

# ОШО

## УДАР ПО СКАЛЕ

ВЕЧЕРНИЕ БЕСЕДЫ  
С СОВРЕМЕННЫМ БУДДОЙ



# Бхагаван Шри Раджниш (Ошо) Удар по скале. Вечерние беседы с современным Буддой Серия «Путь мистика»

*Текст предоставлен издательством*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=40523207](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40523207)*

*Удар по скале. Вечерние беседы с современным Буддой: Весь; Санкт-Петербург; 2017*

*ISBN 978-5-9573-2129-3*

## Аннотация

Каждое утро в течение многих лет Ошо беседовал с искателями истины – он отвечал на вопросы присутствующих и помогал им встать на верный духовный путь. И лишь иногда Ошо собирал группы вечером, куда приглашал не всех...

В книге собраны вечерние беседы Ошо, которые проходили в 1975–1976 годах в Пуне. Он хотел помочь каждому из их участников приблизиться к осознанности. Благодаря этой книге вы окунетесь в интимную и доверительную атмосферу, царившую на беседах индийского гуру, и наверняка найдете мудрые подсказки, которые помогут вам на собственном жизненном пути. Просто читайте между строк...

*Вам нужно обрести много нового. Вашу энергию необходимо направить в иное русло, она движется в неверном направлении.*

*Поэтому вначале случится удар, произойдет разрушение, и лишь затем – воссоздание. Вначале будет хаос. Но помните: только из хаоса рождаются танцующие звезды (Ошо).*

# Содержание

Предисловие	6
Глава 1. Сдача – это лишь начало	10
Глава 2. Путешествие начинается, но никогда не заканчивается	28
Глава 3. Будь безумно влюбленным в жизнь	37
Конец ознакомительного фрагмента.	46

**Бхагаван Шри  
Раджниш (Ошо)  
Удар по скале.  
Вечерние беседы с  
современным Буддой**

© Hammer on the Rock, by Osho 1976, 2007,  
Osho International Foundation, Switzerland. [www.osho.com/  
copyrights](http://www.osho.com/copyrights)

© Перевод на русский язык, издание на русском языке.  
ОАО «Издательская группа «Весь», 2011

# Предисловие

*Многие годы Ошо каждое утро беседовал с искателями и друзьями, а в течение некоторого времени он также отвечал на вопросы на отдельном вечернем собрании, где люди делились опытом, полученным ими во время медитаций и групповых занятий. Ошо беседовал с терапевтами и помощниками, помогая тем самым им в работе. На этих вечерних встречах царила очень интимная и доверительная атмосфера, и некоторые из них описаны ниже.*

Когда вы слушаете меня на утренней беседе, я не говорю с каждым из вас лично. Я ни с кем не говорю лично. Я не говорю с кем-то в отдельности, я просто говорю. В таком случае, естественно, вы не вовлечены в процесс, вы – просто слушатели. И даже если я ударю вас по голове, вы всегда можете подумать, что я сделал это для других, вы всегда можете найти себе оправдание: «Ошо делает это для других – и правильно делает». Вы всегда можете исключить себя.

Но когда вы приходите вечером, я беседую с каждым из вас в отдельности. И если я ударю вас, вы уже не сможете уклониться. Я знаю, что требуется не один удар, иначе вас не разбудить. Будильник должен звенеть, причем звенеть пронзительно, – а когда вам хочется спать, будильник мешает. На самом деле, как раз в те моменты, когда вам больше всего

хочется спать, будильник внезапно начинает звенеть.

Мне приходится наносить сильный удар каждый раз, когда я вижу хотя бы обрывок сна, блуждающий в вашем уме. Так что вечером вы встречаетесь со мной лицом к лицу – это столкновение, и оно раздражает. Но если вы поймете, вы почувствуете удовлетворение, а не раздражение. Если вы поймете, вы увидите, почему я так сильно вас бью. Я не враг вам. Я бью вас из сострадания. Если вы поймете меня, вы будете благодарны за то, что я утруждаю себя этим. Позвольте рассказать вам несколько анекдотов.

Один человек пришел в супермаркет и купил кое-каких продуктов. Ожидая сдачи, он пнул продавца ногой.

– Мне очень жаль, сэр. Это все из-за моих нервов, – тут же извинился он.

– Почему бы вам не сходить к врачу? – предложил продавец.

Вскоре этот человек снова пришел в магазин. В этот раз ничего подобного не случилось.

– Я вижу, вы в порядке, – сказал продавец. – Вы сходили к психиатру?

– Да, – ответил покупатель.

– Как он вас вылечил? – спросил продавец.

– Когда я пнул его ногой, он пнул меня в ответ – и очень сильно.

Итак, приходя ко мне, помните: если вы пнете меня, я

очень сильно пну вас в ответ. А иногда, даже если вы меня не ударите, я могу ударить вас первым. Необходимо вдребезги разбить ваше эго – отсюда и раздражение. Раздражение исходит от эго, а не от вас. Я не принимаю вашего эго. Я не оказываю ему никакой, ни видимой, ни невидимой, поддержки. На утренних беседах все очень просто. Все удары наносятся мной другим, а все приятное делается для вас – вы можете выбирать. Но вечером все по-другому. Вот еще один анекдот.

Она:

– Ты любишь меня всем сердцем и душой?

Он:

– Ага.

Она:

– Ты считаешь меня самой красивой девушкой в мире?

Он:

– О да.

Она:

– Ты считаешь, что мои губы подобны лепесткам роз, глаза как прозрачные озера, а мои волосы будто шелк?

Он:

– Угу.

Она:

– О, ты так чудесно говоришь.



На утренней беседе все очень просто: вы можете верить всем моим словам, которым хотите верить. Но вечером это невозможно.

Помните, я быю вас, чтобы помочь. Я делаю это из сострадания и любви. Когда ко мне приходит незнакомец, я не быю его... Помните, что когда вам больно, вы должны наблюдать... и вы увидите, что больно не вам, а эго. Отбросив эго, сокрушив его, вы однажды подниметесь над ним и воспарите к заоблачным высям. Только тогда вы поймете мое сострадание и мою любовь, не раньше.

Вам нужно обрести много нового. Вашу энергию необходимо направить в иное русло, она движется в неверном направлении. Поэтому вначале произойдет разрушение, и лишь затем – воссоздание. Вначале будет хаос. Но помните: только из хаоса рождаются танцующие звезды.

# Глава 1. Сдача – это лишь начало

*Ошо беседует с участниками группы «Татхата», или семинара «Безусловное принятие». Он начинает с ведущего группы.*

Подойди сюда! Ты хочешь что-нибудь сказать о группе? Тогда начнем с тебя.

У меня было гораздо больше энергии, чем с прошлой группой, и благодаря этому эта энергия была интенсивнее. Как обычно, я многое пережил – в некоторые моменты мне казалось, что я сам не знаю, что делаю.

Нужно помнить, что ведущий на самом деле не является руководителем. И не должен им быть. Если ты руководишь, управляешь, это проявление ума, а то, что исходит от ума, не может проникнуть глубже, чем ум. Поэтому ведущий должен быть открыт высшему.

Вначале ум будет присутствовать. Постепенно теряя его, чтобы стать одержимым. Это самое подходящее слово – одержимый. Тебя больше нет. Тобой овладевает нечто большее, чем ты, нечто великое. И тогда, делая что-то, ты больше не являешься делателем – что-то происходит, но ты просто свидетель. Ведущий исчезает, и как только он исчезает, появляется истинный ведущий. Когда ведущего больше нет, ты

становишься частью группы. Тогда ведомые тобой перестают существовать отдельно от тебя, двойственности больше нет. Как только ведущий становится одержимым, двойственность исчезает. Учитель и обучаемый – одно целое. Врач и пациент – одно целое. Только тогда возможно исцеление. И ты не только исцеляешь их, но и сам исцеляешься в процессе.

Пока группа не начнет давать нечто ценное ведущему, разве она может обогатить ее членов? Пока ты не начнешь расти благодаря ей, разве ты можешь помочь расти другим? Итак, стань одержимым. А это самое трудное, верно? Ум желает управлять, контролировать, действовать по определенной схеме. Ты можешь действовать по определенной схеме, но тогда не произойдет ничего особенного. Возможно, людям будет оказана помощь, возможно, они чего-то достигнут благодаря группе, но все будет поверхностным и механическим. В этом не будет любви. Не будет того, что выше. Так что позволь себе стать одержимым.

Можешь делать вот что: каждый раз, начиная группу, закрывай глаза, и пусть участники группы садятся вокруг тебя. Пусть они, взявшись за руки, начинают с молитвы. Молитва должна быть безмолвной, она должна помочь тебе открыться, чтобы высшее овладело тобой, чтобы ты ни в коем случае не манипулировал другими и не контролировал их. Как только ты сдашься, ты тут же увидишь, как в тебя начнет вливаться энергия – все кардинально изменится, появится бесконечная, неисчерпаемая сила. Впусти ее.

И тогда каждая группа будет новым открытием, новой дверью, новым опытом. Каждая группа станет новым неизведанным пространством – не только для участников группы, но и для тебя. Будет много сюрпризов. Если этого не происходит, тебе, как ведущему, рано или поздно непременно станет скучно, потому что будет повторяться одно и то же. Члены группы будут меняться, каждый раз они будут новыми. Для них группа может быть новым опытом, для тебя же она превратится в привычную схему. Никогда не делай ее такой. А это возможно лишь в том случае, если ты станешь одержимым и позволишь бесконечной энергии течь через тебя. Для этого необходимо доверие, для этого необходима смерть эго.

Поэтому вспоминай меня. Каждый раз, начиная группу, вспоминай меня – и предоставляй все мне. Становись просто проводником – это потрясающая возможность. Тогда ты сможешь больше помочь людям – ведь тебя не будет, и никому будет мешать. Когда присутствует ведущий, ведомые сопротивляются – начинается борьба эго. Когда тебя нет, все легко и просто.

Все хорошо, но помни: сдаваясь, ты станешь достойным сосудом для очень многого.

У меня всегда была проблема с терпением – я часто бываю нетерпеливым. Иногда я чувствую, что это хорошо, потому что нетерпение побуждает меня к движению, а иногда понимаю, что оно мне мешает.

Будь терпелив со своим нетерпением. Это тоже игра эго.

Если нетерпение есть, оно есть. Не создавай из него проблемы, принимай его. Почему? Если ты нетерпелив, то нетерпелив! Прими свое нетерпение и используй его. Мое понимание таково: все можно использовать, все можно направить в творческое русло.

Так что вопрос не в том, должно быть нетерпение или нет. Вопрос в том, как его использовать, если оно появляется, и как использовать его отсутствие. Использовать можно и то, и другое. Нетерпение говорит лишь о наличии энергии – энергии, которая ищет выхода, энергии, которая не знает, что делать, энергии, которой так много, что она льется через край. Не воспринимай это негативно – тут нет ничего плохого. Будь нетерпеливым и при этом очень терпеливым. Позволяй и используй это, и вскоре ты увидишь, что даже нетерпение становится цветением.

Нетерпение может стать интенсивностью – оно ею и является, если правильно к нему относиться. Это глубокая заинтересованность. Когда ты над кем-то работаешь и испытываешь нетерпение, это просто показывает, что ты любишь, что ты заинтересован, что ты не желаешь тратить впустую ни времени, ни энергии. Это показывает, что, несмотря на то, что ты знаешь, что все рядом, человек все равно упускает это. Иисус нетерпелив, очень нетерпелив, и это источник его удивительной притягательности. Используй нетерпение – это энергия, это жизненная сила.

Никогда не навешивай на вещи негативные ярлыки. Если

появляется гнев, используй его. Гневайся любя – в этом нет никакого противоречия. Хотя это и выглядит парадоксальным, но таковым не является. На самом деле ты гневаешься только тогда, когда кого-то любишь. Если я люблю тебя, забочусь о тебе, иногда мне приходится гневаться. Но за этим гневом кроется любовь. За занавесом прячется любовь.

Что-нибудь еще?

Да. Я почувствовал, что я еще больше сдался тебе с тех пор, как я здесь.

С каждым днем ты все больше и больше будешь это чувствовать, потому что это путешествие, которое начинается, но никогда не заканчивается. Когда ты говоришь, что сдался мне, это лишь начало. Это всегда начало, потому что сдаваться можно все больше и больше. Бесконечно больше – больше, чем ты можешь себе представить. Каждый раз, когда ты приходишь, ты чувствуешь, что сдаешься мне все больше и больше. Чем больше ты сдаешься, тем более способным на это ты себя чувствуешь.

Человек обучается, делая что-то – иного способа нет. Ты идешь на реку и начинаешь учиться плавать. Чем больше ты плаваешь, тем лучше умеешь это делать. Сдача – это погружение в глубину сознания, это плавание. Чем больше ты делаешь, тем лучше умеешь. Чем лучше умеешь, тем больше приключений тебе открывается, больше испытаний. И я буду подбрасывать тебе все больше и больше испытаний.

Ты хочешь, чтобы по окончании этих трех месяцев я поехал домой?

Я хочу, чтобы ты поехал домой. Я хотел бы, чтобы некоторые люди постоянно приезжали и уезжали. Как только почувствуешь себя уставшим, возвращайся. Как только почувствуешь, что тебе нужно подзарядиться, возвращайся. Как только почувствуешь, что соскучился по мне, возвращайся – подзаряжайся от меня и снова поезжай домой.

\* \* \*

*Помощник ведущего группы говорит, что группа была лучше, что она была более интенсивной, более энергичной, чем предыдущая.*

Работай так, будто ты сумасшедший. Я чувствую, что ты все еще сдерживаешься, ты не отдаешься работе целиком и остаешься на периферии. Ты всегда оставляешь пространство – чтобы было куда ретироваться, если станет слишком тяжело. Каждый раз, когда работаешь, сжигай за собой все мосты, чтобы не было возможности вернуться. Достигнув высоты, отбрасывай лестницу. Тогда тебе придется идти вперед или умереть, но ты не сможешь вернуться. Никогда не создавай такую ситуацию, чтобы ты мог в любой момент, когда захочешь, уйти в себя. Нет, так ты не станешь настоящим

ведущим группы, а я хочу, чтобы ты стал им.

Быть помощником – это одно. Ты работаешь, как тень, и ответственность лежит не на тебе. Но как только ты станешь ведущим, вся ответственность будет на тебе, и тогда пятьдесят процентов не помогут. Взорвись, взорвись на все сто процентов. И этот взрыв поможет людям. Когда группа видит, что ты отдаешься процессу наполовину, остальные отдают еще меньше. Если ты отдаешься на пятьдесят процентов, то они – на двадцать пять. Группа идет только на половину того, на что готов пойти ведущий. Чтобы начать испаряться, ты должен закипеть на сто процентов. Только тогда они отважатся идти за тобой.

Весь смысл терапии и групповых процессов в том, чтобы создать ситуацию, в которой люди смогут отважиться, вот и все. А как ты это сделаешь – неважно. Ты даешь им толчок и бросаешь вызов. Ты открываешь перед ними бездну и соблазняешь на прыжок. Группа необходима, потому что в одиночестве они никогда не отважатся, они будут слишком сильно бояться.

Но когда они увидят, что один прыгнул и остался жив (и не просто жив, а теперь он живет, чем раньше), когда они увидят, что бездна – это не смерть, а изобилие жизни, когда они увидят, что тот, кто открылся, нечто приобрел, что он не только ничего не потерял, но и стал богаче, более наполнен жизнью – они отважатся. Один осмеливается, и за ним следует другой, затем еще один, и тогда все становится просто,



очень просто. Но для этого ты сам должен быть отважным. Так что на следующей группе будь настолько отважным, насколько только сможешь. В этом не может быть чрезмерности. Что бы ты ни делал, этого всегда будет меньше, чем можно сделать.

\* \* \*

Я чувствую себя сейчас более открытым, и очень часто мои эмоции доходят до крайностей, буквально в один и тот же день.

Дай им выход, ведь всю свою жизнь ты подавлял их. Так что дай им выход, и вскоре крайности исчезнут. Представь, что кто-то несколько дней постился, а затем ты приглашаешь его на пир. Он будет объедаться до тех пор, пока его не начнет тошнить. Это не может продолжаться вечно. Если ему позволить есть, вскоре он уgomонится.

Все человечество живет впроголодь, изголодавшись по множеству вещей. Любовь запрещена, секс запрещен, гнев запрещен. Смех запрещен и плач тоже запрещен. Люди настолько искалечены, что просто чудо, что они все еще продолжают существовать. Почему мы до сих пор не сошли с ума? Вот уместный вопрос. Вопрос не в том, почему несколько человек не сошло с ума, а в том, почему мы все не сошли с ума!

Дело в том, что когда смеешься впервые за многие годы или даже за многие жизни, смех доходит до крайности. Так долго подавляемый, он взрывается. Если ты плачешь, то слезы льются, не переставая, и кажется, будто им нет конца. Но не сдерживай их, и вскоре они прекратятся, поскольку крайности не свойственны природе.

Природе свойственна середина, золотая середина. Природа всегда находится в равновесии. Но если что-то подавляется, ум создает дисбаланс, и чтобы снова установить равновесие, приходится впадать в другую крайность. Поэтому несколько дней – не обязательно долго, всего несколько дней – позволь происходить всему, что происходит, и отдавайся этому. Не думай об идеалах. Например, если ты рыдаешь, и льются слезы, не спрашивай себя, что подумают люди. Общество с самого детства твердило тебе, что нельзя быть девчонкой, что надо быть мужчиной, только девчонки могут плакать – будь жестким и непробиваемым.

Так человек становится непробиваемым и теряет нежное сердце. Он теряет способность плакать, которая удивительно прекрасна. Глаза, не способные плакать, не способны познать поэзию. Сердце, не способное рыдать, не способно познать тайну. И если ты не умеешь плакать, ты не умеешь и смеяться – эти две способности неразрывно связаны друг с другом, как две стороны одной медали. Поэтому если ты подавляешь плач, ты подавляешь и смех. В лучшем случае ты можешь улыбаться, но эта улыбка кажется нарисованной, на-

тянутой, фальшивой, неестественной. Она не похожа на цветок, который прорастает изнутри и распускается. Она навязана извне, она идет от головы.

Ты в этом мире не для того, чтобы оправдывать чьи-то ожидания. Единственная твоя обязанность – это стать собой, реализовать то, кем ты являешься. А это возможно лишь в том случае, если ты реализуешь все свои внутренние потенциальные возможности, если они проявятся без подавления, открыто и свободно.

Сделай сейчас вот что: закрой глаза и позволь себе что-нибудь такое, чего никогда не позволял. (*Ошо светит на мужчину ручкой-фонариком, и тот издает короткий громкий крик.*) Хорошо. Очень хорошо. Три недели сходи с ума, и все само собой придет в равновесие. Это хорошее переживание. По крайней мере, ты хоть что-то можешь делать. Хорошо.

\* \* \*

Я был потрясен. Я очень отчетливо ощутил ограничения, в которые себя заковываю.

Ты носишь очень прочные доспехи. Но хорошо, что ты начинаешь осознавать это. Это всего лишь доспехи, они не прикованы к тебе. Это ты приковываешь себя к ним, поэтому, как только ты осознаешь это, ты сможешь их отбросить. Доспехи мертвы. Если ты не будешь их носить, они исчез-

нут. Ты их не только носишь, но и постоянно подпитываешь и подзаряжаешь.

Но такова цивилизация – она пребывает в очень невротичном состоянии. Цивилизация – это невроз, приносящий доход, и именно поэтому мы решили быть невротичными. Но постепенно, по мере того, как человек становится все более и более осознанным, ему становится ясно, что вся эта затея слишком дорого обходится. Кое-что она, конечно, дает, но отбирает больше, чем дает. Она дает многие вещи, но отбирает душу. Она дает более высокий уровень жизни, но убивает вас.

Каждый ребенок текуч, в нем нет блоков, все его тело – одно органичное целое. Голова не является самой важной его частью, а ноги – менее важными. В действительности, разделения вообще не существует, никаких разграничений нет. Но постепенно они начинают появляться. И тогда голова становится господином, начальником, а все тело разделяется на части. Некоторые части принимаются обществом, а некоторые нет. Некоторые части опасны для общества, и их необходимо уничтожить. Это и создает проблему.

Итак, ты должен посмотреть, где в теле ты чувствуешь ограничения. Где именно ты осознал ограничения – в ногах?

Точно, в ногах – и еще в шее, в груди и в горле.

Начни делать три вещи. Во-первых, когда идешь или сидишь, что бы ты ни делал, глубоко выдыхай. Акцент должен быть на выдохе, а не на вдохе. Выдыхай глубоко: выбрасывай

из себя, выдыхая ртом, как можно больше воздуха. Но делай это медленно, не спеша – чем больше времени будет занимать выдох, тем лучше, потому что тогда он будет глубже. Когда из тела выходит весь воздух, тело вдыхает само. Ты не вдыхаешь. Выдох должен быть медленным и глубоким, а вдох – быстрым. Это избавит тебя от брони в области груди и горла.

Во-вторых, будет хорошо, если ты начнешь бегать. Не обязательно пробегать много миль, хватит одной. Представляй, что из твоих ног исчезает, будто спадает, вся тяжесть. Когда свобода слишком сильно ограничивается – если тебе говорили делать одно и не делать другое, быть этим и не быть тем, ходить сюда и не ходить туда, – ноги как будто заковываются в броню. Итак, начни бегать и во время бега тоже уделяй больше внимания выдоху. Как только ты восстановишь ноги и их текучесть, ты почувствуешь невероятный приток энергии.

В-третьих, ночью, когда ложишься спать, снимай всю одежду, а снимая ее, представляй, что ты снимаешь не только одежду, но и доспехи. Так и делай. Снимай их с глубоким выдохом, а затем ложись спать, обнаженный, без доспехов, без всяких ограничений. Через три недели расскажешь мне, как у тебя дела.



У меня были трудности со структурой группы «Татхата».

На самом деле, в ней нет структуры. Структура – чистая формальность. Истинное содержание – это находящийся глубоко внутри совершенно неструктурированный поток. Структура – это не более чем емкость, так что не обращай на нее внимания, смотри на содержание.

Структура нужна лишь для поддержки того, что является неструктурированным. Поэтому все неструктурированное нуждается в структуре. Она подобна лесам – помогает возводить здание. Но как только здание построено, леса можно выбросить, они больше не нужны. Поэтому, однажды познав неструктурированное, необусловленное, нет больше смысла сохранять структуру. Человек теперь знает и понимает, что структура была необходима лишь для того, чтобы помочь. Теперь можно сжечь писания, теперь дисциплина отпадает. Но люди, достигшие состояния отсутствия дисциплины, все еще продолжают соблюдать ее – это делается ради тех, кто еще не понимает недисциплинированное.

Говорят, что Бодхидхарма, который принес в Японию и Китай дзен, просветлев, продолжал медитировать. Ученики спросили его: «Зачем ты медитируешь? Ты уже достиг про-

светления». На что он ответил: «Ради вас. Если я не буду медитировать, вы будете думать: „Какой смысл в медитации? Раз мастер не медитирует, значит, и нам она не нужна“. Но для вас это опасно. Для меня сейчас в ней нет смысла, но я медитирую для того, чтобы помочь вам медитировать».

Будда говорил своим ученикам: «Когда вы станете просветленными, не бросайте дисциплину, потому что вокруг много глупцов, считающих, что дисциплина вообще не нужна. Они никогда не начнут ее соблюдать, и погибнут».

Все, что я здесь делаю или позволяю делать, по сути своей неструктурированно, но структура необходима. Это поверхностная необходимость. Хорошо, ты достиг глубокого понимания.

\* \* \*

Я не могу толком сказать, что происходит, но знаю, что что-то происходит.

На самом деле так и есть: когда что-то происходит, об этом очень трудно что-либо сказать, оно неуловимо. Это не что-то конкретное, а больше похоже на атмосферу, некую среду. Это как аромат, который ты узнаешь и в то же время не узнаешь. Бывают моменты, когда наступает ясность, и бывают моменты, когда снова появляются облака, и ясность исчезает. В моменты ясности ты уверен, что можешь сказать,

что происходит, но когда эти моменты проходят, ты не в силах уловить происходящее. Оно так велико, что ты можешь плакать, можешь смеяться или танцевать, но ты ничего не можешь сказать.

Вот почему в дзен, когда мастер дает коан для медитации, он ожидает, что однажды ученик придет и действием выразит то, что он пережил. Если же ученик приходит и говорит, то все, что он говорит, отвергается. Иногда ученик еще даже не успевает ничего сказать, как мастер говорит: «Не производи это – это неправильно», – а ведь он еще не вымолвил ни слова! Мастер ждет момента, когда ученик покажет то, что он познал, а не скажет.

Поэтому, когда происходит что-то настоящее, ты можешь показать случившееся, но не выразить словами. В следующий раз, когда почувствуешь это, можешь прийти и станцевать, или спеть песню, или еще что-нибудь сделать. Или можешь просто тихо, ничего не говоря, сесть. Я пойму. Подыскивать нужные слова всегда трудно – слова так малы, а переживание так велико. Его невозможно заключить в слова.

Хорошо. Когда происходит нечто, что невозможно выразить словами, это очень хорошо. Хорошо. Ты открываешься!

\* \* \*

Мне обязательно *надо* кое-что сказать! Я так сильно плакал. Вначале я отрицал, что прошлое все еще



является частью меня, но затем понял, что это так, и стал чувствовать себя лучше. Это дало мне много энергии – столько, что я не знаю, что с ней делать.

Много энергии тратится на борьбу с самим собой, на неприятие, на осуждение. Она тратится впустую. Если ты начинаешь принимать себя, ты становишься резервуаром энергии, потому что конфликт прекращается, гражданская война заканчивается, ты становишься одним целым. Сохраняется много энергии, а льющаяся через край энергия – это творчество. Человек, конфликтующий с самим собой, никогда не может творить. Он разрушитель, он разрушает самого себя, а через себя он разрушает и других. Все его отношения отравлены.

Самая главная и основная заповедь – любить самого себя. Я говорю не только принимать, потому что этого слова может быть недостаточно – ты можешь принимать, но не любить. Ты можешь принимать себя от безысходности, от беспомощности, но это не принятие. До тех пор пока ты не примешь себя как благословение, пока ты не примешь себя радужно, с глубокой благодарностью, пока не полюбишь себя, ты никогда не станешь льющейся через край энергией. Такая энергия выливается в песню, в танец, в картину. Можно найти тысячу способов проявления творчества. Кроме того, она может вылиться просто в глубокую тишину. И каждый, кто соприкоснется с этой глубокой тишиной, будет преображен и впервые услышит музыку небес. Поэтому не просто прини-

май себя, а принимай себя с глубокой благодарностью. Будь благодарен за то, что Бог создал тебя, а не кого-то другого.

У каждого есть уникальное предназначение, которое он должен выполнить, и именно поэтому он и существует. Когда я говорю «у каждого», я действительно имею в виду каждого. Иуда точно так же необходим, как и Иисус. Без Иуды Иисус был бы беднее, в его истории чего-то не хватало бы. Поэтому Иисус должен быть благодарен Иуде. Принимай не только себя, но и всех, такими, какие они есть. Богу виднее.

Я слышал историю о суфийском мистике Баязиде. Он шел по дороге со своими учениками и увидел на обочине очень красивый красный камень. Он поднял его, немного подумал и положил на место. Ученики спросили: «Что ты делаешь? Почему ты взял камень, а затем положил его обратно?»

Он сказал: «Должно быть, по воле Бога у него есть свое предназначение, поэтому он здесь и лежит. Кто я такой, чтобы менять его? Я чуть не совершил грех. Красота камня соблазнила меня, но я вовремя вспомнил Бога. Камень должен быть здесь, он нужен именно здесь».

Когда ты принимаешь себя, ты вдруг начинаешь принимать всех. Человек, отвергающий себя, не способен принять Бога. Разве он может принять Бога, который его создал? Как только ты принимаешь себя, ты принимаешь все. И тогда все становится таким, каким и должно быть. Тогда нет разницы между «должно» и «есть». Тогда «должно» – это «есть». И внезапно возникает праздник. Так что прими это. А теперь

сыграй-ка на своей флейте!

## Глава 2. Путешествие начинается, но никогда не заканчивается

*Ошо беседует с искательницей, которая только что узнала, что умер ее отец.*

Как ты себя чувствуешь? Твой отец болел?

Нет, но ему было семьдесят три года. Он прожил полную жизнь, поэтому я не печалюсь. И по моим ощущениям, хорошо, что он умер в день твоего рождения!

Да, это хорошо. Смерть никогда не должна вызывать чувства печали. Если человек прожил жизнь и прожил ее хорошо, если он любил и любил глубоко, то нет причин печалиться о его смерти. Смерть может быть такой же красивой, как и жизнь. Не все жизни красивы, и не все смерти уродливы. По сути, смерть зависит от жизни. Смерть – это кульминация, крещендо и, в некотором смысле, полная жизнь. Но даже не в этом дело.

Когда кто-то умирает, ты плачешь не о нем – ты плачешь о себе. Каждая смерть напоминает тебе о твоей собственной смерти. И в момент каждой смерти умирает часть тебя, особенно в момент смерти отца, матери, жены, мужа, друга – кого-то, с кем ты был тесно связан, с кем у тебя были близ-

кие отношения.

Когда эти люди исчезают, что-то внутри тебя тоже исчезает – остается пустое место. И эту пустоту надо прожить. Поэтому если хочется плакать, плачь, если хочется рыдать, рыдай. Никоим образом не подавляй слез и не избегай их. Не давай никаких рациональных объяснений – мы всегда это делаем. Если ты будешь давать смерти рациональное объяснение и избегать самого факта смерти, в тебе останется нечто наподобие раны. Поэтому плачь, рыдай, давай выход слезам. И, если хочешь, поговори со своим отцом, скажи ему то, что всегда хотела, но так и не смогла сказать. Будь ребенком и позволь эмоциям овладеть тобой.

Это одна из проблем современного ума: мы всему даем рациональное объяснение и тем самым подавляем свои чувства. Это очень опасно – это отравляет весь наш организм. Именно поэтому я и позвал тебя.

Закрой глаза и позволь смерти случиться. (*Ошио светит ручкой-фонариком в область ее «третьего глаза». Она бледнеет, нервно сглатывает и начинает медленно раскачиваться.*) Хорошо. А сегодня вечером, перед сном, сядь на кровати и позволь себе выразить эту эмоцию. Она выйдет наружу, она есть. Позволь ей овладеть тобой – ее необходимо прожить. Если ты не сможешь прожить ее сейчас, то позже она превратится в проблему – и будет постоянно тебя преследовать. Именно так мы и накапливаем непрожитые переживания.

Каждое мгновение надо проживать настолько полно, чтобы исчерпывать его до конца. Это может быть мгновение любви или смерти – что бы это ни было, проживай это мгновение тотально. И не мудрствуй, не давай голове играть словами, лучше слушай сердце.

Сегодня ночью свернись калачиком в постели, плачь, рыдай и не позволяй голове вмешиваться. И к утру ты станешь удивительно свежей. Ты кое-чему научишься у смерти. Смерть отца или матери – ценный момент. Это священный момент, и ты можешь стать богаче благодаря ему. Ты можешь многого достичь с его помощью, он может стать великим прозрением. Поэтому не теряй его, ладно? Попробуй сегодня ночью – и я помогу тебе! Хорошо.

*Сегодня присутствуют участники группы «Интенсивное просветление».*

Я только что участвовал в семинаре медитационного лагеря и вел три группы подряд. Слишком о многом надо подумать. Я не могу проанализировать это.

И не надо анализировать. Именно поэтому я и хотел, чтобы ты делал все это так быстро – чтобы не было времени подумать. Анализ не нужен, он не поможет. Анализ – это способ избегания жизни: ты не проживаешь ее, а думаешь о ней. Ты думаешь, что любишь женщину, но ты не любишь ее – ты думаешь о любви к ней. Ты думаешь, что любишь ее, и любовь становится фальшивой. Ты можешь обманывать дру-

гих, но при этом будешь лишь зря растрачивать свою энергию. Анализ – это болезнь ума, он внушает ложные идеи. Если ты начнешь анализировать любовь, то сведешь ее к нелепости. Если начнешь анализировать жизнь, получишь лишь комбинации химических элементов. Если ты начнешь анализировать красивый цветок, красота исчезнет, и в твоей руке останется одна лишь материя. Все, что истинно, все, что прекрасно, все, что хорошо, не подлежит анализу.

Именно поэтому Фрейд только и делает, что анализирует. Он начинает думать о любви, и остается один секс – любовь исчезает. Проанализируй стихотворение, и останется проза, потому что есть вещи, которые невозможно анализировать. Так что не делай этого. Поэтому я и хотел, чтобы ты делал одно за другим – так быстро, чтобы не было пауз, и ты не мог подумать. Именно поэтому ты и чувствуешь себя так великолепно. Чувствуй себя великолепно и не пытайся проанализировать это. Ведь это было действительно хорошо!

\* \* \*

Во время присутствия группы у меня было чудесное приподнятое настроение. Совершенно неожиданное изменение.

Ты и выглядишь так, будто было очень хорошо. Ты все еще излучаешь эту атмосферу. Я получил твое письмо...

Очень хорошо.

Но возможно гораздо большее. Всегда помни: путешествие начинается, но никогда не заканчивается. Будут происходить все более и более глубокие сатори. Никогда не думай, что это конец, поскольку можно проникнуть еще глубже, если ждешь этого. Происходит только то, чего ты ждешь. Если ты чего-то не ждешь, оно не происходит, потому что ты его не ищешь. Сейчас надо понять вот что: не желай, но жди. Если ты будешь желать, ничего не произойдет, потому что желающий ум слишком возбужден, слишком напряжен, слишком заинтригован – он уже в будущем.

Итак, не желай, а просто жди, что что-то произойдет. Ты не знаешь, что именно – никто не знает. Беда в том, что люди дали этому названия: «Бог», «просветление», «нирвана», «сатори». Просто жди без каких-либо представлений, и сначала вам откроются одни двери, а за ними еще много дверей.

Чувство одиночества было настолько восхитительным, что у меня возникло желание углубить его – например, уехать куда-нибудь ненадолго, чтобы побыть одному. Но думаю, мне лучше остаться здесь.

Подожди. От того, что ты уедешь прямо сейчас, толку не будет. Должен настать подходящий момент, чтобы быть одному. Иначе ты можешь вернуться к старым привычкам ума. Лучше начни чувствовать себя в одиночестве здесь и сейчас. Начни чувствовать, что ты один даже в окружении большого количества людей.



Одиночество не имеет никакого отношения ни к толпе, ни к отсутствию толпы – это качество. Ты можешь быть одиноким в толпе и можешь быть в толпе, будучи в одиночестве. Таким образом, одиночество не имеет никакого отношения к уединению. Одиночество – это состояние.

Итак, вначале попробуй побыть в одиночестве здесь. Если получится – а у тебя получится, это не трудно, – можешь где-нибудь уединиться на несколько дней. Если сможешь быть в одиночестве здесь, будешь в одиночестве и там. Если здесь это будет трудно, там будет еще труднее – поскольку, когда ты в обществе, среди людей, ты в своей стихии. Это естественное состояние. Рыба живет в море, и когда она выбрасывается из моря на берег, на песок, она выпадает из своей стихии, и начинаются проблемы. Итак, вначале научись быть в одиночестве в естественной среде, в обществе, а затем поезжай куда-нибудь в уединенное место. И тогда многое может произойти.

Но я всегда подчеркиваю, что человек должен научиться быть в одиночестве в обществе. В Индии мы экспериментировали, и эксперимент закончился грандиозным провалом. В прошлом мы помогали многим людям искать уединения. А они потом боялись возвращаться назад. Они настолько привыкали к уединению, что вместо того, чтобы становиться хозяевами самим себе, превращались в рабов. Они отрекались от мира. Индия сильно пострадала от этого. Великие умы, которые могли бы стать эйнштейнами, бертранами рассел-

лами, фрейдами, первыми отрекались от мира и бежали от него. Дверь всегда была открыта. И те, кто убежал от мира, не стали хозяевами самим себе, поскольку для этого требуется противоположное. Они стали, в каком-то смысле, бедняками.

Как только ты познаешь удобство и комфорт одиночества в уединении, вдали от общества, ум, как правило, остается там. Но это не похоже на жизнь, это больше похоже на растительное существование. Итак, раз сейчас у тебя все получается, не нарушай этого процесса. Оставайся здесь и представь все мне. Если я почувствую, что ты заслужил уединение, я отправлю тебя. Все хорошо.

\* \* \*

Меня беспокоит возвращение домой. Я не уверен, что подхожу для работы в министерстве. Мне начинает нравиться здесь.

Я отправляю тебя обратно. Я отправляю тебя обратно, потому что там кое-что должно произойти. Кое-что уже произошло, но ситуация была новой, поэтому было легко. Я хотел бы попробовать это в старой ситуации, дома. Так что поезжай как новый человек. Ты и есть новый.

Поезжай новым человеком. Делай свою работу и занимайся остальными делами как новый человек. Ситуация будет

старой – а ты будешь новым. И тогда по контрасту ты сам почувствуешь, что произошло.

Я постоянно наблюдаю такое явление: здесь люди многого достигают, но начинают осознавать, что обрели колоссальный опыт, только вернувшись домой. Все дело в контрасте. И дома есть искушение угодить в старую ловушку. Это тоже помогает человеку стать осознанным.

Так что тебе необходимо вернуться. Когда приедешь в следующий раз, тогда посмотрим. Если захочешь побыть здесь, останешься здесь. Итак, когда вернешься домой, твоей медитацией будет следующее: чувствуй себя новым – ты новый, ты не следуешь старому образу жизни. Люди будут пытаться вынудить тебя вернуться к прежнему образу жизни. Твоя семья, твои друзья, коллеги – все они будут стараться сделать это. Ты же должен помнить, что у тебя нет проблем.

Иногда ко мне приводят человека и говорят, что он сумасшедший. Он медитирует и приходит в норму – все в полном порядке, все хорошо. Но затем он возвращается домой, а семья ожидает от него безумия, и он снова попадает в старую ловушку. Ему приходится играть роль.

Это одна из самых важных вещей, которые необходимо понять: почти девяносто процентов людей в психиатрических больницах не являются сумасшедшими. Они просто играют роль, потому что эта роль была им навязана окружающими, и они ее приняли. Она кажется им удобной и комфортной, и раз они ее приняли, им уже неловко не соответ-

ствовать ожиданиям окружающих. Я уверен, что если сказать сотне сумасшедших, что они не сумасшедшие, девяносто из них смогут немедленно покинуть больницу – если им разрешат выйти и если дадут понять, что они просто играют в игру. Причем в глупую игру, потому что они всегда проигрывают.

Так что избавься от всей этой чепухи, которой ты забил себе голову. Иди и смейся от души! Когда соберешься домой, вначале зайди ко мне. И я ударю тебя по голове!

## Глава 3. Будь безумно влюбленным в жизнь

*13 декабря 1975 года, вечер, зал Джуан-цзы, Пуна, Индия*

У нас с мужем глубокие любящие отношения, но в то же время меня влечет к другому человеку.

Запомни две вещи. Во-первых, любовь может расти только в глубокой близости и доверии. Если ты меняешь мужчин (от А переходишь к Б, от Б – к В), ты как будто все время пересаживаешь себя с одного места на другое. Так у тебя никогда не вырастет корней, и дерево будет хилым и слабым. Чтобы быть сильным, дереву нужны глубокие корни, а чтобы появились корни, нужно время. И для любви даже вечности мало. Даже вечности мало, запомни это, потому что любовь может расти бесконечно – ее рост не знает конца. Начало есть, а конца нет.

Поэтому не воспринимай любовь как нечто поверхностное. Это не просто отношения. Через любовь ты должна познать все свое существо. Любовь священна, однако на Западе она осквернена, она почти утратила свой смысл. Она стала сексуальной и телесной, поверхностной и случайной. Более того, я боюсь, что Запад может вообще утратить любовь. Люди могут совершенно забыть, что в ней содержится возможность бесконечного внутреннего роста.

Если речь идет об увлекательности отношений, то менять партнеров полезно. Это возбуждает интерес: новый партнер – новое открытие. Со старым партнером все понятно и известно, территория полностью изведана. Он уже надоед, тебе становится скучно. Это естественно. Но если ты любишь человека, ты любишь даже скуку. Если ты любишь человека, ты любишь даже его старые привычки и давно известные особенности. В старых вещах есть свое очарование, верно? Например, старое кресло, на котором ты всегда сидишь, – в нем есть нечто, чего не способно дать ни одно другое кресло, оно идеально тебе подходит. Не только ты знаешь его, но и оно знает тебя.

Тебя связывают дружеские отношения со старой комнатой, в которой ты живешь, со старым домом. Между вами возникает особая близость, особая сонастроенность, и постепенно вы перестаете существовать отдельно друг от друга. Вы растворяетесь друг в друге, становитесь одним целым, границы стираются. С новыми вещами границы очень четкие, и это вызывает настороженность. Старые вещи имеют свое очарование, но его нужно открыть.

Только детей интересуют новые вещи. Чем ты взрослее, тем больше тебя интересуют старые вещи, и тем меньше тебе бывает скучно. Ты начинаешь видеть, что существуют разные уровни, разные слои: когда ты любишь человека, познается один слой – но это далеко не все. Под ним есть более глубокий слой, который ждет, когда его спровоцируют, бро-

сят ему вызов – и таким слоям нет конца. На самом деле человек сам не знает, сколько слоев имеет его существо. Если возлюбленная бросает вызов его существу, то не только она, но и он сам познает свое существо – и это происходит только посредством любви. Мы познаем друг друга, когда бросаем друг другу вызов и постоянно друг друга провоцируем.

Так что попробуй найти новые способы взаимодействия со старым партнером – и ты никогда не окажешься в затруднении. Как только ты узнаешь, как открывать один новый слой за другим, старый партнер больше никогда не будет старым. Вернее, он будет старым и новым одновременно. Он не будет тебе надоедать, тебе не будет скучно. И корни будут постепенно расти.

В глубокой любви возникает момент, когда любящий и любимый становятся почти одним целым. Я говорю «почти», потому что тела остаются отделенными друг от друга, но души сливаются в одно гармоничное целое. Теперь даже научные исследования показывают, что если два человека давно любят друг друга, они не нуждаются в словах. Если у одного возникает мысль, она немедленно передается другому. Давно любящие друг друга люди мало говорят, но понимают друг друга. Со временем они становятся близнецами, верно?

Итак, любовь – это удивительное приключение, а не случайная встреча. Это обязательство на всю жизнь, а если ты понимаешь глубже, то не только на одну жизнь, но и на многие.

Из-за христианства, иудаизма и ислама – эти три религии стали очень важными на Западе, – понятие о перевоплощении утеряно. Но если ты очень любишь человека в этой жизни, в следующей жизни ты снова найдешь его. Есть письменные свидетельства о том, как одна и та же пара рождалась снова и снова в течение многих жизней, и влюбленные не прекращали заново открывать друг друга.

Так что пусть любовь будет твоей медитацией. Сделай ее священным, а не случайным явлением. Пусть она будет вызовом. Вызов всегда причиняет боль, потому что расти больно. Итак, полгода любовь должна быть твоей медитацией. Забудь, что кроме твоего возлюбленного существует кто-то другой. И посмотри, что произойдет за эти полгода.

Если однажды у тебя возникнет мысль о ком-то другом – ведь ум постоянно думает, он предатель внутреннего духа, ренегат, Иуда, – не подавляй ее, так как это не поможет. Каждую ночь, как только у тебя появится желание, эротическое желание, закрывай на полчаса глаза и позволяй этому желанию проявиться в полную силу в твоём воображении. Делай в своих фантазиях все, что пожелаешь. Не осуждай свое желание, оно естественно, оно свойственно человеку. Целиком и полностью посвящай ему эти полчаса, чтобы покончить с ним.

Вскоре ты начнешь видеть игру ума, и через полгода все мысли о других мужчинах исчезнут. Когда это произойдет, ты впервые узнаешь, что такое любовь. До сих пор ты только



слышала это слово, верно? Итак, полгода. И каждый месяц сообщай, что происходит. Хорошо.

\* \* \*

Я чувствую ужасное напряжение. Это жадность – жадное желание Бога. И я не могу принять свою глупость.

Ничего не нужно делать. Глупость нужна, она забавна! Если ты вообще перестанешь быть глупым и станешь целиком и полностью мудрым, жизнь превратится в тяжелое бремя. Небольшая глупость нужна, чтобы наслаждаться. Любой великий человек был иногда глупым... Ни один великий человек не избавлялся от глупости, он использовал ее. Он трансформировал ее в мудрость.

Ни от чего не нужно избавляться и ничего не надо отсеять, иначе ты всегда будешь оставаться фрагментом, ты никогда не будешь целым. Глупость – это тоже часть тебя. И кто ее осуждает? Эго. На самом деле, глупость более естественна, чем эго, которое постоянно ее осуждает и говорит, что от нее нужно избавиться.

Не будь серьезным – в этом нет необходимости. Принимаешь ты себя или нет, неважно – ты есть ты. Твое принятие ничего не меняет. Оно лишь делает тебя несчастным, вот и все. Если ты принимаешь себя, ты можешь танцевать,

быть счастливым и праздновать. Если ты не принимаешь себя, ты становишься серьезным и напряженным. Поэтому настоящий вопрос не в том, принимать или не принимать, а в том, хочешь ты быть счастливым или несчастным.

Однажды, когда Диогену исполнилось сто лет, его спросили, почему он всегда счастлив, в чем его секрет. Он сказал: «Каждое утро, когда я встаю, у меня есть выбор: быть счастливым или не быть счастливым. Я всегда выбираю быть счастливым!»

Какой смысл быть несчастным? И вот что самое главное: если ты счастлив, ты начинаешь меняться. Счастье – единственная алхимия в мире. Это единственный секрет трансформации, другого секрета нет. Несчастливые люди никогда не меняются, и поскольку они не меняются, они становятся еще более несчастными.

Счастливые люди постоянно меняются, и поскольку они меняются, они становятся все более и более счастливыми и благодаря этому могут меняться еще больше. Почему я говорю, что счастье – это единственная алхимия? Потому что в счастье ты струишься, твоя энергия не застывает, не блокируется. Внутри тебя происходит танец энергии, образуется динамическая энергия, необходимая для трансформации. Когда ты несчастен, ты неподвижен, тверд, подобен камню, ничто не течет, все застыло. Как тут можно измениться?

Так что не будь серьезным! Серьезность – западня для ищущих Бога. Люди, ищущие Бога, почти всегда серьезны.

Несерьезные люди не интересуются Богом – но именно они и могут его найти! Они так сильно увлечены жизнью, любовью, наслаждаются всякими мелочами, едой, напитками, развлечениями – они живут в мире. Они не ходят в храм или церковь, им это кажется слишком серьезным и связанным со смертью, а не с жизнью.

Но именно они являются правильными людьми, радостными людьми, которые способны достичь Бога. Только беда в том, что им это не интересно. Интересующиеся поисками Бога всегда подавлены, печальны, заблокированы. Это люди, которые упустили жизнь: эгоисты, моралисты, пуритане, больные, страдающие разными болезнями. Они приходят в церковь, и из-за них туда не может войти Бог. Я понимаю замешательство Бога – что делать с серьезными людьми, ведь они и убить могут!

Бог там, где жизнь, где танец, где цветут цветы, текут реки, сверкают звезды. Он в жизни. Бог и есть жизнь. Можешь забыть слово «бог», и ты ничего не потеряешь – жизни достаточно. И когда я говорю «жизнь», я не имею в виду жизнь с большой буквы, нет, достаточно жизни с маленькой буквы – простой жизни, даже с маленькой буквы. Эта жизнь есть Бог.

Вот в чем проблема. И мне приходится сталкиваться с ней каждый день. Я хотел бы, чтобы ты был счастливым, веселым и бодрым. Я хотел бы, чтобы ты был безумно влюблен в жизнь, потому что это единственный способ познать Бога. Когда ты теряешь себя в любви и жизни, ты находишь

Его. Когда ты слишком серьезен и слишком рьяно к нему стремишься, ты можешь вечно его искать, но так никогда и не найти, потому что ты не подходящий для этого человек. Он не захочет встречаться с тобой. Твоя компания будет для него слишком серьезной.

Бог всегда старательно избегал святых. Так что не будь святым! Даже если ты грешник, ничего страшного. Главное – будь счастливым, потому что счастливый человек не может грешить. Счастье постепенно трансформирует. Ты можешь быть святым, но если ты несчастен, ты уже совершаешь самый страшный грех, который только можно совершить – грех быть несчастным. Несчастный человек неизбежно и других делает несчастными. Ведь другому можно дать лишь то, что имеешь сам.

Так что избавься от всей этой чепухи! Если хочешь быть религиозным, отбрось религию. Если хочешь когда-нибудь познать Бога, забудь о нем – жизни достаточно. Будь более радостным, понимаешь? И для этого ничего не надо делать – надо просто понять. Так что начинай быть счастливым прямо сейчас, хорошо?

Именно поэтому я пока не позволяю тебе жить здесь. Когда я увижу, что ты действительно счастлив и танцуешь, я разрешу, – в противном случае тебе придется еще немного подождать у ворот. Ты знаешь, что это препятствие – я боюсь серьезных людей. (*Ошо вместе с группой смеется.*) Они могут прийти и разрушить все, что я здесь пытаюсь создать.

Я не думаю, что ты серьезен от природы. Есть люди, которые рождаются больными, они рождаются серьезными. Им очень трудно избавиться от серьезности. Но у тебя не должно быть никаких проблем. Ты можешь скинуть ее, как скидывают одежду, вот и все. Будь собой и не утруждай себя серьезностью. Начни с этого самого момента, ладно?

# 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.