

ОШО

Йога –
новое
рождение

ОШО



Путь мистика

Бхагаван Раджниш (Ошо)

Йога – новое рождение

ИГ "Весь"

Раджниш (Ошо) Б. Ш.

Йога – новое рождение / Б. Ш. Раджниш (Ошо) — ИГ "Весь",
— (Путь мистика)

Йога – это не религия, не философия, не учение и, конечно же, не физкультура. Йога – это дисциплина внутреннего существа, наука о его становлении и трансформации. Это наведение порядка внутри себя, это усилия, направленные на то, чтобы стать мастером своего существа. В центре внимания этой книги находятся «сутры йоги» Патанджали – основополагающий источник классической йоги. Следуя указаниям Ошо и Патанджали, мы можем прикоснуться к миру йоги и узнать, что она представляет собой на самом деле. Комментируя трактат Патанджали, мастер адаптирует дисциплину йоги для современного человека, делая ее доступной и понятной. Читатели узнают об основных техниках-асанах, о том, как правильно управлять своим телом и дыханием, а также о том, как приблизиться к мироощущению настоящих йогов. «Если вы будете следовать советам Патанджали, шаг за шагом, вы обнаружите внутри себя цветущий сад, а в нем – прекрасные цветы» (Ошо).

© Раджниш (Ошо) Б. Ш.

© ИГ "Весь"

Содержание

Глава 1	6
Глава 2	16
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Ошо

Йога – новое рождение

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

Глава 1

Вступая на путь йоги

Сутры Ошо

Мы живем во власти глубоких иллюзий – иллюзий надежды, иллюзий будущего, иллюзий завтра.

Йога – это способ обрести недремлющее сознание.

Верования подобны одеждам.

Убеждения не меняют вашу суть, вы остаетесь прежними.

Йога экзистенциальна, она дает опыт и возможность эксперимента.

Чтобы ею заниматься, убеждения не нужны, вам нужна лишь смелость. Мы живем в плену иллюзий. У нас есть иллюзия надежды, мы верим в иллюзорное будущее, мы убеждены в том, что наступит завтрашний день. Человек по своей сути не может жить без самообмана. Правда для человека невыносима. Вы должны понять это, потому что без понимания этого факта вы не сможете войти в измерение, называемое йогой.

Необходимо глубоко понять человеческий ум, которому нужны ложь, иллюзии и мечты. Ум несовместим с реальностью, ему нужны сны. Вы спите не только ночью. Даже когда вы бодрствуете, ваше сознание продолжает спать.

Днем ли, ночью ли ваше сознание постоянно переходит из одного состояния в другое: от сна к пробуждению, от пробуждения снова ко сну. Таковы его внутренние ритмы. И мы не только спим во время бодрствования, мы еще и верим в светлое будущее.

Настоящее больше похоже на ад. Вы можете терпеть его лишь благодаря надеждам на будущее. Вы можете жить сегодня, потому что думаете, что у вас есть завтра. Вы надеетесь, что завтра что-то произойдет и откроет вам врата в рай. Они никак не хотят открываться сегодня, а когда наступает завтра, вы ощущаете его как сегодня, и ваш ум уже снова смотрит в будущее. Вы постоянно двигаетесь впереди себя. В этом и состоит сон. Вы не едины с реальностью, находящейся рядом с вами, существующей здесь и сейчас, вы постоянно находитесь где-то в другом измерении, где-то впереди.

И вы придумали множество разных названий для «завтра». Одни называют его небесами, другие употребляют слово *мокиша*, но это всегда будущее. Третьи мыслят в терминах богатства, надеясь когда-нибудь купаться в роскоши. А есть и такие, которые верят в существование рая. Они собираются попасть в него в отдаленном будущем, после смерти. Вы растрчиваете свое настоящее ради того, чего нет. В этом смысле вы продолжаете спать. Вы не можете быть здесь и сейчас. Жить настоящим кажется вам непосильным трудом.

Вы также можете жить прошлым, потому что это снова сон. Вы либо вспоминаете о том, чего уже нет, либо проецируете то, что было в прошлом, на будущее. Будущее – не что иное, как спроецированное прошлое, только ярче, красивее и приятнее. Однако ни прошлого, ни будущего нет. А настоящее есть, но вы все время находитесь где-то в другом измерении. Вот что означает ваш сон.

Йога – это способ обрести недремлющее сознание, это наука быть здесь и сейчас. Йога означает то, что теперь вы готовы. Вы больше не хотите жить будущим, вы отказываетесь от своих надежд, вы больше не бежите впереди вашего существа. Йога обращает вас к реальности как таковой.

Итак, человек может войти в пространство йоги или встать на путь йоги, только если он полностью разочаровался в своем собственном сознании. Если вы все еще надеетесь, что сможете достичь чего-то своим умом, то йога не для вас. Чтобы заниматься йогой, необходимо полнейшее разочарование, осознание того, что ум, который все время что-то проецирует и постоянно на что-то надеется, не может привести вас к чему-то действительно реальному. Он попросту закрывает вам глаза, он отравляет вас, он не позволяет реальности раскрываться перед вами. Он защищает вас от реальности.

Ум подобен наркотику. Он против того, что есть. Поэтому до тех пор, пока вы не разуверитесь в собственном уме, не разочаруетесь в своей жизни, не откажетесь без всяких условий от воспоминаний или надежд, вы не сможете вступить на путь йоги.

Многие интересуются йогой, но мало кто практикует ее по-настоящему, потому что интерес большинства идет от ума. Возможно, прямо сейчас вы надеетесь, что с помощью йоги достигнете каких-либо высот, но тогда вами движет желание чего-то достичь в будущем. Может быть, вы и дойдете до совершенства, ощутите состояние блаженства благодаря идеальному существованию, вы даже можете обрести единство с брахманом или стать *сатиданандой*. Вполне возможно, что именно в стремлении к этому кроется причина вашего интереса к йоге. Если это так, то встреча между вами и путем под названием «йога» не произойдет никогда. Если это так, то вы против йоги, вы движетесь в абсолютно противоположном направлении.

Йога означает отсутствие каких-либо надежд: сейчас нет будущего, сейчас нет желаний. Человек готов познать то, что есть. Ему не интересно то, что может быть, или то, что должно быть. Ему это не интересно! Ему интересно только то, что есть. Потому что только то, что реально, может освободить вас, только реальность может стать для вас освобождением.

Необходимо полнейшее отчаяние. Если вы действительно страдаете, то не стоит на что-либо надеяться, потому что надежда лишь продлит ваши страдания. Надежда – это наркотик. Она приведет вас к смерти. Все ваши надежды ведут лишь к смерти. Они ведут вас именно туда.

Откажитесь от каких-либо надежд. Пусть внутри вас будет абсолютная безнадежность. Нет ни будущего, ни надежды на будущее. Трудно. Чтобы повернуться лицом к реальности, нужна смелость. Но такой момент настает в жизни каждого. Рано или поздно каждый человек чувствует крах всех надежд. Он ощущает полнейшую бессмысленность бытия. Когда он осознает бесполезность всего, что делает, когда он понимает, что, куда бы он ни пошел, он ни к чему не придет, его жизнь теряет всякий смысл. Мгновенно рушатся все надежды, будущего больше нет, и тогда, может быть впервые, он попадает в настоящее, впервые он сталкивается лицом к лицу с реальностью.

Йога – это внутренняя настройка на настоящее, это полный поворот. Когда вы не движетесь в будущее, когда вы не застреваете в прошлом, вы обращаете взгляд внутрь себя, потому что ваше существо пребывает здесь и сейчас. Вы присутствуете здесь и сейчас, вы можете войти в реальность. Но тогда и ум должен быть здесь. Этот момент обозначен первой сутрой Патанджали.

Прежде чем начать разговор о первой сутре, я хочу, чтобы вы уяснили для себя несколько вещей.

Во-первых, йога не является религией, запомните это. Йога не основана на индуизме или на исламе. Йога – это чистая наука, подобно математике, физике или химии. Физика не относится ни к христианству, ни к буддизму. И если христианам удавалось открывать законы физики, то это вовсе не значит, что физика принадлежит христианству. То, что христиане совершали открытия в физике, было делом случая. Физика по-прежнему остается всего лишь

наукой. Йога тоже является наукой. Несмотря на то, что ее случайно открыли индусы, она не стала ответвлением индуизма. Йога – это чистейшая математика внутреннего существа.

Йога принадлежит миру науки, и самым лучшим представителем йоги является Патанджали. Это редкий человек, с ним никто не сравнится. Впервые в истории человечества религия была переведена на научные рельсы. Патанджали превратил религию в науку, вывел законы йоги, в которые не нужно верить.

Так называемая религия требует веры. В целом религии отличаются друг от друга только тем, во что верят их последователи. У мусульман одни верования, у индуистов – другие, у христиан – третьи. Разница лишь в вере. В йоге отсутствует вера вообще, йога не заставляет вас во что-то верить. Йога предлагает вам получить опыт, подобно наукам, основанным на экспериментах. Йога предлагает вам получить опыт. Экспериментирование и получение опыта – это по сути одно и то же, только направления у них разные. Экспериментирование означает исследование снаружи, получение же опыта и его переживание подразумевают внутреннюю работу. Получение опыта – это внутренний эксперимент.

Наука говорит: отбрось веру, сомневайся как можно больше. Однако неверие тоже не нужно, потому что неверие – это разновидность веры. Вы можете верить в Бога, а можете верить в идею отсутствия Бога. Вы можете фанатично заявлять, что Бог существует, и с тем же фанатизмом утверждать, что никакого Бога нет. Атеисты, теисты – все они во что-то верят, а вера не принадлежит миру науки. Наука означает чистое экспериментирование с тем, что есть. Науке не нужна вера.

Итак, второе, о чем вам нужно помнить: йога экзистенциальна, экспериментальна, основана на переживании опыта. Чтобы экспериментировать, нужна не вера, а смелость. И ее вам не хватает. Верить легко, потому что вера никак вас не трансформирует. Вера – это некое приложение к вам, она поверхностна. Ваше существо никак не меняется, вы не проходите через процесс трансформации. Сегодня вы можете быть индуистом, а завтра – христианином. Вы просто меняете Гиту на Библию. Вы могли бы поменять эти книги на Коран. Человек, который вчера держал в руках Гиту, а сегодня держит Библию, остается все тем же человеком. Он лишь поменял веру.

Вера – как одежда. Существенно ничего не меняется, по сути человек остается прежним. Внутри индуисты и мусульмане – похожие люди. Индуист ходит в храм, мусульманин ненавидит храмы. Мусульманин ходит в мечеть, индуист ненавидит мечети, но внутри каждого из них все одно и то же.

Верить легко, потому что ничего не нужно делать: просто надеть на себя ту или иную одежду, как-то украсить себя. В любой момент вы можете снять один наряд и надеть другой. Йога не требует веры. Именно поэтому она так сложна. Она требует усилий, порой самых невероятных. Это экзистенциальный подход. Вы сталкиваетесь с истиной не с помощью веры, а на основе собственного опыта, посредством собственных осознаний и откровений. И это значит, что вам придется полностью измениться. Ваша точка зрения, ваш образ жизни, ваше сознание, ваша психика в том виде, в каком они существуют сейчас, должны быть полностью разрушены. Нужно создать нечто новое. Только являясь обновленным существом, вы можете найти контакт с реальностью.

Поэтому йога – это одновременно и смерть, и новая жизнь. Вы сегодняшние должны умереть, потому что только через смерть может родиться нечто новое. И это новое сокрыто в вас. Вы подобны семени, которому суждено упасть на землю. Земля поглотит семя, и оно умрет. Только тогда в вас родится нечто новое. Ваша смерть станет для вас новой жизнью. Йога – это и то и другое, это и смерть и новая жизнь. Если вы не готовы умереть, то не сможете и возродиться. Поэтому это не вопрос перемены веры.

Йога – это и не философия. Я сказал, что йога не является религией, но я скажу, что йога не является и философией. Это не то, о чем вы можете думать. Йога – это то, чем вы

должны быть, размышления здесь не помогут. Мысли бегут впереди вас. Они не проникают вглубь вашего существа, они не отражают вашу целостность. Мысли – это всего лишь часть, функциональная часть, которую можно обучать. Вы можете спорить, основываясь на логических выводах, вы можете думать рационально, но ваше сердце останется прежним. Сердце – ваш самый глубокий центр, а голова – всего лишь ответвление. Вы можете жить «без головы», но не можете жить без сердца. Ваша основа находится не в голове.

Йога затрагивает все ваше существо, доходит до самых корней. Она не имеет отношения к философии. Поэтому с Патанджали мы не будем думать или размышлять. С Патанджали мы будем познавать конечные законы существования, законы трансформации нашего существа, законы смерти и возрождения, законы существа нового порядка. Вот почему я называю йогу наукой.

Теперь дисциплина йоги.

Нужно понимать каждое слово, потому что у Патанджали нет ни одного лишнего слова. Прежде всего, попытайтесь понять слово «теперь». Оно показывает то состояние сознания, о котором я только что говорил.

Вы разочарованы, надежда покинула вас. Вы, наконец, осознали всю тщетность своих желаний. Ваша жизнь утратила всякий смысл, и, что бы вы ни делали, все это не имеет никакого значения, а будущего просто нет. Вы впали в абсолютное отчаяние – в состояние, которое Кьеркегор назвал мучением. Если вы мучаетесь и страдаете, не зная, что делать, куда идти, на что смотреть, если вы находитесь на грани безумия, самоубийства или смерти, и вся ваша жизнь внезапно стала пустой и никчемной – если такой момент настал, то Патанджали говорит: «Теперь дисциплина йоги». Только теперь вы можете понять науку, называемую йогой. Только теперь вы можете начать дисциплину йоги.

Если такой момент для вас не настал, то, даже изучив йогу и познав ее досконально, вы все равно не станете йогом. Вы можете писать книги о йоге, читать лекции, но вы не будете йогом. Ваше время еще не пришло. Вы можете интересоваться йогой на уровне интеллекта, но йога пуста, если она не является дисциплиной. Йога – это не *шастра* и не писание. Это дисциплина. Ее нужно практиковать. И практиковать не из любопытства или философских изысканий. Йога гораздо глубже. Это вопрос жизни и смерти.

Если вы чувствуете, что запутались, что перед вами больше нет дорог, что будущее темно и неясно, а желания приносят лишь горечь разочарования, и вы уже отчаялись на что-либо надеяться, то пришло время дисциплины под названием йога.

Вы действительно не удовлетворены? Любой из вас скажет «да», но ваше неудовлетворение ложно. Вы можете быть разочарованы чем-то или в чем-то, но вы не полностью разочарованы. Вы все еще на что-то надеетесь. Вы расстроены из-за несбывшихся мечтаний, но ваш взгляд все еще обращен в будущее. Ваше неудовлетворение не тотально. Вы все еще лелеете идею о том, что когда-нибудь будете вознаграждены за нынешние страдания.

Иногда вы чувствуете безнадежность, но эта безнадежность ложна. Вы ощущаете безнадежность, потому что некоторые из ваших надежд не оправдались. Но сама надежда еще не умерла. Вы все еще надеетесь. Ваши надежды приносят вам одно разочарование, но вы пока не разочарованы в надежде как таковой. Если вы разочаровались в самой надежде, то значит, момент настал, и вы можете войти в пространство йоги. Теперь вы можете практиковать дисциплину йоги вместо очередного умствования или интеллектуализации.

Что такое дисциплина? Дисциплина означает наведение порядка внутри себя. Сейчас внутри вас царит полнейший хаос. Внутри вас отсутствует какой-либо порядок.

Однажды к Будде пришел мужчина и сказал (он, наверное, был социальным реформатором, революционером), что абсолютно согласен с Буддой относительно того, что мир полон страданий. Будда никогда не говорил о том, что мир полон страданий. Мужчине Будда ответил:

– Полон страданий ты, а не мир. Жизнь – вот страдание, а вовсе не мир. Страдает человек, а не общество. Страдает сознание, а не мир.

Но революционер продолжал настаивать:

– Мир полон страданий. Я согласен с тобой. Скажи, что мне делать? Я испытываю глубокое сострадание к людям и хочу служить человечеству.

Должно быть, служение было его лозунгом. Будда посмотрел на него и промолчал. В разговор вступил Ананда, ученик Будды:

– Кажется, этот человек искренен. Дай ему наставления. Почему ты молчишь? – обратился он к Будде.

Тогда Будда сказал революционеру:

– Ты хочешь служить миру, но где ты? Я никого не вижу внутри. Я заглядываю в тебя, но там никого нет.

У вас нет центра, и до тех пор, пока вы не почувствуете собственный центр, вы не сможете создать ничего стоящего. Все ваши социальные реформы и революции, все ваши общественные лидеры приносят людям только вред. Без политических деятелей мир был бы лучше. Но они ничего не могут поделать. Они должны быть активными, потому что мир полон страданий. Они не центрированы, поэтому все, что они делают, приводит к еще большим страданиям. Одно лишь сочувствие не поможет, одно лишь служение не приведет ни к чему хорошему. Сострадание, возникающее в центрированном человеке, – совсем другое дело. Сострадание толпы ошибочно. Оно отравлено.

Дисциплина означает способность быть, способность знать, способность учиться. Мы должны понять эти три вещи.

Способность быть. Все позы йоги в действительности относятся не к телу. Они направлены на развитие способности быть. Патанджали говорит: «Если вы сможете просидеть несколько часов, не двигаясь и не разговаривая, то ваша способность быть возрастет». Почему вы двигаетесь? Вы не можете высидеть без движения и нескольких секунд. Ваше тело начинает совершать движения. Где-то чешется, немеют ноги, так много всего начинает происходить, оправдывая ваше неумение просто быть.

Вы не владеете телом. Вы не можете ему приказывать: «В течение часа я не буду двигаться». Тело тут же начнет сопротивляться. Тут же оно заставит вас двигаться, что-то делать, и этому всегда будут причины: например, вам нужно пошевелиться, потому что вас кусает насекомое, – хотя, скорее всего, нет никакого насекомого. Вы не являетесь существом, вы являетесь лишь дрожанием¹ – внутри вас одна суета. Асаны Патанджали, позы на самом деле не связаны с какой-либо физиологической тренировкой, они созданы для совершенствования вашего внутреннего существа, они направлены на развитие умения пребывать, ничего не делая, без движений, без какой-либо активности, просто быть. Подобное пребывание поможет вам центрироваться.

¹ «*You are not a being, you are a trembling...*» (англ.). Здесь *a being* – существительное от глагола «быть». Таким образом, данную фразу можно перевести и так: «Вы не являетесь бытием (пребыванием), вы являетесь лишь дрожанием...» – *Здесь и далее примеч. перев.*

Чем чаще вы подчиняете себе тело, тем более великое существо рождается внутри вас, тем сильнее становится ваша сущность. И помните: если тело не двигается, вам ум тоже бездвиген, потому что ум и тело едины. Они – два полюса одного явления. Тело и ум не существуют отдельно друг от друга. Есть только тело-ум. Ваша личность психосоматична – она одновременно и тело, и ум. Ум – самая тонкая часть тела. Или наоборот, тело – самая плотная часть ума.

Патанджали начинает работу с дыхания, потому что дыхание – это жизнь. Сначала он обращает ваше внимание на тело, затем переходит к *пране*, ко второму уровню существования, к вашему дыханию. И только потом начинается работа с мыслями.

Существует много методов, начинающих работу непосредственно с мыслями. Это не совсем логично и научно, потому что человек, с которым вы работаете, укоренен в теле. Он – *сома*, тело. Научный подход должен начинаться с тела. Прежде всего, нужно изменить ваше тело. И когда оно начнет меняться, то начнет меняться и дыхание. А когда начнет меняться дыхание, тогда начнут меняться и мысли. А когда начнут меняться мысли, то и все ваше существо станет другим.

Тело – самая плотная субстанция, ум – самая тонкая. Не стоит начинать с самого тонкого, потому что это сложнее. Ум неуловим, его нельзя «ухватить». Начните с тела. Вот почему Патанджали начинает с телесных поз. Если вы злитесь, разве сможете вы сидеть расслабленно? – нет. Если вы охвачены гневом, то положение вашего тела будет иным. Когда вы невнимательны или хотите спать, то и поза меняется.

Если внутри вас полнейшая тишина, то вы будете сидеть подобно Будде, вы будете ходить подобно Будде. Если вы ходите подобно Будде, вы ощущаете, как тишина заполняет ваше сердце. Ваша походка, подобная Будде, помогает тишине заполнять все пространство внутри вас, связывая воедино отдельные части. Сядьте под дерево и сидите там, подобно Будде. Просто сидите, *как будто вы* – только тело: неожиданно вы почувствуете, что ваше дыхание изменилось, стало более расслабленным, более гармоничным. Глубокое, гармоничное дыхание поможет вашему уму стать менее напряженным. Меньше мыслей, меньше облаков, больше пространства, больше чистого неба. Вы почувствуете, как тишина разливается внутри вас и окутывает вас снаружи.

Поэтому я говорю, что Патанджали использует научный подход. Если вы хотите изменить тело, то Патанджали советует начать по-другому питаться, потому что вкусовые привычки создают тонкое тело. Если вы любите мясо, то не можете сидеть подобно Будде. Тело невегетарианца будет иным, нежели тело того, кто питается только растительной пищей, потому что тело состоит из еды. Это не случайно. Все, что вы принимаете внутрь, отражается на теле.

Поэтому вегетарианство Патанджали – это не культ, а научный метод. Употребляя мясо, вы не только поглощаете пищу, но и позволяете животному, мясо которого вы едите, войти внутрь вас. Мясо было частью чьего-то тела, мясо было частью определенных инстинктов. Это мясо было животным всего несколько часов назад, оно содержит всю информацию об этом животном, весь его опыт и привычки. Мясо оказывает огромное влияние на ваше отношение ко всему.

Если вы достаточно чувствительны, то, съев какой-либо продукт, вы мгновенно ощутите изменения в теле. Выпив алкоголя, вы меняетесь, ваша новая личность вступает в игру. Алкоголь не может создать личность, но он меняет настройки вашего тела, он меняет химию. С изменением химического состава тела меняется и сознание, а когда меняется сознание, на сцену выходит новая личность.

Метод Патанджали научен, потому что он придает значение всему: еде, состоянию тела; тому, как вы спите; тому, как вы встаете по утрам; в какое время ложитесь спать. Уделяя внимание всему, он превращает тело в чрезвычайно сложное явление, которое является предпосылкой для чего-то высшего. Затем он переходит к дыханию.

Когда вы печалитесь, изменяется ритм вашего дыхания. Просто отметьте это. Попробуйте, вы можете получить прекрасный опыт. Каждый раз, когда на вас накатывает грусть, наблюдайте за тем, сколько раз вы вдохнули и сколько раз выдохнули. Просто отмечайте. Считайте про себя: один, два, три, четыре, пять... На пятом счете заканчивается вдох. Затем на счете десять заканчивается выдох. Понаблюдайте за своим дыханием в течение минуты, чтобы быть точнее в измерениях. Затем, когда почувствуете себя счастливым, начните дышать в ритме грусти – пять, десять – и ваше счастье мгновенно испарится.

То же самое касается и противоположного состояния. Ощувив себя счастливым, отметьте то, как вы дышите, и затем, когда будет грустно, начните дышать в ритме счастья. Грусть тут же улетучится, потому что сознание не может существовать в вакууме. Оно существует в системе, а дыхание является для него самой глубокой системой. Дыхание – это мысль. Остановите дыхание, остановится и мыслительный процесс. Попробуйте. Задержите дыхание на секунду. Мгновенно остановятся и ваши мысли. Процесс нарушен. Мышление – это скрытая часть ощущения дыхания.

Именно это я имею в виду, когда говорю, что метод Патанджали глубоко научен. Патанджали не поэт. Если он советует отказаться от мяса, то делает это не потому, что есть мясо жестоко, нет. Он предлагает это потому, что мясо разрушает ваш организм. На свете есть поэты, которые говорят, что ненасилие прекрасно. Патанджали говорит, что ненасилие полезно для здоровья, ненасилие эгоистично. Вы сострадаете не кому-нибудь, а самому себе.

Он больше заботится о вас и о трансформации. Вы не можете что-либо изменить, лишь просто думая о переменах, вам нужно создать прецедент. Иначе по всему миру одни люди учат других людей любить, а любви нигде нет, потому что нет прецедента. Как вы можете быть любящим, если едите мясо? Употребляя мясо, вы создаете прецедент насилия. А разве может человек, проявляющий насилие, любить? Его любовь будет ненастоящей. Скорее всего, она будет просто особой формой ненависти.

Патанджали не говорит о том, что нужно быть любящим, он помогает вам создать ситуацию, в которой любовь сможет расцвести. Поэтому я и говорю, что его подход научен. Если вы будете следовать его советам, шаг за шагом, вы обнаружите внутри себя цветущий сад, в котором растут прекрасные цветы. Вы даже и не подозревали об их существовании и не смели мечтать. Если изменятся ваши вкусовые предпочтения, если изменится ваше тело, если режим сна станет другим, а также если вы выработаете другие привычки, то увидите, как внутри вас начнет формироваться другая личность. И тогда у вас появится возможность изменить что-то еще. После того, как изменилось что-то одно, может измениться и что-то другое. Постепенно перед вами будут открываться все новые и новые перспективы. Именно поэтому в подходе Патанджали есть логика. Патанджали – не логичный философ, он просто практичный человек, обладающий прекрасной логикой.

Итак, все, что происходит в теле, отражается в уме, и наоборот, ум влияет на тело. Если тело не двигается, и вы можете подолгу сидеть в определенной позиции, если вы можете сказать телу: «не шевелись», то и в уме наступает тишина. На самом деле, первым начинает двигаться ум и вынуждает двигаться тело, потому что, если тело совершает движения, то и ум может работать. Он не способен действовать в обездвиженном теле, ему нужно, чтобы тело двигалось.

Если ваше тело пребывает в покое, если работа ума остановлена, то вы центрированы. Позиция, в которой тело замирает, нужна не только для физиологической тренировки. Не двигаясь и останавливая работу мысли, вы создаете предпосылку для центрирования. В этой ситу-

ации вы можете стать дисциплинированным². Когда вы пребываете в настоящем, когда вы центрированы, когда вы знаете, что значит просто быть, тогда вы можете учиться, потому что в этом состоянии вы приходите к смирению. Вы способны отказаться от своих амбиций. Ложное эго не мешает вам, потому что, пребывая в центре, вы видите, что все эго фальшивы. Вы можете склониться в почтении. Вот тогда и рождается ученик³.

Учеником может стать лишь отважный искатель, который стремится быть центрированным и выстроенным. Это не человек толпы. Он, по крайней мере, прилагает усилия, искренне пытается обрести свою индивидуальность, ощутить свое существо, стать хозяином самому себе. Дисциплина йоги – это усилия, направленные на то, чтобы стать мастером своего существа. В своем нынешнем состоянии вы являетесь лишь рабами огромного количества своих желаний. Внутри вас живет великое множество хозяев, а вы только слуга, которого дергают в разных направлениях.

Йога – это состояние «не-ума», это состояние, в котором ум пребывает в покое. Слово «ум» включает в себя и ваше эго, и желания, и надежды, и жизненную философию, а также религию с ее писаниями. Ум охватывает все эти явления. Все, о чем вы можете думать, все это – ум. Все, что вы уже знаете или когда-нибудь узнаете, а также все, что вообще доступно познанию, – кроется в вашем уме. Остановка ума приводит к отказу от всего, что вы знаете, и от всего, что можно узнать. Это прыжок в неизвестность. Когда ум бездействует, вы пребываете в неизвестности. Йога – это прыжок во что-то непознанное. «Непознанное» – не совсем то слово, скорее «непознаваемое».

Что такое ум? Чем он занимается? Для чего он нужен? Чаще всего мы думаем, что ум – это нечто, существующее в голове. Патанджали с этим не согласен. Да и любой, кому удалось познать свою внутреннюю сущность, с этим не согласится. Даже современная наука теперь смотрит на это явление по-другому. Ум – это не то, что находится в голове. Ум – это всего лишь функция, просто активность.

Вы ходите, я бы даже сказал, вы идете. Что такое ходьба? Если вы остановитесь, что случится с ходьбой? Если вы сядете, куда денется ваша ходьба? Ходьба не является чем-то материальным, это лишь действие. Другими словами, когда вы сидите, никто не станет вас спрашивать: «А куда ты положил ходьбу? Только что ты шел, а теперь ходьба куда-то делась». Вы рассмеетесь и скажете: «Ходьба нематериальна, это просто действие. Я могу ходить. Я могу остановиться и затем снова пойти. Это активность».

Ум – это тоже активность. Но из-за слова «ум», являющегося существительным, мы думаем, что это нечто материальное. Лучше говорить «умствование», так же как мы говорим «ходьба», подразумевая «хождение». Ум означает умствование, мышление. Это действие.

Однажды бодхидхарма прибыл в Китай, и китайский император решил его навестить. У императора был вопрос:

– Мой ум очень беспокоен. Ты великий мудрец. Я так долго ждал тебя. Скажи, что мне делать, чтобы успокоить сознание?

Бодхидхарма ответил:

– Ничего не делай. Для начала принеси мне свой ум.

Император ничего не понял и спросил:

– Что ты имеешь в виду?

Бодхидхарма сказал:

² Здесь имеется в виду: «В этой ситуации вы можете начать себя дисциплинировать и начать учиться». В английском языке слово «дисциплина» обозначает не только определенный стиль поведения, но и обучение как таковое.

³ Ученик – *disciple* (англ.) – человек, соблюдающий определенную дисциплину.

– Приходи сюда в четыре часа утра, когда никого не будет. Приходи один и не забудь принести свой ум.

Император не спал всю ночь. Много раз он решал отказаться от этой затеи: «Похоже, этот человек просто спятил. Что это значит: „Не забудь принести с собой ум?“» Однако в буддизме было столько обаяния, столько харизмы, что император не мог отменить встречу. Его как будто магнитом тянуло к этому человеку. В четыре часа утра он вскочил с кровати со словами: «Будь что будет. Я должен пойти. В этом человеке что-то есть, об этом говорят его глаза. Он, конечно, выглядит немного сумасшедшим, но я все же должен пойти и посмотреть, что будет».

Итак, он пришел. Буддизм сидел, в руке у него был посох. Мудрец сказал:

– Ты пришел. А где твой ум? Ты принес его с собой или нет?

Император ответил:

– Ты говоришь ерунду. Когда я здесь, мой ум тоже здесь, это не то, что я могу забыть где-то. Он во мне.

Тогда буддизм сказал:

– Хорошо. Первый вопрос решен – ум в тебе.

– Да, ум во мне, – произнес император.

Буддизм продолжал:

– Теперь закрой глаза и отыщи его. Как только отыщешь, покажи мне место, где он находится. Я немедленно его успокою.

Император закрыл глаза. Он смотрел и смотрел, смотрел и смотрел. И чем больше он смотрел, тем больше убеждался в том, что ума нет. Ум – это действие. Это не то, на что вы можете указать. И как только он понял это, он тут же осознал и всю нелепость своей просьбы. Если ум нельзя отыскать, то и ничего нельзя с ним сделать. Если это действие, то его нужно просто прекратить. Если ум похож на ходьбу, то нужно просто перестать ходить.

Он открыл глаза, поклонился буддизму и сказал:

– Ум найти невозможно.

– Значит, я успокоил его, – ответил буддизм. – Каждый раз, когда тебе будет плохо, заглядывай в себя – источник твоих бед внутри. Сам взгляд равносителен противоядию от ума, потому что взгляд останавливает мышление. И если ты будешь смотреть внимательно, то вся твоя энергия станет взглядом. Эта же энергия становится движением и мышлением.

Вот что говорит Патанджали:

Йога останавливает ум.

Когда работа ума остановлена, вы входите в пространство йоги. Когда же ум действует, вы находитесь за пределами йоги. Вы можете сидеть в разных позах, но если ваш ум продолжает работать, если вы все время о чем-то думаете, то вы и йога далеки друг от друга. Йога – это состояние «не-ума». Если вы можете войти в это состояние без каких-либо поз, то вы – настоящий йог. Со многими людьми подобные вещи происходят без физических упражнений. Но бывает и так, что человек не испытывает этого состояния, даже практикуя позы в течение многих жизней.

Вам нужно понять одну основную истину: когда вы не думаете, вы пребываете в пространстве йоги – ум останавливается, и все мысли исчезают, подобно облакам на небосклоне, которые только что были, и теперь их нет. Теперь ваше существо подобно ясному небу. Оно всегда внутри вас, только затянуто облаками, скрыто пеленой мыслей.

Патанджали говорит: «Просто смотри!»

Пусть мысли приходят и уходят, пусть ваш ум делает то, что делает. Вы же просто наблюдайте. Не вмешивайтесь. Будьте беспристрастным зрителем, как будто это не ваш ум, как будто вам нет до него никакого дела, как будто вам все равно. Не увлекайтесь! Просто наблюдайте

за потоком мыслей. Поток возникает по инерции из-за того, что было в прошлом. Раньше вы постоянно расширяли и углубляли этот поток. Ум работает по инерции, мысли продолжают крутиться в голове. Не делайте ничего, что поддержало бы работу мысли. Просто наблюдайте. Пусть мысли приходят и уходят.

В течение многих и многих жизней, может быть, в течение миллионов жизней вы питали этот поток, вы помогали ему становиться больше, вы направляли на него свою энергию. Река еще будет течь какое-то время. Если вы не будете подливать в нее воду, если будете просто смотреть на нее – как говорил Будда – «безразлично», *упекиша*, то есть смотреть, не вовлекаясь, просто наблюдать и ничего не делать, что бы ни происходило, – то какое-то время ум еще поработает, а затем остановится. Когда сила инерции истощится, когда вся энергия иссякнет, тогда ум затихнет. Когда ум перестанет работать, вы окажетесь в пространстве йоги и придете к настоящей дисциплине.

Если вы можете просто наблюдать за мыслями, не отождествляясь с ними, не осуждая, не восхищаясь, не протестуя и не выбирая, а просто наблюдая за их потоком, то настанет момент, когда работа ума прекратится сама собой.

А когда ум успокоится, вы сможете утвердиться в своем наблюдении. Вы станете свидетелем.

Тогда вы не будете тем, кто что-то делает или о чем-то думает. Вы станете чистым существом, чистейшим существованием. Тогда свидетель наберет силу.

Глава 2

Истинное и ложное знание

Сутры Ошо

Правильное использование ума становится медитацией, неправильное использование ума ведет к сумасшествию.

Отбросьте все ваши предубеждения, знания, идеи и предположения. Оглянитесь вокруг, посмотрите на все чистым взглядом, по-детски. Вновь станьте ребенком.

Помните о том, что реально лишь сознание наблюдателя. Наблюдая, вы разрушаете все ложное, что есть у вас внутри.

Ум может связывать вас по рукам и ногам, а может дарить свободу. Ум – это врата в наш мир, это проход. Но он может стать и выходом. Ум ведет вас в ад, а может вести на небеса. Все зависит от того, как вы его используете. Если вы используете ум правильно, то он становится медитацией, если неправильно, то он превращается в безумие.

У каждого человека есть ум. И в нем заложена возможность как тьмы, так и света. Сам по себе ум – ни враг и ни друг. Вы можете подружиться с ним, а можете стать врагами. Все зависит от вас, от того, кто стоит за умом. Если вы сумеете превратить ум в инструмент, сделать его своим рабом, тогда он станет вратами в запредельное. Если же вы сами окажетесь его рабом, позвольте ему властвовать над вами, тогда ум, превратившийся в хозяина, приведет вас к самым ужасным страданиям и темноте.

Все техники, методы, пути йоги на самом деле имеют дело только с одной проблемой: как использовать ум. Правильно используемый ум в какой-то момент останавливается, и вы входите в состояние «не-ума». Неверно используемый ум приводит вас к хаосу, вы слышите огромное множество голосов, постоянно противоречащих друг другу, – вы в замешательстве, смущены, дошли до сумасшествия.

Безумный из сумасшедшего дома и Будда, сидящий под деревом Бодхи, – оба использовали ум, оба прошли через ум. Будда дошел до того, что его ум исчез, настал момент, когда работа ума прекратилась. Сумасшедший тоже использовал ум. Но, когда ум используется неверно, он разделяется на части, и число частей преумножается, их становится очень много. И в итоге остается лишь раздробленный ум, а вас нет.

Ум Будды исчез, и существо Будды расцвело во всей своей тотальности. У сумасшедшего же стал тотальным ум, а сам сумасшедший полностью растворился в частях ума.

Будда использует ум, но его ум подобен вашим ногам. Ко мне постоянно приходят люди и спрашивают: «Что случается с умом просветленного? Он попросту исчезает, и просветленный не может им пользоваться?»

Ум-хозяин исчезает, ум-слуга остается. Ум становится пассивным инструментом. Если Будда захочет им воспользоваться, то сможет это сделать. Когда Будда говорит с вами, ему приходится использовать ум, потому что без него речь была бы невозможна. Приходится прибегать к помощи ума. Если вы подойдете к Будде, и он узнает вас, вспомнит, что он вас уже видел, ему снова понадобится ум, потому что без ума нет памяти. Но помните: *он* использует ум. В отличие от вас. Сейчас *ум* пользуется вами. Каждый раз, когда Будде нужен ум, он его использует. Когда же ему ум не нужен, он его не использует. Ум – это всего лишь пассивный инструмент. Ум не властвует над Буддой.

Поэтому Будда остается зеркалом. Если вы подойдете к зеркалу, то увидите свое отражение. Отойдите от зеркала, и отражение исчезнет, зеркало станет пустым. Вы же не похожи на зеркало. Вы видите человека, смотрите на него. Затем он уходит, а вы продолжаете о нем думать. Отражение остается. Работа мысли продолжается. И даже если вы захотите остановить мыслительный процесс, у вас это не получится.

Йога учит человека овладевать собственным умом. Когда Патанджали говорит об остановке ума, он говорит о прекращении его господства над вами. Ум-рабовладелец исчезает. Он перестает быть активным и превращается в пассивный инструмент. Вы приказываете – он работает, вы не приказываете – он не работает. Он просто ждет. Теперь он не может сам начать утверждать себя. Способность самоутверждаться утрачена, утрачено и насилие над вами. Ум больше не может вас контролировать.

Медитация помогает вам обрести внутреннее равновесие. Достигнув состояния внутреннего равновесия, перестав испытывать дрожь, все ваше существо, ум-тело, успокаивается. Тогда начинает работать центр восприятия истины. Все, что вы познаете этим центром, – истинно.

Где вы сейчас? Вы – не в центре. Вы находитесь между двумя центрами истинного и ложного знания. Вот почему вы смущены. Иногда у вас бывают проблески. Вы немного ближе подходите к центру истинного знания, тогда к вам приходят озарения. Когда вы оказываетесь ближе к центру неверного знания, тогда вас наполняет нечто ложное. Все перемешивается между собой, и внутри возникает хаос.

Будде задавали тысячи вопросов. Однажды один человек спросил у него:

– У нас возникают новые вопросы. Мы не успеваем тебе их задать, как ты уже отвечаешь. Ты никогда не думаешь, прежде чем ответить. Как это получается?

На что Будда ответил:

– В этом случае мышление не нужно. У тебя возникает вопрос, а я просто смотрю на тебя. И все, что истинно, все раскрывается само собой. Не нужно думать или о чем-то рассуждать. Ответ приходит не в виде логического вывода или силлогизма. Здесь главное – сфокусироваться в правильном центре.

Будда подобен факелу. Факел освещает все, что скрыто. Каким бы ни был вопрос, дело не в вопросе. У Будды есть свет, и каждый раз, когда вопрос попадает в освещенное поле, на него всегда есть ответ. Ответ приходит из света. Это простое явление, это то, что называется «открытием или откровением».

***Истинное знание приходит к нам из трех источников:
непосредственное познание, логика и слова просветленных мастеров.***

Первым источником истинного знания является *пратьякша* или непосредственное познание. Непосредственное познание означает столкновение с источником знания лицом к лицу, без посредников, без помощников или каких-либо связующих элементов. Когда вы познаете что-то прямо в процессе происходящего, вы мгновенно получаете знание. Никто другой не имеет к этому отношения. Между вами и знаниями нет расстояния, нет моста. Тогда вы получаете истинное знание. Однако после возникает много проблем.

Обычно *пратьякшу*, непосредственное познание, толковали, переводили и комментировали совершенно неверно. Само слово *пратьякша* означает «перед глазами». Но глаза сами по себе являются посредниками, познающий находится за ними. Глаза – это средство. Вы слышите меня, но не получаете непосредственного знания. Вы слышите меня с помощью органов чувств, посредством слуха. Вы видите меня с помощью глаз. Глаза могут вас подвести и выдать вам неверную информацию, уши тоже могут исказить сказанное. Никому нельзя верить, ни одному посреднику, потому что вы не можете полагаться на то, что стоит между вами и зна-

нием. Если глаза больны, они не отражают точную картину; находясь под действием наркотиков, они покажут вам нечто совершенно неправильное; если перед глазами стоят воспоминания, то вы увидите уже нечто третье.

Если вы влюблены, то видите что-то помимо того, что видите всегда, если не влюблены, то вы никогда этого не увидите. Благодаря любви обычная женщина превращается в самую красивую женщину на свете. Если ваши глаза полны любви, то вы увидите все в розовом свете. Если же в ваших глазах стоит ненависть, то они покажут вам самого отвратительного человека в мире. Так что полагаться на глаза нельзя.

Слышите вы с помощью ушей. Уши – всего лишь инструмент, который может сломаться, который может слышать то, чего никто не говорил, а может и пропустить то, что было сказано. Органам чувств нельзя доверять, они – всего лишь механические инструменты.

Тогда что же такое *пратьяхья*, что такое непосредственное познание? Непосредственное познание возможно только тогда, когда нет посредников, нет даже органов чувств. Патанджали говорит, что это и есть истинное знание. Вот первый и основной источник истинного знания: когда вы познаете что-то, и при этом вам не нужно ни от чего зависеть.

За пределы собственных чувств можно выйти только во время глубокой медитации. Тогда у вас появляется возможность познать нечто без посредников, получить непосредственное знание. Органы чувств не задействованы, никто не рассказывает вам об этом, нет никого, кто был бы связующим звеном. Познающий и познаваемое повернуты лицом друг к другу, и между ними ничего нет. Познание происходит непосредственно, и только непосредственность может быть истинной.

Итак, первое истинное знание – это знание себя изнутри. Вы можете знать обо всем на свете, но если вы не poznали своей внутренней сути, все ваши знания абсурдны. Они не являются настоящим знанием. Они не могут быть истинными, потому что нет первого и основного истинного познания. Вся стройная система доводов и умозаключений ложна. Вы можете знать очень много... если же вы не poznали себя, тогда все ваши знания основаны на том, что вам рассказали, или на том, что донесли до вас ваши чувства. Но разве можно быть уверенным в том, что ваши чувства дали вам верную информацию? Ночью вы спите и видите сны. Во сне вы верите в то, что все происходит на самом деле. Благодаря чувствам вы получаете информацию – глаза видят, уши слышат, руки и ноги ощущают. Чувства сообщают вам о происходящем, и у вас возникает иллюзия реальности сна. И вот вы здесь... может быть, это тоже сон? Разве можно быть уверенным в том, что сейчас я действительно беседую с вами? Возможно, это всего лишь сон. Вы видите меня во сне. Каждый сон кажется правдой, пока снится.

Однажды Чжуан-цзы приснилось, что он стал бабочкой. Утром он проснулся в печали. Ученики спросили его:

– Отчего тебе так грустно?

– Я расстроен, – ответил Чжуан-цзы. – Никогда еще со мной такого не было. Эта загадка слишком трудна для меня. Никак не найду ответ. Прошлой ночью мне приснилось, что я стал бабочкой.

– Ну и что? – засмеялись ученики. – Это и не загадка вовсе. Сон есть сон.

– Но, послушайте, – воскликнул Чжуан-цзы, – это же ужасно. Если Чжуан-цзы может сниться, что он стал бабочкой, то и бабочке может сниться, что она стала Чжуан-цзы. Может, ей прямо сейчас это снится?! Как отличить сон от реальности? Если Чжуан-цзы может стать бабочкой, то и бабочка может стать Чжуан-цзы?

Вполне возможно. Такое случается. Не стоит полагаться на свои чувства. Во сне они вас подводят. Если вы примите наркотик, ЛСД или какое-то другое средство, ваши чувства начнут обманывать вас, вы увидите то, чего на самом деле нет. Чувства могут настолько сбить вас с

толку, что вы начнете верить в происходящее, ни капли не сомневаясь в реальности увиденного и услышанного, а это опасно.

Чувствам нельзя доверять. Тогда что же такое непосредственное познание? Непосредственное познание – это знание, получаемое в обход органов чувств. Поэтому первым истинным знанием может быть лишь знание своей внутренней сути, потому что только в этом пространстве можно обойтись без чувств. В остальных случаях вам понадобятся ваши чувства. Если вы хотите видеть меня, то вам нужны глаза, но если вы хотите видеть себя, то можете сделать это, не прибегая к помощи глаз. Даже слепой способен видеть себя. Если вы хотите увидеть меня, то вам понадобится свет, но себя вы можете видеть и в темноте. Даже в самой темной пещере вы можете познавать себя. Безо всяких посредников: без света, без глаз, без чего бы то ни было. Вы получаете внутренний опыт мгновенно, именно на этом непосредственном опыте и основываются все истинные знания.

Как только вы научитесь полагаться на внутренний опыт, ваша жизнь станет неизмеримо богаче. Сейчас вам этого не понять. Того, кто укоренен в собственном центре, кто научился смотреть внутрь, обнаружил там свою внутреннюю сущность и научился познавать ее напрямую, чувства обмануть не смогут. Подобный человек пробужден. Глаза его не обманут, уши не подведут, ничто не собьет его с толку. В этом случае обмана быть не может.

Вас легко обмануть, потому что вы живете иллюзиями. Вас нельзя будет обмануть тогда, когда вы станете истинным искателем. Обмануть вас будет невозможно! Тогда постепенно, шаг за шагом, все станет приобретать форму истинного знания. Как только вы познаете себя, тогда автоматически все, что вы будете познавать, будет истинным, потому что *вы сами* стали истинным. Запомните: если вы истинны, то и все остальное становится истинным, если вы фальшивы, то и все, что вас окружает, становится фальшивым и ложным. Поэтому внешнее не имеет никакого значения, важно то, что происходит у вас внутри.

Вы не можете обмануть будду. Разве можно обмануть будду? Никогда. Он укоренен в самом себе. Он видит вас насквозь, вы не можете сбить его с толку. Вы сами себя еще не знаете, а он уже знает. Он ясно видит даже самые смутные ваши мысли. Вы для него прозрачны, он проникает в вашу самую суть.

Вы способны понимать других ровно настолько же, насколько вы понимаете себя. Если вы можете заглянуть внутрь себя, то сможете проникнуть и в суть остальных вещей и явлений, опускаясь на ту же глубину, до какой способны дойти в самом себе. Чем глубже вы становитесь, тем глубже вы воспринимаете других. А вы не продвинулись внутрь себя ни на йоту, поэтому все, что вы делаете снаружи, – лишь сон.

Патанджали говорит, что логические выводы – это второй источник истинного знания. Истинная логика, истинные сомнения, истинные доводы могут дать вам нечто, что поможет получить настоящее знание. Он называет выводы «*ануман*». Вы сами непосредственно не наблюдали какого-то явления, но все говорит за то, что оно должно быть именно таким и действовать именно так. Существуют ситуации, доказывающие истинность ваших выводов.

Патанджали говорит, что выводы могут привести вас к истинному знанию, но при условии, что они были сделаны верно. Логика опасна, она похожа на обоюдоострый меч. Ваши выводы могут основываться и на ошибочной логике.

Правильный вывод способствует вашему росту, благодаря правильному выводу вы растете. Ошибочный вывод, каким бы точным он ни казался, останавливает ваш рост, мешает развитию. Выводы могут стать источником истинного знания. Даже логику можно использовать для того, чтобы добраться до истины, но вам нужно четко осознавать, что вы делаете. Если вы пользуетесь только логикой, то это может убить вас. Логика может привести к самоубийству – со многими так и было.

Всего несколько дней назад к нам приезжал один искатель из Калифорнии. Он уже давно путешествует... и вот он пришел ко мне и сказал: «Прежде чем начать медитировать, или прежде чем вы отправите меня медитировать, – я слышал, что, кто бы к вам ни приезжал, вы всех отправляете медитировать, – поэтому прежде, чем вы заставите меня медитировать, позвольте мне задать некоторые вопросы. У меня их много». У него был список по меньшей мере из ста вопросов. Там были вопросы обо всем, о чем только можно спросить... о Боге, о душе, об истине, об аде и рае и о многом другом. Лист бумаги был весь исписан. Он сказал, что, пока не получит ответы на все вопросы, медитировать не будет.

В его доводах была определенная логика. Он сказал: «Как я могу медитировать, не получив ответы на свои вопросы? Мне нужно убедиться, что вы правы, что вы способны развеять мои сомнения. А до тех пор, как я могу двигаться в направлении, которое вы указываете? Может, вы ошибаетесь. Вы можете подтвердить свою правоту, только ответив на мои вопросы».

А его сомнения таковы, что они просто не могут рассеяться. Дилемма в том, что его сомнения могли бы исчезнуть благодаря медитации, но он-то хотел медитировать только после того, как у него не останется никаких сомнений. Что делать? Он сказал: «Во-первых, докажите мне, что Бог есть». Никто никогда не мог доказать существования Бога, да никто и не сможет доказать. Это не значит, что Бога нет, но его существование невозможно доказать. Это же не какая-то вещь, которая либо есть в наличии, либо нет. Бог имеет отношение к самой жизни, и, чтобы уловить его присутствие, нужно жить. Никакие доказательства не помогут.

Но с логической точки зрения искатель из Калифорнии был прав. Он сказал: «До тех пор, пока я не получу доказательств, я не могу медитировать. Если души нет, то кто будет медитировать? Поэтому, чтобы медитировать, мне нужно убедиться в том, что „Я“ существует».

Этот человек совершает самоубийство. Никто никогда не сможет ответить ему на все вопросы. Он сам создает преграды для своего роста. Но при этом его доводы абсолютно логичны. Что мне было с ним делать? Если бы я стал отвечать на его вопросы, то человек, способный сомневаться относительно ста вопросов, стал бы сомневаться относительно целого миллиона вопросов, потому что сомнения – это его способ жизни, его стиль мышления. Вы ответили на один вопрос, а у него уже возникло десять новых, потому что сознание остается прежним.

Он ищет то, в чем можно сомневаться, и если я стал бы отвечать на его вопросы с логической точки зрения, то лишь поддержал бы его логическое мышление. Это не принесло бы ему никакой пользы. Ему нужно помочь перестать быть таким логичным.

Поэтому я спросил его:

– Ты когда-нибудь был влюблен?

Он удивился:

– Почему вы спрашиваете меня об этом? Вы уходите от темы.

Тогда я сказал, что мы вскоре дойдем до вопросов, но сейчас мне важно спросить, любил ли он когда-нибудь.

– Да! – ответил искатель и выражение его лица изменилось.

Я продолжал спрашивать:

– А сомневаться в том, что любовь существует, ты начал до того, как полюбил, или уже после?

Искатель из Калифорнии заволновался. Ему явно стало не по себе. Он сказал:

– Нет, я вообще никогда об этом не думал. Я просто влюбился и только затем стал понимать, что влюбился.

Тогда я ответил:

– Теперь ты поступаешь наоборот: сначала думаешь о любви, о том, возможна ли она, существует ли она, может ли она существовать. И для начала тебе нужно получить доказа-

тельства. Ты выдвигаешь условие, что до тех пор, пока существование любви не доказано, ты никого не полюбишь.

– О чем ты говоришь? – воскликнул искатель. – Ты хочешь разрушить мою жизнь. Если я сделаю это условием, тогда я вообще не смогу любить.

– Но, – возразил я, – прямо сейчас ты именно так и поступаешь. Медитация подобна любви. Тебе придется сначала познать ее, а потом уже о ней рассуждать. И Бог подобен любви. Вот почему Иисус постоянно говорил о том, что Бог есть любовь. Он похож на любовь. Прежде всего, тебе нужно получить собственный опыт.

Логическое сознание может быть закрытым и таким рассудительным, что человек сам никогда не поймет, что закрыл для себя все возможности роста. Поэтому выводы, *анцуман*, означают такое мышление, которое помогает вашему развитию. В этом случае выводы могут стать источником истинного знания.

Третьим и самым прекрасным источником истинного знания являются слова просветленных, *агама*. Об этом источнике говорил лишь Патанджали. Было много споров на эту тему. Патанджали говорит: «Вы можете получать знания непосредственно, напрямую, и это хорошо. Вы можете сделать правильные выводы, и в этом случае вы тоже стоите на верном пути и рано или поздно доберетесь до источника».

Однако существуют явления, не поддающиеся логическому объяснению. Вы пока еще на себе их не испытывали. Но вы не первый человек на Земле, вы не самый первый искатель. В течение многих тысячелетий миллионы людей не только на этой планете, но и на других планетах отправлялись на поиски истины. Этот поиск вечен. Многим удалось добраться до цели, они вступили в храм. Их слова также являются истинным знанием.

Агама означает слова того, кто познал. Говорит ли с вами Будда или Иисус – мы не знаем того, о чем он говорит, у нас нет подобного опыта, мы не можем об этом рассуждать. Мы не знаем, как и какие выводы можно извлечь из его слов. Очень часто в своих рассказах он противоречит сам себе, поэтому вы можете сделать любые выводы, какие захотите.

Его слова настолько противоречивы и нелогичны. Любой человек, познавший истину, вынужден противоречить сам себе, говорить парадоксами, потому что истина такова, что может быть выражена только через парадокс. Высказывания просветленных неясны и загадочны. Выводы будут только *вашими* выводами. Поэтому Патанджали называет слова просветленных третьим источником истинных знаний.

Вы чего-то еще не знаете. Если бы вы познали это непосредственно на собственном опыте, у вас не было бы никаких вопросов. Вам не нужно было бы искать какой-то другой источник знания. Если вы познали то или иное явление без каких-либо посредников, вам не понадобятся ни выводы, ни слова просветленных, вы сами просветлели по этому вопросу. Вы можете отбросить два других источника. Даже если вы и сделаете выводы, то в этом случае они будут лично вашими. Если вы злитесь, то выводом будет то, что вы злитесь. Но если по каким-то причинам вы не получили знание из первых двух источников, тогда обратитесь к тому, что говорят просветленные.

Вы не можете ни подтвердить их слова, ни опровергнуть. Вам остается только верить, предполагать, что их слова истинны. Это глубоко научно. Наука не может существовать без предположений. Но в предположения не нужно верить, это просто способ организации работ. Предположение всего лишь дает направление развития, вам все равно нужно его подтверждать на опыте. И если эксперимент докажет правильность предположения, то оно станет теорией. Если опыт не удастся, то предположение посчитают ложным и затем выдвинут новую гипотезу. Словам просветленных нужно верить настолько же, насколько вы доверяете предположениям. Вы слушаете то, о чем они говорят, и затем проверяете на собственном опыте. Если данная гипотеза оказалась правдой, то вы можете в нее верить, если же нет, то выкиньте ее из головы.

Вы приходите к Будде. Он вам говорит: «Подождите! Проявите терпение, медитируйте и в течение двух лет не задавайте вопросов». Вам придется в это поверить, иного пути нет.

Вы можете подумать: «А вдруг все, что он говорит, окажется ложью? Что же, из-за этого мне терять целых два года? А если по прошествии двух лет окажется, что этот человек был всего лишь ловким фокусником или аферистом, а может, он просто ошибся, впал в иллюзию, что просветлел. Тогда два года будут потрачены зря?» Но другого пути нет. Вам придется рискнуть. И если вы не доверяете Будде, то два года действительно пройдут зря, потому что без доверия вы не сможете работать. Сама работа настолько интенсивна, что вы не сможете погрузиться в нее полностью, тотально, если внутри вас не будет доверия к тому, что происходит. Если вы не доверяете, то будете в чем-то себя сдерживать, а сдерживание не позволит вам получить опыт, о котором говорил Будда. Конечно, здесь есть риск, но в жизни без риска не обойтись. Чтобы подняться на самые вершины, вам нужно и рисковать по-крупному. Вы идете по опасному пути. Но запомните: в жизни вы можете совершить лишь одну ошибку: вообще никуда не идти, сидеть и бояться, что если вы куда-нибудь отправитесь, то можете зайти не туда, поэтому лучше сидеть и ждать. Это единственная ваша ошибка. Не будет никакого риска, но и роста тоже не будет.

Патанджали говорит о том, что существуют вещи, о которых вы ничего не знаете, вещи, относительно которых невозможно сделать какие-либо выводы, вещи, которые вам приходится принимать на веру. Благодаря существованию третьего источника вам нужны гуру, мастера и учителя, вам нужны те, кто знают. И здесь вам приходится рисковать, потому что нет никаких гарантий. Вся затея может оказаться пустой тратой времени, но рисковать все же стоит, потому что, даже если слова мастера не подтвердятся, вы все равно многому научитесь. Вас будет уже не так-то легко обмануть. По крайней мере, в процессе эксперимента вы получите опыт.

А если вы доверяете, если действуете, отдаваясь процессу целиком, следуя за Буддой подобно тени, то у вас может начать что-то получаться, потому что то, о чем говорил Будда, случилось с ним лично. Это случилось непосредственно вот с этим Гаутамой Буддой, с Иисусом, с Махавирой, они уже прошли этот путь. Если вы будете спорить с ними, вы проиграете. Они не могут проиграть, они просто оставят вас в покое.

В наше время подобное произошло с Гурджиевым. К нему приходило очень много людей, но для новых учеников он создавал такие условия, что если ученик ему не доверял полностью, то Гурджиев не принимал его в свои ученики. Люди должны были верить в самые абсурдные вещи. Гурджиев специально придумывал всякие глупости, он врал, противоречил сам себе, утром говорил одно, а вечером с жаром опровергал сказанное им же самим. И никто не имел права задавать вопросы! Он стремился полностью разрушить логическое мышление человека.

Утром он мог сказать:

– Рой яму. Это приказ. К вечеру приказ должен быть выполнен.

Целый день вы рыли яму, вы трудились, устали, вспотели. Вы ничего не ели. А вечером того же дня он мог сказать:

– Теперь закопай яму. Ты не пойдешь спать, пока не закопаешь яму.

Даже обычный человек удивился бы и спросил:

– Вы что? Я копал целый день. Я думал, что это кому-то нужно. Вы же сказали, что к вечеру все должно быть сделано, а теперь вы приказываете закопать яму?!

Если человек говорил примерно так, Гурджиев обычно отвечал:

– Уезжай. Просто уходи. Я не для тебя, а ты не для меня.

Яма или что-то другое было не важно. Таким образом он проверял, сможете ли вы доверять ему, даже если он будет говорить или делать нечто абсурдное. И когда он убеждался, что вы способны верить ему, идти туда, куда он вас ведет, только тогда он начинал делать и гово-

речь нечто действительно важное. Испытание заканчивалось: вы доказали, что сможете стать истинным искателем, который умеет работать и верить. И только тогда с вами могло произойти нечто действительно важное.

Патанджали – учитель, он очень хорошо знает, как благодаря третьему источнику ученики могут получать знания. У него были тысячи последователей. Он работал со многими и многими искателями, встречался с невероятным количеством людей. Иначе он не написал бы такой трактат, как «Сутры Йоги». Эта книга написана не мыслителем, ее автор экспериментировал с сознаниями разных типов, у него был непосредственный опыт проникновения в самые глубинные слои сознания тех, с кем ему доводилось работать. Именно он назвал слова просветленных третьим источником истинных знаний.

Ложное знание – это ошибочная идея, которая представляет предметы и явления не такими, какие они есть.

Мы все несем на себе тяжкий груз ложных знаний, потому что, сталкиваясь с теми или иными фактами или получая определенный опыт, мы рассматриваем происходящее через толстый фильтр наших предубеждений.

Если вы – индуист, и вас познакомят с мусульманином, вы тут же начнете к нему неверно относиться, считая, что этот человек исповедует ложную веру. Если вы – христианин, и в вашем кругу появился еврей, то вы *не* станете интересоваться этим человеком, не станете «докапываться»⁴ до него, не станете «погружаться» в этого конкретного человека. Называя его «евреем», вы проявляете предубежденность. Вы уже знаете, что он за тип, ведь он еврей, а евреи все одинаковы.

⁴ «...You are *not* going to „dig“ this man, you are not going to enter this particular man», что дословно означает: «...Вы не станете „копать“ этого человека, вы не станете входить в этого конкретного человека».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.