрированы в самом себе; вот почему вы не можете использовать их.

Гнев не является плохим. Проблемой, на самом деле, является то, что вы не находитесь внутри, вот почему гнев производит разрушения. Если бы вы присутствовали внутри, гнев стал бы энергией здоровья, гнев стал бы здоровьем. Гнев трансформируется в энергию, он становится добром. Что бы в вас ни было - это хорошо. Тантра считает, что добродетели присущи всему. Все является священным, нет ничего посвященного, и ничто не является злом. Для тантры не существует дьявола, все является божественным.

Религии не могут существовать без дьявола. Они нуждаются в Боге, но они нуждаются и в дьяволе. Так что не обманывайтесь, если вы видите в их храмах только Бога. Непосредственно за Богом спрятан дьявол, потому что ни одна религия не может существовать без дьявола.

Что-то должно осуждаться, с чем-то нужно сражаться, что-то должно разрушаться. Все целиком не принимается, только часть. Это очень существенно. Никакая религия не принимает вас тотально только частично. Они говорят: «Мы принимаем вашу любовь, но не вашу ненависть. Уничтожьте ненависть». А это очень глубокая проблема, потому что когда мы полностью разрушаем ненависть, мы разрушаем и любовь - потому что это не две сущности. Они говорят: «Мы принимаем ваше молчание, но не принимаем ваш гнев». Разружьте гнев и вы разрушите вашу жизненность. Тогда вы будете молчаливым, но вы не будете больше живым - вы будете мертвым. Это молчание не жизнь, это просто смерть.

Религии всегда разделяют вас на две части: на дьявольское и божественное. Они принимают божественное и выступают против дьявольского - зло должно быть разрушено. И если бы кто-то действительно следовал им, он пришел бы к выводу, что в тот момент, когда вы разрушили дьявола, вы разрушили и Бога. Но никто в действительности не следует им - никто не может следовать им, потому что само учение является абсурдным. Так что же все делают? Все просто обманывают. Вот почему так много лицемерия. Это лицемерие было создано религией. Вы не можете делать то, чему они вас учат, поэтому вы становитесь лицемерами. Если вы будете следовать им, вы умрете; если вы не будете следовать им, вы будете чувствовать вину за то, что вы нерелигиозны. Так что же делать?

Хитрый ум идет на компромисс. Он продолжает неискренне уверять их в преданности, говоря: «Я следую за вами», но, в то же время, делает все, что ему хочется. В вас остается гнев, в вас остается секс, в вас остается алчность, но вы продолжаете говорить о том, что гнев - это плохо, секс - это плохо, алчность - это плохо, что все это грех. Это лицемерие. Весь мир стал лицемерным, нет ни одного честного человека. Пока эти разделяющие религии не исчезнут, ни один человек не сможет быть честным. Это кажется противоречивым, поскольку все религии учат быть честными, но все они являются фундаментом для всего нечестного. Они заставляют вас быть нечестным; поскольку они учат вас делать невозможные вещи, которые вы не можете делать, вы становитесь лицемерами.

Тантра принимает вас во всей вашей тотальности, во всей вашей целостности, поскольку тантра говорит, что нужно или принимать целиком, или отвергать целиком; не может быть ничего промежуточного. Человек является единым целым, органичным целым. Вы не можете

разделить его. Вы не можете сказать: «Мы не можем принять это», потому что-то, что вы отвергаете, органически связано с тем, что вы принимаете.

Это похоже на следующее... Вот мое тело. Кто-то приходит и говорит: «Мы принимаем наше кровообращение, но нам не нравится шум в вашем сердце. Это непрерывное биение вашего сердца мы не принимаем. Мы принимаем ваше кровообращение. С ним все в по-рядке, оно не шумит». Но моя кровь проходит через сердце, а его биение как раз и связано с кровообращением; оно происходит благо-даря сердцу. Так что же мне делать? Мое сердце и мое кровообра-щение являются органичной целостностью. Это не две сущности, это одна сущность.

Поэтому или принимайте меня тотально, или отвергайте меня тотально, но не пытай-тесь разделить меня, потому что тогда вы породите нечестность, глубокую нечестность. Если вы продолжаете осуждать мое сердцебиение, то я тоже начну осуждать мое сердцеби-ение. Но кровь моя не в состоянии будет циркулировать, и я не смогу жить без этого. Так что же делать? Продолжайте быть такими, какие вы есть, и продолжайте говорить о чем-то, чем вы не являетесь, чем вы не можете быть.

Нетрудно увидеть, как связаны сердце и кровообращение, труд-нее увидеть связь между любовью и ненавистью. Они есть одно целое. Когда вы любите кого-нибудь, что вы делаете? Вы выходите из себя, чтобы увидеть его, это дыхание, выходящее из вас, выдох. Когда вы ненавидите кого-нибудь, это дыхание, возвращающееся обратно, вдох.

Когда вы любите, вы являетесь притягательным для кого-то. Когда вы ненавидите, вы являетесь отталкивающим. Притяжение и отталкивание являются двумя волнами одно-го и того же движения. Притяжение и отталкивание не две сущности; вы не можете разде-лить их. Вы не можете сказать: «Вы можете вдыхать, но не можете выдыхать, или вы мо-жете выдыхать, но не можете вдыхать. Вам позволено только одно. Продолжайте или только вдыхать, или только выдыхать, но не то и другое вместе». Как вы сможете дышать, если вам не позволено выдыхать? А если вам не будет позволено ненави-деть, то вы не сможете любить.

Тантра говорит: «Мы принимаем всего человека, потому что человек является органическим единством». Человек есть глубокое единство; вы ничего не можете отделить от не-го. И так и должно быть - потому что если бы человек не был органическим единством, то ничто в этой вселенной не могло бы быть органическим единством. Человек является вер-шиной органической целостности. Камень, лежащий на дороге, является целостным. Дерево является целостным. Цветок и птица являются целостными. Все является целостным, так почему же человеку не быть таким? А человек является вершиной - великим единством, очень сложным органичным целым. Вы, на самом деле, не сможете отвергнуть в человеке ничего.

Тантра говорит: «Мы принимаем вас таким, каков вы есть. Это не означает, что нет никакой нужды в вашем изменении; это не означа-ет, что теперь вы должны перестать расти. Скорее наоборот, это озна-чает, что мы принимаем вас как основу для роста». Теперь вы можете рас-ти, но этот рост не означает какого-либо выбора. Этот рост будет ростом без выбора.

Посмотрите! Когда, например, будда становится просветленным, мы можем спро-сить: «Куда ушел его гнев - куда? У него был гнев, у него был секс, так куда же ушел секс? Куда ушел гнев? Где его алчность?» Мы теперь не можем распознать в нем никакого гнева. Когда он просветлен, мы не можем обнаружить в нем никакого гнева. Можете ли вы обнару-жить грязь в лотосе? Лотос вышел из грязи. Если вы никогда не видели растущего из грязи лотоса и вам принесут цветок лотоса, сможете ли вы представить себе, что этот прекрасный цветок лотоса вырос из обычной грязи пруда? Этот прекрасный ло-тос, вырастающий из безобразной грязи! Сможете ли вы обнаружить в нем грязь? Она присутствует, но в трансформированном виде. Аромат лотоса происходит из той же самой безобразной гря-зи. Сок лепестков также происходит из той же самой безобразной грязи. Если вы спряче-те этот цветок лотоса в грязи, то

за несколько дней он снова исчезнет в своей матери. И тогда снова вы не сможете понять, куда девался лотос. Куда? Где его аромат? Где эти прекрасные лепестки?

Вы не можете распознать себя в будде, но вы там - в более высоком плане, конечно, трансформированные. Секс здесь, гнев здесь, ненависть здесь. Все, что принадлежит человеку, здесь. Будда чело-век, но он пришел к своему окончательному росту. Он стал цветком лотоса; вы не можете распознать грязь, но это не значит, что ее там нет. Она там, но не в виде грязи. Она превратилась в более высокую сущность. Вот почему в Будде вы не почувствуете ни ненависти, ни любви. Это еще более трудно понять, потому что Будда появляется тотально любящим - никакой ненависти, всегда молчание, никакого гнева. Но его молчание отлично от вашего молчания. Оно не может быть тем же самым.

Что такое ваше молчание? Когда-то Эйнштейн сказал, что мир есть не что иное, как приготовление к войне. Между двумя войнами мы имеем промежуток мира, но этот мир не является реальным миром. Это только промежуток между двумя войнами, так что он превращается в холодную войну. Мы, таким образом, имеем два типа войны - горячую и холодную.

После второй мировой войны Россия и Америка начали холодную войну. Они не в мире - они просто готовятся к следующей войне. Они готовятся. Каждая война вносит беспокойства, разрушения. Вы должны быть снова готовы, поэтому вам нужен промежуток, интервал. Но если войны на земле действительно полностью исчезнут, то этот тип мира, который означает холодную войну, также исчезнет, поскольку он всегда имеет место между двумя войнами. Если войны полностью исчезнут, то и холодная война, которую мы называем миром, не сможет существовать.

Что означает ваше молчание? Всего лишь подготовка между двумя проявлениями гнева. Когда вы кажетесь спокойным, что это на самом деле? Вы действительно спокойны, вы действительно ослаблены, или это только подготовка к следующей вспышке гнева, к следующему взрыву? На гнев затрачивается энергия, поэтому вам требуется некоторое время. После вспышки гнева вы не сможете немедленно снова гневаться. Когда вы совершили половой акт, вы не сможете сделать это снова немедленно. Вам потребуется время, вам нужен будет период брахмачарьи - безбрачия, - минимум на два или три дня. Это будет зависеть от вашего возраста. Это безбрачие не является реальным безбрачием, это только период приготовления к новому половому акту.

Между двумя половыми актами может и не быть брахмачарьи. Вы продолжаете называть промежуток между двумя приемами пищи постом (fast). Вот почему утром мы имеем завтрак (breakfast - прерывание поста), но где же здесь пост? Вы всего лишь готовились. Вы не можете вталкивать в себя пищу непрерывно, вам нужен промежуток, но этот промежуток не является постом. Это, на самом деле, только подготовка к следующему приему пищи, но не пост.

Поэтому когда мы молчаливы, то это всегда состояние между двумя вспышками гнева. Когда мы спокойны, это всегда состояние между двумя пиками напряжения. Когда мы воздерживаемся от секса, это всего лишь состояние между двумя половыми актами. Когда мы любим, это всегда состояние между двумя периодами ненависти - запомните это.

Поэтому, когда молчит Будда, не думайте, что это ваше молчание. Когда исчезает ваш гнев, исчезает также и ваше молчание. Они существуют вместе; они не могут быть разделены. Поэтому, когда Будда является брахмачарьей - безбрачным, - не думайте, что это ваше безбрачие. Когда секс исчезает, исчезает также и брахмачарья. Они оба являются частью одного, поэтому они исчезают вместе. Будда совершенно другой человек, не такой, какого вы могли бы вообразить. Вы можете представить себе только дихотомию, деление на две части, которое вы знаете. Вы не можете себе представить этот тип человека, не можете представить, что произошло с ним.

Вся энергия перешла на другой уровень, на другую плоскость существования. Грязь стала лотосом, но она все еще здесь. Грязь неотделима от лотоса; она была преобразована.

Итак, тантра принимает все энергии внутри вас. Тантра предназначена не для отторжения чего-либо, а для трансформации. И тантра утверждает, что первым шагом является принятие. Первый шаг является очень трудным - принять. Вы можете становиться гневным много раз каждый день, но принять ваш гнев очень трудно. Гневаться очень легко; принять ваш гнев очень трудно. Почему? Вы не испытываете каких-либо трудностей, чтобы гневаться, так почему же вы должны испытывать много трудностей при принятии гнева? Гнев кажется не таким плохим, как его принятие. Все думают, что они хорошие люди, а гнев является временным явлением, он придет и уйдет. Он не разрушает ваш собственный образ. Вы продолжаете оставаться хорошим. Вы говорите, что это просто случайность. Это не является разрушительным для вашего эго.

Итак, те, кто хитер, немедленно раскаются. Они будут гневаться и они же будут каяться, они будут просить прощения. Они являются хитрецами. Почему я называю их хитрецами? Потому что их гнев колеблет построенный ими образ. Они начинают чувствовать себя беспокойно. Они начинают чувствовать: «Я сержусь? Я такой плохой, что сержусь?» Так что образ хорошего человека заколебался. Он должен попытаться восстановить его. Немедленно он говорит: «Это было плохо. Я никогда не буду делать этого снова. Простите меня». После того, как он попросил прощения, его образ снова восстанавливается. Он в порядке - снова в своем прежнем состоянии, когда гнева не было. Он анулировал свой гнев, попросив прощения. Он назвал себя плохим только для того, чтобы оставаться хорошим.

Вот почему вы можете пройти через много жизней подряд, оставаясь сердитым, оставаясь сексуальным, оставаясь стяжателем, оставаясь тем и этим, но никогда не приемля ничего. Это трюк вашего ума. Все, что бы вы ни делали, находится на периферии. В центре вы остаетесь хорошим. Если вы примете это «я сержусь», то в центре вы станете плохими. Тогда дело не в том, что вы внезапно рассердились, это не мгновенное явление. Тогда гнев является частью вас. Тогда это не то, что раздражает вас, когда вы сердитесь. Даже если вы один, гнев с вами. Когда вы не сердитесь, гнев все равно с вами, потому что гнев есть энергия, частица вас.

Дело не в том, что иногда гнев вспыхивает, а затем уходит - нет! Он не сможет вспыхивать, если он не присутствует всегда. Вы можете выключить этот свет, вы можете включить этот свет; но электрический ток всегда должен оставаться здесь. Если тока здесь нет, вы не сможете включить его и выключить. Ток гнева всегда здесь; ток секса всегда здесь, ток алчности всегда здесь. Вы можете включить его, вы можете выключить его. В различных ситуациях вы меняетесь, но внутри вы остаетесь тем же самым.

Принятие означает, что гнев не является действием. Скорее, вы являетесь гневом. Секс не только действие - вы являетесь сексом. Алчность не только действие - вы являетесь алчностью. Принятие означает отбрасывание собственного образа. А мы все выстроили прекрасный собственный образ. Каждый выстроил прекрасный собственный образ - абсолютно прекрасный. И что бы вы ни делали, вы не прикасаетесь к нему, вы продолжаете защищать его. Образ защищен, поэтому вы чувствуете себя хорошо. Вот почему вы можете стать сердитым, вы можете стать сексуальным, но не расстраиваетесь. Но если вы примете все это и скажете: «Я есть секс, я есть гнев, я есть алчность», то ваш собственный образ будет немедленно разрушен.

Тантра утверждает, что это первый и самый трудный шаг: принять себя такими, каковы вы есть. Иногда мы пытаемся принять, но когда мы принимаем, мы снова делаем это очень расчетливым образом. Наша хитрость глубока и утонченна, и ум имеет очень тонкие способности введения в заблуждение. Иногда вы принимаете и говорите: «Да, я гнев». Но если вы принимаете это, вы принимаете только тогда, когда думаете о том, как перешагнуть через гнев. Тогда вы принимаете и говорите: «О'кей, я гнев. Теперь скажите мне, как перешагнуть через

него». Вы принимаете секс только для того, чтобы стать несексуальным. Когда бы вы ни пытались быть чем-либо, вы сможете принять это, потому что ваш собственный образ снова восстанавливается в будущем.

Вы насильственны, а вы очень не хотите быть насильственными, поэтому вы принимаете свою насильственность и творите: «О'кей, я насильственный, но завтра, однако, я уже не буду насильственным». Как вы станете ненасильственными? Вы откладываете этот свой образ на будущее. Вы не думаете о себе в настоящем. Вы всегда рассуждаете в терминах идеала - ненасильственности, любви и сострадания.

Тогда вы в будущем. Это настоящее просто становится прошлым, ваше реальное «я» находится в будущем, поэтому вы продолжаете отождествлять себя с идеалами. Эти идеалы тоже являются способами неприятия реальности. Вы совершили насилие - это происходит сейчас. А настоящее является единственным существующим; будущего нет. Ваши идеалы просто сон. Они являются трюками для отстранения ума, для фокусирования его на чем-то другом.

Вы насильственны; это имеет место, так примите это. И не пытайтесь быть ненасильственными. Насильственный ум не может стать ненасильственным. Как это возможно? Взгляните на это по-глубже. Вы насильственны, так как же вы можете стать ненасильственным? Что бы вы ни делали, это будет делаться насильственным умом - что бы вы ни делали! Даже в то время, когда вы желаете быть ненасильственными, соответствующее усилие делается насильственным умом. Вы насильственны, поэтому в попытках быть ненасильственными вы будете насильственны. В самих усилиях стать ненасильственными вы будете испытывать все типы насилия.

Вот почему вы идете к этим борцам за ненасилие. Они могут не быть насильственными с другим, но над собой они совершают насилие. Они очень насильственны с собой - убийственно насильственны. И чем больше они разъяряются против самих себя, тем больше они радуются. Когда они становятся полностью сумасшедшими, самоубийственными, тогда общество называет их мудрецами. Но они просто трансформировали объект приложения насилия и больше ничего. Они были насильственными с кем-то другим, а теперь они насильственны с самим собой - но насилие остается. Но когда вы совершаете насилие над кем-то другим, его может защитить закон, ему может помочь суд, общество может осудить вас. А когда вы совершаете насилие против самих себя, закона нет. Никакой закон не может защитить вас от самого себя.

Когда человек выступает против самого себя, защиты нет, ничто не может помочь. Никто и не осмелится делать это, потому что это ваше дело. Никто другой не вовлечен в это: это ваше дело. Так называемые монахи, так называемые святые, они в ярости против самих себя. Никто ими не интересуется. Все говорят: «О'кей, продолжайте делать это. Это ваше дело».

Если ваш ум является алчным, то как же вы можете не быть алчным? Алчный ум останется алчным. Не поможет ничто, что бы вы ни делали для того, чтобы перешагнуть через алчность. Мы, конечно, можем создать новые виды алчности. Спросите жадного человека: «О чем вы думаете, накапливая свои богатства? Вы умрете и не сможете взять свои богатства с собой». Это логика так называемого религиозного проповедника - что вы не сможете взять свое богатство с собой. Но если бы кто-нибудь мог взять его с собой, то вся эта логика потерпела бы крах.

Алчный человек, конечно, понимает логику. Он говорит: «Как я могу взять с собой богатство». Но в действительности он хочет взять его. Вот почему священник становится влиятельным. Он говорит, что бессмысленно накапливать вещи, которые невозможно взять с собой после смерти. Он говорит: «Я научу тебя, как накопить вещи, которые можно взять с собой. Может быть взята добродетель, может быть взята пунья - добрые дела, может быть взята

доброта, но не богатство. Так что жертвуйте свое богатство».

Но это обращение к его жадности. Это все равно, что сказать ему: «Сейчас мы дадим вам более хорошие вещи, которые можно будет взять с собой после смерти». Это обращение достигает своей цели. Алчный человек чувствует: «Они правы. Смерть существует, и против нее ничего не поделаешь, поэтому я должен сделать что-то, что можно унести с собой. Я должен создать в другом мире некоторое подобие банковского счета. Этот мир, этот банковский счет не могут быть со мной всегда». Он продолжает рассуждать подобными терминами.

Просмотрите священные книги... они взывают к вашей алчности. Они говорят: «Что вы делаете, растрачивая свое время на преходящие удовольствия?» Упор делается на кратковременности. Так найдите какие-нибудь вечные удовольствия; тогда все будет в порядке. Они не против удовольствий, они просто против того, что они кратковременны. Взгляните на алчность!

Может случиться так, что вы найдете неалчного человека, который наслаждается кратковременными удовольствиями, но вы не сможете найти среди ваших святых человека, который бы не просил, не требовал вечных удовольствий. Их алчность больше обычной. Вы можете найти неалчного человека среди обычных людей, но вы не сможете найти неалчного человека среди так называемых святых. Они тоже хотят удовольствий, но они более алчны, чем вы. Вы удовлетворяетесь кратковременными удовольствиями, а они - нет. Их алчность больше. Их алчность может быть удовлетворена только вечными удовольствиями.

Бесконечная алчность требует бесконечных удовольствий - запомните это. Конечная алчность удовлетворяется конечными удовольствиями. Они будут спрашивать вас: «Что вы делаете, любя женщину? В ней нет ничего, кроме мяса и костей. Вглядитесь поглубже в женщину, которую вы любите. Что она из себя представляет?»

Они не против женщины, они против костей, против крови, против тела. Но если женщина из золота, тогда все в порядке. Они ищут женщину из золота.

Они не от мира сего, поэтому они создают другой мир. Они говорят: «На небесах имеются золотые девицы - апсары, - которые прекрасны и никогда не стареют». У индусов небесные апсары, небесные девушки всегда остаются шестнадцатилетними. Они никогда не стареют, им всегда шестнадцать - ни больше, ни меньше. Поэтому что вы делаете, растрачивая свое время на этих обыкновенных женщин? Думайте о небесах. Они не против удовольствий. Они, на самом деле, против кратковременных удовольствий.

Если по некоторому капризу Бог даст этому миру вечное удовольствие, то все здание религии немедленно рухнет; будет потеряна вся ее привлекательность. Если каким-либо образом банковские счета смогут переноситься за пределы смерти, то никто не будет заинтересован в создании банковских счетов в другом мире. Поэтому смерть является большой помощницей для священнослужителей.

Алчный человек всегда привлекается другой алчностью. Если вы скажете ему и убедите его, что его алчность является причиной его страданий и что если он оставит свою алчность, то он достигнет состояния блаженства, он может попытаться - потому что теперь вы, на самом деле, не против его алчности. Вы даете его алчности новые пастбища. Он может двинуться в новые измерения алчности.

Итак, тантра утверждает, что алчный ум не может стать неалчным, насильственный ум не может стать ненасильственным. Но это выглядит слишком безнадежным. Если это так, то ничего нельзя поделать. Тогда для чего создана тантра? Если алчный ум не может стать неалчным, насильственный - ненасильственным, а преследуемый сексом ум не может перешагнуть через секс, если ничего не может быть сделано, то для чего же создана тантра? Тантра не говорит, что ничего не может быть сделано. Что-то может быть сделано, но

соответствующее измерение является совершенно другим.

Алчный ум должен понять, что это алчность и принять ее - но не пытаться быть не-алчным. Алчный ум должен войти глубоко в самого себя, чтобы представить глубину своей алчности. Не двигаться из нее, но оставаться с ней; не двигаться в идеалы - в противоречащие идеалы, в противоположные идеалы, - но оставаться в настоящем, проникать в алчность, узнавать алчность, понимать алчность и ни-коим образом не пытаться убежать от нее. Если вы сможете оставаться со своей алчностью, то многое может случиться. Если вы сможете оставаться со своей алчностью, со своим сексом, со своим гневом, то ваше эго будет растворяться. Это случится первым - и что это за великое чудо!

Многие люди приходят ко мне и спрашивают, как избавиться от эго. Вы не сможете избавиться от эго, пока вы не изучите его корни. Вы алчны, но думаете, что неалчны - это эго. Если вы алчны и вы знаете и тотально принимаете, что вы алчны, то где сможет оставаться ваше эго? Если вы сердитесь и вы говорите, что вы сердитесь - вы не говорите это другим, но вы чувствуете это в глубине, вы чувствуете беспомощность - тогда где сможет укрыться ваш гнев? Если вы сексуальны, примите это. Каким бы вы ни были, примите это.

Неприятие природы, неприятие вашей «такости» - вашей тат-хаты, того, что вы есть - создает эго. Если вы все принимаете, эго исчезнет. Если вы не принимаете это, если вы отвергаете это, если создаете вместо этого идеалы, то эго будет. Идеалы - это материал, из которого сделано эго.

Примите себя. Но тогда вы будете выглядеть подобно животному. Вы не будете вы-глядеть человеком, потому что ваше представление о человеке взято из ваших идеалов. Вот почему мы продолжаем поучать других, не быть подобными животным, а все являются жи-вотными. Что вы можете сделать? Вы являетесь животным. Примите вашу жи-вотность. И в тот момент, когда вы примете свою животно-сть, вы сделаете первый шаг, чтобы выйти за пределы этого животно-го - потому что ни одно животное не знает, что оно животное, только человек может знать это. Это выход. Вы не можете выйти за пределы пу-тем отрицания.

Принимайте! Когда все принимается, вы вдруг почувствуете, что вы выходите за пре-делы, трансцендируете. Кто является принимаю-щим? Кто принимает все в целом? Те, кто принимает, выходят за пределы. Если вы отвергаете, вы остаетесь в той же плоскости. Если вы принимаете, вы выходите за пределы. Приятие есть трансценденция. А если вы принимаете себя тотально, то внезапно вы будете отброшены к своему центру. Тогда вы уже не сможете никуда сдви-нуться. Вы не сможете уйти от своей «такости», от своей приро-ды, так что вы будете отброшены к своему центру.

Все эти тантрические техники, которые мы обсуждаем и пытаем-ся понять, являются различными способами отбрасывания вас к своему центру, отбрасывания вас от пери-ферии. А вы пытаетесь убежать от центра многими способами. Хорошими выходами яв-ляются идеалы. Идеалисты являются наиболее тонкими эгоистами.

Многое случается... Вы насильственны и вы создаете идеи ненасильственности. Тогда для вас нет необходимости углубляться в самого себя, в свою насильственность; в этом нет необходимости. Тогда имеется единственная необходимость - продолжать думать о ненаси-лии, читать о ненасилии и пытаться практиковать ненасилие. Вы говорите себе: «Не при-касайся к насильственности» и остаетесь насильственными. Так вы можете убежать от себя, так вы можете идти на периферию, но так вы никогда не придете в центр. Это первое.

Во-вторых, когда вы создаете идеал ненасильственности, вы можете осуждать других. Теперь это становится очень легким делом. Вы имеете идеал, при помощи которого вы мо-жете судить обо всех, и вы можете сказать каждому: «Вы насильственны». Индия создала много идеалов; вот почему Индия продолжает непрерывно осуждать весь мир. Весь ин-дийский ум

является осуждающим. Он продолжает осуждать весь мир; все другие на-сильственны, только Индия нена-сильственна. Никто не кажется здесь ненасильственным, но идеал хорош для осуждения других. Он никогда не изменит вас, но вы можете осуж-дать других, потому что у вас есть идеал, критерий. А когда насильственны вы, вы можете логически обосновать это - ваша насильственность является чем-то совершенно другим.

За эти последние двадцать пять лет, мы применяли насилие мно-го раз, но мы никогда не осуждали нашу насильственность и наше насилие. Мы всегда защищали и логически объ-ясняли это прекрас-ными терминами. Если мы применяем насилие в Бенгалии, в Банг-ладеш, то мы говорим, что это для того, чтобы помочь людям приобрести свободу. Мы насиль-ственны в Кашмире, это для того, чтобы помочь кашмирцам. Но знаете, все милитаристы говорят одно и то же. Если Америка применяет насилие во Вьетнаме, то это «для этих бед-ных людей». Никто не применяет насилие для самого себя никто и никогда. Мы всегда на-сильничаем в помощь кому-либо. Даже если я убью вас, это будет для вашего добра, это для того, чтобы помочь вам. И даже если вы убиты, если я убил вас, вы только взгляните на мое сострадание. Для вашей же пользы я могу убить вас. Так продолжайте осуждать весь мир.

Когда Индия напала на Гоа, когда Индия воевала с Китаем, Бертран Рассел критиковал Неру, говоря: «Где теперь ваше ненасилие? Вы все последователи Ганди. Где теперь ваше ненасилие?» Неру от-ветил запрещением книг Бертрана Рассела в Индии. Книги, написанные Расселом, были запрещены. Это наш ненасильственный ум.

Это была хорошая дискуссия. Книги должны были бы распост-раняться свободно, по-тому что он прекрасно аргументировал. Он говорил: «Вы насильники. Ваше ненасилие просто политика. Ваш Ганди был не мудрец, он был просто дипломатом. А вы все говорите о ненасилии, а приходит подходящий момент, и вы начинаете при-менять насилие. Когда дру-гие сражаются, вы стоите на своем высо-ком алтаре и осуждаете весь мир как насильствен-ный».

Это случается с отдельными личностями, с обществами, с куль-турами, с нациями. Если вы имеете идеалы, вы не должны трансфор-мировать самого себя. Вы всегда можете на-деяться, что будете трансформированы в будущем самими идеалами, и вы легко можете осуждать других.

Тантра призывает оставаться самим собой. Каким бы вы ни были, примите это. Не осуждайте себя, не осуждайте других. Осуж-дение бесполезно, осуждениями энергии не ме-няются.

Первым шагом является приятие. Оставайтесь с явлением - это очень научно - оста-вайтесь с явлением гнева, алчности и секса. И знайте явление во всей его тотальной яв-ности. Не прикасайтесь к нему только снаружи, с поверхности. Знайте явление во всей её тотальности, в её тотальной явности. Входите в него до самых кор-ней. И помните, если вы сможете дойти до корней чего-либо, вы перешагнете через него. Если вы сможете узнать свой секс до самых корней, вы станете его хозяином. Если вы сможете узнать свой гнев до самых корней, вы станете его хозяином. Тогда гнев станет просто инструментом - вы сможе-те использовать его.

Я помню многое о Гурджиеве. Гурджиев учил своих учеников правильно сердиться. Вы слышали о словах Будды: правильная ме-дитация, правильное мышление и правильное созерцание. Мы слы-шали об учении Махавиры: о правильном видении и правильном зна-нии. Гурджиев учил правильному гневу и правильной алчности, и это учение было навеяно старыми традициями тантры. Гурджиев очень много осуждался на Западе, потому что на Западе он был живым символом тантры.

Он учил правильному гневу, он учил вас быть сердитыми тоталь-но. Если вы сердились, он говорил вам: «Продолжайте. Не подавляй-те это, пускай оно выйдет во всей своей тотально-сти. Проникните в это. Станьте гневом. Не останавливайте это, не стойте в стороне. Сде-лайте в это глубокий прыжок. Пусть все ваше тело станет пламе-нем, огнем».

Вы никогда не входили в это глубоко, и вы никогда не видели никого, кто бы делал так, потому что все являются более или менее окультуренными. Ни один не является оригинальным; все являются в большей или меньшей степени имитаторами. Никто не является оригинальным! Если вы сможете войти в гнев тотально, то вы станете просто огнем, горени-ем. Огонь будет настолько глубоким, пламя будет настолько глубоким, что и прошлое, и будущее немедленно исчезнут. Вы станете просто пламенем в настоящем. А когда каждая ваша клетка горит, когда каждая часть вашего тела становится пожа-ром, и вы становитесь просто гневом - не гневным, - тогда Гурджиев скажет: «Теперь будьте осознающими. Не по-давлийте. Теперь будьте осознающими. Теперь вдруг осознайте, чем вы стали, что такое гнев». В этот момент тотального присутствия в настоящем вы можете внезапно стать осознающим, и вы можете начать смеяться над абсур-дностью всего этого, над глупостью, над тупостью все-го этого. Но это не подавление - это смех. Вы можете смеяться над собой, потому что вы пере-шагнули через себя. Никогда больше гнев не сможет властво-вать над вами.

Вы узнали гнев во всей его тотальности, и вы все еще можете смеяться и вы все еще можете перешагнуть через него. Вы можете посмотреть на свой гнев снаружи. Раз вы увидели его во всей тоталь-ности, то вы знаете, что такое гнев. И теперь вы знаете также, что если даже вся энергия трансформируется в гнев, вы все еще сможете быть наблюдателем, свиде-телем. Тогда не будет страха. Помните: то, что неизвестно, всегда вызывает страх. То, что является темным, всегда вызывает страх. Вы боитесь своего собственного гнева.

Итак, люди продолжают говорить, что мы подавляем гнев, пото-му что гневаться нехорошо, это может ранить других. Но в действи-тельности это не так. В действительности они боятся своего гнева. Если они действительно сердятся, они не знают, что может случить-ся. Они бо-ятся самих себя. Они никогда не знали, что такое гнев. Это очень страшная вещь, спрятанная внутри, поэтому они боятся ее. Вот почему они становятся в одну шеренгу с обществом, с культурой, с образованием и говорят: «Мы не должны сердиться. Сердиться пло-хо. Это ранит других».

Вы боитесь своего гнева, вы боитесь своего секса. Вы никогда не были в сексе тотально. Вы никогда не были в сексе настолько тоталь-но, что вы могли забыть самого себя. Вы все-гда были здесь; ваш ум всегда был здесь. А если ум присутствует в половом акте, то этот акт является кажущимся, фальшивым. Ум должен раствориться, вы дол-жны стать просто телом. Здесь не должно быть никаких мыслей. Если есть мысли, вы разделены. Тогда половой акт есть не что иное, как освобождение от избыточной энергии. Это освобождение и ничего больше. Но вы боитесь быть тотально в сексе. Вот почему вы стано-витесь в одну шеренгу с обществом и говорите, что секс плох. Вы боитесь!

Почему вы боитесь? Потому что если вы входите в секс тотально, вы не знаете, что вы можете сделать, вы не знаете, что может случить-ся, вы не знаете, какая животная сила может возникнуть, вы не знаете, во что может вовлечь вас ваша бессознательность. Вы не знаете! То-гда вы не будете хозяином; вы будете не в состоянии управлять. Ваш собственный образ может быть разрушен. Поэтому вы управляете половым актом. А способ управления им заключается в том, чтобы оставаться в своем уме. Пусть половой акт происходит, не ло-кально.

Попытайтесь разобраться в этой «локальности» и «тотальности». Тантра говорит, что по-ловой акт является локальным, когда в него вовлечен только ваш сексуальный центр. Он локален, это локальное освобождение. Сексуальный центр продолжает накапливать энер-гию. Когда он переполняется, вы должны освободить его; в против-ном случае возникнет тяжесть, возникнет напряжение. Вы освобождаете его, но это локальное освобождение. Все ваше тело, все ваше «я» не вовлечено. Нелокальное, тотальное вовлечение означает, что в половом акте участвуют все фибры вашего тела, каждая клеточ-ка вашего тела, все, что в нем есть. Все ваше

существо становится сексуальным. Не только ваш сексуальный центр, но все ваше существо становится сексуальным.

Но тогда вы боитесь, потому что, что-то может случиться. И вы не знаете, что может случиться, потому что вы никогда не знали тотальности. Вы можете сделать что-то, что вы не в состоянии по-стигнуть.

Ваше бессознательное взорвется. Вы станете не одним животно-ым, а многими животными, потому что вы прошли через много жизней, через много тел животных. Вы можете начать выть, вы можете начать кричать, вы можете начать реветь как лев. Вы не знаете.

Возможно все - и это порождает страх. Вам нужен постоянный контроль, чтобы вы никогда не потеряли себя в чем-либо. Вот почему вы никогда ничего не знаете. А пока вы не узнаете, вы не сможете трансцендировать, перешагнуть через себя.

Принимайте, проникайте глубоко, идите к самым корням. Это тантра. Тантра за глубокие переживания. Все, что пережито, можно перешагнуть; то, что подавлено, перешагнуть невозможно.

На сегодня достаточно.

Глава 9

ТЕХНИКИ ДЛЯ ЦЕНТРИРОВАНИЯ

12 ноября 1972 года, Бомбей, Индия

Сутры:

13. Или представь, что пять цветных кругов на павлиньем хвосте являются твоими пятью органами чувств в беспредельном пространстве. Теперь пусть их красота сплавится внутри. То же самое в любой точке в пространстве и на стене, - пока точка не растворится. Тогда твоё устремленное на другое желание станет истиной.

14. Размести все своё внимание в тонком, как нить лотоса, нерве, расположенном в центре позвоночного столба. В таком состоянии будешь трансформирована

Человек рождается с центром, но в течение жизни он совершенно не вспоминает о нём. Человек может жить, не зная о своём центре, но он не может быть без центра. Центр является связью между человеком и экзистенцией, существованием, жизнью; он является корнем. Вы можете не знать об этом, знание не является существенным для существования центра, но если вы не знаете его, вы ведёте жизнь без корней - как если бы она была без корней. Вы не будете чувствовать никакого фундамента, вы не будете чувствовать под собой основы; вы не будете чувствовать себя дома во вселенной. Вы будете бездомным. Центр, конечно, никуда не исчез, но без знания его ваша жизнь будет просто дрейфом - бессмысленной, пустой, бесцельной. Вы будете чувствовать себя так, как будто бы вы живёте без жизни, дрейфуя и просто ожидая смерти. Вы будете продолжать откладывать смерть с одного момента на другой, но вы очень хорошо знаете, что это откладывание не приведёт вас никуда. Вы просто проводите время, и это ощущение глубокого расстройствa и крушения будет следовать за вами как тень. Человек рождается с центром, но не со знанием этого центра. Это знание нужно приобрести.

У вас есть центр. Центр здесь - без него вы не можете существовать. Как вы можете существовать без центра? Как вы можете существовать без моста между вами и экзистенцией, существованием?.. или, если вы любите это слово, Богом. Вы не можете существовать без этой глубокой связи. Вы имеете корни в божественном. Всю жизнь вы живёте благодаря этим корням, но эти корни под землей. Так же, как и у любого дерева, эти корни расположены под

землей; дерево не осознает свои собственные корни. Эта укорененность является вашим центром. Когда я говорю, что человек рождается с ним, то я имею в виду, что имеется возможность стать осознающим свою укорененность.

Если вы становитесь осознающим, ваша жизнь становится реальной; в противном случае ваша жизнь будет просто подобна глубокому сну, будет сновидением. То, что Аб-рахам Мэслоу называл «самореализацией», является на самом деле не чем иным, как осознанием своего внутреннего центра, посредством которого вы связаны с тотальной вселенной, осознанием своих корней: вы не одиноки, вы не атомарны, вы часть этого космического целого. Эта вселенная не есть чуждый вам мир. Вы не чужой для нее. Эта вселенная является нашим домом. Но пока вы не найдете свои корни, свой центр, эта вселенная останется чем-то чужим, чем-то посторонним.

Сартр говорит, что человек живет так, как будто он брошен в этот мир. Конечно, если вы не знаете своего центра, то вы ощущаете эту «брошенность», как будто вы брошены в мир извне. Вы посторонний; вы не принадлежите этому миру и этот мир не принадлежит вам. Тогда результатом этого должен быть страх, беспокойство, страдание.

Человек, будучи посторонним во вселенной, должен ощущать глубокое беспокойство, страх, страдание. Вся его жизнь будет просто сражением, борьбой, и это борьба, которая обречена на поражение. Человек не может победить, потому что часть никогда не может победить целое.

Вы не можете преуспеть против существования. Вы можете преуспеть вместе с ним, но никак не против него. И в этом разница между религиозным и нерелигиозным человеком. Нерелигиозный человек против вселенной; религиозный человек вместе со вселенной. Религиозный человек чувствует себя дома. Он не чувствует себя брошенным в мир, он чувствует себя выросшим в мире. Помните о разнице между брошенным и выросшим.

Когда Сартр говорит, что человек брошен в мир, то само слово, сама формулировка этого показывает, что вы не принадлежите миру. И само слово «брошен» означает, что это произошло принудительно, без вашего согласия. Тогда этот мир кажется враждебным. Тогда результатом будет страдание.

По-другому может быть только в том случае, если вы не брошены в мир, но выросли как часть его, как органическая часть. Было бы на самом деле, лучше сказать, что вы являетесь вселенной, выросшей в отдельное измерение, которое мы называем «человек». Вселенная развивается во многих измерениях - в деревьях, в холмах, в звездах, в планетах... во многих измерениях. Человек тоже является одним из измерений этого развития. Вселенная реализует себя через многие, многие измерения. Человек также является измерением со всеми своими вершинами и возможностями. Ни одно дерево не может осознать свои корни, ни одно животное не может осознать свои корни. Вот почему для них не существует никаких беспокойств.

Если вы не осознаете свои корни, свой центр, то вы никогда не сможете осознать свою смерть. Смерть существует только для человека. Смерть существует только для человека, поскольку только человек может стать осознающим свои корни, осознающим свой центр, осознающим свою тотальность и свою укорененность во вселенной.

Если вы живете без центра, если вы чувствуете себя посторонним, то результатом этого будет страдание. Если вы чувствуете, однако, что вы дома, что вы есть рост, реализация потенциальных возможностей самого существования - как будто само существование стало осознанным в вас, как будто оно добавило вам осознанности - если вы так чувствуете, если вы действительно все представляете себе таким образом, тогда результатом будет блаженство, счастье.

Блаженство является результатом органического единства со вселенной, а страдание

является результатом враждебности. Но пока вы не узнаете свой центр, вы должны будете чувствовать вброшенность, как будто жизнь была насильно навязана вам. С этим центром, который уже здесь, хотя человек и не осознает его, связаны те сутры, которые мы будем обсуждать. Но прежде, чем мы углубимся в Вигьяну Бхайраву Тантру и в ее техники, имеющие отношение к центру, рассмотрим еще два-три вопроса.

Первое: когда человек рождается, он укоренен в конкретном месте, в конкретной чакре - центре - и это есть пупок. Японцы называют это хара; отсюда термин харакири. Харакири означает самоубийство. Буквально это означает убийство хары - основы, центра. Ха-ра является центром; разрушение центра означает харакири. Но мы все совершаем, в некотором смысле, харакири. Мы не убиваем центр, но мы забываем о нем, или мы ни-когда не вспоминаем о нем. Он здесь и ждет, а мы все ползем прочь и прочь от него.

Когда ребенок рождается, он укоренен в пупке, в харе; он живет через хару. Понаблюдайте за дыханием ребенка - его пупок поднимается и опускается. Он дышит при помощи живота, он живет при помощи живота, а не при помощи головы или сердца, но постепенно он должен будет сползть прочь от центра.

Прежде всего, он создаст другой центр - это сердце, центр эмоций. Он научится любить, он будет любимым, и будет создан еще один центр. Этот центр не является реальным центром; этот центр является побочным продуктом. Вот почему психологи говорят, что если ребенка не любили, то он никогда не будет в состоянии полюбить.

Если ребенок развивается в обстановке нелюбви - в холодной обстановке, где никто не любит и не дает тепло, то он сам никогда в своей жизни не сможет никого полюбить, потому что у него не будет создан сам центр любви. Созданию этого центра способствуют: любовь матери, любовь отца, семьи, общества. Этот центр является побочным продуктом; вы не родились с ним. Так что если ему не помогать расти, он и не будет расти. Многие, многие люди живут без центра любви. Они продолжают говорить о любви, они продолжают верить, что они любят, но у них нет центра, так как они могут любить? Трудно получить любящую мать, очень редко вы получаете любящего отца. А если с самого начала у ребенка не будет любви, то сам он никогда не будет в состоянии любить.

Вот почему все человечество живет без любви. Вы продолжаете производить детей, но вы не знаете, как дать им центр любви. Скорее наоборот, чем более цивилизованным становится общество, тем больше усилий оно прикладывает для создания третьего центра, центра интеллекта. Первоначальным центром является пупок. Ребенок с ним рождается; он не является побочным продуктом чего-либо. Без него жизнь невозможна, поэтому он просто дается при рождении. Второй центр является побочным продуктом. Если ребенок получает любовь, он реагирует на это. Реакция заключается в том, что этот центр растет в человеке: это сердечный центр. Третий центр представляет из себя рассудок, интеллект, голову. Третий центр создается образованием, логическими рассуждениями и упражнениями; он также является побочным продуктом.

Но мы живем в третьем центре. Второй центр почти отсутствует - даже если он присутствует, он является нефункционирующим; даже если он функционирует иногда, он функционирует нерегулярно. Но третий центр, голова, становится в жизни основной силой, потому что вся жизнь зависит от этого третьего центра. Он является утилитарным. Вы нуждаетесь в нем для размышлений, логических рассуждений, думанья. Поэтому все рано или поздно становятся ориентированными на голову; вы начинаете жить в голове.

Голова, сердце, пупок - это три центра. Пупок является данным вам центром, первоначальным центром. Сердце может быть развито и его хорошо развивать по многим причинам. Рассудок тоже следует развивать, но не за счет сердца, потому что если рассудок развивается за

счет сердца, то вы теряете связь и не можете снова прийти к пупку. Развитие осуществляется от рассудка к существованию, бытию. Да-вайте попытаемся понять это следующим образом.

Пупочный центр является бытием; сердечный центр является чувством; головной центр является знанием. Знание расположено дальше от бытия - чувство ближе. Если вы потеряете центр чувства, то трудно будет создать мост между рассудком и бытием - очень трудно. Вот почему любящий человек более легко может себе пред-ставить, что в этом мире он дома, чем человек, который живет только рассудком.

Западная культура делает основной упор на головной центр. Вот почему на Западе глубокое беспокойство вызывают чувства человека. Кроме того, глубокое беспокойство вызывают его бездомность, его пустота, его неукорененность. Симон Вейл написал книгу «Потреб-ность в корнях». Западный человек ощущает неукорененность, как будто у него нет корней. Причи-ной этого является то, что центром становится только голова. Сердечный центр не трениру-ется, он поте-рян.

Биение сердца не является вашим сердцем, это просто физиоло-гическая функция. Поэто-му если вы ощущаете сердцебиение, то не думайте, что вы имеете сердце. Сердце - это не-что другое. Сердце означает способность чувствовать; голова означает способность знать. Сердце означает способность чувствовать и способность быть единым - быть единым с чем-либо... способность быть единым с чем-нибудь.

Религия имеет дело с бытием; поэзия имеет дело с сердцем; философия и наука имеют дело с головой. Эти два центра, сердце и голова, являются периферийными центра-ми, нереальными центра-ми, просто ложными центрами. Реальным центром является пупок, хара. Как достичь его снова? Или как представить себе его?

В обычных ситуациях вы подходите близко к харе лишь иногда - это случается редко, слу-чайным образом. Этот момент становится моментом очень глубокого блаженства. В сексе, на-пример, вы иногда подходите близко к харе, потому что при сексе ваш ум, ваше сознание снова движется вниз. Вы должны покинуть свою голову и опуститься вниз. Иногда случается, что в глубоком сексуальном оргазме вы оказываетесь около своей хары. Вот почему так много очарования в сексе. На самом деле не секс дает вам переживание блаженства - его дает хара.

Опускаясь по направлению к сексуальному центру, вы проходите через хару, вы касаетесь ее. Но для современного человека даже это становится невозможным, потому что для со-временного человека даже секс является деятельностью мозга, умственной деятельностью. Даже секс ушел в голову; человек думает о нем. Вот почему так много фильмов, так много ро-манов, так много литературы, порнографии и тому подобного. Человек думает о сексе, но это абсурд. Секс является переживанием; вы не можете думать о нем. А если вы начинаете думать о нем, то для вас все труднее и труднее будет пережить его, потому что он не имеет совершенно никакого отношения к голове. Рассудок здесь не нужен.

И чем больше современный человек ощущает невозможность погружения в секс, тем больше он думает о нем. Это становится порочным кругом. И чем больше он думает о сексе, тем более он становится рассудочным. Тогда даже секс становится поверхност-ным. На Западе он становится поверхностным, повторяющейся вещью, скукой. Вы ничего не получаете, вы просто повторяете по старой привычке. И, в конце концов, вы чувствуете се-бя разочарован-ным - как будто вас обманули. Почему? Потому что на самом деле ваше сознание не опустилось обратно к центру.

Вы ощущаете блаженство только при прохождении через хару. Поэтому, что бы ни было причиной, всегда, когда вы проходите через хару, вы испытываете блаженство. Воин на поле боя иногда проходит через хару, но не современный воин, потому что он совсем не явля-ется воином. Человек, который бросает бомбу на город, является спящим. Он не являет-ся воином; он

не является сражающимся; он не кшатрий - он не сражается как Арджуна.

Иногда человек, находящийся на краю гибели, отбрасывается к харе. Для воина, сражающегося мечом, смерть возможна в любой момент, в любой момент его может не стать. Кроме того, во время сражения на мечах вы не в состоянии думать. Если вы будете думать, вас больше не будет. Вы должны действовать без раздумий, потому что для раздумий требуется время; если вы сражаетесь мечом, вы не можете думать. Если вы думаете, то победит другой и вас больше не будет. Здесь нет времени на раздумья, а ум требует времени. Поскольку на раздумья времени нет, а размышления будут означать смерть, то сознание выпадает из головы - оно идет к харе и воин испытывает переживание блаженства. Вот почему в войне так много очарования. Секс и война являются двумя видами очарования и причина заключается в том, что в обоих случаях вы проходите через хару. Вы проходите через нее при любой опасности.

Ницше призывает нас жить опасно. Почему? Потому что при опасности вы отбрасываетесь к харе. Вы не можете думать; вы не можете вырабатывать что-либо при помощи своего ума. Вы должны действовать немедленно.

Ползет змея. Вдруг вы видите змею и делаете прыжок. Нет никакого взвешенного осмысливания, что это змея. Здесь нет силлогизмов; вы не рассуждаете при помощи своего ума: «Вот змея, а змея является опасной и, поэтому, я должен прыгнуть». Нет никаких логических рассуждений, вроде этих. Если бы вы рассуждали таким образом, вас бы уже не было в живых. Вы не можете рассуждать. Вы должны действовать самопроизвольно, мгновенно. Сначала приходит действие, а затем его осмысливание. После того, как вы прыгнули, вы можете подумать.

В обычной жизни, когда нет опасности, вы сначала думаете, а затем действуете. При опасности весь процесс становится обратным: сначала вы действуете, а затем думаете. Это действие, которое приходит первым, без рассуждений, отбрасывает вас к вашему первоначальному центру - харе. Вот в чем это очарование опасности.

Вы едете на автомобиле все быстрее, быстрее и быстрее и вдруг наступает ситуация, когда каждое мгновение является опасным. В любой момент вы можете лишиться жизни. В этот момент тревожного ожидания, когда смерть и жизнь максимально близки друг к другу, просто две точки, близкие друг к другу, и вы между ними, ум прекращает свою деятельность: вы отбрасываетесь к харе. Вот почему так много очарования связано с автомобилями, с вождением - быстрым вождением, сумасшедшим вождением. Или вы играете в азартную игру и в качестве ставки поставили все, что у вас есть - ум останавливается, налицо опасность. В следующую минуту вы можете стать нищим. Ум не может функционировать; вы отбрасываетесь к харе.

Опасности имеют свою привлекательность, поскольку при опасности ваше ежедневное, обычное сознание не может функционировать. Опасность идет вглубь. Ваш ум не нужен; вы становитесь не-умом. Вы просто есть! Вы являетесь осознающим, но не думающим. Этот момент становится медитативным. В азартных играх игроки, фактически, ищут медитативного состояния ума. В опасности - в драке, в дуэли, в войнах - человек всегда искал медитативных состояний.

В вас внезапно извергается, взрывается блаженство. Это превращается в некоторый поток изнутри. Но это случайное, самопроизвольное явление. Определенно известно только одно: всегда, когда вы испытываете блаженство, вы находитесь ближе к харе. Это наверняка и причина не имеет значения; причина к этому не имеет никакого отношения. Всегда, когда вы проходите мимо своего первоначального центра, вы наполняетесь блаженством.

Эти сутры связаны с созданием укорененности в харе, в центре научным, заранее обдуманном способом - не случайно, не на мгновение, а постоянно. Вы можете непрерывно оставаться в харе, это может стать вашей укорененностью. Эти сутры как раз и посвящены тому,

как это сделать.

Теперь мы возьмем первую сутру, которая является одним из способов возвращения в центр.

13. Тотально концентрируйся на одном объекте

Первая сутра: Или представь, что пять цветных кругов на павлиньем хвосте являются твоими пятью органами чувств в беспредельном пространстве. Теперь пусть их красота сплавится внутри. То же самое в любой точке в пространстве и на стене - пока точка не растворится. Тогда твое устремленное на другое желание станет истиной.

Все эти сутры говорят о том, как достичь внутреннего центра. Основной используемый механизм, основная используемая техника заключается в том, что если вы можете создать центр снаружи - где угодно: в уме, в сердце, или даже снаружи на стене - и если вы тотально сконцентрированы на нем и отбросили весь остальной мир, забыли про весь остальной мир и только одна точка остается в вашем сознании, то вдруг вы будете отброшены в свой внутренний центр.

Как это работает? Сначала поймите следующее: Ваш ум является бродячим, блуждающим. Он никогда не находится в одной точке. Он всегда идет, двигается, достигает чего-то, но никогда не находится в одной точке. Он перескакивает с одной мысли на другую, от А к В. Но он никогда не находится в А, он никогда не находится в В. Он всегда в движении. Запомните это: ум всегда в движении, надеясь достичь чего-то, но никогда не достигая. Он не может достичь! Сама структура ума представляет собой движение. Он может только двигаться; это внутренняя природа ума. Сам процесс движения - от А к В, от В к С... все продолжается и продолжается.

Если вы остановитесь в А, или в В, или в любой другой точке, то ум будет сражаться с вами. Ум будет говорить: «Двигайся», потому что если вы останавливаетесь, ум немедленно умирает. Он может жить только в движении. Ум означает процесс. Если вы останавливаетесь и не двигаетесь, ум вдруг становится мертвым, его больше нет; остается только сознание.

Сознание является вашей природой; ум является вашей деятельностью, как, например, ходьба. Это трудно осознать, потому что мы думаем, что ум является чем-то вещественным. Мы думаем, что ум является субстанцией; но нет, ум - это просто деятельность. Поэтому его лучше называть «умничанием», а не умом. Это процесс, точно так же, как и ходьба. Ходьба является процессом; если вы остановитесь, ходьбы не будет. Ноги есть, а ходьбы нет. Ноги могут ходить, но если вы останавливаетесь, то ноги будут здесь, а ходьбы здесь не будет.

Сознание подобно ногам - это ваша природа. Ум подобен ходьбе - это просто процесс. Когда сознание движется с одного места на другое, этот процесс является умом. Когда сознание движется от А к В, от В к С, то это движение является умом. Если вы прекратите движение, ума не станет. Вы являетесь сознающим, но ума нет. Вы имеете ноги, но не ходите. Ходьба является функционированием, деятельностью; ум также является функционированием, деятельностью.

Если вы остановитесь в любой точке, ум будет бороться. Ум будет говорить: «Продолжай!» Ум изо всех сил будет стараться толкнуть вас вперед, или назад, или в любом другом направлении - но: «Продолжай! Делай что угодно, но не оставайся в одной точке».

Если вы настаиваете и если вы не подчиняетесь уму... это трудно, потому что вы всегда подчиняетесь. Вы никогда не приказываете уму; вы никогда не являетесь хозяином. Вы и не можете быть хозяином, потому что вы, на самом деле, никогда не отделяете себя от своего ума. Вы думаете, что вы и есть ум. Это заблуждение, что вы являетесь умом, дает уму полную свободу, потому что тогда никто не является его хозяином, никто не управляет им. Нет никого! Ум сам становится хозяином. Он может стать хозяином, но его господство является кажущимся. Попробуйте когда-нибудь и вы сможете сломить это господство - оно является ложным.

Ум является просто рабом, притворяющимся хозяином, но он притворялся так долго, в течение многих жизней, что даже хозяин поверил в то, что раб является хозяином. Это просто вера. Испытайте противоположное и вы убедитесь, что эта вера является бес-почвен-ной.

Эта сутра говорит: Представь, что пятицветные круги на павлинь-ем хвосте являют-ся твоими пятью органами чувств в беспредельном пространстве. Теперь пусть их красота сплавится внутри. Думайте, что пять ваших чувств являются пятью цветами и эти пять цветов заполняют все пространство. Просто представьте себе ваши пять чувств, как пять цветов - прекрасные цвета, живые, распространяю-щиеся в бесконеч-ном пространстве. Затем двигайтесь внутрь вместе с этими цветами. Переместитесь внутрь и почувствуйте центр, где все эти пять цветов встречаются с вами. Это просто воображение, но оно помогает. Только представьте себе пять цветов, проникающих внутрь вас и встречающихся в точке.

Конечно, эти пять цветов встретятся в точке: весь мир растворит-ся. В вашем вообра-жении имеются только пять цветов - так же, как на хвосте павлина - распределенные по всему пространству, входящие глубоко внутрь вас, встречающиеся в точке. Подойдет любая точка, но самой лучшей точкой является хара. Думайте, что они встречаются в пупке - что весь мир превращается в цвета, и эти цвета встречаются в вашем пупке. Смотри-те на эту точку, концентрируйте свое внимание на этой точке, концентрируйте до тех пор, по-ка точка не растворится. Если вы концентрируетесь на точке, она растворяет-ся, потому что это всего лишь ваше воображение. Помните, что бы мы ни сделали, все является нашим воображением. Если вы концен-трируетесь на ней, она растворится. А когда точка растворя-ется, вы отбрасываетесь к своему центру.

Мир растворился. Для вас мира не существует. В этой медитации имеется только цвет. Вы забыли про весь мир; вы забыли про все его объекты. Вы выбрали только пять цветов. Вы-берите любые пять цве-тов. Это важно для тех, кто имеет очень острый глаз, очень глубокую цветовую чувствительность. Эта медитация окажется полезной не для каждого. Если вы не имеете глаза художника, если вы не осозна-ете цвета, если вы не можете представлять себе цвета, то эта техника будет трудной для вас.

Отмечали ли вы когда-нибудь, что ваши сны являются цветны-ми? Цветные сны может видеть только один человек из сотни. Вы видите только белое и черное. Почему? Весь мир является цветным, а ваши сны являются бесцветными. Если кто-то из вас помнит, что его сны являются цветными, то эта медитация для него. Если кто-то помнит, что хотя бы иногда он видит во сне цвета, то эта медитация будет для него.

Если вы скажете человеку, нечувствительному к цветам: «Вооб-разите себе мир, напол-ненный цветами», то он ничего не сможет вообразить. Даже если он будет пытаться во-образить, если он будет думать «красное», то он будет видеть слово «красное», но он не смо-жет увидеть цвет. Он скажет «зеленое», и слово «зеленое» будет здесь, но самой зелени не будет.

Испытайте этот метод, если вы имеете цветовую чувствитель-ность. Вот пять цветов. Весь мир является просто пятью цветами, и эти цвета встречаются внутри вас. Где-то глубоко внутри вас эти пять цветов встречаются. Сконцентрируйте внимание на этой точке и про-должайте его концентрировать. Не сдвигайтесь с точки, оставай-тесь в ней. Не допускайте действия ума. Не пытайтесь думать о зеленом, красном, желтом, о цветах вообще - не думайте. Просто смотрите, как они встречаются в вас. Не думайте о них! Если вы думае-те, ум двигается. Будьте просто наполнены цветами, встречающимися в вас, а затем скон-центрируйтесь на точке встречи. Не ду-май-те! Концентрация не является думаньем; это не размышление.

Если вы действительно наполнены цветами и вы стали просто радугой, павлиньим хвостом, и все пространство тоже заполнено этими цветами, то это даст вам глубокое чувство красоты. Но не думайте о ней; не говорите, что это прекрасно. Не начинайте ду-мать. Сконцентрируйте

внимание на точке, где встречаются все эти цвета и продолжайте концентрироваться на ней. Она исчезнет, она растворится, потому что все это лишь игра во-ображения. И если вы будете поддерживать эту концентрацию, то воображаемое не может оста-ваться здесь, оно растворится.

Мир уже растворился; здесь были только цвета. Эти цвета были вашим воображением. Эти воображаемые цвета встречались в точке. Эта точка, конечно, была воображаемой - и теперь, при глубокой концентрации, эта точка растворилась. Где вы теперь? Где вы будете? Вы будете отброшены к своему центру.

Объекты растворены посредством воображения. Теперь вообра-жение будет растворено посредством концентрации. В качестве субъ-ективности остаетесь вы один. Объективный мир растворился; мысленный мир растворился. Вы находитесь здесь в виде чистого сознания.

Вот почему эта сутра говорит: в любой точке в пространстве и на стене... Это поможет. Если вы не сможете вообразить цвета, то помо-жет любая точка на стене. Вы берете что-нибудь просто как объект концентрации. Если она окажется внутренней, будет лучше, но, кро-ме того, имеется два типа личностей. Для интровертов легче будет представить себе все в виде цветов, встречающихся внутри. Но име-ются экстраверты, которые не могут представить себе что-либо внут-ри. Они могут вообразить себе что-либо только снаружи. Их умы дви-жутся только наружу; они не могут двигаться внутрь. Для них нет ничего, подобного внутрен-нему миру человека.

Английский философ Давид Юм сказал: «Когда бы я ни погру-жался внутрь самого себя, я никогда не встречал никакого «я». Все, что я встречаю, является всего лишь отражением внешнего мира: мысли, некоторые эмоции, некоторые чувства. Я никогда не встре-чаю внутренний мир, я встречаю там только отраженный внешний мир». Это экстравертный ум во всей его красе, а Давид Юм был одним из наиболее экстравертных умов.

Поэтому, если вы не можете почувствовать что-либо внутри, и если ваш ум спрашивает: «Что означает этот внутренний мир? Как войти внутрь?», то попробуйте использовать вместо этого любую точку на стене. Встречаются люди, которые приходят ко мне и спра-шивают, как войти внутрь. Это проблема, поскольку, если вы знаете только внешний мир, если вы знаете только движение наружу, то трудно представить себе, как идти внутрь.

Если вы являетесь экстравертом, то не берите эту точку внутри, берите ее снаружи. Ре-зультат будет тем же самым. Сделайте точку на стене; сконцентрируйтесь на ней. Тогда вы должны будете сконцент-рироваться на ней открытыми глазами. Если вы создаете внутрен-ний центр, создаете точку внутри, то вы должны будете сконцентрироваться на ней с за-крытыми глазами.

Сделайте точку на стене и сконцентрируйтесь на ней. Реальные события будут происхо-дить благодаря концентрации, а не благодаря точке. Будет она внутри или снаружи - не име-ет значения. Это зави-сит от вас. Если вы смотрите на внешнюю стену, сконцентрируйтесь на ней и продолжайте концентрироваться до тех пор, пока точка не растворится. Это следует подчеркнуть: пока точка не растворится! Не мигайте глазами, потому что мигание соз-дает промежуток, в котором ум снова сможет двигаться. Не мигайте, потому что тогда ум начнет думать. Образуется разрыв; при мигании происходит потеря концентрации. Поэтому не мигайте.

Вы, вероятно, слышали о Бодхидхарме, одном из величайших мастеров медитации во всей истории человечества. О нем рассказы-вают очень красивую историю.

Он концентрировался на чем-нибудь - на чем-нибудь снаружи. Его глаза обычно мига-ли и концентрация пропадала, поэтому он оторвал свои веки. Это прекрасная история: он оторвал свои веки, выбросил их и концентрировался. Через несколько недель он увидел ка-кие-то растения, выросшие на том месте, куда он бросил свои веки. Это произошло на горе в Китае, а гора называлась Та. Отсюда пошло название растения tea - чай. Растение, которое выросло,

стало чаем, вот почему чай помогает вам бодрствовать.

Когда ваши глаза мигают и вы засыпаете, выпейте чашку чая. Это веки Бодхидхармы. Вот почему дзэнские монахи считают чай священным. Чай не является какой-то обыкновенной вещью, он священен - это веки Бодхидхармы. В Японии имеется обычай проведения чайных церемоний, каждый дом имеет чайную комнату, а чай подают с религиозными церемониями; он священен. Чай следует пить в очень медитативном расположении духа.

В Японии вокруг питья чая созданы прекрасные церемонии. Они войдут в чайную комнату так, как они входили бы в храм. Затем будет приготавливаться чай, и все будут сидеть молча, слушая бульканье самовара. Идет пар, самовар шумит и все просто слушают. Это не простая обычная вещь... веки Бодхидхармы. И поскольку Бодхидхарма старался быть бодрствующим и осознающим с открытыми глазами, то чай помогает. Поскольку все это произошло на горе Та, появилось название - чай. Правда это или нет, но эта история прекрасна.

Если вы концентрируетесь внешним образом, то нужны немигающие глаза, как будто бы у вас не было век. Вот в чем значение отбрасывания век. У вас имеются только глаза без век, которые могли бы закрывать их. Концентрируйтесь, пока точка не растворится. Если вы настойчиво продолжаете, если вы настаиваете и не позволяете уму двигаться, точка растворяется. И когда точка растворяется, если вы концентрировались на точке, и для вас была только одна эта точка в мире, если весь мир уже растворился, если осталась только эта точка, а теперь и она растворилась, то сознание не сможет никуда двигаться. Нет объекта, к которому можно было бы двигаться - все измерения закрыты. Ум отбрасывается на самого себя, сознание отбрасывается на самого себя, и вы входите в центр.

Поэтому, независимо от того, расположена точка внутри или снаружи, концентрируйтесь до тех пор, пока точка не растворится. Эта точка растворится по двум причинам. Если она расположена внутри, она является воображаемой - она растворится. Если она расположена снаружи, то она не воображаемая, она реальная. Вы сделали точку на стене и сконцентрировались на ней. Тогда почему же эта точка растворится? Можно понять, как она растворяется внутри - ее там вообще не было, вы просто представили себе ее, - но на стене она присутствует, так как же она может раствориться?

Она растворяется по определенной причине. Если вы концентрируетесь на точке, реальная точка и не должна растворяться, растворяется ум. Если вы сконцентрировались на внешней точке, ум не может двигаться. Без движения он не может жить, он умирает, он останавливается. А когда ум останавливается, вы не можете быть связанным с чем-либо снаружи. Вдруг все мосты сломаны, потому что ум является мостом. Когда вы концентрируетесь на точке на стене, то ваш ум постоянно перепрыгивает от вас к точке, от точки к вам, от вас к точке. Происходит постоянное прыганье; это процесс.

Когда ум растворяется, вы не можете видеть точку, потому что на самом деле вы никогда не видите точку глазами; вы видите точку через ум и через глаза. Если ум исчез, глаза не могут функционировать. Вы можете продолжать пристально смотреть на стену, но точка не будет видна. Ума нет; мост сломан. Точка является реальной - она здесь. Когда ум вернется, вы снова ее увидите; она здесь. Но сейчас вы не можете видеть ее. А когда вы не можете видеть, вы не можете двигаться наружу. Вы вдруг оказываетесь в своем центре.

Подобное центрирование позволит вам осознать ваши экзистенциальные корни, основу вашего существования. Вы узнаете, в каком месте вы соединены с экзистенцией, существованием, жизнью. В вас имеется точка, которая связана с тотальной экзистенцией, всеобщим существованием, которая является единым целым с этой тотальной экзистенцией. Раз вы знаете этот центр, то вы знаете, что вы дома. Этот мир не является чужим для вас. Вы не посторонний в нем. Вы внутри его, вы принадлежите ему. Нет необходимости ни в какой борьбе, ни в каких

сражениях. Между вами и тотальной экзистенцией нет никакой вражды. Эта тотальная экзистенция, эта всеобщая сущность становится вашей матерью.

Именно эта всеобщая сущность входит в вас и именно ее вы можете осознать. Именно эта всеобщая сущность расцветает в вас. Это ощущение, это представление, это происшествие... и больше не будет страданий.

Тогда блаженство не является некоторым феноменом; это не нечто, что случается и уходит. Тогда наполненность блаженством станет свойством вашего естества. Когда некто укоренен в своем центре, наполненность блаженством является естественной. С кем-то может случиться блаженство и постепенно он даже может перестать осознавать, что он наполнен блаженством, поскольку такая осознанность нуждается в контрастах. Когда вы несчастны, то вы легко сможете почувствовать блаженство. Когда несчастья больше нет, то постепенно вы полностью забываете о нем. И вы забываете также о вашем блаженстве. И только тогда, когда вы сможете забыть и о своем блаженстве, вы будете действительно наполнены блаженством. Это естественно. Как светят звезды, как текут реки, так и вы наполнены блаженством. Само ваше бытие наполнено блаженством. Это не то, что случается с вами: теперь это и есть вы.

Что касается второй сутры, то механизм ее действия тот же самый, научные основания те же самые, рабочая структура та же самая.

14. Помести свою осознанность в свой позвоночник

Размести все свое внимание в тонком, как нить лотоса, нерве, расположенном в центре позвоночного столба. В таком состоянии будешь трансформирована.

Для выполнения этой сутры, этой техники медитации следует закрыть глаза и представить себе свой позвоночный столб, свой позвоночник. Хорошо было бы познакомиться с устройством тела, просмотрев какие-нибудь книги по физиологии человека, или сходить в какой-нибудь медицинский колледж или в больницу и посмотреть устройство человеческого тела. Затем закройте глаза и представьте себе позвоночник. Пусть позвоночник будет расположен вертикально и будет прямым. Представьте его, смотрите на него, а как раз в середине его представьте себе нерв, тонкий как нить лотоса, расположенный в центре вашего позвоночного столба. В таком состоянии будешь трансформирована. Если вы сможете, сконцентрируйте внимание на позвоночном столбе, а затем на ниточке в его середине, на проходящем сквозь него очень тонком нерве, подобном лотосной нити. Сконцентрируйте свое внимание на этом, и сама эта концентрация отбросит вас к своему центру. Почему?

Позвоночный столб является основой костной структуры всего вашего тела. Все подсоединяется к нему. Ваш мозг, на самом деле, не что иное, как один из полюсов вашего позвоночного столба. Физиологи говорят, что он является не чем иным, как отростком позвоночного столба; ваш мозг является, на самом деле, выростом позвоночного столба.

Ваш позвоночник соединен со всем вашим телом - все присоединено к нему. Вот почему он называется спинным хребтом, основой. В этом хребте действительно расположена нитеподобная вещь, но физиологи ничего не скажут о ней, потому что она не является материальной. В позвоночнике, как раз в его середине расположена серебряная струна - очень тонкий нерв. В действительности это не нерв в физиологическом смысле. Вы не сможете найти его и оперировать его; его там не найти.

Но при глубокой медитации его можно видеть. Он здесь; он является нематериальным. Это энергия, а не материя. На самом деле эта энергетическая струна в вашем позвоночном столбе является вашей жизнью. Через нее вы связаны с невидимой экзистенцией, с существованием, и через нее вы связаны также с видимым телом. Это мост между видимым и невидимым. Через эту нить вы связаны с телом и через нее же вы связаны также с вашей душой.

Прежде всего, представьте себе позвоночный столб. Сначала вы будете ощущать нечто странное, вы будете в состоянии представить себе его, но как нечто воображаемое. И если вы будете продолжать свои усилия, то это перестанет быть просто вашим воображением. Вы будете в состоянии увидеть свой позвоночный столб.

Я работал с человеком, изучавшим эту технику. Я дал ему для концентрации внимания изображение человеческого тела, чтобы он мог начать чувствовать, как представить себе позвоночный столб изнутри. Затем он начал медитировать. Спустя неделю он пришел и сказал: «Очень странно. Я пытался увидеть изображение, которое вы мне дали, но много раз это изображение исчезало и я видел другой позвоночник. И он не совсем такой, как на картинке, данной мне вами».

Тогда я сказал ему: «Теперь вы на правильном пути. Полностью забудьте про картинку и продолжайте смотреть на позвоночный столб, который становится видимым для вас».

Человек может рассматривать устройство своего собственного тела изнутри. Мы не пытаемся делать это, потому что это очень страшно и противно; потому что когда вы смотрите на ваши кости, кровь, вены, вам становится страшно. Ваши умы фактически пол-но-стью заблокированы от того, чтобы видеть изнутри. Мы смотрим на свое тело снаружи, как будто на него смотрит некто посторонний. Это так, как если бы вы вышли из этой комнаты и смотрели на нее - тогда вы знали бы только внешние стены. Войдите внутрь и посмотрите на дом - тогда вы сможете смотреть на внутренние стены. Вы смотрите на свое тело снару-жи, как будто на него смотрит кто-то другой. Вы не видите свое тело изнутри. Вы можете делать это, но из-за вашего страха это становится чем-то странным, неестественным.

В книгах по индийской йоге приводится много подробностей о строении человеческого тела, подтвержденных современными науч-ными исследованиями, и наука не в состоянии объяснить это. Как они могли узнать? Хирургия и другие методы, изучающие изнутри человеческое тело, разработаны совсем недавно. Как могли они знать обо всех этих нервах, обо всех центрах, обо всех внутренних структурах? Они знали даже о самых последних от-крытиях; они говорили о них и использовали их. Йога всегда все знала о самых сущест-венных, основных элементах устройства человеческого тела. Но они не раз-резали тела, так как же они могли знать?

В действительности имеется другой способ рассматривания сво-его собственного тела - изнутри. Если вы сможете сконцентрировать-ся внутри, то вдруг вы начнете видеть свое тело - внутреннее построение тела. Это хорошо для тех, кто глубоко ориентирован па тело. Если вы ощущаете себя материалистом, если вы чувствуете, что вы являетесь только те-лом, то эта техника будет очень полезной для вас. Если вы чувствуете, что вы есть тело, ес-ли вы являетесь верую-щим в учения Чарваки или Маркса, если вы считаете, что человек есть не что иное, как тело, то эта техника будет очень полезной для вас. Тогда идите и рас-сматривайте устройство скелета человека.

В старых школах тантры и йоги использовалось много костей. Даже сейчас у тантриков можно обнаружить некоторые кости, чело-веческие черепа. Они помогают осуществлять кон-центрацию изнут-ри. Сначала медитирующий концентрируется на этом черепе, а затем закрывает глаза и пытается увидеть свой собственный череп. Он пытается увидеть внешний череп изнутри и постепенно он начина-ет чувствовать свой собственный череп. Его сознание начинает фо-кусироваться. Этот внешний череп, концентрация на нем и визуализация его являются только помощью. Раз вы сконцентриро-ваны изнутри, вы можете перемещаться от кончиков пальцев ног до головы. Вы можете двигаться изнутри - а это большая вселен-ная. Ваше маленькое тело является большой вселенной.

Эта сутра использует позвоночный столб, потому что внутри позвоночного столба тя-нется

нить жизни. Вот почему мы так настаиваем на прямом позвоночнике, потому что если позвоночник не является прямым, то вы не сможете рассматривать внутреннюю нить. Она очень тонкая, она очень неуловимая - она мельчайшая. Это поток энергии. Поэтому если позвоночный столб является прямым, абсолютно прямым, только в этом случае вы сможете взглянуть на эту нить.

Но наш позвоночный столб не является прямым. Все индусы с самого детства пытаются сделать свой позвоночный столб прямым. Все их способы сидения, их способы спанья, их способы хождения предполагают, в основном, наличие прямого позвоночника. Если позвоночный столб не является прямым, то очень трудно увидеть внутреннюю струну. Она является очень тонкой - фактически она является нематериальной. Она нематериальна - это сила. Когда позвоночный столб является абсолютно прямым, эту нитеподобную силу можно увидеть.

...В таком состоянии будешь трансформирована. Раз вы смогли почувствовать эту нить, сконцентрировать на ней свое внимание и представить ее, то вы будете наполнены новым светом. Свет будет исходить из вашего позвоночного столба. Он будет распространяться по всему вашему телу; он может даже выходить за пределы вашего тела. Когда он выходит за пределы тела, видна аура.

Все имеют ауру, но обычно ваши ауры есть не что иное, как тени без какого-либо света в них - просто темные тени вокруг вас. И эти ауры отражают состояние вашей души. Когда вы сердитесь, ваша аура становится как будто наполненной кровью; она наполняется красным, выражением гнева. Когда вы печальны, ослаблены, подавлены, то ваша аура наполняется темными тонами, как будто бы вы близки к смерти - все является мертвым, тяжелым.

Когда вы представляете себе эту нить позвоночного столба, то ваша аура светлеет. Поэтому Будда, Махавира, Кришна, Христос изображаются с аурами не для украшения, а потому, что они действительно существуют. Ваш позвоночный столб начинает излучать свет. Вы становитесь освещенным внутри - все ваше тело превращается в тело из света - затем этот свет проникает наружу. Поэтому нет необходимости спрашивать будду, просветленного, кто он такой. Аура все покажет. И когда кто-нибудь становится просветленным, мастер знает это, потому что все раскрывает аура.

Я расскажу вам одну историю. Эно, китайский мастер, работал под руководством своего мастера. Когда Эно пришел к своему мастеру, тот сказал: «Зачем ты пришел сюда? Нет необходимости приходить ко мне?» Эно не мог ничего понять. Он думал, что он недостаточно готов, чтобы быть принятым, но мастер увидел нечто другое. Он увидел его увеличенную ауру. Он сказал: «Даже если бы ты не пришел ко мне, это в любом случае должно было случиться, рано или поздно. Ты уже в этом, так что нет нужды приходить ко мне».

Но Эно просил: «Не отвергай меня». Поэтому мастер принял его и направил его за пределы монастыря, на монастырскую кухню. Это был большой монастырь с пятьюстами монахами. Мастер сказал Эно: «Иди на кухню и помогай там и не приходи ко мне снова. Когда будет нужно, я приду к тебе».

Эно не назначили никаких медитаций, ему не дали для изучения никаких священных книг. Его ничему не учили, его просто выбросили на кухню. Весь монастырь работал. Там были ученые мужи, ученики, там были медитаторы, там были йоги, и все они сгорали от любопытства. Все над чем-то работали, а этот Эно просто очищал рис и исполнял работы по кухне.

Прошло двенадцать лет. Эно больше не приходил к мастеру, так как ему не было это позволено. Он ждал, ждал, ждал... он просто ждал. Он был взят просто как прислужник. Приходили ученики, приходили медитаторы, но никто не обращал на него никакого внимания. В этом монастыре были большие ученые.

Затем мастер объявил, что его смерть близка и что он хотел бы назначить кого-нибудь на свое место. Поэтому он сказал: «Те, кто считает себя просветленным, должны сочинить небольшую поэму из четырех строк. В этих четырех строках вы должны изложить все, что вы узнали. И если я одобрю какую-либо поэму и увижу, что строки показывают, что случи-лось просветление, то я выберу кого-нибудь в качестве своего преемника».

В этом монастыре был один очень великий ученый, и никто и не пытался писать поэму, потому что все знали, что он выиграет. Он был большим знатоком священной литературы, поэтому он сочинил требуемые четыре строки. Эти четыре строки представляли нечто вроде этого... их значение было приблизительно такое: «Ум подобен зеркалу, на нем собирается пыль. Удали пыль и ты будешь просветлен».

Но даже этот великий ученый боялся, потому что мастер должен знать. Он уже знал, кто является просветленным, а кто - нет. Хотя все, что он написал, было прекрасным, это была самая суть всех священ-ных рукописей - ум подобен зеркалу, на нем собирается пыль; удали пыль и ты будешь просветлен - это была вся суть всех Вед, но он знал, что это было все, что он узнал. Он больше ничего не знал, поэтому он боялся.

Он не пошел прямо к мастеру, но ночью пробрался к его дому, к дому мастера, и написал все четыре строки на стене без подписи - без какой-либо подписи. Таким образом, если мас-тер одобрит и скажет: «О'кей, все в порядке», то он тогда скажет: «Это написал я». Если же он скажет: «Нет! Кто написал эти строки?», то он будет хранить молчание.

Но мастер одобрил. Утром мастер сказал: «О'кей!» Он рассмеялся и сказал: «О'кей! Человек, который написал это, является просвет-ленным».

Итак, весь монастырь стал говорить об этом. Все знали, кто это написал. Они обсужда-ли и оценивали, а строки были прекрасными - действительно прекрасными. Затем какие-то монахи пришли на кухню. Они пили чай и разговаривали, а Эно прислуживал им. Он слышал о том, что случилось.

В тот момент, когда он услышал эти четыре строчки, он рассме-ялся. Поэтому кто-то спросил: «Почему ты смеешься, глупец? Ты же ничего не знаешь; в течение двенадцати лет ты прислуживал на кухне. Почему ты смеешься?»

Никто никогда не слышал раньше, чтобы он смеялся. Он восп-ринимался просто как идиот, который даже не разговаривает. Но он сказал: «Я не умею писать, и я не просвет-ленный, но эти строки неправильны. Поэтому, если кто-то пойдет со мной, я сочиню эти четыре строчки. Если кто-то пойдет со мной, то он сможет написать их на стене. Я не могу написать - я не умею писать».

И кто-то пошел с ним - просто шутки ради. Собралась толпа и Эно сказал: «Пишите: Нет никакого ума и нет никакого зеркала, поэтому, на чем может собираться пыль? Тот, кто знает это, является просветленным».

Но мастер вышел и сказал Эно: «Ты не прав». Эно поклонился до земли и вернулся на свою кухню.

Ночью, когда все спали, мастер пришел к Эно и сказал: «Ты прав, но я не мог сказать это перед этими идиотами - а все они ученые идиоты. Если бы я сказал, что ты назнача-ешься моим преемником, то они бы убили тебя. Поэтому беги отсюда! Ты являешься моим преемником, но не говори об этом никому. И я знал это уже в тот день, когда ты при-шел. Твоя аура была увеличенной; вот почему я не назначил тебе никакой медитации. В ней не было необходимости. Ты уже был в медитации. И это двенадцатилетнее молчание - без дейст-вий, без медитации - полностью освободило тебя от твоего ума и аура стала полной. Ты стал полной луной. Но беги отсюда! В противном случае они убьют тебя.

Ты был здесь двенадцать лет и от тебя непрерывно исходил свет, но никто не заме-тил

этого. А они приходили на кухню, каждый из них приходил на кухню каждый день - три, четыре раза. Все проходят через это; вот почему я послал тебя на кухню. Но ни один не распознал твою ауру. Так беги отсюда”.

Когда вы прикасаетесь к этой нити позвоночного столба, видите ее, представляете ее, вокруг вас начинает расти аура. ...В таком состоянии будешь трансформирована. Вы будете заполнены этим светом и будете трансформированы. Это тоже центрирование - центрирование на позвоночном столбе. Если вы ориентированы на тело, эта техника поможет вам. Если вы не ориентированы на тело, вам будет трудно, вам будет очень трудно представить себя изнутри. Тогда рассмотрение своего тела изнутри будет трудным.

Эта сутра будет более полезна для женщин, чем для мужчин. Они более ориентированы на тело. Они в большей степени живут в теле; они больше живут чувствами. Они в большей степени могут представить свое тело. Женщины в большей степени ориентированы на тело, чем мужчины, но для каждого, кто может чувствовать тело, кто чувствует тело, кто может визуализировать тело, кто может закрыть глаза и ощутить свое тело изнутри, эта техника будет очень полезной. Итак, представьте себе позвоночный столб, а в середине - проходящую сквозь него серебряную струну. Сначала это будет выглядеть как нечто воображаемое, но постепенно вы почувствуете, что воображаемое исчезает, а ваш ум остается сфокусированным на этом позвоночном столбе. И тогда вы увидите свой собственный позвоночник. В тот момент, когда вы увидите внутреннее ядро, вы вдруг почувствуете взрыв света внутри вас.

Иногда это может случиться и без всяких усилий. Это иногда случается. Это иногда случается в глубоком половом акте. Тантра знает: в глубоком половом акте вся ваша энергия концентрируется около позвоночника. На самом деле в глубоком половом акте позвоночник начинает разряжаться электричеством. Прикасаясь к позвоночнику, вы иногда даже можете получить удар, шок. Если половое сношение является очень глубоким и длительным и осуществляется в состоянии сильной любви - если, фактически, два любовника накладываются просто в глубоких объятиях, молчаливы, не движутся, а просто наполнены друг другом, просто остаются в глубоких объятиях, - то это случается. Так случилось много раз, что темная комната вдруг наполнялась светом и оба тела были окружены голубой аурой.

Такое случается очень часто. Это могло случаться даже в ваших переживаниях, но вы могли не заметить, что в темной комнате, в состоянии глубокой любви вы вдруг ощущаете свет вокруг ваших тел, и этот свет распространяется и заполняет всю комнату. Много раз случалось так, что вдруг вещи падали со стола без всякой видимой причины. А сейчас психологи говорят, что при половом акте возникают электрические разряды. Это электричество может проявлять много эффектов и воздействий. Вещи могут внезапно падать, двигаться или разбиваться; были даже сделаны фотографии, на которых видно это световое излучение. Но этот свет всегда концентрируется вокруг позвоночного столба.

Поэтому иногда, в глубоком половом акте - и тантра это хорошо знает и работает над этим - вы можете стать осознающим, если вы сможете взглянуть изнутри на нить, идущую в середине позвоночного столба. И тантра использует половой акт для реализации этого, но тогда половой акт должен быть совершенно другим, качество его должно быть другим. Это не нечто, с чем нужно разделаться; это не нечто, что делается для освобождения; это не нечто, что должно быть быстро закончено; тогда это совсем не телесный акт. Тогда это глубокая духовная общность. Тогда посредством двух тел происходит встреча двух внутренних существ, двух субъективностей, происходит глубокое проникновение друг в друга.

Поэтому я предлагаю вам испытать эту технику в глубоком половом акте - так будет легче. Просто забудьте о сексе. Когда вы находитесь в глубоких объятиях, оставайтесь внутри. Забудьте также про другого, просто идите внутрь и представляйте себе свой позвоночный столб. Это

будет сделать легче, потому что тогда около позвоночного столба будет протекать большее количество энергии, а нить будет более видимой, потому что вы молчаливы, потому что ваше тело находится в покое. Любовь является глубочайшим рас-слаблени-ем, а мы сделали любовь величайшим напряжением. Мы сделали ее беспокойст-вом, тяжелой ношей.

В тепле любви, наполненные, расслабленные, закройте глаза. Но мужчина обычно не закрывает глаза. Обычно женщина закрывает глаза. Вот почему я говорю, что женщина в большей степени ориен-тирована на тело, чем мужчина. В глубоких объятиях в половом акте женщина закрывает свои глаза. Они, на самом деле, не могут любить с открытыми глазами. С закрытыми глазами они в большей степени чувствуют свое тело изнутри.

Закройте глаза и почувствуйте свое тело. Расслабьтесь. Сконцен-трируйтесь на позвоноч-ном столбе. И эта сутра говорит очень просто: В таком состоянии будешь трансформирова-на. И посредством этого вы будете трансформированы, преобразованы.

Достаточно на сегодня.

Глава 10

САМОРЕАЛИЗАЦИЯ: ОСНОВНЫЕ

ПОТРЕБНОСТИ

13 ноября 1972 года, Бомбей, Индия

Вопросы:

Является ли самореализация основной потребностью:

Будьте любезны, объясните такие понятия, как созерцание, концентрация и медитация.

Как умственный процесс может помочь в достижении состояния не-ума?

Каким образом упражнения для развития пупочного центра отличаются от упражнений для развития сердечного и головного центров?

Являются ли все просветленные пупочно-ориентированными?

Имеется много вопросов. Первый из них:

Является ли самореализация основной потребностью человека?

Прежде всего, постарайтесь понять, что подразумевает слово са-мореализация. Этот термин использовал А.Г. Мэслоу. Человек рож-дается как потенциальная возможность. Он не является реальным - он только потенциальный, возможный. Человек рождается как воз-можность, а не как реальность. Он может стать чем-нибудь; он может достичь реализа-ции своих потенциальных возможностей, а может и не достичь. Возможности могут быть использованы или не исполь-зованы. А природа не принуждает вас к реализации. Вы сво-бодны. Вы можете выбрать путь реализации; вы можете выбрать путь бездействия. Че-ловек рождается как семя. Таким образом, никто не рождается исполненным - только с потенциальной возможн-стью исполнения.

Если это так - а это действительно так, - то самореализация становится основной потребностью. Потому что пока вы не будете исполнены, пока вы не станете тем, чем вы можете быть или чем нам предназначено быть, пока ваша цель не будет достигнута, пока вы действительно не достигнете, пока ваше семя не станет исполненным деревом, вы буде-те чувствовать, что вы что-то упустили. Это ооще-ние упущения является реальным и это потому,

что вы еще не реализованы.

Это на самом деле не то, что вы теряете богатства или общественное положение, престиж или власть. Даже если вы получили что-то, что вы требовали - богатство, власть, престиж, что угодно - вы будете ощущать внутри себя это постоянное чувство какого-то упущения, потому что это что-то упущенное не связано ни с чем во внешнем мире. Это связано с вашим внутренним ростом. Пока вы не станете исполненным, пока вы не придете к реализации, к расцвету, пока вы не придете к внутреннему удовлетворению, в котором вы чувствуете: «Теперь я то, чем я должен быть», это чувство упущения чего-то не оставит вас. И вы не можете устранить это ощущение упущения чем-нибудь другим.

Итак, самореализация означает, что человек стал тем, чем он должен был стать. Он был рожден как семя, а теперь он расцвел. Он пришел к полному росту, к внутреннему росту, к внутреннему завершению. С того момента, когда вы почувствуете, что все ваши потенциальные возможности стали реальностью, вы будете находиться на вершине своей жизни, любви, самого существования.

Абрахам Мэслоу, который использовал термин «самореализация», ввел также другой термин: «высшее переживание». Когда человек достигает самого себя, он достигает вершины - верха блаженства. Тогда нет никакого страстного желания чего-либо. Он полностью удовлетворен самим собой. Теперь нет ничего недостающего; там нет желаний, нет потребностей, нет движения. Кем бы он ни был, он полностью удовлетворен собой. Самореализация становится высшим переживанием, и только человек, реализовавший себя, может достичь высшего переживания. Тогда к чему бы он ни прикасался, что бы он ни делал - даже просто ничего не делал, просто существовал - является для него высшим переживанием, просто является блаженством. Тогда блаженство не связано с чем-либо снаружи, тогда оно является следствием внутреннего роста.

Будда является человеком, реализовавшим себя. Вот почему мы рисуем и воспроизводим в виде скульптур Будду, Махавиру и других сидящими на полностью распустившемся цветке лотоса. Этот полностью расцветший лотос является вершиной расцвета изнутри. Они расцветают изнутри и становятся полностью расцветшими. Этот внутренний расцвет дает излучение, они постоянно излучают от себя поток блаженства. Даже те, кто прошел через их тень, те, кто оказался близко к ним, ощущают окружающие их тишину и покой.

Имеется интересный рассказ о Махавире. Это миф, но мифы прекрасны и они много говорят такого, что не может быть сказано другим способом. Говорят, что когда Махавира направлялся куда-нибудь, то вокруг него в радиусе около двадцати четырех миль расцветали все цветы. Даже в сезон, когда цветов не должно было быть, расцветали цветы. Это просто поэтическое восприятие, но если кто-то, даже еще не реализовавший себя, входил в контакт с Махавирой, то он заражался его цветением и ощущал также и свой внутренний расцвет. Даже если для этого человека был не его сезон, даже если он не был готов, он все равно отражал состояние Махавиры, он чувствовал эхо. Если Махавира находился вблизи кого-нибудь, то тот ощущал эхо внутри себя и получал намек о том, чем бы он мог быть.

Самореализация является основной потребностью человека. И когда я говорю «основной», то я имею в виду то, что когда все ваши потребности будут удовлетворены, все, за исключением самореализации, то вы будете чувствовать себя неудовлетворенными. На самом деле, если произошла самореализация и больше ничего не исполнено, то вы все равно будете ощущать глубокое, тотальное удовлетворение. Вот почему Будда был нищим и, в то же время, императором.

Когда Будда стал просветленным, он пришел в Каши. Царь Каши пришел проведать его и спросил: «Я не вижу, чтобы у тебя было что-нибудь, ты просто нищий, и все же я чувствую себя

нищим по сравнению с тобой. У тебя нет ничего, но то, как ты ходишь, то, как ты говоришь, то, как ты смеешься, создает впечатление, как будто бы весь мир был твоим царством. А у тебя нет ничего видимого - ничего! Так в чем секрет твоей силы? Ты выглядишь как император». На самом деле ни один император никогда не выглядел так - как будто бы весь мир принадлежал ему. «Ты царь, но в чем твоя сила, где ее источник?»

И Будда ответил: «Они во мне. Моя сила, источник моей силы, что бы вы там не чувствовали вокруг меня, находится внутри меня. У меня нет ничего, кроме самого себя, но этого достаточно. Я удовлетворен; сейчас я ничего не желаю. Я стал человеком без желаний».

Итак, самореализованный становится человеком без желаний. Запомните это. Обычно мы говорим, что если у вас исчезли желания, то вы узнаете самого себя. Обратное верно в еще большей степени: если вы знаете себя, то исчезают ваши желания. А тантра делает упор не на отсутствие желаний, а на самореализацию. Из нее и следует отсутствие желаний.

Желание означает, что внутри вы не удовлетворены, что вы упускаете что-то и страстно желаете этого. Вы переходите от одного желания к другому в поисках удовлетворения. Этот поиск никогда не кончается, потому что одно желание порождает другое. Одно желание, на самом деле, порождает десять желаний. Если вы будете проявлять желание найти состояние блаженства без желаний, то ваши поиски не увенчаются успехом. Но если вы испытаете что-либо другое - методы самореализации, методы реализации ваших внутренних потенций, превращения их в реальность - тогда, чем более реализованными вы будете становиться, тем меньше и меньше желаний вы будете чувствовать, потому что они ощущаются только тогда, когда вы пусты внутри. Когда вы не пусты внутри, желания исчезают.

Так что же с самореализацией? Следует понять две вещи. Первое: самореализация - это не значит стать великим художником, или великим музыкантом, или великим поэтом. Конечно, часть вас при этом реализуется и даже это дает большое чувство удовлетворения. Если у вас была потенциальная возможность стать хорошим музыкантом, и если вы реализовали ее и стали музыкантом, то часть вас должна быть удовлетворена - но не тотально. Другая часть вашей личности остается неудовлетворенной. Вы будете односторонним. Одна ваша часть вырастет, а другая останется камнем, подвешенным к вашей шее.

Посмотрите на поэта. Когда он в своем поэтическом вдохновении, он выглядит как будда. Он полностью забывается - как будто в нем больше нет обычного человека. Поэтому, когда поэт вдохновлен, он достигает вершины - частичной вершины. А иногда поэты достигают такого прозрения, которое возможно только для просветленных, буддоподобных умов. Калил Джибран, например, говорит как будда, но он не будда. Он поэт - великий поэт.

Поэтому если вы посмотрите на Калила Джибрана сквозь призму его поэзии, то он выглядит как Будда, Христос или Кришна. Но если вы встретите человека Калила Джибрана, то он окажется совершенно обыкновенным. Он так прекрасно говорит о любви - даже будда может не говорить так прекрасно. Но будда знает любовь всем своим существом. Калил Джибран знает любовь в своем поэтическом полете. Когда он находится в своем поэтическом полете, он может иметь проблески любви - прекрасные проблески. Он выражает их с редкой пронизательностью. Но если вы захотите увидеть реального Калила Джибрана, человека, то вы почувствуете несоответствие. Поэт и человек далеки друг от друга. Поэт - это то, что иногда случается с этим человеком, но этот человек не поэт.

Вот почему поэты чувствуют, что когда они создают свои произведения, кто-то еще участвует в этом; они не сами создают их. Они ощущают себя как бы инструментом в руках некоторой другой энергии, некоторой другой силы. Их больше нет. Это ощущение приходит на самом деле оттого, что они тотально не реализованы - реализована только часть их, некоторый фрагмент.

Вы не прикоснулись к небу. Только один ваш палец прикоснулся к небу, а вы остались укорененными на земле. Иногда вы подпрыгиваете и на мгновение оказываетесь не на земле; притяжение исчезает. Но в следующий момент вы снова на земле. Когда поэт чувствует себя реализованным, он имеет кратковременное прозрение - частичное прозрение. Когда музыкант чувствует себя реализованным, он имеет лишь частичное прозрение.

О Бетховене говорят, что когда он был на сцене, он становился совершенно другим человеком, совершенно другим. Гете говорил, что когда Бетховен был на сцене и руководил своим оркестром, он выглядел подобным божеству. Нельзя было сказать, что он был обыкновенным человеком. Он вообще не был человеком; это был сверхчеловек. И то, как он смотрел, и то, как он поднимал руки, - все было от сверхчеловека. Но когда он уходил со сцены, он становился просто обыкновенным человеком. Человек на сцене, казалось, обладал чем-то еще, как будто Бетховена там больше не было, и какая-то другая сила входила в него. Спустившись со сцены, он снова становился Бетховеном, человеком.

В силу этого поэты, музыканты, большие артисты, творческие люди являются более напряженными - поскольку они имеют два типа существования. Обычный человек не так напряжен, потому что он всегда живет в одном месте: он живет на земле. Но поэты, музыканты, большие артисты делают прыжки - они преодолевают гравитацию. В некоторые моменты они не на этой земле, они не являются частью человечества. Они становятся частью мира будд - земли будд. Затем они снова возвращаются сюда. У них два пункта существования; их личности расщеплены.

Поэтому каждый творческий человек, каждый великий художник является в некотором смысле душевнобольным. Напряжение столь велико! Разрыв, промежуток между этими двумя типами существования так велик - непоправимо велик. Иногда он обыкновенный человек, иногда он становится буддоподобным. Он разделен между этими двумя состояниями, но его прозрения кратковременны.

Когда я говорю о вашей самореализации, я не имею в виду, что вы должны стать великим поэтом или великим музыкантом. Я имею в виду, что вы должны стать тотальным, полным человеком. Я не говорю великим человеком, потому что великий человек всегда частичен. Величие в чем угодно всегда является частичным. Человек все движется и движется в одном направлении, а во всех других измерениях, во всех других направлениях он остается тем же самым - он становится односторонним.

Когда я говорю о том, что нужно стать тотальным человеком, я не имею в виду стать великим человеком. Я имею в виду, что надо создать равновесие, что надо быть центрированным, что надо быть реализованным в качестве человека, а не в качестве музыканта, поэта, артиста - нужно быть реализованным в качестве человека. Что значит быть реализованным в качестве человека? Великий поэт является великим поэтом благодаря великой поэзии. Великий музыкант является великим благодаря великой музыке. Великий человек является великим человеком благодаря каким-то его поступкам - он может быть великим героем. Любой великий человек является частичным. Величие является частичным, фрагментарным. Вот почему великие люди должны встречаться с большими страданиями, чем обыкновенные люди.

Что такое тотальный человек? Что значит быть цельным человеком, тотальным человеком? Во-первых, это означает быть центрированным, не существовать без центра. В один момент вы являетесь одним, в другой момент - чем-то другим. Люди приходят ко мне и я их спрашиваю: «Где вы ощущаете свой центр - в голове, в уме, в пупке, где? В сексуальном центре? Где? Где вы ощущаете свой центр?»

Обычно они говорят: «Иногда я чувствую его в голове, иногда в сердце, иногда я совсем не чувствую его». Тогда я прошу их закрыть глаза прямо передо мной и попытаться почувствовать

это на месте. В большинстве случаев происходит следующее - они го-ворят: «Пря-мо сейчас, в данный момент, я чувствую, что центрирован в голове». Но в следующий момент они уже не там. Они говорят: «Я в сердце». А в следующий момент центр снова сдвинулся куда-нибудь еще, в сексуальный центр или в другое место.

На самом деле вы не центрированы - вы центрируетесь момен-тами. В каждый конкретный момент вы имеете свой, другой центр, и этот центр все время перемещается. Когда функционирует ум, вы ощущаете, что центром является голова. Когда вы находи-тесь в со-стоянии любви, вы ощущаете его в сердце. Когда вы ничего особен-ного не де-лаете, вы в некотором замешательстве - вы не можете понять, где расположен ваш центр, потому что вы можете обнару-жить его только тогда, когда вы работаете, делаете что-нибудь. Тогда некоторая конкретная часть тела становится центром. Но вы не цен-трированы. Если вы ничего не делаете, вы не можете обнаружить, где расположен центр вашего существа.

Тотальный, целостный человек является центрированным. Что бы он ни делал, он остается в своем центре. Если функционирует его ум, он думает; размышления происхо-дят в голове, а он остается в своем центре, в пупке. Центр никогда не теряется. Он ис-пользует голову, но никогда в голову не перемещается. Он использует сердце, но никогда в сердце не перемещается. Все эти органы становятся инструментами, а человек оста-ется центрированным.

Во-вторых, он уравновешен, сбалансирован. Когда человек явля-ется центрирован-ным, он, конечно же, является уравновешенным. Его жизнь является глубоким равнове-сием. Он никогда не является односторонним, он никогда не на пределе в чем-либо - он ос-тается в середине. Будда называл это средним путем. Он всегда остается по-средине.

Человек, который не центрирован, всегда движется к предель-ным состояниям. Когда он ест, он будет есть много, он будет пере-едать, или он будет есть быстро, но правильно есть он не сможет. Быстро есть - легко, переесть - очень просто. Он может быть в мире, принимать на себя обязательства, быть вовлеченным в мир-ские дела, он может и отка-заться от мира, но он никогда не будет уравновешенным. Но он никогда не останется в середине, потому что, если вы не центрированы, то вы и не знаете, что означает сере-дина.

Центрированный человек всегда в середине всего, он ни в чем не становится крайним, предельным. Будда говорит, что он всегда ест правильно; его еда не является ни чрез-мерной, ни быстрой. Его труд является правильным - никогда не слишком много, никогда не слишком мало. Что бы он ни делал, он всегда сбалансирован.

Во-первых: самореализованный человек всегда центрирован.

Во-вторых: он всегда уравновешен.

В-третьих: если случились центрированность и уравновешен-ность, то за ними по-следует многое другое. Человек всегда будет спокоен. Это спокойствие не будет утеряно ни в какой ситуации. Я подчеркиваю, безусловно, в любой ситуации спокойствие не будет утеряно, потому что тот, кто находится в своем центре, всегда споко-ен. Он будет спокоен даже тогда, когда придет смерть. Он примет смерть так же, как любого другого гостя. Если придет несчастье, он примет его. Что бы ни случилось, оно не сможет сместить его из своего центра. Это спокойствие также является следствием центри-рованности.

Для такого человека ничто не является тривиальным, ничто не является великим; все становится сокровенным, прекрасным, свя-щенным - все! Что бы он ни делал, все для него представляет повы-шенный интерес. Ничто не является тривиальным. Он не скажет: «Это является тривиальным, а это - великим». На самом деле ничто не является великим и ничто не является малым и тривиальным. Прикосновение человека является существ-ственным. Самореализован-ная личность, уравновешенная, центрированная личность все изме-няет. Само прикосновение становится великим.

Если вы будете наблюдать за буддой, вы увидите, что он ходит пешком и он любит ходить пешком. Если вы пойдете в Бодхгайю к берегу реки Нираньяны, где Будда достиг просветления - к тому месту, где он сидел под деревом бодхи - вы увидите, что следы его ног на земле обозначены. Он медитировал в течение часа, а затем гулял вокруг. В буддийской терминологии это называется чакраман. Он сидел под деревом бодхи, затем он гулял. Но он гулял с таким молчаливым видом, как будто был в медитации.

Кто-то спросил Будду: «Почему вы делаете это? Иногда вы сидите с закрытыми глазами и медитируете, а затем ходите».

Будда отвечал: «Сидеть с целью быть молчаливым легко, поэтому я хожу. Но внутри я сохраняю то же молчание. Я сижу, но внутри я тот же самый - молчащий. Я хожу, но внутри я тот же самый - молчащий».

Внутреннее свойство является тем же самым... Когда будда встречает императора и когда встречает нищего - он всегда один и тот же, он всегда имеет одно и то же внутреннее качество. Когда он встречает нищего, он не меняется, когда он встречает императора, он не меняется; он один и тот же. Нищий не является ничем и император не является чем-то. На самом деле, встречая будду, император чувствует себя как нищий, а нищий чувствует себя как император. Характер общения, сам человек и его качества являются теми же самыми.

Когда Будда был жив, то каждый день утром он говорил своим ученикам: «Если у вас есть, что спросить, спрашивайте». В тот день, когда он умирал, утром было то же самое. Он позвал своих учеников и сказал: «Если вы сейчас хотите спросить что-нибудь, вы можете спросить. И помните, что это последнее утро. Прежде, чем этот день кончится, меня больше не будет». Он был тем же самым. Это был его ежедневный вопрос по утрам. Он был тем же самым! День был последним, но он был тем же самым. Так же, как и в любой другой день, он сказал: «О'кей, если у вас есть вопросы, вы можете спросить - но это последний день».

Его тон не изменился, но ученики начали плакать. Они забыли спросить что-либо.

Будда сказал: «Почему вы плачете? Если бы вы плакали в другие дни, то все было бы в порядке, но это последний день. К вечеру меня не будет, так что не тратьте зря время на плач. В другой день это будет нормальным; вы сможете тратить время. Не тратьте ваше время на плач. Почему вы плачете? Спрашивайте, если у вас есть что спросить». Он был одним и тем же в жизни и смерти.

Итак, в-третьих, самореализованный человек находится в покое. Жизнь и смерть являются одним и тем же; блаженство и несчастье являются одним и тем же. Ничто его не беспокоит, ничто не смещает его из его дома, из его центрированности. К такому человеку вы ничего не можете добавить. Вы не можете ничего отнять у него, вы не можете ничего дать ему - он реализовался, он удовлетворен. Каждый его вдох является исполненным, молчаливым, блаженным. Он достиг. Он достиг экзистенции, существования, бытия; он расцвел как тотальный, целостный человек.

Это не частичный расцвет. Будда не великий поэт. Конечно, что бы он ни говорил, является поэзией. Он совсем не поэт, но даже когда он движется, ходит - это поэзия. Он не художник, но что бы он ни говорил, становится живописью. Он не музыкант, но все его существование является чудесной музыкой. Человек реализован как нечто тотальное, целостное. Так что теперь что бы он ни делал или вообще не делал ничего... когда он сидит в молчании, ничего не делая, даже в молчании его присутствие работает, творит; он становится творящим.

Тантра не имеет отношения к какому-то частичному росту, она имеет отношение к вам как к тотальному существу. Так что основными являются три цели: вы должны быть центрированы, укоренены и уравновешены; то есть всегда должны быть в середине - и, конечно, без каких-либо усилий. Если для этого нужны усилия, то вы неуравновешены. И вы должны быть в покое - в

покое во вселенной, дома в существовании, в экзистенции, и из этого будет следо-вать многое другое. Это основные потребности, потому что если эти потребности не удовле-творены, то вы являетесь человеком только по названию. Вы являетесь человеком, как по-тенциальная возможность, а не как реальность. Вы можете им быть, вы имеете соответст-вующий потен-циал, но потенциальность должна стать реальностью.

Второй вопрос:

Будьте любезны, объясните такие понятия, как созерцание, кон-центрация и медитация.

Созерцание означает направленное мышление. Мы все думаем; это не созерцание. Это думанье является ненаправленным, нечетким, никуда не ведущим. Наше мышление, на самом деле, является не созерцанием, а тем, что Фрейд называл ассоциациями. Од-на мысль ведет к другой мысли без всякого направления вами. Сама мысль по ассо-циации приводит к другой мысли.

Пересекая улицу, вы видите собаку. В тот момент, когда вы ви-дите собаку, ваш ум начинает думать о собаках. К этой мысли вас привела собака, а затем уже ум использует много ассоциаций. Когда вы были ребенком, вы боялись какой-то конкретной собаки. В ваш ум пришла собака, а затем в него пришло детство. Затем собаки забыты; тогда просто по ассоциации начинается сон наяву о вашем детстве. Затем детство продолжает соединяться с другими вещами, и вы движетесь кругами.

Когда вы находитесь в покое, попытайтесь вернуться назад от того, о чем вы сейчас думаете, к тому месту, где эта мысль возникла. Вернитесь назад, отследите все шаги. Тогда вы увидите, что первоначаль-но была другая мысль, и она привела к этой, последней. И они логически не связаны, потому что как собака на улице может быть связана с вашим детст-вом?

Здесь нет логической связи - только ассоциации вашего ума. Если бы я пересекал улицу, то та же самая собака не привела бы меня к моему детству, она привела бы к чему-нибудь другому. Кого-ни-будь другого она привела бы еще к чему-нибудь другому. Каждый имеет в уме какую-нибудь цепь ассоциаций. Для каждой личности любое происшествие, любой случай ведет к цепочке. Тогда ум начи-нает функционировать как компьютер. Тогда одна вещь ведет к дру-гой, вторая - к третьей и так далее, и весь день вы этим занимаетесь.

Записывайте на листочке бумаги все, что бы ни пришло вам в голову, только честно. Вы будете просто поражены тем, что происхо-дит в вашем уме. Между двумя мыслями нет никакой связи, а вы продолжаете применять этот тип мышления. Вы называете это мышлением? Это только ассоциации одной мысли с другой и они ведут себя... вас ведут.

Думанье становится созерцанием, когда оно осуществляется не по ассоциации, но на-правленно. Вы работаете над конкретной про-блемой - тогда вы отбрасываете все ассо-циации. Вы обдумываете только эту проблему, вы управляете своим умом. Ум старается убе-жать по любому побочному пути, по любому иному маршруту, к некоторой ассоциа-ции. Вы обрезаете все эти боковые маршруты; вы направляете свой ум только по одной до-роге.

Работа ученого над некоторой проблемой является созерцанием. Работа логика над проблемой, работа математика над проблемой является созерцанием. Поэт размышляет о цветке. Тогда весь мир выводится за скобки, и остаются только этот цветок и поэт, и он движется вместе с цветком. Многие вещи с боковых маршрутов будут привлекать его внимание, но он не позволяет своему уму двигаться куда-либо в сторону. Ум движется по одной линии, он направляется. Это созерцание.

Наука построена на созерцании. Любое логическое рассуждение является созерцанием: мысли управляемы, думанье направляется. Обычное думанье является абсурдом. Созер-цание является логиче-ским, рациональным.

Далее идет концентрация. Концентрация представляет собой удерживание внимания в одной точке. Это не думанье, это не созерцание. Это просто нахождение в одной точке, где уму совсем не позволено двигаться. При обычном думании ум движется как сумасшедший. При созерцании этот сумасшедший является ведомым, направляемым; он не может сбежать куда-нибудь. При концентрации уму не позволено двигаться. При обычном думании ему позволено двигаться куда угодно; при созерцании ему позволено двигаться в определенном направлении; при концентрации ему не позволено двигаться, ему позволено находиться в одной точке. Вся энергия, все движения прекращаются, направлены в одну точку.

Йога имеет дело с концентрацией, обычный ум имеет дело с ненаправленным мышлением, научный ум имеет дело с направленным мышлением. Йогический ум имеет сфокусированное мышление, зафиксированное в одной точке; никакое движение не допускается.

И, наконец, о медитации. При обычном думании уму позволено двигаться куда угодно; при созерцании ему позволено двигаться только в одном направлении, все остальные направления отрезаны. При концентрации ему не позволено двигаться даже и в одном направлении; допускается лишь концентрация в одной точке.

А при медитации сам ум не допускается. Медитация есть состояние не-ума.

Имеется четыре уровня состояния ума: обычное мышление, созерцание, концентрация, медитация.

Медитация означает отсутствие ума - даже концентрация не допускается. Самому уму не позволено существовать! Вот почему медитацию невозможно понять умом. Вплоть до концентрации ум все может постигнуть, всего достичь. Ум может понять концентрацию, но ум не может понять медитацию. При медитации ума вообще не должно быть. При концентрации уму разрешается быть в одной точке. При медитации даже эта точка убирается. При обычном мышлении все направления открыты. При концентрации открыта только одна точка - направлений нет. При медитации даже эта точка не является открытой: сам ум не допускается.

Обычное мышление является обычным состоянием ума, а медитация является высочайшей возможностью. Наинизшим является обычное мышление, ассоциации, а наивысшим, вершиной является медитация - состояние не-ума.

В связи со вторым вопросом спрашивают также:

Созерцание и концентрация являются умственными процессами. Как может умственный процесс помочь достижению состояния не-ума?

Этот вопрос является очень важным. Ум спрашивает, как может сам ум выйти за пределы ума? Как может какой-либо умственный процесс помочь достижению чего-либо, что не является умом? Это кажется противоречивым. Как может ваш ум стараться, как он может прилагать усилия, чтобы создать состояние, которое не является умом?

Попытаемся понять. Когда ум есть, что мы имеем? Процесс думания. Когда есть не-ум, что мы имеем? Отсутствие процесса думания. Если вы будете все время уменьшать свой процесс думания, если вы будете все время растворять ваше думание, то шаг за шагом, медленно вы достигнете состояния не-ума. Ум означает думание; не-ум означает отсутствие думания. И ум может помочь. Ум может помочь совершить самоубийство. Вы можете совершить самоубийство; вы никогда не спрашиваете, как живой человек может помочь себе стать мертвым. Вы можете помочь себе стать мертвым - каждый попытается помочь. Вы можете помочь себе стать мертвым, но вы живы. Ум может помочь вам войти в состояние не-ума. Как ум может помочь?

Когда процесс думания становится все более и более насыщенным, то вы перемещаетесь от ума к еще большему уму. Когда процесс думания становится менее насыщенным, уменьшается, замедляется, вы помогаете себе перемещаться к не-уму. Это зависит от вас. И ум

может помочь в этом, потому что, на самом деле, ум это то, что вы делаете со своим сознанием непосредственно в данный момент. Если вы оставите свое сознание в одиночестве, не делая с ним ничего, оно превратится в медитацию.

Итак, у вас имеется две возможности - одна из них заключается в том, что вы медленно, постепенно, шаг за шагом уменьшаете свой ум. Если он уменьшен на один процент, то вы имеете в себе девяносто девять процентов ума и один процент не-ума. Это так, как будто вы удаляете из комнаты мебель - тогда создается некоторое пространство. Затем вы еще удаляете мебель и пространства становится больше. Когда вы удаляете всю мебель, вся комната превращается в пустое пространство.

На самом деле удаление мебели не создает свободное пространство, это пространство уже существовало. Оно только было занято мебелью. Когда вы удалили мебель, снаружи не вошло никакое новое пространство; пространство здесь уже было, но оно было занято мебелью. Вы убрали мебель и пространство восстановилось, его снова можно обнаружить. Глубоко внутри ум является занятым пространством, наполненным мыслями. Если вы удалите некоторое количество мыслей, то создастся пространство - или восстановится, или снова обнаружится. Если вы будете продолжать удалять свои мысли, то постепенно вы будете наращивать ваше пространство. Это пространство и есть медитация.

Это может быть сделано медленно, но может и быстро. Нет необходимости в течение целой жизни удалять мебель, потому что при этом возникают проблемы. Когда вы начинаете удалять мебель, создается один процент пространства, а девяносто девять процентов пространства занято. Эти девяносто девять процентов занятого пространства будут плохо себя чувствовать из-за наличия незанятого пространства; они будут пытаться заполнить его. Тогда можно продолжать медленно уменьшать количество мыслей, а в это время будут создаваться новые мысли.

Утром вы некоторое время сидите в медитации; вы замедляете процесс своего мышления. Затем вы отправляетесь на рынок и снова натиск мыслей. Пространство снова заполняется. На следующий день вы снова поступаете таким же образом, и вы продолжаете делать так все время - отбрасываете мысли, затем приглашаете их снова.

Вы можете выбросить всю мебель и внезапно. Решение зависит от вас. Это трудно, потому что вы уже привыкли к мебели. Без мебели вы можете чувствовать себя неудобно; вы не знаете, что делать с этим пространством. Вы можете даже начать бояться двигаться в этом пространстве. У вас никогда не было такой свободы для движения.

Ум является обусловленным. Мы привыкли к мыслям. Вы когда-либо наблюдали - а если не наблюдали, то понаблюдайте, - что вы продолжаете повторять одни и те же мысли каждый день. Вы как грамофонная запись, в вас тоже нет свежести и новизны - вы стары. Вы все продолжаете повторять одни и те же мысли. Почему? Какая польза от этого? Польза только одна - это просто старая привычка; вы чувствуете, что делаете нечто полезное.

Вы лежите в постели и ждете, когда сон придет к вам, и то же самое повторяется каждый день. Почему вы делаете это? Некоторым образом это помогает. Старые привычки и обусловленность помогают. Ребенку нужна игрушка. Если ему дать игрушку, он заснет; затем можно и отнять игрушку. Но если игрушки нет, ребенок не может заснуть. Это обусловленность. В тот момент, когда ребенку дают игрушку, в его уме что-то срабатывает. Теперь он готов заснуть.

То же самое случается с вами. Игрушки могут быть другими. Кто-то не может заснуть, пока не будет монотонно повторять: «Рама, Рама, Рама...» Он не может заснуть! Это игрушка. Если он повторяет: «Рама, Рама, Рама...», то игрушка в его руках; он может заснуть.

Вы испытываете трудности при засыпании в новой комнате. Если вы привыкли спать в

определенной одежде, то вы будете нуждаться в этой конкретной одежде каждый день. Психологи говорят, что если вы спите в ночной рубашке, а вам ее не дали, то вы будете испытывать трудности при засыпании. Почему? Если вы никогда не спали обнаженным, а вам сказали спать обнаженным, то вы не будете чувствовать себя спокойно. Почему? Между обнаженностью и сном нет никакой связи, но для вас эта связь существует, это старая привычка. Со старыми привычками вы чувствуете себя легко и удобно. Схемы рассуждений также являются только привычками. Вы чувствуете себя удобно - одни и те же мысли каждый день, один и тот же маршрут. Вы чувствуете, что все в порядке.

Вы сделали некоторые капиталовложения в ваши мысли и в этом проблема. Ваша мебель не является просто хламом, который можно выбросить, вы очень много в нее вложили. Вся мебель может быть выброшена немедленно, это может быть сделано! Для этого имеются мгновенные методы, мы будем о них говорить. Немедленно, сию минуту, вы можете освободиться от всей вашей умственной мебели. Но тогда вы внезапно окажетесь пустым, незаполненным, и вы не будете знать, кто вы такой. Тогда вы не будете знать, что делать, поскольку впервые с вами не будет ваших старых схем. Шок может быть слишком неожиданным. Вы можете даже умереть, или вы можете сойти с ума.

Вот почему внезапные методы не используются. Пока человек не готов, внезапные методы не используются. Человек внезапно сходит с ума, потому что он теряет все, что удерживает его. Прошлое немедленно отбрасывается, а когда прошлое отбрасывается, вы не можете постичь будущее, потому что будущее всегда понимается в терминах прошедшего.

Остается только настоящее, а вы никогда не бываете в настоящем. Вы были или в прошлом, или в будущем. Поэтому, когда вы в первый раз окажетесь просто в настоящем, вы почувствуете себя неистовым, сумасшедшим. Вот почему внезапные методы не используются, если вы не работаете в школе, если вы не работаете с мастером в группе, если вы не являетесь тотально преданным учителю, если вы не посвятили всю свою жизнь медитации.

Поэтому постепенные методы являются достаточно приемлемыми. Они отнимают много времени, но постепенно вы привыкаете к пространству. Вы начинаете ощущать это пространство, и его красоту, и его блаженство, и тогда ваша мебель постепенно удаляется.

Итак, от обычного мышления необходимо перейти к созерцанию - это постепенный метод. От созерцания хорошо перейти к концентрации - это постепенный метод. А от концентрации хорошо сделать прыжок в медитацию. Тогда вы двигаетесь медленно и на каждом шаге ощущаете под собой фундамент. И когда вы прочно утвердитесь на одном шаге, только тогда вы начнете переходить к следующему шагу. Это не прыжок, это постепенный переход. Итак, эти четыре состояния - обычное мышление, созерцание, концентрация, медитация - являются четырьмя шагами.

Третий вопрос:

Является ли развитие пупочного центра совершенно самостоятельным и независимым от роста сердечного и головного центров, или он развивается одновременно с ростом сердца и головы? Кроме того, объясните, пожалуйста, каким образом тренировки и техники для пупочного центра отличаются от тренировок и техник для развития сердечного и головного центров.

Следует понять одну основную мысль: сердечный и головной центры должны развиваться, а пупочный - нет. Пупочный центр должен быть только обнаружен, он не должен развиваться. Пупочный центр уже на месте. Вы должны открыть, обнаружить его. Он уже здесь и полностью развит, и вы не должны развивать его. Сердечный центр и головной центр являются развиваемыми. Они не должны быть обнаружены, они должны быть развиты. Их развитию помогают общество, культура, образование, тренировки.

Но с пупочным центром вы рождаетесь. Вы не можете не иметь пупочного центра. Вы можете быть без сердечного центра, вы можете быть без головного центра. Они не являются необходимыми; их хорошо иметь, но вы можете жить и без них. Это может быть очень неудобно, но вы можете обойтись без них. Без пупочного центра, однако, вы жить не можете. Он является не просто необходимостью, он является вашей жизнью.

Итак, имеются техники для развития сердечного центра - для роста любви, для роста чувствительности, для того, чтобы ваш ум стал более чувствительным. Имеются методы и техники для того, чтобы стать более рациональным, более логичным. Развиваться может разум, развиваться могут эмоции, но экзистенция, существование развиваться не может. Она уже здесь; она должна быть обнаружена.

Под этим подразумевается многое. Первое: для вас может оказаться невозможным иметь такой же ум, такие же умственные способности, как у Эйнштейна. Но вы можете стать буддой. Эйнштейн представляет собой превосходно функционирующий умственный центр. Или кто-нибудь еще... любящий. Маджну в совершенстве функционирует в своем сердечном центре. Вы можете не смочь стать таким, как Маджну, но вы можете стать буддой, потому что в вас свойства будды развивать не нужно, они уже там. Они связаны с основным центром, с исходным центром - с пупком. Они уже здесь. Вы уже будда, только не осознаете этого.

Нельзя сказать, что вы уже Эйнштейн. Вы можете попробовать, но нет никакой гарантии, что вы станете им. Нет никакой гарантии, это вообще кажется невозможным. Почему это кажется невозможным? Потому что для того, чтобы получить голову Эйнштейна, необходимо некоторый рост, необходима некоторая окружающая среда, необходимо определенное обучение. Это невозможно повторить, потому что это неповторяемо. Во-первых, вы должны найти тех же самых родителей, потому что обучение начинается в утробе матери. Трудно найти тех же самых родителей - невозможно. Как вы сможете найти тех же самых родителей, как вы сможете повторить ту же самую дату рождения, тот же дом, те же ассоциации, тех же друзей? Вы должны будете полностью повторить жизнь Эйнштейна - до мельчайших подробностей! Если вы упустите хотя бы один момент, вы будете уже другим человеком.

Итак, это невозможно. Каждая личность рождается в этом мире только один раз, потому что одни и те же обстоятельства не могут быть воспроизведены снова. Повторение ситуации является таким большим событием. Это означает, что тот же самый мир должен существовать в тот же самый момент. Это невозможно. И вы уже здесь, так что, что бы вы ни делали, ваше прошлое уже отразилось в вас. Вы не можете стать Эйнштейном. Индивидуальность повторить невозможно.

Будда не является индивидуальностью. Будда - явление, феномен. Не имеют значения никакие индивидуальные факторы; для того, чтобы стать буддой, достаточно вашего существования. Центр уже здесь, он функционирует; вы должны только обнаружить его. Так что техники для сердца являются техниками для развития чего-либо, а техники, относящиеся к пупочному центру, предназначены для его обнаружения. Вы должны раскрыться. Вы уже являетесь буддой, вы должны только узнать этот факт.

Итак, имеются два типа личностей - будды, которые знают, что они будды, и будды, которые не знают, что они будды. Но все являются буддами. В той степени, в какой это касается экзистенции, существования, все являются одинаковыми. Только в экзистенции наблюдается коммунизм; во всем остальном коммунизм является абсурдом. Никто не может быть равным, неравенство является основой всего. Поэтому, если я скажу, что только религия ведет к коммунизму, то это может показаться парадоксом, но я имею в виду именно такой коммунизм: это полное равенство в экзистенции, в существовании, в бытии. В этом смысле вы равны Будде, Христу, Кришне, но ни в каком другом смысле две личности не являются равными. Неравенство

является основой всего, что относится к внешней жизни; равенство является основой всего, что относится к внутренней жизни.

Итак, эти сто двенадцать методов не предназначены на самом деле для развития пу-почного центра; они предназначены для его обнаружения. Вот почему иногда внезапно кто-то становится буддой - нет никакой проблемы создания чего-либо. Если вы сможете взгля-нуть на самого себя, если вы сможете глубоко погрузиться в самого себя, то вы обна-ружите, что все, что вам нужно, уже здесь. Все это уже здесь и единственной проблемой яв-ляется вопрос о том, как добиться отброса к той точке, где вы уже являетесь буддой. Ме-дитация не поможет вам быть буддой, она только поможет вам осознать, что вы будда.

Еще один вопрос:

Все ли просветленные центрированы на пупок? Кришнамурти, например, центрирован на пупок или на голову? Был ли Рамакришна центрирован на сердце или на пупок?

Каждый просветленный центрирован на пупок, но выражение каждого просветлен-ного могло идти и из других центров. Давайте ясно поймем эту разницу. Каждый про-светленный центрирован на пупок; других возможностей нет. Но их выражение, их про-явление себя, впечатление от них - это совсем другое.

Рамакришна проявляет себя через сердце. Он использует свое сердце как средство для своих сообщений. Что бы он ни обнаружил в пупочном центре, он выражает через серд-це. Он поет, он танцует - это проявления его блаженства. Блаженство расположено в пупке, а не в каком-либо другом месте. Рамакришна центрирован в пупке, но как может он сказать другим, что он центрирован в пупке? Для выраже-ния этого он использует свое сердце.

Кришнамурти для выражения использовал свою голову; вот по-чему способы их выра-жения как бы противоречат друг другу. Если вы верите в Рамакришну, вы не сможете ве-рить в Кришнамурти. Если вы верите в Кришнамурти, вы не сможете верить в Рамакриш-ну, потому что вера всегда основывается на впечатлениях, а не на переживаниях. Человеку, привыкшему рассуждать, Рамакришна ка-жется инфантильным: «Что за чепуха - танцы, пе-ние? Что он делает? Будда никогда не танцевал, а этот Рамакришна танцует. Он выглядит ребенком».

Для рассудка сердце всегда кажется инфантильным, но для сер-дца рассудок кажется бесполезным, поверхностным. Что бы ни гово-рил Кришнамурти, это все то же самое. Пере-живание одно и то же - будь то Рамакришна, Чайтанья или Мира. Но если человек центри-рован на голову, то его объяснение, его выражение будет рациональ-ным. Если Рамакришна увидит Кришнамурти, он скажет: «Пойдем, давай танцевать. Почему ты тратишь свое вре-мя? При помощи танца это может быть выражено более легко и доходит оно более глубоко». Кришнамурти скажет: «Танец? Танец может загипнотизировать. Не танцуй. Анализируй! Рассуждай! Рассуди, проанализируй, стань осознающим».

Эти различные центры используются для выражения, а сами переживания являются одними и теми же. Переживание можно на-рисовать - дзэнские мастера изображали свои переживания. Когда они становились просветленными, они изображали это. Они ничего не говорили, они просто рисовали. Риши, мудрецы из Упанишад создали прекрасную по-эзию. Когда они становились просветленны-ми, они создавали поэтические произведения. Чайтанья обычно тан-цевал; Рамакришна обычно пел. Будда и Махавира для объяснения того, что они пережили, использовали голову, рассудок. Для выраже-ния своего переживания они создали великие системы мышления. Но само переживание не является ни рацио-нальным, ни эмоци-ональным: оно выше этого. Было очень мало людей, кто мог бы вы-разить свои переживания посредством обоих центров. Вы сможете найти многих людей ти-па Кришнамурти, вы сможете найти многих

людей типа Рамакришны, но очень редко случается так, что человек может выразиться через оба центра. Такой человек приводит вас в замешательство. С этим человеком вы никогда не можете быть спокойны, потому что вы не можете понять соотношения между двумя способами выражения; они кажутся противоречивыми.

Если я говорю что-нибудь, то я должен делать это, используя рассудок. Так я привлекаю много реалистичных, ориентированных на голову людей. Затем однажды они замечают, что я разрешаю пение и танцы, и им становится неудобно: «Что это? Нет никакой связи...» Но для меня здесь нет противоречия. При помощи танца тоже можно говорить - и иногда более глубокие вещи. Рассудок тоже является способом общения - и иногда очень понятным способом. И то, и другое является способом выражения.

Если бы вы увидели Будду танцующим, вы были бы в затруднении. Если бы вы увидели Махавиру, играющего на флейте, обнаженного, то вы не смогли бы заснуть. Что случилось с Махавирой? Он сошел с ума? Если флейта у Кришны, то все в порядке, а если у Махавиры, то это трудно поверить. Флейта в руках Махавиры? Непостижимо! Вы не можете даже вообразить это. Но причина не в том, что имеется противоречие между Махавирой и Кришной, между Буддой и Чайтаньей; все это обусловлено различиями в способах выражения. Будда привлечет конкретный тип умов - ориентированных на голову, - а Чайтанья и Кришна привлекут умы совершенно противоположного типа - ориентированные на сердце.

Но трудности возникают. Люди вроде меня создают трудности: я привлекаю и тех, и других, и никто из них не чувствует себя спокойно. Когда я говорю, люди, ориентированные на голову, чувствуют себя легко, но когда я допускаю другие типы выражения, они чувствуют себя беспокойно. И то же самое происходит с другими - когда используются какие-либо эмоциональные методы, люди, ориентированные на сердце, чувствуют себя легко, но когда я дискутирую, когда я рассуждаю о чем-нибудь, тогда они отсутствуют, их здесь нет. Они говорят: «Это не для меня».

Как раз вчера ко мне пришла одна леди и сказала: «Я была в Маунт Абу, но там у меня возникли трудности. В первый день, когда я слушала вас, все было прекрасным, все привлекало меня; я была просто очарована. Но когда я увидела киртан - посвятельные песнопения и танцы, - я решила немедленно все бросить; это было не для меня. Я отправилась на автобусную станцию, но проблема ведь оставалась. Я хотела слышать ваши беседы, поэтому я вернулась. Я не хотела упустить то, что вы говорите». Она была в затруднении. Она сказала мне: «Это было так противоречиво».

Это кажется противоречивым, потому что эти центры противостоят друг другу, но это противоречие находится внутри вас. Вашей голове нелегко с вашим сердцем; они конфликтуют. Из-за этого внутреннего конфликта вам кажется, что конфликтуют Кришна-мурти и Рамакришна. Создайте мост между вашим сердцем и вашей головой и тогда вы узнаете, что они являются посредниками.

Рамакришна был абсолютно необразованным - никакого развития рассудка. Он был чистым сердцем. Был развит только один центр, сердце. Кришнамурти является чистым рассудком. Он побывал в руках некоторых наиболее строгих рационалистов - Анни Безант, Лидбитера и теософов. Они были создателями величайших философских систем своего века. Теософия, на самом деле, является одной из величайших систем, когда-либо созданных человеком, и абсолютно рациональной. Он был воспитан рационалистами; он является чистым разумом. Если он даже говорит о сердце и любви, его выражения являются рациональными.

Рамакришна не такой. Если он даже говорит о рассудке, он абсурден. К нему пришел Тоттапури и Рамакришна стал изучать под его руководством Веданту. И Тоттапури сказал: «Отбрось всю эту религиозную чепуху. Полностью отбрось эту мать, Кали. Пока ты не отбросишь все

это, я не буду учить тебя, потому что Веданта не религия, а знание».

Рамакришна сказал: «Хорошо, но дай мне время сходить к мате-ри и спросить ее, могу ли я выбросить все это, всю эту чепуху. Дай мне один момент, чтобы спросить у матери».

Это человек, ориентированный на сердце. Даже для того, чтобы покинуть мать, он должен спросить у нее разрешение. «И она так любит меня - сказал он, - что она позво-лит мне, ты не беспокойся».

Тотапури не мог понять того, что он слышал.

Рамакришна сказал: «Она так любит меня, она никогда не гово-рила мне нет. Если я скажу «Мама, я должен покинуть тебя, потому что сейчас я изучаю Веданту и не могу делать эту религиозную чепуху, поэтому позволь мне, пожалуйста, то она разрешит. Она даст мне пол-ную свободу отбросить все это».

Создайте мост между вашей головой и сердцем и тогда вы уви-дите, что все те, кто когда-либо становился просветленным, говорили одно и то же, могли отличаться только языки, которыми они поль-зовались.

Глава 11

ТЕХНИКИ ДЛЯ ПРОНИКНОВЕНИЯ ВО ВНУТРЕННЕЕ

14ноября 1972 года, Бомбей, Индия

Сутры:

15. Если закроешь руками семь отверстий головы, то пространство между гла-зами станет все в себя включающим.

16. Благословенная, когда чувства поглощены сердцем, достигни центра лотоса.

17. Бездумный ум, держись в середине - до тех пор, пока....

Человек похож на круг без центра. Его жизнь является перифе-рийной; его жизнь протекает только в окрестностях. Вы живете сна-ружи, вы никогда не живете внутри. У вас это не получится, пока не будет найден центр. Вы не можете жить внутри, вы, на самом деле, не имеете ничего внутреннего. Вы не имеете центра, вы имеете только внешнюю часть. Вот почему мы продолжаем говорить о внутреннем, о том, как продвигаться внутрь, о том, как узнать себя, как проник-нуть внутрь, но эти слова не имеют никакого соответствующего зна-чения. Вы знаете значение слов, но вы не можете почувствовать, что они означают, потому что вы никогда не были внутри. Вы никогда не были внутри.

Даже когда вы один, в своем уме вы находитесь в толпе. Когда никого нет снаружи, вы все же не внутри. Вы продолжаете думать о других; вы продолжаете движение нару-жу. Даже когда вы спите, вы видите сны о других, вы не внутри. Только в очень глубо-ком сне, когда отсутствуют сновидения, вы находитесь внутри, но в это время вы не осознаете этого. Запомните этот факт: когда вы нахо-дитесь в сознании, вы никогда не бываете внутри, а во время глубокого сна вы становитесь неосознающими. Поэтому все ваше сознание состоит из внешнего. И когда бы мы ни говорили о проникновении внутрь, понятными являются слова, но не их зна-чение - потому что не слова являются носителем значения, а пере-живание.

Слова не имеют значения. Когда я говорю «внутри», вы понима-ете слово - но только слово, а не его значение. Вы не знаете, что есть внутреннее, потому что ваше сознание нико-гда не было внутри. Ваш ум постоянно направлен наружу. У вас нет никаких ощущений того, что значит внутреннее или что это такое.

Вот что я имею в виду, когда говорю, что вы круг без центра - только окрестности. Центр здесь, но вы погружаетесь в него только тогда, когда у вас отсутствует сознание. Ко-гда же оно присутствует, вы движетесь наружу, и, поэтому, ваша жизнь никогда не являет-ся интенсивной; она и не может быть такой. Она является всего лишь тепловатой. Вы жи-вете так, как будто вы мертвец, или вы живы и мертвы одновременно. Вы мертво-женно живы - живете смертеподобной жизнью. Вы живете по минимуму - не на максимальной вершине, а по минимуму. Вы можете сказать: «Я есть» - и это все. Вы не являетесь мертвыми; и это то, что вы подразумеваете под жизнью.

Но жизнь никогда не узнаешь на периферии. Жизнь можно уз-нать только в центре. На периферии возможна лишь едва теплящаяся жизнь. Поэтому вы, на самом деле, живете совсем не настоящей жизнью, а тогда даже смерть становится ненастоящей - потому что тот, кто по-настоящему не жил, не может по-настоящему умереть. Только подлинная жизнь может перейти в подлинную смерть. Тогда смерть становится прекрасной: все под-линное является прекрасным. Даже жизнь, если она не является настоящей, должна быть безобраз-ной. И ваша жизнь является безобразной, просто отвратительной. В ней ничего не происходит. Вы просто продолжаете ждать, надеясь на то, что что-то когда-то случится.

В настоящий момент там просто пустота и каждый момент по-хож на некоторый мо-мент в прошлом - просто пустота. Вы просто ожидаете будущего, надеясь, что когда-то что-то случится, вы просто надеетесь. Тогда теряется каждый момент. Это не случилось в про-шлом, поэтому оно не может случиться и в будущем. Это может случиться только в настоящий момент, но тогда вы будете нуждаться в интенсивности, в проникающей ин-тенсивности. Тогда вы должны будете укорениться в центре, тогда периферия не будет иметь значе-ния. Тогда вы должны будете найти свой момент.

На самом деле мы никогда не думаем о том, чем мы являемся, и что бы мы ни думали, это просто обман. Однажды я жил с профессо-ром в университетском лагере. Как-то раз он пришел ко мне очень взволнованный, поэтому я спросил: «В чем дело?» Он сказал: «Меня лихорадит».

Я что-то читал, поэтому я сказал ему: «Идите спать. Возьмите это одеяло и отдохни-те».

Он отправился в постель, но через несколько минут он сказал: «Нет, меня не лихо-радит. Я, на самом деле, взбешен. Один человек обидел меня, и я в ярости против не-го».

И я сказал: «Почему же вы говорили, что вас лихорадит?» Он сказал: «Я не мог признать тот факт, что я гневаюсь, но на самом деле я в гневе. Это не жар». Он отбросил одеяло.

Тогда я сказал: «О'кей, если вы сердитесь, возьмите эту подушку. Бейте ее, обратите свою ярость против нее. Пусть ваша ярость высво-бодится. А если подушки будет недос-таточно, то я к вашим услугам. Вы можете бить меня, но пусть этот гнев будет отбро-шен».

Он засмеялся, но смех его был фальшивым - просто маска на лице. Смех пришел на его лицо и сразу исчез, он не проникал внутрь.

Он не шел изнутри; это была просто нарисованная улыбка. Но смех, даже фальшивый смех, создает разрыв. Он сказал: «На самом деле, нет... я, на самом деле, не сержусь. Кто-то что-то сказал перед другими и я почувствовал большое замешательство. Дело только в этом».

И я сказал ему: «Вы изменили свое утверждение о своих собст-венных ощущениях три раза в течение получаса. Вы сказали, что вас лихорадит, затем вы сказали, что вы серди-тесь, а теперь вы говорите, что вы не сердитесь, а только в замешательстве. Какое же ощущение является реальным?»

Он сказал: «На самом деле я в замешательстве».

Я сказал: «Какое ощущение является реальным? Когда вы гово-рили, что вас лихо-радит, вы были уверены в этом. Когда вы говорили, что вы сердитесь, вы также были увере-ны в этом. И вы также уверены в последнем. Вы одна личность, или вас много? Как дол-го будет продолжаться

эта последняя уверенность?»

Тогда человек сказал: «Я, на самом деле, не знаю, что я чувствую. Я не знаю, что это. Я просто выведен из себя. Называется это гневом, смущением или чем-то еще - я не знаю. И сейчас неподходящий момент, чтобы обсуждать это». И он добавил: «Оставьте меня одного. Вы превратили мою ситуацию в философское понятие. Вы обсуждаете, что является реальным, подлинным, а я чувствую себя очень расстроенным».

Это происходит не только с кем-то другим - с X, Y или Z, - это происходит с вами. Вы никогда не уверены, потому что уверенность проистекает от нахождения в центре. Вы не уверены даже в самом себе. Невозможно быть уверенным относительно других, если вы никогда не уверены в самом себе. Имеется только неопределенность, аморфность; ничто не является определенным.

Несколько дней назад некто был у меня и сказал мне: «Я люблю одну девушку и хочу жениться на ней». Я несколько минут смотрел ему глубоко в глаза и ничего не говорил. Он стал беспокойным и сказал: «Почему вы смотрите на меня? Я чувствую себя так не-ловко». Я продолжал смотреть. Он сказал: «Вы думаете, что моя любовь является фальшью?» Я ничего не говорил, я просто продолжал смотреть. Он сказал: «Почему вы считаете, что эта свадьба не приведет к добру?» Он сказал как бы про себя: «На самом деле я не думал об этом очень много, поэтому я и пришел к вам. Я, на самом деле, не знаю, люблю я ее или нет».

Я не сказал ни единого слова. Я просто смотрел в его глаза. Но он стал беспокойным, и нечто, находящееся внутри, стало выходить наружу, как пузырьки газа.

Вы не уверены, вы не можете быть уверенными ни в чем: ни в вашей любви, ни в вашей ненависти, ни в вашей дружбе. Нет ничего, в чем бы вы были уверенными, и все это потому, что вы не имеете центра. Без центра нет никакой уверенности. Все ваши ощущения уверенности ложны и преходящи. В эту минуту вы чувствуете, что вы уверены, но в следующую минуту уверенность уходит, потому что каждую минуту вы имеете новый центр. Вы не имеете постоянного центра, кристаллизованного центра. В каждый момент вы имеете свой мгновенный центр, так что каждый момент имеет свое собственное «я».

Георгий Гурджиев обычно говорил, что человек является толпой. Персональные свойства являются только обманом, потому что вы не личность, а много личностей сразу. Поэтому, когда одна из личностей говорит в вас, это один из мгновенных центров. В следующий момент будет другой центр. В каждый момент, в каждой атомарной ситуации вы чувствуете определенность, и вы никогда не осознаете, что вы просто поток - много волн без какого-либо центра. Тогда в конце вы почувствуете, что жизнь была просто пустой тратой времени. Так и должно было быть. Это просто пустая трата времени, просто блуждание - бесцельное, бессмысленное.

Тантра, йога, религия... их основные усилия направлены, прежде всего, на обнаружение центра, на то, как сначала приобрести индивидуальность. Они направлены на то, как найти центр, который будет оставаться постоянным в любой ситуации. И тогда, в то время как жизнь продолжается где-то на периферии, когда жизнь все течет и течет, когда волны приходят и уходят, центр остается постоянно внутри. Тогда вы остаетесь уникальным - укорененным, центрированным.

Эти сутры представляют собой техники для нахождения центра. Центр уже здесь, потому что не бывает круга без центра. Круг может существовать только с центром, поэтому центр всего лишь забыт. Он здесь, но мы не осознаем этого. Он здесь, но мы не знаем, как на него взглянуть. Мы не знаем, как сфокусировать на нем свое сознание.

15. Закрой все отверстия твоей головы...

Третья техника центрирования: Если закроешь руками семь отверстий головы, то пространство между глазами станет все в себя включающим.

Это одна из наиболее старых техник - одна из простейших и много используемых. За-кройте все отверстия головы - глаза, уши, нос, рот. Когда все отверстия головы закрыты, ваше сознание, кото-рое непрерывно вытекает наружу, внезапно останавливается; оно больше не может вытекать наружу.

Вы, возможно, не наблюдали, но если вы прекратите на мгновение только дыхание, то внезапно ваш ум остановится - потому что ум движется вместе с дыханием. Это обусловленность, связанная с умом. Вы должны понять, что такое обусловленность - только тогда будет легко понять эту сутру.

Павлов, один из наиболее известных русских психологов, создал термин «обусловленность» - или «условный рефлекс» - слова, исполь-зуемые ежедневно во всем мире. Это слово знает каждый, кто знаком с психологией хотя бы немного. Любые два мыслительных про-цесса могут быть так связаны, что если вы начнете с одного из них, то запустится также и другой.

Вот известный пример Павлова. Павлов работал с собаками. Он обнаружил, что если вы поставите перед собакой ее пищу, то начнет выделяться слюна. Язык собаки высовывается и приготавливается к приему пищи. Это естественно. Когда собака видит пищу или даже только представляет себе пищу, начинает течь слюна.

Но Павлов обусловил этот процесс другим процессом. Всякий раз, когда перед собакой была пища и текла слюна, он делал что-либо другое. Он, например, звонил в колокольчик, а собака должна была слушать этот звон. В течение пятнадцати дней одновременно с пода-чей пищи звонил колокольчик. Затем, на шестнадцатый день, пищу перед собакой уже не стави-ли, звонили только в колокольчик. Но все равно слюна начинала течь, и язык высовывал-ся, как будто перед собакой была пища.

Но пищи не было, был только звон колокольчика. Нет никакой естественной связи ме-жду звоном колокольчика и слюной, естест-венная связь имеется между слюной и пищей. Но теперь в результате постоянного повторения звон колокольчика связан со слюной, и про-цесс ее выделения начинается по звонку.

Согласно Павлову, - а он прав - вся наша жизнь является обус-ловленным процессом. Наш ум обусловлен. Таким образом, если вы остановите что-либо, условно связанное с чем-либо другим, то это другое тоже остановится.

Вы, например, никогда не думаете без дыхания. Размышления всегда происходят со-вместно с дыханием. Вы не осознаете дыхание, но оно непрерывно здесь, день и ночь. Каж-дая мысль, каждый про-цесс рассуждений связан с дыханием. Если вы внезапно прекратите дышать, мысли также остановятся. А если все семь отверстий вашей головы будут закрыты, то внезапно ваше сознание не сможет выте-кать наружу. Оно остается внутри, и это порожд-ает между вашими глазами пустое пространство. Это пространство известно как третий глаз.

Если все отверстия головы закрыты, то вы не можете двигаться наружу, потому что вы всегда выходили наружу через эти отверстия. Вы остаетесь внутри вместе со своим созна-нием, и сознание начинает концентрироваться между этими двумя глазами, между этими дву-мя обычными глазами. Оно остается между этими двумя глазами, оно сфокусировано. Это место известно как третий глаз.

Это пространство становится все в себя включающим. Эта сутра говорит, что в этом месте заключено все, в нем заключена вся экзи-стенция. Если вы сможете почувствовать это место, вы будете чувст-вовать все. Раз вы можете почувствовать себя внутри этого про-странства между двумя глазами, то вы знаете экзистенцию и постигаете ее тотальность, потому что это внутреннее пространство включает в себя все. Вне его не остается ничего.

Упанишады гласят: «Познавший одно знает все». Эти два глаза могут видеть только

конечное. Третий глаз видит бесконечное. Эти два глаза могут видеть только материальное. Третий глаз видит не-материальное, духовное. Этими двумя глазами вы никогда не почувствуете энергию, вы никогда не увидите энергию; вы можете увидеть только материю. Но при помощи третьего глаза видна материя как таковая.

Подобное закрывание всех отверстий является способом центрирования, поскольку раз поток сознания не может вытекать, он остается в своем источнике. Этим источником сознания является третий глаз. Если вы центрированы на третий глаз, многое случается. Прежде всего, вы обнаружите, что внутри вас помещается целый мир.

Свами Раматирта обычно говорил: «Солнце движется во мне, звезды движутся во мне, луна поднимается во мне. Во мне находится вся вселенная». Когда он сказал это в первый раз, его ученики подумали, что он сошел с ума. Каким образом в Раматирте могут оказаться звезды?

Но он говорил о третьем глазе, о внутреннем пространстве. Когда в первый раз освещается это внутреннее пространство, вы испытываете незабываемые ощущения. Когда вы видите, что все находится внутри вас, вы становитесь вселенной.

Третий глаз не является частью вашего физического тела. Пространство между вашими двумя глазами не является пространством, ограниченным контурами вашего тела. Это бесконечное пространство, проникшее в вас. Однажды познав это пространство, вы никогда больше не будете прежним человеком. В тот момент, когда вы познаете это пространство, вы познаете бессмертие. Тогда не будет никакой смерти.

Когда вы впервые узнаете это пространство, ваша жизнь станет подлинной, интенсивной, вы впервые реально почувствуете жизнь. Теперь нет потребности в каких-либо мерах безопасности, теперь невозможен страх. Теперь вас невозможно убить. Теперь у вас ничто нельзя отнять. Теперь вся вселенная принадлежит вам: вы сами являетесь вселенной. Те, кто познал это внутреннее пространство, кричат в экстазе: «Ахам Брахмас-ми! Я - вселенная, я - экзистенция».

Суфийский мистик Мансур был убит только из-за переживаний, связанных с третьим глазом. Когда он впервые осознал это внутреннее пространство, он стал кричать: «Я - Бог!» В Индии ему бы поклонялись, потому что Индия знала очень многих, кто пришел к познанию внутреннего пространства в третьем глазе. Но в мусульманской стране понять его было трудно. Поэтому утверждение Мансура: «Я есть Бог – Анал хак!» было воспринято как нечто антирелигиозное, поскольку мусульмане не могут представить себе, что человек и Бог могут стать единым. Человек есть человек - он создан - и создателем является Бог, так как же созданное становится создателем? Так что утверждение Мансура о том, что он Бог, не могло быть понято - он был убит. Но когда его убивали, он смеялся. И кто-то спросил: «Почему ты смеешься, Мансур?»

Говорят, что Мансур сказал: «Я смеюсь, потому что вы не убиваете меня, вы не можете убить меня. Вы обмануты этим телом, но я не являюсь этим телом. Я - создатель этой вселенной и именно мой палец приводит в движение всю эту вселенную с самого начала».

В Индии его бы легко поняли. Подобный язык был известен там, в течение многих веков. Мы знаем, что наступает момент, когда познается внутреннее пространство. Тогда человек просто сходит с ума. И человек в такой степени уверен в этой реализации, что даже если вы убьете Мансура, он не изменит своего утверждения - поскольку на самом деле вы не можете убить его как такового. Теперь он стал целым. Теперь нет возможности разрушить его.

На примере Мансура суфии поняли, что в подобных ситуациях лучше молчать. Поэтому после Мансура суфийская традиция неуклонно поучала своих посвященных: «Когда бы вы ни проникли в свой третий глаз, оставайтесь молчаливыми и не говорите ничего. Когда бы это ни случилось, сохраняйте спокойствие. Не говорите ничего или просто продолжайте говорить».

некоторые формальные вещи, которыми люди верят».

Так что ислам имеет теперь две традиции. Одна является обычной, обращенной наружу, экзотерической; другая, реальный ислам, суфизм является эзотерической. Но суфии молчат, потому что со времен Мансура они поняли, что разговор на том языке, который приходит к человеку после открытия третьего глаза, приводит к не нужным трудностям; это никому не помогает.

Эта сутра гласит: Если закроешь руками семь отверстий головы, то пространство между глазами станет все в себя включающим. Ваше внутреннее пространство превратилось во вселенную.

16. Поглотить чувства своим сердцем

Четвертая техника центрирования: Благословенная, когда чувства поглощены сердцем, достигни центра лотоса.

Каждая техника может оказаться полезной для определенного типа ума. Третья техника, которую мы только что обсуждали - закрытие отверстий головы - может быть использована многими. Она очень проста и не очень опасна. Вы легко можете ее использовать и совсем необязательно закрывать отверстия руками. Какое-то закрытие необходимо, так что вы можете использовать затычки для ушей и маску для глаз. На самом деле все отверстия следует закрывать лишь на несколько мгновений, на несколько секунд. Попробуйте. Не практикуйте эту технику - может помочь только внезапное ее использование. Когда она внезапна, она помогает. Лежа в постели, закройте внезапно все отверстия головы на несколько секунд и посмотрите, что получится.

Почувствовав удушье, продолжайте до тех пор, пока это не станет абсолютно непереносимым - из-за прекратившегося дыхания. Продолжайте до тех пор, пока это не станет абсолютно непереносимым. А когда это станет абсолютно непереносимым, вы не сможете больше закрывать отверстия, так что не беспокойтесь. Некоторая внутренняя сила откроет все отверстия. Поэтому продолжайте, насколько это в ваших силах. Необходим именно момент удушья, потому что удушье ломает все старые ассоциации. Будет прекрасно, если вы сможете продолжить еще несколько мгновений. Будет очень трудно и вы почувствуете, что умираете, но не бойтесь, вы не можете умереть. Вы не можете умереть от закрытия отверстий головы. Но нужным моментом является именно тот момент, когда вы почувствуете, что вы умираете.

Если вы сумеете продержаться этот момент, то внезапно все будет освещено. Вы почувствуете внутреннее пространство, которое будет все время расширяться, включая в себя все, включая в себя целое. Тогда открывайте ваши отверстия. Пытайтесь повторить это снова и снова. Когда у вас есть время, попробуйте. Но не практикуйте эту технику регулярно. Вы можете практиковать остановку дыхания на некоторое время. Но регулярная практика не поможет, нужен внезапный толчок. При таком толчке прекращается течение по старым каналам вашего сознания, а при этом возможно появление чего-то нового.

Даже сегодня многие практикуют этот метод - многие люди по всей Индии. Но они практикуют его, а этот метод основан на внезапности. Если вы практикуете его регулярно, то ничего не получится, ничего не случится. Если я внезапно вышвырну вас из этой комнаты, ваши мысли остановятся. Но если мы будем практиковать это ежедневно, то ничего не случится. Это превратится в механическую привычку. Так что не практикуйте этот метод. Применяйте его изредка, когда сможете. Тогда вдруг, внезапно вы осознаете внутреннее пространство. Это внутреннее пространство появляется перед вашим сознанием только тогда, когда вы находитесь на пороге смерти. Требуемым моментом является тот момент, когда вы почувствуете: «Я не могу продолжать далее ни единого мгновения, моя смерть близка». Продолжайте! Не бойтесь. Умереть не так просто. По крайней мере, до сих пор от этого метода

еще никто не умер.

Вы не можете умереть, потому что в вашем организме имеются некоторые встроенные средства безопасности. Перед смертью человек становится бессознательным. Если вы в сознании и чувствуете, что умираете, не бойтесь. Вы еще в сознании, так что вы не можете умереть. А если вы станете бессознательным, то ваше дыхание возобновится. Тогда вы не сможете предотвратить этого. Так что вы можете использовать затычки для ушей или что-либо в этом роде. В руках нет необходимости. Руки используются только потому, что когда вы впадаете в бессознательность, руки расслабляются и все ваши жизненные процессы возобновляются сами собой.

Вы можете использовать затычки для ушей и маску для глаз, но не используйте никаких затычек для носа или рта, потому что это может привести к фатальному исходу. Должен оставаться открытым хотя бы нос. Закрывайте его руками. Тогда, если вы действительно впадете в бессознательность, руки расслабятся и дыхание возобновится. Сработают собственные средства безопасности организма. Этот метод может быть использован многими.

Четвертый метод предназначен для тех, кто имеет очень развитое сердце, для любящих, чувствительных натур, для эмоциональных людей. Благословенная, когда чувства поглощены сердцем, достигни центра лотоса. Этот метод может быть использован только теми, кто ориентирован на сердце. Поэтому давайте поймем сначала, что из себя представляет личность, ориентированная на сердце. Тогда можно будет понять и этот метод.

Для человека, ориентированного на сердечный центр, все ведет к сердцу, абсолютно все. Если вы любите его, вашу любовь почувствует его сердце, а не голова. Человек, ориентированный на голову, даже любовь ощущает мозгом, головой. Он думает об этом; он строит планы относительно любви. Даже его любовь является осознанными усилиями ума.

Чувствительная натура живет не рассуждая. Разумеется, у сердца свои доводы и мотивы, но оно не рассуждает. Если вас спросят: «Почему вы любите?» и вы сможете ответить, то вы ориентированы на голову. А если вы скажете: «Не знаю, я просто люблю», то вы ориентированы на сердечный центр.

Даже если вы скажете, что кто-то является прекрасным и поэтому вы его любите, это будет плодом рассудка. Для человека, ориентированного на сердце, прекрасным является тот человек, которого любишь. Человек, ориентированный на голову, любит другого потому, что он является прекрасным или она является прекрасной. Сначала вступает в действие рассудок, потом появляется любовь. Для ориентированного на сердце человека сначала приходит любовь, затем уже следует все остальное. Чувствительная личность центрирована в сердце, поэтому все, что бы с ней не случилось, проходит через сердце.

Понаблюдайте за собой. В вашей жизни каждый момент что-либо случается. Как это все воспринимается вами? Вы идете по улице и видите нищего. За какое место заденет вас этот нищий? Вы начнете думать об экономической ситуации? Вы начнете думать о том, как остановить нищенство законодательным образом или как устроить социалистическое общество, в котором бы не было нищих? Тогда вы ориентированы на голову. Этот нищий является для вас просто исходными данными. Ваше сердце не затронуто, затронута только голова. Вы не собираетесь сделать что-либо для нищего здесь и сейчас - нет! Вы будете делать что-либо для коммунизма, вы будете делать что-либо для будущего, для какой-то утопии. Вы даже можете посвящать этому всю свою жизнь, но вы не сможете сделать что-либо просто сейчас.

Ум всегда действует в будущем; сердце всегда здесь и сейчас. Человек, ориентированный на сердце, что-нибудь сделает для этого нищего прямо сейчас. Этот нищий является индивидуальностью, а не исходными данными для рассуждений. Но для человека, ориентированного на голову, этот нищий - просто математическая фигура. Для него является

проблемой то, как остановить нищенство, а не как помочь этому нищему - это его не касается. Так что понаблюдайте за собой. Понаблюдайте, как вы действуете в различных ситуациях. Связаны ли ваши действия с сердцем или с головой?

Если вы поняли, что вы ориентированы на сердце, то этот метод будет для вас очень полезным. Но знайте, что многие пытаются отнести себя к тем, кто ориентирован на сердце. Все хотят думать, что они являются очень любящими личностями, что они относятся к чувствительному типу - потому что любовь является такой основной потребностью человека, что никто не может не испытывать беспоконства, видя, что в нем нет любви, нет любящего сердца. Так что все продолжают так думать и верить в это, но вера в данном случае не может помочь. Понаблюдайте за собой беспристрастно, как за кем-то посторонним, и тогда решите - потому что здесь нет нужды обманывать себя, это не поможет. Даже если вы обманете себя, вы не сможете обмануть технику, и, выполняя ее, вы обнаружите, что ничего не случается.

Ко мне приходят люди, и я спрашиваю их, к какому типу они принадлежат. В действительности они не знают этого. Они никогда не думали об этом - о том, какого они типа. Они имеют о себе смутные представления, и эти представления являются просто плодом их воображения. У них есть некоторые идеалы и собственные образы и они думают, вернее, желают, что они и есть эти образы. Они не являются этими идеальными образами, а часто оказывается, что они являются чем-то совершенно противоположным.

В этом есть причина. Человек, который настаивает на том, что он ориентирован на сердце, может настаивать на этом только потому, что он чувствует отсутствие у себя сердца, и он боится этого. Он не может осознать тот факт, что у него нет сердца.

Взгляните на окружающий вас мир! Если бы с его сердцем все было в порядке, то он не мог бы быть таким бессердечным. Этот мир является результатом нашей деятельности, и где-то что-то в нем не так. В нем нет сердца. А мы никогда и не развивали сердце. Мы развивали ум, и он присутствует. Для развития ума существуют школы, колледжи, университеты, но для развития сердца нет специальных учреждений. Развитие ума приносит доход, а развитие сердца опасно. Если у вас развито сердце, вы становитесь совершенно не приспособленным к этому миру, потому что весь мир живет рассудком.

Если у вас развито сердце, вы становитесь просто абсурдным в контексте всей мировой структуры. Когда весь мир движется вправо, вы будете двигаться влево. Во всем вы будете испытывать трудности. Фактически, чем более цивилизованным становится человек, тем меньше развивается его сердце. Мы фактически забыли о нем - что оно существует, что имеется потребность развивать его. Вот почему такой метод, который легко может работать, так никогда и не работает.

Многие религии основаны на техниках, ориентированных на сердце - христианство, ислам, индуизм и многие другие. Они обращены к людям с развитым сердечным центром. Чем старше религия, тем больше она полагается на развитое сердце. Когда писались Веды и зарождался индуизм, люди были в основном ориентированы на сердце. Тогда трудно было найти человека, ориентированного на разум. Но теперь все наоборот. Вы не можете молиться, потому что молитва - это техника, ориентированная на сердце. Вот почему даже на Западе, где преобладает христианство - религия молящихся, - осуществление молитвы сталкивается с трудностями. На молитву ориентирована, в частности, католическая церковь.

В христианстве нет такого понятия, как медитация, но сейчас даже на Западе люди сходят с ума по медитации. Никто не собирается в церковь, - а если даже и собирается, то это всего лишь формальная вещь, просто воскресная религия - потому что ориентированная на сердце молитва стала совершенно неизвестной западному человеку. Медитация в большей степени ориентирована на ум, молитва в большей степени ориентирована на сердце. Можно сказать, что

мо-литва является техникой медитации для сердечно ориентированных людей.

Эта техника также предназначена для сердечно ориентированных людей: Благословенная, когда чувства поглощены сердцем, достигни центра лотоса.

Так что же следует делать в этой технике? Когда чувства поглощены сердцем... Попробуйте! Для этого существует много путей. Вы прикасаетесь к кому-либо; если вы ориентированы на сердце, прикосновение немедленно войдет в ваше сердце и вы сможете почувствовать качество. Если вы возьмете руку ориентированного на голову человека, то рука его будет холодной - не просто рука будет холодной, но будет ощущаться холодность как качество. В руке будет ощущаться некоторая мертвенность. Если человек является сердечно ориентированным, то в нем наблюдается некоторая теплота, его рука будет растворяться в вас. Вы будете ощущать нечто, текущее из его руки в вас, происходит встреча, передача тепла.

Это тепло приходит из сердца. Оно никогда не может прийти из головы, потому что голова всегда холодная - она вычисляет. Сердце является теплым, невычисляющим. Голова всегда думает о том, как больше получить; сердце всегда чувствует, как больше дать. Это тепло есть просто отдача - отдача энергии, отдача внутренних вибраций, отдача жизни. Вот почему вы ощущаете в нем другое качество. Если такой человек обнимает вас, вы почувствуете, как крепко вы сплавля-етесь с ним.

Прикоснитесь! Закройте глаза и прикоснитесь к чему-нибудь. Прикоснитесь к любимой или любимому, прикоснитесь к своему ребенку или к своей матери, к другу, к дереву, к цветку, прикоснитесь просто к земле. Закройте глаза и почувствуйте связь между вашим сердцем и землей, или между сердцем и вашей любимой. Почувствуйте, что ваша рука - это просто ваше сердце, вытянувшееся для того, чтобы прикоснуться к земле. Пусть чувство прикосновения будет связано с сердцем.

Вы слушаете музыку. Не слушайте ее головой. Просто забудьте о своей голове, ощущайте, что у вас нет головы, что головы нет совсем. Хорошо иметь в своей спальне изображение самого себя без головы. Концентрируйтесь на нем; вы без головы, не позволяйте голове войти. Слушая музыку, слушайте ее сердцем. Чувствуйте, как музыка входит в ваше сердце, позвольте сердцу вибрировать вместе с музыкой. Пусть ваши чувства будут соединены с сердцем, а не с головой. Постарайтесь сделать это с каждым из чувств, почувствуйте, что каждое из чувств, все больше и больше входит в ваше сердце и растворяется в нем.

Благословенная, когда чувства поглощены сердцем, достигни центра лотоса. Сердце является лотосом. Каждое чувство является просто отверстием этого лотоса, лепестком этого лотоса. Постарайтесь сначала связать ваши чувства с сердцем. Во-вторых, всегда думайте, что каждое ваше чувство глубоко входит в ваше сердце и поглощается в нем. Только тогда, когда и то и другое произошло, ваши чувства начинают помогать вам. Они поведут вас к сердцу, и ваше сердце превратится в лотос.

Этот сердечный лотос придаст вам центрирование. Раз вы познали сердечный центр, то очень легко опуститься в пупочный центр, очень легко. Эта сутра даже не упоминает об этом - в этом нет необходимости. Если вы тотально поглощены своим сердцем и рассудок перестает работать, то вы проваливаетесь вниз. Из сердца открывается дверь по направлению к пупку. Только из головы трудно идти к пупку. Трудно также идти к пупку, если вы находитесь посередине между сердцем и головой. Раз вы поглощены пупком, вы внезапно выпадаете из сердца. Вы опускаетесь в пупочный центр, который является основным - первичным.

Вот почему помогает молитва. Вот почему Иисус мог сказать: «Любовь есть Бог». Это не совсем так, но любовь является дверью. Если вы находитесь в состоянии глубокой любви - к кому угодно, не имеет значения к кому... Любовь имеет значение; предмет любви значения не имеет. Если вы глубоко любите кого-нибудь, так сильно любите, что с головой нет никаких

взаимоотношений, если функционирует только сердце, то эта любовь превратится в молитву, а ваш любимый или любимая станут божественными.

В действительности, глаза любви не могут видеть ничего другого, вот почему это случается и при обычной любви. Если вы влюбляетесь в кого-нибудь, он становится божеством. Это может быть ненадолго, это может быть не очень прочным, но в момент любви любимый или любимая становятся божественными. Рано или поздно голова разрушит все это, потому что голова вернется и постарается управлять всем. Даже любовью следует управлять. А раз голова возьмет управление в свои руки, все будет разрушено.

Если вы сможете любить без управления со стороны головы, то ваша любовь должна превратиться в молитву и ваша любимая станет дверью. Ваша любовь сделает вас центрированным в сердце, а раз вы центрированы в сердце, то вы автоматически опускаетесь в пупочный центр.

17. Не выбирай, держись в середине

Пятая техника на центрирование: Бездумный ум, держись в середине до тех пор, пока...

И это вся сутра. Как и всякое научное утверждение, эта сутра коротка, но даже эти несколько слов могут полностью трансформировать вашу жизнь. Бездумный ум, держись в середине - до тех пор, пока ...

Держись в середине... Будда построил на этой сутре всю свою технику медитации. Его метод известен как маджхим никая - срединный путь. Будда говорит: «Всегда оставайся посередине - всегда и во всем».

Некто принц Шраван принял посвящение, Будда посвятил его в санньясины. Этот принц был редкостным человеком, и когда он принял санньясу, когда он был посвящен, все его королевство было поражено. Королевство не могло поверить в это, люди не могли поверить, что принц Шраван мог стать санньясином. Никто не мог себе этого даже вообразить, потому что он был чрезвычайно мирским человеком, потакавшим любым своим желаниям, даже самым крайним. Его обычными занятиями были вино и женщины.

Вдруг в городе появился Будда, и принц отправился к нему, чтобы иметь даршан - духовную встречу. Он пал у ног Будды и сказал: «Посвяти меня. Я оставлю этот мир».

Те, кто пришел с ним, даже ничего не поняли... это было так внезапно. И они спросили Будду: «Что случилось? Это чудо. Шраван не тот тип человека и, к тому же, он жил так роскошно. До сих пор мы не могли себе даже вообразить, что Шраван может быть санньясином, так что же случилось? Ты сделал что-нибудь?»

Будда сказал: «Я ничего не делал. Ум может легко перемещаться из одной крайности в другую. Это обычный путь ума - двигаться из одной крайности в другую. Так что Шраван не делает ничего нового. Этого можно было ожидать. Вы так поражены, потому что не знаете законов, управляющих действиями ума».

Ум движется из одной крайности в другую, вот обычный путь ума. Так что это случается каждый день: человек, одержимый жадностью богатства, отрекается от всего, становится голым факиром. Нам кажется, что это чудо. Но в этом ничего нет - просто обычный закон. Нельзя ожидать отказа от богатства от человека, который не был бы одержим этим богатством, потому что только из одной крайности вы можете переместиться в другую - как маятник, из одного крайнего положения в другое.

Итак, человек, который сходил с ума, желая богатства, теперь сходит с ума, отказываясь от богатства, но сумасшествие остается - и в этом весь ум. Человек, который жил только ради секса, становится безбрачным, может прийти к самоизоляции, но сумасшествие останется. Раньше он жил только ради секса, теперь он живет всецело против секса - но отношение,

подход остается тем же самым.

Таким образом, брахмачарий, давший обет безбрачия, на самом деле не выше секса; весь его ум ориентирован на секс. Он против секса, но не выше его. Путь за пределы чего-то всегда лежит посередине, он никогда не является в некотором смысле предельным. Поэтому Будда говорит: «Этого можно было ожидать. Никакого чуда не произошло. Именно так и работает ум».

Шраван стал нищим, санньясином. Он стал бхикшей, монахом, и скоро другие ученики Будды стали наблюдать, что он движется к другой крайности. Будда никогда никого не просил ходить голым, а Шраван перестал одеваться. Будда не был сторонником оголения. Он говорил, что это еще одна крайность.

Есть люди, которые живут ради того, чтобы одеваться, как будто в этом заключена вся жизнь, а есть люди, которые вообще не одеваются - но и те, и другие верят в одно и то же. Будда никогда не учил обнаженности, а Шраван перестал одеваться. Он был единственным учеником Будды, который ходил голым. Он занимался самоистязанием. Будда позволял санньясинам один прием пищи каждый день, но Шраван ел один раз через день. Он стал совершенно истощенным. В то время как другие ученики медитировали под деревьями, в те дни, он никогда не садился под дерево. Он всегда оставался на жарком солнце. Он был раньше красивым человеком, у него было прекрасное тело, но через шесть месяцев никто не мог узнать его. Он стал безобразным, темным, загорелым.

Однажды вечером Будда пришел к Шравану и сказал ему: «Шраван, я слышал, что когда ты был принцем, еще до посвящения, ты любил играть на вине, на ситаре, и ты был хорошим музыкантом. Поэтому я пришел задать тебе один вопрос. Что случится, если струны вины ослабить?»

Шраван сказал: «Если струны ослабить, то никакой музыки не получится».

И тогда Будда спросил: «А если струны сильно натянуты, слишком сильно натянуты, что случится?»

Шраван сказал: «Тогда тоже невозможно извлечь музыку. Натяжение струн должно быть средним - не ослабленным и не перетянутым, а в точности посередине. На вине играть легко, но только мастер может правильно настроить струны, в самой середине».

И Будда сказал: «Именно это я и хотел сказать тебе после наблюдения за тобой в течение шести месяцев, - что и в жизни музыка звучит только тогда, когда струны не ослаблены, не перетянуты, а как раз посередине. Так что отречься от всего легко, но только мастер знает, как оставаться в середине. Итак, Шраван, будь мастером, пусть струны жизни будут ровно посередине - во всем. Не надо бросаться в крайности. Все имеет две крайние степени, но ты оставайся ровно посередине».

Но ум является очень невнимательным. Вот почему сутра говорит: Бездумный ум... Вы будете слышать это, вы будете понимать это, но ум никогда не обратит на это внимание. Ум всегда будет выбирать крайности.

Для ума крайность является привлекательной. Почему? Потому что в середине ум умирает. Взгляните на маятник: если вы имеете старинные часы, взгляните на маятник. Если маятник подходит к крайним положениям, он может двигаться целый день. Когда он движется влево, он собирает энергию, чтобы двигаться вправо. Когда он движется вправо, не думайте, что ему нужно вправо - он просто накапливает энергию для движения влево. Таким образом, все время крайности: вправо-влево, вправо-влево.

Остановите маятник в середине, и вся энергия будет утеряна. Тогда у маятника не будет энергии, потому что энергия шла от одной из крайностей. Тогда одна крайность бросала его по направлению к другой крайности, затем это повторялось, а это замкнутый цикл... маятник продолжает движение. Установите его в середину, и все движение прекратится.

Ум просто подобен маятнику, понаблюдав за собой, вы в любой день поймете это. Вы принимаете одно крайнее решение, а затем движетесь к другому. Вы сердитесь; затем вы раскаиваетесь. Вы решаете: «Все, этого достаточно. Теперь я никогда не буду сердиться». Но вы не видите крайности.

Никогда - это крайность. Как вы можете быть настолько уверенными, что вы никогда не будете сердиться? Что вы говорите? Подумайте еще раз - никогда? Тогда отправьтесь в прошлое и вспомните, как много раз вы решали никогда не сердиться. Когда вы говорите, что вы никогда не будете сердиться, вы не осознаете, что, будучи сердитым, накопили энергию для движения в другую крайность.

Сейчас вы раскаиваетесь, вы чувствуете себя плохо. Ваш собственный образ разрушен, поколеблен. Теперь вы не можете сказать, что вы хороший человек, вы не можете сказать, что вы религиозный человек. Вы сердились, а как может сердиться религиозный человек? Как может сердиться хороший человек? Итак, вы раскаиваетесь и хотите снова восстано-вить свои хорошие качества. По крайней мере, в своих глазах вы можете почувствовать об-легчение, - что вы раска-ялись и что вы решили, что теперь вы никогда не будете гневаться. Поколебленный образ возвращается к прежнему состоянию. Теперь вы чувствуете себя спо-койно, вы движетесь к другой крайности.

Но ум, который говорит: «Я никогда больше не буду сердиться», снова будет сердиться. А когда вы снова сердитесь, вы полностью забудете про свое раскаяние, ваше решение - это все. После гнева снова придет раскаяние и снова будет принято решение и вы никогда не почувствуете обмана этого. Так было всегда.

Ум движется от гнева к раскаянию, от раскаяния к гневу. Оста-вайтесь в середине. Не сердитесь, и не раскаивайтесь. Если вы сердитесь, то хотя бы не раскаивайтесь. Не дви-гайтесь в другую крайность. Оставайтесь в середине. Говорите себе: «Я сержусь и я пло-хой человек, я буйный человек. Я сержусь. Я такой». Но не раскаивайтесь; не дви-гайтесь в другую крайность. Оставайтесь в середине. Если вы останетесь в середине, вы не накопите энергию для нового гнева.

Итак, эта сутра гласит: Бездумный ум, держись в середине - до тех пор, пока... Но что означает это «до тех пор, пока...»? До тех пор, пока вы не распуститесь! Держитесь в середине до тех пор, пока ум не умрет. Держитесь в середине до тех пор, пока ума не станет. Без-думный ум, держись в середине - до тех пор, пока ум не исчезнет. Если ум означает бро-саться в крайности, то середина будет не умом.

Но это самое трудное в мире. Это кажется легким, это кажется простым; может пока-заться, что вы можете выполнить это. И вы будете чувствовать себя хорошо, если будете думать, что в раскаянии нет необходимости. Испытайте это и тогда вы узнаете, что когда вы сердитесь, ум будет настаивать на раскаянии.

Мужья и жены продолжают ссориться, а в течение многих веков были воспитатели, со-ветчики, великие люди, которые учили, как нужно жить и любить - но они продолжали ссо-риться. Фрейд впервые осознал такое явление, что когда вы находитесь в состоянии любви - так называемой любви, - то вы одновременно находитесь в состоянии ненависти. Утром вы любите, вечером ненавидите, так что маятник продолжает двигаться. Каждая жена и каж-дый муж знают это, но Фрейд имел очень неприятную интуицию. Фрейд говорил, что если пара перестала сражаться, то любовь умерла.

Та любовь, которая сосуществует с ненавистью и стычками, не может оставаться лю-бовью, так что если вы видите пару, которая не сражается, то не думайте, что это идеальная пара. Это означает, что пары нет совсем. Они живут параллельно, но не друг с другом. Они параллельные линии, которые нигде не встречаются, и даже не сра-жаются. Будучи вместе, они одиноки -

параллельны.

Ум должен двигаться в противоположном направлении, поэтому современные психологи дают лучший совет. Совет является более правильным, более глубоким, более проникающим. Он гласит, что если вы действительно хотите жить в любви - с привлечением ума, то не бойтесь сражений. Вы должны по настоящему сражаться, чтобы вы могли двигаться к противоположной крайности, к подлинной любви. Так что когда вы сражаетесь со своей же-ной, не избегайте этого; в противном случае вы избежите и любви. Когда придет время сра-жаться, сражайтесь до конца. Тогда к вечеру вы будете в состоянии любить: ум накопит соот-ветствующую энергию. Обычная любовь не может существовать без сражений, потому что это - движение ума. Только любовь, которая идет не от ума, может существовать без сражений, но тогда это совсем другая вещь.

Любящий Будда... это совсем другое. Но если Будда придет к вам с любовью, вы не будете чувствовать себя хорошо, потому что в этом не будет никаких дефектов. Это будет просто любовь, любовь и лю-бовь - и скука, потому что пикантность идет от сражений. Будда не может сердиться, он может только любить. Вы не почувствуете его любви, потому что вы можете чувствовать только противоположно-сти, вы можете ощущать любовь только по кон-трасту.

Когда Будда после двенадцатилетнего отсутствия вернулся в свой родной город, его жена не вышла встречать его. Весь город, за исклю-чением его жены, собрался встречать его. Будда рассмеялся и сказал своему первому ученику Ананде: «Яшодхаране пришла. Я хорошо ее знаю. Кажется, она еще любит меня. Она гордая и чувствует себя задетой. Я думал, что двенадцать лет - достаточно долгий срок, чтобы любви не осталось, но кажется, она все еще любит - и все еще сердится. Она не пришла встретить меня. Я должен буду идти в свой дом».

И Будда пошел. Ананда был с ним; это соответствовало условию между Анандой и Буд-дой. Когда Ананда проходил посвящение, он поставил перед Буддой условие, что он все-гда будет оставаться рядом с ним, и Будда согласился с этим условием. Ананда был его старшим двоюродным братом, так что Будда должен был согла-ситься.

Ананда последовал за ним в дом, во дворец, поэтому Будда ска-зал: «Хотя бы в этом случае останься и не ходи со мной, потому что она будет в ярости. Я вернулся через двена-дцать лет, а я ведь убежал, даже ничего не сказав ей. Она очень сердита, так что не ходи со мной, иначе она будет чувствовать, что я не даю ей возможность даже сказать что-либо. Она, должно быть, хочет сказать мне многое, так что пусть она проявит свой гнев, не ходи со мной».

Будда вошел. Конечно же, Яшодхара была как вулкан. Она извер-галась, взрывалась. Она начала кричать и плакать и много говорить Будда стоял и ждал, и внезапно она остыла и осознала, что Будда не произнес ни единого слова.

Она вытерла свои глаза и посмотрела на Будду, а Будда сказал: «Я пришел сказать, что я что-то приобрел. Я что-то узнал, я что-то понял. Если ты остыла, я могу рассказать тебе - рассказать истину, которую я осознал. Я ждал так долго для того, чтобы ты могла отре-агировать. Двенадцать лет - долгий срок. Ты собрала много обид и твой гнев можно по-нять; я ожидал этого. Это показывает, что ты все еще любишь меня. Но есть любовь, кото-рая выше этой любви, и только благодаря этой любви я вернулся, чтобы рассказать те-бе о чем-то».

Но Яшодхара не могла чувствовать эту любовь. Ее трудно по-чувствовать, потому что она так молчалива. Она так молчалива, что кажется, что она отсутствует. Когда ум оста-навливается, появ-ляется другая любовь. Но эта любовь не имеет своей противопо-ложности. Когда ум останавливается, то что бы ни происходило, оно не имеет своей противоположности. Когда ум присутствует, всегда имеются полярные противополож-ности, и ум движется как маятник.

Эта сутра чудесна, благодаря ней возможны чудеса: Бездумный ум, держись в середине - до тех пор, пока...

Итак, испытайте ее. Эта сутра для всей вашей жизни. Вы не можете практиковать ее время от времени, вы должны быть постоянно осознающими. При работе, при ходьбе, при еде, в отношениях с людьми, всегда - оставайтесь в середине. Пытайтесь, во всяком случае, и вы почувствуете, что в вас развивается некоторое спокойствие, к вам приходит покойствие, в вас растет центр спокойствия.

Даже если вам не удастся быть точно посередине, пытайтесь находиться в середине. Внезапно вы почувствуете, что означает эта середина. Что бы с вами ни происходило - ненависть или любовь, гнев или раскаяние - всегда помните о полярных возможностях и оставайтесь между ними. И рано или поздно вы наткнетесь на точную среднюю точку.

Если вы узнаете это, то вы уже никогда об этом не забудете, потому что средняя точка лежит за пределами ума. Эта средняя точка и есть все то, что означает духовность.

Глава 12

ЗА ПРЕДЕЛЫ УМА К ИСТОКАМ

15 ноября 1972 года, Бомбей, Индия

Вопросы:

Объясните, пожалуйста, функции пупочного центра, центра, связанного с третьим глазом, и спинного мозга.

Аскетизм Будды кажется противоположностью мирской жизни, а не срединным путем.

Объясните, пожалуйста.

Какие имеются практические способы развития сердечного центра?

Должен ли человек любить «срединным» способом или быть интенсивным как на полюсе любви, так и на полюсе ненависти?

У нас много вопросов. Вот первый из них:

Вчера вы сказали, что при зарождении просветления пространство между двумя бровями - третий глаз - становится все в себя включающим. В другой день вы сказали, что все просветленные центрированы в своем пупке, а еще когда-то вы что-то рассказывали о серебряной струне в середине позвоночника. Итак, мы знаем об этих трех основных вещах как о корнях человека. Расскажите, пожалуйста, об относительном значении и сравнительных функциях этих трех сущностей: пупочного центра, третьего глаза и серебряной струны.

Основное, что следует понять об этих трех центрах, заключается в следующем: всегда, когда вы центрированы внутри них - внутри любого из них, - в тот момент, когда вы окажетесь центрированными, вы провалитесь к пупку. Если вы центрированы в сердце, само сердце не имеет значения - значение имеет сам факт центрирования. Или если вы центрированы в третьем глазе, основным является не третий глаз; основным является то, что ваше сознание центрировано. Так что, что бы ни было точкой центрирования, раз вы центрированы - где угодно, - то вы провалитесь к пупку.

Основным экзистенциальным центром, основным жизненным центром является пупок, но ваш функциональный центр может быть расположен где угодно. Из этого центра вы опускаетесь автоматически. Об этом нет необходимости думать. И это так не только с сердечным центром и с третьим глазом. Если вы действительно центрированы в рассудке, в голове, то вы также опуститесь в пупочный центр.

Центрирование - это вещь, но быть центрированным в рассудке, в голове очень трудно.

Здесь имеются проблемы. Сердечный центр основан на любви, на вере, на самоот-речении. Головной центр по-строен на сомнении и отрицании.

Фактически, быть тотально отрицающим невозможно; быть то-тально сомневающимся также невозможно. Но это случается иногда, потому что и невозможное также случается. Иногда, если ваше со-мнение достигает такой интенсивности, что от веры во что-либо ничего не остается, нет веры даже в сам сомневающийся ум, если сомнение оборачива-ется на самое себя и все становится сомнением, то вы немедленно опуститесь в пупочный центр. Но это очень редкое явление.

Доверие является более легким делом. Тотально доверять более легко, чем тотально сомневаться. Вы можете сказать тотальное «да» более легко, чем тотальное «нет». Поэто-му, если вы даже центрирова-ны в голове, то само центрирование является основой: вы опуститесь к вашим экзистенциональным корням. Можно быть центрированным где угодно. Для этого подходит позвоночник; для этого подходит сердце; для этого подхо-дит голова. Вы можете найти также и другие центры в вашем теле.

Буддисты говорят о девяти чакрах - о девяти динамических цен-трах человеческого тела. Индусы говорят о семи чакрах - семи дина-мических центрах тела. Тибетцы говорят о тринадцати центрах внутри человеческого тела. Нет необходимости изучать все эти цен-тры, вы можете найти свои собственные центры.

Каждая точка тела может быть сделана объектом центрирования. Тантра, например, использует для центрирования сексуальный центр. Тантра направлена на то, чтобы то-тально привести в этот центр ваше сознание. Сексуальный центр тоже подходит.

В дао в качестве центра использовали большой палец ноги. Пере-местите ваше созна-ние на большой палец ноги; оставайтесь там, забудьте про все тело. Пусть все ваше сознание будет направлено на палец. Это тоже подходит, потому что, на самом деле, не имеет зна-чения, на что вы центрированы. Вы центрированы - и это главное. Все проис-ходит благодаря центрированию, а не благодаря центру - запомните это. Центр не имеет значения, имеет значение факт цен-трирования.

Так что не ломайте голову, в этих многочисленных методах, в этих ста двенадцати методах будет использовано много центров. Не ломайте голову над тем, какой из цен-тров является более важным или более реальным, сработает любой центр. Вы можете выбирать то, что вам самим правится.

Если ваш ум очень сексуален, то лучше выбирать сексуальный центр. Используйте его, так как ваше сознание течет к нему естест-венным образом - тогда лучше использовать его. Но сексуальный центр стало трудно использовать. Это один из наиболее естествен-ных центров; ваше сознание притягивается к нему в силу биологических законов. Поче-му бы не использовать эти биологические силы для внутренней трансформации? Сде-лайте этот центр точкой вашего центрирования.

Но социальные условия, поучения, направленные на подавление секса, морализирова-ние - они наносят глубокий вред. Вы отделены от своего сексуального центра. На самом деле наши представления о наших реальных человеческих свойствах не включают в себя сексу-альный центр. Представьте себе свое тело: вы оставите свои половые органы за пре-делами тела; вот почему многие люди ощущают, что их половые органы есть нечто отлич-ное от них самих, что они не явля-ются частью их самих. Вот почему здесь так много спря-танного, столь многое остается неосознанным.

Если бы кто-нибудь прибыл к нам из космического пространст-ва, с другой планеты, и он бы увидел вас, то он не был бы в состоянии осознать, что у вас есть какой-то сексуальный центр. Если бы он послушал вас, он не был бы в состоянии понять, что существует не-что вроде секса.

Если бы он попал в ваше общество, в ваш фор-мальный мир, то он бы так и не узнал, что имеет место что-то, подобное сексу.

Мы создали разделение. Мы построили барьер и отсекаем от самих себя свой сексу-альный центр. Из-за наличия секса мы разде-ляем тело на две части. Верхняя часть означа-ет в нашем понимании «высшее», а нижняя означает «низшее» - это осуждение. Так что «низшее» - это не только некоторая информация о местоположении нижней части тела, это также и оценка. Вы сами не думаете, что нижняя часть тела является вами.

Если кто-то спросит вас: «Где расположены вы в вашем теле?», то вы укажете на голову, потому что она наивысшая. Вот почему брами-ны в Индии скажут: «Мы являемся головой, а шудра, неприкасаемые, являются ногами». Ноги ниже, чем голова. Вы, на самом деле, голова, а ноги и другие части только принадлежат вам, они не вы. Чтобы завершить это разделе-ние, мы разделили одежды на две части - часть одежд для верхней части тела, часть для нижней. Это только для того, чтобы разделить тело на две части. Это коварное разделение.

Нижняя часть тела не является частью вас. Она подвешена к вам - это какая-то посто-ронняя вещь. Вот почему для центрирования трудно использовать сексуальный центр. Но если вы сможете ис-пользовать его, то это самое лучшее, потому что по биологическим законам ваша энергия течет по направлению к этому центру. Кон-центрируйтесь на нем. Всякий раз, когда вы ощущаете какие-либо сексуальные побуждения, закройте глаза и по-чувствуйте, как ваша энергия течет к сексуальному центру.

Сделайте это медитацией: ощущайте себя центрированным в сексуальном центре. То-гда внезапно вы почувствуете изменение ка-чества энергии. Сексуальность исчезнет, а сексу-альный центр станет освещенным, полным энергии, динамичным. Вы почувствуете в этом центре жизнь в ее высшей точке. И если вы центрировались, то в тот же момент секс будет полностью забыт. Вы почувствуете, что энергия из сексуального центра растекается по всему телу, даже вы-ходит за пределы тела и идет в космос. Если вы тотально центриро-ваны в сексуальном центре, то внезапно вы будете отброшены к вашему основному кор-ню, к пупку.

Тантра использует сексуальный центр, и я думаю, что тантра является одним из наи-более научных подходов к трансформирова-нию человека, потому что использование секса является научно обоснованным. Если ум уже течет по направлению к этому центру, то почему бы не использовать это естественное течение в качестве транспортного средст-ва?

В этом основное различие между тантрой и поучениями так называемых моралистов. Проповедники-моралисты никогда не используют секс для трансформации - они боятся. А тот, кто боит-ся сексуальной энергии, будет сталкиваться при трансформации себя с очень большими трудностями, потому что он сражается против течения, он бесполезно пытается плыть против течения реки.

Плыть по течению реки легко. И если вы можете плыть без каких-либо конфликтов, то вы можете использовать для центриро-вания этот центр.

Сработает любой центр. Вы можете создать свои собственные центры... нет необхо-димости быть традиционалистом. Все центры являются приспособлениями - приспособ-лениями для центрирова-ния. Когда вы центрированы, вы автоматически опускаетесь к сво-ему пупку. Центрированное сознание возвращается к первоначальным истокам.

Второй вопрос:

Будда побудил многих людей стать санньясинами, то есть людь-ми, которые выпрашива-ли свою пищу и жили вдаль от общества, деятельности и политики. Сам Будда жил жизнью аскета. Эта мона-шеская жизнь кажется крайностью, полярной противоположностью мирской жизни.

Это не кажется срединным путем. Можете ли вы объяснить это?

Это будет трудно понять, потому что вы не осознаете, что является противоположно-стью мирской жизни. Противоположностью жизни является смерть. Были учителя, которые утверждали, что единственным путем является самоубийство. И не только в прошлом; даже сейчас, в настоящем, имеются мыслители, которые утверждают, что жизнь является абсурдом. Если жизнь, как таковая, значения не имеет, то имеет значение смерть. Жизнь и смерть являются полярными противоположностями, так что противоположно-стью жизни является смерть. Постарайтесь понять это. И для вас было бы полезным найти свой собственный путь.

Если смерть является полярной противоположностью жизни, то ум очень легко может двигаться к смерти - и так случается. Не замечали ли вы, что человек, совершивший самоубийство, был слишком сильно привязан к жизни? Самоубийство может совершить только тот, кто очень сильно привязан к жизни.

Вы, например, слишком сильно привязаны к своему мужу или к жене и думаете, что не сможете жить без него или без нее. Затем муж или жена умирает, и вы совершаете самоубийство. Ум переместился на другой конец, потому что он был слишком привязан к жизни. Когда жизнь разрушена, ум может двинуться к другому концу.

Самоубийства бывают двух типов - полное самоубийство и по-степенное самоубийство. Вы можете совершить постепенное самоубийство путем отстранения себя от жизни, путем отрезания себя от жизни, путем постепенного обрезания своих якорей в жизни, умирая медленно, постепенно.

Во времена Будды были школы, которые проповедовали самоубийство. Это была реальная противоположность жизни, мирской жизни. Тогда были школы, которые учили, что совершение самоубийства является единственным путем выхода из этой бессмыслицы, которую мы называем жизнью, единственным уходом от этого страдания. «Если ты жив, ты должен страдать, - говорил и они, - и пока ты жив, нет путей выхода за пределы этого страдания. Так соверши самоубийство, убей себя.» Когда вы слышите подобное, вам это кажется слишком крайней точкой зрения, но попытайтесь понять ее поглубже. Она несет в себе некоторый смысл.

Зигмунд Фрейд после сорокалетнего изучения человеческой психики - одно из наиболее длительных исследований, проведенных одним человеком - пришел к выводу, что человек, как таковой, не может быть счастливым. Сам способ функционирования ума создаст страдание, так что в лучшем случае человеку остается выбор большего или меньшего страдания. Отсутствие страданий не может быть, предметом выбора. Если вы должным образом приспособите свой ум, у вас будет меньше страданий, и это все. Это кажется очень безнадежным.

Экзистенциалисты - Сартр, Камю и другие - утверждают, что жизнь никогда не может быть счастливой. Сама природа жизни есть страх, гнев, страдание, поэтому самое большее, что человек может сделать, это смело встречать все, что она несет, и это все - без всякой надежды. Ситуация, как таковая, является безнадежной. Камю спрашивал: «Ну, а если такова ситуация, то почему бы не совершить самоубийство? Если нет способов выйти из этого, оставаясь живым, то почему бы не оставить эту жизнь?»

Один из персонажей Достоевского в одном из величайших романов мира Братья Карамазовы говорит: «Я пытаюсь выяснить, где находится ваш Бог, чтобы просто вернуть ему входной билет - входной билет в жизнь. Я не хочу быть здесь. И если Бог существует, то он, должно быть, является очень злым и жестоким, потому что он бросил меня в эту жизнь, не спросив меня. Это никогда не было моим выбором. Почему я живу, хотя и не выбирал этого?»

Во времена Будды было много школ. Время Будды было одним из наиболее интеллектуальных периодов в человеческой истории. Тогда жил, например, Аджит Кешкамбал. Вы могли не слышать это имя, потому что трудно иметь последователей тому, кто проповедует

самоубийство. Так что вокруг Аджиты Кешкамбала не образовалось никакой секты, но в течение пяти лет он непрерывно говорил, что единственным выходом является самоубийство.

Говорят, что кто-то спросил Аджиты: «Так почему же ты до сих пор не совершил самоубийства?»

Он сказал: «Я должен терпеть эту жизнь только для того, чтобы проповедовать. Я получил откровение, которое должен принести в мир. Если я совершу самоубийство, то кто будет проповедовать? Кто будет учить этому откровению? Я здесь только для того, чтобы передать это откровение. В противном случае жизнь не стоит того, чтобы жить». Это крайность, противоположная жизни, той, так называемой жизни, которой мы живем.

Путь Будды был средним. Будда говорил о «ни смерти, ни жизни». Вот что означает санньяса: ни привязанность к жизни, ни отказ от нее, только существование посередине. Будда утверждал, что санньяса как раз посередине. Санньяса не является отрицанием жизни. Санньяса, скорее, является отрицанием и жизни, и смерти. Когда вы не считаете существенной ни жизнь, ни смерть, вы становитесь санньясином.

Если вы можете понять эти полярные противоположности - жизнь и смерть, - то вы увидите, что посвящение Будды в санньясины есть всего лишь посвящение в срединный путь. Так что санньясин, на самом деле, не против жизни. Если он против жизни, то он не санньясин. Тогда он просто неврастеник; он движется к другой крайности. У санньясина очень сбалансированное сознание - сбалансированное ровно посередине.

«Если жизнь является страданием, - говорит ум, - тогда двигайся к другому концу». Но для буддиста ваша жизнь является страданием, потому что вы находитесь в одном из предельных состояний. Вот мысль буддиста: жизнь есть страдание, потому что это одна крайность, а смерть также будет страданием, потому что это другая крайность. Счастье как раз посередине, счастье - это равновесие.

Санньясин является уравновешенным существом - нет уклона ни влево, ни вправо, ни в самое левое положение, ни в самое правое положение: только в середине - в молчании, без движения, не выбирая то или это, не выбирая ничего, оставаясь в центре.

Так что не выбирайте смерть. Выбор есть страдание. Если вы выберете смерть, вы выберете страдание, если вы выберете жизнь, вы выберете страдание, потому что жизнь и смерть являются двумя крайностями. И помните, они являются двумя крайностями одного и того же. Это не два явления, это одно явление, которое имеет два полюса: жизнь и смерть.

Если вы выберете одно, вы должны будете идти против другого полюса. Это порождает страдание, потому что жизнь подразумевает смерть. Вы не можете выбрать жизнь, не выбрав смерти. Как вы можете сделать это? В тот момент, когда вы выбрали жизнь, вы выбрали и смерть. Это порождает страдание, потому что в результате выбора жизни вы приобретаете и смерть. Вы выбрали счастье; одновременно, не зная этого, вы выбрали и несчастье, потому что несчастье есть часть счастья.

Если вы выбрали любовь, то вы выбрали и ненависть. Ненависть свойственна любви, она спрятана в ней. И тот, кто выбрал любовь, будет страдать, потому что тогда он будет и ненавидеть, а когда он приходит к ненависти, он страдает.

Не выбирайте, будьте в середине. Истина в середине. На одном конце смерть, на другом конце жизнь. Но энергия, которая движется между этими двумя крайностями, в середине, есть истина. Не выбирайте, потому что выбор означает выбор одной крайности против другой крайности. Быть в середине означает быть невыбирающим. Тогда вы всего этого избегнете. И когда вы не будете выбирать, вас нельзя будет заставить страдать.

Человек страдает из-за возможности выбора. Не выбирайте. Просто будьте! Это трудно, это кажется невозможным - но попытайтесь. Во всех случаях, когда у вас имеется две

возможности, старайтесь быть посередине. Постепенно у вас появится интуиция, чутье, а раз у вас появится чутье, как быть в середине, - а это очень тонкая вещь, очень деликатная, самая деликатная вещь в жизни - раз вы имеете чутье, ничто не сможет возмутить вас, ничто не сможет заставить вас страдать. Тогда вы будете существовать без страдания.

Вот что означает санньяса: существование без страдания. Но для того, чтобы существовать без страдания, вы должны существовать без выбора, быть в середине. Будда впервые испытал этот путь и вполне осознанно создал это учение о срединном пути.

Третий вопрос:

Просветите нас относительно некоторых практических приемов для раскрытия и развития сердечного центра.

Первый прием: попытайтесь быть безголовым. Представляйте себя безголовым; двигайтесь без головы. Это звучит абсурдно, но это является одним из наиболее важных упражнений. Испытайте его, и вы узнаете. Гуляйте и ощущайте, как будто у вас нет головы. Сначала это будет только «как будто». Это будет совершенно сверхъестественно. Когда к вам придет ощущение, что у вас нет головы, это будет неестественно и странно. Но постепенно вы поселитесь в сердце.

Имеется один закон... Вы, вероятно, замечали, что слепые имеют более чувствительные уши, более музыкальные уши. Слепые люди являются более музыкальными; их ощущение музыки является более глубоким. Почему? Энергия, которая обычно движется через глаза, теперь не может через них двигаться, поэтому она выбирает другой путь. Она движется через уши.

Слепые люди имеют более глубокую чувствительность к прикосновению. Если слепой человек прикоснется к вам, вы почувствуете отличие, потому что при прикосновении мы всегда много помогаем себе глазами; мы прикасаемся друг к другу глазами. Слепой не может прикасаться глазами, поэтому энергия движется через его руки. Слепой человек является более чувствительным, чем те, кто имеет глаза. Иногда это не совсем так, но обычно это именно так. Если один центр отсутствует, энергия начинает двигаться из другого центра.

Так что испытайте то упражнение, о котором я говорю - упражнение в безголовости - и вдруг вы почувствуете странную вещь: будет так, как будто вы в первый раз расположены в своем сердце. Ходите безголовыми. Сядьте в позу для медитации, закройте глаза и просто ощущайте, что у вас нет головы. Ощущайте, что ваша голова исчезла. Сначала это будет просто «как будто», но постепенно вы почувствуете, что голова действительно исчезла. А когда вы почувствуете, что ваша голова исчезла, то ваш центр переместится в сердце - немедленно. Вы будете смотреть на мир через сердце, а не через голову.

Когда европейцы в первый раз достигли Японии, они не могли поверить, что японцы в течение многих веков считали, что они думают животом. Если вы спросите японского ребенка - не получающего западного образования, - чем он думает, то он покажет на живот.

Проходил век за веком, а японцы жили без головы. Это просто концепция. Если я спрошу вас: «Где происходит ваше мышление?», вы укажете на голову, но японец укажет на живот, а не на голову. И в этом одна из причин того, что японский ум является более спокойным, уравновешенным и собранным.

Теперь эта концепция разрушена, поскольку Запад распространился повсюду. Теперь здесь не Восток. Теперь Восток остался лишь в некоторых личностях, подобных островкам. В других Восток уже исчез; теперь весь мир является западным.

Попробуйте безголовость. Медитируйте, стоя перед зеркалом в спальне. Смотрите глубоко в свои глаза и чувствуйте, что вы смотрите из сердца. Постепенно сердечный центр начнет функционировать. А когда сердце функционирует, это изменяет всю вашу индивидуальность, всю вашу структуру, весь ваш характер, потому что сердце имеет свой собственный путь.

Итак, первое: испытайте безголовость. Второе: будьте более любящими, потому что любовь не может функционировать через голову. Будьте более любящими! Вот почему, когда кто-либо влюблен, он теряет голову. Люди говорят, что он сходит с ума. Если вы не сошли с ума и любите, то вы, на самом деле, не любите. Голова должна быть потеряна. Если голова здесь, неповрежденная, нормально функционирующая, то любовь невозможна, потому что для любви вам нужно функционирующее сердце, а не голова. Это функция сердца.

Случается так, что когда очень рациональный человек влюбляется, он становится глупым. Он сам чувствует, что он делает глупости. Что он делает? Тогда он разбивает свою жизнь на две части. Он создает разделение. Его сердце становится молчаливым, ведь любовь является интимным делом. Когда он выходит из дома, он выходит из своего сердца. В мире он живет при помощи головы, а к сердцу опускается только тогда, когда любит. Но это очень трудно, и обычно это никогда не получается.

Я останавливался в Калькутте в доме друга, а друг был судьей Верховного Суда. Его жена сказала мне: «У меня к вам только одна проблема. Можете ли вы помочь мне?»

Поэтому я сказал: «В чем проблема?»

Она сказала: «Мой муж является вашим другом. Он вас любит и уважает, так что если вы скажете ему что-либо, это сможет помочь».

И я спросил ее: «Что должно быть сказано? Скажите мне».

Она сказала: «Он остается судьей Верховного Суда даже в постели. Я не знаю ни любовника, ни друга, ни мужа. Он является судьей Верховного Суда двадцать четыре часа в сутки».

Трудно, очень трудно спускаться со своего пьедестала. Это становится фиксированным состоянием. Если вы являетесь бизнесменом, то вы останетесь бизнесменом и в постели. Трудно содержать внутри себя две личности, нелегко также менять свою структуру полностью, немедленно и в любое желаемое время. Это трудно, но когда вы влюблены, вы должны будете спускаться из головы в сердце.

Итак, для использования этой медитации старайтесь быть все более и более любящими. А когда я говорю быть более любящими, я имею в виду изменение качества ваших взаимоотношений: пусть они будут основаны на любви. Не только со своей женой, со своим ребенком, со своим другом, но и по отношению к жизни как к таковой нужно стать более любящим. Вот почему Махавира и Будда говорили о ненасилии. Это делалось как раз для того, чтобы создать чувство любви по отношению к жизни.

Когда Махавира ходил, двигался, он оставался бдительным, чтобы не задавить даже муравья. Почему? Муравей, на самом деле, его не интересовал. Он опускался из головы к сердцу. Он создавал состояние любви по отношению к жизни как таковой. Чем больше ваши взаимоотношения будут основаны на любви - все взаимоотношения, - тем в большей степени будет функционировать ваш сердечный центр. Он начнет работать; вы будете смотреть на мир другими глазами, потому что сердце смотрит на мир по-своему. Ум никогда не смотрит таким образом - это невозможно для ума. Ум может только анализировать! Сердце синтезирует; ум может только рассекать, делить - он является делителем. Целостность дает только сердце.

Когда вы можете смотреть через сердце, вся вселенная выглядит как единое целое. Когда вы подступаете к чему-либо с помощью ума, весь мир становится атомарным. Нет никакой целостности, только атомы, атомы и атомы. Сердце дает переживание целостности, оно объединяет вместе, его конечным синтезом является Бог. Если вы можете смотреть через сердце, вся вселенная выглядит единым целым. Это единство есть Бог.

Вот почему наука никогда не найдет Бога. Это невозможно, потому что применяемый ею метод никогда не может прийти к бесконечному единству. Сам научный метод заключается в рассуждениях, анализе, делении. Таким образом наука приходит к молекулам, атомам,

электронам... Они будут продолжать деление, но они никогда не смогут прийти к органическому единству целого. На целое невоз-можно смотреть через голову.

Итак, будьте более любящими. Помните, что бы вы ни делали, в этом должно присутствовать качество любви. Это должно быть по-стоянным напоминанием. Вы идете по траве - помните, что трава является живой. Каждая былинка - такая же живая, как и вы.

Махатма Ганди прожил вместе с Рабиндранатом Тагором в Шанти Никетане. И вы только посмотрите на их различные подходы! Ненасилие Ганди было делом его ума. Он все-гда рассуждал об этом, аргументировал на эту тему. Он думал об этом, он боролся за это, он обдумывал, размышлял, а затем делал выводы. Если вы читали его автобиографию, то вы вспомните, что он назвал свою книгу Экспери-менты с истиной. Само слово 'экспер-именты' является научным, рассудочным - лабораторное слово.

Он жил вместе с Рабиндранатом, поэтом, и они оба ходили гулять в парк. Земля была зеленой, живой, поэтому Ганди сказал Рабиндранату: «Пойдем на лужайку».

Рабиндранат сказал: «Это невозможно. Я не могу ходить по лу-жайке. Каждая травинка на ней является такой же живой, как и я. Я не могу наступать на это проявление жизни».

А Рабиндранат не был проповедником ненасилия - вовсе нет. Он никогда не говорил о ненасилии, но его подход шел от сердца. Он чувствовал траву.

Ганди обдумал то, что он сказал, а затем ответил: «Вы правы». Это был ответ ума.

Будьте любящими. Будьте любящими даже по отношению к вещам. Если вы сидите в кресле, будьте любящими. Чувствуйте крес-ло; имейте ощущение благодарности. Кресло дает вам комфорт. Ощущайте прикосновение к нему, любите его, имейте ощущение люб-ви. Само кресло не имеет значения. Если вы едите, ешьте с любовью.

Индийцы говорят, что пища является божественной. Значение этого заключается в том, что когда вы едите, пища дает вам жизнь, энергию, силу. Будьте благодарны, относитесь к ней с любовью.

Обычно мы едим свою пищу очень насильственно, как будто мы убиваем кого-нибудь, не поглощаем, а убиваем. Или безразлично забрасываем что-то себе в желудок без всяких чувств. Прикасайтесь к своей пище любовно, с благодарностью: это ваша жизнь. Прини-майте ее внутрь, пробуйте ее, наслаждайтесь ею. Не будьте безразлич-ными и не будьте на-сильственными.

Из-за наших животных предков наши зубы являются очень на-сильственными. Живот-ные не имеют другого оружия; когти и зубы являются их единственными орудиями наси-лия. Ваши зубы это в основном оружие, поэтому люди продолжают убивать зубами - они убивают свою пищу. Вот почему, чем в большей степени вы являе-тесь насильственными, тем больше вы нуждаетесь в пище.

Но есть предел возможностей по поглощению пищи, поэтому человек продолжает этот процесс в виде курения или жевания жева-тельной резинки. Это насилие. Вы наслаж-даетесь этим, потому что вы убиваете что-то своими зубами, размальываете что-то свои-ми зубами, поэтому человек продолжает жевать резинку или бетель. Это является частью насилия. Делайте все, что вам нужно, но делайте это с любовью. Не будьте безразличным. Тогда начнет функционировать ваш сердечный центр, и вы глубоко опуститесь в свое серд-це.

Первое: испытайте безголовость. Второе: испытайте любовь. Третье: будьте все бо-лее и более эстетичным - чувствительным по отношению к красоте, к музыке, ко всему, что трогает сердце. Если бы этот мир был в большей степени подготовлен для воспри-ятия музыки и в меньшей степени - для восприятия математики, то мы имели бы лучшее человечество; если бы мы могли готовить мозг в большей степени для поэзии и в мень-шей - для философии, то мы имели бы лучшее человечество. Потому что, когда вы слу-шаете или исполняете музыкальные

произведения, ум вам не нужен, вы выпа-даете из ума.

Будьте более эстетичными, более поэтичными, более чувстви-тельными. Вы можете не быть великим музыкантом, или великим поэтом, или великим художником, но вы мо-жете наслаждаться, вы можете создать что-то для самих себя. Нет необходимости быть Пикассо. Вы можете сами раскрасить свой дом, вы можете нарисо-вать какие-либо рисунки.

Нет нужды быть маэстро, Алладином Кханом. Вы можете играть на чем-нибудь дома; вы можете играть на флейте, неважно, насколько это будет профессионально. Но делайте что-нибудь, что связано с сердцем. Пойте, танцуйте, делайте что-нибудь, что связано с серд-цем. Будьте более чувствительными к миру сердца - для того, чтобы быть чувствительным, нужно очень немного.

Даже бедный человек может быть чувствительным; богатство для этого не требуется. Вам не нужен дворец, где бы вы могли быть чувствительным. Если вы просто лежите на пляже, этого достаточ-но, чтобы быть чувствительным. Вы можете быть чувствительны-ми к песку, вы можете быть чувствительными к солнцу, вы можете быть чувствительными к волнам, к ветру, к деревьям, к небу. Весь мир перед вами для того, чтобы быть к нему чувствительным. Постарайтесь быть более чувствительными, более живыми - и актив-но чувствительными, потому что весь мир становится пас-сивным.

Вы идете в кинотеатр; кто-то другой там что-то делает, а вы просто сидите и наблю-даете. Кто-то другой на экране любит, а вы наблюдаете. Вы просто созерцатель эротиче-ских сцен - пассивный, мертвый, ничего не делающий. Вы не участник. Пока вы не будете участником, ваш сердечный центр не будет функционировать. Так что лучше иногда потан-цевать.

Вы не должны быть великим танцором - в этом нет необходимо-сти. Как угодно неловко, но танцуйте. Это даст вам ощущение сердца. Пока вы танцуете, ваш центр будет находиться в сердце; он никогда не будет в голове. Прыгайте, играйте как дети. Иногда забывайте свое имя, свой престиж, свою ученую степень. Забудьте о них полностью, будьте как ребенок. Не будьте серьезными. Временами восприни-майте жизнь как забаву, и ваше сердце будет развиваться. Сердце будет собирать энергию.

А когда у вас есть сердце, которое является живым, то качество вашего ума тоже изме-нится. Тогда вы можете обращаться к уму, вы можете функционировать посредством ума, но ум будет оставаться только инструментом - вы можете использовать его. Тогда он не завладевает вами, и вы можете выйти из него в любой момент, когда пожелаете. Тогда вы хозяин. Сердце даст вам ощущение, что вы являетесь хозяином.

И еще одна важная вещь: вы придете к пониманию того, что вы ни сердце, ни голова, потому что вы можете перемещаться от сердца к голове, от головы к сердцу. Тогда вы узнаете, что вы нечто другое -X. Если вы остаетесь в голове и никуда не перемещаетесь из нее, то вы отождествляете себя с головой. Вы не знаете, что вы совсем не голова. Это перемещение из сердца в голову и из головы в сердце даст вам ощущение того, что вы тотально другой. Ино-гда вы находитесь в сердце, иногда вы находитесь в голове, но вы ни сердце, ни голова.

Этот третий прием осознанности приведет вас в третий центр - в пупок. А пупок, на самом деле, не является центром. Пупок - это вы! Вот почему его нельзя развивать, его можно толь-ко обнаружить.

Четвертый вопрос:

Вы говорили, что сейчас западные психологи утверждают, что лучше не избегать сражений в любовных взаимоотношениях и что участие в ссорах делает любовь более интенсивной. Затем вы гово-рили о срединном пути Будды, который исключает оба крайних слу-чая. Для тех, кто еще не перерос в любовь, лежащую за пределами этих двух крайних случаев, какой путь является предпочтительным в любовных отношениях?

Некоторые основные моменты. Прежде всего, любовь ума обяза-на перемещаться между двумя полярными возможностями - любо-вью и ненавистью. При участии ума без двойственности не обойтись. Таким образом, если вы любите кого-либо умом, то вы не сможете избежать другого полюса. Вы можете спрятать его, вы можете подавить его, вы можете забыть о нем - так называемые культурные люди всегда так делают. Но тогда они становятся окаменелыми, мертвыми.

Если вы не можете сражаться со своим любовником, если вы не можете сердиться, то теряется подлинность любви. Вы подавляете свой гнев, этот подавленный гнев становится частью вас, и этот подавленный гнев не позволит вам тотально расслабиться во время любви. Он всегда в вас. Вы воздерживаетесь от него; вы подавляете его.

Если я сержусь, но подавляю свой гнев, то во время любви подав-ленный гнев все равно со мной и это сделает мою любовь мертвой. Если я не был настоящим в гневе, я не смо-гу быть настоящим в любви. Если вы настоящий, вы будете настоящим и в том, и в другом. Если вы не являетесь настоящим в одном, вы не сможете быть насто-ящим в другом.

Во всем мире так называемые учения, цивилизация, культура полностью омертвили любовь. Это случилось и со словом любовь. Они говорят: «Если вы любите кого-нибудь, то не сердитесь; если вы сердитесь, ваша любовь является ложной. Тогда не сражайтесь, тогда не ненавидьте».

Конечно, это выглядит логично. Если вы любите, как вы можете ненавидеть? Так что мы отрезаем часть, содержащую ненависть. Но при отрезанной ненависти любовь становится бессильной. Это все равно, что вы бы отрезали у человека одну ногу, а затем сказали: «Теперь двигайся! Теперь ты можешь бегать, ты свободен для бега». Но вы отрезали ногу, так что человек не может двигаться.

Ненависть и любовь являются двумя полюсами одного и того же явления. Если вы отрежете ненависть, любовь будет мертвой и бес-сильной. Вот почему каждое семейство становится бессильным. А затем вы начинаете бояться дать волю своим чувствам. Когда вы любите, вы не можете дать волю своим чувствам полностью, не можете расслабить-ся, потому что вы боитесь. Если вы полностью расслабитесь, то спрятанные и подавлен-ные гнев, насилие, ненависть могут выйти наружу. И вы должны все время удерживать их силой. Где-то в глубине вы должны все время с ними сражаться. А при сражении с ними вы не можете быть естественными и раскованны-ми. Тогда вы только полагаете, что люби-те. Вы притворяетесь, и все знают это: ваша жена знает, что вы притворяетесь, а вы знае-те, что ваша жена притворяется. Все притворяются. Тогда вся жизнь стано-вится фальшивой.

Для того, чтобы выйти за пределы ума, нужно сделать две вещи. Во-первых, войти в медитацию и прикоснуться внутри себя к уровню не-ума. Тогда у вас будет любовь, которая не имеет какой-либо по-лярной противоположности. Но тогда в этой любви не будет никакого возбуждения, никакой страсти. Эта любовь будет молчаливой - глу-бокое спокойствие без ка-кого-либо волнения.

И Будда, и Иисус тоже любили. Но в этой любви нет ни возбужде-ния, ни жара. Жар приходит вместе с полярной противоположностью, возбуждение приходит вместе с полярной противоположностью. Две полярные противоположности создают напряжение. Но любовь Буд-ды, любовь Иисуса является спокойным явлением, поэтому их лю-бовь в состоянии понять только тот, кто достиг состояния не-ума.

Иисус проходил мимо, было жарко, полдень. Он устал, поэтому он просто расположился под деревом. Он не знал, кому принадлежит это дерево. Оно принадлежало Марии Магдали-не. Мария была про-ституткой.

Она выглянула из окна и увидела этого очень прекрасного чело-века - одного из прекраснейших людей в мире. Она почувствовала притяжение; не только притяжение, но даже страсть.

Она вышла и просила Иисуса: «Войди в мой дом. Почему ты остановился здесь? Добро пожаловать».

Иисус увидел в ее глазах страсть, любовь - так называемую лю-бовь. Он сказал: «В следующий раз, когда я снова устану, проходя здесь, я приду в твой дом. Но сейчас моя потребность уже удовлетво-рена. Я готов снова идти, спасибо».

Мария почувствовала себя обиженной. Это было редкостью... в действительности она раньше никогда никого не приглашала к себе. Люди приходили издалека просто для того, чтобы посмотреть на нее. Даже короли приезжали взглянуть на нее, а тут этот нищий отказал-ся от нее. Иисус был просто нищий, бродяга - просто хиппи, и он отказался от нее. И Ма-рия сказала Иисусу: «Разве ты не чувствуешь мою любовь? Это приглашение любви. Так пойдём! Не отвергай меня. Разве в твоём сердце нет места для любви?»

Иисус сказал ей в ответ: «Я тоже люблю тебя - в действительно-сти, все те, кто приходил к тебе, только притворялись, что они любят тебя». Он сказал: «Только я могу любить тебя».

И он был прав. Но эта любовь была совсем другого качества. Эта любовь не имела полярной противоположности, контраста. В ней отсутствовало напряжение, в ней отсутство-вало возбуждение. Он не взволнован по поводу этой любви, в нем нет жара. И любовь для него не взаимоотношение, а состояние существования.

Выйдите за пределы ума; достигните уровня не-ума. Тогда рас-цветет любовь, но эта любовь не будет иметь своей противоположно-сти. За пределами ума нет противоположно-сти ничему. За пределами ума все является целостным. Внутри ума все разделено на две части. Но если вы находитесь внутри ума, то лучше быть настоящим, по-длинным, а не ложным, фальшивым.

Поэтому будьте подлинными, чувствуя гнев по отношению к своему любимому или к любимой. Будьте настоящими в момент гнева, и тогда без всякого давления придет мо-мент любви; когда ум пойдет в другое крайнее положение, вы получите самопроизвольный поток любви. Живя с умом, воспринимайте сражение, как часть любви. В этом сказыва-ется динамизм ума, работающего в полярных противоположностях. Так что будьте под-линными в гневе, будьте подлинными в сражении; тогда вы будете подлинными и в люб-ви.

Итак, я хотел бы сказать любящим: будьте подлинными. И если вы действительно подлинны, то случится уникальное явление. Вы устанете от всей этой бессмыслицы, свя-занной с движением к поляр-ным противоположностям. Но будьте подлинными; в про-тивном случае вы никогда не устанете от этого.

Подавленный ум никогда не сможет осознать, что он зажат в полярных противо-положностях. Он никогда по-настоящему не сер-дится, он никогда по-настоящему не любит, так что у него нет реаль-ного переживания. Итак, я предлагаю быть настоящим. Любящий вас, любимый вами поймут, когда вы действительно сердитесь - по-настоящему сердитесь. Только фальшивый гнев или ложный не-гнев невозможно простить. Невозможно простить только фальшивое лицо. Будьте подлинными, тогда вы будете подлинными и в любви. Эта подлинная любовь будет уравниваться, и благодаря этой подлинной любви вы придете к утомлению. Вы придете к удивлению по поводу того, что вы делаете - почему вы являетесь маятником,двигающимся из одной полярности в другую. Вы будете утомлены, и только тогда сможете прийти к решению, выйти за пределы ума и за пределы полярно-стей.

Будьте настоящим мужчиной или настоящей женщиной. Не до-пускайте никакой фальши, никакого притворства. Будьте реальными и выстрадайте реальность. Страдание - это хо-рошо. Страдание, на самом деле, является тренировкой, дисциплиной. Выстрадайте все! Выстрадайте гнев, выстрадайте любовь, выстрадайте ненависть. По-мните только одно: никогда не будьте фальшивыми. Если вы не чувствуете любви, то говорите, что вы не чувствуете любви. Не

при-творяйтесь; не старайтесь показать, что вы любите. Когда вы сердитесь, признайте, что вы сердитесь и можете сердиться.

У вас может быть много страданий, но перестрадайте их. Через эти страдания рождается новое сознание. Вы начинаете осознавать всю бессмыслицу ненависти и любви. Вы ненавидите кого-то и его же и любите, и вы продолжаете двигаться по кругу. Этот круг станет для вас кристально чистым, но он станет кристально чистым только через страдание.

Не избегайте страдания. Вам необходимо реальное страдание. Это как пламя: это вы-жжет вас. Все, что является фальшивым, сгорит, а все, что является реальным, останется. Это то, что экзистенциали-сты называют подлинностью. Будьте подлинными, и тогда вы не сможете быть чем-либо еще в уме. Будьте неподлинными, и тогда вы еще многие жизни будете оставаться в уме.

Вы устанете от двойственности. Но как можно устать от двойст-венности, не находясь ре-ально в двойственности, притворяясь? Тог-да вы узнаете, что так называемая любовь ума есть не что иное, как болезнь.

Наблюдали ли вы, что любящий не может спать? Он неспокоен

- он в горячке. Если вы посмотрите его, вы увидите в нем многие симптомы многих бо-лезней. Эта любовь, эта так называемая любовь ума и тела, на самом деле болезнь, но че-ловек оказывается при деле

- это его функционирование. В противном случае вы чувствовали бы себя ничем не заня-тым, как будто бы вы ничего не делаете в этом мире. Вся ваша жизнь покажется свобод-ной, так что любовь вполне может заполнить ее.

Мышление само по себе является болезнью, так что все, что принадлежит уму, мо-жет рассматриваться как болезнь. Только за пределами ума, там, где вы не разделены двойственностью, там, где вы единое целое, только там расцветает другая любовь. Иисус назы-вал ее любовью. Будда называл ее состраданием. Это чтобы хоть как-то различать их. На самом деле не имеет значения, как вы ее называете.

Имеется возможность любви, которая не имеет своей противо-положности, но та любовь может прийти только тогда, когда вы выйдете за пределы этой любви. И чтобы выйти за пределы, я пред-лагаю вам быть подлинными. Быть подлинными - в ненавис-ти, в любви, в гневе, во всем быть подлинными: реальными, не притворя-ющимися. За пределы можно выйти только по отношению к реаль-ности. Вы не можете переступить через нереальные вещи.

Глава 13

ВНУТРЕННЕЕ ЦЕНТРИРОВАНИЕ

16 ноября 1972 года, Бомбей, Индия

Сутры;

18. Гляди с любовью на какой-нибудь объект.

Не переходи к другому объекту. Здесь, в середине объекта - благословение.

19. Без опоры для рук и ног сиди только на ягодицах. Вдруг - центрирование.

20. В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь - переживание. Или в стоящем экипаже, позволив себе раскачиваться в замедляющихся невидимых кругах.

21. Проткни булавкой какую-либо часть твоей наполненной нектаром формы, мягко войди в отверстие и достигни внутренней чистоты

Человеческое тело является таинственным механизмом. Оно работает в двух измерениях. Для того чтобы идти наружу, для того, чтобы встретить мир, для того, чтобы встретить материю, ваше сознание проходит через органы чувств. Но это только одно измерение функций вашего тела. Ваше тело имеет и другое измерение: оно ведет вас внутрь. Если сознание идет наружу, то все, что вы знаете, является материей; если сознание идет внутрь, то все, что вы знаете, является не-материей.

В действительности здесь нет разделения: материя и не-материя есть одно. Но эта реальность, пройдя через ваши глаза, через органы чувств, появляется в виде материи. Та же самая реальность, на которую вы смотрите изнутри - не через органы чувств, а с помощью центрирования, - выглядит как не-материя. Реальность одна, но вы можете смотреть на нее двумя способами. Один способ - через органы чувств; другой способ - не через органы чувств. Все эти техники центрирования ведут вас, на самом деле, к точке внутри вас, где чувства не работают, где вы выходите за пределы этих чувств.

Прежде, чем мы войдем в эти техники, следует понять три вещи. Во-первых, если вы смотрите через глаза, то сами глаза не видят; они являются только отверстиями для видения. Видящий находится позади глаз. То, что смотрит через глаза, глазами не является. Вот почему вы можете закрыть глаза и все же видеть сны, видения, образы. Видящий находится позади органов чувств; через органы чувств он проникает в окружающий мир. Но если вы закроете свои органы чувств, то видящий остается внутри.

Если видящий - это ваше сознание - центрирован, то вдруг он начинает осознавать самого себя. А когда вы осознаете самого себя, вы осознаете тотальное существование, экзистенцию, потому что вы и экзистенция - это не две различные сущности. Но для того, чтобы осознать себя, необходимо центрирование. Я имею в виду, что путем центрирования ваше сознание не подразделяется на много направлений, ваше сознание не движется куда угодно, оно остается в самом себе... неподвижным, укорененным, без каких-либо направлений, просто остающимся там: внутри.

Остаться внутри кажется трудным, поскольку для нашего ума даже мысль о том, как остаться внутри, становится выходом наружу.

Мы начинаем думать: задача «как» запускает процесс мышления. Думать о внутреннем для нас тоже является мыслью, а каждая мысль, как таковая, принадлежит не внутреннему, а внешнему, поскольку в самых внутренних центрах вы являетесь просто сознанием.

Мысли подобны облакам. Они приходят к вам, но они не принадлежат вам. Каждая мысль приходит снаружи, извне. Вы не можете произвести внутри ни одной мысли. Каждая мысль приходит извне; нет никаких возможностей создавать мысли внутри. Мысли притекают к вам как облака. Поэтому всегда, когда вы думаете, вы не внутри - запомните это. Думать - значит находиться снаружи. Поэтому, если вы даже думаете о внутреннем, о душе, о себе, вы не находитесь внутри.

Все эти мысли о себе, о внутреннем приходят извне; они не принадлежат вам. Вам принадлежит только простое сознание, похожее на небо без облаков.

Так что же делать? Как приобрести это простое сознание внутри? Для этого используются некоторые приемы, потому что напрямую вы ничего не сможете сделать. Необходимы некоторые приемы, посредством которых вы будете отброшены внутрь, отброшены к чистому сознанию. Этот центр всегда нуждается в непрямом подходе, вы не можете достичь его

непосредственно. Поймите это очень хорошо, потому что это основное.

Вы играете, а позже вы рассказываете, что это было само блаженство, вы говорите: «Я чувствовал себя очень счастливым, я наслаждался этим. Ощущалось некоторое изысканное чувство счастья». Кто-то слушает вас. Он тоже хочет счастья - все хотят его. Он говорит: «Тогда я должен играть, потому что раз через игру достигается счастье, то и я должен достичь». Он также играет, но он напрямую думает о счастье, о блаженстве, о наслаждении. Счастье же является следствием. Если вы тотально в игре, если вы поглощены игрой, то в результате приходит ощущение счастья, но если вы постоянно страстно желаете счастья, то ничего не случится. Началом является игра.

Вы слушаете музыку. Кто-то говорит: «Я ощущаю большое блаженство». Но если вы постоянно будете думать непосредственно о блаженстве, то вы не сможете даже слушать музыку. Это думанье, эта алчность к блаженству будет становиться барьером. Блаженство является только следствием, вы не можете схватить его непосредственно. Оно является таким деликатным явлением, что вы можете приблизиться к нему только в обход. Делайте что-нибудь другое, и это случится. Вы не можете получить его непосредственно.

Все прекрасное, все вечное является таким тонким, неуловимым, что если вы попытаетесь схватить его непосредственно, вы разрушите его. Вот что подразумевается под техниками и приемами. Эти техники все время говорят вам делать что-нибудь. То, что вы делаете, не имеет значения, имеет значение результат. Но ваш разум должен сконцентрироваться на делании, на технике, а не на результате. Результат случится - он обязан случиться. Но он всегда случается непрямым путем, так что не связывайте свои действия с результатом. Будьте связаны с техникой. Делайте ее настолько тотально, насколько это возможно, забудьте про результат. Он случится, но вы можете стать для него барьером.

Если вы связываете свои действия только с результатом, то он никогда не случится. И тогда это становится очень странным. Люди приходят ко мне и говорят: «Вы говорили, что если мы будем медитировать, то это случится, но мы делали все, что нужно, а это не случилось». И они правы, но они забыли про условие: вы должны забыть про результат, только тогда он случится. Вы должны быть в своем действии тотально. Чем в большей степени вы в действии, тем скорее случится результат.

Но он всегда является непрямым. Вы не можете быть агрессивным по отношению к нему, вы не можете быть насильственным по отношению к нему. Это такое тонкое явление, оно не может быть достигнуто наскоком. Результат приходит к вам только тогда, когда вы заняты чем-либо другим настолько тотально, что ваше внутреннее пространство является незанятым. Все эти техники являются непрямыми. Для достижения духовного непосредственных техник нет.

18. Смотри на объект с любовью

Теперь техника - шестая техника на центрирование: Гляди с любовью на какой-нибудь объект. Не переходи к другому объекту. Здесь, в середине объекта - благословение.

Я должен повторить ее: Гляди с любовью на какой-нибудь объект. Не переходи к другому... Не двигайтесь к другому объекту. Здесь, в середине объекта - благословение.

Гляди с любовью на какой-нибудь объект... Слова с любовью являются ключом. Смотрели ли вы когда-нибудь с любовью на какой-нибудь объект? Вы можете сказать «да», потому что вы не знаете, что это значит - смотреть на объект с любовью. Вы можете смотреть на объект с вождением, с желанием - это совсем другое. Это совершенно другое, это диаметрально противоположное. Поэтому, сначала разница; попытайтесь почувствовать разницу.

Прекрасное лицо, прекрасное тело - вы смотрите на него и вы чувствуете, что вы смотрите на него с любовью. Но почему вы смотрите на него? Вы хотите что-то получить от него? Тогда

это страстное желание, а не любовь. Вы хотите использовать его? Тогда это вожде-ление, а не любовь. Тогда вы, на самом деле, думаете о том, как использовать это тело, как обладать им, как сделать это тело инстру-ментом для своего счастья.

Страстное желание чего-то означает, что вы хотите использовать его для своего счастья; любовь означает, что ваше счастье здесь ни при чем. На самом деле страстное желание че-го-то, означает потреб-ность получить что-нибудь от этого, а любовь к чему-то означает потребность дать что-то. Любовь и желание являются диаметрально противоположными явлениями.

Если вы видите прекрасное лицо и вы испытываете к этому лицу любовь, то непосред-ственным чувством в вашем сознании будет то, как сделать что-нибудь, чтобы сделать это лицо счастливым, как сделать что-то, чтобы сделать этого мужчину счастливым или эту женщину счастливой. Речь идет не о вас, речь идет о другом.

В любви важен другой; в желании важны вы сами. В желании вы думаете о том, как сде-лать другого вашим инструментом; в любви вы думаете о том, как самому стать инструмен-том. В желании вы соби-раетесь пожертвовать другим; в любви вы собираетесь пожертво-вать собой. Любовь означает отдачу; желание означает получение. Любовь есть самоотрече-ние; желание есть агрессия.

То, что вы говорите, не имеет значения: даже при желании вы говорите в терминах любви. Ваш язык не имеет большого значения, так что не обманывайтесь. Загляните внутрь себя и вы придете к пониманию, что вы ни разу в своей жизни не смотрели с лю-бовью на кого-нибудь или на что-нибудь.

Нужно отметить второе отличие - эта сутра гласит: Гляди с любо-вью на какой-нибудь объект. На самом деле, если вы смотрите с любовью даже на что-то материальное, не-одушевленное, то объект станет личностью. Если вы смотрите на него с любовью, то ваша любовь становится ключом для трансформации этого объекта в лич-ность. Если вы смотрите с любовью на дерево, дерево становится личностью.

Только вчера я говорил с госпожой Вивек и сказал ей, что когда мы переедем в новый ашрам, мы дадим имя каждому дереву, потому что каждое дерево является личностью. Слышали вы когда-нибудь о ком-нибудь, кто называл бы дерево по имени? Никто не на-зывает дерево по имени, потому что никто не испытывает к нему любовь. Если бы все было наоборот, дерево стало бы личностью. Тогда оно было бы не просто одним из тол-пы, оно стало бы уникальным.

Вы даете имена кошкам и собакам. Когда вы даете собаке имя и называете ее, напри-мер, Тигр или как-нибудь еще, собака становится личностью. Тогда это не просто одна со-бака из множества других собак, это индивидуальность; вы создали личность. Всякий раз, когда вы с любовью смотрите на что-либо, оно становится личностью.

Верно также и противоположное. Всегда, когда вы смотрите на личность похотливы-ми глазами, личность становится объектом, вещью. Вот почему похотливые глаза яв-ляются отталкивающими, - потому что никому не нравится быть вещью. Когда вы смот-рите похотливыми глазами на свою жену - или на другую женщину, или на мужчину, - этот человек чувствует себя оскорбленным. Что вы, действительно, делаете? Вы превращае-те личность, живую личность в мертвый инструмент. Вы думаете о том, как его «использо-вать», и тем самым убиваете его.

Вот почему похотливые, желающие глаза являются отталкивающими, безобразными. Если вы посмотрите на кого - нибудь с любовью, он воспрянет. Он станет личностью. Вдруг он превратится в личность. Личность нельзя заменить: заменить можно вещь. 'Вещь' означает нечто заменяемое, 'личность' означает то, что не может быть заменено: не существует возможности заменить его или ее. Личность является уникальной; вещь уникальной не является.

Любовь вседелает уникальным. Вот почему без любви вы никог-да не чувствуете себя

личностью. Пока вас кто-нибудь глубоко не полюбит, вы не будете ощущать свою уникальность. Вы будете только одним из толпы - только числом, исходными данными для расчетов. Вас можно изменить.

Если вы, например, клерк в учреждении, или учитель в школе, или профессор в университете, то ваше профессорство является за-меняемым. Вас может заменить другой профессор; он может заме-нить вас в любой момент, поскольку вы просто используетесь в качестве профессора. Вы имеете функциональное значение.

Если вы являетесь клерком, то кто-то другой с легкостью может выполнять вашу работу. Работа не будет ждать вас. Если вы сейчас умрете, то в следующий момент кто-то заменит вас, и механизм будет продолжать свою работу. Вы были просто числом - те-перь будет работать другое число. Вы были просто инструментом.

Но вот кто-то начинает любить этого клерка или этого профес-сора. Вдруг клерк больше не клерк; он становится уникальной лично-стью. Если он умрет, то его любимая не сможет заменить его. Он незаменим. Тогда весь мир может продолжать идти прежним путем, но один, тот кто любил, не может быть тем же самым. Эта уникаль-ность, это становление лич-ностью имеют место благодаря любви.

Эта сутра гласит: Гляди с любовью на какой-нибудь объект. Она не делает различий между объектом и личностью. В этом нет необ-ходимости, потому что когда вы смотрите с любовью, все становится личностью. Сам взгляд изменяет, трансформирует.

Вы, возможно, наблюдали, что случается, когда вы водите неко-торый конкретный автомобиль, скажем «Фиат». Имеется тысячи и тысячи точно таких же «Фиатов», но ваш автомобиль - если вы люби-те его - становится уникальным, становится личностью. Он не мо-жет быть заменен; между вами созданы определенные взаимоотноше-ния. Сейчас вы воспринимаете этот автомобиль как личность. Ес-ли что-нибудь не так... какой-нибудь легкий звук - вы сразу чувствуете это. И ваш автомобиль имеет свой характер. Вы знае-те характер своего автомобиля, вы знаете, когда он чувствует себя хорошо и когда он чувствует себя плохо. Вдруг автомобиль стано-вится личностью.

Почему? Если имеют место отношения любви, то все становится личностью. Если имеют место отношения похоти, желания, то лич-ность превратится в вещь. И это самый бесчеловечный акт, который может совершить человек - превратить кого-либо в вещь.

Гляди с любовью на какой-нибудь объект... Так что же делать? Когда вы смотрите с любовью, что вы должны делать? Главное: за-будьте себя. Забудьте себя полностью! Смотрите на цветок и забудьте себя полностью. Пусть цветок будет; вы становитесь полно-стью от-сутствующим. Ощущайте цветок, и глубокая любовь будет течь к нему из вашего сознания. И пусть ваше сознание будет заполнено только одной мыслью - как помочь этому цветку расцвести еще больше, стать более прекрасным, стать более благословен-ным. Что вы можете сделать?

Не имеет значения, можете вы сделать что-нибудь или не може-те; это не существенно. Ощущение, что вы можете сделать - эта боль, эта глубокая боль по поводу того, что нужно что-то сделать, чтобы цветок стал более прекрасным, более живым, более расцветающим - имеет большое значение. Пусть эта мысль вибрирует во всем вашем существе. Пусть каж-дая частичка вашего тела и ума почувствует ее. Вы будете пронизаны экстазом, а цветок станет личностью.

Не переходи к другому объекту... Вы не можете перейти. Если вы любите, вы не можете перейти. Если вы любите кого-нибудь в этой группе, то вы забудете обо всей толпе; оста-нется только одно лицо. Вы, в действительности, не видите никого другого, вы видите только одно лицо. Все другие здесь, но они в подсознании - просто на пери-ферии вашего сознания. Их нет. Они просто тени; остается только одно лицо. Если вы любите кого-то, то остается только одно

лицо, поэтому вы не можете перемещаться на другой объект.

Не перемещайтесь к другому объекту, оставайтесь с одним. Оставайтесь с цветком ро-зы или оставайтесь с лицом любимой. Оставайтесь любящим, текущим, с одним только сердцем, с мыслью: «Что я могу сделать, чтобы любимый был счастливым, благословенным?»

Здесь, в середине объекта - благословение. И когда это случается, вы отсутствуете, вы не имеете к себе никакого отношения, вы не эгоистичны, вы не думаете в терминах вашего удовольствия, вашего удовлетворения. Вы забыли себя полностью, вы думаете только о другом. Другой становится центром вашей любви; ваше сознание течет по направлению к другому. С глубоким состраданием, с глубоким чувством любви вы думаете: «Что я могу предпринять, чтобы сделать моего любимого благословенным?» В этом состоянии, вдруг: Здесь, в середине объекта - благословение. Вдруг, как некоторое незапланированное следствие, к вам приходит благословение. Вдруг вы становитесь центрированными.

Это выглядит парадоксально, потому что эта сутра призывает полностью забыть себя, не быть центрированным на себя, полностью двигаться к другому. Говорят, что Будда непрерывно повторял, что когда бы вы ни молились, просите для других - но никогда не для себя. В противном случае молитва просто бесполезна.

Один человек пришел к Будде и сказал: «Я принимаю твоё учение, но одну вещь очень трудно принять. Ты говоришь, что когда мы молимся, мы не должны думать о себе, мы не должны просить что-либо для себя. Мы должны хотеть, чтобы результат, о котором мы просим, распределялся на всех. Если случится благословение, пусть и оно распределится на всех». И человек продолжал: «Здесь все в порядке, но можно мне сделать одно исключение? Только не для моего соседа - он мой враг. Пусть это благословение распределится на всех, но за исключением моего ближайшего соседа».

Ум является самоцентрированным, поэтому Будда сказал: «Твоя молитва бесполезна. Из нее ничего не выйдет, пока ты не будешь готов отдать все, распределить все - лишь тогда это все будет твоим».

В любви вы должны забыть себя. Это выглядит парадоксальным: когда и как в этом случае произойдет центрирование? Будучи тотально связанными с другим, со счастьем этого другого, когда вы забыли себя полностью и остался только этот другой, вдруг вы наполнитесь блаженством - на вас сойдет благословение.

Почему? Потому что когда вы не заняты собой, вы становитесь вакантными, пустыми; создается внутреннее пространство. Когда ваш ум тотально связан с другим, внутри вас ум исчезает. Тогда внутри нет мыслей. И тогда эта мысль - «Как смогу я быть полезным? Как я смогу создать больше блаженства? Как другой может быть более счастливым?» - не может больше продолжаться, потому что, на самом деле, нет ничего, что бы вы могли сделать. Эта мысль становится остановкой. Нет ничего, что бы вы могли сделать. Что вы можете сделать? Если вы думаете, что вы можете что-то сделать, то вы все еще думаете в терминах самого себя - в терминах эго.

При наличии объекта любви человек становится тотально беспомощным - запомните это. Если вы любите кого-нибудь, вы будете чувствовать тотальную беспомощность. Это агония любви: человек не может почувствовать, что он может сделать. Он хочет делать все, он хочет отдать своему любимому или любимой всю вселенную - но что он может сделать. Если вы думаете, что вы можете сделать то или это, то вы все еще не во взаимоотношении полной любви. Любовь является очень беспомощной, абсолютно беспомощной, и эта беспомощность является прекрасной, потому что в этой беспомощности вы отрываетесь от самого себя.

Любите кого-нибудь, и вы будете чувствовать беспомощность; ненавидьте кого-нибудь и вы будете в состоянии что-либо делать. Любите кого-нибудь и вы абсолютно беспомощны - потому

что, что вы можете сделать? Все, что бы вы ни могли сделать, кажется незна-чительным, не имеющим значения; этого никогда не достаточно. Ничто не мо-жет быть сделано. А когда кто-то чувствует, что ничего нельзя сделать, он чувствует себя беспомощным. Когда кто-то хочет сделать что-нибудь и чувствует, что ничего не может быть сделано, то его ум останавливается. В этой беспомощности случается самоот-речение, отказ. Вы пусты. Вот почему любовь становится глубокой медитацией.

В действительности, если вы любите кого-нибудь, никакой ме-дитации не нужно. Но из-за того, что никто не любит, нужны эти сто двенадцать техник - и даже их может быть не-достаточно.

Недавно один человек приходил ко мне. Он сказал: «Это вселяет в меня большую на-дежду. Я впервые услышал от вас, что имеются эти сто двенадцать методов. Это вселяет в меня большую надежду, но иногда в голову закрадывается сомнение: всего только сто две-надцать методов? А если эти сто двенадцать методов на мне не сработают, то неужели не найдется еще и сто тринадцатого метода?»

И он прав. Он прав! Если эти сто двенадцать методов на вас не сработают, то идти больше некуда. Тогда, как он предполагает, за надеждой следует депрессия. Но, на самом деле, методы нужны толь-ко потому, что утерян основной метод. Если вы можете лю-бить, никакие методы не нужны.

Любовь сама по себе является величайшим методом, но любить трудно - в некотором смысле, невозможно. Любовь означает удале-ние себя из своего сознания и помещение кого-то другого в то же самое место, где существовало ваше эго. Замена себя кем-либо другим означает любовь - как будто вас больше нет, а есть только другой.

Жан-Поль Сартр говорит, что другие являются преисподней, и он прав. Он прав, по-тому что другие создают для вас только преис-поднюю. Но он также и не прав, потому что если другие могут быть преисподней, то другие же могут быть и небесами. Если вы живе-те только желанием, то другой является преисподней, потому что тогда вы пытаетесь убить эту личность. Вы пытаетесь сделать эту личность вещью. Тогда эта личность будет реаги-ровать соответствующим об-разом и будет пытаться сделать вас вещью, а это породит ад.

Поэтому каждый муж и каждая жена создает ад для другого, потому что каждый стремится обладать другим. Обладать можно только вещью, а не личностью. Вы може-те только принадлежать личности; вы никогда не можете владеть личностью. Вещью об-ладать можно, но вы стремитесь обладать личностью. Благодаря вашим усилиям лич-ность становится вещью. Если я превращаю вас в вещь, вы реагируете. Тогда я ваш враг. Тогда вы будете пытаться сделать вещь из меня - это порождает преисподнюю.

Вы сидите один в своей комнате, и вдруг чувствуете, что кто-то подглядывает через замочную скважину. Понаблюдайте немного, что происходит. Чувствуете ли вы какие-то изменения? И почему вы сердитесь на этого подглядывающего? Он ничего вам не делает - только подглядывает. Почему вы испытываете гнев? Он превратил вас в вещь. Он на-блюдает; он превратил вас в вещь, в объект. Это делает вас беспокойными.

И то же самое случится с ним, если вы будете у замочной скважины, и будете смот-реть сквозь нее. Этот другой будет расстроен, шокирован. Моментом раньше он был субъектом: он был наблюдателем, а вы были наблюдаемым. Теперь внезапно он пойман. Он стал наблюдаем вами и теперь он превратился в вещь.

Когда кто-то наблюдает за вами, то внезапно вы чувствуете, что ваша свобода наруше-на, расстроена. Вот почему вы не можете смот-реть на кого-либо пристально, за исключе-нием случаев, когда вы только любите его. Пристальный взгляд становится безобраз-ным и насильственным - если вы не находитесь в состоянии любви. Если вы любите, то пристальный

взгляд является прекрасной вещью, по-тому что ваш взгляд никого не пре-вращает в вещь. Тогда вы можете смотреть прямо в глаза, тогда вы можете проникать глубоко в глаза другого. Вы не превращаете его в вещь. Более того, благодаря вашей люб-ви ваш взгляд делает его личностью. Вот почему только при-стальный взгляд любящего является прекрасным; в противном слу-чае пристальное рассматривание безобразно.

Психологи утверждают, что имеется временной предел. А вы все знаете, или понаблю-дайте и узнаете, каков временной предел для дол-гого пристального смотрения в чьи-либо глаза, в глаза незнакомца. Имеется временной предел. Еще момент и этот другой начнет сер-диль-ся. Извинительным может быть перевод взгляда на публику, потому что тогда может ка-заться, что вы просто взглянули, а не рассматривали.

Разглядывание - это серьезная вещь. Если я всего лишь посмот-рел на вас, проходя мимо, то никаких взаимоотношений не возника-ет. Или я проходил мимо и вы взглянули на меня, просто, когда я проходил - здесь нет никакой обиды, никакого оскорбления, так что все в порядке. Но если вы внезапно остановились и смотрите на меня, вы становитесь наблюдателем. Тогда ваше разглядывание будет воз-мущать меня, и я буду чувствовать себя оскорбленным: «Что вы делаете? Я личность, а не вещь. Так нельзя смотреть».

Из-за этого большое значение приобретает одежда. Только когда вы любите кого-нибудь, вы легко можете быть обнаженным, потому что в тот момент, когда вы обнаже-ны, все ваше тело становится объектом. Кто-то может смотреть на все ваше тело, и ес-ли он не любит вас, его глаза будут превращать ваше тело, ваше существо в объект. Но если вы любите кого-то, вы можете быть обнаженным, не чувствуя, что вы обнажены. Вам, скорее, понравится быть обнажен-ным, потому что вы захотите, чтобы эта трансформи-рующая любовь преобразовала все ваше тело в личность.

Когда бы вы ни обращали кого-либо в вещь, это действие явля-ется аморальным. Но если вы наполнены любовью, тогда в этот момент, наполненный любовью к любому объекту, возможно, это явление, возможно благословение. Это случается.

В середине объекта - благословение. Внезапно вы забудете себя - здесь будет другой. Тогда, когда придет нужный момент, когда вы больше не присутствуете, когда вы абсо-лютно отсутствуете, исчезнет также и другой. И между этими двумя моментами случится благо-словение. Вот что чувствует любящий. Это благословение случается также от неиз-вестной неосознанной медитации.

Когда есть два любящих, то внезапно они оба становятся отсут-ствующими. Остается чистая экзистенция - без какого-либо эго, без каких-либо конфликтов... просто общение. В этом общении человек испытывает блаженство. Неправильным будет предполагать, что другой дал вам это благословение. Это благословение снизошло на вас, потому что, не осознавая этого, вы вошли в глубокую медитационную технику.

Вы можете делать это осознанно - и если вы делаете это осознан-но, то все происходит более глубоко, потому что тогда вы не связаны с объектом. Это случается каждый день. Ес-ли вы любите кого-нибудь, то вы чувствуете благословение не из-за него или ее, но просто из-за любви. А почему из-за любви? Потому что это случается - предска-зание этой сутры случается.

Но тогда вами овладевает некоторая идея. Тогда вы думаете, что это благословение случилось из-за А, из-за близости А, из-за любви А. Тогда вы думаете: «Я должен обладать А, потому что без присутст-вия А я не смогу снова получить это благословение». Вы станови-тесь ревнивым. Если кто-то еще обладает А, то он будет благословенен, а вы будете испы-тывать страдание, так что вы желаете устранить все возможности того, что А будет при-надлежать кому-то другому. А должен принадлежать только вам, потому что вы смотри-те на весь мир через него. Тогда в тот момент, когда вы попытаетесь обладать А, вы раз-рушите всю красоту и

все это явление.

Когда любимый становится собственностью, любовь уходит. Тогда любимый становится просто вещью. Вы можете использовать ее, но блаженство никогда снова не придет, потому что это блаженство приходило тогда, когда другой был личностью. Другой был сделан, создан: вы создали личность в другом, а другой создал личность в вас. Никто не был объектом. Оба были встретившимися субъектами - встретились две личности, а не одна личность и одна вещь.

Но в тот момент, когда вы обладаете, это становится невозможным. А ум будет пытаться обладать, потому что ум мыслит в терминах алчности: «Однажды благословение случилось, значит, оно может случаться со мной каждый день. Значит, я должен обладать». Но благословение случается при отсутствии обладания. И благословение случается, на самом деле не из-за другого, а из-за вас. Помните это - благословение случается благодаря вам. Благословение случается, потому что вы растворены в другом.

Это может случиться с цветком розы, это может случиться со скалой, это может случиться с деревьями, это может случиться с чем угодно. Раз вы знаете ситуацию, в которой это случается, это может случиться где угодно. Если вы знаете, что вас нет, и с глубокой любовью ваше сознание движется к другому - к деревьям, к небу, к звездам, к какому-либо человеку; когда ваше тотальное сознание обращено к другому, оно покидает вас, оно движется от вас прочь - и в этом отсутствии самого себя и есть благословение.

19. Сиди только на ягодичах

Седьмая техника на центрирование: Без опоры для рук и ног сиди только на ягодичах. Вдруг - центрирование.

Эта техника использовалась в течение многих веков в Китае последователями дао, и это чудесная техника - одна из наиболее легких. Испытайте это: Без опоры для рук и ног сиди только на ягодичах. Вдруг - центрирование.

Что нужно делать? Вам нужны будут две вещи. Во-первых, очень чувствительное тело, которого вы на самом деле не имеете. Вы имеете мертвое тело; оно просто ноша, которую нужно носить - оно не чувствительно. Прежде всего, вы должны сделать свое тело чувствительным; в противном случае эта техника работать не будет. Поэтому сначала я расскажу вам кое-что о том, как сделать свое тело чувствительным и, в частности, ваши ягодичи, потому что обычно ягодичи являются самой нечувствительной частью вашего тела. Они и должны быть такими. Они должны быть такими, потому что вы весь день сидите на своих ягодичах. Если бы они были слишком чувствительными, это было бы трудным делом.

Итак, ваши ягодичи нечувствительны - они и должны быть нечувствительными. Они нечувствительны, как подошвы ваших ног. Все время сидя на них, вы никогда не ощущаете, что сидите на ягодичах. До сих пор вы их ощущали? Сейчас вы можете почувствовать, что вы сидите на ягодичах, но вы никогда не чувствовали этого раньше, - а вы сидели на своих ягодичах всю свою жизнь, никогда не осознавая этого. Их функции таковы, что они не могут быть чувствительными.

Так что сначала вы должны сделать их чувствительными. Испытайте один очень легкий метод... Этот метод применим к любой части тела; тогда тело станет более чувствительным. Просто сядьте в кресло, расслабьтесь и закройте глаза. Почувствуйте свою правую руку или левую руку - любую из двух. Почувствуйте свою левую руку. Забудьте обо всем теле и почувствуйте свою левую руку. Чем больше вы будете чувствовать ее, тем более тяжелой она будет становиться.

Продолжайте ощущать левую руку. Забудьте про все тело, просто продолжайте ощущать левую руку, как будто вы есть только левая рука. Рука будет продолжать становиться все более и более тяжелой. И по мере того, как она становится более тяжелой, продолжайте ощущать ее

становящейся более тяжелой. Затем попытайтесь ощу-тить, что происходит в руке. Что бы ни случилось, отметьте это: любое ощущение, любое вздрагивание, любое легкое движение - от-мечайте в уме, что это случилось. И продолжайте делать это каждый день в течение не менее трех недель. В любое время дня делайте это в течение десяти-пятнадцати минут. Просто ощущайте левую руку и забудьте про все тело.

За эти три недели вы почувствуете, что вы имеете новую левую руку, или новую пра-вую руку. Она будет такой чувствительной. И вы будете осознавать самые мелкие и тонкие ощущения вашей руки.

Когда у вас получится с рукой, попытайтесь с ягодицами. Попро-буйте: закройте глаза и почувствуйте, что существуют только две ягодицы; вас больше нет. Пусть все ваше соз-нание будет направлено на ягодицы. Это нетрудно. Если вы попробуете, это будет прекрас-но. А ощущение живительной силы, притекающей к телу, само по себе является блажен-ством. Тогда, когда вы сможете чувствовать свои ягодицы и они станут очень чувстви-тельными, когда вы сможете чувствовать все, что происходит внутри - легкое движение, слабую боль и тому подобное - тогда вы сможете наблюдать и вы сможете знать. Тогда ваше сознание присоединится к ягодицам.

Сначала испытайте это с рукой. Поскольку рука является очень чувствительной, вам будет легко. Раз вы получите уверенность, что вы можете чувствовать свою руку, то эта уверенность поможет вам чувствовать свои ягодицы. Затем исполняйте эту технику. Та-ким образом, прежде чем войти в эту технику, вам потребуется как ми-нимум шесть недель - три недели для руки, а затем три недели для того, чтобы сделать более чувствительны-ми ягодицы. Лежа на кровати, забудьте про все тело. Помните только, что остались лишь две ягодицы. Почувствуйте прикосновение - просты-ня, ее прохлада или медленно приходящее тепло. Почувствуйте это.

Лежа в ванне, забудьте про тело. Помните только о ягодицах - ощу-щайте их. Встаньте рядом со стеной, прикасаясь к ней ягодицами - почувствуйте прохладу стены. Встаньте со своим любимым, со своей женой или со своим мужем ягодицы к ягодицам - ощутите друго-го через ягодицы. Это всего лишь «создаст» ваши ягодицы, приведет их в состояние, когда они начнут ощущать что-либо.

Тогда можно выполнять эту технику: Без опоры для рук и ног... Сядьте на землю. Без опоры для рук и ног сиди только на ягодицах. Подойдет поза Будды, падмасана. Подойдет также сиддхасана или любая обычная асана, но лучше не использовать руки. Просто оста-вайтесь на ягодицах, сидите только на ягодицах. Что при этом де-лать? Просто закройте глаза. Ощутите ягодицы, прикасающиеся к земле. А так как ягодицы стали чувствительны-ми, вы почувствуете, что одна ягодица касается в большей степени. Вы наклонились в сторону одной ягодицы, и другая касается в меньшей степени. Затем переместите наклон к другой ягодице. Немедленно переместитесь к другой; затем снова к первой. Продолжайте перемещаться с одной ягодицы на другую, устанавливая, таким образом, равновесное поло-жение.

Равновесие означает, что обе ягодицы ощущают одно и то же. На каждую ягодицу при-ходится в точности один и тот же вес. А когда ваши ягодицы являются чувствительными, это не трудно, вы почув-ствуете это. Если обе ваши ягодицы будут уравновешены, то вдруг - центрирование. При установлении такого равновесия вы вдруг буде-те отброшены к вашему пупочному центру и вы будете центрированы внутри. Вы забудете про ягодицы, вы забудете про тело. Вы будете отброшены к внутреннему центру.

Вот почему я говорю, что центры значения не имеют, но имеет значение центрирова-ние - где бы оно ни случилось: в сердце, в голове, на ягодицах, где угодно. Вы видели, как си-дят будды. Вы, может быть, не представляли себе, что они балансируют на ягодицах. Пой-дите в храм и посмотрите, как сидит Махавира, как сидит Будда; вы, воз-можно, никогда и не думали,

что их сидение есть всего лишь балан-сирование на ягодицах. Это действительно так - и когда нет дисбаланса, вдруг этот баланс дает вам центрирование.

20. Как медитировать в движущемся экипаже

Восьмая техника на центрирование: В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь - переживание. Или в стоящем экипаже, позво-лив себе раскачиваться в замедляющихся невидимых кругах.

Это то же самое, но другим способом. В движущемся экипаже... Вы путешествуете в поезде или в повозке, запряженной волами, - когда была разработана эта техника, ездили только на воловых по-возках. Вы едете в запряженной волами повозке по индийской дороге - даже сегодня дороги те же самые. Но когда вы движетесь, движется все ваше тело. Тогда это бесполезно.

В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь... Покачивайтесь ритмично. Постарайтесь понять; вот все подробности. Всегда, когда вы едете в запряженной волами повозке или в любом другом транс-портном средстве, вы сопротивляетесь. Повозка наклоняется влево, но вы сопротивляетесь этому. Вы наклоняетесь вправо, чтобы сохра-нить равновесие; в про-тивном случае вы упадете. Так что вы посто-янно сопротивляетесь. Сидя в запряженной волами повозке, вы сражаетесь с ее движением. Она движется в одну сторону, а вы долж-ны двигаться в другую.

Вот почему, сидя в поезде, вы устаете. Вы ничего не делали. Почему вы так устали? Вы много работали, не сознавая этого. Вы непрерывно сражались с поездом; это было сопротивление. Не со-противляйтесь - это первое. Если вы хотите выполнять эту технику, не сопротивляйтесь. Наоборот, двигайтесь вместе с движениями экипажа, раскачивай-тесь вместе с ним. Станьте частью запряженной волами повозки, не сопротивляйтесь ей. Что бы ни выделяла на дороге повозка, станьте ее частью. Вот почему дети никогда не ус-тают от путешествия.

Госпожа Пунам только что прилетела из Лондона с двумя детьми, и она боялась, что они заболеют, что они могут устать в таком долгом путешествии. Она устала, а они вошли с веселым смехом. Когда она вошла сюда, она была полностью измотана. В тот момент, когда она вошла в мою комнату, она была смертельно уставшей, а оба ее ребен-ка начали тут же играть. Они проделали восемнадцатичасовое путе-шествие из Лондона в Бомбей и ничуть не уста-ли. Почему? Потому что они еще не знают, как сопротивляться.

Так, пьяница может просидеть в движущейся повозке всю ночь и утром он будет таким же свежим, как всегда, но у вас это не пол-учится. Это потому, что пьяный не может сопро-тивляться. Он дви-жется вместе с повозкой; при этом нет сражения. Сражения нет, он один.

В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь... Так что первое: не сопротивляйтесь. И второе: создайте ритм. Создайте при движе-нии ритм. Сделайте это движение прекрасной гармонией. Забудьте о дороге; не проклинаяте дорогу и правительство - забудьте о них. Не проклинаяте волон и повозку, или возницу - забудьте о них. Закройте глаза, не сопротивляйт-есь. Двигайтесь ритмически и создайте в сво-ем движении музыку. Создавайте ее, как будто это танец. В движу-щемся экипаже, ритмично покачиваясь - переживание. Сутра гласит, что к вам придет переживание.

Или в стоящем экипаже... Не спрашивайте, где взять повозку, запряженную волами; не обманывайте себя, потому что сутра гласит; Или в стоящем экипаже, позволив себе раскачи-ваться в замедляющих-ся невидимых кругах. Просто, сидя здесь, раскачивайтесь кругами. Сначала сделайте большой круг, затем замедляйте его... замедляя и замедляя движение, дела

круги все меньше и меньше, пока не исчезнет видимое движение тела, но внутри останется ощущение некоего неуловимого движения.

Начните с большего круга, закрыв глаза. В противном случае, когда тело остановится, вы остановитесь. С закрытыми глазами делайте большие круги; просто сидите, раскачиваясь кругами. Продолжайте раскачиваться, делая круги все меньше, меньше и меньше. Внешне вы остановились; никто не может обнаружить, что вы все еще в движении. Но внутри вы будете ощущать неуловимое движение. Теперь тело не движется, движется только ум. Замедляйте и замедляйте это движение - и переживание. Это превратится в центрирование. В экипаже, в движущемся экипаже ритмическое движение без сопротивления создаст внутри вас центрирование.

Для таких техник Гурджиев создал много танцев. Он работал с этой техникой. Все танцы, которые он использовал в своей школе, были, на самом деле, круговыми раскачиваниями. Все танцы были построены на кружении - только кружение с осознанностью внутри, с постепенным уменьшением кругов. Наступал момент, когда тело останавливалось, но ум внутри продолжал двигаться, двигаться и двигаться.

Если вы ездили в поезде в течение двадцати часов, то после того, как вы приехали домой, после того, как вы покинули поезд, закрыв глаза, вы почувствуете, что вы все еще движетесь. Вы все еще путешествуете. Тело остановилось, но ум все еще ощущает движение. Таким образом, выполняется эта техника.

Гурджиев создал феноменальные танцы, очень прекрасные танцы. В этом веке он разработал чудо - не чудеса типа чудес Сатьи Сай Бабы. У него не чудеса; их может делать любой уличный фокусник. Но Гурджиев действительно создал чудо. Он подготовил группу из сотни человек для исполнения медитативного танца, и он показал этот танец перед публикой в первый раз в Нью-Йорке. На сцене кружилась сотня танцоров. У публики все вращалось в голове. Там была сотня одетых в белое танцоров, просто кружащихся на сцене.

Когда он указывал рукой, они кружились, а в тот момент, когда он говорил: «Стоп», наступала мертвая тишина. Это была остановка для публики, но не для танцоров - потому что тело может остановиться мгновенно, но ум продолжает двигаться внутри; движение продолжается и продолжается. На это было прекрасно даже смотреть, потому что сотня людей вдруг превращалась в мертвые статуи. Это создавало внезапный шок и в публике, потому что сотня движений - прекрасных движений, ритмических движений - вдруг прекращалась. Только что вы смотрели на них движущихся, кружащихся, танцующих, но внезапно танцоры останавливаются. Тогда ваши мысли также должны остановиться.

Многие в Нью-Йорке чувствовали, что это было сверхъестественное явление: их мысли мгновенно останавливались. Но что касается танцоров, то их танец продолжался внутри и там, внутри, круги вращения становились все меньше и меньше до тех пор, пока они не центрировались.

Однажды случилось так, что танцоры, танцуя, приблизились к краю сцены. Предполагали, что Гурджиев остановит их, чтобы они, танцуя, не свалились в публику. Сотня танцоров была как раз на краю сцены. Еще один шаг и все они упадут в зал. Весь зал ждал, что Гурджиев внезапно скажет «стоп», но он повернулся спиной, чтобы зажечь сигару. Он повернулся спиной к танцорам, чтобы зажечь сигару, и вся группа из ста танцоров упала со сцены на пол - на непокрытый каменный пол.

Вся публика встала. Они вопили и кричали, думая, что многие должны были переломать свои кости - ведь при падении был такой удар. Но ни один человек не получил повреждений; не было даже ни единого синяка или ушиба.

Они спрашивали Гурджиева, в чем дело. Никто не получил повреждений, хотя удары при

падении были такими, что это казалось невозможным. Причина была только в одном: они, на самом деле, не были в своих телах в тот момент. Они замедляли свое внутреннее вращение. И когда Гурджиев увидел, что они полностью забыли о своих телах, он позволил им упасть.

Если вы полностью забываете о своем теле, то исчезает сопротивление. Кости ломаются из-за сопротивления. Если вы падаете, вы сопротивляетесь; вы выступаете против силы тяжести. Проблема не в силе тяжести, а в этом сопротивлении, в этом выступлении против.

Если вы сможете упасть согласно гравитации, если вы сможете сотрудничать с нею, тогда исчезнет любая возможность повреждений. Вот наша сутра: В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь - переживание. Или в стоящем экипаже, позволив себе раскачиваться в замедляющихся невидимых кругах. Вы можете использовать ее. Здесь нет потребности в экипаже, просто кружитесь, как это делают дети. Когда ваш ум сильно вовлечется во вращение, и вы почувствуете, что сейчас упадете, не останавливайтесь - продолжайте! Если вы даже упадете, не беспокойтесь об этом, закройте глаза и вращайтесь. Ваш ум будет кружиться, а вы будете лежать. Когда ваше тело падает, ощущайте свои внутренние переживания! Кружение будет продолжаться. Оно будет подходить все ближе, ближе и ближе и, вдруг, вы будете центрированы.

Детям это очень нравится, они получают от этого большое удовольствие. Родители никогда не позволяют своим детям кружиться. Это плохо: их не следует останавливать, их даже надо побуждать к этому. А если вы сможете помочь им осознать и свое внутреннее вращение, то вы сможете научить их медитации посредством вращения. Они получают удовольствие от этого, потому что имеют некоторые нетелесные ощущения. Когда дети кружатся, то вдруг они начинают осознавать, что их тело кружится, а они сами нет. Они чувствуют внутри центрирование, которое нам не так легко почувствовать, потому что их тела и души еще несколько отделены; между ними существует промежуток.

Когда вы входите в утробу матери, вы не можете немедленно приспособиться к своему телу; это требует времени. После рождения ребенка он все еще не абсолютно приспособлен, его душа не абсолютно подогнана к телу; здесь имеется промежуток. Вот почему имеется много такого, что он не может делать. Его тело готово делать это, но сам он еще не может.

Если вы наблюдали, то вы возможно заметили, что новорожденные дети не могут смотреть двумя глазами, они всегда смотрят одним глазом. Если вы понаблюдаете, то вы увидите, что когда они наблюдают и видят что-нибудь, то они не могут делать это двумя глазами. Они всегда смотрят одним глазом - один глаз становится больше. Зрачок одного глаза становится больше, а другой зрачок остается маленьким. Сознание новорожденного ребенка еще не зафиксировано, оно рассеяно. Постепенно оно фиксируется, и тогда он будет смотреть двумя глазами.

Они еще не могут чувствовать, что их тело и тела других - это различные тела. Это трудно для них. Они еще не зафиксированы в своем теле, но эта фиксация постепенно придет.

Медитация пытается снова создать этот промежуток. Вы теперь зафиксированы, жестко зафиксированы в вашем теле. Вот почему вы чувствуете: «Я есть тело». Если будет создан промежуток, то только тогда вы сможете почувствовать, что вы не тело, а нечто, выходящее за пределы тела. Для этого полезными являются раскачивание и вращение. Они создают промежуток.

21. Концентрируйся на боль в твоём теле

Девятая техника на концентрацию: Проткни булавкой какую-либо часть твоей наполненной нектаром формы, мягко войди в отверстие и достигни внутренней чистоты.

Эта сутра гласит: Проткни булавкой какую-либо часть твоей наполненной нектаром

формы... Ваше тело не просто тело, оно наполнено вами, нектаром являетесь именно вы. Проткните ваше тело. Когда вы проткнете ваше тело, вы сами не будете пронзены - только тело. Но вы ощутите прокол, как будто прокололи вас самих; вот почему вы ощущаете боль. Если вы сумеете осознать, что проткнуто только тело, что вы сами не пронзены, то вместо боли вы почувствуете блаженство. Совсем не обязательно делать это булавкой. Много-гие вещи случаются каждый день; вы можете использовать эти ситуации для медитации. Или вы можете создать эти ситуации сами.

Где-то в вашем теле боль. Сделайте одно: забудьте обо всем теле, сконцентрируйтесь только на болящей части тела. И тогда вы заметите странную вещь. Когда вы сконцентрируете свое внимание на той части тела, где боль, вы увидите, что эта часть тела сжимается. Сначала вы чувствуете, что боль, например, во всей ноге. Когда вы концентрируетесь, то вы почувствуете, что она не во всей ноге. Она была преувеличенной - она всего лишь в колене.

Концентрируйтесь еще больше, и вы почувствуете, что она не во всем колене, а в месте размером с острие булавки. Все больше концентрируйтесь на этой точке; забудьте про все тело. Просто закройте глаза и продолжайте концентрироваться, чтобы выяснить, откуда идет боль. Она будет продолжать сжиматься; участок будет становиться все меньше и меньше. Тогда придет момент, когда боль будет размером с булавочную головку. Продолжайте пристально смотреть на эту булавочную головку, и вдруг она исчезнет, и вы будете наполнены блаженством. Вместо боли вы будете наполнены блаженством.

Почему это случается? Потому что вы и ваше тело - не одно и то же, это разные сущности. Тот, кто концентрируется - это вы. Концентрация осуществляется на теле - это объект. Когда вы концентрируетесь, промежуток расширяется, отождествление рушится. Просто через концентрацию вы движетесь внутрь, прочь от тела. Для того чтобы перенести пятно боли в перспективу, вы должны двигаться прочь. Это движение прочь создает промежуток. А когда вы концентрируетесь на боль, вы забываете об отождествлении, вы забываете, что это вы чувствуете боль.

Теперь вы наблюдатель, а боль где-то в другом месте. Вы наблюдаете боль, а не ощущаете боль. Это изменение от ощущения к наблюдению создает промежуток. А когда промежуток становится больше, вдруг вы полностью забываете о теле; вы осознаете только сознание. Вы можете испытать и эту технику: Проткни булавкой какую-либо часть твоей наполненной нектаром формы, мягко войди в отверстие. Если имеется боль, то, прежде всего вы должны концентрироваться на всем участке; затем постепенно он превратится в булавочную головку.

Но нет необходимости ждать. Вы можете использовать булавку. Используйте булавку на любой чувствительной части тела. На теле много мертвых точек; они бесполезны. Вы, возможно, не слышали о мертвых точках на теле. Тогда дайте кому-нибудь булавку, например, вашему другу, сядьте и попросите вашего друга колоть вас булавкой в разных местах. Во многих местах вы не почувствуете никакой боли. Вы будете говорить: «Нет, вы еще не укололи. Я не чувствую никакой боли». Это мертвые точки. Только на ваших щеках имеется две мертвые точки - вы можете испытать их.

Если вы бывали в индийских деревнях, то вы видели на религиозных фестивалях, как они протыкают свои щеки стрелами. Это похоже на чудо, но это не чудо. Щеки имеют две мертвые точки. Если вы уколете эти мертвые точки, то никакой крови не появится, и вы не ощутите боли. На вашей спине имеются тысячи мертвых точек, в которых вы не можете чувствовать боли. Ваше тело имеет два типа участков поверхности - чувствительные, живые и мертвые. Так что найдите чувствительное место, в котором вы можете чувствовать даже мельчайший укол. Затем уколите себя булавкой и войдите в отверстие. Вот это вещь; это медитация. И мягко войдите в отверстие. По мере того, как булавка проникает внутрь, входит в вашу кожу, и вы ощущаете

боль, входите в это отверстие сами. Не ощущайте, что боль входит в вас; не ощущайте боль, не отождествляйте себя с ней. Входите вместе с булавкой. Вкалывайтесь вместе с булавкой.

Закройте глаза; наблюдайте боль. По мере того, как боль вкалывается в вас, вы сами тоже вкалывайтесь в себя. И при вколоте булавке ваш ум будет легко концентрироваться. Используйте эту точку боли, эту точку интенсивной боли, и наблюдайте ее. Вот что означает мягко войти в отверстие.

И достигни внутренней чистоты. Если вы сможете войти в наблюдение, неоттождествленный, отчужденный, стоящий в стороне, не ощущающий, что боль проникает в вас, но наблюдая при этом, что булавка входит в тело, будучи наблюдателем, то вы сможете достигнуть внутренней чистоты; вам раскроется внутренняя невинность. В первый раз вы осознаете, что вы не тело. И если вы узнаете, что вы не тело, ваша жизнь полностью изменится, потому что вся ваша жизнь вращается вокруг тела. Раз вы узнаете, что вы не тело, вы не сможете продолжать эту жизнь. Центр упущен.

Если вы не тело, то вы можете создать другую жизнь. Эта жизнь есть жизнь санньясина. Это другая жизнь; центр теперь другой. Теперь вы существуете в мире как душа, как атман, но не как тело. Если вы существуете как тело, то вы создали другой мир: материальная прибыль, алчность, удовольствия, похоть, секс. Вы создаете вокруг себя мир; этот мир ориентирован на тело.

Раз вы знаете, что вы не тело, весь ваш мир исчезает. Вы не можете его больше поддерживать. Вокруг души возникает другой мир - мир сострадания, любви, красоты, правды, доброты, невинности. Центр сдвигается, но теперь он не в теле. Он в сознании.

Достаточно на сегодня.

Глава 14

ИЗМЕНЕНИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ЭНЕРГИИ

17 ноября 1972 года, Бомбей, Индия

Вопросы:

Почему космическое сознание - самадхи - называется центрированием?

Объясните подробнее, как может быть достаточно одной любви без медитации.

Почему человек нечувствителен?

Первый вопрос:

Если просветление и самадхи означают тотальное сознание, космическое сознание, всеохватывающее сознание, то кажется, очень странным называть это космическое сознание центрированием, поскольку слово 'центрирование' означает одноточечность. Почему космическое сознание, или самадхи, называется центрированием?

Центрирование является средством, а не целью. Центрирование есть метод, а не результат. Самадхи не называется центрированием; центрирование является техникой достижения самадхи. Конечно, это кажется противоречивым, потому что когда кто-то реализуется, достигает просветления, то никакого центра не остается.

Якоб Беме сказал, что когда кто-то приходит к божественному, он может описать это двумя способами: или центр теперь везде, или центр нигде; и то и другое означает одну и ту же вещь. Так что слово 'центрирование' кажется противоречивым, но средство не есть цель и метод не есть результат. А метод может быть противоречивым. Следовательно, мы должны понять это,

потому что эти сто двенадцать методов являются методами центрирования.

Но раз вы станете центрированным, вы взорветесь. Центрирование необходимо лишь для тотального собирания себя в одной точке. Раз вы собраны в одной точке, кристаллизированы в одной точке, то эта точка взрывается автоматически. Тогда центра больше нет - или центр везде. Итак, центрирование означает средство для взрыва.

Почему центрирование становится методом? Если вы не центрированы, ваша энергия не сфокусирована, она не может взорваться. Взрыв требует большой энергии. Взрыв означает, что пока вы еще не распространены - вы в одной точке. Вы становитесь атомарным; вы становитесь, на самом деле, духовным атомом. И вы можете взорваться только тогда, когда достаточно сконцентрируетесь, чтобы стать атомом. Тогда происходит атомный взрыв.

Об этом взрыве не говорят, потому что это невозможно, дают только метод. О результате не говорят. О нем невозможно рассказать. Если вы используете метод, результат следует, и нет способов выразить его.

Итак, запомните следующее: обычно религия никогда не говорит о самом переживании, она говорит только о методе; она показывает как, но не что. Это что остается вам. Если вы делаете как, то что придет к вам. И нет способа передать это. Это такое бесконечное переживание, что человеческий язык оказывается бесполезным. Это такая необозримость, что слова бессильны выразить это. Так что дается только метод.

Известно, что Будда в течение сорока лет говорил: «Не спрашивайте меня об истине, о божественном, о нирване, об освобождении. Не спрашивайте меня ничего о таких вещах. Спрашивайте только, как достичь их. Я могу показать вам путь, но я не могу передать вам переживание, даже на словах». Переживание является личным; метод является безличным. Метод является научным, объективным, безличным; переживание всегда личное и поэтическое.

Что я имею в виду, когда различаю эти вещи? Метод является научным. Если вы сможете выполнить его, результатом будет центрирование. Если метод реализован правильно, результатом должно быть центрирование. Если центрирование не стало ожидаемым результатом, то вы должны знать, что вы что-то упустили. Что-то в методе вы упустили, вы не следовали ему. Метод является научным, центрирование является научным, но когда к вам приходит взрыв, это поэзия.

Под поэзией я понимаю следующее: каждый из вас будет переживать это различным способом. Тогда не будет никакой общей основы. И все выражают это различными способами. Будда рассказывал что-то, Махавира рассказывал что-то, Кришна рассказывал что-то другое, и Иисус, Магомет, Моисей, Лао-цзы, все они различались не методами, но способами выражения своего переживания. Все они сходятся только в одном - что все, о чем они говорят, не передает того, что они переживали. Они согласуются только в этом.

И все же они пытались. И все же они пытались передать хоть что-то, хоть намеками. Это кажется невозможным, но если вы имеете восприимчивое сердце, то что-то может быть передано. Но это требует глубокой восприимчивости, и любви, и благоговения. Так что, на самом деле, если что-то и передается, то это зависит не от передающего, это зависит от вас. Если вы сможете принять это в глубокой любви и благоговении, то что-то вас достигнет. Но если вы критичны по отношению к этому, то вы ничего не получите. Прежде всего, это трудно выразить. И если даже это выражено словами, а вы настроены критически, то никакое сообщение не будет возможным; не будет никакой связи между вами.

Связь - это очень деликатная вещь. Вот почему во всех этих ста двенадцати техниках о ней совсем ничего не говорится - на нее делаются только намеки. Шива так много раз говорит: «Делай это и тогда - переживание», но дальше он умолкает. «Делай это и тогда - благословение», и затем он умолкает.

Благословение, блаженство, переживание, взрыв: за всем этим стоит личное переживание, личный опыт. Лучше и не пытаться выразить то, что не может быть выражено - в противном случае это будет неправильно понято. Поэтому Шива молчит. Он говорит просто о методах, о техниках, о том, как их делать.

Но центрирование - это не цель, это всего лишь путь. А почему центрирование перерастает в случай, в развитие, во взрыв? Потому что если в одной точке центрировано много энергии, то эта точка взорвется. Точка столь мала, а энергия столь велика, что точка не может вместить ее; следствием является взрыв.

Эта лампочка может содержать определенное количество электричества. Если в ней много электричества, лампочка взорвется. В этом смысл центрирования: чем больше вы центрированы, тем больше энергии в вашем центре. В тот момент, когда энергии станет слишком много, центр не сможет удержать ее. Он взорвется.

Так что здесь все по науке; это просто научный закон. И если центр не взрывается, то это означает, что вы еще не центрированы. Раз вы центрированы, немедленно последует взрыв. Здесь нет никакого временного промежутка. Таким образом, если вы видите, что взрыв не приходит, то это означает, что вы еще не сфокусированы. Вы еще не имеете один центр, вы еще имеете много центров, вы еще разделены, ваша энергия еще рассеяна, ваша энергия еще движется

наружу.

Если энергия движется наружу, то вы просто тратите ее, рассеиваете. В конце концов, вы станете бессильным. На самом деле, когда приходит смерть, вы уже мертвы; вы всего лишь мертвая оболочка. Вы все время выбрасывали энергию наружу - поэтому, сколько бы энергии у вас первоначально не было, вы все равно окажетесь пустыми. Выходящая наружу энергия означает смерть. Вы умираете каждый момент; запасы вашей энергии истощаются; вы выбрасываете вашу энергию, рассеиваете ее.

Говорят, что даже солнце, которое существует миллионы и миллионы лет, такой огромный резервуар энергии, тоже постоянно расходуется. И через четыре миллиарда лет оно умрет. Солнце умрет просто потому, что у него не останется энергии, которую оно могло бы излучать. Оно умирает каждый день, потому что его лучи несут энергию к границам вселенной - если у нее есть какие-нибудь границы. Энергия уходит.

Только человек может трансформировать и изменять направление течения энергии. В противном случае все является естественным явлением - все умирает. Только человек в состоянии познать бессмертное, вечное.

Таким образом, все это можно свести к закону. Если энергия будет течь наружу, то результатом будет смерть, и вы никогда не узнаете, что означает жизнь. Вы сможете узнать только медленное умирание. Вы никогда не сможете почувствовать интенсивности жизни. Если энергия движется наружу, то смерть будет автоматическим результатом - что бы вы ни делали. Если вы сможете изменить направление энергии - чтобы она не вытекала, а втекала, - тогда случается мутация, трансформирование.

Тогда эта входящая энергия становится центрированной в одной точке внутри вас. Эта точка как раз около пупка - потому что, на самом деле, вы родились в виде пупка. Вы соединены со своей матерью посредством пупка. Жизненная энергия матери вводилась в вас через пупок. А когда пуповина была обрезана, вы отделились от матери, вы стали личностью. До этого вы не были личностью, вы были частью своей матери.

Так что настоящее рождение происходит тогда, когда обрезается пуповина. Тогда ребенок приобретает свою собственную жизнь, свой собственный центр. Этот центр должен быть точно в пупке, потому что именно через пупок к ребенку притекает энергия. Он был связующим

звеном. И до сих пор, независимо от того, осознаете вы это или нет, ваш пу-пок остается центром.

Если энергия начинает течь внутрь, если вы так изменили на-правление энергии, что она потекла внутрь, то она будет попадать в пупок. Она будет все время втекать и будет центрироваться в пупке. Когда ее будет так много, что пупок не сможет содержать ее, что центр не сможет ее больше вмещать, центр взрывается. В результате этого взрыва вы сно-ва больше не индивидуальность. Вы не были индиви-дуальностью, когда были соединены с матерью; и снова вы переста-ете быть индивидуальностью.

Происходит новое рождение. Вы становитесь единым целым с космосом. Теперь у вас нет никакого центра; вы не можете сказать я. Теперь нет эго. И Будда, и Кришна продолжа-ют говорить и исполь-зовать слово я. Это просто формально; они не имеют никакого эго. Их нет.

Будда умирал. В день, когда он должен был умереть, собралось много людей, учени-ков, санньясинов, они были печальны; они ры-дали и плакали. Поэтому Будда спросил: «Почему вы плачете?»

Кто-то ответил: «Потому что тебя скоро не будет».

Будда засмеялся и сказал: «Но меня нет уже сорок лет. Я умер в тот день, когда стал просветленным. Моего центра нет уже сорок лет. Так что не плачьте, не печальтесь. Никто сейчас не умирает. Я больше не существую. Но даже для того, чтобы сказать, что я боль-ше не существую, требуется слово я».

Энергия, текущая внутрь, есть основная часть религии, это то, что подразумевается под религиозными поисками. Как перемещать энергию, как сформировать ее общий кругообо-рот? Для этого помо-гают эти методы. Так что запомните, центрирование не является са-мадхи, центрирование не является переживанием. Центрирова-ние является дверью к пе-реживанию, и там, где есть переживание, нет центрирования. Так что центрирование это только входная дверь.

Сейчас вы не центрированы. Сейчас вы, на самом деле, мультицентрированы - вот по-чему я говорю, что сейчас вы не центрированы. Когда вы станете центрированы, у вас будет только один центр. Тогда энергия, которая текла ко многим центрам, вернется обратно; она вернется домой. Тогда вы будете в вашем центре; тогда... взрыв. И снова нет центра, но теперь уж вы не мультицентрированы. Теперь центра нет вообще. Вы становитесь еди-ным целым с космосом. Тогда экзистенция и вы означаете одну и ту же сущность.

Айсберг, например, плавает в море. Айсберг имеет свой собствен-ный центр. Он имеет от-дельную индивидуальность; он отделен от океана. Где-то в глубине он не является чем-то отдельным, потому что это нечто иное, как вода при определенной температуре. Разли-чие между океанской водой и айсбергом не в их природе - естествен-но, они есть одно и то же. Разница только в температуре. И когда встает солнце, когда воздух становится теплым, айсберг начинает таять. Затем айсберга больше нет; он растаял. Теперь вы не можете най-ти его, потому что в нем нет индивидуальности, в нем нет центра. Он стал с океаном единым целым.

Между вами и Буддой, между теми, кто критикует Иисуса, и Иисусом, между Кришной и Арджуной нет, по существу, никакой разницы. Арджуна подобен айсбергу, а Кришна подо-бен океану. В их природе нет никаких различий. Оба есть одно и то же, но Арджуна имеет форму, имя - индивидуальность, изолированное существова-ние. Он ощущает это «Я есть».

Благодаря методам центрирования температура будет меняться, айсберг будет таять, а затем различий уже не будет. Это ощущение себя океаном и есть самадхи; это бытие в ви-де айсберга есть ум. А почувствовать себя океаном есть не-ум.

Центрирование есть всего лишь проход, точка трансформирова-ния, начиная с которой айсберга больше нет. Раньше не было ника-кого океана - только айсберг. После этого нет никакого айсберга - только океан. Ощущение себя океаном и есть самадхи: это ощущение се-бя

тождественным с единым целым.

Но я не сказал думать, что вы есть тождество с единым целым. Вы можете думать, но мышление существует до центрирования; это не реализация. Вы не знаете - вы только слышали, вы читали. Вы желаете, чтобы когда-то это случилось и с вами, но вы еще не ре-а-ли-зо-ва-ли-сь. Перед центрированием вы можете продолжать думать, но эти размышления бесполезны. После центрирования думающего больше нет. Вы знаете! Это случилось! Вас больше нет; есть только океан. Центрирование - это метод. Самадхи - это результат.

Ничего не сказано о том, что случается в самадхи, потому что ничего и нельзя сказать. А Шива чрезвычайно научен. Его совсем не интересуют разговоры. Он телеграфичен; он не использует ни единого лишнего слова. Поэтому он просто намекает: «Переживание, бла-го-сло-ве-ние, со-бы-тие». И не только это, а иногда он просто скажет: «Тогда». Он скажет: «Центрируйся между двумя дыханиями и тогда». А затем он остановится. Затем иногда он просто скажет: «Будь в середине, ровно посередине между двумя крайностями и это».

Это все признаки: это, тогда, переживание, благословение, со-бы-тие, взрыв. Но после этого он полностью умолкает. Почему? Нам бы хотелось, чтобы он сказал что-нибудь еще.

Здесь две причины. И первая: это не может быть объяснено. Почему это нельзя объяснить? Имеются мыслители - например, современные позитивисты, аналитики язы-ка и ряд других в Европе, - которые говорят, что-то, что может быть пережито, может быть и рассказано. И они обосновывают это. Они говорят, что если вы могли пережить это, то по-че-му вы не можете рассказать об этом? В конце концов, что есть переживание? Вы поняли это, так почему же вы не можете сделать это понятным для других? Итак, они утверждают, что если есть какое-то переживание, то оно может быть выражено слова-ми. А если вы не сможете выразить его, то это просто показывает, что переживания не было. Тогда вы бес-тол-ко-вый человек - ваш язык путанный, туманный. И если вы не можете даже выразить это, то вы, скорее всего, и не в состоянии иметь это переживание.

Опираясь на эту точку зрения, некоторые говорят, что вся рели-гия является обманом. Почему вы не можете выразить это, если вы можете сказать, что вы имели переживание? Их точка зрения при-влекает многих, но их аргументы безосновательны. Если даже отбро-сить религиозные переживания, то обычные переживания также не могут быть объяснены и выражены - очень простые переживания.

У меня болит голова, и если вы никогда не испытывали головную боль, то я не смогу объяснить вам, что это значит. Это не значит, что я бестолковый; это не значит, что я толь-ко думаю об этом, а самого переживания не имею. Головная боль есть. Я испытываю ее во всей ее тотальности, во всей ее болезненности. Но если вы не испытывали головную боль, это не может быть объяснено, это невозможно выра-зить вам. Если вы тоже испытывали ее, тогда, конечно, это не про-блема, это может быть выражено.

Трудности Будды заключаются в том, что он должен говорить с не-буддами - не с не-буддистами, потому что не-буддисты тоже мо-гут быть буддами. Иисус не является будди-стом, но он - будда. По-скольку Будда должен общаться с теми, кто не имел должного пе-ре-живания, то имеются некоторые трудности. Вы не знаете, что такое головная боль. Имеется много людей, не знающих, что такое головная боль. Они только слышали слово; оно для них ничего не значит.

Вы можете говорить со слепым о свете, но ничего ему не сообщите. Он слышит слово 'свет', он слышит объяснения. Он может понять всю теорию света, и все же слово 'свет' ему ничего не сообщает. Пока он не сможет иметь переживание, связь с ним невозможна. Так что запомните это: общение возможно только в том случае, если обща-ются лица, имеющие один и тот же опыт, одни и те же переживания.

Мы в состоянии общаться в обычной жизни, потому что наши переживания аналогич-ны.

Но и здесь, если мы проявим педантизм, мы встретимся с трудностями. Я говорю, что небо голубое, и вы тоже говорите, что небо голубое, но на основании чего мы решим, что мое ощущение голубого и ваше ощущение голубого есть одно и то же? Это невозможно.

Возможно, я смотрю на один оттенок голубого, а вы смотрите на другой оттенок, но то, на что я смотрю внутри, то, что я переживаю, не может быть передано вам. Я могу просто сказать «голубое». Вы также говорите «голубое», но голубое имеет тысячи оттенков - и не только оттенков: «голубое» имеет тысячи значений. В моей структуре ума голубое может означать одно. Для вас оно может означать что-то другое, потому что слово «голубое» это не значение. Значение слову всегда придает ум. Так что даже при одинаковых переживаниях общение является затрудненным.

Более того, имеются переживания, которые лежат за пределами всего. Некто, например, влюблен. Он что-то переживает. Вся его жизнь поставлена на карту, но он не может объяснить, что с ним случилось, что с ним происходит. Он может плакать, он может петь, он может танцевать; это признаки того, что что-то с ним случилось. Но что с ним случилось? Если с кем-то случается любовь, то, что с ним на самом деле случается? А любовь не является чем-то необычным. Так или иначе, она случается с каждым. Но до сих пор мы все еще не в состоянии выразить, что при этом происходит внутри.

Имеются люди, которые испытывают любовь как горячку, как некоторый вид болезни. Руссо говорит, что юность не является вершиной человеческой жизни, потому что юность подвержена болезни, называемой любовью. Пока человек не станет достаточно старым, чтобы любовь потеряла для него значение, ум будет в смущении и растерянности. Так что мудрость возможна только в очень глубокой старости. Любовь не позволит вам быть мудрым - таково его мнение. Есть и другие, кто может думать по-другому. Те, кто действительно мудр, ничего не говорят о любви. Они ничего не скажут - потому что чувство настолько бесконечное, настолько глубокое, что язык должен будет предать его. А если чувство и выражено, то сделавший это будет испытывать чувство вины, потому что никто не может судить о чувстве бесконечного. Поэтому он будет молчать: чем глубже переживание, тем меньше возможностей его выражения.

Будда ничего не говорил о Боге не потому, что Бога нет. А те, кто очень много говорит о Боге, на самом деле показывают, что они не имели этого переживания. Будда молчит. Всегда, когда он приходил в какой-нибудь город, он объявлял: «Пожалуйста, не спрашивайте меня ничего о Боге. Вы можете спрашивать о чем угодно, но только не о Боге».

Ученики, пандиты, ученые мужи, которые не имели реального переживания, но имели знания, начали говорить о Будде и порождали слухи, говоря: «Он молчит, потому что он не знает. Если он знает, то почему же он не говорит?» А Будда смеялся. Этот смех могли понимать только очень немногие.

Если нельзя выразить любовь, то, как же можно выразить Бога? Тогда любое выражение является вредным - и это первое. Вот почему Шива ничего не говорит о переживании. Он доходит до точки, где в качестве признака может быть использован даже палец - или тогда, это, переживание - и после этого он молчит.

Вторая причина заключается в следующем: даже если это может быть выражено некоторым образом, даже если это может быть выражено только частично - даже если это вообще не может быть выражено, то, в действительности, возможно создать некоторые параллели, которые могут помочь. Но и их Шива не использует, и этому есть причина. Это потому, что наш ум является слишком алчным, и когда он слышит что-либо об этом переживании, он цепляется за это. А затем ум забывает о методе и помнит только о переживании, потому что метод требует усилий - длительных усилий, которые иногда бывают утомительными, иногда опасными.

Необходимы длительные непрерывные усилия.

Итак, мы забываем о методе. Мы помним результат, и мы продолжаем воображать, желать, жаждать результата. А человек очень легко может обмануть себя. Он может вообразить, что результат уже достигнут.

Несколько дней назад здесь был один человек. Он санньясин - старый человек, очень старый человек. Он принял санньясу тридцать лет назад; сейчас ему около семидесяти. Он пришел ко мне и сказал: «Я пришел задать несколько вопросов, я хочу узнать что-то».

И я спросил его: «Что вы хотели узнать?»

Вдруг он изменился. Он сказал: «Нет, на самом деле я не хотел ничего узнать - просто повидать вас, потому что все, что я мог узнать, я уже знаю».

В течение тридцати лет он воображал, желал - желал благословения, божественного переживания, - и теперь, в этом старческом возрасте, он стал слабым и смерть его близка. Теперь он создает иллюзию, что он имел переживание. Поэтому я сказал ему: «Если вы имели переживание, то помолчите. Побудьте со мной несколько минут, потому что нет никакой нужды в разговорах».

Тогда он стал беспокойным. Он сказал: «О'кей! Тогда предположим, что у меня не было переживания. Тогда скажите мне что-нибудь».

Поэтому я сказал ему: «Для меня нет возможности что-либо предполагать. Вы или познали, или не познали. Так что проясните это для себя. Если вы познали, то сохраняйте спокойствие. Побудьте здесь несколько минут и уходите. Если вы не познали, то уясните это. И так мне и скажите».

Он был озадачен. Он пришел спросить о каких-нибудь методах. И он сказал: «Я, на самом деле, не имел переживания, но я так много думал об Ахам Брахмасми - я есть Брахма, - что иногда я забываю, что я только думал об этом. Я повторял это так часто, днем и ночью, в течение тридцати лет непрерывно, так что иногда я полностью забываю, что я не познал этого. Это всего лишь заимствованные слова».

Трудно все время помнить, что есть знание, а что есть переживание. Они смешиваются; они перепутываются друг с другом. И очень легко ощутить, что ваше знание стало вашим переживанием. Человеческий разум такой обманчивый, такой коварный, что это возможно. В этом другая причина того, что Шива ничего не говорит о переживании. Он ничего не скажет об этом. Он продолжает говорить о методах, оставаясь в полном молчании относительно результатов. Вы не можете быть обмануты им.

Это одна из причин того, что эта книга, одна из величайших книг, остается полностью неизвестной. Эта Вигьяна Бхайрава Тантра является одной из самых выдающихся книг в мире. Ни Библия, ни Веды, ни Гита не имеют такого значения, но она остается полностью неизвестной. В чем причина? Она содержит только простые методы, не давая вашей личности возможности прицепиться к результату.

Уму хочется прицепиться к результату. Ум не интересуется методом; он интересуется конечным результатом. И если вы сможете обойти метод и достигнуть результата, то ум будет чрезвычайно счастлив.

Кто-то спросил меня: «Зачем столько много методов? Кабир сказал 'Сахадж самадхи бхали - будь естественным'. Естественного экстаза достаточно, так что нет нужды в методах».

Я сказал ему: «Если вы достигли сахадж самадхи - естественного экстаза, - тогда, конечно, все методы бесполезны; в них нет необходимости. Зачем же вы пришли сюда?»

Он сказал: «Я еще не достиг, но мне кажется, что сахадж: - естественность - лучше».

«Но почему вы думаете, что естественность лучше?» - сказал я. В силу того, что никакие методы не предлагаются, ум чувствует себя хорошо - ведь ничего не надо делать и без всяких

усилий вы можете иметь все!

Из-за этого на Западе сейчас такое увлечение дзэном - потому что дзэн утверждает, что все достигается без усилий; не нужно никаких усилий. Дзэн прав; в усилиях необходимости нет. Но помните, для того чтобы достичь этой точки без усилий, вам необходимы очень длительные усилия. Для того чтобы достичь состояния, когда усилия не нужны, достичь состояния, когда вы можете ничего не делать, нужны будут длительные усилия. Но по-верхностные утверждения о том, что дзэн считает, что не нужно никаких усилий, стали очень привлекательными на Западе. Если никаких усилий не нужно, то ум говорит: это правильно, потому что вы можете делать это, ничего не делая. Но никто не может делать это.

Судзуки, который сделал дзэн известным на Западе, принес этим пользу, но и вред. И вред будет ощущаться еще очень долго. Он был очень правильный человек, один из настоящих людей этого века, и в течение всей своей жизни он боролся за то, чтобы донести учение дзэн до Западе. И один, своими собственными усилиями, он сделал это учение известным на Западе. И теперь это мода; у дзэна имеются друзья по всему Западу. Ничто сейчас не является более привлекательным, чем дзэн.

Но что-то здесь упущено. Привлекательность имеет место только потому, что дзэн утверждает, что никакие методы не нужны, никакие усилия не нужны. Вы не должны ничего делать; все расцветет самопроизвольно.

Это правильно - но вы не естественны, так что это никогда не расцветет в вас. Быть естественным... Это кажется абсурдным и противоречивым, потому что для того, чтобы вы стали естественными, необходимо много методов - для того, чтобы вы стали чистыми, для того, чтобы вы стали невинными, а уж затем и естественными. В противном случае вы не сможете быть естественными ни в чем.

Вигьяна Бхайрава Тантра была переведена на английский язык Полом Репсом. Он написал прекрасную книгу «Плоть дзэн, кости дзэн» и в приложении к ней включил Вигьяну Бхайраву Тантру. Вся книга посвящена дзэну и только в приложение он поместил и эту книгу, все сто двенадцать методов, назвав ее предшественницей дзэна. Многим последователям дзэна это не понравилось, они говорили: «Дзэн говорит, что не нужно никаких усилий, а в этой книге говорится только об усилиях. Эта книга имеет отношение только к методам, а дзэн утверждает, что методы не нужны, усилия не нужны. Так что эта книга является антагонистом дзэна, а не его предшественницей». На первый взгляд они кажутся правыми, но если посмотреть глубже, то это не так, потому что для того, чтобы достигнуть естественного существования, необходимо пройти очень долгий путь.

Когда к одному из учеников Гурджијева, Успенскому, приходили люди и спрашивали его о пути, он говорил: «Мы ничего не знаем о пути. Мы показываем только некоторые тропинки, которые ведут к пути. Путь нам неизвестен». Не думайте, что вы уже на пути. Даже от пути вы еще далеки. С того места, где вы находитесь, от этой точки, даже до пути еще далеко. Так что сначала вы должны дойти до этого пути. Успенский был очень скромным человеком, а это очень трудно быть одновременно и скромным, и религиозным человеком - очень, очень трудно, потому что раз вы почувствовали, что вы что-то знаете, то вы начинаете сходить с ума. Он всегда говорил: «Мы ничего не знаем о пути. Он очень далек, и сейчас нет нужды даже говорить о нем». Где бы вы ни были, создайте сначала связующее звено, маленький мостик, тропинку, которые приведут вас к пути.

Естественность, непосредственность - сахаджйога - очень далека от вас. В том состоянии, в котором вы сейчас находитесь, вы являетесь всецело искусственными, обработанными и окультуренными. Ничто не является естественным, я подчеркиваю, ничто не является естественным, непосредственным. Когда в жизни все неестественное, как религия может быть

естественной? Когда все неестественно, то даже любовь не является естественной. Даже любовь является сделкой, даже любовь является расчетом, да-же любовь является усилием. Тогда ничто не может быть естествен-ным. И тогда невоз-можным является непосредственное внезапное превращение в космос.

Из того состояния, в котором вы находитесь, из того состояния это невозможно. Преж-де всего, вы должны отбросить всю свою искус-ственность, все свое ложное состояние, все свои выработанные при-вычки, все свои предрассудки. Только тогда возможно естествен-ное пришествие. Эти методы помогут вам прийти в ту точку, начиная с которой ничего не нужно будет делать - достаточно будет вашего существования. Но ум умеет обманывать, и ум легко идет на обман, поскольку это приносит ему утешение.

Шива никогда не говорит ни о каких результатах, только о мето-дах. Запомните это. Де-лайте что-то и может наступить момент, когда больше ничего не будет нужно, когда ваше центральное существо сможет раствориться в космосе. Но этого еще нужно достигнуть. Привлекательность дзэна построена на ложных причинах и то же самое относится и к Кришнамурти, потому что он утверждает, что никакая йога не нужна, никакие методы не нужны. Он, на самом деле, говорит, что нет методов медитации. Он прав.

Он прав, но Шива говорит об этих ста двенадцати методах меди-тации, и Шива тоже прав. И что касается именно вас, то Шива прав в большей степени. И если вы должны вы-бирать между Кришнамур-ти и Шивой, то выбирайте Шиву. Кришнамурти для вас бесполе-зен. Можно сказать даже так - в отношении того, чтобы помочь вам, Кришнамурти абсо-лютно не прав. Помните, я сказал «в отношении того, чтобы помочь вам». А он является вредным для вас. Это тоже с точки зрения помощи вам, потому что если вы войдете в его аргу-менты, то вы не достигнете самадхи. Вы придете только к одному заключению, - что методы не нужны. И это опасно. Для вас методы нужны!

Наступит момент, когда методы не нужны, но этот момент для вас еще не наступил. А до этого момента знать что-то, что опережает ваши возможности, опасно. Вот почему Ши-ва молчит. Он ничего не говорит о будущем, о том, что случится. Он просто указывает вам, кто вы такие и что с вами нужно делать. Кришнамурти же разговаривает в терминах, кото-рые не могут быть вами поняты.

Логику можно почувствовать. Логика права; это прекрасно. Будет очень хорошо, если вы сможете помнить логику Кришнамурти. Он говорит, что если вы применяете некото-рый метод, то кто применяет этот метод? Его применяет ум. А как может метод, выпол-няемый умом, растворить ум? Скорее, наоборот, он еще больше усилится; метод усилит ваш ум еще больше. Это превратится в обусловлен-ность, это станет ложью.

Итак, медитация является естественной; вы ничего не можете для нее сделать. А что вы можете сделать для любви? Можете ли вы практиковать какой-нибудь метод для любви? Если вы практикуете его, то ваша любовь будет фальшивой. Это случается, это невозможно практиковать. Если даже любовь нельзя практиковать, то, как можно практи-ковать молитву? Как можно практиковать медитацию?

Логика является точной, абсолютно правильной - но не для вас, потому что, непре-рывно слушая эту логику, вы будете ею обусловле-ны. И те, кто сорок лет слушал Криш-намурти, являются самыми обусловленными из тех, кого я когда-либо встречал. Они ут-вержда-ют, что методов не существует, и они все еще нигде.

Я говорю: «Вы поняли, что методов нет, и вы не практикуете никакой метод, но рас-цвела ли в вас естественность, непосредствен-ность?» Они отвечают: «Нет!»

А если я говорю им: «Тогда практикуйте какой-нибудь метод», то немедленно вмешива-ется их обусловленность. Они говорят: «Мето-дов не существует».

Они не практикуют никакие методы, и самадхи не случается. Но если вы скажете им: «Тогда испытайте какой-нибудь метод», они скажут, что методов нет. Так что они стоят перед дилеммой. Они не продвигаются ни на дюйм и причина в том, что им что-то сказали, что предназначено не для них.

Это то же самое, что учить маленького ребенка сексу. Вы можете учить, но вы будете говорить нечто, что еще не имеет для него значения. И ваше учение будет опасным, потому что вы обусловите его ум. Это не является его потребностью; он не имеет к этому никакого отношения. Он не знает, что такое секс, потому что его железы еще не функционируют, его тело еще не сексуально. Его энергия еще не движется естественным биологическим образом к сексуальному центру, а вы говорите с ним об этом. Раз у него есть уши, то вы думаете, что его всему можно научить? Если он может кивать головой в знак согласия, то вы можете научить его чему угодно?

Вы можете учить, и ваше учение может стать опасным и вредным. Секс еще не является его запросом, он не представляет для него никакой проблемы. Он еще не достиг той точки зрелости, когда секс имеет значение. Подождите! Когда ему это станет нужным, когда он повзрослеет и когда он начнет задавать вопросы, тогда и учите его. И никогда не говорите больше того, что он может понять, потому что это лишнее станет тяжелой ношей в его голове. То же самое справедливо и по отношению к медитации.

Вы можете научить только методам, а не результатам. Результат - это прыжок. А без построения опоры при помощи методов этот прыжок будет просто игрой вашего воображения. И тогда вы навсегда потеряете методы.

Это подобно тому, как маленькие дети делают уроки по арифметике. Они всегда могут посмотреть в конец книги и узнать ответ. Ответ здесь; ответ приведен в конце книги. Они могут прочитать вопрос, а затем отправиться в конец книги и узнать ответ. А когда ребенок знает ответ, для него очень трудным становится изучение метода, потому что ему кажется, что в этом нет необходимости. Когда он уже знает ответ, у него нет больше никаких потребностей.

В действительности, он будет делать все в обратном порядке. Тогда при помощи какой-то лжи, при помощи псевдометода он получит результат. Он знает реальную вещь, он знает результат, поэтому он может получить этот результат путем создания некоторого ложного метода. И в религии это случается так часто, что создается впечатление, что по отношению к религии все ведут себя как дети.

Наличие ответа является для вас вредным. Есть вопрос, есть метод и ответ должен быть получен вами. Никто другой не должен дать вам ответ. Настоящие учителя не помогают вам узнать ответ до выполнения самого процесса поиска, они просто помогают вам пройти через этот процесс. Фактически, если вы даже узнали что-то, если вы даже украли где-то ответ, они скажут вам, что он является неправильным. Он может и не быть неправильным, но они скажут: «Это неправильно. Отбросьте это - в этом нет необходимости». Они будут препятствовать узнаванию вами ответа, прежде чем вы реально не подойдете к постижению его. Вот почему не даются никакие ответы.

Возлюбленная Шивы, Дэви, задала ему вопросы. Он дает простые методы. Есть вопрос, есть метод. Ответ оставлен для вас, чтобы вы выработали его, чтобы вы прожили его.

Так что запомните, центрирование является методом, а не результатом. Результатом является космическое, океаническое переживание. Тогда центра больше нет.

Второй вопрос:

Вы говорили, что если кто-то может по-настоящему любить, то достаточно одной любви и тогда сто двенадцать методов медитации не нужны. И судя по тому, как вы описывали ис-

тинную любовь, я чувствую, что я действительно люблю, я верю в это. Но блаженство, которое я испытываю от медитации, лежит совсем в другом измерении, чем то глубокое удовлетворение, которое я получаю от любви. Я и без медитации не могу существовать. Так объясните, пожалуйста, как может быть достаточно одной любви без медитации.

Нужно будет понять многое. Первое: если вы действительно любите, у вас совсем не будет потребности в медитации - поскольку любовь является таким тотальным наполнением, что вы никогда не ощущаете, что вам чего-то недостает, что нужно заполнить какой-либо промежуток, что вы нуждаетесь в чем-нибудь еще. Если вы чувствуете, что вам требуется что-то еще, то имеется некоторый промежуток. Если вы чувствуете, что что-то еще должно быть сделано и пережито, то любовь всего лишь ощущение, но не реальность. Я не сомневаюсь в вашей вере, вы можете верить, что вы любите. Ваша вера является подлинной, вы никого не обманываете. Вы ощущаете, что вы любите, но симптомы показывают, что это не так.

Что является симптомами состояния любви? Три вещи. Во-первых, абсолютное удовлетворение. Вам ничего больше не нужно; не нужен даже Бог. Во-вторых, нет будущего. Непосредственно момент любви является вечностью. Нет следующего момента, нет будущего, нет завтра. Любовь случается в настоящем. И третье: ваше существование прекращается, вас больше нет. Если вы еще существуете, то вы еще не пошли в храм любви.

Если случаются все эти три вещи... Если вас нет, то кто же собирается медитировать? Если будущего нет, то все методы становятся бесполезными, потому что методы предназначены для будущего, для результата. И если в этот самый момент вы удовлетворены, абсолютно удовлетворены, то где мотивация к тому, чтобы что-то делать?

В психологии существует школа, а это одно из наиболее существенных течений современной мысли, - у основания которой стоит Вильгельм Райх. Он утверждает, что любое душевное заболевание возникает от недостатка любви. Из-за того, что вы не можете ощущать глубокую любовь, из-за того, что вы не можете быть в ней тотально, эта ненаполненность требует наполнения во многих измерениях.

Когда я говорю, что если вы можете любить, то ничего больше не нужно, я не имею в виду, что тогда любви достаточно, я говорю, что раз вы глубоко любите, то любовь становится дверью - так же, как и любая медитация. Что делает медитация? Эти же три вещи: она создает удовлетворение; она позволяет вам оставаться в настоящем, она помогает вам остаться в настоящем; и она разрушает ваше эго. Медитация должна делать эти три вещи - любимым методом. Так что в данном случае можно сказать так: любовь является естественным методом. Если этот естественный метод упущен, то должны применяться другие, искусственные, методы.

Но человек может чувствовать, что он влюблен; тогда эти три вещи будут для него критерием. Он будет думать, что их следует сделать пробным камнем, мерой, и он будет наблюдать, имеют ли место эти три вещи. Если они не наблюдаются, то его ощущения могут быть чем угодно, только не любовью. А ощущение любви - это великая вещь, это может оказаться многим другим. Это может быть страстное желание; это может быть просто секс; это может быть просто склонность к обладанию. Это может быть просто завладением кем-то другим, потому что вы не можете быть одинокими, и вы нуждаетесь в ком-то, потому что вы боитесь и вам нужна безопасность. Присутствие другого помогает вам быть в безопасности. Или это могут быть просто сексуальные взаимоотношения.

Энергия нуждается в выходе. Энергия все время накапливается и тогда она становится тяжелой ношей. Вы должны сбросить ее и освободиться, расслабиться. Так что ваша любовь может быть просто таким освобождением. Любовь может быть многосторонней, и она действительно является многими другими явлениями, И обычно любовь бывает очень многим, но не любовью. Для меня, например, любовь есть медитация. Так что попробуйте это: будьте в

медитации с вашим любимым. Когда бы ни присутствовал, любимиый вами, или любящий вас, - будьте в глубокой медитации. Сделайте это совместное пребывание состоянием медитации.

Обычно вы делаете совершенно противоположное. Когда любовники вместе, они сражаются. Когда они разлучены, они думают друг о друге, а когда они вместе, они сражаются. Когда они снова разлучаются друг с другом, они снова думают друг о друге. Когда они сходятся вместе, снова начинается сражение. Это не любовь!

Итак, я предлагаю следующее. Сделайте присутствие вашего любимого или любимой медитативным состоянием. Будьте молчаливы. Оставайтесь близко друг к другу, но не разговаривайте. Используйте присутствие другого для устранения ума; не думайте. Если вы думаете, когда ваш любимый с вами, то он для вас отсутствует. Как вы можете быть с ним? Вы оба здесь, но между вами мили расстояния. Вы думаете свои мысли, ваш любимый думает свои мысли. Это только кажется, что вы близко, но это не так - потому что два думающих ума полярны друг другу.

Реальная любовь означает прекращение мыслительных процессов. В присутствии любимого полностью перестаньте думать; только тогда вы будете рядом. Тогда, внезапно, вы превращаетесь в единое целое, тогда тела не разделяют вас. Тогда где-то в глубине тела ломаются барьеры. Молчание ломает барьеры - это первое.

Сделайте ваши взаимоотношения священными. Когда вы действительно любите, объект любви становится божественным. Если это не так, то знайте, что это не любовь; это невозможно. Любовные отношения не являются мирскими отношениями. Но испытывали ли вы когда-нибудь благоговение к своему любимому? Вы, возможно, испытывали многое другое, но не благоговение.

Это кажется невероятным, но Индия испытала много, много путей... Вот почему Индия настаивает на том, что любовные взаимоотношения являются священными, а не мирскими отношениями. Любимые становятся божественными. Вы не можете смотреть на них ни-каким другим образом.

Хотелось бы мне знать, испытывали ли вы когда-либо благоговение к своей жене? Вам это кажется неуместным - благоговение к своей жене? Здесь нет вопросов. Вы можете осуждать ее, вы можете чувствовать к ней что угодно, но только не благоговение. Отношения между вами являются просто мирскими; вы используете друг друга. Жена может утверждать, что она уважает своего мужа, но я не встречал ни одной жены, которая бы действительно уважала его. Обычно, поскольку есть некоторое соглашение об уважении к мужу, жена все время говорит, что она уважает его так, что даже не может произнести его имени. Не потому, что она уважает, не потому, что она не может произнести что-либо, просто она не произносит его имя по традиции.

Благоговение - это второе. В присутствии любимого или любящего вас испытывайте благоговение. Если вы не сможете увидеть божественное в вашем любимом или в любящем вас, то вы не сможете увидеть его ни в чем другом. Как сможете вы увидеть божественное в дереве, когда между вами не существует никаких взаимоотношений? Когда не превалирует глубокая интимность, то, как вы сможете увидеть его в скале или в дереве? Они не имеют к вам отношения. Если вы не сможете увидеть божественное в человеке, которого вы любите, если в нем не ощущается Бог, то он не будет ощущаться и ни в чем другом. И если вы сможете почувствовать его здесь, то рано или поздно вы почувствуете его везде - поскольку раз дверь уже открыта, раз вы увидели проблеск божественного в ком-либо, то вы уже сможете забыть, что это всего лишь проблеск. И тогда все становится дверью. Вот почему я говорю, что сама любовь является медитацией.

Так что не противопоставляйте - или любовь, или медитация. Я не это имел в виду. Не пытайтесь выбрать или любовь, или медитацию. Любите медитативно или медитируйте с

любовью. Не создавайте никакого разделения. Любовь есть очень естественное явление, и вы можете использовать ее как средство. И тантра использует ее как средство - тантра использует как средство не только любовь, но и секс. Тантра утверждает, что в глубоком половом акте вы можете медитировать более легко, чем в каком-либо другом состоянии ума, потому что это естественный, биологический экстаз. Но все, что известно о половом акте, имеет очень извращенный вид. И когда говорят о таких вещах, вы чувствуете беспокойство, потому что, то, что вы знаете под именем секс, сексом не является. Это только его тень, поскольку все общество всегда настраивало ваш ум против секса.

Все являются подавленными, так что естественный секс невозможен. И когда бы вы ни участвовали в половом акте, в вас всегда присутствует глубокое чувство вины. Это ощущение вины становится барьером и из-за этого теряется одна из величайших возможностей. Вы могли бы использовать ее для глубокого проникновения в самого себя.

Тантра утверждает, что в половом акте следует быть медитативным. Ощущайте все явление, как единое целое; не испытывайте чувство вины. Испытывайте, скорее, блаженство от того, что природа дала вам средство, посредством которого вы можете немедленно пойти в глубокий экстаз. И тогда будьте в нем тотально свободными. Не сдерживайтесь, не сопротивляйтесь. Пусть вас полностью охватит сексуальное общение. Забудьте о себе, отбросьте все сдерживающие факторы. Будьте абсолютно естественными, и тогда глубоко в своем теле вы ощутите музыку.

Когда оба тела становятся единой гармонией, то вы полностью забудете о своем существовании - и все же вы будете существовать. Тогда вы забудете о своем «я»: тогда не будет никакого «я», просто одно существование играет с другим, одно бытие с другим. И две сущности превращаются в одну. Тогда процесс мышления остановится; будущее будет отброшено, и в этот самый момент вы будете в настоящем. Без какого-либо чувства вины, без каких-либо запретов сделайте это медитацией, и тогда секс будет преобразован. Тогда секс сам станет дверью.

Если секс становится дверью, то вдруг секс перестает быть сексуальным. И наступает момент, когда секс уходит - остается только благоухание. Это благоухание и есть любовь. А потом исчезает даже это благоухание, и тогда то, что остается, и есть самадхи.

Тантра утверждает, что ничто не должно рассматриваться как враг. Каждая энергия является дружественной; нужно только знать, как ее использовать. Так что не делайте никакого выбора. Преобразуйте вашу любовь в медитацию и преобразуйте вашу медитацию в любовь. Тогда вы скоро забудете про слова и узнаете реальные вещи, которые не являются словами. Слово 'любовь' не является любовью, слово 'медитация' не является медитацией, а слово 'Бог' не является Богом. Это только слова. И если вы сможете проникнуть в их смысл, то Бог, медитация и любовь станут единым, одним и тем же.

Еще один вопрос:

В чем причины человеческой нечувствительности и как устранить ее?

Когда ребенок рождается, он беспомощен. Особенно беспомощен ребенок человека, он полностью беспомощен, от других зависит, останется ли он вообще живым. Эта зависимость является сделкой. В этой сделке ребенок должен отдать многое, в частности, чувствительность. Ребенок является чувствительным; все его тело является чувствительным. Но он беспомощен, он не может быть независимым; он зависит от родителей, от семьи, от общества; он должен быть зависимым. Из-за этой зависимости и беспомощности родители, общество все время совершают над ребенком насилие, и он вынужден уступать. В противном случае он не сможет остаться живым, он умрет. Так что в этой сделке он должен отдать многое.

Первым и самым существенным является чувствительность: он должен оставить ее. Почему? Поскольку чем больше ребенок чувствителен, тем больше он в опасности, тем более он уязвим. Малейшее ощущение, и он начинает плакать. Плач должен быть остановлен родителями, но они ничего не могут сделать. И если ребенок все время чувствует каждую деталь своих ощущений, он становится неудобным. Ребенок становится неудобным, поэтому родители вынуждены уменьшать его чувствительность. Ребенок должен учиться сопротивляться, ребенок должен учиться контролировать себя. И постепенно ребенок разделяет свой ум на две части. Появляется много ощущений, которые он просто перестает ощущать, потому что они «плохие» - за них его наказывают.

Все тело ребенка является эротичным. Он может получать удовольствие от своих пальцев, он может наслаждаться своим телом, все тело является эротичным. Он все время исследует свое собственное тело; для него это великое явление. Но в его исследованиях придет время, когда он доберется до половых органов. И это превратится в проблему, потому что и его мать, и его отец уже находятся под каким-то давлением. В тот момент, когда ребенок, мальчик или девочка, прикоснется к своим половым органам, родители становятся беспокойными. Этот момент нужно глубоко исследовать. Их поведение внезапно изменяется, и ребенок замечает это. Случилось что-то неправильное. Они начинают кричать: «Не трогай!» Тогда ребенок начинает чувствовать, что с его половыми органами что-то не так, он должен подавлять себя. А половые органы являются самой чувствительной частью вашего тела - наиболее чувствительной, наиболее живой частью вашего тела, наиболее деликатной. Раз нельзя прикасаться к половым органам и наслаждаться ими, то вы убиваете сами источник чувствительности. Тогда ребенок станет нечувствительным. Чем больше он будет расти, тем больше он будет становиться нечувствительным.

Итак, прежде всего сделка - необходимая, но вредная. И в тот момент, когда вы начнете это понимать, эта сделка должна быть отброшена, и вы должны будете восстановить свою чувствительность. Второй причиной этой сделки является безопасность.

Я был со своим другом много лет; я жил в его бунгало. В самый же первый день я заметил, что он не смотрит на своих слуг. Он был богатый человек, но он никогда не смотрел на своих слуг, он никогда не смотрел на своих детей. Он бегом направлялся в свое бунгало, затем он бегом направлялся из бунгало в автомобиль. Поэтому я спросил его: «В чем дело?»

Он сказал - «Если вы смотрите на своих слуг, то они начинают испытывать дружеские чувства, а затем они начинают просить деньги, то, это. Если вы разговариваете со своими детьми, то вы уже не хозяин, вы не можете управлять ими». Итак, он создал вокруг себя фасад нечувствительности. Он боялся, что если он поговорит со слугой, если он заметит, что слуга болен, если он будет симпатизировать ему, то он должен будет дать ему денег или оказать какую-нибудь другую помощь.

Все, рано или поздно узнают, что быть чувствительным уязвимо со многих точек зрения. Вы заталкиваете себя внутрь, вы создаете вокруг себя барьер, который является охраной - мерой безопасности. Тогда вы можете идти по улице... нищие просят подаяние, кругом грязные, безобразные трущобы, но вы ничего не чувствуете, вы ничего не видите. В этом безобразном обществе человек должен соорудить вокруг себя барьер, стену - невидимую, прозрачную стену, - за которой он может спрятаться. В противном случае человек является уязвимым, ему очень трудно будет жить.

Вот откуда возникает нечувствительность. Она позволяет вам жить в этом безобразном мире без всяких беспокойств, но за определенную цену - и эта цена очень велика. Вы чувствуете себя в этом мире спокойно, вы не подвержены возмущениям, но тогда вы не можете войти в божественное, в тотальное, в целое. Вы не можете войти в другой мир. Если для этого

мира хороша нечувствительность, а для того мира хороша чувствительность, то это порождает проблемы.

Если вы действительно интересуетесь вхождением в тот мир, то вы должны будете создать чувствительность, вы должны будете отбросить прочь все эти стены, эти меры безопасности. Вы, конечно, станете более уязвимым, и вы будете испытывать больше страданий, но эти страдания ничто по сравнению с тем блаженством, которого вы достигнете благодаря чувствительности. Чем более чувствительным вы станете, тем в большей степени вы будете испытывать со-страдание. Но вы будете испытывать страдание, потому что вокруг вас ад. Вы закрыты - поэтому вы и не чувствуете этого. Если вы станете открытыми, то вы откроетесь и тому и другому: и аду этого мира, и небесам этого мира. Вы будете открытыми и тому и другому.

И невозможно оставаться открытым в одном отношении, и закрытым - в другом, потому что, на самом деле, вы или открыты, или закрыты. Если вы закрыты, вы закрыты и к тому и к другому. Если вы открыты, вы открыты к тому и другому. Так что запомните, будда наполнен блаженством, но он наполнен и страданием.

Это страдание не его собственное, это страдание за других. Он в глубоком блаженстве, но он страдает за других. В буддизме Махаяны утверждается, что когда Будда достиг ворот нирваны, привратник открыл их - это миф и прекрасный миф, - привратник открыл ворота, но Будда войти отказался. Привратник спросил: «Почему ты не войдишь? В течение тысячелетий мы ожидаем тебя. Каждый день приходят новости: 'Будда идет, Будда идет!' Все небеса ждут тебя. Входи! Добро пожаловать!»

Будда сказал: «Я не могу войти, пока все другие не войдут до меня. Я подожду! Пока не войдут все человеческие существа, небеса не для меня».

Будда страдал за других. Что касалось его самого, то он был в глубоком блаженстве. Вы видите параллели? Вы в глубоком страдании, но вам кажется, что все другие наслаждаются жизнью. С Буддой происходит совершенно противоположное. Он теперь в глубоком блаженстве, но он знает, что все еще страдают.

Эти методы являются методами устранения этой нечувствительности. В дальнейшем мы более подробно поговорим о том, как устранить ее.

Достаточно.

Глава 15

ВИДЕНИЕ ПРОШЛОГО КАК СНОВИДЕНИЕ

18 ноября 1972 года, Бомбей, Индия

Сутры:

22. Пусть внимание будет в том месте, где ты видишь некоторое прошедшее событие, и даже твоя форма, утратив свои нынешние черты, будет преобразована.

23. Почувствуй перед собой объект. Почувствуй отсутствие всех других объектов, кроме этого.

Тогда, отбросив и чувствование объекта, и чувствование отсутствия объектов, осознай.

24. Когда возникает нерасположение или расположение к кому-либо, не возлагай свое отношение на него, но оставайся центрированной.

Один из великих тантристов нашего века Георгий Гурджиев утверждал, что единственным грехом является отождествление. Следу-ющая сутра, десятая техника центрирования, в которую мы собира-емся проникнуть сегодня вечером, связана с отождествлением. Так что, прежде всего, сделаем кристально ясным, что значит отождеств-ление.

Когда-то вы были ребенком; теперь вы им не являетесь. Кто-то стал юношей, кто-то стариком, а детство осталось в прошлом. Моло-дые годы прошли, но вы все еще отожде-ствляете себя с собой в детстве. Вы не можете смотреть на свое детство, как на случив-шееся с кем-либо другим; вы не можете быть свидетелем своего детства. Когда бы вы ни рассматривали свое детство, вы не в стороне от него, вы с ним единое целое. Когда бы кто-либо ни вспоминал свою моло-дость, он является с ней единым целым.

Теперь, на самом деле, это просто сновидение. И если вы можете смотреть на свое дет-ство, как на сновидение, как на фильм, действие которого разворачивается перед вами, и вы не будете отождествлять себя с ним, вы будете просто свидетелем, то вы достигнете весьма тонкого проникновения внутрь себя. Если вы смотрите на свое прошлое, как на фильм, как на сновидение - вы не являетесь частью его, вы вне него... и все же существуе-те, - тогда многое случится. Если вы думаете о своем детстве, вы не в нем - вы не можете быть и нем. Детство есть просто память, просто память о прошлом. Вы остаетесь в сторо-не от него и разглядываете его. Вы отличны от него: вы свиде-тель, наблюдатель. Если вы сможете чувствовать это свидетельствование и рассматривать свое детство, как фильм на экране, то многое случится.

Первое: раз детство стало просто сновидением, которое вы може-те рассматривать, то-гда то, чем вы являетесь в данный момент, за-втра превратится в сновидение. Если вы молоды, то ваша молодость превратится в сновидение. Если вы старик, то ваши старче-ские годы также превратятся в сновидение. Когда-то вы были ребенком; теперь ваше детст-во стало только сновидением, и вы можете наблюдать его.

Хорошо начать с прошлого. Наблюдайте свое прошлое и поста-руйтесь не отождеств-лять себя с ним; станьте свидетелем. Затем наблюдайте будущее, каким бы вы ни вооб-разили это будущее, и по отношению к нему также будьте свидетелем. Тогда вы очень легко сможете наблюдать свое настоящее, потому что вы знаете, что все, что является настоящим в данный момент, было будущим вчера и станет прошлым завтра. Но ваше свидетельствование никогда не находится в прошлом, никогда не находится в будущем. Ваше свиде-тельствующее сознание является неизменным; оно не является час-тью вре-мени. Вот почему все, что случается во времени, становится сновидением.

Запомните также следующее: что бы вы ни видели во сне ночью, вы отождествляете себя с этим, вы никогда не помните во сне, что это сновидение. Только утром, после про-буждения от сна, вы можете сообразить, что это было сновидение, а не реальность. По-чему? По-тому что тогда вы находитесь в стороне, а не в самом сновидении. Тогда меж-ду вами существует промежуток. Имеется некоторое про-странство, и вы можете видеть, что это был сон.

Но чем является ваше прошлое? Имеется промежуток, имеется пространство. По-пробуйте смотреть на него, как на сновидение. Сей-час это сновидение; сейчас это не что иное, как сновидение, потому что так же, как и при сновидении, это становится вашими воспоми-наниями, ваше прошлое - это просто содержимое вашей памяти. Вы не сможете доказать, что-то, о чем вы думаете, как о своем детстве, является не сновидением, а реальностью. Это трудно доказать. Это может быть лишь сновидением, а может быть и реальностью. Память не может подсказать, было это реальностью или сновидением. Пси-хо-логи утверждают, что пожилые люди иногда не делают различия между тем, что они виде-ли когда-то во сне, и тем, что происходило реально.

Дети всегда путают эти вещи. По утрам маленькие дети не видят этой разницы. Все, что

они видят во сне, не является реальным, но они могут плакать из-за игрушки, по-ломавшейся во сне. И вы тоже в течение нескольких мгновений после прерывания сна все еще находитесь под влиянием того, что видели во сне. Если кто-то убивал вас во сне, то даже после того, как ваш сон был прерван, и мы полностью проснулись, ваше сердце все еще бьется часто, ваша кровь циркулирует быстрее. Вы, возможно, все еще потеете, и неуловимое чувство страха все еще парит вокруг вас. Сейчас вы проснулись и сновидения ушли, но вам потребуется несколько минут, чтобы понять, что это было просто сновидение, и ничто иное. Когда вы сможете почувствовать, что это было сновидение, тогда вы будете вне его, и страха больше не будет.

Если вы сможете почувствовать, что прошлое было только сновидением - вы не должны проецировать это и насильно проводить идею о том, что прошлое есть сновидение, это должно быть следствием - если вы сможете наблюдать его; если вы сможете осознавать прошлое, не будучи вовлеченным в него, не будучи отождествленным с ним; если вы сможете стоять в стороне и смотреть на него, то оно станет сновидением. Все, на что вы можете смотреть как свидетель, становится сновидением.

Вот почему Шанкара и Нагарьяна могут говорить, что этот мир является только сновидением. Это не означает, что он действительно является сновидением; они не были ни глупцами, ни простаками, чтобы говорить, что мир на самом деле является сновидением. Говоря это, они имели в виду, что они стали свидетелями, наблюдателями. Даже для этого столь реального мира они стали свидетелями. А раз вы стали свидетелем чего-либо, оно превращается в сновидение. В этом причина того, что мир называется майей, иллюзией. Это не значит, что он не является реальным, это значит, что можно стать свидетелем его. А раз вы стали свидетелем - осознающим это, полностью осознающим, - то все воспринимается вами подобно сновидению, потому что имеется промежуток, и вы не отождествляете себя с происходящим. Но мы продолжаем отождествлять.

Несколько дней назад я прочитал «Исповедь» Жан-Жака Руссо. Это редкая книга. Это, на самом деле, первая книга в мировой литературе, в которой кто-то оголяет себя, полностью обнажается. Какой бы грех он ни совершил, какой бы аморальный поступок ни сделал, он все раскрывает, он тотально обнажается. Но если вы будете читать «Исповедь» Руссо, то вы должны будете почувствовать, что он наслаждается этим; чувствует, что он в приподнятом настроении. Говоря о своих грехах, говоря о своей аморальности, он остается в хорошем настроении, он ликует. Кажется, что он наслаждается этим с большим удовольствием. В начале, во введении, Руссо говорит: «Когда наступит последний день страшного суда, я скажу Богу, я скажу Всемогущему: «Вам не нужно беспокоиться обо мне. Прочитайте эту книгу, и вы узнаете все».

Никто до него не исповедовался так искренне. И в конце книги он говорит: «Всемогущий Боже, вечный Боже, выполни мое единственное желание. Я исповедовался обо всем; позволь теперь собраться большой толпе, чтобы послушать мою исповедь».

Поэтому возникает подозрение, что он мог исповедоваться также и в тех грехах, которые он не совершал. Чувствуется, что он так возбужден и что он так наслаждается всем этим. Он отождествлял себя со своим героем. Он не рассматривал только такой грех, как отождествление. Он отождествлял себя с любым грехом, который он совершал и не совершал, а это единственный грех для тех, кто хорошо знает, как функционирует человеческий ум.

Когда он в первый раз прочитал свою «Исповедь» перед небольшой группой интеллектуалов, он думал, что случится землетрясение, потому что, как он сказал, он был первым человеком, столь искренне исповедовавшимся. Интеллектуалы слушали и становились все более и более обеспокоенными. Руссо очень беспокоился, потому что он думал, что должно произойти нечто чудесное. Когда он кончил, все они испытывали облегчение, но ни один ничего не сказал. В течение нескольких минут было полное молчание. Сердце Руссо было разбито. Он думал, что

он создал очень революционную вещь, потрясающую, историческую, а здесь было просто молчание. Все просто думали о том, как бы выбраться из этого.

Кто интересуется вашими грехами, кроме вас самих? Никто не интересуется вашими добродетелями, никто не интересуется нашими грехами. Человек таков, что он приободряется, он укрепляет свое эго, как своими добродетелями, так и своими грехами. После написания «Исповеди», Руссо начал думать о себе, как о мудреце, как о святом, потому что он исповедовался. Но основной грех остался. Основным грехом является отождествление себя с тем, что случается во времени. Все, что случается во времени, является снопоподобным, и пока вы не отделите себя от этого, пока не перестанете отождествлять себя с этим, вы никогда не узнаете, что такое блаженство.

Отождествление является страданием, неотождествление является блаженством. Эта десятая техника связана с отождествлением.

[Читать полный вариант книги](#)