

# Осознание

Медитации  
Притчи  
Озарения



Менло



СОФИЯ

Книги всемирно известного индийского священника-иезуита Энтони де Мелло популярны и любимы во многих странах. Гармоничное сочетание элементов христианской духовной культуры, буддистских притч, индуистских дыхательных упражнений и ярких философских прозрений превращает его блестящие проповеди в настоящее откровение. «Осознание» — это призыв пробудиться от кошмара, который мы называем действительностью, и заново открыть для себя счастье подлинной жизни. Увлекательная, темпераментная и парадоксальная книга де Мелло — эффективное лекарство от скуки и разочарования.

---

---

**Энтони де Мелло**

**Осознание**

# ПРЕДИСЛОВИЕ

Однажды Тони де Мелло попросили дать короткое определение своим занятиям. Он встал и рассказал историю, которую потом не раз упоминал на семинарах. К моему немалому удивлению эту историю, изложенную им в книге «Зачем поет птица?» («The Song of the Bird»), Тони посвятил мне.

«Как-то раз крестьянин нашел орлиное яйцо и подложил его курице-наседке. Орленок вылупился из яйца в одно время с цыплятами и вырос среди них. Он был уверен, что ничем не отличается от домашних куриц, и вел себя, как они. В поисках червяков и букашек он рылся в земле, квохтал и кудахтал. Он хлопал крыльями и метр-другой мог пролететь по воздуху.

Прошло много лет; орел состарился. Однажды высоко в небе он увидел великолепную птицу. Почти не двигая мощными золотистыми крыльями, она величаво парила среди всемогущих ветров. Старый орел замер в благоговении: „Кто это?“ — спросил он. „Это орел, царь птиц, — ответили ему. — Его дом — небо. А мы курицы; наш дом — земля“. Этот орел так и умер цыпленком, поскольку считал себя таковым».

Вы удивлены? Поначалу я страшно обиделся. Он публично назвал меня цыпленком? И да, и нет. Хотел ли он меня оскорбить? Ни в коем случае. Тони никогда никого не оскорблял. Но он дал понять, что все мы представляем для него «золотыми орлами», не осознающими, каких высот мы можем достичь. История орленка открыла мне глаза на подлинный масштаб этого человека, на его неподдельную любовь и уважение к людям — он всегда говорил правду. Это и было его работой — будить людей и помогать им осознать величие человека. Именно в этом была сила Тони де Мелло — он нес людям «осознание»; он видел свет — мы ведь светим и себе, и тем, кто нас окружает; он понимал, что на самом деле каждый из нас лучше, чем он сам о себе думает.

Эта книга написана в полете — в живом диалоге с аудиторией. Тони говорит о том, что способно вселить жизнь в сердца его слушателей.

Смерть Тони поставила передо мной задачу сохранить дух его живых слов и донести до чуткой аудитории его непосредственное отношение к жизни. Благодаря неоценимой помощи Джорджа Маккоули, Джоан Брейди, Джона Калкина и многих других людей — всех перечислить просто невозможно — увлекательные, завораживающие, провокационные речи Тони удалось зафиксировать на бумаге.

Наслаждайтесь этой книгой. Раскройте свою душу и слушайте ее сердцем, как сказал бы Тони. Слушайте, что он вам расскажет, и скоро вы сможете поведать людям свою собственную историю. Позвольте оставить вас наедине с духовным наставником Тони; он станет вам другом на всю жизнь.

*Дж. Френсис Страуд, иезуит  
Духовный центр де Мелло  
Фордхемский Университет  
Бронкс, Нью-Йорк*

# ПРОБУЖДЕНИЕ

Духовность предполагает бодрствование. На протяжении всей своей жизни большинство из нас беспробудно спит. Люди рождаются, живут, женятся, плодят детей, умирают — и все это во сне. Им, так ни разу и не проснувшись, никогда не постичь красоты и прелести человеческой жизни. Не секрет, что все посвященные — будь то христиане-католики или приверженцы каких-то иных религий — единодушны в одном: все в мире хорошо, все в порядке. Везде царит хаос, но все в порядке. Довольно странный парадокс. К несчастью, большинство людей не понимает, что «все в порядке» только потому, что все мы спим. И видим кошмар.

Год назад в какой-то передаче по испанскому телевидению я услышал интересную историю. Отец стучится в комнату сына: «Джейм, просыпайся!» «Не хочу, папа!» — отвечает тот. «Тебе пора в школу, вставай!» — кричит отец. «Да не хочу я в школу», — отвечает Джеймс. «Почему?» «По трем причинам, — говорит сын. — Во-первых, там очень скучно, во-вторых, там меня дразнят, а в-третьих, я эту школу просто ненавижу». «Тогда я назову три причины, почему ты должен идти в школу. Во-первых, это твоя обязанность. Во-вторых, тебе уже сорок пять лет. А в-третьих, ты директор школы». Вставайте, просыпайтесь! Вы уже выросли. Вы уже достаточно взрослые, чтобы не спать. Проснитесь! Оставьте игрушки детям.

Не верьте тому, кто говорит, что он якобы не прочь повзрослеть. Не верьте! Единственное, что людям нужно, — это чтобы починили их любимые игрушки. «Верните мне жену. Возвратите работу и потраченные деньги. Верните мне мое доброе имя и прошлые успехи». Вот что им нужно — снова завладеть своими игрушками. И больше ничего. Это подтвердит любой психолог: на самом деле люди не желают полного исцеления. Они желают лишь утешения; лечение же доставляет немало мучений.

Вы сами знаете, как не хочется просыпаться по утрам. Под одеялом так тепло и уютно. Кто-то вас будит — и кроме раздражения вы ничего не испытываете. Вот почему мудрый учитель никогда не будит спящих. Желая приблизиться к мудрости, я не стану даже пытаться пробудить вас ото сна. Это не входит в мои планы, хоть иногда я и восклицаю: «Пробудитесь!» Моя задача — делать свое дело, вести свою музыкальную партию. Если вы сумеете воспользоваться моим трудом — отлично, не сумеете — примите мои соболезнования! Как гласит арабская пословица, «садовые розы и болотные колочки питает один и тот же дождь».

# МОГУ ЛИ Я БЫТЬ ВАМ ПОЛЕЗЕН?

Вам показалось, что я хочу кому-то помочь? Вовсе нет! Нет, нет и еще раз нет! Помогать я никому не собираюсь. Не собираюсь и вредить. Если что-то пошло вам на пользу или во вред, значит, помогли или повредили себе вы сами — вы и только вы! Думаете, люди помогают вам? Ничуть не бывало. Поддерживают вас? Тоже нет.

Участницей одного из моих психотерапевтических семинаров была монахиня. Однажды она пожаловалась:

— Я совсем не чувствую поддержки со стороны настоятельницы.

— Что вы имеете в виду? — спросил я.

— Я занимаюсь обучением послушниц, и она никогда к нам не приходит. Я ни разу не слышала от нее доброго слова.

Ответил я так:

— Давайте разыграем небольшую сценку. Допустим, я лично знаю вашу настоятельницу. И знаю, как она к вам относится. И вот от лица вашей настоятельницы я вам говорю: «Знаете, Мэри, почему я к вам не приезжаю? Потому что за вашу работу я совершенно спокойна — не в пример другим, со своими обязанностями вы справляетесь отлично. Здесь всем zapравляете вы — значит, мне не о чем беспокоиться». Как вам такое нравится?

— Очень нравится, — ответила монахиня.

— Вот и хорошо, — продолжал я. — А теперь не могли бы вы на минутку выйти? Это тоже одно из правил игры.

Когда она вышла, я рассказал оставшимся свой план:

— Я все еще настоятельница, ладно? А только что вышедшая Мэри — самая худшая за всю историю нашей епархии наставница новообращенных. И к ее послушницам я не езжу потому, что смотреть на ее работу выше моих сил. Это просто ужас. Поговорить же с ней откровенно я тоже не могу — послушницам от этого будет только хуже. Мы готовим нового человека на ее место — он сможет приступить к работе через год или два. Сейчас я выскажу все это Мэри, чтобы как-то ее поддержать. Что вы на это скажете?

— Это действительно самое лучшее, что можно сделать в данной ситуации, — ответили участники семинара.

Я пригласил Мэри в комнату и еще раз поинтересовался ее настроением.

— Настроение превосходное, — ответила она.

Бедняжка Мэри! Она была уверена, что мы ей сочувствуем. А ведь все дело в том, что многие наши мысли и ощущения — не более чем игра нашего же воображения. Это касается и убеждения о помощи извне.

Вы полагаете, что ваша помощь людям объясняется вашей любовью к ним? Тогда у меня для вас есть новость. Человек никогда не станет предметом вашей любви. Любить вы можете лишь субъективный и обнадёживающий образ того или иного человека. Только вдумайтесь: вы любите не человека, а выдуманной вами образ. Вспомните, как уходит любовь. Образ меняется, не так ли? «Я так тебе верил, а ты меня бросила. Как ты могла?» — говорите вы ей. Верили ли вы кому-нибудь по-настоящему? Никому и никогда. Полноте! Все это часть общественной программы по промывке мозгов. Вы никому не верите и полагаетесь лишь на собственные суждения. Так на что же вы жалуетесь? Вам просто не хватает духа сказать себе: «Все мои оценки — пустое». Не очень-то это лестно, правда? И вы выбираете вариант: «Как ты мог так поступить?»

Вот и получается, что на самом деле люди не хотят расти, не хотят по-настоящему

меняться, не хотят быть подлинно счастливыми. Однажды мне дали мудрый совет: «Если только вы не ищете неприятностей, не пытайтесь сделать их счастливыми. Не учите свинью пению — только зря потратите время. И разозлите свинью». Я — как тот джентльмен, что зашел в бар, устроился поудобнее и вдруг в ухе соседа по столику увидел банан — банан в ухе! Джентльмен думает: «Надо сказать парню о банане. Да нет, это же не мое дело». Однако мысль о банане не дает ему покоя. И вот, пропустив рюмку-другую, он обращается к молодому человеку: «Простите, но у вас в ухе — подумать только! — банан». «Что?» — переспрашивает юноша. «У вас банан в ухе». «Что вы сказали?» — опять спрашивает сосед. «Банан в ухе!» — кричит джентльмен. «Говорите громче, — просит парень, — у меня банан в ухе!»

Итак, все усилия тщетны. «Все, довольно, достаточно», — твержу я себе. Говори, что хочешь сказать, и убирайся. Сумеют воспользоваться — хорошо, не сумеют — мои соболезнования!

# РАЗУМНЫЙ ЭГОИЗМ

Если вы действительно хотите проснуться, то первое, о чем я вас попрошу, — это осознать свое нежелание просыпаться. Первый шаг к бодрствованию состоит именно в том, чтобы честно признаться самому себе, что спать приятнее. Вы ведь не стремитесь к счастью. Хотите небольшой тест, всего на минутку? Можете закрыть глаза, а можете держать их открытыми — это несущественно. Представьте близкого и дорогого вам человека, которого вы очень любите. Мысленно скажите ему: «Для меня счастье дороже, чем ты». И посмотрите, что получилось: «Быть счастливым я хочу больше, чем жить с тобой. Если бы я мог выбирать, я бы выбрал счастье». Кто-то ощутил себя эгоистом, когда говорил это? Думаю, очень многие. Теперь видите, насколько зомбирован наш мозг? Видите, насколько сильно в нас предубеждение: «Как я могу быть таким себялюбцем»? Но давайте разберемся, кто из двоих на самом деле эгоист. Представьте, что вам говорят: «Ты выбираешь счастье, а не меня? Да как ты можешь быть столь эгоистичным?» Разве вам не захочется сказать что-то вроде: «Прошу прощения, но как ты можешь быть столь эгоистичной и требовать, чтобы я предпочел тебя собственному счастью?!»

Когда-то одна женщина рассказала мне о своем кузене, священнике-иезуите из Милуоки. Каждую проповедь он начинал так: «Любовь испытывается самопожертвованием, а измеряется самоотречением». Замечательно!

— Вы бы хотели, чтобы я пожертвовал своим счастьем ради любви к вам? — спросил я ее.

— Да, — ответила она.

Ну, разве не очаровательно? Как прекрасно могла бы сложиться наша с ней жизнь! Ради любви она пожертвовала бы своим счастьем, я — своим; в итоге на два несчастных существа стало бы больше, но все равно — да здравствует любовь!

# СТРЕМЛЕНИЕ К СЧАСТЬЮ

Как я уже говорил, мы не хотим быть счастливыми. Нам нужно другое. Можно немного изменить формулировку: мы не хотим быть безоговорочно счастливыми. Мы согласны быть счастливыми при условии, что у нас есть то и это, пятое и десятое. Но ведь это все равно что сказать другу (Богу, еще кому-то) буквально такое: «Ты мое счастье. Если я тебя не заполучу, я отказываюсь от счастья». Осознать это очень важно. Мы не в силах представить себя счастливыми, если какие-то наши условия не соблюдены, — просто не можем вообразить самой возможности счастливого существования без их выполнения. Нас приучили ассоциировать счастье с этими условиями.

Итак, подобное осознание — это первое, что надо сделать, если мы хотим проснуться (то есть хотим любить, хотим быть свободными, хотим жить духовной жизнью, жить в мире и радости). В каком-то смысле, с практической точки зрения, ничто в этом мире не значит больше, чем духовная жизнь. Каждого призываю: найдите, что имеет больший практический смысл для человеческого бытия, чем жизнь духа, понимаемая так, как определил ее я. Не набожность, не благоговение, не религиозность, не поклонение, но духовность как пробуждение. Как пробуждение! Поглядите на океан человеческого горя, одиночества, страха, на всеобщее смятение, на душевную раздвоенность человека, на раздирающие нас внутренние и внешние противоречия... И представьте, что у вас появился шанс от всего этого избавиться. Кто-то дарит вам возможность прекратить чудовищное разбазаривание энергии, здоровья и эмоции, порождаемое суетой и постоянными противоречиями. Хотите ли вы получить такую возможность? Вообразите, что кто-то научил вас жить в мире с собой и миром, научил по-настоящему любить. Что может быть важнее? Тем не менее людям кажется, что большой бизнес, политика и наука — более практичные вещи. Но что толку от полетов на Луну, если мы и на Земле-то жить не научились?

Что важнее с утилитарной точки зрения: психология или духовная жизнь? Практическое значение духовной жизни не соизмеримо ни с чем. Ведь что может бедняга-психолог? Лишь облегчить тяжелое бремя. Я сам психолог, психотерапевт-практик; и когда мне приходится выбирать между психологией и духовностью, я переживаю внутренний конфликт огромной силы. Довольно долго я не замечал этого противоречия и не удивлюсь, если до сих пор никто, кроме меня, его не заметил.

Сейчас поясню. Я много лет не обращал внимания на разные несоответствия, пока не осознал простую вещь: изрядно помучившись от неудач в личной жизни, люди разочаровываются в самой возможности гармоничных взаимоотношений с кем бы то ни было. Правда, страшно? Прежде чем воскликнуть «Надоело до чертиков! Почему я должен от кого-то зависеть?!», человек должен выстрадать свое пробуждение. И что же я, как психотерапевт, предпринял, когда осознал сей факт? Люди шли ко мне со своими бедами: у кого-то не ладилась отношения с партнером, кто-то не умел находить общий язык с окружающими; в некоторых случаях я помогал. Но, к моему великому сожалению, иногда я был бессилён что-либо сделать, поскольку пациент продолжал спать. Возможно, на его долю досталось недостаточно страданий. Возможно, ему нужно было самому достичь предела отчаяния и сказать себе; «Все, не могу больше, надоело!» Только тогда, когда болезнь надоест вам до смерти, вы сможете от нее избавиться. Как правило, люди обращаются к психиатру или психологу с целью пройти курс паллиативного лечения. Повторяю: паллиативного. Не радикального.

Расскажу вам историю о мальшке Джонни, который, как говорят, несколько отставал в умственном развитии. На самом же деле, как вы сами скоро убедитесь, он был совершенно здоров. Джонни посещал занятия по художественной лепке, проводившиеся при специализированной школе, в которой он учился. Однажды Джонни забился в самый дальний угол и стал играть с кусочком глины. К нему подошла учительница:

- Здравствуй, Джонни.
- Здравствуйте, — отвечает мальчик.
- Что это у тебя в руке?
- Кусок коровьей лепешки.
- А что ты лепишь?
- Учительницу, — отвечает паренек.

Преподавательница думает: «У маленького Джонни регрессия». Она зовет директора школы — тот как раз проходил по коридору, — и сообщает ему: «У Джонни регрессия».

Директор подходит к мальчику:

- Здравствуй, сынок.
- Здравствуйте, — отвечает Джонни.
- Что это у тебя в руках?
- Кусок коровьей лепешки.
- И что ты лепишь?
- Директора.

Директор думает: тут не обойтись без психолога:

- Позовите психолога!
- Психолог — умный мальш. Он подходит к Джонни:
- Здравствуй.
- Здравствуйте.

— Я знаю, что у тебя в руках, — говорит он мальчику.

— И что же?

— Кусок коровьей лепешки.

— Правильно, — отвечает Джонни.

— Я даже знаю, кого ты сейчас лепишь.

— Кого?

— Психолога!

— Нет. На психолога этой лепешки не хватит.

И такого малыша признали умственно неполноценным!

Бедняги-психологи! Их работа нужна. Честное слово, нужна. Иногда без них просто не обойтись; когда человек полностью теряет разум и скатывается в самую пропасть безумия, он становится либо сумасшедшим, либо мистиком. Мистик — прямая противоположность сумасшедшему. Знаете, как определить, спите вы или нет? Если вы задаете себе вопрос «Кто сумасшедший — я или все остальные?», значит, вы уже проснулись. Воистину так.

Ведь все мы безумны. Весь мир сошел с ума. Все мы душевнобольные, всех не мешало бы взять на учет. Нас слишком много — это единственная причина, почему мы до сих пор на свободе.

Итак, мы ненормальные. У нас ненормальные представления о любви, о человеческих взаимоотношениях, о радости — вообще обо всем. Мы в корне ненормальны. Я пришел к такому выводу: если кто-то с чем-то соглашается, можно быть практически уверенным, что идея ошибочна. Любая новая мысль, любая великая идея в начальной фазе своего существования обречены на одиночество. Одиноким был Иисус Христос. Никто не проповедовал так, как он. Одиноким был Будда. Никто не проповедовал так, как он. Кажется, Бертрану Расселу принадлежит следующее высказывание: «Все великие идеи сначала воспринимаются как ересь». Очень меткие слова. В современном мире великое множество ересей. «Сей муж богохульствует!» Люди безумны, и чем скорее вы это поймете, тем лучше для вашего здоровья — как умственного, так и душевного. Не верьте никому. Не верьте даже лучшим друзьям. Взгляните на них беспристрастно. Они довольно умны. Совсем как вы — когда имеете дело с кем-то посторонним; правда, вы можете даже не догадываться об этом. О, в этом грандиозном спектакле, который вы разыгрываете у всех на глазах, сами вы такой умник, такой ловкач и хитрец!

Я не очень-то мил, правда? Повторю еще раз: вы не хотите просыпаться. Вы разыгрываете грандиозный спектакль. И даже не подозреваете об этом. Вам кажется, что вы исполнены любви. Как бы не так! Кого вы любите? Даже ваше самопожертвование доставляет вам удовольствие, разве нет? «Я жертвую собой! Я живу согласно собственным идеалам!» Однако вы извлекаете из этого какую-то выгоду, так ведь? Вы из всего извлекаете выгоду — пока не проснетесь.

В этом и заключается первый шаг. Осознайте свое нежелание пробуждаться. Просыпаться не хочется — особенно если вам внушили, что обрывок старой газеты — это чек на миллион долларов. Выпустить из рук такой обрывок очень непросто.

# ОТРЕЧЕНИЕ — ЭТО НЕ ВЫХОД

Каждое ваше отречение от чего-либо — это самообман. Самообман. От чего вы отказываетесь? Что бы это ни было, вы навеки привязываетесь к тому, от чего отреклись. Один индийский гуру рассказывал: «Когда я беседую с женщиной легкого поведения, она говорит лишь о Боге. Говорит, что ее образ жизни ей надоел, что она хочет обрести Бога. А вот когда ко мне приходит католический священник, он говорит только о сексе». Приходится признать: отказываясь от чего-то, вы привязываетесь к этому навсегда. Стараясь что-то побороть, вы еще крепче увязаете в этом. Ваше сопротивление оборачивается против вас. Чем сильнее вы противитесь чему-то, тем сильнее оно к вам липнет.

Вышесказанное справедливо и по отношению к коммунистической идеологии, равно как и ко всему прочему. Значит, надо «принять» своих демонов, поскольку наше сопротивление делает их сильнее. Никто не говорил вам этого? Отрекаясь от чего-то, вы только усиливаете свою привязанность. Единственный способ избавиться от того или иного явления — это смотреть как бы сквозь него. Не отрекайтесь — просто смотрите сквозь него. Распознайте истинную сущность той или иной вещи, и вам не придется от нее отказываться; она сама выскользнет из рук. Но если вы этого не понимаете, если вас гипнотизирует мысль о том, что без той или иной вещи или человека вы будете несчастны, то, несомненно, вы завязли очень глубоко. Желаящий помочь вам не должен прибегать к методам так называемой морали — не должен заставлять вас чем-то жертвовать, от чего-то отказываться. Это бесполезно. Вы все еще спите. Единственное, что от него требуется, — это помочь вам понять. Как только к вам придет понимание, вы просто выпустите из рук ненужную вещь. Можно сказать иначе: вы выпустите из рук ненужную вещь, когда проснетесь.

# СЛУШАЙТЕ И ЗАБЫВАЙТЕ

Некоторые из нас обязаны своим пробуждением жизненным неудачам. Острая боль прогоняет сон. Но люди все равно снова и снова набивают себе шишки. Они словно лунатики. Самое печальное в этой ситуации то, что им и в голову не приходит, что все может быть совсем по-другому. Если жизнь вас еще основательно не потрепала и не заставила испить чашу страданий до дна, можно действовать иначе: можно слушать. Это не значит, что все сказанное мной нужно принимать на веру, — такой процесс ничего общего со слушанием не имеет. Поверьте: совсем неважно, согласны вы со мной или нет. Ведь понятия согласия и несогласия имеют какой-то смысл лишь в контексте слов, идей и всевозможных теоретических построений. Ничего общего с истиной эти понятия не имеют. Облечь истину в слова невозможно. Она всегда открывается внезапно — как следствие определенного к ней отношения. Поэтому можно не соглашаться со мной и все равно видеть истину. Но для этого нужно быть открытым и жаждать нового. Вот что действительно важно — о согласии же со мной речь вообще не идет. В конце концов, большая часть того, что я вам предлагаю — это теоретические построения. А ведь адекватно описать живую действительность не может ни одна теория. Поэтому я не в состоянии поведать вам истину, но рассказать о преградах на пути того, кто ее ищет, я могу. Я могу эти преграды описать. Истину же я описать неспособен. И никто не способен. Все, что в моих силах, — это обличить вашу ложь, чтобы вы смогли от нее избавиться, а еще — бросить вызов вашим взглядам и убеждениям, делающим вас несчастными. В моих силах помочь вам забыть — забыть почти все, что было усвоено ранее и что имеет хоть какое-то отношение к вопросам духовности. От вас же требуется готовность забыть, готовность слушать.

Слушаете ли вы так, как слушает большинство людей, — с целью еще больше утвердиться в уже имеющихся убеждениях? Понаблюдайте за своей реакцией на мои слова. Что-то из сказанного поразит вас или шокирует, что-то возмутит, рассердит, смутит или разочарует. А может, в какой-то момент вы воскликнете: «Браво!»

С какой же целью вы слушаете говорящего? Чтобы убедиться в правильности имеющихся у вас представлений или чтобы узнать что-то новое? Это важно. Второе нелегко дается спящим. Иисус принес людям хорошие вести, но был отвергнут. Не потому, что его проповеди были добрыми, а потому, что они были новыми. А все новое мы ненавидим. Ненавидим лютой ненавистью! И чем скорее мы поймем это, тем лучше для нас. Мы не хотим ничего нового — особенно если это новое влечет за собой перемены и нарушает устоявшийся порядок вещей. Особенно, когда оно вынуждает нас осознать собственную неправоту. Мне вспоминается недавняя встреча с восьмидесятилетним испанским иезуитом; лет тридцать или сорок назад он был директором индийской школы, в которой я учился. Он пришел на мой семинар. А после сказал: «Мне надо было познакомиться с вами шестьдесят лет назад. Вы что-то знаете. Я же всю жизнь заблуждался». Господи, услышать такое! Все равно что увидеть одно из чудес света. Вот это, господа, вера! Жажда истины и пренебрежение ведомыми и неведомыми последствиями ее обретения. Это вера. Не убеждения, но вера. Ваши убеждения делают вас слишком самоуверенным, в то время как вера лишает вас всякой уверенности. Вы ничего не знаете. Вы легки на подъем, ваша душа открыта — открыта нараспашку! Вы готовы слушать. И, заметьте, быть открытым не означает быть легковверным и впитывать в себя все сказанное. Критикуйте каждое мое слово. Но делайте это с позиций открытости, а не из слепого упрямства. Проверяйте все сказанное мной. Вспомните блестящее изречение Будды: «Я не хочу, чтобы монахи и ученики принимали мои слова на веру только из уважения ко мне. Пусть они исследуют их, как ювелир исследует золото, надпиливая, разбивая, шлифуя и переплавляя».

слиток».

Когда вы так поступаете, вы слушаете. Это второй шаг на пути к пробуждению. Напомню, что первый шаг состоит в осознании своего нежелания просыпаться, нежелания быть счастливым. Многие внутри вас противятся пробуждению. Второй шаг — это готовность понимать, слушать и смотреть на свои убеждения с известной долей скептицизма. Подразумевается не какой-то отдельно взятый тип убеждений — взгляды на политику, религию, общество или представления о внутреннем мире человека, — имеются в виду абсолютно все ваши убеждения. Готовность к полной переоценке ценностей согласно метафорическому высказыванию Будды. Я подарю вам великое множество возможностей такой переоценки.

# МАСКАРАД МИЛОСЕРДИЯ

Благотворительность — не что иное, как эгоизм в маске бескорыстного милосердия. Мне могут возразить: когда человек искренне пытается возлюбить ближнего и поверить ему, вряд ли в его душе остается место для лицемерия. С вашего позволения, я представлю все это в несколько упрощенном виде. Можно даже свести все к крайностям — по крайней мере, для начала. Есть два типа эгоизма. Эгоизм первого типа заключается в том, что человеку приятно угождать самому себе. Это так называемый эгоцентризм. Эгоизм второго типа проявляется в том, что человеку нравится доставлять удовольствие другим. Это более утонченная разновидность себялюбия.

Эгоизм первого типа всегда очевиден, в то время как проявления второго типа не так бросаются в глаза, поэтому обнаружить их значительно сложнее. Вот почему второй тип эгоизма более опасен: он приводит к тому, что мы ощущаем себя такими благодетелями человеческого рода. Но, быть может, не такие уж мы и хорошие? Вы не согласны. Отлично!

Вот вы, мадам, вы говорите, что одиноки. Вы приходите в церковь и проводите там несколько часов подряд. Но вы же сами признаете, что делаете это по вполне личной причине — вы хотите быть кому-то нужной. Причем не просто нужной — вы хотите ощущать, что вносите лепту в благоденствие всего мира. Причем вы требуете себе эту роль, потому что в вашем участии нуждаются ваши ближние. Все вместе — палка о двух концах.

Да вы почти просветленный человек! Нам следовало бы поучиться у вас. Все правильно. Она говорит: «Я и отдаю, и беру». Она права. Отправляясь кому-то помогать, я что-то даю и что-то беру. Прелестно. Все правда. Так оно и есть. Это не милосердие. Это эгоизм с высшим образованием.

А вы, сэр, вы доказываете, что проповедь Иисуса в конечном счете сводится к проповеди эгоизма! Вечная жизнь достается нам в награду за добрые поступки: «Приидите, благословенные Отца Моего, ибо алкал Я, и вы дали Мне есть» и так далее. Вы подтверждаете мои слова. Если внимательно присмотреться к Иисусу, говорите вы, то станет ясно, что все проявления его милосердия в конце концов оказываются проявлениями эгоизма; цель — заполучить побольше душ для вечной жизни. И понимаете вы это как глобальную установку нашей жизни: удовлетворение эгоистических устремлений с помощью благотворительности.

Превосходно. И все же, говоря о религии, вы немного лукавите. То, что вы затронули вопросы религии, вполне допустимо и оправданно. Но если посмотреть, чем проповедь Иисуса заканчивается? Сейчас я вас еще больше запутаю. «Алкал Я и вы дали Мне есть; жаждал и вы напоили Меня». И что же слышится в ответ? «Когда? Когда мы видели Тебя алчущим, и накормили? Мы ничего не знаем об этом». Они не ведали, что творят! Иногда в моем разыгравшемся воображении возникает такая картина: «Алкал Я и вы дали Мне есть», — говорит царь. И те, кто по правую сторону от него, отвечают: «Да, Господи, мы знаем». «Я не к вам обращаюсь, — говорит царь. — Это не по сценарию. Вы не должны были знать». Любопытно, правда? Но вы-то знаете. Знаете, что помогать людям приятно. То-то же. Ваша позиция прямо противоположна той, которую можно выразить словами: «Да что такого хорошего я сделал? У меня были кое-какие средства, но у меня и мысли не было о гуманных поступках. Моя левая рука не знала, что делает правая». Видите ли, ваша доброта только тогда истинна, когда вы не чувствуете себя праведником. Или, как сказал один мудрый суфий, «праведник остается святым до тех пор, пока не узнает о своей праведности». Пока не узнает! Пока не узнает!

Вы можете возразить: «Помогая другим, я получаю удовольствие, — может, именно это и

зовется вечной жизнью — вечной жизнью на земле?» Может быть, — откуда мне знать? Но в данный момент я говорю об удовольствии как таковом — больше ни о чем. К религии мы еще вернемся. Мне хотелось бы, чтобы с самого начала вы уяснили простую вещь: религия не всегда, — я подчеркиваю, не всегда — коррелирует с духовностью. Давайте пока не будем затрагивать религиозную тематику.

Вы можете спросить: а как же быть с солдатом, бросающимся на готовую разорваться гранату, и таким образом спасающим товарищей от верной гибели? А что вы скажете о водителе, направившем начиненный взрывчаткой грузовик в самое сердце американской военной базы в Бейруте? Что вы о нем думаете? «Нет больше той любви, как если кто положит душу свою за друзей своих». А вот американцы придерживаются иного мнения. Это был сознательный поступок. Водитель-смертник — страшный человек, не правда ли? Но сам он, уверяю вас, о себе был иного мнения. Он полагал, что отправляется на небеса, — как и наш солдат, накрывающий гранату собственным телом.

Я пытаюсь обрисовать ситуацию бодрствования, ситуацию, когда в ваших действиях не проглядывается личный интерес, когда все происходит как бы через вас и каждый ваш поступок, таким образом, есть не что иное, как случай. «Это со мной случилось». И я не противлюсь. Но если что-то совершаете вы, я всегда заподозрю вас в эгоизме. Даже если речь идет о таких мыслях, как «Меня будут помнить героем» или «Если бы я этого не сделал, я бы не смог жить дальше. Не смог бы смириться с тем, что я от чего-то уклонился». Однако не забывайте: я не говорил, что все люди одинаковы, не говорил, что не бывает бескорыстных поступков. Наверное, бывают. Мы должны это выяснить. Вы приводите пример матери, спасающей ребенка — своего ребенка. Что до того, что она не спасет соседского малыша! У нее есть ее сын или дочь. Солдат умирает за свою родину. Мне тяжело думать об огромном количестве подобных смертей. Я все время спрашиваю себя: «Это ведь результаты идеологической обработки?» Мне тяжело думать о мучениках: по-моему, многие из них подверглись подобной обработке. Мученики-мусульмане, мученики-индуисты, мученики-буддисты, мученики-христиане... Все они были под гипнозом!

Они считают, что должны умереть и что смерть — это здорово. Они слепо идут к своей цели. Конечно, я не имею в виду абсолютно всех, — я лишь подчеркиваю существующую тенденцию. Многие коммунисты находятся под сильным влиянием идеологии (думаю, с этим вы не будете спорить). Их мозг зомбирован настолько, что они вполне готовы погибнуть. Иногда мне кажется, что готовить террористов можно точно так же, как в свое время готовили, например, св. Франциска Ксаверия. После тридцатидневного уединения человек обретает всепоглощающую любовь к Христу, но полностью перестает осознавать себя и свои поступки. Полностью. Он может вытерпеть любую боль. И он уверен в своей святости. Я не пытаюсь опорочить Франциска Ксаверия — возможно, он на самом деле был великим святым. Но жить с ним под одной крышей было бы трудно. Вам известно, что в общении он был просто несносен? Давайте сделаем небольшой экскурс в историю. Игнатию постоянно приходилось вмешиваться, чтобы хоть как-то стусевать нетерпимость своего доблестного сподвижника. Лишь неистовый фанатик способен на то, что творил святой Франциск. Вперед, вперед, только вперед — невзирая на остающиеся позади трупы. Именно это вменяют св. Франциску в вину. Он часто смещал со своих постов членов нашего Ордена, и они обращались к Игнатию. Игнатий говорил им: «Идите в Рим — там во всем разберемся», и тайно возвращал им их сан. Как измерить уровень самосознания в этой ситуации? Не знаю, вправе ли мы судить. Я вовсе не утверждаю, что бескорыстных поступков не бывает. Я хочу сказать, что в большинстве случаев все наши поступки объясняются личными интересами. Все. Эгоистичны ли наши деяния, которые совершаются ради Христа? Безусловно. Когда в своих действиях вы руководствуетесь любовью к ближнему, вами движет все тот же эгоизм. Этот тезис нуждается в более детальном

разъяснении.

Представьте, что вы живете на островах Феникс, и вам ежедневно приходится кормить по пятьсот детей. Понравилось бы вам это? Или, как вам кажется, подобное занятие было бы вам в тягость? Иногда так оно и случается; дело в том, что есть люди, которые тягостятся своим нежеланием что-то делать. И называют такую деятельность благотворительной. Чувствуя за собой вину, они разыгрывают целый спектакль. В их сердцах нет любви. Но вы-то, слава Богу, получаете удовольствие от того, что помогаете другим. Удивительно! Вы полностью здоровы, потому что эгоистичны. Эгоизм и есть здоровье.

Подведем итоги. Есть два вида эгоизма (а может, и три). Эгоизм первого типа: человеку нравится угождать самому себе; эгоизм второго типа: человеку нравится доставлять удовольствие другим. Никаких причин для гордости тут нет. Присущий вам тот или иной вид эгоизма говорит лишь о ваших пристрастиях, но не о вашей духовности. Вы самый обыкновенный человек, обладающий более тонким вкусом. В детстве вам нравилась кока-кола; теперь вы стали старше и понимаете, как хороша в жаркий полдень кружка ледяного пива. Ваш вкус развился. Вам нравится радовать других, но удовольствие вы получаете такое же, как и раньше. Есть еще одна разновидность эгоизма (наихудшая): человек заставляет себя делать что-то хорошее. Это занятие ему не нравится, он его просто ненавидит. Он жертвует собой и жалуется на это. Ба! Как же мало вы себя знаете, если думаете, что с вами такого никогда не бывает.

Если бы каждый раз, когда я чувствовал неловкость из-за собственных действий, мне платили по доллару, я давно уже стал бы миллионером. Вам хорошо знаком этот механизм. «Папа, хочешь я вечером тебя встречу?» — «Конечно, хочу!» У меня совсем нет желания это делать — я просто ненавижу его встречать. Вечером я хотел посмотреть телевизор, но отказать отцу я не могу. Кишка тонка. «Конечно, хочу», — говорит он, и мои мысли принимают другой оборот: «Вот черт, придется смириться».

Мне не хочется встречать отца и не хочется ему отказывать. Поэтому из двух зол я выбираю меньшее, и отвечаю: «Хорошо, папа, я выйду вечером». Я хочу скорее прийти домой и стереть с лица дежурную улыбку. Но вот я встречаю отца и спрашиваю, как у него идут дела. «Отлично», — отвечает он и пускается в долгий рассказ о том, как он любит свою работу. Я в это время думаю: «Боже, скажет он что-то по существу или нет?!» Наконец он добирается до главного, и мне удается отделаться от него, послав его в нокаут репликой: «Да ведь любой дурак с этим справится!» Утром после завтрака я подхожу к нему и спрашиваю: «Ну, как ты?» (я чувствую, что был груб вечером). «Ничего, — отвечает отец и добавляет: — Знаешь, твои слова мне очень помогли. Хочешь, встретимся сегодня после ленча?» Боже правый!

Это наихудший вид милосердия: вы делаете что-то из-за боязни ощутить себя эгоистом. Вам не хватает духу попросить, чтобы вас оставили в покое. Вы хотите, чтобы вас считали добрым пастырем! Если вы скажете: «Мне не нравится причинять людям боль», я отвечу, что не верю вам. Я не верю никому, кто говорит, что не любит заставлять людей страдать. Все мы любим мучить людей — особенно некоторых. Нам это нравится. Мы радуемся, когда видим, что кто-то мучит своего ближнего. Но сами мы не желаем причинять боль, ведь тогда пострадаем мы сами. Так-то. Если мы станем источником чьих-то мучений, о нас плохо подумают. Нас не будут уважать, о нас будут плохо отзываться, а мы этого не любим.

# ЧТО ЗАНИМАЕТ ВАШЕ ВНИМАНИЕ

Жизнь — это банкет. И трагедия человечества в том, что на этом банкете большинство людей умирает голодной смертью. Вот что я повторяю без устали вновь и вновь. Мне вспоминается милая история о том, как экипаж сплавлявшегося по одной из бразильских рек плота едва не погиб от жажды. Люди не знали, что река, по которой они плывут, полна пресной воды. Река впадала в море под таким напором, что даже на расстоянии двух миль от берега ощущалось ее течение — а значит, и вода там была пригодна для питья. Но они даже не подозревали об этом. Так и мы: купаемся в радости, счастье и любви, даже не замечая этого. Причины те же — зомбирование мозга, гипноз и сон.

Представьте, что какой-то чародей гипнотизирует человека так, что тот перестает замечать очевидное и начинает видеть то, чего нет. С вами именно это и происходит. Покайтесь и примите благую весть. Покайтесь! Проснитесь! Перестаньте проливать слезы над своими грехами. Зачем сокрушаться о том, что было во сне? Вы сожалеете о совершенных в гипнотическом трансе поступках? Зачем вам это? Пробудитесь! Пробудитесь! Покайтесь! Обновите свое сознание. По-новому взгляните на мир! Ведь «царство здесь!» Редкий христианин отнесется к этим словам серьезно. Я говорил, что первое, что вам надо сделать, — это пробудиться, осознать свое нежелание просыпаться. Намного больше вы хотели бы получить все то, что, как вам внушили, для вас очень ценно и важно — причем жизненно важно. Второй шаг — осознание. Осознание того, что вы, быть может, всю свою жизнь заблуждались и потому постоянно суетились. Суетились и не просыпались. Заблуждались относительно любви, свободы, счастья и всего остального. Совсем непросто слушать, когда кто-то камня на камне не оставляет от дорогих вам вещей.

Что касается идеологической обработки человека, то мы располагаем довольно интересной информацией. Доказано, что когда человек примеряет на себя или «интроецирует» чужие идеи и мысли, он так или иначе программирует свой мозг. И самое смешное то, что за эти идеи он готов умереть. Это ли не странно? Надежным показателем того, был мозг человека запрограммирован или нет, а также насколько жизненные принципы данного мужчины или женщины сформированы интроекцией, является реакция этого человека на критику его убеждений. Если он эмоционально реагирует на нападки со стороны, то можно с большой долей вероятности предположить, что перед нами типичный продукт идеологической обработки. Он готов умереть за чужую идею. Террористы и святые (так называемые святые) выбирают себе какую-то идею, становятся одержимыми ею и идут за нее на смерть. Слушать непросто — особенно если вы идейный человек. Но даже если вы и не очень идейный, слушать все равно трудно. Вы ведь слушаете только свою программу, только свой сон. Новые идеи вы пропускаете через эту программу, согласовывая полученную информацию с данной вам психологической установкой или властвующим над вами гипнотическим сном. Помните вопрос одной студентки после лекции о сельском хозяйстве: «Сэр, я согласна, что лучшее удобрение — это старый лошадиный навоз. Но, простите, не могли бы вы уточнить, сколько лет должно быть лошади?» Понимаете, что стоит за этим вопросом? У нас у всех есть определенная точка зрения, не так ли? И все услышанное мы согласовываем с ней.

«Генри, как ты изменился! Был таким высоким, а стал низеньким. У тебя была такая красивая фигура, а теперь ты так отощал! Был блондин — а теперь брюнет. Что с тобой, Генри?» — «Я не Генри, я Джон». — «О, да ты и имя сменил!» Разве можно таких людей заставить слушать?

Самое трудное в этом мире — слышать и видеть. Мы не желаем видеть. Вы думаете,

капиталист интересуется положительными сторонами коммунистической идеи? Или, может, коммунист хочет узнать о сильных сторонах капиталистического строя? Полагаете, богатый жаждет что-то знать о нищих? Мы не желаем видеть, поскольку зрячий может захотеть перемен. Мы не хотим смотреть. Если вы смотрите, вы теряете контроль над происходящим, теряете контроль над жизнью, которой вы только-только научились кое-как управлять. Поэтому проснуться вы можете лишь при одном условии. Условие это заключается не в наличии у вас энергии, силы, молодости или глубокого ума. Единственное, что вам нужно, — это готовность узнавать новое. Вероятность того, что вы проснетесь, прямо пропорциональна количеству тех воспринятых вами истин, от которых вы не сбежали. Сколько новой информации вы можете воспринять? Сколько можете отринуть ценных и дорогих вашему сердцу вещей и не удрать? Насколько вы готовы мыслить в непривычных категориях?

Первым делом мы обычно пугаемся. Боимся мы отнюдь не нового. Того, чего не знаешь, бояться невозможно. Неведомое никому не может внушить страх. Люди боятся потерять известное. Вот чего страшится каждый из вас.

Например, все наши поступки в той или иной степени замешаны на эгоизме. В это трудно поверить. Давайте же проанализируем наши действия более детально. Если все замешано на эгоизме — утонченном или обычном, — что остается думать о благотворительности как таковой, о добрых делах, которые вы совершаете? Как быть с ними? Предложу простое упражнение. Вспомните все то доброе, что вы сделали в жизни — или только некоторые из добрых дел (времени я даю мало, всего лишь несколько секунд). Видите теперь, что в основе их лежал эгоизм — как осознанный, так и подсознательный? Куда делись ваши гордость и тщеславие? Куда делся ваш благодушный настрой, нежное отношение к себе как к милосердному филантропу? Испарились без следа, не так ли? А где ваше презрение к соседу, эгоисту до мозга костей, как совсем недавно вы его называли? Теперь все видится вам в новом свете, ведь правда? «Хорошо, — отвечаете вы. — Но у меня вкус тоньше, чем у соседа». Вы действительно очень опасный тип. С людьми вашего склада Христу было особенно тяжело. Ему было трудно сладить с теми, кто искренне верил в свою доброту, в то время как отпетые эгоисты не доставляли ему никаких хлопот. Понимаете теперь, какая свобода открывается перед вами? Да просыпайтесь же! Пробуждение освобождает. Оно прекрасно! Возможно, услышанное вас расстроило. Но ведь это прекрасно — осознавать, что вы не лучше других? Разве нет? Вы разочарованы? Да вы только поглядите, что мы вытащили на свет божий! Что случилось с вашим самолюбием? Вы хотели бы ощущать себя выше других смертных. Но вы же видите, какое заблуждение мы разоблачили!

# ХОРОШИЙ, ПЛОХОЙ ИЛИ УДАЧЛИВЫЙ

Мне кажется, эгоизм — это одно из проявлений самого могучего нашего инстинкта — инстинкта самосохранения. Разве можем мы добровольно выбрать бескорыстное служение людям? Это все равно что выбрать небытие. Как бы то ни было, я говорю вам: перестаньте терзаться угрызениями совести из-за того, что ваши поступки эгоистичны; все люди одинаковы. Однажды один человек — не христианин — высказал до ужаса красивую мысль о Христе: «Иисус так хорошо чувствовал себя среди грешников, поскольку знал, что сам такой же, как они». Мы отличаемся друг от друга (например, от преступников) нашими поступками — или отсутствием таковых, — но не тем, чем мы есть на самом деле. Единственное, что отличает Христа от простых смертных, — это то, что он бодрствовал, а другие спали. Посмотрите на человека, выигравшего в лотерею. Разве он говорит, что рад не за себя, а за свой народ? Не говорит. Потому что ему повезло, наконец-то повезло. Он выиграл в лотерею, выиграл главный приз. Но чем тут гордиться?

Когда вы узнаете что-то новое, вы делаете то, что вам выгодно. Кроме того, вам просто повезло. Чем же тут гордиться? Разве вы не видите, что кичиться добрыми делами глупо? Библейский фарисей вовсе не зол. Он глуп. Он ни о чем не задумывается. Кто-то когда-то сказал: «Я никогда не думаю. Если я о чем-то задумаюсь, я забуду, как жить дальше».

# НАШИ ИЛЛЮЗИИ

Итак, если подумать, то становится ясно, что гордиться, в общем-то, и нечем. Какой же в таком случае напрашивается вывод, если говорить о человеческих взаимоотношениях? Это зависит от того, на что вы жалуетесь. Вот оскорбленный юноша: его предала любимая. А чего он ожидал — чего-то лучшего. Когда имеете дело с эгоистами, ожидать надо самого худшего. Он обожествлял свою девушку — и оказался в дураках. Он думал, что она сказочная принцесса, думал, что люди добрые. А они вовсе не добрые. Они злые — такие же злые, как и бы, молодой человек. Злые, понимаете? Они спят, и вы тоже спите. И как, по-вашему, что им всем нужно? То же, что и вам — удовлетворить собственные интересы. Вы видите: никакой разницы. Вообразите, какая это свобода: вам больше никогда не придется разочаровываться, не придется переживать крушение надежд и иллюзий. У вас больше не будет ощущения, что вас предали. Или отвергли. Хотите проснуться? Хотите быть счастливым? Свободным? Тогда избавьтесь от иллюзий. Смотрите правде в лицо. Если вы сможете увидеть самого себя насквозь, то и души других людей будут вам видны как на ладони. И тогда вы сможете полюбить своих ближних. Иначе у вас в душе всегда будут тесниться ложные представления о мире, неспособные выдержать испытания жизнью.

Возможно, вас поразит тот факт, что все люди — за исключением очень немногих бодрствующих — склонны к тому или иному типу эгоизма. А это говорит о том, что причин для разочарования нет и быть не может. Если бы вы всегда открыто глядели в лицо реальности, вы бы никогда не разочаровывались. Но вы предпочитаете смотреть на мир сквозь розовые очки; вы предпочитаете не видеть людей такими, какие они есть, поскольку не желаете знать правду о самом себе. Теперь вы за это расплачиваетесь.

Позвольте, я расскажу вам об одном случае. Однажды меня спросили: а что такое просвещение и на что похоже пробуждение? Похоже оно вот на что. Представьте себе лондонского бродягу, бредущего по улице в поисках ночлега. Он с трудом выпросил у кого-то корочку хлеба на ужин, и теперь идет вдоль набережной Темзы. Моросит мелкий дождь, и бедняга зябко кутается в жалкие лохмотья. Он уже облюбовал себе местечко для сна, но вдруг прямо перед ним останавливается «роллс-ройс». Из машины выходит молодая красавица и обращается к бродяге: «Бедный мой, вы собираетесь переночевать здесь, на набережной?» «Да», — отвечает бродяга. «Это никуда не годится, — говорит она. Давайте поедем со мной — в моем доме вас ждет вкусный ужин и мягкая постель». Она добивается его согласия. Бродяга садится в машину, и через некоторое время они подъезжают к роскошному особняку, вокруг которого разбит великолепный парк. Навстречу выходит слуга, и молодая леди говорит ему: «Джеймс, проводи, пожалуйста, этого человека к слугам и проследи, чтобы с ним обошлись как подобает». Джеймс в точности выполняет распоряжение хозяйки. Ложась в постель, юная леди вспоминает о своем госте. Она набрасывает на плечи какую-то одежду и неслышно пробирается к помещениям, где спят слуги. Из комнаты бродяги пробивается узкая полоска света. Тихо постучавшись, девушка отворяет дверь и видит, что гость не спит. «Что-то не так, друг мой? — спрашивает она. — Вас плохо покормили?» «Я еще никогда так хорошо не ужинал, мэм». «Вам не холодно?» «Совсем не холодно». «Может быть, вам скучно одному? — спрашивает она. — Не могли бы вы немного подвинуться?» Красавица подходит ближе, он двигается и падает в Темзу.

Ха! Не ожидали? Просветление! Просветление! Просыпайтесь. Только когда вы будете готовы к тому, чтобы иллюзии уступили место подлинному, а желаемое — действительному; только тогда у вас появится шанс обрести что-то настоящее. И только тогда ваша жизнь наконец-то станет осмысленной и прекрасной.

А вот история о старике Рамиресе, живущем в замке на высокой горе. Однажды он посмотрел в окно (он парализован и не встает с постели) и увидел своего врага — такого же старика, как он сам. Опираясь на палку, этот человек медленно и мучительно поднимался в гору. Часа через два с половиной он будет наверху. Рамирес ничего не может предпринять: в замке никого нет, у слуг выходной. И вот враг отворяет дверь и, вынимая из кармана пистолет, говорит: «Наконец-то ты в моих руках». Рамирес изо всех сил пытается отговорить незваного гостя от его страшного намерения: «Да ладно, Борджиа, ты не выстрелишь. Ты же видишь — я уже не тот человек, который когда-то над тобой издевался, да и ты уже не юноша. Брось пистолет!» «О нет, — отвечает его враг. — Твои речи не смогут помешать мне довести до конца богоугодное дело. Я жажду мести, и ты бессилён что-либо сделать». «Кое-что я ещё могу!» — восклицает Рамирес. «И что же?» «Я могу проснуться», — говорит Рамирес. И он действительно проснулся! Вот что такое просветление. Когда кто-то говорит вам: «Вы бессильны что-либо сделать», смело отвечайте: «Я могу проснуться!»

И жизнь перестанет казаться вам кошмаром. Просыпайтесь!

Однажды меня спросили — как вы думаете о чем? — снизошло ли просветление на меня самого. И как вы думаете, что я ответил? Какое это имеет значение!

Хотите получить более обстоятельный ответ? Тогда слушайте: «Разве я могу это знать? Разве можете знать это вы? Какое это имеет значение?» Вам уже кое-что известно, ведь правда? Туго придется тому, кто хочет чего-то очень сильно. Знаете вы и другое: если бы на меня снизошло просветление и вы бы слушали меня только из-за этого, ничего хорошего бы не получилось. Вы хотите, чтобы вас загипнотизировал просветленный человек? Поддаться гипнозу нетрудно. Разве существенно, кто именно вас гипнотизирует? Тем не менее человеку хочется на кого-то опереться — разве нет? Причем на того, кто, как нам кажется, уже достиг каких-то вершин в духовном развитии. Нам нравится думать, что кто-то чего-то достиг. Это обнадеживает. А на что вы хотите надеяться? Может, надежда — это ещё одна разновидность желания?

Наверное, вы хотите надеяться на то, что ваши дела изменятся к лучшему. Иначе надежда теряет смысл. Но вы забываете, что уже сейчас у вас есть все, что вы пожелаете, хотя вы об этом не знаете. Почему бы вместо мечтаний о будущем вам не заняться настоящим? Разве будущее — это не разновидность самообмана?

# САМОНАБЛЮДЕНИЕ

Единственное, чем может помочь вам другой человек, — это усомниться в истинности ваших убеждений. Если вы готовы слушать и готовы воспринимать критику, вам остается только одно (однако помочь вам никто не сможет). Ведь что самое важное? То, что мы называем самонаблюдением. Какая здесь может быть помощь? Никто ведь не знает, какой метод вам подойдет. И технику вам никто показать не сможет. Если человек перенимает чужую технику, он попадает под чужое влияние. И все же самонаблюдение — созерцание своего «я» — очень важная вещь. Не путайте самонаблюдение с поглощенностью самим собой — это разные вещи. Поглощенность самим собой — тот же эгоцентризм: человека интересуют только собственные потребности и волнуют только собственные беды. Я же говорю о *само-наблюдении*. Что это такое? Это внимательное наблюдение за всем, что происходит внутри вас и вокруг вас, — причем наблюдение как бы со стороны, словно происходящее вас не касается. Последнее уточнение можно расшифровать так: вы не соотносите с собой происходящие с вами события. Это значит, что вы воспринимаете эти события так, словно к вам они не имеют ни малейшего отношения.

Причина всех ваших мучений в том, что вы отождествляете себя со своими неприятностями и тревогами. Вы говорите: «Я подавлен». Но ведь это ложь. Вы не подавлены. Если вы хотите быть точным, вам следовало бы сказать так: «Сейчас я чувствую подавленность». Быть подавленным вы не можете, ведь ваша депрессия и вы — совсем не одно и то же. Наше сознание частенько проделывает этот странный фокус — подсовывает нам чудные иллюзии. Вы неосознанно обманываете себя, когда думаете, что вы — это ваше плохое настроение, или гнев, или радость, или какая-нибудь иная эмоция, которую вы в тот или иной момент испытываете. «Я восхищен!» — говорите вы, но вы не восхищены. Вы можете лишь ощущать восторг в данную минуту. Но стоит немного подождать — и это ощущение изменится. Оно не может долгое время оставаться одним и тем же: оно постоянно меняется. Облака никогда не стоят на месте; есть облака темные, а есть светлые, есть большие, а есть совсем крохотные. Продолжая аналогию, скажу, что вы — небо, наблюдающее за облаками. Пассивный и беспристрастный наблюдатель. Возможно, вас шокирует такая аналогия — особенно если вы представитель западной цивилизации. Вы не смешиваетесь с облаками. Не смешивайтесь! Ни на чем не «зацикливайтесь». Смотрите! Наблюдайте!

К сожалению, люди полностью поглощены вещами, которых не понимают. Мы всегда чем-то поглощены, не так ли? И нам даже в голову не приходит, что нырять во что-то с головой необязательно. Честное слово, необязательно. Это многое объясняет: надо лишь понять то, что происходит внутри и вокруг вас. Когда вы поймете природу вещей, они переменятся.

# БЕСПРИСТРАСТНОЕ ОСОЗНАНИЕ

Вы хотите изменить мир? Тогда начните с себя. Измените для начала собственное «я». Но как это сделать? С помощью наблюдения. С помощью понимания. Не допуская отождествления себя ни с чем и воздерживаясь от каких бы то ни было суждений. Если вы возьметесь судить о том или ином предмете, вы не сможете его понять.

В тот момент, когда вы говорите о человеке: «Он коммунист», процесс понимания останавливается. Вы навесили на него ярлык. «Она капиталистка». Вы перестали ее понимать; вы навесили ярлык. И если в ваших словах скрыто одобрение или осуждение — тем хуже для вас! Как можно понять то, что одобряешь или осуждаешь? И одобрение, и осуждение — уже совершенно новые миры, разве не так? Никаких суждений, никаких комментариев, никаких личных оценок: вы просто наблюдаете, изучаете, смотрите и ничего не хотите менять. Если же вы испытываете желание изменить то, что есть, на то, что, по-вашему, должно быть, вы перестаете понимать. Кинолог пытается понять собаку, потому что хочет ее выдрессировать. Ученый же наблюдает за муравьями с единственной целью изучить их, узнать о них как можно больше. Никакой другой цели у него нет. Он не стремится их выдрессировать или извлечь из них какую-то пользу. Он просто интересуется муравьями и хочет знать о них все — насколько это возможно, конечно. Это его метод. Когда вам удастся воспитать в себе такое же отношение ко всему миру, вы узрите чудо. Вы изменитесь — как надлежит, без всяких усилий. Перемена произойдет сама собой, вы не будете ее причиной. Как только к вам придет осознание, зло уйдет. А все доброе, что есть в вашей душе, будет заботливо взлелеяно. Это нужно испытать.

Однако все вышеизложенное применимо лишь тогда, когда сознание человека дисциплинировано. Говоря о дисциплине, я не имею в виду волевые усилия. Вы когда-нибудь задумывались, как живет профессиональный спортсмен? С самого детства, он живет только спортом, но каждый его день все равно расписан по минутам. Посмотрите, как течет река; она сама определяет очертания своих берегов. Если что-то внутри вас не дает вам сбиться с верного пути, это «нечто» обязательно выработает в вас и самодисциплину.

Момент заражения микробом осознания. О, это восхитительно! Ничего более восхитительного в мире нет — более восхитительного и более важного, чем пробуждение. Ничего! Кроме того, пробуждение прекрасно дисциплинирует.

Сознательная жизнь невероятно приятна. Вам больше нравится жить во тьме? Нравится не осознавать собственные слова и поступки? Нравится слушать, но не слышать, смотреть, но не видеть? «Лучше не жить вовсе, чем жить неосознанно», — говорил великий Сократ. Это очевидно. Очень многие из нас живут неосознанно. Наши мысли (как правило, эти мысли вовсе не наши) и эмоции приходят и уходят автоматически; если мы что-то делаем, то тоже машинально. Хотите убедиться? «До чего же ты хороша в этой блузке!» — вам приятны подобные комплименты. Ради всего святого! Когда вам расточают комплименты, вы гордитесь собой. Ко мне в Индию приезжают желающие посетить наш центр и восклицают: «Ах, какое прелестное местечко! Какие дивные деревья! (К тем деревьям я не имею ни малейшего отношения.) А какой климат!» И у меня на душе сразу теплеет. Но тут я ловлю себя на самообмане и отвечаю: «Уф, не могли придумать что-нибудь поглупее?» Деревья выращивал не я и место для строительства центра выбирал тоже не я. Хорошую погоду я тоже не заказывал, просто все сложилось так, а не иначе. Но «я» оказался именно в этом месте и горжусь этим. Горжусь «своим» народом, «своей» культурой. Это так глупо, не находите? Мне говорят: ваша культура, культура Индии, дала миру великих мистиков. Но ведь это не я дал их миру. Не я их воспитал. Или такое: «Бедность вашей страны просто омерзительна». Мне стыдно. Но не я

причина нашей бедности. Вы когда-нибудь задумывались, что происходит, когда вам делают комплимент? Кто-то говорит: «О, вы неподражаемы!» И мне приятно это слышать. Я получаю позитивный заряд (именно поэтому мы и говорим «я в порядке», «ты в порядке» и т. д.). Когда-нибудь я напишу книгу с названием «Я дурак и ты дурак». Ничто так не раскрепощает душу, как открытое признание собственной глупости. Это непередаваемо.

Когда мне говорят, что в чем-то я не прав, я отвечаю: «А чего вы хотели от дурака?» И все — оппонент повержен. Наступает полное освобождение: я дурак и ты дурак. В норме все это выглядит так: я нажимаю кнопку, вы подпрыгиваете, я нажимаю другую, вы садитесь. Причем и подпрыгиваете, и садитесь с удовольствием. Много ли вы знаете людей, одинаково равнодушно приемлющих хвалу и хулу? Подобное равнодушие не присуще человеческой натуре, говорим мы. Человек должен оставаться человеком: быть маленькой обезьяной и делать то, что он должен делать. Но разве это настоящая человечность? Если вы находите меня неподражаемым, это говорит лишь о том, что в данный момент у вас хорошее настроение.

А еще это свидетельствует о том, что я подхожу вам по списку. У нас у всех есть такой список, по которому мы оцениваем людей: она высокая, хм... смуглая, красивая, хм-м... вполне в моем вкусе. «Мне нравится ее голос». Вы говорите: «Я влюблен». Вы не влюблены, вы просто осел. Не знаю, стоит ли говорить такое, но когда вы в кого-то влюбляетесь, вы становитесь ослом. Давайте поглядим, что с вами, влюбленным, происходит. Вы убегаете от самого себя. Убегаете изо всех сил. Кто-то когда-то сказал: «Спасибо Господу за то, что он создал этот мир и возможность от него убежать». Вот и все.

Мы просто роботы-марионетки. Мы пишем книги о марионетках — о том, как здорово быть марионеткой и как важно получать от окружающих подтверждения собственной нормальности. Все это нужно, чтобы мы могли нравиться самим себе. Как хорошо жить в тюрьме! Или — как мне вчера сказали — хорошо жить в клетке! Вам нравится жить в тюрьме! Нравится быть марионеткой? Тогда вот что я вам скажу: если вы позволяете себе радоваться чьим-то похвалам, вы тем самым готовите себя к отчаянию от того, что кто-то вас выбранил. Пока вы живете ради чьих-то ожиданий, вы тщательнее следите за своей одеждой и обувью, тщательнее укладываете волосы — словом, стараетесь соответствовать всем этим трижды проклятым стандартам. И это вы называете отличительной чертой человеческой природы?

Вот что вы обнаружите, когда заглянете в свою душу!

Вы ужаснетесь! На самом деле вы не хороший и не плохой. Возможно, вы соответствуете последней моде, современному стилю — что же, от этого вы стали хорошим человеком? Разве это взаимосвязанные понятия? Разве ваша нормальность зависит от того, что о ней думают другие? Если так, то Иисус Христос был, очевидно, совсем «нехорошим» проповедником. Вы не хороший и не плохой, вы — это вы. Надеюсь, хотя бы для некоторых это станет подлинным откровением. Если за дни, проведенные вместе со мной, трое или четверо слушателей сделают для себя такое открытие, это будет великолепно! И необычно! Отбросьте все ваши представления о добре и зле; отбросьте все суждения — просто смотрите, просто наблюдайте. Вам многое откроется. И вы изменитесь. Изменитесь, не прилагая никаких усилий.

Мне вспоминается эпизод из жизни послевоенного Лондона. Молодой человек едет в автобусе; на коленях у него большой коричневый сверток. К юноше подходит кондуктор и спрашивает: «А что это у вас такое?» «Неразорвавшаяся бомба, — отвечает пассажир. — Мы ее выкопали в саду, и теперь я везу ее в полицию». «Не держите бомбу на коленях. Лучше положите ее под сиденье», — советует кондуктор.

Психология и духовность (то, что мы называем духовностью) помогают переложить бомбу с коленей под сиденье. Полностью разобраться с возникшими у вас трудностями они бессильны. Они лишь заменяют одни трудности другими. Вам это никогда не приходило в голову? Была

какая-то одна проблема, теперь вместо нее появилась другая. И так будет до тех пор, пока не будет решена проблема под названием «я».

# ИЛЛЮЗИЯ УСПЕХА

Пока мы не найдем решения этой проблемы, мы будем топтаться на месте. Великие мистики и учителя Востока вопрошают: «Кто вы?» Многим кажется, что главный вопрос состоит в том, кем был Иисус Христос. Это вовсе не главное!

Многим кажется, что самое важное — это знать, существует ли Бог на самом деле. Нет, это не самое важное! Многие считают, что самое главное — это знать, есть ли жизнь после смерти. Нет, это не главное! Никто почему-то не мучится таким вопросом: а есть ли жизнь до смерти? Исходя из личного опыта, могу сказать: тем, как прожить следующую жизнь, наиболее озабочены люди, не знающие, как распорядиться этой. Один из признаков наступившего пробуждения — это то, что вам абсолютно все равно, что случится в следующей жизни. Вас это совсем не беспокоит. Вам это просто неинтересно.

Что такое вечная жизнь? Вы полагаете, это такая жизнь, которая длится целую вечность. Но теологи скажут, что это совершенно безумное предположение, поскольку вечность тоже предполагает наличие времени.

Вечность — это время, растянутое до бесконечности. Вечная же жизнь означает отсутствие времени как такового. Человек не в силах постичь подобное. Он может либо принимать время, либо отвергать его, но понять, что такое вневременность, он не может. Тем не менее, по утверждению многих мистиков, вечная жизнь протекает здесь и сейчас. Как вам такая новость? Здесь и сейчас. Когда я советую человеку забыть прошлое, у него начинается депрессия. Люди так гордятся своим прошлым. Или стыдятся. Сумасшедшие! Просто освободитесь от него! Когда услышите призыв «Раскайтесь в содеянном!», не забывайте, что религия устроила большую путаницу во всем, что касается пробуждения. Проснитесь! Вот что подразумевается под покаянием. Не «плачьте над содеянными грехами», но проснитесь! Осознайте все и перестаньте плакать. Осознайте! Пробудитесь!

# НАЙТИ СЕБЯ

Великие учителя утверждают, что самый важный вопрос — это вопрос «Кто есть я?». Или даже «Что есть „я“?». Что мы называем собой? Говорите, вам осталось понять только это? Вы изучили астрономию, постигли природу черных дыр и квазаров, одолели компьютер, но так и не разгадали собственную природу? Надо же, вы все еще спите. Вы спящий ученый. Утверждаете, что поняли Христа, но не понимаете себя? Откуда же вы знаете, что поняли Христа? Сперва уясните, в чьей голове происходит процесс осознания. Ведь это основа основ, разве не так? Именно из-за непонимания природы человека все эти бестолковые фанатики вели не менее бестолковые религиозные войны — мусульмане шли походом на иудеев, католики — на протестантов... Все они не знали, кто они, — иначе история человечества не знала бы религиозных войн. Ситуация была бы примерно такая. «Ты пресвитерианин?» — спрашивает маленькая девочка маленького мальчика. «Нет, наша семья симпатизирует другой гадости!»

Но сейчас я хочу подчеркнуть важность самонаблюдения. В данный момент вы заняты тем, что слушаете меня; но воспринимаете ли вы что-то кроме звука моего голоса? Осознаете ли свою реакцию на сказанное? Если нет, то вы, скорее всего, будете загипнотизированы. Или попадете под влияние каких-то скрытых пластов своего сознания, о существовании которых даже не догадываетесь. Если вы осознаете свою реакцию на мои слова, понимаете ли вы, чья это реакция? А вдруг это не вы меня слушаете, а ваш папочка? Как вы думаете, такое возможно? Конечно, возможно. Раз за разом на своих психотерапевтических семинарах я обнаруживаю тех, кого на самом деле там нет. На семинар приходят их мамы и папы, но не они сами. Сами они не появляются никогда. «Я живу сейчас; не я сам — мой отец живет во мне». Это чистая правда — так все и происходит. Я мог бы разложить по полочкам все ваши мысли, спрашивая о каждой из них: «Ну, а вот эта от кого — от папы, от мамы, от бабушки или от дедушки?»

Кто живет в вас? Когда осознаешь ответ на этот вопрос, становится не по себе. Вы считаете себя свободным человеком, и тут выясняется, что все ваши жесты, мысли, эмоции и убеждения принадлежат кому-то другому. Разве это не страшно? А вы ни о чем таком даже не подозревали. Поговорим о схемах, которые запечатлены в нашем сознании. У вас имеются определенные убеждения, и вы уверены, что эти убеждения принадлежат вам. Но так ли это на самом деле? Нужно довольно ясно осознавать себя, чтобы понять: то, что каждый из нас называет «я», может оказаться не чем иным, как смесью жизненного опыта, условных рефлексов и общественных устоев.

Все это очень неприятно. Да и вообще, пробуждение будет очень болезненным (сначала). Больно видеть, как разбиваются иллюзии. От убеждений, которые, как вам казалось, были выработаны лично вами, не останется даже камня на камне — осознавать это действительно горько. Может, стоит выкроить минутку для того, чтобы прямо сейчас осознать свои физические ощущения, эмоциональное состояние и состояние сознания? Осознать наличие классной доски, а также цвет и фактуру этих стен? Как насчет осознания выражения моего лица и своей реакции на мою гримасу? Ведь реакция появляется у вас независимо от того, осознаете вы ее или нет. И возможно, это реакция совсем не ваша — просто обстоятельства вашей жизни допускают только такой отклик на то или иное явление. А что вы скажете об осознании вышесказанного, хоть это уже не совсем осознание, а память?

Осознайте свое присутствие в этой комнате. Скажите: «Я в этой комнате». Словно вы покинули свое тело и смотрите на себя со стороны. Обратите внимание, что ваши ощущения слегка изменились — по сравнению с теми, которые возникли бы при взгляде изнутри комнаты. Придет время, и вы зададитесь вопросом: «А кто это смотрит?» Я смотрю на себя. Что такое

«я»? Что такое «на себя»? Пока что остановимся на том, что мы видим себя. Но если вы обнаружили, что осуждаете или одобряете себя, не прекращайте ни того, ни другого — просто наблюдайте. Я порицаю себя; я не одобряю себя; я одобряю себя. Просто наблюдайте. Не пытайтесь изменить свои мысли! Не говорите себе: «Ах, нам ведь не велели это делать». Просто следите за ходом ваших мыслей. Как я уже говорил, самонаблюдение — это наблюдение за всем, что происходит внутри и вокруг вас, причем наблюдение как бы со стороны, словно все происходящее вас не касается.

# ВОЗВРАЩАЯСЬ К Я

Предложу вам еще одно упражнение. Охарактеризуйте себя одним словом и запишите его на листке бумаги (например, вы можете написать «бизнесмен», «священник», «человек», «католик», «еврей» и т. д.).

Как я заметил, некоторые люди находят для себя такие определения, как «удачливый», «странник-пилигрим», «профессионал», «живой», «нетерпеливый», «собранный», «гибкий», «миролюбивый», «любовник», «представитель человеческого рода», «сверхструктурированный». Все это, я полагаю, результаты наблюдения за собой.

Но заметьте: «я» наблюдаю за «собой». Этот любопытный феномен во все времена привлекал внимание философов, мистиков, ученых, филологов: «я» могу наблюдать за «собой». По всей видимости, животные на такое не способны. По всей видимости, это под силу лишь человеку с определенным уровнем интеллекта. То, чему я хочу обучить вас, — не метафизика и не философия; я хочу научить вас просто наблюдать и пользоваться здравым смыслом. Великие учителя Востока обращаются именно к «я», а не к «себе». Некоторые из них утверждают, что сначала в человеческом мозгу запечатлеваются предметы окружающего мира и их осознание; потом человек переходит к осознанию своих мыслей (именно это мы называем «собой»). В конце концов осознанию подвергается сам мыслящий. Предметы, мысли, мыслящий. Больше всего нас интересует мыслящий. Может ли мыслящий познать самого себя? Могу ли я познать, что есть «я»? Вот как отвечают некоторые из восточных учителей-мистиков: «Может ли нож поранить себя? Может ли зуб укунить себя? Может ли „я“ познать самое себя?» Однако сейчас меня занимает куда более практичный вопрос: чем «я» не является? Соображения по этому поводу я буду излагать настолько медленно и постепенно, насколько это будет возможно, потому что выводы из сказанного просто невероятны. Они ужасны.

Вот послушайте. Я — это мои мысли? Нет. Мысли приходят и уходят. Я — это не мои мысли. Я — это мое тело? Говорят, что ежеминутно миллионы клеток живого организма подвергаются различным изменениям, так что через каждые семь лет состав клеток полностью обновляется. Клетки рождаются и умирают. Но «я», похоже, не перестает существовать. Так разве «я» — это мое тело? Однозначно нет! «Я» — это что-то иное, что-то большее, чем тело. Вы можете сказать, что тело — одна из составляющих «я». Пусть так, но это переменная составляющая. Тело двигается и меняется. Все его состояния мы называем одинаково, но оно постоянно преображается. Ниагарский водопад мы тоже всегда называем водопадом, хоть он и состоит из низвергающейся воды. Мы используем одно и то же название для реальности, постоянно меняющей свое обличье.

А как насчет имени? «Я» — это мое имя? Нет, конечно: я могу взять себе другое имя и мое «я» от этого не переменится. А что вы скажете о карьере? Убеждениях? Допустим, я католик или иудей — разве «я» определяется этим? Когда я перехожу в другую веру, меняется ли мое «я»? У меня появляется иное «я» или «я» просто меняюсь? Другими словами, является мое имя существенной частью моего «я» или нет? А мое вероисповедание? Я уже упоминал о мальшке, спрашивающей мальчика, а не пресвитерианин ли он. Мне рассказали похожую историю о Пэдди. Пэдди гулял по Белфасту и внезапно почувствовал, как в его затылок уперся пистолет. «Ты католик или протестант?» — спросил мужской голос. Пэдди пришлось соображать очень быстро. «Я иудей», — ответил он. «Должно быть, я самый счастливый араб на весь Белфаст!» — воскликнул человек позади Пэдди.

Много значения люди придают всевозможным ярлыкам. «Я республиканец», — говорим мы. Но так ли это на самом деле? Ведь не станете же вы утверждать, что при переходе из одной

партии в другую ваше «я» полностью меняется. «Я» остается прежним, меняются лишь его политические убеждения, разве не так? Однажды я слышал такой разговор: «За кого ты будешь голосовать — за республиканцев?» — спрашивает один человек своего приятеля. «Нет, за демократов, — отвечает тот. — Демократом был мой отец, демократами были мой дед и прадед». «Какая-то странная логика. А если бы твой отец, твой дед и прадед были конокрадами, что тогда?» «Ну, тогда я был бы республиканцем», — говорит демократ.

У человека целая уйма времени уходит на то, чтобы хоть как-то прореагировать на ярлыки — как на свои, так и на те, что навесил кто-то другой. Эти ярлыки мы полностью соотносим с «я». Примерами часто встречающихся ярлыков могут быть слова «католик», «протестант». Когда-то к некоему священнику обратились с просьбой отслужить обедню по собаке. «Как это — обедню по собаке?» — возмутился служитель церкви. «По моей милой собачке, — ответил прихожанин. — Я очень ее любил и хотел бы заказать мессу за упокой ее души». «Мы не служим обедни по собакам. Пойдите к протестантам — это вниз по улице. Может, они смогут вам чем-то помочь». Поворачиваясь к выходу, прихожанин как бы невзначай проронил: «Очень жаль. Я так любил эту собаку; я даже хотел заплатить миллион долларов за мессу». На что священник отвечает: «Постойте! Так вы говорите, ваша собака была католичкой?»

Обладают ли какой-то ценностью для «я» окружающие нас со всех сторон ярлыки? Можно ли утверждать, что «я» не является ни одним из них? Ярлыки принадлежат «мне» — а характеристики этой категории постоянно меняются. Но меняется ли «я»? Меняется ли наблюдатель? Все дело в том, что любые ярлыки (возможно, кроме ярлыка «человек») нужно соотносить с «собой». «Я» не имеет к ним никакого отношения. Заняв позицию в стороне от себя и наблюдая за «собой», вы перестаете быть тождественны самому «себе». Страдание существует в «вас»; вы страдаете, когда отождествляете свое «я» с «собой».

Представьте, что вы напуганы (взволнованы, недоумеваете). Если «я» — это не деньги, не имя, не гражданство, не друзья, не внешность и не какое-то внутреннее качество, то «я» попросту неуязвимо. Человеческое «я» может быть очень деятельным, но само оно неуязвимо. Подумайте о том, что причиняло или причиняет вам боль, что вас печалит или тревожит. И, во-первых, определите, что стоит за вашим страданием: очевидно, вы сильно жаждете чего-то и не можете это получить. Чего вы жаждете? Во-вторых, осознайте, что эта жажда — не просто сильное желание чего-то; вы имеете дело с отождествлением. Когда-то вы внушили себе: «Благополучие моего „я“, само существование моего „я“ неразрывно связано с этим моим желанием». Причина всех наших горестей и страданий — в отождествлении себя с чем-то, находящимся внутри или снаружи нас.

# НЕПРИЯЗНЬ К ОКРУЖАЮЩИМ

Участник одного из моих семинаров поделился своим опытом: «Со мной приключилось нечто удивительное. Однажды — надо сказать, что в тот момент я находился в довольно натянутых отношениях с тремя коллегами по работе, — я пошел в кино. После сеанса я решил, что обязательно должен посмотреть на себя со стороны — словно я в зале и одновременно на экране. Часа два я вслушивался в свои ощущения, думал о том, как я не люблю тех троих. „Я ненавижу их, — говорил я себе. — Господи Иисусе, что же делать?“ Прошло еще немного времени, и я заплакал. Я понял, что Иисус умер именно за таких людей и они ничего не могли с собой поделать. В тот же день, переговорив с ними, я объяснил, что меня мучило, — они меня поняли. Я перестал сердиться, перестал их ненавидеть».

Если кто-то вам неприятен, значит, вы живете в иллюзорном мире и в чем-то очень глубоко заблуждаетесь. Вы не видите мир таким, каким он есть. Что-то внутри вас должно измениться. Но что мы в большинстве случаев делаем, когда кто-то нам не нравится? «Он сам виноват. Она сама напросилась. Ей следует изменить свое поведение». Да нет же! С миром как раз все в порядке. Если кому-то и следует измениться, то только вам.

Возьмем другой пример. Когда собирается персонал какого-либо учреждения, кто-то обязательно бросит реплику: «У кого это испортились продукты?» И тут раздается ее голос — голос прирожденного диетврача... Она отождествила себя с едой. Она словно бы говорит: «Кто критикует мою еду, критикует меня. Я уязвлена до глубины души». Однако «я» не может быть уязвлено; «задето» может быть лишь то, что мы называем «собой».

Но представьте, что вы оказались свидетелем вопиющей несправедливости, свидетелем чего-то ужасного и безобразного. Разве желание вмешаться в происходящее и исправить случившееся не будет в этой ситуации совершенно естественным? На ваших глазах избивают ребенка. Как быть? Надеюсь, вы не подумали, что я ратую за полное невмешательство. Я хочу сказать лишь то, что отсутствие негативных эмоций намного повысит эффективность ваших действий. Гнев же ослепит вас. «Я» будет заменено «собой», и это полностью обесценит ваш поступок. Вам придется решать не одну проблему, а две. Многие ошибочно полагают, что если человек не возмутится и не разозлится, он ничего не сможет сделать. Это заблуждение!

Оставаясь спокойным, вы можете действовать эффективно. И становитесь очень восприимчивым к окружающей вас действительности. В противном случае ваша чуткость не выдержит натиска того, что можно назвать вашей запрограммированной извне сущностью: вы настолько отождествите ваше «я» с «собой», что в нем станет слишком много «вашего», из-за чего вы потеряете способность к отстраненному и непредвзятому взгляду на мир. Бросаясь в самую гущу событий, очень важно сохранять беспристрастность. Негативные эмоции этому препятствуют.

Что же за страсть толкает нас к активному сопротивлению объективному злу? Чем бы она ни была, за ней стоит не противодействие, а действие.

Мы часто сомневаемся в том, что между теми или иными явлениями и нашим отождествлением себя с ними существует временной зазор. Представьте, что ваш друг при смерти. Вы ходите грустный, и ваше настроение представляется вам в данной ситуации вполне уместным и оправданным. Но что стоит за этой грустью — жалость к самому себе? Что вас печалит? Поразмыслите об этом. Возможно, мои слова покажутся кому-то ужасными, но, как уже было сказано, я пришел из иного мира. Ваша грусть объясняется личной утратой, верно? Вам просто жаль «себя» и тех, кому умирающий мог доставить радость. Последнее означает, что вам жаль людей, которые наслаждаются жалостью к себе. Ведь если не себя они жалеют, то кого

же? Мы не испытываем никаких мук из-за того, чем никогда не пытались завладеть. Если я о чем-то сожалею, значит, мое счастье находится в прямой или косвенной зависимости от этого человека или предмета. Все мы настолько привыкли к противоположной точке зрения, что мои слова кажутся вам ересью. Я угадал?

# ЗАВИСИМОСТЬ

Об этом говорили жившие ранее учителя-мистики. Что до меня, то я не отрицаю, что наша запрограммированная извне сущность — мы называем ее собой — иногда способна возвращаться в обычные рамки; этого требует от нее пройденный человеком курс воспитания. Но тут возникает вопрос; можно ли жить в полном одиночестве, когда ни от кого не зависишь?

Мы все зависим друг от друга, не так ли? Мы зависим от продавца мяса, от пекаря, от мастера, изготавливающего подсвечники. Взаимозависимость — это прекрасно! Именно по этому принципу устроено общество. Все обязанности распределяются между членами социума, что дает возможность каждому из нас жить в достатке и благополучии, жить полной жизнью — по крайней мере, мы надеемся на такие выгоды. Но что означает психологическая, или эмоциональная, зависимость? А то, что необходимым условием счастья становится зависимость от другого человека.

Подумайте об этом. Вы поймете, что следующим шагом, предпринимаемым вами осознанно или неосознанно, обязательно будет предъявление вашему возлюбленному требования сделать вас счастливым. На следующей стадии у вас появится страх: страх потерять партнера, страх быть отвергнутым; вы станете следить друг за другом. Настоящая любовь не знает страха; там, где есть любовь, нет места требованиям, ожиданиям и зависимости. Я не требую, чтобы ты сделала меня счастливым; мое счастье от тебя не зависит. Если ты покинешь меня, я не буду себя жалеть. Мне сказочно приятно быть с тобой, но я не навязываюсь. Я наслаждаюсь твоим обществом, но не вцепляюсь в тебя мертвой хваткой. Мне открылось, что наивысшее наслаждение доставляешь мне не ты, а что-то большее, чем мы оба: звучащая в твоём присутствии симфония. Я продолжаю слышать ее даже после того, как ты уходишь. В присутствии другого человека звучит иная симфония, не менее завораживающая. Музыка льется и тогда, когда я остаюсь один. У моего оркестра огромный репертуар, и музыканты играют без усталости.

Вот что значит проснуться. Но это проясняет также и причину нашего гипнотического сна, сна зомби. Вероятно, мои слова ужаснут вас, но о каков любви может идти речь, если вы вцепились в меня намертво и не собираетесь отпускать никогда? Если вы попросту не даёте мне жить? О какой любви может идти речь, если ваше счастье зависит от меня? Это противоречит всем священным писаниям, всем религиям, всем древним мистическим учениям. «Как можно было столько лет заблуждаться? — спрашиваю я себя вновь и вновь. — Как я мог быть таким слепым?» Обнаружив в священном писании все эти извечные истины, мы недоумеваем: может, автор — сумасшедший? Но через какое-то время нам начинает казаться, что с ума сошли мы сами. Если кто-то приходит ко мне и не возненавидит отца своего и матери, и братьев и сестер, не отрешится от всего, что имеет, тот не может быть моим учеником. Вы должны отрешиться от всего. Понятно, что речь идет не о физическом отречении, совершить которое было бы нетрудно. Когда вы распрощаетесь со своими иллюзиями и наконец-то сможете посмотреть в глаза действительности, вы никогда больше — можете мне поверить — никогда больше не будете одиноки. Одиночество не лечится пребыванием в компании приятелей. Одиночество излечивается соприкосновением с миром действительности. О, об этом я могу говорить бесконечно. Соприкосновение с действительностью, отход от иллюзорных представлений, приобщение к настоящему. Это понятие не имеет имени. Постичь его можно, лишь отбросив все наносное и ненастоящее. А узнать, что такое одиночество, можно, лишь освободившись от зависимости, отпустив человека, которого держал мертвой хваткой. Но сначала нужно захотеть этого. Иначе приблизиться к желаемому результату невозможно.

Подумайте о вашем одиночестве. Разве может оно растаять от того только, что вы находитесь среди людей? Компания просто развлечет вас на некоторое время. Но пустота внутри останется, ведь так? А что вы делаете, когда эта пустота подступает к самому сердцу? Вы удираете от нее, включаете телевизор, радио, хватаетесь за книгу, ищете человеческого общества, стремитесь развлечься и отвлечься. Все так делают. И в наше время это стало серьезным бизнесом: огромная индустрия работает на то, чтобы развлекать людей и отвлекать их от одиночества.

# ПРОИСХОЖДЕНИЕ СЧАСТЬЯ

Придите домой к самому себе. Изучите себя. Я ведь не зря говорил, что самонаблюдение — невероятно приятная и совершенно необычная вещь. Пройдет какое-то время, и вам уже не нужно будет прилагать никаких усилий: когда ваши иллюзии рассеются, вам начнет открываться то, что невозможно описать словами. Люди называют это счастьем. Все в вашей жизни изменится, и вы пристраститесь к бодрствованию.

Однажды к учителю пришел его ученик и сказал: «Прошу вас, молвите слово истины, скажите, что мне пригодится в дороге». Учитель молча — это был его день молчания — черкнул на листке бумаги «осознание». «И все? — воскликнул ученик. — Не могли бы вы немного дополнить ваш ответ?» Учитель опять взял в руки блокнот и написал: «Осознание, осознание, осознание». «Хорошо, но что это значит?» — спросил ученик. «Осознание, осознание, осознание! Осознание значит осознание».

Это значит самонаблюдение. Показать вам, как это делается, не сможет никто — ведь это значило бы запрограммировать ваш мозг путем обучения чужой технике. Понаблюдайте за собой. Когда вы с кем-то беседуете, вы осознаете эту беседу или отождествляете себя с ней? Когда вы гневаетесь, осознаете ли вы свой гнев или просто отождествляете себя с ним? А раньше, на досуге, анализировали ли вы накопленный вами опыт, пытались ли как-то осмыслить его? Каковы его истоки? Что он дал вам? Я не знаю, как можно достичь осознания иначе. Вы просто меняете то, что понимаете. Вещи, оставшиеся непонятыми и неосознанными, попросту вытесняются из вашего сознания. Их вы не меняете. Но то, что становится доступно пониманию, можно изменить.

Меня часто спрашивают: процесс осознания развивается у человека постепенно или это что-то вроде порыва ветра? Некоторым счастливым удаётся достичь осознания мгновенно. Они вдруг начинают все понимать. Другие же идут к осознанию медленно и постепенно. Такие люди не сразу начинают видеть вещи такими, какие они есть. Иллюзии, одна за другой, рассеиваются, игра воображения прекращается, и они мало-помалу открывают для себя реальный мир. Общего правила здесь нет. Широко известна притча о льве, напавшем на овечью отару, и к немалому удивлению обнаружившему среди овец другого льва. Этот лев попал к овцам еще маленьким котенком и был подобен своим воспитателям-овцам во всем: так же как они, он блеял и всех боялся. Лев-охотник направился прямо к своему странному сородичу; когда лев-овца увидел перед собой настоящего льва, он задрожал как осиновый лист. «Что ты делаешь среди этих овечек?» — спросил настоящий лев. «Я сам овца», — ответил лев-овца. «Ну уж нет, ты не овца, — возразил лев. — Пойдем со мной». Лев привел его к небольшому озерцу и сказал: «Посмотри на себя». И когда лев-овца увидел свое отражение, он грозно зарычал и в ту же секунду полностью преобразился. От прежнего льва-овцы не осталось и следа.

Если вам повезет, если боги будут к вам милостивы, если свыше на вас снизойдет благодать (здесь можно употребить любой теологический термин), вы внезапно поймете, кто вы такой, что есть ваше я, и уже никогда не будете прежним. Ничто больше не причинит вам страданий, и никто больше не доставит вам никаких мучений.

Никто и ничто не сможет внушить вам страх. Разве это не удивительно? У вас будет королевская жизнь. Ведь именно так живут принцы крови. Не суетясь о том, как протолкнуть в газету свою фотографию или заработать кучу денег. Все это чепуха. Вы никого не боитесь, поскольку согласны быть никем. Успехи и неудачи для вас пустой звук. Слава и позор ничего для вас не значат! Вы и сами вполне можете свалить дурака — это тоже не будет значить ровным счетом ничего. Разве не великолепную картину я нарисовал! Некоторые достигают

этого результата очень медленно, шаг за шагом преодолевая путь самоосознания, длящийся долгие месяцы и годы. Но могу вас обнадежить: я пока не встретил человека, который потратил бы какое-то время на осознание и в течение нескольких первых недель с начала эксперимента не отметил бы в себе никаких изменений. Качественно изменяется сама жизнь человека — и ему больше не нужно принимать мои слова на веру, он сам все прекрасно видит. Люди меняются. Они иначе реагируют на мир. В их поступках наблюдается меньше противодействия, зато больше действия. Они начинают замечать то, на что раньше никогда не обращали внимания.

Человек просто оживает, он чувствует огромный прилив энергии. Может показаться, что отсутствие желаний делает его живым трупом. На самом же деле отсутствие желаний снимает с вас лишнее напряжение. Вы избавляетесь от страха быть отвергнутым, избавляетесь от навязчивой идеи добиться успеха и становитесь самим собой. Становитесь настоящим. И тормоза больше не мешают вам двигаться. Вот что происходит на самом деле.

Великий китайский мудрец однажды сказал (я постарался выучить это великолепное изречение наизусть): «Если лучник стреляет просто так, не ради награды, он спокойно использует все свои способности. Если он хочет выиграть медную пряжку, он уже заметно тревожится. Когда же лучник знает, что в случае удачи ему вручат золотой приз, он становится слепым, вместо одной мишени видит две и вообще сходит с ума. Его мастерство остается прежним, но мысль о награде мешает ему сосредоточиться». Он волнуется! Его мысли заняты не стрельбой, а победой. Стремление победить лишает лучника силы. Разве большинство из нас — не такие лучники? Если вы не ставите перед собой никаких целей, вы полностью реализуете ваши способности, свободно распоряжаетесь своей энергией, вы естественны, вы не волнуетесь о том, победите вы или проиграете — вам это абсолютно безразлично.

Теперь вам открыта человеческая жизнь. Ведь именно это и есть жизнь. Она приходит к человеку через осознание. Осознание поможет вам понять, что почести и слава — вздор, ерунда. Не более чем принятые в обществе условности. Поэтому пророки и учителя-мистики нисколько не заботились о них. Хвале и хуле они не придавали никакого значения. Они жили в ином мире, в мире проснувшихся. И успехи, и неудачи они встречали одинаково равнодушно. Ко всему они подходили с позиции: я дурак и ты дурак, так в чем же дело?

Кто-то когда-то сказал, что вовсе не интеллектуальные свершения и не чудеса физической ловкости труднее всего даются человеку. Самое трудное — это, во-первых, ответить любовью на ненависть; во-вторых, принять неприемлемое; и, в-третьих, признать свои ошибки. Но если вы не отождествляете свое «я» с собой, все это покажется вам легче легкого. Ведь вы запросто можете сказать, например, такое: я ошибся! И если ты знаешь меня лучше, чем знаю себя я сам, ты знаешь и то, что ошибаюсь я очень часто. Чего можно ждать от дурака? Но если я не отождествляю мое «я» с этими гранями себя, вы не сможете меня обидеть. На первых порах старые условности еще будут давать о себе знать и вы будете сердиться и огорчаться. Вы будете плакать, будете убиваться и все такое. До того, как я обрел знание, я часто расстраивался; теперь я обрел знание, и все равно расстраиваюсь. Но между вами прежним и нынешним все-таки есть разница: теперь вы не идентифицируете себя с вашими эмоциями. Знаете ли вы, как много это значит?

Вы становитесь в сторонке, смотрите на свою тревогу и не отождествляете себя с ней. Вы не пытаетесь прогнать ее восвояси; вы готовы продолжать ваш путь до конца. Если вы не догадываетесь, что это значит, то вам есть на что надеяться. Как же быть с тревогой? Она есть, но она не беспокоит вас. Как странно! Вы встревожены, но не обеспокоены.

Парадокс? Вы стремитесь приблизить это облако, поскольку чем больше вы с ним боретесь, тем мощнее оно становится. Вам нравится наблюдать, как оно проплывает мимо. Тревога не

мешает вам быть счастливым. Потрясающе, не правда ли? Даже переживая депрессию, вы ощущаете себя счастливым. Ваши представления о счастье уже не иллюзорны. Вам казалось, что счастье непременно сопровождается душевным смятением и нервным трепетом? Но ведь именно смятение и трепет приводят человека к депрессии. Никто не говорил вам этого? Даже когда вы трепещете от счастья, вы подготавливаете почву для очередного приступа отчаяния. За приятным возбуждением стоит тревога: как бы сделать так, чтобы счастье никогда не кончалось? Это не счастье, это навязчивая идея.

Интересно, сколько беспристрастных людей читает мою книгу? Наверное, единицы — если моя аудитория состоит из обычных представителей человеческого рода. Не смотрите свысока на алкоголиков и наркоманов: быть может, вы так же зависимы, как они. Когда я впервые увидел этот мир, я ужаснулся. Я понял, что обитать в нем — значит жить одному, не имея за спиной тихой гавани; жить свободно самому и даровать свободу другим; любить не одного человека, а всех людей: любовь способна на это. Она одинаково греет и добрых, и злых; проливается дождем на святых и грешников.

Если бы розы обладали даром речи, разве могли бы они сказать такое: мы будем источать аромат только для хороших людей; если нас понюхает плохой человек, мы утаим от него наш аромат? Могла бы лампа заявить, что она светит только благородным людям, а негодьям не светит? А дерево могло бы сообщить, что отныне оно не будет давать тень злобным странникам? Все эти образы помогают понять, что такое любовь.

Все это время она была здесь, яркой звездой блистала со страниц Писания. Но мы не желаем замечать ее, ведь мы по уши увязли в давным-давно сложившемся понимании любви — вся наша лирика пропитана этими представлениями. Но то, что мы называем любовью, на самом деле вовсе не любовь, а что-то противоположное ей: желание, контроль, чувство собственности. Манипулирование, страх, тревога — все что угодно, только не любовь. Нам говорили, что счастье — это прежде всего внутреннее спокойствие, душевный комфорт. Это не так, но мы очень умело ставим свое счастье в зависимость от разных событий — как внутренних, так и внешних. Мы говорим: я отказываюсь быть счастливым, пока не избавлюсь от этого невроза. У меня есть хорошая новость: вы можете быть счастливы прямо сейчас — невроз не помешает. Разве это не лучшая из новостей? Только одной причиной можно объяснить, почему в настоящий момент вы не испытываете того, что в Индии называется ананда (блаженством, счастьем): ваши мысли заняты тем, чего у вас нет. Иначе вы были бы счастливы. Вы сосредоточены на том, чего у вас нет. Однако уже сейчас вы можете блаженствовать — для этого у вас есть все. Обращаясь к простым людям, к голодным и обездоленным, Иисус взывал к их здравому смыслу. Иисус принес добрую весть: все это ваше, берите его! Но разве кто-нибудь услышал его? Нет, все предпочли спать.

# СТРАХ — НАИБОЛЬШЕЕ ЗЛО НА ПЛАНЕТЕ

Говорят, весь мир — не что иное, как олицетворение Бога и страха; любовь и страх — единственное, что есть в мире. Страх — единственное зло на земле; любовь — единственно доброе начало. У любви много имен: счастье, свобода, мир, радость, Бог... Название не имеет значения. И нет на земле такого зла, в основе которого не лежал бы страх. Такого зла нет.

Невежество и страх, обусловленные страхом, — вот корень вселенского зла, корень насилия. Если человек не склонен к насилию, если он не способен причинить боль другому существу, это значит, что чувство страха ему неизвестно. Вы злитесь только тогда, когда чего-то боитесь. Вспомните, когда вы последний раз вышли из себя, и поищите кроющийся за вашим гневом страх. Что боялись вы потерять? Что вам так не хотелось отдавать? Вот причина вашего гнева. Вызовите из глубин памяти образ злого человека — возможно, вы даже боитесь этого человека. Видите, как он напуган? Он действительно перепуган. Она действительно боится — иначе она не была бы такой злокой. Вот и выходит, что во всем мире есть только две вещи — любовь и страх.

Позже мы еще вернемся к любви и страху — пока же я оставлю этот тезис как есть, не стану анализировать его, не стану раскладывать его на составляющие, вновь и вновь возвращаясь к исходной точке. Так будет проще понять то, что я хотел сказать. С первого или со второго раза, но это заденет вас за живое. Если же нет, быть может, кто-то другой не пройдет мимо. Я поднимаю тут разные вопросы, но все они связаны общей идеей. Эту идею можно назвать осознанием, любовью, духовностью, свободой, пробуждением — как угодно. Все это, действительно, одно и то же.

# ОСОЗНАНИЕ И СОПРИКОСНОВЕНИЮ С ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬЮ

Наблюдать за внутренним и внешним миром, воспринимать события отстраненно, не смешиваться с ними, не комментировать и не оценивать их, не пытаться ничего изменить, только наблюдать. Если вы сможете просто наблюдать, вы увидите, что внутри вас происходит процесс дезинтеграции. Св. Тереза Авильская говорила, что на закате жизни на нее снизошла божественная благодать. Конечно, она обозначает это другим словом, но главное состоит в том, что она перестала отождествлять свое «я» с собой.

Рак обнаружили у кого-то другого — это он мучится, не я. Если бы я любил и мог чувствовать сострадание, я, может быть, помог бы больному. Если экзамен должны сдавать вы, то я к нему никакого отношения не имею. Я ко всему могу относиться философски: знаете, чем больше вы будете волноваться, тем хуже вам будет. Почему бы вам не отложить зубрежку и не сделать перерыв? Но если экзамен сдаю я, то ситуация меняется, не так ли? Причина та же — я отождествил мое «я» с собой — со своей семьей, страной, собственностью, телом — с собой. А что было бы, если бы Бог не дал мне всего этого? Тогда мне и дела не было до всего вышеназванного, я не отождествлял бы себя с ним. Вот что значит утратить себя, отказаться от себя, умертвить себя.

# ХОРОШАЯ РЕЛИГИЯ — ПРОТИВОПОЛОЖНОСТЬ НЕОСОЗНАННОЙ ЖИЗНИ

На одном семинаре меня спросили: «А как же святая Фатима? Что вы думаете о ней?» Когда я слышу подобные вопросы, мне вспоминается случай, происшедший на борту самолета, в котором везли статую святой Фатимы — эту статую паломники хотели использовать во время церковной службы. На юге Франции самолет вдруг затрясся, задрожал — казалось, он вот-вот развалится. И чудотворная статуя вдруг воскликнула: «Лурдская Богоматерь, молись за нас!» После этого самолет перестал дрожать. Правда, трогательно, когда святые помогают друг дружке?

Был и другой случай. Тысяча паломников отправилась в Мехико, чтобы поклониться мощам Богоматери Гваделупы. Все они, протестуя против принятого епископом решения объявить покровительницей диоцеза Лурдскую Богоматерь, собрались у статуи Богоматери Гваделупы. Будучи уверенными, что Богоматерь Гваделупы глубоко оскорблена таким решением, они протестовали из желания загладить нанесенную ей обиду. Вот какие могут возникнуть религиозные трения, если забыть об осторожности.

Я часто говорю индусам: «Ваши священнослужители не будут в восторге от моих слов, — как я благодарен сегодня! — но, как сказал Иисус Христос, Богу будет несравненно приятнее видеть вас не молящимися, а изменившимися. Он радуется не поклонению, а любви». И магометанам говорю: «Вашим аятоллам и муллам не очень приятно слышать такое, но если вы хотите порадовать Бога, то вместо того, чтобы все время твердить: „Господи, Господи“, — превратитесь в любящего человека». Переоценить пробуждение невозможно. Пробуждение — это духовность, это вся жизнь. Благословен бодрствующий — он поклоняется в духе и истине, он возлюбил мир, он сам стал любовью.

В истории, рассказанной кардиналом Мартини, архиепископом Миланским, говорится о кроющихся в океане религии подводных камнях. Дело было в одном из итальянских селений; пара новобрачных условились с местным кюре, что небольшой прием в честь свадьбы можно устроить в церковном дворике. Но дождь помешал молодоженам осуществить задуманное, и они обратились к кюре с просьбой пустить гостей в церковь. Священник не был в восторге от такой просьбы, но его клятвенно заверили: «Мы только съедим маленький торт, споем коротенькую песенку, выпьем по бокалу вина и разойдемся по домам». Кюре согласился. Но бонвиваны-итальянцы, выпив по бокалу вина и исполнив коротенькую песенку, наполнили свои кубки опять и затянули песню подлинней. Через каких-то полчаса церковь гудела от веселья — люди радовались от души, забавлялись и хохотали. Однако священник очень нервничал, метался по ризнице, не мог найти себе места; его очень смущал шум и галдеж в церкви. «Я вижу, вы очень волнуетесь», — сказал, входя в ризницу, помощник кюре. «Еще бы мне не волноваться! — воскликнул священник. — Вы только послушайте, что они устроили. И это в Господнем доме! Боже милосердный!» «Но, Отче, им действительно больше некуда пойти». «Да я знаю! Но зачем же так орать?» «Мы ведь не должны забывать, что даже Иисус однажды присутствовал на свадьбе!» «Я знаю, что Иисус однажды присутствовал на свадебном пире, и ВЫ не должны мне об этом напоминать! Но у них там не было Святого Причастия!!!»

Как видите, бывают случаи, когда Святое Причастие оказывается важнее Иисуса Христа. Такое случается, когда обряды значат больше, чем любовь, когда Церковь возносится над жизнью. Когда ближний значит меньше, чем Бог... Именно об этом подводном камне я говорил выше. Как мне кажется, Иисус призывал отличать главное от второстепенного. Человек важнее

Субботы. То, что я посоветовал вам делать, точнее, достижение того состояния, о котором я только что говорил, важнее, чем причитания «Господи, Господи». Но ваш мулла не будет в восторге от этих слов, уверяю вас. И ваши священники не будут в восторге. Можете мне поверить. Вот о чем я толкую. Духовность. Пробуждение. Как уже было сказано, очень важным шагом к пробуждению является то, что я называю самонаблюдением. Осознавайте свои слова, осознавайте свои мысли и действия. Осознавайте, откуда и куда вы идете, осознавайте мотивы своих поступков. Лучше не жить вовсе, чем жить неосознанно.

Жить неосознанно — значит жить автоматически. Такую жизнь нельзя назвать человеческой — она запрограммирована, задана заранее. С таким же успехом вы могли бы быть камнем или сухим поленом. На моей родине сотни тысяч людей влачат нищенское существование в крошечных лачугах, от зари до зари не разгибая спины, зарабатывают себе на хлеб; вечером они ложатся спать, а утром все начинается снова. Вы смотрите на них и думаете: разве это жизнь? Вот это и все, ради чего они живут? Но через некоторое время вам становится ясно, что 99,999 % человечества живут не намного лучше этих бедняков. Вы можете ходить в кино, развезжать на автомобиле, отправиться в кругосветное путешествие. Что же, от этого вы станете лучше, чем те люди? Вы такой же мертвец, как они. Такая же машина, как они, — немного большая, но все равно машина. И это печально. Печально, что люди так прожигают свою жизнь.

Люди всю жизнь придерживаются одних и тех же взглядов. Люди просто не понимают, что происходит. Они ничего не потеряли бы, если бы появились на свет деревянными чурками или скалами, говорящими, двигающимися и мыслящими машинами. Все это чуждо человеческой природе. Люди — марионетки, и их ниточки привязаны ко всему на свете. Нажимаете кнопку — получаете реакцию. Можно с большой точностью предсказать, как человек отреагирует на то или иное событие. Стоит внимательно присмотреться к кому-то, и становятся ясны особенности поведения этого мужчины или женщины в разных ситуациях. Перед началом терапевтического семинара я иногда заранее записываю: вот этот, наверное, начнет дискуссию, а вот тот, наверное, ему ответит. Думаете, это плохо? Отнюдь; не верьте тем, кто говорит: «Забудьте себя! Возлюбите других людей!» Не слушайте их! Они заблуждаются. Самое худшее, что вы можете сделать, когда из так называемых самых лучших намерений пытаетесь возлюбить других людей, — это забыть себя.

Я понял это много лет назад, когда изучал в Чикаго психологию. Мы слушали курс практической психологии для священников. На занятия допускались только те служители церкви, которые уже имели опыт работы с людьми и могли представить запись беседы с прихожанином. Всего нас было около двадцати человек. Когда подошла моя очередь, я принес в аудиторию кассету, на которой был записан разговор с молодой женщиной. Преподаватель включил магнитофон, и все мы обратились в слух. Через пять минут преподаватель, как обычно, остановил пленку и спросил: «Ну и что вы об этом думаете?» «А почему вы задали ей такой-то вопрос?» — поинтересовался один из слушателей. «Я не припоминаю, чтобы я задавал ей такой вопрос, — сказал я. — По-моему, я вообще ни о чем ее не спрашивал». «Спрашивали», — настаивал мой собеседник. Но я был совершенно уверен в обратном, поскольку в то время как раз увлекался методикой Карла Роджерса, отличительными чертами которой были отсутствие категоричности и ориентация на конкретную личность. Суть этого метода заключалась в том, чтобы не задавать человеку никаких вопросов, не перебивать его и ничего не советовать. Поэтому я четко осознавал, что не должен был тогда ни о чем спрашивать. Но между мной и моим коллегой завязался спор, и преподаватель предложил: «Давайте прослушаем запись еще раз». Он перемотал пленку, и, к своему ужасу, я действительно услышал чудовищно длинный, огромный, как небоскреб Эмпайр Стэйт Билдинг, почти бесконечный вопрос. Удивительно

другое: я ведь слышал собственный вопрос трижды (когда задавал его, когда прослушивал запись дома — ведь мне хотелось принести в аудиторию хорошую кассету, и когда слушал магнитофон вместе со всеми), но он не отложился в моей памяти! Я не осознавал себя.

На моих терапевтических семинарах и встречах такое происходит регулярно. Мы записываем на магнитофонную пленку нашу беседу, потом клиент слушает запись и говорит: «Знаете, ваши слова я услышал не во время беседы, а вот сейчас, когда слушал магнитофон. Более того, я сам не слышал, что именно я говорил во время интервью. Я ужаснулся, когда обнаружил, что не осознаю сказанное мною на терапевтических семинарах. Полный смысл собственных слов начинает доходить до меня значительно позже». И это вы называете человеческим сознанием? Забудь себя и возлюби ближнего, говорите вы! Мы дослушали кассету до конца, и преподаватель опять поинтересовался: «Ну, что вы на это скажете?» Один из священников, пятидесятилетний пастор, которому я симпатизировал, произнес: «Тони, можно задать вам личный вопрос?» «Конечно, — ответил я. — Если я не захочу отвечать, я просто промолчу». «Твоя собеседница была красивой женщиной?» — спросил он.

Честно говоря, тогда я находился на той стадии развития (или стадии регресса), когда человек не замечает, красив его собеседник или нет. Мне не было до этого никакого дела. Она была овцой из Христовой отары; я был пастырем и хотел ей помочь. Разве это не прекрасно! Нас всех так учили. «Какое это имеет значение?» — сказал я священнику. «Она ведь не понравилась вам?» — заметил он. «Что?!» — изумился я.

Я никогда не задумывался о том, нравится мне кто-то или нет. Как большинство из нас, иногда я испытывал К кому-то антипатию, но в большинстве случаев мои чувства молчали. «Что натолкнуло вас на такую мысль?» — спросил я. «Запись вашей беседы», — ответил он и, прокрутив весь разговор сначала, сказал: «Послушайте, как вы говорите. Слышите этот слащавый тон? Вы были раздражены, правда?» Я действительно испытывал тогда раздражение, но заметил-то это только сейчас. И что я сказал ей хорошего и некатегоричного? По существу, я словно говорил ей: «Больше ко мне не приходите». Но я совсем не осознавал этого. Мой друг-священник сказал: «Она женщина; она это запомнит. Когда вы планируете снова повидаться с ней?» «В следующую среду». «Мне кажется, она не придет». Она действительно не пришла. Я подождал неделю — напрасно. Подождал вторую — ее не было. И тогда я позвонил этой женщине. Я нарушил одно из моих правил: никого не спасать.

Я сказал ей: «Помните, вы разрешили мне взять на занятие запись нашего разговора? Эта запись очень помогла мне — мои коллеги мне все разъяснили, — я так и не сказал всю правду. — Теперь вы сможете вынести больше пользы из нашего с вами общения. Если вы придете ко мне на прием, я попробую вам помочь». «Хорошо, я приду», — пообещала она. И она пришла. Она все еще была неприятна мне — мои эмоции остались прежними. Но они мне не мешали. То, что вам удалось осознать, вы можете контролировать, в то время как неосознанное вами держит под контролем вас. Вы вечный раб неосознанных вами явлений. Как только вы их осознаете, вы освободитесь от них. Эти чувства никуда не исчезнут, но они перестанут вам мешать, Вы уже не будете подчиняться им, не будете их рабами. Вот и вся разница.

Осознание, осознание и еще раз осознание. Университетский курс практической психологии был призван обучить нас активному наблюдению. Попробую изобразить его основную идею более наглядно: я буду говорить с вами и в то же время буду сторонним наблюдателем — я стану наблюдать за вами и за собой. Во время разговора гораздо важнее слушать себя, чем собеседника. Собеседника, конечно, тоже нужно слушать, но себя слушать важнее. Иначе вы не поймете собеседника. Или поймете превратно. Будете слушать его с позиции привитых вам ранее взглядов. И ваша внутренняя неуверенность будет превалировать в вашем восприятии — неуверенность и потребность манипулировать людьми, жажда признания

и глубинное раздражение; причем обо всем этом вы можете даже не догадываться. Вот почему так важно наблюдать за собой во время беседы. Поэтому нас и учили осознанию.

Чтобы наблюдать за собой, необязательно воображать себя порхающим над землей призраком. То, что я имею в виду, можно представить так: вы едете в машине, за рулем — водитель-профессионал; вы ему что-то говорите, он внимательно слушает. Возможно, он даже спорит с вами, но это не мешает ему следить за дорогой. Он моментально реагирует на ситуацию, моментально улавливает любой посторонний звук, любой шум. «Вы уверены, что хорошо захлопнули заднюю дверцу?» — спрашивает вас водитель. Как он услышал? Он внимателен и он бодрствует. Он занят разговором, но его сознание полностью свободно. Ничего не ускользает от его мысленного взора.

Я не буду говорить, как важно для человека уметь концентрировать на чем-то внимание. Это умение — отнюдь не самое главное. Многие медитативные техники предусматривают упражнения на концентрацию внимания, но я к таким упражнениям отношусь скептически. О чем я буду говорить, так это об осознании. Осознание и концентрация — абсолютно разные вещи. Концентрация — это луч прожектора. Вы открыты всему, что проходит сквозь ваше сознание. В отличие от осознания концентрация может быть нарушена кем-то или чем-то. Осознание же ничем прервать нельзя, поскольку вы осмысливаете все, что происходит внутри и вокруг вас.

Допустим, я в сильном волнении смотрю на деревья за окном. Волнение — это отвлекающий фактор? Да, если я хочу сосредоточиться на деревьях. Нет, если я осознаю, что взволнован. Просто следите за тем, чем занято ваше внимание. Как только у вас что-то не заладится или случится нечто непредвиденное, ваш мозг выдаст сигнал тревоги: внимание, опасность! Как только негативные эмоции просочатся в ваше сознание, вы тут же будете предупреждены. Как водитель машины.

Как я уже говорил, св. Тереза Авильская утверждала, что Бог послал ей духа святого, и она перестала отождествлять себя с собой. Дети тоже не отождествляют себя со своим «я», вы все можете подтвердить это. Двухлетний малыш говорит: «Томми сегодня позавтракал». Он не употребляет местоимения «я», хотя он и есть этот самый Томми. Ребенок говорит о себе в третьем лице. Учителя-мистики тоже. Они не отождествляют свое «я» с собой, и в их душах царят мир и спокойствие.

Именно о такой благодати говорила св. Тереза; именно человеческое «я» восточные и западные учителя-мистики (в том числе Мейстер Экхарт) призывают обнаружить в себе. Они призывают нас выявить свое «я».

# ПРИВЫЧКА НАВЕШИВАТЬ ЯРЛЫКИ

Совсем неважно, что представляет собой человеческое «я». Этого вы никогда не узнаете: «я» невозможно описать словами. Важно другое — избавиться от привычки навешивать ярлыки. Как говорят японские дзэн-буддисты, не ищите истину, просто избавьтесь от своих убеждений. Избавьтесь от своих взглядов; не ищите истину. Найти истину невозможно; она откроется сама — стоит только избавиться от излишней самоуверенности. И так во всем. Стоит избавиться от убеждений, и вам откроется подлинная природа вашего «я». Какие ярлыки я имею в виду? Абсолютно все, исключая, быть может, лишь определение «человек». Я человек. Отличная характеристика — и довольно исчерпывающая. Но если вы скажете: «Я преуспевающий человек», это будет в высшей степени абсурдно. Успех не является частью «я». Успех приходит и уходит; сегодня вы преуспеваете, а завтра можете оказаться на задворках жизни. Успех — это не «я». Вы ошибаетесь и тогда, когда говорите, что были преуспевающим человеком раньше. Вы блуждали в темноте. И отождествляли себя с успехом. Вы заблуждаетесь, говоря: «Я неудачник, я юрист, я бизнесмен». Сами знаете, что получается, если отождествить себя с чем-то из вышеназванного. Вы привязываетесь ко всем этим вещам и начинаете бояться их потерять — а ведь именно в этом причина всех человеческих страданий. Вот что я имел в виду, когда говорил: если вы страдаете, значит, вы спите. Хотите назвать верный признак того, что вы спите? Пожалуйста: мучения, которые вы испытываете. Если вы страдаете, значит, вы находитесь очень далеко от истины. Страдания даются человеку для того, чтобы он наконец прозрел, чтобы понял, что в его жизни есть какая-то фальшь. Сходную роль выполняет в организме физическая боль: она указывает нам на очаг болезни или травмы. Человек страдает тогда и только тогда, когда его представления не соответствуют действительности, когда фальшь внутри него диссонирует с истиной.

# ЧТО МЕШАЕТ ЧЕЛОВЕКУ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ

То, что я сейчас скажу, может показаться вам слегка напыщенным, но это чистая правда. Мои слова могут перевернуть всю вашу жизнь. Если вы уловите мою мысль, вы постигнете тайну пробуждения. Вы будете счастливы всю жизнь. И никогда не вспомните, что такое отчаяние. Ничто больше не сможет причинить вам боль. Ничто. Представьте, что вы выплескиваете вверх ведро черной краски: воздух все равно остается чистым. Закрасить воздух невозможно. Вам тоже ничего не грозит, что бы ни случилось. Что бы ни произошло, вы останетесь спокойным. Есть люди, которые сумели стать теми, кого я называю людьми. Людьми, а не глупыми марионетками, дергающимися в разные стороны и живущими под диктовку обстоятельств и окружающих. Вы называете это ранимостью? Ха! Я называю таких людей марионетками. Вы хотите быть марионеткой? Кто-то нажимает кнопку — вы расстраиваетесь; вам такое нравится? Но ведь стоит перестать отождествлять себя с ярлыками, и почти все ваши печали отойдут в прошлое.

Позже мы поговорим о страхе смерти или болезни; обычно же человек боится за свою карьеру. Мелкий коммерсант пятидесяти пяти лет сидит в баре за кружкой пива и говорит: «Вы только посмотрите на моих одноклассников! Они же добились успеха». Идиот! Что он называет успехом? Они добились того, что их имена попали на газетные страницы. Вы называете это успехом? Один возглавляет корпорацию; другой стал председателем суда, третий — еще кем-то. Мартышки, да и только.

Кто решил, что все это и есть успех? Наше дурацкое общество! Больше всего его заботит вопрос о том, как остаться больным и никогда не выздоравливать! Чем раньше вы это поймете, тем будет лучше для вас. Все люди больны. Все чокнутые, все сумасшедшие. Вы гордитесь, что стали самым главным в сумасшедшем доме. Возглавить корпорацию не значит преуспеть в жизни. Преуспеть — значит проснуться. Когда вы проснетесь, вам не нужно будет ни перед кем извиняться, ни перед кем оправдываться, вам не будет никакого дела до того, что о вас говорят или думают другие. Никаких печалей; вы счастливы. Вот что я называю успехом. Престижная работа, известность и слава ничего общего с успехом и счастьем не имеют — абсолютно ничего! Это совершенно бесполезные вещи. Вот перечень забот обычного человека: что подумают о нем его дети, что подумают о нем его соседи, что подумает о нем его жена. Надо найти способ прославиться. Общество и традиционная культура денно и нощно вколачивают это в наши головы. Человек преуспел! Преуспел в чем?! В том, что сам себя одурачил. Ведь все свои силы он потратил на то, что на самом деле и гроша ломаного не стоило. Он смущен и перепуган; он такая же марионетка, как и все остальные. Как напыщенно играет он свою роль! Как расстраивается, если заметит у себя на рубашке пятно! Вы называете это успехом?

А как боится, что его не переизберут на второй срок! Вы называете это успехом? Да он просто марионетка — жалкий и несчастный человек. Он не радуется жизни. Он постоянно напряжен и раздражен. На ваш взгляд, это и есть главное свойство человека? Знаете ли вы, что все это происходит с людьми по одной простой причине: они отождествили себя со всевозможными ярлыками. Свое «я» они отождествили с деньгами, работой, с полученной специальностью. В этом и заключается их ошибка.

Вы знаете, как отреагировал один юрист, когда водопроводчик вручил ему счет? «Ого, за два часа двести долларов? Я столько не зарабатываю, даже будучи юристом», — сказал он. «Я тоже, когда был юристом, столько не зарабатывал», — ответил водопроводчик. Можно быть водопроводчиком, юристом, бизнесменом, священником — это никак не отразится на вашем «я». Это не отразится на вас. Если завтра я сменю профессию, это будет равнозначно простому

переодеванию. Меня это вообще никак не заденет. Разве вы — это ваша одежда? Или ваше имя? Ваша профессия? Не отождествляйте себя ни с чем — все на свете очень недолговечно.

Когда вы поймете это, никакие нападки больше не затронут вас — равно как не затронут лесть и похвала.

Когда человек говорит: «Ты славный малый», — что он имеет в виду? Конечно, меня, а не мое «я». «Я» не может быть славным или ужасным. «Я» не может преуспевать или терпеть неудачи. «Я» не может быть ни одним из ярлыков. Все это преходяще, все обусловлено принятыми в обществе нормами. Все — результат полученной вами ранее психологической обработки. Очень многое зависит от настроения вашего случайного собеседника. Эти ярлыки не имеют ничего общего с вашим «я». То, что мы называем собой, может быть глупым, эгоистичным, инфантильным — может быть законченным болваном. И когда вы заявляете, что я глупец, ничего нового вы мне не сообщаете. Чего можно ждать от запрограммированного извне субъекта? Я уже давно не питаю на свой счет никаких иллюзий! Но зачем же отождествлять себя с дураком? Глупенькие! Речь идет обо мне, а не о моем «я».

Вы хотите быть счастливым? У бесконечного счастья не может быть причины. У подлинного счастья не может быть причины. Вы не в силах сделать меня счастливым. Вы не есть мое счастье. Спросите у проснувшегося человека: «Почему ты счастлив?» В ответ вы услышите: «А почему бы мне не быть счастливым?»

Счастье — наше естественное состояние. Счастье — естественное состояние маленьких детей; они счастливы до тех пор, пока их не осквернит и не заразит тупость человеческого общества и вековых традиций. Чтобы стать счастливым, делать ничего не нужно: счастья невозможно добиться. Знаете, почему? Потому что оно уже есть у нас. Как можно добиться того, чем обладаешь? Но тогда почему люди не чувствуют себя счастливыми? Потому что сначала они должны отказаться от своих иллюзий. Чтобы стать счастливым, ничего не надо приобретать — нужно отказаться. Жизнь проста и восхитительна. Тяжелой ее делают наши иллюзии, амбиции, желания, наша ненасытная алчность. Знаете, в чем корень всех этих зол? В отождествлении себя со всевозможными ярлыками

# ЧЕТЫРЕ ШАГА К МУДРОСТИ

Первое, что каждому нужно сделать, это осознать негативные эмоции, а вы даже не догадываетесь об их существовании. Отрицательные эмоции испытывает почти каждый человек. Многие даже не замечают того, что пребывают в подавленном состоянии. И только обрадовавшись чему-то, они осознают, как им было плохо. Если рак не диагностирован, от него невозможно избавиться. Если не знать, что на ферме завелся хлопковый долгоносик, его невозможно истребить. Первое, что необходимо, — это осознать негативные эмоции и ощущения. Какие именно эмоции? Например, уныние. Вы мрачны и унылы. Вы испытываете к себе отвращение или в чем-то себя обвиняете. Вам кажется, что жизнь бессмысленна; вам больно; ваши нервы натянуты до предела. Для начала осознajte все это.

Во-вторых (всего будет четыре этапа), уясните, что все ваши негативные эмоции субъективны — с объективной реальностью они не имеют ничего общего. Такой вывод напрашивается сам собой, но, думаете, люди знают об этом? Даже не догадываются, уверяю вас. Человеку легче защитить докторскую диссертацию и сделаться ректором университета, чем понять такую простую вещь. Меня обучили всему, кроме того, как жить в школе. Один человек сказал: «Я получил серьезное образование. Целых два года у меня потом ушло на то, чтобы забыть все, что я выучил». Как вы уже знаете, без этого духовная жизнь невозможна: следует забыть весь тот вздор, который вам внушали прежде.

Источник испытываемых вами негативных эмоций находится в вас, а не в окружающих. Поэтому не пытайтесь изменить мир. Это бессмысленно! Не пытайтесь изменить людей. Все наше время, все силы мы тратим на попытки кого-то изменить: мы пытаемся изменить супруга или супругу, начальника, друзей, врагов, еще кого-то. Но менять ничего не нужно. Негативные эмоции гнездятся в вас самих. Никому не под силу сделать вас несчастным. Ничто на свете не может вывести вас из равновесия или причинить вам боль — никакие события, никакие обстоятельства, ни один человек. Вам этого не говорили; вам внушали обратное. Поэтому вы и оказались там, где оказались. Поэтому вы спите. Вам никто ничего не говорил. Но все ведь и так ясно.

Представьте, что в тот день, когда вы выбрались на пикник, хлынул ливень. Кому плохо — дождю? Или вам? А какова причина испытываемых вами негативных эмоций? Дождь или ваша реакция на него? Если вы ушибетесь об угол стола коленом, стол от этого никак не пострадает. Он останется тем, чем был: столом. Болеть будет ваше колено, а не мебель. Учителя-мистики не устают повторять, что с окружающим нас миром все в порядке. На самом деле никаких проблем нет. Проблемы существуют лишь в человеческом сознании. Тут можно добавить: в глупом и спящем сознании. На самом же деле никаких проблем нет. Если бы люди вдруг исчезли с лица земли, жизнь на планете не прекратилась бы, полный великолепия и насилия мир продолжал бы существовать. Где тогда были бы все наши трудности? Они бы просто исчезли. Проблемы создаете вы сами. Вы сами — проблема. В том смысле, что вы отождествляете свое «я» с собой. Все эмоции гнездятся в вас, а не в окружающем мире.

Третий шаг: никогда не соотносите себя с негативными чувствами. Они никак не связаны с «я». Не ограничивайте вашу подлинную сущность отрицательными эмоциями. Не говорите «я удручен» — говорите «мне грустно». Если вы скажете, что чувствуете печаль или грусть, все будет правильно. Но промолвив «я тоскую», вы сделаете ошибку, поскольку загоните себя в рамки эмоции. Это ваша иллюзия, ваша ошибка. Сейчас вам грустно и больно — так оставьте все как есть! Это пройдет. Все проходит. Ваша грусть и душевный трепет никакого отношения к счастью не имеют. Они — лишь качание маятника. Если вы ищете удовольствий и нервных

потрясений, будьте готовы окунуться в депрессию. Хотите наркотик? Приготовьтесь к похмелью. Маятник раскачивается в обе стороны.

Все это не имеет ничего общего со счастьем и с вашим «я». Это то, что мы называем собой. Если вы это запомните и повторите добрую сотню раз, если тысячекратно попытаетесь сделать эти три шага, вы добьетесь желаемого результата. Возможно, у вас все получится с первого или второго раза, — тут нет четких правил. Но сделайте это тысячу раз — и вы сделаете важнейшее открытие. К дьяволу все золото Аляски! Что бы вы делали с этим золотом? Невозможно жить без счастья. Допустим, вы нашли золотоносную жилу. Что это значит? Вы король; вы принцесса. Вы свободны; теперь вам не нужно заботиться о том, как воспринимают вас окружающие. Вам до этого нет никакого дела. По мнению психологов, человеку очень важно чувствовать духовную связь с другими людьми. Чепуха! Зачем вам быть с кем-то связанным? Вам это больше не нужно.

Мой приятель рассказал, что в Африке живет племя, в котором остракизм считается самым страшным наказанием. Если вас вышвырнут из Нью-Йорка или какого-нибудь другого города, вы не умрете. Почему же умирает африканский изгой? Потому что он познал человеческую глупость. Он уверен, что погибнет, если не будет никому принадлежать. Правда, не многим он отличается от большинства из нас? Он убежден, что обязательно должен кому-то принадлежать. Но на самом деле это не так: вы не должны принадлежать никому и ничему, никакому сообществу. Вам даже не надо никого любить. Кто сказал, что все это вам необходимо? Человеку необходимо быть свободным. Необходимо любить. В этом и заключается его натура.

Но что я действительно вижу, так это то, что вы хотите быть востребованным. Хотите, чтобы вам аплодировали, хотите быть привлекательным и смотреть, как увиваются за вами никчемные мартышки. Вы прожигаете жизнь. Проснитесь! Все это вам не нужно. Сказочно счастливым можно быть и без всего этого.

Общество оценивает мои слова негативно, поскольку всякий, кто способен их понять, испытывает дикий ужас. Как управлять таким человеком? В вас он совершенно не нуждается, на упреки не реагирует; ему все равно, что вы о нем говорите или думаете. Он полностью свободен; он перестал быть марионеткой. И это ужасно. Значит, от него надо избавиться. Он говорит правду; он перестал бояться и перестал быть человеком. Человеком! Вот оно! Наконец заговорили о человеке! Человек вырвался из рабства, вырвался из тюрьмы.

Негативные эмоции невозможно оправдать ничем. Ничто из того, что может с вами случиться, не может спровоцировать возникновение отрицательных эмоций. Все мистики кричат нам об этом до хрипоты. Никто их не слушает. Негативные ощущения находятся в вас самих. В «Бхагавад-Гите», священной книге индусов, приведено обращение Кришны к Арджуне: «Вступи в битву, положи свое сердце к лотосному трону Творца». Изумительное высказывание.

Для того чтобы стать счастливым, ничего не нужно делать. Великому Мейстеру Экхарту принадлежит прекрасное высказывание: «Если хочешь приблизиться к Богу, не бери себе ничего! Оставь себя совершенно...» Специально вы ничего не делаете — вы просто избавляетесь от лишнего груза. И становитесь свободным.

Один ирландский заключенный сделал под тюремной стеной подкоп. Выход из проделанного узником подземного хода пришелся на самую середину школьного двора, где резвилась детвора. Выбравшись из-под земли, арестант запрыгал от радости и закричал: «Я убежал, убежал, убежал!» К нему подошла маленькая девочка и сказала: «Подумаешь, невидаль — я все время убегаю».

Четвертый шаг. Как именно вы изменяете мир? Как именно вы изменяете себя? Вам многое нужно понять — точнее, понять нужно самую суть проблемы и то, как ее распознать. Представьте такую картину: пациент приходит к врачу и жалуется на боль. А доктор ему отвечает: «Хорошо, я все понял. Знаете, что я сделаю? Я выпишу лекарства вашему соседу».

«Благодарю вас, — радуется больной, — как раз это меня и вылечит». Абсурд? Но мы все ведем себя именно так. Спящему всегда кажется, что его жизнь значительно облегчится, если окружающие изменятся в ту или иную сторону. Вы страдаете только потому, что спите; и все же вы думаете: «Как было бы здорово, если бы вот тот человек стал другим, если бы мой сосед, начальник, жена вдруг изменились».

Нам хочется, чтобы люди вокруг нас изменились, — вот тогда, мол, у нас все наладится. Но думали ли вы о том, какую пользу принесли бы вам перемены в характере мужа или жены? Вы-то останетесь таким же ранимым, как раньше, — и таким же идиотом; вы продолжаете спать. Если кому-то и следует измениться, то в первую очередь вам. И лечиться нужно тоже вам. Со мной все хорошо, потому что с миром все в порядке, — утверждаете вы. Ошибаетесь! С миром все в порядке, потому что все хорошо со мной. Так говорят посвященные.

# С МИРОМ ВСЕ В ПОРЯДКЕ

Когда вы проснетесь, когда станете понимать и видеть, В мире воцарится гармония. Всех нас волнует существующее во вселенной зло. Расскажу поучительную историю о маленьком мальчике — прогуливаясь вдоль речки, он увидел запутавшегося в рыбацких сетях крокодила. «Сжался и помоги мне, — просит крокодил. — На вид я безобразен, но это не моя вина — таким уж я родился. У меня доброе сердце. Утром я отправился искать еду для моих детеньшей и угодил прямо в сеть!» «Ага, я тебе помогу, а ты потом схватишь меня и съешь», — отвечает мальчик. «Думаешь, я способен убить моего спасителя?» — спрашивает крокодил. Мальчик успокоился, помог крокодилу освободиться, и тот схватил малыша за руку. «Так вот как ты благодаришь меня за добро?» — закричал паренек. «Да ладно, не принимай это на свой счет. Так устроен мир и такова природа вещей», — сказал хищник. Мальчик начал спорить, и крокодил предложил: «Давай спросим кого-то третьего, прав я или нет». Мальчик заметил на дереве птицу и спросил у нее: «Птичка, скажи, прав крокодил или нет?» «Прав, конечно, — ответила птица. — Однажды вечером я возвращалась домой с кормом для птенцов. Представь, в каком я была ужасе, когда увидела, что к нашему гнезду подбирается змея. Я ничего не могла сделать. Один за другим мои дети исчезали в ее пасти. Я кричала и плакала, но все было бесполезно. Крокодил прав — это закон жизни, так устроен мир». «Вот видишь», — промолвил крокодил. Но мальчик сказал, что хочет спросить еще кого-нибудь. Крокодил согласился. На берегу пасся старый ослик. «Ослик, — обратился к нему мальчуган, — крокодил говорит так и так. Прав он или нет?»

«Прав, — ответил ослик. — Я всю жизнь верой и правдой служил моему хозяину, и он хорошо меня кормил. А когда я состарился и обессилел, он меня выгнал. Теперь я брожу по джунглям и жду, когда меня кто-то съест. Крокодил прав. Это закон жизни, так устроен мир». Крокодил говорит: «Вот видишь, мальчик». «Погоди, — взмолился паренек, — дай мне последний шанс! Вспомни, как я был добр к тебе и позволь спросить еще кого-нибудь». «Хорошо, — сказал крокодил. — Даю тебе последний шанс». Мимо пробежал заяц, и мальчик обратился с расспросами к зайцу. Усевшись на задние лапы, тот посмотрел на крокодила: «Ты действительно объяснил мальчику, каков закон?» «Да, объяснил», — сказал крокодил. «Тогда не спеши есть малыша, — сказал заяц. — Давай обсудим это». «Давай», — кивнул крокодил. «Но мы не сможем приступить к обсуждению, пока ты не отпустишь мальчика, — сказал тогда заяц. — Он тоже должен участвовать в разговоре». «Ты очень хитрый, заяц, — ответил крокодил. — Если я его отпущу, он сразу удерет». «Я думал, ты умнее, — сказал заяц. — Если он попытается удрать, один взмах твоих зубов — и он будет мертв». «Правильно говоришь», — согласился крокодил и отпустил мальчика. Как только он это сделал, заяц крикнул: «Беги!» Мальчик пустился наутек и убежал. «Ты любишь мясо крокодила? — спросил заяц у мальчика. — А люди из твоего селения — как они отнесутся к хорошему обеду? Ты ведь не полностью освободил крокодила из сети — он все еще не может вырваться из нее. Почему бы тебе не позвать твоих соплеменников на банкет?» Мальчик так и сделал. Он пошел в деревню и позвал охотников. Те вооружились топорами, палками и копьями и сообща зарубили крокодила. Вместе с охотниками на берег реки прибежала и собака — ее хозяином был тот самый мальчик. Она увидела зайца, догнала его и перегрызла ему глотку. Когда мальчик подбежал к месту событий, все уже было кончено. И тогда, глядя на мертвого зайца, паренек промолвил: «Крокодил был прав. Так устроен мир, это закон жизни».

Ничем нельзя объяснить страдания, зло, муки, смерть и голод! Никто и никогда не сможет все это оправдать. Можно храбро придумывать новые и новые формулировки, обращаться за

помощью к религии — но ничего объяснить вам не удастся. Жизнь — тайна, поэтому с помощью логики постичь ее невозможно. Нужно всего лишь проснуться — тогда вы поймете, что в жизни ничего сложного нет; единственная сложность — вы сами.

Священные писания намекают на отсутствие в мире сложностей, но, пока человек не проснется, он не поймет ни слова из того, что начертано в священных книгах. Спящий читает священное писание и идет распинать Мессию. Чтобы понять Писание, необходимо проснуться. Когда вы действительно проснетесь, вы все поймете — писания обретут смысл. И весь мир тоже наполнится смыслом. Но то, что вы поймете, вы никогда не сможете облечь в слова. Вы предпочитаете действовать? Но и в этом случае надо быть уверенным, что не стремление избавиться от негативных эмоций толкает вас к действию. Часто случается, что человек лихорадочно пытается что-то предпринять и этим только вредит себе и окружающим. Так бывает, когда людьми движет не любовь, а желание отделаться от неприятных эмоций. Или когда их поступки продиктованы ненавистью, обидой, гневом, чувством вины и т. п. Прежде чем что-то делать, необходимо осознать собственное бытие. Необходимо осознать, кто вы такой. К несчастью, когда действовать начинает спящий человек, он просто меняет одну жестокость на другую, заменяет одну несправедливость другой. Круговая порука. Мейстер Экхарт говорил: «Не деяния спасут человека, но бытие его. Не за деяния судим будет, но за то, каким был он сам. Какую выгоду получаете лично вы, когда кормите голодного, поите жаждущего или проводываете в тюрьме заключенного?»

Вспомните, что говорил св. Апостол Павел: «Если я раздам все имение мое и отдам тело мое на сожжение, но любви не имею...» Главное — не поступки, а внутреннее состояние. Поступки должны быть вторичны. Вы можете действовать, а можете бездействовать — решить это можно только после пробуждения. К сожалению, люди уделяют много вниманию тому, как изменить окружающий мир, и почти не думают о пробуждении. Когда вы проснетесь, вы поймете, что вы должны (или не должны) делать. Как известно, мистики нередко отличаются разного рода странностями. Например, Иисус, сказавший однажды что-то вроде: «Не к ним Я послан. Я делаю то, что должен делать сейчас. Может быть, позже Я приду и к ним». Некоторые мистики всю жизнь молчат. Некоторые поют. Иные нанимаются в слуги. Мы ничего не можем знать точно. Они сами себе устанавливают законы; они доподлинно знают, что должны делать. Как уже было сказано: «Вступи с битву, положи свое сердце к лотосному трону Творца».

Представьте, что вы едете по очаровательной местности. Вам нездоровится, у вас плохое настроение, поэтому вы совсем не расположены любоваться пейзажами. Проходит несколько дней, и, проезжая той же дорогой, вы восклицаете: «Боже, где были мои глаза раньше!» Стоило вам измениться — и мир стал красивее. Или такой пример: идет сильный ливень, и сквозь мокрые оконные стекла очертания гор и деревьев видятся совершенно бесформенными. У вас возникает желание выйти на улицу и что-то сделать с горами и деревьями. Не торопитесь — лучше проверим ваше окно. Когда ливень прекратится, вы посмотрите на те же горы и скажете: «Как все вокруг изменилось!» Людей и весь мир мы видим не такими, какие они есть, а такими, каковы мы сами. Поэтому одно и то же явление, одного и того же человека люди воспринимают по-разному. Мы видим мир не таким, каков он есть, а таким, каковы мы сами.

Помните то место в писании, где сказано, что для человека, возлюбившего Господа, все, что ни делается, к лучшему? Когда вы окончательно проснетесь, вы не будете пытаться обустроить свою жизнь — все станет происходить как бы само собой. Вы вдруг поймете, что все, что с вами случается, — благо. Взять хотя бы ваших домашних — вам очень хочется их изменить. Вы считаете их унылыми, невнимательными, ненадежными, коварными людьми. Но стоит вам самим измениться — они изменятся тоже. Это надежное и чудодейственное лекарство. Ваши знакомые изменятся в тот же миг, что и вы. Воспринимать их вы тоже будете совсем иначе. Тот,

кто раньше внушал вам ужас, теперь будет казаться вам перепуганным. Перепуганным покажется и тот, кто казался грубым. Внезапно обнаружится, что никто более не в силах причинить вам боль. Никто не в силах навязать вам свою волю. Получится что-то вроде такого: вы оставляете на столе какую-то книгу, я беру ее в руки и говорю: «Вы навязываете мне эту книгу. Я должен либо принять ваш подарок, либо отказаться от него». Люди с огромным энтузиазмом винят во всех своих бедах других людей, жизнь, общество в целом и соседей в частности. Но так вы никогда не изменитесь, не избавитесь от кошмара, никогда не проснетесь.

Тысячекратно проделайте эти четыре шага: осознание негативных эмоций; осознание субъективной природы всех отрицательных эмоций; понимание того, что неприятные чувства не являются неотъемлемой частью вашего «я»: эмоции недолговечны; осознание того, что мир меняется вместе с вами.

# ЖАЖДА ПЕРЕМЕН

Один важный вопрос так и остался без ответа: нужно ли хоть что-то делать, чтобы измениться?

Я приготовил вам большой и приятный сюрприз: делать ничего не нужно! Чем больше усилий вы прилагаете, тем хуже. Все, что вам нужно, — это понимать.

Вспомните, кто из домочадцев или коллег по работе вам не нравится и вызывает у вас негативные эмоции. Позвольте, я объясню вам, что происходит. Во-первых, вы должны уяснить, что ваша антипатия живет внутри вас. И отвечаете за нее вы, а не кто-то другой. Кто-то другой в присутствии объекта вашей антипатии не почувствовал бы никакого волнения — присутствие этого человека его никак бы не задело. Оно задевает вас. Во-вторых, осознайте свои претензии. Вы чего-то ожидаете от неприятного вам человека. Сможете ли вы это осознать? Потом скажите ему: «Я не имею права ничего от вас требовать». Говоря это, вы избавитесь от ваших претензий. Я не имею права ничего от вас требовать. О, я смогу защититься от последствий того, что вы сделаете, от вашего плохого настроения и всего прочего. Вы вольны идти своей дорогой и быть тем, кем вы хотите быть. Я не имею права ничего от вас требовать.

Что вы чувствуете, произнося это. Если что-то внутри вас протестует против сказанного — господи, сколько же вам еще предстоит узнать о себе! Пусть сидящий внутри вас тиран и диктатор выйдет наружу — выпустите его. Вам казалось, что вы — этакий робкий ягненок? На самом деле мы с вами тираны (это вариация на тему «я дурак и ты дурак»). Я диктатор и вы диктатор. Я хочу управлять вашей жизнью для вашего же блага; хочу научить, каким вы должны быть и как вам нужно себя вести. И лучше вам меня послушаться, а то я накажу себя негативными эмоциями. Помните, что я говорил: все люди сумасшедшие.

Одна женщина поделилась со мной радостью: ее сын получил в школе награду за отличную учебу и победу в спортивных состязаниях. Она была счастлива, но в то же время ей очень хотелось сказать сыну: «Не упивайся этой победой — она готовит тебя к тому, что ты не всегда сможешь показывать такие высокие результаты». Эта женщина никак не могла придумать, как уберечь сына от неминуемого разочарования, не омрачив при этом его радости.

Надо надеяться, ее сын все поймет, поскольку сама эта женщина постепенно становится мудрее. И главное тут не в том, что она скажет сыну. Главное — кем в конце концов она станет. Когда она все осознает, она поймет, когда и как следует поговорить с сыном. Школьная награда явилась результатом соревнований. А соревнования — жестокая вещь, если спортсменом движет ненависть. Человеку хорошо, потому что другим плохо: он берет верх над кем-то. Разве это не ужасно? Но в сумасшедшем доме это самая обычная вещь!

Некий американский доктор написал статью о том, как силен во всех нас соревновательный дух. Этот доктор изучал медицину в Швейцарии; на его курсе было довольно много студентов-американцев. Некоторые из них были шокированы, когда узнали, что в этой школе не принято ставить оценки и награждать отличившихся, не принято подсчитывать рейтинг успеваемости каждого студента и определять лучшего. Экзамены тоже можно было не сдавать. Некоторые из нас не могли с этим смириться. Мы чуть с ума не сошли — все думали, какой подвох за всем этим кроется. Кое-кто из будущих медиков перешел в другой институт. Те же, кто выдержал, обнаружили престранную вещь, невозможную в американских университетах: на экзамене студенты — лучшие студенты — показывали свои конспекты однокурсникам и помогали им справиться с заданием. Сын этого доктора изучает медицину в Соединенных Штатах. Он рассказал отцу, что в лаборатории студенты нередко специально колдуют над микроскопом, чтобы следующий практикант потерял три-четыре минуты на настройку прибора. Соревнование.

Им нужно преуспеть, им нужно достичь совершенства. Свое повествование доктор завершает очаровательной историей (он утверждает, что она взята из жизни, хотя на нее можно смотреть и как на красивую притчу). Однажды вечером в каком-то тихом американском городке несколько приятелей решили помузицировать. Там были саксофонист, ударник и скрипач — все пожилые люди. Играли они не очень слаженно, но ведь и собрались-то они лишь затем, чтоб порадовать друг друга совместной игрой. Они отлично проводили время, пока в один прекрасный день им не вздумалось поменять дирижера. Новый дирижер оказался очень амбициозным и энергичным молодым человеком. Он сказал им: «Эй, музыканты, надо подготовить концерт и выступить перед горожанами». Он потихоньку избавился от тех, кто играл не очень хорошо, потом нанял профессиональных музыкантов, и очень скоро в газетах стали мелькать имена участников ансамбля. Отличный результат, не так ли? Музыканты даже стали подумывать о гастролях в каком-нибудь мегаполисе. Но некоторые из старичков со слезами на глазах вспоминали: «Как хорошо было раньше — мы играли плохо, но зато с каким удовольствием!» В их жизнь пришла жестокость, но ее никто не распознал. Видите, как безумны могут быть люди!

Меня часто спрашивают, что я имею в виду, когда говорю: «Иди своей дорогой и будь самим собой. Я тоже буду собой, и я смогу себя защитить». Я подразумеваю, что не позволю вам мной манипулировать. У меня своя жизнь; я пойду своей дорогой; я оставляю за собой право самостоятельно мыслить и поступать соответственно своим наклонностям и вкусу. И я скажу вам «нет». Если мне наскучит с вами общаться, то это произойдет не потому, что у меня возникнут какие-то негативные эмоции, а потому что вы исчерпали себя. Вы исчерпали свою власть надо мной. Может, я просто хочу пообщаться с кем-то другим. И когда вы предложите мне пойти с вами в кино, я отвечу: «Прошу прощения, но в кино я пойду с другим человеком. Мне интереснее быть с ним, чем с вами». И это нормально. Говорить людям «нет» вполне естественно, это элемент процесса пробуждения: вы строите свою жизнь так, как хочется вам. И запомните: это не эгоизм. Эгоизм — это когда вы требуете от человека поступать так, как хотите ВЫ. Вот где эгоизм — он вовсе не в том, чтобы самому жить как вздумается. Быть эгоистичным — значит требовать, чтобы и другой исходил из ваших предпочтений или гордости, чтобы жил для вашей выгоды или удовольствия. Вот что такое эгоизм. Поэтому я буду защищаться. Я не обязан быть с вами, не обязан с вами соглашаться. Если мне понравится ваше общество, я разделяю его, не цепляясь за вас. Но теперь я не буду избегать вас из-за того, что вы вызываете во мне негативные эмоции. Отныне вы надо мной не властны.

Когда вы проснетесь, вы испытаете удивление. Всегда удивляешься, когда случается что-то неожиданное. Жена Уэбстера, застав мужа целующимся с горничной, сказала ему, что она очень удивлена. Уэбстер, будучи ярым поборником точных выражений (каковым он, конечно, стал после написания словаря), ответил: «Неправильно, дорогая. Удивлен я. Ты огорошена».

Некоторые делают пробуждение своей единственной целью. Они исполнены решимости проснуться. Они говорят: «Пока я сплю, я отказываюсь быть счастливым». В этом случае лучше оставаться таким, какой вы есть, и просто осознавать себя таковым. Простое осознание — сущий рай по сравнению с постоянными попытками на все отреагировать. Если человек реагирует на события, противодействует им, значит, он живет неосознанно. Позже вы поймете, что, даже пребывая в полном сознании, иногда приходится прибегать к противодействию. Но по мере того, как будет расти уровень вашей сознательности, противодействовать вы будете меньше, а действовать — больше.

Однажды ученик сказал своему гуру, что собирается уединиться в спокойном месте, с тем чтобы заняться медитацией и, возможно, обрести просветление. Раз в полгода он извещал учителя о том, как идут дела. В первом письме ученик написал: «Теперь я понимаю, что значит утратить себя». Гуру разорвал письмо и выбросил его в мусор. Во втором послании говорилось:

«Теперь я чувствую все живое на земле». Эту записку постигла та же участь, что и первую. «Теперь я постиг тайну одного и многих», — было написано в третьей записке; учитель порвал и ее. Через несколько лет письма от ученика перестали приходить. В конце концов учителя разобрало любопытство, и он попросил направлявшегося в дальние края путника разузнать, что случилось с запропастившимся учеником. Через какое-то время гуру опять получил письмо. Там был лишь один вопрос: «Что это значит?» И гуру воскликнул: «У него получилось! У него получилось! Наконец-то у него получилось! Наконец он нашел!»

Однажды солдаты на передовой наблюдали странную картину: отбросив винтовку в сторону, их товарищ бродил по полю боя, поднимал каждый попадавшийся ему под ноги клочок бумаги, рассматривал его, выбрасывал и шел дальше. «Да он ищет смерти! — решили бойцы. — Надо спасти парня». Его отвезли в госпиталь и показали лучшим психиатрам. Но те оказались бессильны что-либо сделать. Солдат бродил вокруг госпиталя, поднимал с земли бумажные обрывки, лениво вертел их в руках, а потом выбрасывал. Придется его демобилизовать, — отчаялись медики и вручили бойцу свидетельство об увольнении со службы. Он развернул его, лениво пробежал глазами и выдохнул: «Никак, оно? Оно, родимое. Наконец-то нашел».

Итак, каким бы ни было ваше нынешнее положение, осознайте его. Перестаньте быть диктатором. Не пытайтесь подвинуть себя на что-либо. И через некоторое время вы поймете, что благодаря осознанию вам удалось достичь того, чего вы так добивались.

# КОГДА ЧЕЛОВЕК МЕНЯЕТСЯ

Старайтесь не переусердствовать в желании проснуться. Это — как правила дорожного движения: если человек их игнорирует, рано или поздно он за это поплатится. В Соединенных Штатах левостороннее движение; в Англии, Индии — правостороннее; если не учесть этого, можно попасть в очень неприятную ситуацию. Правила запрещают испытывать боль, что-то требовать и чего-то ожидать; следуйте правилам.

Вы спрашиваете, в чем суть сострадания и чувства вины. Вы поймете это, когда проснетесь. Если сейчас вы чувствуете себя виноватым, разве смогу и вам что-то втолковать? Разве сможете вы понять, что такое сострадание? Иногда люди пытаются подражать Христу — но если обезьяна начнет дуть в саксофон, она не станет музыкантом. Уподобиться Христу через внешнее подражание невозможно. Нужно быть Христом. Тогда вы будете знать, как поступить в той или иной ситуации, — вы будете осознавать свои психологические особенности и особенности того человека, с которым имеете дело. Вам не будут нужны подсказки. Но чтобы достичь подобного состояния, надлежит быть тем, кем был Христос. Внешнее подражание бесполезно. Я никак не смогу объяснить вам, что такое сострадание, если вы уверены, что это синоним мягкого обхождения с человеком. Ведь сострадание может быть очень жестким и грубым. Сострадание может вытряхнуть из вас всю душу, сострадание может закатать рукава и оперировать. Сострадание может быть каким угодно — в том числе и мягким. Но познать его природу невозможно. Только тогда, когда в вашу душу войдет любовь, то есть когда вы избавитесь от всех своих иллюзий и привязанностей, — только тогда вы узнаете.

Когда вы перестанете отождествлять себя с «я», вам станет намного легче общаться с окружающими. Знаете почему? Потому что больше вы не будете бояться, что вас обидят или что вы кому-то не понравитесь. Вы не будете стремиться произвести на людей выгодное впечатление. Вам больше не надо будет внушать людям симпатию — представляете, как легко вам станет жить? Да что там легко — вы наконец обретете счастье! Перестанете ощущать болезненную потребность все объяснять. Все хорошо. Разве нужно что-то объяснять? Вы перестанете чувствовать болезненную потребность извиняться. Так и слышу, как вы говорите: «Я проснулся, вместо того чтобы извиняться». Повторяйте: «Я уже проснулся», и тот поступок никогда не повторится. От того, что вы просите прощения за нанесенную обиду, мало толку. Почему люди требуют извинений? Это надо выяснить. Даже если человек действительно вас обидел, ему совсем не нужно извиняться.

Вас никто не обижал. Обидели того, кого считали вами, но не вас. Вам никто не отказывал; отказывали кому-то, кого принимали за вас. Но это палка о двух концах. Вас никто не любил. Пока люди спят, они имеют дело лишь с собственным представлением о вас. И этот созданный ими образ они либо отвергают, либо принимают. Чувствуете, как опустошается и освобождается ваша душа по мере проникновения в самую суть? Все это даже чересчур. Зато как легко любить людей, когда понимаешь главное! Когда перестаешь отождествлять себя с их представлениями о них самих и о тебе. Становится очень легко любить всех и каждого.

Я себя наблюдаю, но о себе не думаю. Потому что если заставить себя думать, хмурых мыслей не оберешься. А вот когда я себя наблюдаю, я осознаю, что предаюсь саморефлексии. Вообще же человек не думает ни о себе, ни о своем «я». Он как тот водитель, не желающий потерять управление. Можно какое-то время грезить, но полностью отключаться от внешнего мира нельзя. Надо всегда быть начеку. Вспомните, как спит мать: она не слышит рев пролетающих над домом самолетов, но вскакивает при первом всхлипе ребенка. Она настороже, в определенном смысле она бодрствует. Человек ничего не знает об ощущениях бодрствующего;

что-то сказать он может лишь о своем сне. О том же, что такое бодрствование, он лишь догадывается. И о том, что такое счастье, он тоже догадывается. Счастье — в отличие от страдания — определению не поддается. Избавьтесь от страданий, и вы познаете счастье. Сказать, что такое любовь, нельзя — можно сказать, что такое нелюбовь. Избавьтесь от нелюбви, избавьтесь от страха, и вы познаете любовь. Вы хотите понять, что чувствует проснувшийся человек. Но понять это может только тот, кто уже проснулся.

Означает ли сказанное мной, что даже от детей мы не должны ничего требовать? Ведь раньше я заявил: «Вы не вправе ничего требовать». Рано или поздно ребенок отойдет от вас — согласно Божьему повелению. И у вас не будет никакого права удерживать его. По правде говоря, ваши дети вам не принадлежат и никогда не принадлежали. Они принадлежат жизни. Вам же не принадлежит никто. Вы спрашиваете о воспитании детей. Если кто-то хочет получить ленч, он должен прийти на кухню между двенадцатью и тринадцатью часами дня. Иначе он останется голодным. Сроки. Такие тут порядки: не явился вовремя — остался без завтрака. Каждый волен поступать, как ему вздумается, это правда, но за свои поступки надо отвечать.

Когда я говорю, что ни от кого ничего нельзя требовать и ожидать, я имею в виду только те ожидания и требования, которые предъявляются мной людям во имя моего личного благосостояния. Президент Соединенных Штатов должен, конечно, предъявлять американцам требования. И полисмен-регулирущик должен требовать послушания. Но все эти требования относятся к поведению людей — они касаются правил дорожного движения, принципов устройства общества, спокойной жизни граждан. Личное благополучие президента и полисмена-регулирущика от их выполнения не зависит.

# ТОЧКА ПРИБЫТИЯ — ТИШИНА

Меня постоянно спрашивают, что же будет, когда наступит пробуждение. Что это — простое любопытство? Людям интересно, как пробуждение согласуется с окружающей их действительностью, будет ли мир после пробуждения иметь для них какое-то значение и на что вообще все это похоже. Сделайте первый шаг — и вы увидите нечто неопишное. На Востоке очень популярна поговорка: «Тот, кто знает, не говорит; тот, кто говорит, не знает». Истина невыразима; выразить можно лишь что-то противоположное ей. Никакой гуру не может преподать истину. Истину невозможно облечь в слова и подвести под определение. Ее нельзя пощупать. Живую реальность нельзя заключить в слова. Учитель может лишь указать вам на ваши ошибки. Когда вы от них избавитесь, вы увидите истину. Но и тогда вы ничего не сможете сказать о ней. Так говорили все великие католики-мистики. Великий Фома Аквинский в конце жизни перестал говорить и писать; он осознал. Я думал, что его знаменитое молчание длилось месяц или два, но оказалось, что он молчал несколько лет. Он понял, что всю жизнь себя дурачил, и открыто об этом заявил.

Вы никогда не пробовали зеленое манго, поэтому спрашиваете: «А какое оно на вкус?» «Кислятина», — отвечаю я и тем самым сбиваю вас с пути истинного. Постарайтесь понять. Большинство людей не обладает мудростью — они просто цепляются за слова — например, за слова Евангелия — и ошибочно их истолковывают. «Кислятина», — говорю я, и вы спрашиваете: «Больше похоже на уксус или на лимон?» Нет, манго кислое не как уксус, а как манго. «Но ведь я не пробовал манго», — отвечаете вы. Очень жаль! Но все же вы садитесь за стол и едите о манго докторскую диссертацию. Если бы вы попробовали манго, вы бы этого не сделали. Определенно не сделали бы. Вы бы писали о чем-то другом — не о манго. А когда вы наконец попробуете зеленое манго, вы воскликнете: «Боже, я свалил дурака. Не надо было писать ту диссертацию». Вот что произошло с Фомой Аквинским.

Великий немецкий философ и теолог посвятил целую книгу молчанию св. Фомы. Фома просто молчал. Не разговаривал. В предисловии к *Summa Theologica*, явившейся собранием его богословских изысканий, говорится: «Что касается Бога, то чем Он является, мы сказать не можем; мы можем сказать только, чем Он не является. Точно так же мы не можем говорить о том, какой Он, а лишь о том, каким Он не является». В знаменитом комментарии к *De Sancta Trinitate* Аниция Северина Бозция Фома Аквинский утверждает, что существует три способа познать Бога: по сотворенному Им; анализируя ход истории и находя в ней следы Его присутствия; последний же, наивысший уровень заключается в познании Бога *tamquam ignotura* (в познании непознанности Бога). Наивысшее понимание Троицы — это осознание ее непознанности. Вы слышите, это говорит не восточный учитель дзэн-буддизма. Это говорит канонизированный католической церковью святой, абсолютный авторитет для теологов. Познать Бога как непознанного. В другом месте св. Фома даже употребляет слово «непознаваемого». Объективная реальность, Бог, природа божественного, истина и любовь непознаваемы; это значит, что разумом их постичь невозможно. А если так, то многие накопившиеся у нас вопросы теряют актуальность. Над нами властвует иллюзия того, что мы что-то знаем. На самом деле мы ничего не знаем и знать не можем.

Но тогда что же такое священное писание? Намек, ключ — не более. Один фанатик, считающий, что он что-то знает, причиняет больше зла, чем двести отпетых мошенников. Страшно смотреть на то, что творят верующие, полагающие, что им что-то известно. Как хорошо было бы жить в мире, где каждый говорил бы «я ничего не знаю»! В таком мире одной серьезной преградой было бы меньше. Разве не лучше стала бы наша жизнь?

Ко мне приходит слепой от рождения человек и спрашивает: «Что такое зеленый цвет? Какой он?» Как можно описать слепому зеленый цвет? Иногда прибегают к аналогии. Я отвечаю: «Зеленый цвет сродни мягкой музыке». «О, мягкая музыка», — повторяет он. «Да, — говорю я, — сродни тихой мягкой музыке». Потом ко мне приходит другой слепой и тоже спрашивает, что такое зеленый цвет. Я отвечаю, что он похож на нежный бархат, очень нежный и мягкий на ощупь. На следующий день двое слепых колотят друг дружку по голове бутылками. «Он мягкий, как музыка», — кричит один. — «Нет, как бархат», — возмущается другой. И продолжают размахивать бутылками. Они не понимают, о чем спорят, иначе они вообще не затевали бы спор. Вот как обстоит дело. В действительности же все еще хуже: вы даруете слепому зрение, он стоит посреди сада, озирается и на вопрос: «Понимаешь теперь, что такое зеленый цвет?» — отвечает: «Еще бы; сегодня утром мне объяснили!»

Бог везде, но вы не видите Бога, потому что знаете о Нем. Узреть Бога больше всего мешают представления о Нем. Вы не можете уловить его присутствия, потому что думаете, что вам что-то известно. В этом весь ужас религии. Именно об этом говорится в Евангелиях: религиозно настроенные люди знали и поэтому избавились от Иисуса. Высшая форма познания Бога — познание того, что Бог непознаваем. О Боге слишком много разговоров — мир устал от них. И очень мало осознанности, очень мало любви, очень мало счастья — но давайте не будем больше употреблять эти слова. Очень редко люди избавляются от своих иллюзии, заблуждений, привязанностей и жестокости; слишком мало осознанности. Вот причина людских страданий — дефицит религии тут ни при чем. О религии речь заходит тогда, когда людям не хватает осознанности. Посмотрите, во что мы с вами превратились. Поезжайте на мою родину — там из-за религии убивают. И не только там. Знающий не говорит; говорящий — не знает. Любое откровение — не более чем палец, указующий на Луну. Когда мудрец показывает на Луну, глупец видит лишь палец мудреца — гласит восточная пословица.

Глубоко верующий французский писатель Жан Гитон добавил к этому изречению леденящие кровь слова: «И этот палец мы часто используем для того, чтоб выдавить кому-то глаза». Страшно, правда? Осознание, осознание, осознание! В осознании — исцеление, в осознании — истина, в осознании — спасение, в осознании — духовность. В осознании — развитие, в осознании — любовь, в осознании — пробуждение. Осознание.

Я вынужден давать определения словам и понятиям, поскольку должен объяснить вам, почему, глядя на дерево, мы его не видим. Нам кажется, что мы его видим, но на самом деле это не так. Когда мы смотрим на человека, нам только кажется, что мы его видим. Мы видим некий образ, закрепившийся в нашем сознании. О каждом человеке у нас складывается какое-то мнение, за которое мы держимся изо всех сил. В дальнейшем мы воспринимаем человека только через призму сложившегося ранее впечатления. Так происходит всегда и во всем. Если вы это поймете, вы поймете и то, как здорово осознавать все происходящее вокруг. Ведь живая действительность — здесь, рядом с вами; Бог, или что бы это ни было, тоже здесь. Всё здесь. Маленькая рыбка в океане спрашивает: «Извините, я ищу океан. Не подскажите, как проплыть к нему?» Трогательная картинка, не правда ли? Стоит только открыть глаза — и все сразу станет ясно,

# РАЗМЫКАЯ ПОРОЧНЫЙ КРУГ

Давайте вернемся к удивительному изречению из Евангелия о том, что обретает себя лишь тот, кто себя теряет. Это место из Священного Писания часто цитируют богословы и авторы книг религиозной, духовной и мистической направленности.

Как можно себя потерять? Вы когда-нибудь пробовали что-то потерять? Правильно, чем больше стараешься что-то потерять, тем тяжелее это сделать. Вещи теряются, когда к этому совсем не стремишься. Они теряются, когда вы не осознаете себя. Как может человек умереть в собственных глазах? Я имею в виду не самоубийство, а именно смерть, и говорю не о том, как себя убить, но как умереть. Если вы причините себе боль и заставите себя страдать, вы проиграете. Это будет шаг назад. Человек никогда не бывает столь полон собой, как в страдании. И никогда он не поглощен собой до такой степени. Вы можете забыть о себе только в счастье. Счастье избавляет вас от себя. Что же касается страданий, боли, нищеты и депрессий, то они только привязывают вас к себе. вспомните, как ясно вы осознаете наличие у вас зуба, когда он начинает болеть. Когда зубная боль прекращается, вы вообще не замечаете свои зубы, как не замечаете, например, голову, если она у вас не болит. Все меняется, когда голова начинает раскалываться.

Итак, традиционный взгляд на душевные и физические муки, на смирение и самопожертвование как на способ самоотречения можно признать ошибочным. Чтобы избавиться от «себя», чтобы оно умерло, потерялось, надо познать самую сущность себя. Когда вы это сделаете, оно исчезнет, испарится. Представьте, что кто-то стучится в мою комнату. «Заходите, — говорю я. — Можно узнать, кто вы?» «Я Наполеон», — отвечает посетитель. «Тот самый Наполеон?» — спрашиваю я. «Тот самый. Бонапарт, император Франции», — отвечает он. «Вот это да!» — восклицаю я, а про себя думаю: надо быть с ним поосторожнее. «Располагайтесь, Ваше Величество», — говорю я, приглашая его сесть. «Говорят, вы великий учитель, — начинает он. — Я испытываю некоторые трудности духовного порядка: я встревожен, мне трудно поверить в Бога. Моя армия в России, и теперь я не сплю ночами — все думаю, как все обернется». «Что ж, ваше величество, — говорю я, — советую вам перечитать шестую главу Евангелия от Матфея: Посмотрите на полевые лилии... они ни трудятся, ни прядут».

И я уже не знаю, кто сумасшедший — он или я. Но я соглашаюсь с этим ненормальным. Что-то в этом роде проделывает и мудрый учитель, когда вы к нему приходите. Он соглашается с вами; он относится к вашим проблемам серьезно. Он утрет вам слезы. Вы сумасшедший, но вы еще не знаете об этом. Скоро он выдернет коврик у вас из-под ног и скажет: «Хватит! Никакой вы не Наполеон». В знаменитых диалогах св. Екатерины Сиенской Бог произносит такие слова: «Я — тот, кто есть; ты — та, кого нет». Вы когда-нибудь чувствовали, что вас нет? На Востоке популярны образы танцора и танца. Бог представляется танцором, а его творение — танцем. Это не значит, что Бог — великий танцор, а вы — танцор средний. Вас вообще нельзя назвать танцором. Вас танцуют! Вы когда-нибудь ощущали это? Когда человек приходит в себя и понимает, что он не Наполеон, он не умирает. Он продолжает жить — но теперь он осознает, что является не тем, за кого себя принимал.

Потерять себя означает понять, что вы не тот, за кого себя принимали. Раньше вы мыслили себя центром мироздания — теперь вы видите, что вы всего-навсего спутник. Вы думали, что вы танцор, — теперь вы чувствуете себя танцем. Все это лишь аналогии, символы, их нельзя понимать буквально. Они — ключ, намек; они — указатели, не забывайте об этом. На них нельзя полагаться полностью. Не воспринимайте их буквально.

# ВЕЧНЫЕ ЦЕННОСТИ

Поговорим о ценности каждого из нас. Это далеко не то же самое, что самооценка. От чего зависит ваша самооценка? От того, как идут дела на работе? От количества денег в кармане? А может, от количества любовных побед? Как все это недолговечно, как эфемерно! Можем ли мы с уверенностью сказать, что самооценка не зависит от того, как нас воспринимают окружающие? Но стоит ли зависеть от их мнения? Человек сможет понять, насколько он ценен, только когда перестанет соотносить себя с преходящими вещами. Если все вокруг трубят о моей красоте, это не значит, что я на самом деле красив. Я не красавец и не страшилище. Эти понятия недолговечны. Я могу стать ужасным уродом, но это все еще буду я. Допустим, мне сделают пластическую операцию и возвратят красивую внешность. Но станет ли красивым мое «я»? Все это требует долгих размышлений. Я просто подсказал вам много разных идей, но если вы найдете время вдуматься в мои слова, сосредоточиться на каждом тезисе, за каждым из них вы обнаружите золотое дно. Я говорю с такой уверенностью, потому что сам обрел подлинные сокровища, когда случайно наткнулся на эти идеи.

Веселье и радость делают жизнь восхитительной. Горе и боль ведут к совершенству. Положительные эмоции украшают жизнь, но они не побуждают человека заниматься самосовершенствованием. Человек растет, только когда страдает. Страдание выявляет в вашей душе несовершенные области, участки, подлежащие ремонту и обновлению. Если бы вы правильно пользовались страданием — ох, как совершенны вы были бы! Давайте положим конец нашим душевным мукам и негативным эмоциям. Не тратьте на них время. Я уже говорил, как можно разделаться с негативными эмоциями. Если что-то идет не так, как вам хочется, и вы этим разочарованы, наблюдайте за вашим разочарованием! Слушайте, что оно говорит о вас. Не осуждайте себя (иначе вы попадетесь на удочку самобичевания): Наблюдайте за происходящим как бы со стороны. Наблюдайте за досадой — она есть реакция на критику извне. Что она вам говорит?

Помните слова одного парня: «Кто сказал, что волноваться незачем? Очень даже есть зачем. Когда я волнуюсь и чего-то боюсь, это никогда не происходит». Ему волнение помогало. А вот слова другого юноши: «Невротик — это такой человек, который переживает о чем-то, что не случилось в прошлом». Куда ему до нас, нормальных, — мы ведь переживаем о том, что не случится в будущем. Вот в чем соль. Испытываемые вами волнение и тревога — что они на самом деле такое?

Негативные эмоции полезны для осознания, полезны для понимания действительности. Они дают вам возможность посмотреть на все со стороны. Поначалу ваша депрессия никуда от вас не денется — однако вы уже не будете с ней связаны. Постепенно вы ее поймете. Когда это случится, она все реже будет напоминать вам о себе, а со временем и вовсе исчезнет. Возможно, для вас это будет уже вполне заурядным явлением. Незадолго до того, как обрести просветление, я впал в депрессию. Я ощущал ее и после просветления. Постепенно — а может, внезапно, а может, молниеносно, — но вы переходите в состояние бодрствования. В этом состоянии человек избавляется от всех желаний. Не забывайте, что именно я называю желаниями и пристрастиями: «Если я не получу того, что мне хочется, я отказываюсь быть счастливым». Имеются в виду те случаи, когда счастье зависит от исполнения желаний.

# ЖЕЛАНИЕ НО НЕ ПРЕДПОЧТЕНИЕ

Не подавляйте желания, иначе вы станете мертвы при жизни. Вы будете инертны, а это ужасно. Желание в правильном понимании этого слова есть энергия. А чем больше у вас будет энергии, тем лучше. Не подавляйте желаний; поймите их. Поймите. К тому, чтобы понять желание, стремитесь сильнее, чем к тому, чтобы его выполнить. Не отрекайтесь от предмета ваших вожелений — поймите его; проникните в его истинную сущность. Осознайте его подлинную ценность. Если же вы просто подавите возникшее у вас желание и попытаетесь забыть о том, чего вам так хочется, вы, скорее всего, привяжетесь к этому желанию еще сильнее. А вот если вы внимательно рассмотрите свои устремления, осознаете их подлинную ценность, поймете, что именно с них начинается путь к страшным мучениям, ваше желание превратится в то, что я называю предпочтением.

Если вы испытываете разного рода предпочтения, но никогда не ставите свое счастье от них в зависимость — значит, вы проснулись. И приближаетесь к состоянию бодрствования. Бодрствование, счастье — называйте его как хотите — это избавление от иллюзий; в этом состоянии человек, насколько это вообще для человека возможно, воспринимает мир не таким, каков есть сам человек, но таким, каков есть мир. Избавиться от иллюзий, увидеть мир, увидеть действительность. Всегда, когда вы чувствуете себя несчастным, вы добавляете какой-то штрих к уже существующему миру. Именно этот штрих и делает вас несчастным. Повторяю: вы что-то добавили — вы добавили негативную эмоцию. От окружающего мира исходят стимулы, от вас — реакции. Если проанализировать, что вы добавляете к действительности, всегда обнаружится хоть какая-нибудь, но иллюзия, какое-нибудь требование или претензия, пристрастие или ожидание. Всегда. Можно привести великое множество иллюзий и заблуждений. Но если вы пойдете этим путем, вы обнаружите их самостоятельно.

Например, такая иллюзия: если изменить окружающий мир, люди тоже изменятся. Если ограничиться внешними изменениями, люди не изменятся. Вы не изменитесь, даже если поменяете работу или жену, построите новый дом или перейдете к другому учителю. Считать иначе — все равно что верить в то, что, если взять новую ручку, изменится почерк, а если надеть новую шляпу, голова под ней сразу поумнеет. По большому счету это ничего не меняет, но многие люди все силы отдают тому, чтобы переделать мир на свой вкус. Иногда им это удается — на пять минут — и тогда у них наступает короткая передышка. Но даже во время отдыха, они не могут расслабиться, ведь жизнь не стоит на месте — жизнь постоянно меняется.

Если вы хотите жить, у вас не должно быть постоянного пристанища. Не должно быть места, где вы могли бы приклонить голову. Нужно плыть вместе с жизнью. Как сказал великий Конфуций, тот, кто хочет всегда быть счастливым, должен постоянно меняться. Плыть. Но мы постоянно оглядываемся, правда? Мы привязались к прошлому, мы привязываемся к настоящему. Когда идешь за плугом, не оглядывайся назад. Вы хотите наслаждаться мелодией? Хотите радоваться симфонии? Тогда не держитесь за какой-то один музыкальный такт или ноту. Пусть они звучат, пусть плывут. Наслаждаться симфонией можно лишь тогда, когда вы не задерживаете плавное течение музыки. Если же какая-нибудь фраза настолько поразит ваше воображение, что вы закричите оркестру «играйте ее снова, и снова, и снова», это уже не будет симфония. Вам знакомо имя старого муллы Насреддина? Это легендарная личность; Греция, Персия и Турция оспаривают право считаться его родимой. Свое мистическое учение он обычно преподносил в форме небольших забавных историй. В конце каждой истории мишенью для насмешек всегда становился он сам, старый Насреддин.

Однажды Насреддин сидел и брэнчал на гитаре, дергая одну и ту же струну. Через

некоторое время около него собралась толпа зевак (дело происходило на рыночной площади) и один из них, сидевший прямо на земле, сказал: «Ты выбрал хорошую ноту, мулла. Но почему ты хоть немного не разнообразишь мелодию, как это делают другие музыканты?» «Те болваны только ищут правильную ноту — а я свою уже нашел», — ответил Насреддин.

# ПРИВЫЧКА К ИЛЛЮЗИИ

Когда вы хватаетесь за что-то мертвой хваткой, вы тем самым ломаете себе жизнь — когда вы слишком крепко за что-то цепляетесь, жизнь попросту останавливается. Эта мысль красной нитью проходит сквозь все Евангелия. И человек способен ее понять. Поймите. Но поймите и другое: счастье не имеет ничего общего с душевным трепетом и нервной дрожью. Это еще одно заблуждение: считать, что исполнение желаний ведет к радости. Желания порождают тревогу и рано или поздно оборачиваются обратной стороной. Изрядно помучившись, вы это поймете. Вы питаете себя тревогами и волнением. Это все равно что кормить скаковую лошадь деликатесами — вином и пирожными. Со скаковыми лошадьми так не поступают. Это все равно что человеку питаться наркотиками — вы ведь не набиваете желудок героином. Вам нужна доброкачественная, здоровая и питательная еда. Это должен уяснить каждый.

Вот еще одна иллюзия: человеку кажется, что за него все сделает кто-то другой: придет какой-нибудь учитель, наставник или просто спаситель и все сделает. Предпринять что-то вместо вас не сможет даже самый могущественный гуру. Вы сами должны о себе позаботиться. Существует изумительное высказывание святого Августина: «Иисус Христос часто был бессилён что-либо сделать для тех, кто его слушал». Или вспомните красивую арабскую поговорку: садовые розы и болотные колючки питает один и тот же дождь. Действовать надлежит вам. Никто другой ничем не сможет вам помочь. Пищу усваивает ваш организм; все осознать должны тоже вы. Кто-то другой не в силах что-то понять за вас. Искать истину должны лично вы. Никто не сможет заменить вас в этом деле. Если предмет ваших поисков — истина, никто не сможет быть вам полезен.

Следующая иллюзия: очень важно, чтобы окружающие вас любили, ценили и уважали; очень важно иметь вес в обществе. Часто говорят, что человек имеет врожденную потребность быть любимым и уважаемым окружающими, что ему обязательно нужно кому-то принадлежать. Неправда. Избавьтесь от этой иллюзии, и вы обретете счастье. У нас есть врожденная потребность быть свободным, есть потребность любить — но у нас нет потребности быть любимым. Проводя психологические семинары, я нередко сталкиваюсь с широко распространенной проблемой: как же могу я быть счастливым, если меня никто не любит? Тогда я задаю такой вопрос: «Неужели вы никогда не забывали о том, что вас никто не любит, и в такие моменты никогда не чувствовали себя счастливым?» Конечно, чувствовали.

Например, женщина смотрит увлекательную комедию. Она покатывается со смеху и в этот благословенный миг забывает напомнить себе, что ее никто не любит, ее никто не любит, ее никто не любит. Она счастлива! Но вот фильм окончился, и ее подруга — они пришли в кино вместе — уходит с молодым человеком домой. Оставшись в одиночестве, женщина думает: «У всех моих подруг есть поклонники, а у меня нет. Я так несчастлива. Никто меня не любит!»

Многие индийские бедняки мечтают о транзисторе — в Индии он считается большой роскошью. «У всех есть транзисторы, — говорит человек, — а у меня нет. О я Несчастный!» Пока не началась эта горячка с транзисторами, люди как-то обходились без них. То же самое происходит с вами. Пока вам не сообщили, что счастья без любви не бывает, вы были счастливы. Если вас никто не любит, если вы никому не нужны и никому не нравитесь, вы все равно можете быть счастливым человеком. Вы можете быть счастливы от соприкосновения с действительностью. Именно в этом и заключается счастье — в постоянном контакте с живой действительностью. Именно в этом вы обретаете Бога и счастье. Однако большинство из вас не готово слышать такое. Следующая иллюзия: события внешнего мира могут причинить вам боль; окружающие могут заставить вас страдать. Нет, не могут. Только вы можете наделить их такой

властью.

Еще заблуждение: вы — это те ярлыки, которые на вас навесили ваши знакомые или вы сами. Нет и еще раз нет! Не нужно за них цепляться. Если кто-то скажет мне, что я гений, и я отнесусь к этим словам серьезно, у меня сразу же возникнут огромные трудности. Догадываетесь почему? Потому что с этого момента я буду чувствовать себя как на иголках. Я должен буду не ударить лицом в грязь, должен буду поддерживать репутацию гения. После каждой лекции мне придется выяснять у студентов: «Вам понравилось сегодняшнее занятие? Вы все еще считаете меня гением?» Понимаете? Так что сорвите с себя все ярлыки! Сорвите ярлыки — станьте наконец свободным! Не отождествляйте себя с ними. Ярлыки — это то, что о вас думают другие, то, как в данный момент воспринимают вас окружающие. Вы действительно гений? Действительно твердый орешек? Вы мистик? Сумасшедший? Какая, в самом деле, разница? Никакой — если только вы живете осознанно, если проживаете каждый миг своего существования. Как здорово сказано в Евангелии: «Взгляните на птиц небесных: они ни сеют, ни жнут, ни собирают в житницы... Посмотрите на полевые лилии... они ни трудятся, ни прядут». Это слова настоящего мистика, слова бодрствующего человека.

Итак, зачем тревожиться? Могут ли все ваши тревоги вместе взятые продлить вашу жизнь хоть на мгновение? Зачем волноваться о том, что будет завтра? Есть ли жизнь после смерти? Буду ли я жить после того, как умру? Зачем волноваться о завтрашнем дне? Нырните в день сегодняшний. Кто-то когда-то сказал: «Жизнь — это то, что случается с нами, пока мы составляем планы». Все это печально. Жить надо сегодняшним днем. Когда вы проснетесь, вы заметите, что действительно живете сегодняшним днем и ощущаете вкус каждого мгновения. Хорошим знаком является восприятие вами всей симфонии целиком: вы слушаете музыку и не испытываете желания остановить ее.

# ПРИВЯЗАННОСТЬ К ВОСПОМИНАНИЯМ

Все вышесказанное логически подводит нас к новой теме, которая, тем не менее, тесно связана с предыдущей, связана с предложением осознать то новое, что мы привносим в мир. Давайте остановимся на этой теме подробнее.

Не так давно один иезуит рассказал мне, с какой лекцией много лет назад он выступил перед жителями Нью-Йорка. В свете некоторых события пуэрториканцы были тогда в Соединенных Штатах очень непопулярны. Каждый считал своим долгом всячески их очернять. «Позвольте мне зачитать вам, как в разные времена жители Нью-Йорка реагировали на некоторых иммигрантов», — сказал на той лекции иезуит и зачитал высказывания жителей Нью-Йорка, касающиеся переселенцев из Ирландии, Германии и других стран — в разные годы Нью-Йорк захлестывали волны иммигрантов из разных стран. Священник очень хорошо подал материал: «В этих людях нет прирожденной склонности к правонарушениям. Но если мы будем к ним относиться плохо, они действительно могут стать преступниками. Мы должны понять этих людей. Если вы хотите стабилизировать ситуацию, нельзя реагировать предвзято. Иммигрантов не осуждать нужно, а понимать». По отношению к самому себе и тем изменениям, которые в вас происходят, необходимо выработать похожий подход. Не надо себя осуждать, не надо ругать — надо понять, что происходит. Но называть себя мерзким грешником не надо. Нет, нет, нет и нет!

Чтобы проснуться, необходимо понимать; если же вы смотрите на мир сквозь призму предубеждений, ничего понять вы не сможете. Мы смотрим предвзято на всех и вся. Одного этого достаточно, чтобы сломить самого сильного человека.

Например, я встречаю старого друга. «Привет, Том», — говорю я и стискиваю его в объятиях. Кого я обнимаю? Тома или собственные воспоминания о нем? Живого человека или труп? Я предполагаю, что он остался таким же славным парнем, каким я знал его раньше. Предполагаю также, что он все еще такой, каким я его помню и представляю. И вот я его обнимаю. Через пять минут до меня доходит, что он уже не прежний старина Том и теперь мне с ним совсем не интересно. Я обнял не того человека.

Если желаете убедиться в моей правоте, представьте себе вот что: индийская монахиня решает на какое-то время оставить монастырь. Ее духовные сестры обсуждают между собой ее поступок: «О, это ее судьба; она посещала все семинары, и теперь решила уединиться. Ничто и никогда ее не изменит». Но случилось так, что она изменилась — под влиянием семинаров, занятия или из-за чего-то другого. Она изменилась, и произошедшая в ней перемена видна абсолютно всем. Вот это да! «На вас действительно снизошло озарение, ведь правда?» — спрашивают ее. Да, правда, — и об этом говорит все: ее поведение, ее осанка, выражение ее лица. Когда изменения происходят внутри человека, их всегда видно. Меняется его лицо, глаза, меняется все тело. Итак, монахиня возвращается; ее сестры, привыкшие видеть ее такой, какой она была прежде, продолжают смотреть на нее предвзято. Они единственные не видят в ней никаких изменений. «Кажется, она немного ожила, — говорят они, — но пройдет немного времени, и ее опять охватит отчаяние». Через месяц или два она снова погружается в депрессию: она откликается на их реакцию. «Вот видите, — Изрекают окружающие, — мы же говорили: она ничуть не изменилась». Но в том и состоит трагедия, что она-то как раз изменилась, просто они ничего не заметили. Роль восприятия в вопросах любви и личных взаимоотношений огромна.

Какими бы ни были взаимоотношения между людьми, они всегда связаны с ясностью восприятия друг друга (насколько это восприятие вообще возможно; о познавательных возможностях человека существуют разные мнения, но вряд ли кто-то станет оспаривать

предпочтительность глубокого восприятия окружающего мира). С другой стороны, взаимоотношения предполагают какую-то реакцию со стороны обоих партнеров. Говорить же о соответствии ответной реакции реальному положению вещей можно лишь тогда, когда восприятие человека остается ясным и незамутненным. Но как можно любить того, кого даже не видишь? На самом ли деле вы видите человека, к которому чувствуете привязанность? Видите ли вы того, кого боитесь или просто не любите? Мы ведь ненавидим то, чего боимся.

Мне иногда заявляют: «Мудрость начинается с Богобоязненности». Минутку. Надеюсь, эти люди понимают, что говорят. Мы ненавидим то, чего боимся. Если что-то внушает нам страх, мы мечтаем уничтожить это-явление, избавиться от него. Если вы боитесь кого-то, этот человек не может вам нравиться. Он не нравится вам как раз потому, что внушает вам страх. Вы не видите его — вам мешают ваши же эмоции. То же самое происходит тогда, когда вы кому-то симпатизируете. А вот если вас посетит истинная любовь, люди перестанут вам нравиться или не нравиться в привычном смысле этих слов. Вы будете ясно видеть каждого человека и безошибочно на него откликаться. Но пока что ваши симпатии и антипатии, предпочтения и привязанности продолжают стоять у вас на пути. Поэтому следует осознать предвзятость и необъективность своих суждений. Ваши симпатии и антипатии всегда с вами; они — порождение полученного вами воспитания. Почему вам нравится не то, что нравится мне? Потому что наши страны прошли разное культурное развитие. Если бы мне вздумалось угостить вас моими любимыми лакомствами, вы с отвращением отвернулись бы от них.

В некоторых районах Индии собачье мясо считается большим деликатесом. В других же областях Индии человека просто стошнит, если он узнает, что у него на тарелке бифштекс из собачатины. Почему? Разное воспитание, разные программы. Индуса стошнило бы и в том случае, если бы он узнал, что случайно проглотил кусочек говядины, — а вот американцам говядина нравится. Но почему они не едят говядину? — спросите вы. Потому же, почему вы не набрасываетесь с ножом и вилкой на вашу любимую болонку. Причина та же. Индийский крестьянин относится к корове так, как вы относитесь к домашним животным. У него не возникает желания съесть корову. Существует культурный запрет — этот-то запрет и спасает столь необходимое в хозяйстве животное.

Но почему люди влюбляются? Почему одного человека я могу полюбить, а другого — нет? Потому что в свое время я подвергся психологической обработке. В моем подсознании прочно сидит представление о том, что такой-то тип людей мне интересен, а такой-то — нет. И когда я вижу соответствующую моим представлениям девушку, я в нее по уши влюбляюсь. Но увидел ли я эту девушку? Нет! Я рассмотрю ее уже после свадьбы — только тогда наступит настоящее пробуждение! И только тогда может начаться настоящая любовь. Влюбленность — еще далеко не любовь. Это желание, испепеляющая страсть, но не любовь. Всем своим естеством вы жаждете добиться расположения обожаемого вами существа. Вас захлестывает целый ураган эмоций. А кто-то рядом говорит: «И что он в ней нашел?»

Но это уже особенности иной психологической установки: этот человек ничего в этой девушке не видит. Говорят, любовь слепа. Слепа ненастоящая любовь. Поверьте: ничто на свете не обладает такой силой проницательности, как истинная любовь. Слепа привычка, слепа привязанность. Слепы желание и страсть. Но настоящая любовь не слепа. Не называйте любовью то, что любовью не является. В большинстве современных языков это слово подверглось осквернению: люди занимаются любовью, люди влюбляются. «Ты когда-нибудь влюблялась?» — спрашивает у маленькой девочки маленький мальчик. «Нет, но я внавивалась», — отвечает малышка.

Итак, в чем же суть влюбленности? Первое, что нам нужно, — это четко воспринимать окружающих. Одна причина того, что мы не видим людей такими, какими они есть, очевидна:

нам мешает наша программа, мешают эмоции, симпатии и антипатии. Все это нужно преодолеть. Кроме того, преодолеть нужно и более основательные препятствия: имеющиеся у вас представления о мире, логические умозаключения и отвлеченные понятия. Хотите — верьте, хотите — нет, но все понятия, выработанные людьми для лучшего контакта с действительностью, в конечном счете мешают такому контакту осуществиться: рано или поздно мы забываем, что слова и вещи — далеко не одно и то же. Понятие не есть действительность. Действительность и наше представление о ней — разные вещи. Вот почему я заявлял и заявляю, что обрести Бога мешают человеку его собственные представления о Боге и само слово Бог. Если не проявить должной осмотрительности, представления превратятся в непреодолимое препятствие. Они могут помочь вам в поисках — как это и было задумано изначально, — но могут и помешать.

# ОТ АБСТРАКТНОГО К КОНКРЕТНОМУ

В основе любого понятия лежат не конкретные имена (Джон, Мэри), но обобщенные представления; отдельные же индивиды не входят в число понятийных категорий. Специфика понятия как такового состоит в том, что своими характеристиками оно охватывает неограниченное число объектов и индивидов. Понятия универсальны. Например, слово листва употребляется для обозначения всех листьев, произрастающих на каком-то одном дереве; листвой мы называем также листья нескольких деревьев или даже все листья в мире — большие и маленькие, зеленые и желтые, листья бананов. И когда я говорю, что видел утром какую-то листву, догадаться, что же я такое видел, практически невозможно.

Давайте посмотрим, какие предположения могут возникнуть у вас по этому поводу. Вы вполне ясно представляете все то, чего я не видел. Я не видел зверей. Не видел собаку; не видел человека. Не видел башмак. Кроме того, вы примерно догадываетесь, что я видел. Но эти ваши догадки очень туманны, им не хватает конкретности. Человек — это не первобытный и не современный человек, не взрослый и не ребенок, не мужчина и не женщина, не француз и не итальянец; человек — это понятие. Каждый человек глубоко индивидуален; абстрактного человека нет — абстрактным может быть только понятие о человеке. Получается, что понятие лишь сообщает мысли примерное направление, но никогда не обозначает предмет точно. Понятию как таковому не достает конкретности и ясности. Оно никак не отражает уникальные черты каждого из объектов живой действительности. Понятие универсально.

Называя какое-либо понятие, я тем самым на что-то намекаю — однако намек явно недостаточен. Понятия очень ценятся в науке — там они на своем месте. Если я скажу, что все люди животные, с научной точки зрения это будет абсолютно правильно. Но ведь мы с вами — нечто большее, чем животные. Если я скажу, что Мери-Джейн — животное, это будет правдой; но это будет и ложью, поскольку я выпущу из виду что-то очень важное; это будет несправедливо. Я не ошибусь, если назову женщину женщиной; и все же понятие «женщина» не включает в себя многое из того, что есть в конкретном человеке. Ведь я имею в виду именно эту женщину, единственную и неповторимую: ее нельзя концептуализировать — ее можно только осмыслить. Каждого человека нужно увидеть — увидеть, осмыслить, воспринять внутренним зрением. Концептуализировать отдельного индивида невозможно — его можно лишь воспринять на интуитивном уровне.

Человека невозможно понять с помощью разума. Вероятно, многие американцы с гордостью называют себя американцами, в то время как многие индийцы с гордостью называют себя индийцами. Но что есть американец и что есть индеец? Это часть соглашения между людьми — но не часть вашей натуры. Все, чем вы обладаете, — обычные ярлыки. По-настоящему вы не знаете абсолютно никого. Понятие не отражает то, что составляет уникальную и неповторимую сущность каждого отдельно взятого предмета или явления (или же в нем за ненадобностью опускается что-то очень важное и ценное, существующее лишь в реальной жизни). Великий Кришнамурти однажды сказал: «Стоит ребенку выучить, как называется птица, — и он перестает ее замечать». Как это верно! Когда ребенок впервые видит мягкий подвижный комочек, он слышит от вас: «Это воробей». На следующий день на глаза ребенку опять попадает мягкий и подвижный комочек, и малыш заявляет: «А, воробей. Я уже видел воробьев. Они мне надоели».

Если вы перестанете мыслить понятиями, вам ничто никогда не надоест. Каждая вещь уникальна. Каждый воробей уникален, хоть он и похож на своих собратьев. Наличие сходных черт, конечно, очень существенно: именно схожесть тех или иных объектов позволяет нам

абстрагироваться от конкретной действительности и выработать определенные понятия. Без этого не могло бы существовать ни человеческое общение, ни воспитание, ни наука. С другой стороны, все это очень мешает и сбивает с толку, когда мы имеем дело с конкретным человеком. Если никогда не выходить за рамки понятий, настоящую действительность увидеть будет невозможно: действительность всегда конкретна. Понятия помогают вам попасть в реальный мир. Однако потом вы должны будете сами постичь его — интуитивно или на практике, но непосредственно и самостоятельно.

Во-вторых, мир все время меняется, а понятие — нет. Название Ниагарского водопада остается неизменным, хотя низвергающиеся вниз потоки воды меняются постоянно. Слово река тоже не меняется, хоть речная вода никогда не стоит на месте. Тело всегда называется телом, несмотря на постоянное обновление клеток, которые его составляют. Предположим, за окном разыгралась буря и мне захотелось показать ее моим соотечественникам. Я ловлю ее в коробку из-под сигар, еду домой и говорю: «Вот, посмотрите». Конечно, в моей коробке нет урагана, ведь так? Как только я его поймал, он перестал быть ураганом. Если я захочу объяснить, что такое течение, и принесу для этой цели ведро речной воды, у меня ничего не получится. Когда вода попадает в ведро, она перестает течь. Когда какой-то предмет втискивают в рамки понятий, он тоже перестает течь, становится неподвижным и умирает. Замороженная волна — уже не волна. Волна — это непрерывное движение; если ее заморозить, она перестанет быть собой. Понятия же всегда пребывают в застывшем состоянии. Действительность — вечно в движении. В конце концов, если верить мистикам (а понять то, что они говорят, или даже поверить им не так уж и трудно; правда, никому не удастся осмыслить все это сразу), действительность — это единое и неделимое целое, в то время как слова и понятия дробят это целое на составляющие. Вот почему так трудно переводить с одного языка на другой: разные языки дробят действительность по-разному. Английское слово дом невозможно перевести на французский или испанский язык. Casa — это ведь не совсем дом; у английского слова дом имеется множество коннотаций, характерных только для английского языка. Во всех языках есть непере译имые слова и выражения: люди делят действительность на составляющие, что-то к ней прибавляют, что-то отнимают; состав языка постоянно меняется. Мы расчленяем действительность на элементы (понятия) и обозначаем их словами. Если никогда не видевший животных человек случайно найдет на дороге хвост и услышит от кого-то, что это хвост, разве сможет он, не имея представления о животных, понять, что перед ним такое?

Понятия и впрямь дробят на части наше восприятие действительности, лишают интуицию и индивидуальный опыт цельности. Именно об этом неустанно твердят все мистики мира. Слова не олицетворяют живую действительность. Они лишь намекают, указывают на нее. Слова — это указатели. Когда же вы сталкиваетесь с действительностью лицом к лицу, слова и понятия оказываются совершенно бесполезными. Однажды между философом и индийским священником произошел спор: философ доказывал, что обрести Бога человеку мешает представление о Боге и само слово Бог. Священник был обескуражен таким заявлением; философ же продолжал: «Если вы подъезжаете к дому на осле, это не значит, что в дом вы тоже заедете верхом». Вы пользуетесь понятиями только на подходах к цели, потом спешиваетесь и выходите за рамки понятий. Не надо быть мистиком, чтобы понять, что действительность невозможно поймать с помощью слов и понятий. Чтобы познать действительность, нужно познать то, что находится по ту сторону знания.

Это вам что-то напоминает? Те, кто читал «Облако Неведомого» («The Cloud of Unknowing»), узнают цитату. Поэты, художники, мистики и великие философы приоткрывают завесу над этой истиной. Предположим, однажды в поле моего зрения попало дерево. До этого каждый раз, когда я его видел, я называл его про себя деревом. Но сегодня я вижу не дерево. По

крайней мере, я вижу не то, что привык видеть. Я смотрю на мир с детской непосредственностью. И у меня нет слов, чтобы обозначить увиденное. Я вижу нечто уникальное и неповторимое, что-то динамичное и цельное, не расчлененное на части. На меня накатывает волна благоговения. И если бы в этот момент кто-то спросил: «Что ты видишь?» — как бы я, по-вашему, ответил? У меня не нашлось бы слов. Действительность не поддается словесному описанию. Стоит мне сказать хоть что-то, и мы опять вернемся к вопросу о понятиях.

Но если я не в силах выразить видимую мной действительность, как возможно выразить то, что нельзя увидеть и услышать? Какое слово употребить для обозначения истинности Бога? Понимаете теперь, в чем смысл учения Фомы Аквинского, Августина и подобных им? Понимаете, почему, по мнению Церкви, Бог есть тайна, недоступная человеческому разуму?

В одном из своих последних писем, адресованных немецкому юноше-наркоману, великий Карл Райнер писал: «Положа руку на сердце, я должен признаться, что Бог был и остается для меня великой загадкой. Я не понимаю, что такое Бог; этого никто не может знать». Руководствуясь лишь намеками да смутными догадками, мы предпринимаем слабые и наивные попытки выразить тайну словами. Но нет слов, способных на это. К собравшимся в Лондоне богословам Райнер обратился с такой речью: «Какова миссия теологии — Объяснять все сущее Божьим произволением; сам же Бог должен пониматься как необъяснимая сущность. Необъяснимая тайна. Никому не известная и никем не высказанная. Мы можем лишь восклицать — ах, ах...»

Слова — это указатели; они ничего не описывают. К несчастью, люди считают, что во всем, что касается Бога, слово становится материальным объектом. Как раз из-за этой уверенности мы и впадаем в идолопоклонничество. Как можно быть столь безумным? Существует ли безумие большее, чем это? Слово не является вещью даже тогда, когда речь идет о людях, деревьях, листве или животных. А вы утверждаете, что изреченное о Боге слово есть вещь? О чем вы говорите? Один всемирно известный богослов, прослушав в Сан-Франциско курс моих лекций, сказал: «Боже, теперь я понимаю, что всю жизнь был идолопоклонником!» Он открыто признался в этом. Мне даже в голову не приходило, что я идолопоклонник. Мой идол не был вырезан из дерева или отлит из металла — он находился в моей голове. Такие идолопоклонники наиболее опасны. Для создания собственного божества они используют тончайшую субстанцию — свое сознание.

Я готовлю вас к осознанию окружающей вас действительности. Осознание — это наблюдение за всем, что происходит внутри и вокруг вас. Под словом «происходит» подразумевается, что все в мире: деревья, трава, цветы, животные, скалы — все находится в постоянном движении. И человек все подмечает, за всем наблюдает. Очень важно наблюдать не только за собой, но и за окружающим миром. Вы не можете выйти за рамки понятий? Вы хотите выбраться из темницы? Тогда наблюдайте, смотрите; часами смотрите. На что именно? Да на все подряд: на лица, на тени, на пролетающих птиц, на груды камней, на траву под ногами. Входите в соприкосновение с окружающими вас вещами, наблюдайте за ними. Возможно, тогда вы сломаете грубые умозрительные построения, успевшие стать общим достоянием, и свергнете иго, навязанное нам собственными мыслями и словами. Возможно, вы увидите. Что именно? То, что мы называем действительностью и что невозможно описать с помощью слов и понятий. Это духовное упражнение — оно связано с духовностью, с освобождением из темницы слов и понятий.

Прискорбно, если мы ни разу за всю жизнь не посмотрим вокруг глазами ребенка. Я вовсе не призываю вас раз и навсегда избавиться от всех представлений и понятий; имеющиеся у вас представления и понятия крайне ценны. Хоть мы и не сразу обрастаем ими, выработанные

людьми понятия играют очень важную роль, развивая интеллект каждого человека. Вам предлагается не быть детьми, но быть как дети. Нам действительно необходимо распрощаться со своей невинностью, необходимо покинуть рай; мы должны совершенствовать «себя» и наше «я», используя соответствующие понятия. Но потом мы должны вернуться в рай. Потом наши грехи должны быть искуплены снова. Нам нужно распрощаться со своей прежней, искусственно созданной сущностью, распрощаться с прежней природой и снова уподобиться ребенку — но не стать ребенком. Когда мы только вступаем в жизнь, мы взираем на мир с удивлением. Но это удивление идет не от разума, как у мистиков, — детское удивление не имеет формы. Потом, когда мы овладеваем речью, узнаем значения слов и понятий, удивление исчезает; на его место приходит скука. И только если человеку крупно повезет, он опять начнет дивиться миру

Даг Яльмар Хаммаршельд, бывший генеральный секретарь Организации Объединенных Наций, однажды сказал: «Бог не умрет, если мы перестанем верить в него; но в тот день, когда из нашей жизни исчезнет немеркнувшее сияние вечного удивления, истоки которого не поддаются объяснению, — в этот день умрем мы сами». Нет никакой необходимости ломать копья из-за различий в определениях, поскольку Бог — это не более чем слово, понятие. Действительность никогда не становится предметом наших споров; мы оспариваем лишь имеющиеся у нас взгляды, оценки и понятия. Перестаньте держаться за свои представления, взгляды и суждения — и вы увидите это собственными глазами.

«Quia de deo scire non possumus quid sit, sed quid pop sit, non possumus considerare de deo, quomodo sid sed quomodo non sit». Это цитата из предисловия к *Sunima Theologica* Св. Фомы Аквинского. В переводе с латыни она звучит так: «Поскольку мы не в силах постичь, что есть Бог, — мы знаем лишь, чем Он не является, мы не можем говорить о том, какой Он, а лишь о том, каким Он не является». В упоминавшемся ранее комментарии Фомы Аквинского к *De Sancta Trinitate* Аниция Северина Боэция наивысшей степенью познания Бога признается осознание непознаваемости божественной сущности. Предел человеческого познания Бога — это осознание того, что о Боге мы ничего не знаем, — утверждает св. Фома в книге *Queslio Disputata de Potentia Dei*. А ведь этот господин пользовался среди теологов прошлых веков огромным авторитетом. Он был мистиком, и уже в наше время католическая церковь его канонизировала. Мы с вами пришли на давно подготовленную почву.

В Индии подобные определения от противного передаются посредством санскритского выражения *net! neti* (не то, не это). Метод св. Фомы тоже сводится к *via negativa*, принципу отрицания.

Когда жена Клайва С. Льюиса была при смерти, он писал дневник, названный им впоследствии «Наблюдая горе». Льюис очень любил свою супругу-американку. «В шестьдесят лет я получил от Бога то, чего был лишен в двадцать», — говорил он друзьям. Он овдовел почти сразу после свадьбы: в страшных мучениях его жена скончалась от рака. И вся его вера, по словам самого Льюиса, рухнула как карточный домик. Если раньше он был страстным апологетом христианства, то после того, как в его дом пришло несчастье, он все чаще стал задаваться вопросом: кто же Бог — любящий Отец или непревзойденный вивисектор? У людей накопилось достаточно аргументов в пользу как первого, так и второго предположения! Когда у моей матери обнаружили злокачественную опухоль, моя сестра обратилась ко мне с вопросом: «Тони, почему Господь допустил, чтобы это случилось с нашей мамой?» «Дорогая, в прошлом году из-за засухи сотни тысяч китайцев умерли голодной смертью, — сказал я. — И ты не спрашивала, почему это произошло». Обретение чувства реальности иногда оказывается наилучшим из того, что может случиться: благодаря сильному потрясению человек обретает веру. Так случилось с Клайвом Льюисом. Он был уверен, что загробная жизнь действительно существует, однако смерть жены заставила его усомниться в этом. Почему? Потому что он очень хотел, чтобы его супруга не умирала. Вообразите, что кто-то спрашивает вас, показывая на веревку: «Выдержит она шестьдесят килограммов или нет?» «Выдержит», — отвечаете вы. «Дело в том, что по ней должен спускаться ваш лучший друг». «Проверю-ка я эту веревку еще разок», — говорите вы. Вашей уверенности как не бывало. В своем дневнике Льюис записал, что о Боге люди не могут знать ничего — абсурдны даже вопросы о Боге. Почему? Потому что по своей сущности они ничем не отличаются от такого, например, вопроса слепого от рождения человека: «Зеленый цвет теплый или холодный?» *Neti, neti* — не теплый и не холодный. Он

длинный или короткий? — Ни то, ни другое. Кислый или сладкий? — Не кислый и не сладкий. Круглый, овальный или квадратный? — Не первое, не второе и не третье. У слепого нет слов, чтобы описать цвет, который он никогда не видел и который ни с чем в его мозгу не ассоциируется. Вам остается лишь подыскивать аналогии. Что бы он ни сказал, все будет не то. Подобные примеры К. Льюис сравнивает с вопросом о том, сколько минут в желтом цвете. К этому вопросу можно подойти очень серьезно — можно развязать целую дискуссию, устроить потасовку. Стоит одному сказать, что в желтом цвете двадцать пять морковок, а другому возразить: «Не двадцать пять, а семнадцать, — и не морковок, а картофеля», — и повод для драки найден. Ни то, ни другое!

Это и есть венец всех человеческих попыток узнать Бога: понимание того, что мы ничего не знаем. Мы слишком много знаем — и в этом наша трагедия: мы думаем, что много знаем. Поэтому мы ничего не находим. Вот почему Фома Аквинский (он ведь был не только богословом, но и выдающимся философом) так часто повторял: «Все потуги человеческого разума постичь сущность одной-единственной мухи тщетны и напрасны».

Еще немного о словах. Я говорил, что их возможности весьма ограничены. Следует добавить, что некоторые слова не обозначают вообще ничего. Например, я индеец. Предположим, идет война и пакистанские солдаты взяли меня в плен. Однажды они мне говорят: «Мы сейчас отправляемся на индийскую границу; ты сможешь посмотреть на свою страну». Мы подъезжаем к границе, я смотрю вдаль и думаю: «Ах, моя страна, моя милая родина. Я вижу селения, вижу деревья и горы. Все это моя земля, моя родная земля!» Через какое-то время один из солдат говорит: «Простите, мы ошиблись. Надо проехать на десять миль дальше». Что меня так растрогало? Ничто. Я был сконцентрирован на одном слове — Индия. Но деревья — это не Индия; деревья — они и есть деревья. В действительности никаких границ и кордонов нет. Их придумали люди, а именно — глупые и алчные политиканы. Когда-то моя страна была единым государством; теперь она разделена на четыре части. Если пустить дело на самотек, таких частей станет шесть. Шесть флагов, шесть армий. Вот почему я никогда не салютую флагу. Национальные флаги — это идолы, я их терпеть не могу. Чему мы салуем? Лично я салютую человечеству, а не флагу, вокруг которого столпились солдаты.

Флаги существуют только в наших головах. Во всяком случае, тысячи слов в нашем языке не имеют к действительности ровно никакого отношения. Зато в наших душах они вызывают целую бурю эмоций! И мы начинаем видеть то, чего на самом деле нет. Мы видим несуществующие индийские горы, видим индийцев — а ведь их тоже нет. Есть искусственное американское воспитание. Есть мое индийское воспитание. Но все это не очень хорошие вещи. В странах третьего мира много говорят о необходимости прививать людям культуру. Но что такое культура? Мне это слово не особенно нравится. Культура — это то, к чему вас приучили? Это те чувства, к которым вы наиболее склонны благодаря полученному воспитанию? Но ведь тогда получается, что вы не человек, а машина? Предположим, русская супружеская чета усыновила мальчика-американца и увезла его в Россию. Ребенок даже не подозревает о том, что он родился в Соединенных Штатах. Его научили говорить по-русски, он живет и умирает во славу матушки-России; он ненавидит американцев. Ребенок заклеен культурой, все его естество пропитано духом национальной литературы. Окружающий мир он воспринимает не иначе как сквозь призму традиций своего народа. Хорошо, если к национальной культуре вы относитесь так же, как к одежде. Индианки носят сари, японки — кимоно, американки — еще что-то. Но никто не отождествляет себя со своей одеждой. А вот традиционная культура вызывает у вас куда больший пиетет. Вы ею гордитесь. Вас научили ею гордиться.

Надеюсь, читатель простит мне некоторую гиперболизацию. Один мой приятель, иезуит, однажды сказал: «Когда я вижу нищего или бедняка, я не могу не подать ему милостыню. Это у меня от матери». Его мать кормила всех неимущих, что проходили мимо их дома. «Джо, это не добродетель, а навязчивая идея. Весьма полезная, с точки зрения нищего, но все равно навязчивая», — ответил я.

Другой иезуит на закрытом собрании духовенства Бомбейского архиепископства заявил: «Мне восемьдесят лет; шестьдесят пять из них я состою в ордене иезуитов. За эти годы я ни разу не пропустил ни одной медитации. Ни разу!» Возможно, это и в самом деле удивительное достижение, однако оно вполне может оказаться еще одной навязчивой идеей. Если иезуит действовал машинально, то грош цена всем его стараниям. Красота поступка заключается не в привычном повторении того или иного действия, а в определенном отношении человека к тому, что он делает, в осознанности каждого конкретного поступка, в ясности восприятия и соответствии ответной реакции реальному положению вещей. Одному нищему я подам

милостью, а другому в помощи откажу. Я ничем не связан: ни воспитанием, ни прошлым опытом, ни традиционной культурой моего народа. На мне нет клейма — а если и есть, оно больше не имеет надо мной никакой власти. Если когда-то какой-то американец плохо с вами обошелся, если вас покусала собака или какая-то пицца не пришлась вам по вкусу — вы запомните это на всю оставшуюся жизнь. Вот ведь что плохо! Необходимо освободиться от власти неприятных воспоминаний. Не следует переносить опыт прошлого на настоящее и будущее. В равной степени это касается и приятных воспоминаний. Осознайте, что значит ощутить что-то сполна, затем выбросите это что-то и, не попадая под влияние прошлого опыта, шагайте дальше. С таким маленьким грузом вы легко пройдете в игольное ушко. Вы поймете, что вечная жизнь действительно существует: вечная жизнь происходит с нами сейчас — ведь сейчас неподвластно времени. И только тогда вы обретете жизнь вечную. Но наш груз слишком тяжел. Человек никогда не задается целью освободиться от него, не пытается выбросить все ненужное и стать самим собой. Не сердитесь, но я постоянно встречаю мусульман, которым их религия и Коран нужны лишь для того, чтобы от этой цели отвлечься. То же самое могу сказать об индусах и христианах.

Вы можете представить себе человека, неподвластного словам? Такому человеку можно сказать что угодно, и его беспристрастное отношение к вам от этого не изменится. Заявите ему: «Я кардинал или архиепископ такой-то», — и он ничуть не смутится; он видит вас таким, какой вы есть. Ярлыки не имеют над ним никакой власти.

# ПРОФИЛЬТРОАННАЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬ

В продолжение разговора о восприятии действительности с вашего позволения я снова обращусь к аналогии. Президенту Соединенных Штатов необходимо знать, как оценивает его политическую деятельность американский народ. Папа Римский должен точно представлять, как на его правление реагирует католическая церковь. И к президенту, и к Папе приходят миллионы разных писем и сообщений — с этим потоком корреспонденции даже ознакомиться трудно, не то что принять к сведению все замечания и предложения. Поэтому президент и Папа поручают доверенным лицам обработать полученные сведения, обобщить их, выделить главное и наметить пути решения основных проблем. Потом кое-что из общего массива информации попадает непосредственно к адресату. Нечто похожее происходит и с нами. От каждого из наших пяти чувств, от каждой поры, каждой клеточки в мозг поступают сигналы о том, как реагирует на нас окружающий мир. И мы постоянно фильтруем эти сигналы. Но что именно заставляет нас это делать? Наше воспитание? Культура? Заложенные в наш мозг программы? Привитые с детства стереотипы восприятия мира? Шильтром может стать даже родной язык. Фильтрация производится настолько тщательно, что временами вы перестаете видеть вещи такими, какими они есть. Для большей наглядности представьте себе параноика, который до ужаса боится того, чего нет, а действительность воспринимает лишь постольку, поскольку она совпадает с его воспоминаниями или полученным воспитанием.

Кроме того, существуют другие демоны, тоже фильтрующие информацию. Эти демоны — привязанность, желание, страсть. Причина всех людских страданий — желание. Желания искажают восприятие. Желания и страхи постоянно преследуют нас. «Когда человек узнает, что через неделю его вздернут на виселице, это очень дисциплинирует его мозг», — говорил Сэмюэл Джонсон. Вы закрываете глаза на все, кроме страха (желания, страсти). В молодости мы от многого зависели. Мы привыкли к мысли о том, что нам жизненно необходимы другие люди. Для чего? Для того чтобы снискать их одобрение и признание, а также чтобы кто-то нами любовался и восхищался; все вместе это называется успехом. Однако подобные слова к реальной жизни не имеют никакого отношения. По своей природе они напоминают самый обыкновенный договор; люди их выдумали. Тем не менее мы не замечаем присущей им искусственности. Ведь что такое успех? Это то, что одна группа людей постановила считать удачей. Другим же подобная удача может показаться досадным промахом. Что хорошо в Вашингтоне, будет неуместно в картезианском монастыре. То, что считается большим успехом у политиков, кем-то другим может быть воспринято как полный провал. Все это не более чем договоренности. Но мы совсем не отличаем их от объектов действительности, разве не так? В молодости мы были запрограммированы на несчастье. Нам внушали, что для счастья необходимы деньги, успех, красивая жена или статный и представительный муж, престижная работа, друзья, высокая духовность, Бог (то, что вы называете Богом). Если всего этого нет, то и счастья никакого не будет, твердили нам. В моем понимании все вышперечисленное — не что иное, как привязанность. Привязанность есть вера в то, что отсутствие чего-либо делает счастье человека невозможным. Стоит вам поддаться на сторонние уговоры, и мысль о невозможности счастья прочно укоренится в вашем подсознании и наложит неизгладимый отпечаток на всю вашу жизнь; этим вы погубите себя. У меня такое хлипкое здоровье — о каком же счастье может идти речь? — спросите вы. Я отвечу, что даже умирающие от рака могут чувствовать себя счастливыми — я собственными глазами видел таких людей. Но как удавалось им быть счастливыми, если они знали о скорой кончине? Им это действительно удавалось. Как я могу быть счастливым без денег? У одного человека на банковском счету миллион долларов, но этот

богач чувствует себя очень неудобно; у другого в карманах гуляет ветер, но безденежье не мешает парню чувствовать себя в полной безопасности. У этих людей разные программы на жизнь, только и всего. Бесплезно что-то доказывать первому — он должен все понять сам. Наставлять человека на путь истинный бесполезно. Вы сами должны осознать наличие в своем мозгу той или иной программы — ошибочной программы. Расценивайте ее как заблуждение, как игру богатого воображения. Из чего, как правило, состоит человеческая жизнь? Из борьбы: люди только и делают, что борются. Они называют это выживанием. Не верьте, когда средний американец говорит, что он зарабатывает деньги на жизнь! Денег у него больше, чем это необходимо для простого существования. Если хотите в этом убедиться, поезжайте на мою родину. Чтобы жить, совсем не обязательно покупать много машин. Необязательно смотреть телевизор. Необязательно делать макияж. Необязательно иметь столько одежды. Но попробуйте убедить в этом средних американцев. Их мозг зомбирован; всем им задана определенная программа. Поэтому они работают, из кожи вон лезут, желая стать обладателями желанного приза, который сделает их счастливыми. Послушайте этот трогательный монолог — он может принадлежать как вам, так и мне, кому-нибудь еще: «Пока у меня этого не будет (денег, друга, еще чего-то), я не смогу обрести счастье. Надо бороться — и тогда у меня все получится; а потом надо бороться, чтобы у меня ничего не отобрали. Какое-то время я трепещу от восторга. О, я так рад — я получил то, что хотел!» Но как долго длится ваш восторг? Несколько минут, самое большее — несколько дней. Как долго радуется вы новенькому автомобилю? Пока на горизонте не замаячит следующая привязанность!

Все дело в том, что сердечный трепет быстро утомляет. Мне говорили: молитва — это очень важно; Бог — это тоже очень важно, дружба — тоже важно. И не понимая истинной природы Бога, молитвы и дружбы, мы какое-то время радовались всему этому. Но потом нам все надоело — надоели молитвы и друзья, надоел Бог. Разве это не трагедия? И выхода никакого нет — просто нет выхода. Нам остается только быть счастливыми. Ничего другого не дано. Ни культура, ни общество, ни даже, простите, религия не предоставляют нам иного выбора. Вас посвятили в сан кардинала. Какая честь! Честь? Вы сказали честь? Вы употребили неверное слово. Теперь многие будут метить на ваше место. Вы приобщаетесь к тому, что в Евангелиях называется миром; вы теряете свою душу. Ваша жизнь становится пустой и холодной. В ней нет ничего. У вас есть только один выход — уничтожить программу! Как это сделать? Через ее осознание. Воля тут бессильна, бессильны идеалы; новые привычки тоже не смогут изменить вашу душу. Изменится лишь ваше поведение, но не вы сами. Вас может изменить лишь осознание и осмысление происходящего. Если камень останется в ваших глазах камнем, а клочок бумаги — клочком бумаги, вам больше не покажется, что камень — это дорогой бриллиант, а клочок бумаги — чек на миллиард долларов. Когда вы это поймете, вы изменитесь. Причем изменитесь, не прибегая к насилию. Иначе то, что вы назовете внутренней переменой, окажется ординарной перестановкой мебели. Переменится лишь ваше поведение, но не лично вы.

# БЕСПРИСТРАСТНОСТЬ

Единственный способ измениться заключается в том, чтобы изменить свое понимание действительности. Но что такое понимание? Что мы вкладываем в это понятие? Задумайтесь: ведь мы стали рабами собственных привязанностей. Мы стремимся переделать мир только потому, что он в любой момент может их уничтожить — а со своими привязанностями мы ни за что не хотим расставаться. Я боюсь, что мой друг меня разлюбит; он или она может полюбить другого. Я должен понравиться другому человеку, поэтому надо за собой следить. Кто-то внушил мне, что я не смогу жить без ее любви. Но ведь это не так. Я не нуждаюсь ни в чьей любви; все, что мне нужно, — это не отрываться от живой действительности. Мне нужно вырваться из собственной тюрьмы, из программы, из воспитания, из темницы иллюзий и ложных убеждений; нужно прорваться в действительность. Действительность восхитительна и неопишимо прекрасна. Вечная жизнь происходит сейчас. Мы купаемся в ней как рыбы в воде и даже не осознаем этого. Привязанности слишком сильно отвлекают нас. Мир сам иногда подстраивается под наши привязанности — и тогда мы кричим: «Как это здорово! Мы победили!» Но маятник продолжает раскачиваться; положение вещей скоро опять изменится, что ввергнет нас в глубочайшую депрессию. Почему мы никак не разомкнем этот круг?

Выделите несколько минут на следующее упражнение. Вспомните, к чему вы сильно привязаны: это может быть как живое существо, так и неодушевленный предмет. Вспомните то, без чего, как вам кажется, вы не будете счастливы. Возможно, вам вспомнится работа, карьера, друзья, деньги и тому подобное. Скажите им такое: «Чтобы быть счастливым, я не нуждаюсь ни в ком и ни в чем. Я заблуждался, когда думал, что без вас мне не стать счастливым. Но вы действительно не нужны мне; я вполне могу быть счастливым и без вас. Мое счастье — не в вас, моя радость никак с вами не связана». Если вы привязаны к человеку, ему не особенно понравятся ваши слова — но вы все равно не останавливайтесь. Можно проговорить все это мысленно. В любом случае вы наладите контакт с действительностью и навсегда разделаетесь со своими фантазиями. Счастье — это отсутствие иллюзий, избавление от заблуждений.

Можно попробовать другое упражнение. Вспомните, когда в последний раз вы пребывали в расстроенных чувствах и думали, что теперь-то уж точно счастье навсегда от вас отвернулось (умер ваш супруг или супруга; вас предал лучший друг; вы потеряли все свои деньги). И что же? Прошло время. Допустим, у вас появилась новая привязанность, — что-то или кто-то завладел вашим вниманием, — но что произошло с прежней привязанностью? Вы вполне можете обойтись и без нее, не правда ли? На подобных случаях следует учиться, но мы никогда не принимаем их во внимание. Мы запрограммированы; мы действуем исходя из привитых нам условных рефлексов. Насколько же свободнее тот, кто преодолел эмоциональную зависимость от чего бы то ни было! Если бы вы хоть секунду побыли на месте этого человека, вы бы всеми силами рвались на волю, чтобы хоть мельком взглянуть на небо. И быть может, в какой-то из дней вы даже взлетели бы вверх.

Страшно признаться, но я и с Богом говорил; я сказал Ему, что Он мне больше не нужен. Первая моя мысль была такая: «Это идет вразрез со всем, чему меня учили. Кое-кто склонен делать для Бога исключение». «Если Бог действительно такой, каким я Его себе представляю, Он рассердится, если я разорву все связующие нити», — говорят они. Если вам кажется, что без Бога вы не будете счастливы, значит, ваш Бог не имеет никакого отношения к истинному Богу. Вы грезите; вы не выходите за рамки собственных представлений. Иногда надо потерять Бога, дабы Его обрести. Об этом говорили и говорят многие мистики.

Будучи слепыми, мы не понимаем главного: привязанность не укрепляет человеческие

взаимоотношения, а разрушает их. Никогда не забуду, какой ужас я испытывал, когда говорил близкому другу: «На самом деле ты мне не нужен. Я могу быть счастлив и без тебя. Разговаривая сейчас с тобой, я понял, что мне твое общество нравится безоговорочно: между нами теперь не стоят никакие страхи, больше нет зависти, нет чувства собственности, нет мертвой хватки. Общаться с тобой и не цепляться за тебя из последних сил — это восхитительно. Ты свободен; и я тоже свободен». Но я уверен, что для многих из вас все это звучит как китайская грамота. Мне и самому понадобился не один месяц, чтобы полностью осознать вышесказанное. А ведь, если кто забыл, я член ордена иезуитов и вникать в сущность подобных вещей — моя прямая обязанность; и все же я упустил самое главное, поскольку моя культура и общество, в котором я вырос, приучили меня воспринимать людей только сквозь призму привязанностей. Меня очень забавляет, когда я слышу, как объективный на первый взгляд человек — психотерапевт или священник — говорит: «Он славный мальчик, славный — мне он нравится». Позже выясняется, что человек этот приятен мне тем, что симпатизирует моей персоне. Если вы не представляете своего существования без восхвалений со стороны окружающих, то и критерием вашего отношения к людям будет их соответствие или несоответствие вашей привязанности. Если вы политик, стремящийся к победе на выборах, чем вы будете руководствоваться в своем подходе к людям, что будет определяющим принципом в вашем отношении к ним? Только то, проголосует человек за вас или нет. Если больше всего на свете вас интересует секс, что будет вам нужно от мужчин и женщин в первую очередь? Жажда власти накладывает отпечаток на восприятие человеком других людей. Привязанность уничтожает способность любить. Что есть любовь? Любовь — это восприимчивость; любовь — это осознание. Если во время симфонического концерта мое ухо уловит лишь партию барабанов, то симфонии я так и не услышу. Что есть любящее сердце? Любящее сердце восприимчиво к жизни как таковой, восприимчиво ко всем людям; для него не существует любимых и нелюбимых людей или вещей. Когда вы к кому-то или чему-то привязываетесь — в том смысле, какой вкладываю в это понятие я, — все остальное в жизни просто перестает для вас существовать. Вы не видите ничего, кроме объекта своей привязанности. Слышите одни только барабаны; ваше сердце застыло. Более того, оно ослепло, поскольку утратило способность объективно воспринимать предмет своей страсти. Любовь же предполагает объективность и ясность восприятия; ничто в мире не обладает такой пронизательностью, как любовь.

# ПРИВЫЧНАЯ ЛЮБОВЬ

Любящее сердце мягко и чутко. А вот если вы с дьявольским упорством добиваетесь чего-то, вы невольно превращаетесь в жестокого и бесчувственного грубияна. Если вы нуждаетесь в людях, разве можете вы их любить? Вы можете лишь использовать их. Если без вас я не могу быть счастливым, мне необходимо как-то вас использовать, как-то вами манипулировать, найти способ взять над вами верх. Я не могу отпустить вас на свободу. Полюбить людей я смогу только тогда, когда изгоню их из своей жизни. Утратив потребность в людях, вы словно переноситесь в пустыню. Вас охватывает чувство одиночества и страха. Но стоит немного потерпеть, и вы с удивлением обнаруживаете, что одиночество здесь вовсе ни при чем. Это не одиночество; это — уединение. Пустыня расцветает. Рано или поздно, но вы поймете истинную природу любви, Бога, поймете окружающий мир. Но сначала отказ от наркотиков будет очень болезненным — разве что вы очень хорошо все понимаете или много выстрадали. Страдания — великая вещь. Только изрядно помучившись, человек может осознать, как надоело ему это занятие. Страдания можно использовать как средство для уничтожения оных. Большинство людей продолжает мучиться. И тогда живущие во мне священник и психотерапевт вступают в перепалку. Психотерапевт говорит: «Облегчи ее страдания». «Пусть помучится, — возражает священник. — Скоро такое отношение к людям ей надоест, и в конце концов она освободится из тюрьмы эмоциональной зависимости». Что я должен сделать: удалить злокачественную опухоль или только смягчить боль? На этот вопрос очень трудно ответить однозначно.

Кто-то с отвращением захлопывает книгу и швыряет ее на стол. Пусть швыряет. Не поднимайте книгу и никого не успокаивайте. Духовность — это осознание, осознание, осознание, осознание, осознание. Когда ваша мать на вас сердилась, она не жаловалась на себя — она жаловалась на вас; иначе она бы не сердилась. И вот я делаю великое открытие: если ты, мама, сердисься, значит, не права ты. Так что уйми свой гнев. Остановись и успокойся. Если я в чем-то не прав, то смогу разобраться в этом без твоего гнева. Совсем ни к чему, чтобы он как-то влиял на меня.

Вот что забавно: если я смогу не рассердиться на моего собеседника, я сумею объективно отнестись и к себе самому. Только очень сознательный человек может отказаться от гнева и чувства вины и сказать: «У тебя приступ ярости. Весьма сожалею. У меня нет ни малейшего желания еще раз тебя спасать. Я отказываюсь чувствовать себя виноватым. Что бы я ни сделал, я не собираюсь себя за это ненавидеть. Ведь именно в этом суть вины. Каким бы ни был мой поступок — правильным или неверным, — я не собираюсь расстраиваться и заниматься самобичеванием. Я готов проанализировать собственные действия, пересмотреть их, готов признать: если я был не прав, значит, я находился в бессознательном состоянии». Будучи в сознании, человек не может совершить дурной поступок. И правы богословы, когда утверждают, что Иисус был не способен на зло. Для меня эти слова исполнены глубокого смысла: просветленный человек не может творить зло. Просветленный человек свободен. Иисус был свободен и поэтому не мог творить зло. Но если вы способны на недобрые поступки, значит, вы несвободны.

Марку Твену принадлежит прекрасное изречение: «Стоял такой мороз, что будь градусник хоть на один дюйм длиннее, мы заоченели бы до смерти». Мы действительно коченеем от слов. И главное тут — не трескучий мороз, а градусник. Не живая действительность, а то, что вы себе внушили. Недавно мне рассказали очаровательную историю о финском фермере, который никак не мог решить, быть ему гражданином России или Финляндии (решался вопрос о границе между этими двумя государствами). В конце концов он заявил, что хочет быть финским подданным. Российские чиновники поинтересовались причиной такого выбора. Не желая обидеть чиновников, финн сказал: «Я всегда хотел, чтобы моей родиной была матушка-Россия, но я уже стар и не перенесу русских морозов».

России и Финляндия — всего лишь слова, абстрактные понятия. Но люди, сумасшедшие люди, этого понять не могут. Мы почти никогда не видим мир таким, какой он есть. Однажды гуру пытался объяснить собравшейся вокруг него толпе, что люди живут одними только словами и что реагируют они на слова, а не на реальные события. Кто-то из слушателей взбунтовался: «Я не верю, что слова имеют над нами такую власть». «Сядь на место, придурок», — ответил гуру. «Вы называете себя просветленным, называете себя гуру, учителем — постыдились бы!» — побагровел юноша. «Простите, сэр, — молвил гуру. — Меня занесло куда-то не туда. Искренне прошу меня простить. Этого больше не повторится. Мне очень жаль». В конечном счете молодой человек успокаивается. И тогда гуру говорит: «Вы всполошились из-за нескольких слов; другие несколько слов умили ваш пыл. Разве не так?» Слова, слова, слова... Как же неволят они нас, когда мы употребляем их неверно!

# ЧИТАЯ МЕЖДУ СТРОК

Знание и осознание, осознание и информированность — далеко не одно и то же. Недавно я сказал, что тот, кто живет осознанно, не способен на злодеяние. Но тот, кто лишь информирован о разнице между добром и злом, кто знает, какой поступок считается плохим, — тот совершить злодеяние может. Отче! Прости им, ибо не знают, что творят. Я бы перевел это так: не осознают, что творят. Павел говорит, что, преследуя Церковь Христа, взял на душу величайший грех. Но тут же добавляет, что тогда он не осознавал, что делает. Если бы люди отдавали себе отчет в том, что распинают Сына Божьего, они поступили бы с ним совсем иначе. Всякий, убивающий вас, будет думать, что он тем служит Богу. Люди не сознают, что творят; они попадают на крючок осведомленности. «Всякий раз, когда человек грешит, он надевает маску добра», — говорит Фома Аквинский. Люди сами себя обманывают; даже зная, что зло — это зло, они, тем не менее, считают его добром; они изо всех сил пытаются оправдаться, поскольку для достижения личных целей им нужен благовидный предлог.

Как-то раз одна моя знакомая обрисовала две ситуации, в которых, по ее мнению, действовать осознанно практически невозможно. По долгу службы эта женщина занята в сфере обслуживания: большие очереди, неумолкающий телефон, взбудораженные злые лица — все это очень отвлекает и мешает сохранять душевное равновесие и невозмутимость. Другая ситуация: час пик, машины гудят, люди чертыхаются. Можно ли надеяться, спросила она, что все это когда-то перестанет ее донимать и лишать душевного спокойствия?

Вы поняли, к чему привязана эта женщина? К спокойствию. Она словно говорит: если я не успокоюсь, не видать мне счастья. Вам когда-нибудь приходилось быть счастливым и напряженным одновременно? До того как я обрел просветление, у меня иногда случались депрессии. Они и теперь у меня случаются. Не задавайтесь целью расслабиться и стать более восприимчивым. Вы когда-нибудь слышали, чтобы кто-то изо всех сил старался расслабиться? Если человек напряжен, он просто наблюдает за этим своим напряжением. Пытаясь что-то в своей натуре изменить, вы никогда себя не поймете. Чем сильнее будет ваше рвение, тем меньших результатов вы добьетесь. Вам необходимо проснуться. Просто привыкните к телефонным звонкам, к натянутым нервам; освоитесь с гладкой поверхностью руля в вашем автомобиле. Иными словами, взгляните в лицо действительности и перестаньте заботиться о сохранении душевного спокойствия. Да вы и не сможете о нем заботиться, поскольку все ваше внимание полностью переключится на окружающий мир. Постепенно привыкайте воспринимать происшествия спокойно. Настоящие перемены произойдут тогда, когда для этого будут серьезные основания. Изменит вас не ваше эго, а живая действительность — и высвободит ее для этого ваше осознание себя и окружающего мира.

Осознание действительно изменит вас, однако вам следует испытать это самому. Для начала положитесь на мое слово. Возможно, у вас даже имеется свой план пробуждения. Ваше эго подталкивает вас к пробуждению. Наблюдайте за собой! Вы почувствуете определенное противодействие; вам будет трудно. Кто-то постоянно думает о том, как бы поскорей проснуться, — вы же можете ощущать лишь легкое желание осознать происходящее. Кто-то жаждет пробудиться, жаждет убедиться в том, что уже не спит. Но это аскеза, а не осознание. Если традиционная культура требует от человека неукоснительного исполнения намеченных целей, если он привык постоянно куда-то бежать, чего-то добиваться, эти слова, конечно, будут ему в диковинку. А ведь бежать никуда не надо — вы уже находитесь там, где надо. У японцев есть прекрасная пословица: «Чтобы достичь цели, надо остановиться». Хорошо, если вы займете следующую позицию: я хочу жить осознанно; хочу осознавать все, что происходит; хочу ничему

не препятствовать. Если я проснусь — хорошо; если нет — тоже хорошо. Если вы поставите себе задачу добиться какой-либо цели, вы тем самым обнаружите склонность к откровенной саморекламе И самовосхвалениям. Вы хотите испытать приятное ощущение того, что вы этого добились. Но когда вы на самом деле добьетесь, вы об этом даже не заподозрите. Ваша левая рука не будет знать, что делает правая. Господи, когда мы видели Тебя алчущим и накормили? Мы не знаем. Милосердие прекрасно лишь тогда, когда человек не подозревает о собственной добродетельности. Вы утверждаете, будто я вам помог? Я просто радовался. Просто танцевал. Вам это пошло на пользу — отлично! Поздравляю. Я здесь ни при чем.

Когда ваша жизнь станет осознанной, вам никакого дела не будет до таких ярлыков, как пробуждение, сон и подобные им. Я оказался в трудном положении: разбудить надо вашу любознательность, но не духовную жажду. Просыпайтесь — вам понравится бодрствовать. В конце концов это перестанет вас занимать; человек живет осознанно, просто потому что живет. Лучше не жить вовсе, чем жить неосознанно. Страдания покинут вас.

# ПОКОРНОСТЬ

Чем усерднее вы трудитесь, желая перемениться, тем хуже вам становится. Значит ли это, что человеку не помешает быть немного пассивным? Несомненно, ведь чем больше вы сопротивляетесь, тем сильнее становится ваш противник. По-видимому, именно так следует толковать широко известные слова Иисуса: «Ударившему тебя по правой щеке подставь и левую». Борьба только укрепляет демонов. Так мог сказать какой-нибудь восточный мудрец. Если же перейти на сторону врага, победить его оказывается не так уж и трудно. Но как это сделать? Нужно не бороться со злом, а понять его: стоит осознать истинную природу зла, и оно исчезнет. Как совладать с мраком ночи? Уж конечно, не кулаками. Метла не выгонит темноту из вашей спальни — нужно включить свет. Чем больше вы хотите победить тьму, тем реальнее она для вас становится и тем сильнее истощаются ваши силы. Но если вы позволите свету осознания пролиться в вашу душу, в то же мгновение тьма исчезнет. Возьмем тот же клочок бумаги, нареченный чеком на миллиард долларов. Ах, я должен отказаться от него: в писании сказано, что с ним я не смогу обрести жизнь вечную. Вы хотите, чтобы на место прежней жажды пришла новая — жажда духа? Раньше вы жили земными интересами, теперь у вас появятся духовные устремления — однако самая сущность ваша не изменится; она станет более утонченной, с ней будет труднее сладить. Отрекаясь от чего-то, вы еще больше привязываетесь. А вот если не отречься, а посмотреть на бумажный обрывок и сказать: «Ух ты, да это и не чек вовсе, а просто клочок бумаги», то и бороться оказывается не с чем, и повода для отречения никакого не остается.

# ПРОГУЛКА ПО МИННОМУ ПОЛЮ

Многие мои соотечественники считают женщин чем-то вроде домашних животных. «Я взял ее в жены, — говорит мужчина. — Она принадлежит мне». Виноваты ли те, кто выражается подобным образом? Представьте себе, не виноваты. Как не виноваты американцы, ненавидящие русских. Они настроены на одну-единственную волну; весь мир они воспринимают в каком-то одном цвете. Как же вернуть этим людям возможность наслаждаться всеми красками жизни, как заставить их понять, что на глазах у них — цветные очки? Собственное заблуждение они должны осознать сами — иного выхода не существует.

Как только вы начинаете смотреть на мир сквозь призму идеологии, ваша жизнь обрывается. Никакая идеология не может вместить в себя живую действительность. Жизнь — вне идеологии. Поэтому во все времена люди и пытались понять, в чем же заключается смысл жизни. Но у жизни нет смысла; его и не может быть, поскольку смысл — это определенная формула, что-то такое, что питает разум. Каждый раз, когда человек отрывает смысл жизни от живой действительности, он налетает на глухую стену, о которую и разбивается этот найденный им смысл. Понять главное может лишь тот, кто ни до чего не доискивается. Жизнь имеет смысл только тогда, когда ее воспринимают как тайну; для холодного разума она совершенно бессмысленна.

Я не хочу сказать, что обожание как таковое ничего не значит; я лишь утверждаю, что по сравнению с поклонением сомнение бесконечно более ценно. Все хотят что-то или кого-то обожать, но я еще не видел ни одного достаточно сознательного человека. Мы были бы счастливы, если бы террористы меньше обожали свою идеологию и больше в ней сомневались. Однако о себе мы такого сказать не можем; нам кажется, что мы одни хорошие, а террористы плохие. Но ведь террорист по отношению к вам — это тот же мученик, только наоборот.

Одиночество — это когда человек не понимает других людей и любит одного себя. Вспомните каламбур Джорджа Бернарда Шоу. Писатель был приглашен на один из этих кошмарных коктейлей, где люди заняты пустыми разговорами, и на вопрос: «Как вы себя здесь чувствуете», Шоу ответил: «Только себя я здесь и чувствую». Если вы зависимы от окружающих, вы их никогда не полюбите. Сообщество — это не кучка рабов, не сборище тех, кто связывает свое счастье с другими. Сообщество — это короли и принцессы. Вы король, а не батрак; вы принцесса, а не нищенка. В настоящем сообществе милостыни не просит никто. Там нет страха и тревог, нет тяжелых воспоминаний и чувства собственности, там никто никому не навязывается и ничего не требует. Сообщество состоит из свободных граждан, а не из рабов. Это такая простая истина, однако традиционная культура — в том числе и религиозная — не желает ее признавать. Если мы утратим должную осмотрительность, религиозная культура может стать очень мощным средством для манипулирования массами.

Некоторые люди считают осознанность кульминацией духовной жизни человека, высшей целью его духовного развития. Желая достичь этой цели как можно скорее, они пренебрегают переживанием каждого мига, даруемого осознанностью. Такие люди задаются целью достичь состояния осознанности. Однако если человек действительно осознал свою жизнь, ему никуда не надо идти и ничего не надо добиваться. Как достичь состояния осознанности? С помощью осознания. Когда человек заявляет, что хочет прочувствовать каждый миг жизни, это говорит о его искренности — особенно если закрыть глаза на это пресловутое «хочу». Хотеть жить осознанно невозможно — свою жизнь вы либо осознаете, либо не осознаете.

Недавно один мой друг уехал в Ирландию. Будучи гражданином Соединенных Штатов, он воспользовался своим правом получить ирландский паспорт, поскольку, как он сам сказал,

путешествовать за рубежом с американскими документами небезопасно. Если паспорт у него потребуют террористы, мой друг хотел бы иметь возможность назваться ирландцем. А вот его попутчикам нет никакого дела до ярлыков; им интересен сам человек, интересен именно этот пассажир. Сколько людей ежедневно съедают меню вместо завтрака? Меню — всего лишь перечень имеющихся в ресторане блюд. Но вы ведь хотите отведать не слова, а ромштекс.

Если за всю свою жизнь человек не пережил ни одной трагедии, можно ли его считать полноценным? Единственная возможная на земле трагедия — это невежество; невежество — корень всякого зла. Сон и неосознанность — трагедия человеческого рода. Они порождают страх; страх порождает все остальное. Но смерть — не трагедия. Угасание прекрасно; бояться его только те, кто так ничего и не понял в жизни. Смерть страшит лишь тех, кто боится жить. Только мертвые боятся умереть. Живым смерть не страшна. По этому поводу красиво высказался один из ваших писателей-американцев. Он сказал: «Пробуждение — это смерть веры в несправедливость и трагедию». То, что для гусеницы конец света, — для бабочки только заря жизни. Смерть — это возрождение. Я имею в виду не будущее воскрешение из мертвых, а то, что с нами происходит сейчас. Если вы умрете для вашего прошлого — расстанетесь с каждой прожитой минутой, — вы исполнитесь жизни, ибо полный жизни человек — это человек, исполненный смерти. Для вещей мы умираем. Чтобы получить возможность жить полной жизнью и воскреснуть в любой момент, мы освобождаемся от всего сущего. Желая разбудить мир, святые, мистики и подобные им прилагали нечеловеческие усилия. Если люди не проснутся, они обречены на эти мелкие невзгоды — голод, войны, насилие. Наибольшее зло — это спящие, невежественные люди.

Однажды монах-иезуит спросил отца Аррупе, своего настоятеля, что тот думает о коммунизме, социализме и капитализме. Отец Аррупе дал блестящий ответ: Как гуманность, так и жестокость того или иного общественного строя определяются моральными качествами тех, кто воплощает в жизнь его идеалы. Люди с золотыми сердцами одинаково хорошо обустроят и социалистическое, и коммунистическое, и капиталистическое общество.

Не ждите, что мир переменится, — изменитесь сначала сами. Это позволит вам выработать подходящий взгляд на мир, и вы сможете изменить все, что только найдете нужным. Выньте бревно из своего глаза. Иначе у вас не будет права изменять что-то или кого-то. Пока вы не осознаете себя, вы не смеете вмешиваться ни в чью жизнь. Когда попытки что-то в мире изменить исходят от спящего человека, возникает серьезная опасность того, что эти попытки совершаются им с единственной целью — удовлетворить собственное тщеславие, переделать окружающий мир на свой вкус или просто выместить на окружающих негативные эмоции. Меня, мол, раздражает в вас то и это, поэтому лучше бы вам как-то себя изменить, чтобы я почувствовал себя лучше. Для начала уймите собственные негативные эмоции — это позволит вам воздействовать на окружающий мир с позиций любви, а не раздражения и ненависти. Вероятно, вы удивитесь, узнав, что жесткость может идти рука об руку с любовью. Суровость хирурга по отношению к пациенту не означает, что сердце доктора не исполнено любви к больному. Любовь действительно может быть очень жесткой.

# ОЗАРЕНИЕ И ПОНИМАНИЕ

Но что значит изменить себя? Я наговорил много разных слов — теперь же попробую разложить все по полочкам. Во-первых, это озарение. Не напряжение воли, не новые привычки, не равнение на идеал. Идеалы — очень вредная вещь. Они заставляют человека фиксировать внимание не на том, что есть, а на том, чему надлежит быть. У вас появляется навязчивая идея о том, каким должен стать окружающий мир, но каков этот мир на самом деле, вы не имеете ни малейшего понятия. Позвольте поведать вам об одном случае из моей практики, который может служить иллюстрацией того, что я называю озарением. Некий священник пожаловался мне на свою лень: он хотел стать более трудолюбивым человеком, более активным, но он-де слишком ленив. Я спросил, что значит ленив. Раньше я порекомендовал бы этому человеку составлять утром список того, что надо исполнить, а вечером отмечать галочками сделанное за день. «Это поможет вам — выработайте в себе такую привычку», — сказал бы я священнику. Или же я спросил бы у него: «Кто ваш идеал?» Если бы он назвал св. Франциска Ксаверия, я бы посоветовал следующее: «Вы ведь знаете, как много Ксаверий работал? Подумайте о нем — это заставит вас действовать». Все это были допустимые, но — прошу меня простить — весьма поверхностные решения. Волевые усилия, стремление изменить свою сущность не увенчались бы успехом. Возможно, изменилось бы поведение священника — но не он сам. Поэтому я поступил иначе. «Ленивый, говорите вы? А что это значит? Существует миллион разновидностей лени. Какая же из них присуща вам? Что вы называете ленью?» — спросил я. «Ну, я никакую работу не довожу до конца, — отвечал он. — Мне ничего не хочется делать». «Вам ничего не хочется делать с самого утра?» «Да. Я просыпаюсь, и нет ничего такого, из-за чего мне хотелось бы подняться с постели». «Вас это расстраивает?» «Можно сказать и так. Я замыкаюсь в себе». «Вы всегда были таким?» «Нет, в молодости я проявлял больше активности. А во время учебы в семинарии жизнь была во мне ключом». «Когда же все это началось?» «Три-четыре года назад». Я поинтересовался, какое событие произошло в его жизни четыре года назад. Он задумался. «Если вы думаете так долго, значит, четыре года назад ничего серьезного с вами не случилось, — сказал я. — А что было пять лет назад?» «Меня посветили в духовный сан», — ответил он. «С этим годом у вас связаны какие-нибудь особенные воспоминания?» «Кое-что есть: я провалил тогда выпускной экзамен по теологии. Для дальнейшей учебы епископ хотел послать меня в Рим, и мне эта идея была по душе. Но после неудачи на экзамене он изменил свое решение и пожаловал мне этот приход. По правде говоря, со мной поступили несправедливо, поскольку...» Вот мы и добрались до главного: в его сердце тлела давняя обида; он должен был работать, несмотря на пережитое когда-то разочарование. И все мои поучения были бы абсолютно бесполезны. Бесполезно было бы давать ему какие-то советы. Он должен осознать свой гнев, должен проникнуть в самую суть его. И к жизни он вернется только тогда, когда проделает все это. Если бы я принялся наставлять его на путь истинный и рассказывать, как тяжело трудятся его братья и сестры, он просто почувствовал бы себя виноватым. Он не испытал бы внутреннего озарения и не смог бы исцелиться. А ведь именно в этом заключается первый шаг к внутренним переменам.

Вторая, не менее важная задача — понимание. Вы когда-нибудь думали о том, что именно понимание может сделать вашу жизнь счастливой? Вы это допускали. Почему вы решили стать семинаристом? Потому что хотели быть счастливым. Профессорская мантия, престиж и высокое положение в обществе принесут вам счастье — так вам тогда казалось. Так ли это на самом деле? Тут не обойтись без понимания главного.

Когда мы пытаемся отделить себя от своего «я», очень важно не отождествлять события

внешнего мира с самим собой. Маленький пример: за советом ко мне обращается молодой священник. Природа щедро наделила его талантом, умом, красотой и обаянием. Однако за ним давно замечают некоторые странности: он удивительно жесток по отношению к прислуге. Иногда дело доходило до прямых оскорблений. Кое-кто даже грозился обратиться в полицию. Становился ли он во главе прихода, получал ли место священника при школе — его выходки повторялись вновь и вновь. Он тридцать дней провел в уединении (стал терциарием, как говорят иезуиты), размышляя о сострадании Иисуса и его любви к бедным. Но я знал, что все это без толку. Он возвращался домой и вел себя смирно на протяжении трех-четырёх месяцев (помнится, кто-то сказал, что, отправляясь в добровольное заточение во имя Отца и Сына и Святого Духа, в большинстве случаев мы ни капельки не изменяемся; так есть и будет ныне и присно и во веки веков. Аминь). Проходило время, и он брался за старое. И вот этот юноша пришел ко мне. Я тогда был очень занят и не мог принять его, хоть он и приехал издалека. «Я отправляюсь на вечернюю прогулку, — сказал я ему. — Если хотите, присоединяйтесь — другого времени у меня сегодня не будет». И он пошел со мной. Мы и прежде были знакомы, но в тот раз у меня возникло странное ощущение. В таких случаях я, как правило, пытаюсь прояснить ситуацию и начинаю задавать вопросы. «У меня какое-то странное чувство, будто вы от меня что-то скрываете, — сообщил я священнику. — Или я ошибся?» «Что вы имеете в виду? — возмутился мой собеседник. — Неужели я приехал бы в другой город и стал отнимать у вас время только для того, чтобы что-то скрыть?» «У меня просто возникло непонятное ощущение, и я подумал, что надо проверить мою догадку — только и всего», — сказал я, и мы пошли дальше. Невдалеке от моего дома есть озеро. Я помню все очень четко. «Может, присядем?» — предложил он. Мы присели — примостились на невысоком парапете, опоясывающем озеро. «Вы правы, — промолвил священник, — я действительно кое-что утаил». И тут он разрыдался. «Я расскажу вам то, что никому не рассказывал с тех пор, как стал иезуитом, — сказал он. — Отец мой умер, когда я был совсем маленьким, и моя мать стала служанкой. Чтобы поднять всех нас на ноги, она драила ванны и уборные порой по шестнадцать часов подряд. Мне было так стыдно, что я скрыл от всех, кем работала моя мать; я до сих пор подсознательно свожу счеты с ней и со всеми прислужниками на свете». Произошло замещение. Никто не мог взять в толк, почему обаятельный юноша вытворяет такие вещи. Но как только он понял, в чем дело, он навсегда покончил со своей проблемой. Навсегда. Он исцелился.

# НЕ НАДО ПОДТАЛКИВАТЬ

Размышлять об Иисусе и внешне подражать его деяниям абсолютно бесполезно. Надо не копировать его поступки, а стать таким, каким был Иисус, — надо проснуться и осознать все происходящее. Когда речь идет о попытках изменить самого себя, все остальные методы можно уподобить подталкиванию автомобиля вручную. Предположим, вам надо попасть в другой город. По дороге машина ломается. Что ж, заглохшая машина — это скверно. Засучив рукава, мы толкаем ее вперед. Мы толкаем, толкаем, толкаем — и наконец достигаем городской черты. «Отлично, — говорим мы себе. — Все получилось». А потом мы толкаем машину в другой город! И заявляем: «Я ведь добился своего, разве нет?» Но разве можно это назвать жизнью?

Знаете ли, что вам на самом деле нужно? Вам нужен специалист-механик, который смог бы сменить свечи. Включаете зажигание — и машина трогается с места. Вам нужен специалист — понимание, озарение, осознание, — а вот толкать не надо. Не надо прикладывать никаких усилий — они очень утомляют. Всех нас приучили быть недовольными собой, с точки зрения психологии, в этом и заключается все зло. Мы только и делаем, что выражаем недовольство, ворчим и толкаем машину. Все вперед и вперед, все натужнее и натужнее. Но внутренний конфликт никуда не девается, уровень понимания остается невероятно низким.

# СТАТЬ НАСТОЯЩИМ

Один из самых незабываемых дней моей жизни я пережил в Индии. Это был истинно великий день; меня только-только посветили в духовный сан. Я сидел в исповедальне. Во главе нашего прихода стоял испанец, подлинный праведник; я слышал о нем еще до того, как вступил в орден. За день до того, как стать послушником, я решил исповедоваться, чтобы полностью очистить свое сердце и чтобы новому наставнику ничего не надо было рассказывать. К пожилому кюре выстроилась длинная очередь. Глаза его были накрыты фиолетовым платком; подходившим к нему людям он что-то тихо бормотал, потом прощал им грехи и отпускал восвояси. Меня он видел всего лишь раз или два, но звал, тем не менее, по имени. Дождавшись своей очереди, я подошел к нему и, приступая к исповеди, постарался изменить голос. Он выслушал все очень спокойно, отпустил мне грехи, а потом спросил: «Энтони, когда ты планируешь стать послушником?»

И вот на следующий день после рукоположения я снова пришел в эту церковь. Старый священник спросил: «Будешь исповедником?» «Буду», — ответил я. «Иди садись на мое место». «Боже, я святой. Я буду сидеть в его исповедальне!» — думал я. Я слушал исповеди три часа. Было Вербное воскресенье, и к нам потоком шли люди, готовившиеся к Пасхе. В конце дня я чувствовал себя полностью опустошенным. И не потому, что узнал что-то ужасное, — я был готов услышать все что угодно; зная, что творится в моем собственном сердце, я ничему особенно не удивлялся. Знаете, что меня убивало? Осознание того, какие благочестивые банальности я всем им говорил: «Помолитесь Пречистой Деве Марии, она любит вас. Помните, что Господь на вашей стороне». Могут эти напыщенные банальности исцелить человека от рака? А ведь это и есть рак — нехватка осознанности, недостаточное чувство реальности. И тогда я поклялся себе: «Я научусь, научусь! Люди не смогут сказать, что мои советы оказались весьма разумными, но абсолютно бесполезными».

Осознание, понимание. Когда вы станете мастером (а это произойдет скоро), вам не нужны будут занятия по психологии. Когда вы займетесь самонаблюдением, когда разделаетесь с негативными эмоциями, у вас появится собственное видение мира. И вы поймете разницу. Но вам еще предстоит встреча с опасным злодеем. Имя ему — самобичевание, самоосуждение и ненависть к себе.

Давайте еще немного поговорим о желании человека перемениться и о том, что для этого никаких усилий прилагать не нужно. Прекрасный пример тому — парусное судно. Если ветер натягивает паруса достаточно туго, судно скользит настолько легко, что экипажу не остается никакой иной работы, кроме как направлять его в нужную сторону. Никаких усилий моряки при этом не совершают; они не толкают парусник вперед.

Это и есть символ перемен, происходящих с человеком благодаря его осознанности, пониманию себя и мира.

Просматривая старые записи, я наткнулся на цитату, созвучную моим мыслям: «Мир жесток как ничто другое. От него невозможно убежать. И все же не он заставляет нас страдать, но наше сердце». Понимаете? Не мир заставляет человека страдать, но его собственное сердце. Однажды Пэдди упал с подмостей и набил себе большую шишку. «Ты сильно ударился, когда падал?» — спрашивают его. «Нет, я ударился, когда перестал падать», — ответил Пэдди. Если пырнуть ножом воду, ей не будет больно; если же ударить что-то твердое, оно сломается. Внутри вас твердые убеждения и несокрушимые иллюзии. Именно они со всего маху разбиваются о действительность, именно они причиняют вам столько боли и страданий.

А вот еще одна милая цитата. Она принадлежит восточному мудрецу, но кому именно — я не помню. Да это и не важно, как не важно то, кому принадлежит авторство Библии. Важен смысл сказанного: «Незамутненный глаз — это зрение; неповрежденное ухо — слух; невредимый нос — обоняние; здоровый рот — вкус; незамутненное сознание — это мудрость».

Мудрость приходит, когда рушатся препятствия, воздвигнутые вашими представлениями и полученные еще в детстве в ходе воспитания. Мудрости невозможно добиться; мудрость — это не опыт; это не приложение вчерашних иллюзий к сегодняшним затруднениям. Когда я изучал в Чикаго психологию, кто-то мне сказал; «Очень часто в жизни священника пятидесятилетний опыт оказывается опытом лишь одного года, повторенным пятьдесят раз». У вас раз и навсегда заготовлены шаблоны поведения: вот так надо говорить с алкоголиком, а вот так — с монахинями или разведенными. Но это не мудрость. Мудрость — это чуткость именно к этому человеку, внимание именно к этой ситуации; это чистое сознание, незамутненное прошлым опытом. Мудрость — это совсем не то, что привыкло думать о ней большинство из нас. К приведенной выше цитате я бы добавил еще одну сентенцию: «Незамутненное сознание порождает любовь». Хоть я и заявил, что рассуждать о любви невозможно, в последнее время я много о ней говорю. Однако все, что в наших силах, — это говорить о нелюбви. О наших привычках и наклонностях. Об истинной же любви не может быть изречено ни единого слова.

# НИ СЛОВА О ЛЮБВИ

Как я могу описать любовь? Я подумал и решил предложить вашему вниманию отрывок из моей новой книги. Я буду говорить медленно; задумайтесь над тем, что я скажу. Я немного сократил этот отрывок, и теперь его изложение займет не полчаса, а три-четыре минуты. Это комментарий к одному евангельскому изречению. Однажды я размышлял над словами Платона о том, что свободного человека сделать рабом невозможно: даже в тюрьме свободный останется свободным. Это напомнило мне Евангелие: «Кто принудит тебя пройти с ним одно поприще, пройди с ним два». Возможно, вы полагаете, что, если взвалить на мои плечи тяжелое бремя, я стану рабом. Вы ошибаетесь. Настоящий пленник тот, кто, будучи свободным, пытается переделать мир, чтобы выбраться на волю. От внешнего мира свобода не зависит — она живет в сердце каждого. Если у вас есть мудрость, кому же под силу будет поработить вас? Как бы то ни было, послушайте евангельское изречение, о котором я говорил ранее: «Отпустив народ, Он взошел на гору помолиться наедине; и вечером оставался там один». Вот что есть любовь. Вам когда-нибудь приходило в голову, что любить вы можете только тогда, когда вы одни? Что такое любить? Это значит видеть человека или ситуацию такими, какие они есть на самом деле, а не в вашем воображении. Это значит откликаться на них так, как они того заслуживают. Вряд ли можно любить то, чего даже не видишь. Но что лишает нас зрения? Наш зомбированный мозг. Наши представления, предрассудки, наша предвзятость и ярлыки, что тянутся за нами из нашего прошлого или из традиционной народной культуры. Видеть — самая трудная для человека задача: выполнение ее предполагает дисциплинированное и в высшей степени восприимчивое сознание.

# ОСВОБОЖДАЯСЬ ОТ КОНТРОЛЯ

Если вы хотите понять, что такое контроль, представьте себе маленького ребенка, которому дали попробовать наркотик. Как только ребенку сделали первую инъекцию, он попадает в наркотическую зависимость; все его существо будет молить вас об очередной дозе. Отсутствие наркотика — это такая мука, которой человек предпочитает смерть. Вдумайтесь в этот пример: тело привыкло к наркотику. Точно такой трюк проделывает с вами общество, стоит вам только появиться на свет.

Вам не позволяют употреблять чистую и здоровую пищу жизни: игры, работу, веселье, смех, общество друзей, интеллектуальные и физические удовольствия. Вам дают отведать наркотики под названием одобрение, признательность, внимание со стороны окружающих. Я приведу высказывание А. С. Нейла, великого человека, написавшего «Саммерхилл». По его мнению, если ребенок ни на шаг не отходит от родителей, это верный признак того, что малыш болен. Он интересуется людьми, в то время как здоровый ребенок интересуется вещами. Если ребенок уверен в том, что мать его любит, он забывает о ней и отправляется исследовать мир; он любознателен. Он ищет лягушку, чтобы засунуть ее себе за щеку. Если же он вертится вокруг матери, это плохой признак. Малыш не чувствует себя в безопасности. Возможно, его мать как-то испытывала его любовь — у матерей ведь множество способов пригрозить ребенку одиночеством.

Итак, нам дали попробовать разные наркотики: одобрение, внимание, успех, престиж, власть, популярность. Мы испытали наркотик, причитающийся капитану команды и лидеру рок-группы. Мы привыкли ко всем этим вещам и с ужасом думаем о том, что когда-то можем их лишиться. Вспомните, как вы боитесь провала, боитесь ошибиться, боитесь навлечь на себя критику, как от одной мысли о возможной неудаче все ваше самообладание куда-то испаряется. Вы малодушно поддались зависимости и утратили свободу. Ваше счастье теперь не в вашей власти. Вы мечтаете о наркотике, но, несмотря на связанные с ним страдания, которые вы ненавидите, вы бессильны что-то ему противопоставить. Вы ни на минуту не упускаете из виду реакцию окружающих и без усталости танцуете под их дудочку. Вот прекрасное определение проснувшегося человека: он больше не танцует под чужую дудку, он внемлет лишь той музыке, что звучит в его собственной душе. Когда другие вас осуждают или игнорируют, вы готовы пресмыкаться перед себе подобными, выпрашивая у них наркотик поддержки, утешения и поощрения. Жить в таком состоянии среди людей — значит обрекать себя на постоянное напряжение. «Ад — это те, кто нас окружает», — сказал Сартр. Воистину так. Если человек от кого-то зависит, ему постоянно приходится держать марку; он не может позволить себе расслабиться, ему необходимо соответствовать чьим-то ожиданиям. Жить среди людей — значит жить в вечном напряжении. Жить без людей — значит страдать от одиночества: человеку не хватает общения. Вы утратили способность видеть людей такими, какие они есть, разучились реагировать на них в соответствии с реальным положением вещей: ваше восприятие затуманено потребностью в наркотиках. Ваше отношение к людям зависит от того, дадут они вам наркотик или же отберут его. Осознаете вы это или нет, но именно такой подход к людям является для вас определяющим. Получу я от них то, что мне надо, или не получу? А если вы не даете мне наркотик, но и не отбираете его, вы мне неинтересны. Мои слова покажутся вам ужасными, но все же я хотел бы знать: есть ли среди нас хоть один человек, относящийся к людям иначе?

# ВНИМАТЬ ЖИЗНИ

Итак, вам нужно осознание и нужна хорошая пища — натуральная и здоровая. Научитесь наслаждаться простой пищей, которую дарует вам жизнь. Хорошая еда, доброе вино, вкусная вода. Отведайте их. Не слушайте разум, полностью отдайтесь ощущениям. Это все хорошая, здоровая пища. Радости телесные и духовные. Хорошая книга. Или по-настоящему интересная дискуссия. Или размышления. Все это удивительно. К несчастью, люди сошли с ума и разучились наслаждаться радостями жизни. Поэтому они все больше зависят от искусственных стимуляторов.

В семидесятых годах двадцатого столетия президент Картер призвал американцев к простой жизни, к жизни без излишеств. Тогда я подумал: вместо того чтобы призывать к аскетизму, лучше бы он посоветовал людям радоваться жизни. Очень многие разучились радоваться. Я считаю, что большинство граждан богатых стран утратило способность наслаждаться жизнью. Над ними довлеет потребность приобретать дорогую технику; они не умеют ценить маленькие радости. Я прихожу в магазин, где с большой скидкой выставлены на распродажу прекраснейшие музыкальные записи, — но их никто не слушает: нет времени, нет времени, нет времени. Люди сами виновны в том, что не умеют радоваться жизни. Люди перегружены работой — они только и делают, что спешат, спешат, спешат. Если вы действительно умеете наслаждаться бытием и радоваться простым вещам, вы изумитесь. Вы усовершенствуете поразительную дисциплинированность, присущую животным. Животное никогда не переедает. Если оно обитает в естественных условиях, на природе, оно никогда не страдает от избыточного веса. Зверь никогда не употребит в пищу то, что может повредить его здоровью. Вы никогда не увидите его с сигаретой в зубах. Животные не забывают двигаться — понаблюдайте хотя бы за вашим котом после того, как он позавтракает; посмотрите, как он отдыхает после еды, а потом внезапно вскакивает, какие у него гибкие лапы и подвижное тело. Мы утратили все это. Мы заблудились в собственных мыслях, идеях и идеалах. И конца края этому не видно. Кроме того, у нас появился внутренний конфликт, которого нет у животных. И мы постоянно обвиняем самих себя, постоянно себя за что-то осуждаем. Вы знаете, что я имею в виду. Несколько лет назад гостивший у меня священник-иезуит попросил убрать от него тарелку со сладостями. Он сказал, что если поблизости от него находится шоколад или конфеты, он теряет самообладание. Так было и со мной: я был рабом очень многих вещей. Но то время прошло! Теперь я довольствуюсь малым. И я невероятно счастлив. Когда вы очень сильно чем-то увлекаетесь, ваши потребности сильно сокращаются. Это как планы на отпуск: люди месяцами думают, как им провести свободную неделю, а по приезде на место тут же бросаются доставать обратные билеты. Но они исправно щелкают фотоаппаратами, а потом показывают вам пейзажи, которых никогда не видели, а лишь фотографировали. В этом — весь современный мир.

Я не в силах полностью живописать вам все прелести такого аскетизма. Немного замедлите свой бег, пробуйте на вкус, смотрите и слушайте; пусть ваши чувства оживут. Если хотите легко и просто стать мистиком, усадьтесь поудобнее и внимательно прислушайтесь. Не зацикливайтесь на чем-то одном — старайтесь уловить все звуки. О, когда ваши чувства оживут, вам откроются величайшие чудеса мира. Оживите свои ощущения — это очень важно для происходящих внутри вас перемен.

# ПОКОНЧИТЬ С АНАЛИЗОМ

Хотелось бы рассказать вам о разнице между анализом и осознанием, информированностью и проникновением в суть дела. Информированность — это не проникновение, анализ — не осознание; знание не есть осознание. Вообразите, что я подхожу к вам, а по моей руке ползет змея. Подхожу и говорю: «Видите эту змею? Я только что прочел в энциклопедии, что это гадюка Рассела. Если она меня укусит, не пройдет и минуты, как я умру. Не могли бы вы мне подсказать, как можно избавиться от этого создания, ползущего по моей руке вверх?» Но ведь никто не станет так говорить? У меня есть информация о гадюке, но эту информацию я не осознал.

Скажем, я отравляю свой организм алкоголем. Не были бы так любезны поведать мне, как избавиться от этого пагубного пристрастия? Тот, кто так говорит, еще ничего не осознал. Он знает, что разрушает свой организм, но он не осознает это. Иначе страсть к выпивке давно бы его оставила. Если бы я осознавал, что за змея по мне ползает, я не сбрасывал бы ее с руки; ее просто перебросило бы через меня. Вот что я имею в виду, вот о чем говорю. Вы не изменяете себя; то, что мы зовем собой, себя изменить не может. Перемены происходят сами, они происходят внутри вас. Понятнее объяснить я не могу. Вы ощущаете происходящие в вас перемены; они происходят в вашем осознании; они случаются с вами. Вы не имеете к ним никакого отношения. Плохо, если это не так, ведь перемены, совершаемые вами, недолговечны. А если им случится быть долговечными, — помоги, Боже, тому, кто живет с вами под одной крышей: вы станете просто несносны. Тех, кто преобразился под влиянием недовольства и ненависти к самому себе, вытерпеть не может никто. «Если хотите стать мученицей, выходите замуж за святого», — гласит пословица. Осознание же позволяет человеку сохранить такие качества, как мягкость, изысканность, доброта, открытость, гибкость; вы не толкаете автомобиль, перемены происходят сами собой.

Помню, как в то время, когда я изучал в Чикаго психологию, один священник говорил нам: «Представьте, я все знал; я знал, что алкоголь потихоньку меня убивает. Поверьте: ничто не может изменить алкоголика — ни любовь жены, ни даже его дети. Конечно, он любит семью, но это ничего не меняет. Однажды я сделал открытие, полностью меня — изменившее. Моросил мелкий дождик; я лежал в канаве. Открыв глаза, я понял, что все это меня убивает. Я это понял и с тех пор не пью. Правда, иногда я бываю немного пьян, но никогда не злоупотребляю спиртным. Я просто не могу пить много». Именно об этом я и говорю: осознание. Не информация, но осознание.

Мой друг, заядлый курильщик, однажды сказал: «Каких только анекдотов не придумали о курении. Говорят, что табак убивает людей, но возьмем тех же древних египтян: все они умерли, а ведь ни один из них не курил». Что ж, вскоре после этого его стали беспокоить легкие, и он обратился в Бомбейский институт, занимающийся исследованием рака. Доктор ему сказал так: «Отче, у вас в легких два затемнения. Возможно, это злокачественные опухоли, так что придите к нам через месяц». Сейчас он даже не притрагивается к сигаретам. До разговора с доктором он знал, что курение убивает, теперь же он осознал это. Вот и вся разница.

Св. Игнатий, основавший орден иезуитов, хорошо понимал эту разницу. Он говорил, что истину надо пережить, попробовать на вкус — не узнать о ней, но пережить и прочувствовать самому. Если вы прочувствуете истину, вы переменитесь. Если же вы просто услышите о ней, это вам не даст ничего.

Я часто говорю, что истинная жизнь — это смерть. Представьте себя в могиле — и жизнь распахнет вам свои объятия. Вообразите, что вы лежите в гробу. В какой угодно позе. В Индии мертвецам скрещивают ноги. Потом покойников предают кремации. Но бывает и так, что ноги не скрещивают. Словом, представьте, что вы лежите с вытянутыми ногами: вы мертвы. Теперь взгляните на свои проблемы с точки зрения покойника. Все они предстали перед *вами* в ином свете, не так ли?

Очень милая медитация. Если у вас есть время, проделывайте ее ежедневно. Это может показаться невероятным, но благодаря ей вы оживете. Подробное описание этой медитации можно найти в моей книге «Неиссякаемый источник». Вы видите, как разлагается ваше тело, кости, как ваши останки обращаются в прах. Стоит мне заговорить об этом, мои слушатели начинают возмущаться: как омерзительно. Но что тут такого омерзительного? Это то, что есть на самом деле. Господи боже мой! Однако многие из вас не желают видеть то, что есть на самом деле. Вы не желаете думать о смерти. Люди не живут — большинство из вас не живет, а просто поддерживает свое существование. Это не есть жизнь. Если вам не все равно, жить или умереть, — вы не живете. Живете вы только тогда, когда жизнь перестает что-либо значить для вас. Вы живете, если готовы умереть. Но если вы цепляетесь за жизнь, вы мертвы. Вы мертвы, если на мое предложение спуститься с чердака вы отвечаете: «Нет, я читал, что, спускаясь по лестнице, человек может поскользнуться и сломать шею. Лестницы — это слишком опасно». Или если вас невозможно заставить перейти через дорогу, поскольку вы неотвязно думаете о том, сколько людей попадает под машины. Если вас невозможно подвигнуть на то, чтобы перейти дорогу, как побудить вас пересечь континент? И если вас невозможно заставить выйти за рамки ваших куцых взглядов и убеждений, чтобы взглянуть на окружающий мир, вы мертвы, вы абсолютно мертвы; жизнь прошла мимо вас. Перепуганным узником вы сидите в тесной камере, теряете Бога, религию, друзей — теряете все. Только игрок живет. Именно это имел в виду Иисус. Вы готовы рискнуть? Знаете, когда вы на самом деле будете готовы к риску? Когда вы обнаружите, осознаете, что нечто, называемое жизнью, жизнью вовсе не является. Люди ошибочно полагают, что жизнь — это поддержание систем жизнеобеспечения организма. Так что полюбите мысль о смерти. Возвращайтесь к ней вновь и вновь. Думайте о том, как пленителен труп, скелет и рассыпающиеся в прах кости; представляйте, как они становятся горстью земной пыли. И как легко от этих мыслей, как легко! Возможно, кто-то из вас не понимает, что я имею в виду; вы боитесь даже думать обо всем этом. Но как приятно вернуться к жизни после такой медитации!

Можно сходить на кладбище. Это невероятно очищает и возвышает душу. Вы смотрите на могильную плиту и думаете: «М-да... Он жил так давно, двести лет назад; и ему, конечно, было так же трудно, как мне, он тоже мучился бессонницей». Какой ужас — мы живем так мало. Один итальянский поэт сказал: «Наша жизнь — вспышка света. Смеркается, и приходит вечная ночь». Одна только вспышка, мгновение — и мы растрачиваем это мгновение впустую. Растрачиваем на тревоги, страхи, заботы, на неподъемное бремя. После такой медитации человек может узнать кое-что для себя полезное; или же к нему придет осознание. В момент осознания вы изменитесь. По меньшей мере, на время осознания. И поймете разницу между знанием и осознанием.

Недавно мой друг-астроном растолковывал мне азы науки о звездах. От него я узнал, что, смотря на солнце, мы видим его таким, каким оно было восемь с половиной минут назад: столько времени требуется солнечному лучу, чтобы достичь поверхности Земли. Значит, Солнце

совсем не там, где мы его видим. Свет далеких звезд тоже летит на Землю многие сотни тысяч лет. И звезды тоже не там, где мы их видим. Мой приятель сказал, что если представить галактику целиком, представить Вселенную, то наша Земля затеряется где-то на окраине Млечного Пути — даже не в центральной его части. И каждая звезда — солнце, и некоторые из них настолько велики, что внутри них могло бы поместиться наше Солнце с земной орбитой в придачу. По самым скромным подсчетам, во Вселенной насчитывается сто миллионов галактик! Известно, что Вселенная расширяется со скоростью три миллиона двести тысяч километров в секунду. Я был зачарован рассказом моего друга. Когда мы поужинали и вышли из ресторана, я уже иначе ощущал жизнь, иначе смотрел на нее. Это и есть осознание. Тот или иной факт можно принять к сведению (это будет называться знанием), а можно под его влиянием внезапно обрести новый взгляд на мир, на людей, на вселенную, на жизнь. Когда вы ощутите это, вы поймете, что я имел в виду, когда говорил об осознании.

# ЗЕМЛЯ ЛЮБВИ

Если бы мы перестали тешить себя иллюзиями насчет того, что другие люди могут нам дать, а что — отнять, мы бы наконец ожили. Но расставаться с иллюзиями мы не желаем; последствия же этого воистину ужасны. Мы теряем способность любить. Тот, кто хочет любить, должен заново учиться видеть. А для того, чтобы видеть, необходимо отказаться от наркотиков. Это просто как дважды два четыре. Разделайтесь со своей зависимостью. Порвите связующие вас с обществом узы — они опутали вас с ног до головы, они душат вас. Внешне все останется на своих местах. Просто ваше пребывание вне мира закончится — вы будете жить в подлинном мире. В вашем сердце воцарится свобода, а от наркотической зависимости не останется и следа. Вам не нужно удаляться в пустыню; вы живете среди людей и от общения с ними получаете колоссальное удовольствие. Но теперь они не властны над вашим счастьем. Вот что значит самодостаточность. В уединении подобного рода нет места зависимости. Оно порождает способность любить. Вы перестанете относиться к другому человеку как к средству удовлетворения своих потребностей. Только тот, кто пробовал покончить с зависимостью, знает, как поначалу бывает страшно. Словно сам себе предлагаешь умереть. Словно просишь несчастного наркомана отказаться от единственной доступной ему радости. Разве можно заменить ее вкусом хлеба и фруктов, утренним ветерком, сладостью ключевой воды и горным ручьем? Это невозможно, пока наркоман борется со своей ломкой, с внутренней пустотой, заполнить которую может только наркотик. Вы можете представить свою жизнь без радости или хотя бы удовольствия от похвалы окружающих, без того, чтобы в минуту грусти опереться на чье-нибудь плечо? Представьте, что эмоционально вы ни от кого не зависите — значит, никто больше не властен над вашим счастьем и вашим несчастьем. Вы отказываетесь нуждаться в ком-либо, отказываетесь быть чьим-то избранником и называть кого-то своей собственностью. У птиц есть гнезда, у лисиц — норы, но вам негде будет приклонить голову. Если вам удастся достичь подобного состояния, вы обнаружите, что ваше зрение ничем не замутнено, ваши глаза не затуманены ни страхом, ни желанием. Каждое слово на вес золота. Наконец-то ваш взор ясен и чист, страх и желания больше не затуманивают его. Вы поймете, что значит любить. Но чтобы ступить на землю любви, необходимо пережить муки смерти: любить людей — значит перестать в них нуждаться; любить людей — значит быть одному.

Как добраться до этой земли? С помощью неусыпного осознания, безграничного терпения и сострадания к наркоманам. Надо развивать в себе хороший вкус, создавая тем самым надежный противовес наркотикам. Вкус к чему? К любимой работе, которую вы выполняете, потому что она вам нравится; к смеху, к тесной дружбе с людьми — вы не привязываетесь к ним, не зависите от них эмоционально, а просто наслаждаетесь их обществом. Хорошо, если вы с головой окунетесь в какое-нибудь занятие, — окунетесь так, что успех, признание и одобрение окружающих не будут значить для вас равным счетом ничего. Также неплохо было бы вернуться к природе. Забудьте о толпах народа, поезжайте в горы и тихо побеседуйте с деревьями, цветами, птицами и животными, с морем и облаками, небом и звездами. Я уже говорил об упражнении для духа — пристальном взглядывании в окружающий мир, в осознании окружающей действительности. Надо надеяться, слова покинут вас, вы перестанете мыслить понятиями; вы все увидите, вы прикоснетесь к действительности. Это хорошее лекарство от одиночества. Как правило, мы ищем такое лекарство среди шума в стае себе подобных, хотим попасть в эмоциональную зависимость от кого-нибудь. Но это не лекарство. Вернитесь к действительности, к природе, поднимитесь в горы. Вы поймете, что очутились в безбрежной пустыне одиночества, и рядом нет никого, совершенно никого.

Поначалу вам будет не по себе. Вы не привыкли к уединению. Но стоит немного потерпеть — и пустыня внезапно зацветет любовью, а сердце взорвется песней. Наступит вечная весна. Наркотики исчезнут, вы станете свободным человеком. Вы поймете, что такое свобода, любовь, счастье, действительность, истина, Бог. Ваш взгляд проникнет за пределы понятий, программ, привычек и привязанностей. Есть во всем этом смысл?

Позвольте мне завершить мое выступление прелестной историей. Однажды кто-то из людей научился добывать огонь. Он взял свои инструменты и отправился на север, где было холодно, холодно до дрожи. Он научил тамошних жителей разводить костер. Люди очень заинтересовались новшеством. Пришелец поведал им, какие выгоды можно извлечь из огня: на огне можно готовить пищу, около костра можно обогреться... Северяне были очень признательны чужеземцу; они переняли у него искусство разведения огня. Но прежде, чем они успели поблагодарить своего учителя, тот внезапно исчез. Он не ждал благодарности и признательности — его заботило лишь благополучие этих людей. Он пришел к другому племени и тоже стал проповедовать выгоды своего изобретения. Люди этого племени тоже заинтересовались огнем, причем заинтересовались так сильно, что их священники утратили покой: они видели, что все внимание племени приковано не к ним, а к пришельцу. И святые отцы решили избавиться от конкурента. Они отравили его, распяли — можете подставить сюда любое слово. Понимая, что народ может восстать против них, священнослужители проявили чудеса хитрости и лукавства. Знаете, что они сделали? Они нарисовали портрет изобретателя огня и водрузили его в храме на алтарь. Инструменты для разжигания огня они положили перед портретом и научили людей поклоняться картине и благоговеть перед инструментами — эти инструменты столетиями бережно хранятся в храме. Развился целый культ поклонения, но огонь людям так и остался недоступен.

Где огонь? Где любовь? Где вырванные с корнем из вашего нутра наркотики? Где свобода? Все это и есть духовность. Наша трагедия в том, что мы теряем духовность. Разве нет? Вот сущность Христа. Но мы увязли в своем Господи, Господи. Разве нет? Где огонь? Если поклонение не высекает в душах огня, если обожание не порождает любви, литургия не проясняет восприятие действительности, а Бог не дает жизни, то, что может дать людям такая религия, кроме разобщенности, ярого фанатизма и противостояния? Мир страдает не от нехватки религиозности в привычном смысле этого слова — мир страдает от нехватки любви, от дефицита осознания. Любовь порождается осознанностью — и только ею, только ею. Стоит вам осознать препятствия, воздвигаемые вами же на пути свободы, счастья и любви, — и они тотчас рухнут. Впустите в себя свет осознания — и темнота исчезнет. Счастье — это не то, чего можно добиться; любовь порождаете не вы. У вас не может быть любви — это вы можете быть у любви. У вас ведь нет ветра, звезд, нет дождя. Вы не владеете всем этим; вы просто поддаетесь. Подобная капитуляция возможна лишь тогда, когда вы осознаете свои иллюзии, осознаете свои привычки, желания и страхи. Как я уже говорил, озарение — великая вещь. Озарение — но ни в коем случае не анализ. Анализ — это паралич. Озарение не обязательно должно поддаваться анализу. Один из великих американских психотерапевтов отлично сказал: «Засчитываются только крики „Эврика!“». Холодный анализ абсолютно бесполезен; он дает лишь информацию». Но если вы мысленно восклицаете «Эврика!» — это уже озарение. Это перемена. Очень важно также осознать свои привязанности. Для этого нужно время. Увы, сколько времени тратят люди на поклонение, песнопения и возношение хвалы — а ведь его можно было употребить на познание самого себя. Совместные литургии не способны спаять людей воедино. В глубине душе вы, так же как и я, уверены, что подобными литургиями можно лишь замаскировать противоречия. Содружества создаются только в процессе понимания сущности тех препятствий, что мешают этому содружеству осуществиться, а также в процессе осознания того, что все

конфликты суть порождения страха и желаний. Только так можно создать крепкое сообщество. Надо следить за тем, чтобы поклонение чему-то или кому-то не стало очередным отвлекающим фактором от самого главного из человеческих занятий — от жизни.

Жить не значит заседать в парламенте, быть крупным предпринимателем или великим филантропом. Все это не обязательно будет жизнью. Жить — значит избавиться от всех препятствий и по-детски наслаждаться каждым мигом земного существования. Птицы небесные ни сеют, ни жнут, ни собирают в житницы — вот жизнь. Я начал с утверждения, что люди спят, люди мертвы. Мертвецы заседают в парламенте, мертвецы занимаются бизнесом, мертвецы обучают других мертвецов; проснитесь! Поклонение Богу должно помочь вам пробудиться, иначе не имеет смысла поклоняться. Мы все безнадежнее — вы тоже думали об этом — теряем молодежь. Они ненавидят нас; они не желают взваливать на себя вины и страха больше, чем уже есть у них. Проповеди и нравоучения им, больше не интересны. Но о любви им узнавать интересно. Как стать счастливым? Как жить? Как испытать все то чудесное, о чем говорили мистики? Понимание — вторая важная вещь. В-третьих, не надо себя ни с чем отождествлять. Сегодня кто-то задал мне вопрос: «Бывает ли у вас плохое настроение?» Ну конечно, бывает. У меня случаются приступы депрессии. Но они длятся очень недолго. Честное слово. Что я для этого делаю? Во-первых, я не отождествляю себя с этими приступами. Если меня охватывает отчаяние, то вместо того, чтобы напрячься и разозлиться на себя, я осознаю свое отчаяние, разочарованность или что-то иное. Во-вторых, я признаю, что очаг этого чувства — во мне самом, а не в другом человеке — не в том, от кого я не получил письма, например; испытываемое мной чувство — объект не внешнего, а внутреннего мира. Пока я тешу себя мыслью, что обида или разочарование пришли ко мне откуда-то извне, я чувствую себя вправе цепляться за негативные эмоции. Не думаю, что все люди подвержены подобным переживаниям: за обиду или разочарование может цепляться только глупец, только спящий.

В-третьих, я не отождествляю себя со своими эмоциями. Я и мои чувства — далеко не одно и то же. Я не одинок. Я не расстроен и не разочарован. Разочарование посетило вас, и вы за ним наблюдаете. Вы бы удивились, если бы узнали, как быстро оно проходит. То, что стало доступно осознанию, не может не измениться; облака непрестанно плывут по небу. Когда вы осознаете происходящее с вами, вам откроются и причины зарождения плывущих по небу облаков.

У меня на примете есть дивное высказывание А. С. Нейла, взятое из его книги «Саммерхилл»; по моему мнению, это изречение следует высечь где-нибудь на видном месте золотыми буквами. Немного истории. Вероятно, вы знаете, что педагогический стаж Нейла составляет ни много ни мало сорок лет. Основанная им школа несколько отличается от стандартных учебных заведений. Он набирал группу ребятишек и ничем не стеснял их свободу. Если кто-то хотел научиться читать и писать, — отлично, он обучал ребенка грамоте, если же малыш такого желания не испытывал — это тоже было отлично. Вы могли делать со своей жизнью все что угодно при условии, что ваши действия никак не ущемляют свободу другого человека. Не мешайте ближнему быть свободным — все остальное ваше личное дело. Нейл говорил, что самые трудные его воспитанники оказались выходцами из монастырских школ. Конечно, все это происходило очень давно. По словам автора «Саммерхилл», прошло полгода, прежде чем эти ученики смогли избавиться от подавляемых в течение долгого времени гнева и обиды. Шесть месяцев они бунтовали, пытаясь изменить заведенные в школе порядки. Немало хлопот доставила одна девушка, пристрастившаяся ездить на велосипеде в город, — она убегала от класса, от школы, от всего на свете. Однако в один прекрасный день они перестали бунтовать и проявили желание учиться; дошло даже до того, что однажды они возмутились: «А почему это мы сегодня не учимся?» Но посещали они только те предметы, которые были им интересны. Они изменились. На первых порах родители опасались отдавать детей в подобную школу. «Вы

выступает против всякой дисциплины. Как же вы сможете чему-то научить детей? — удивлялись они. — Ребенка ведь необходимо учить и наставлять». В чем же секрет успеха этой школы? Нейл занялся самыми трудными детьми, теми, на кого окружающие махнули рукой; через шесть месяцев всех этих подростков было невозможно узнать. Послушайте, что Нейл говорит, — это ошеломляющие, святые слова: «В каждом ребенке живет Бог. Наши попытки втиснуть малыша в общепринятые рамки делают из Бога сатану. В мою школу записываются маленькие дьяволята — они ненавидят весь мир, они стремятся разрушать, они грубы, лживы, вороваты и раздражительны. Через шесть месяцев это уже здоровые и счастливые дети, не совершающие ничего дурного». Эти удивительные слова принадлежат человеку, чью школу регулярно инспектирует Британское министерство образования, посещают директора школ, а также все те, кто берет на себя труд до нее добраться. Поразительно. Такой был у него дар. И это невозможно запланировать — нужно от рождения обладать определенными душевными качествами. На лекциях для директоров школ он говорил: Приезжайте в Саммерхилл — вы увидите, что ветви фруктовых деревьев прогибаются от зрелых плодов, которые никто обрывает. Ни у кого не возникает желания посягнуть на частную собственность. Детей хорошо кормят, и в их душах нет ни гнева, ни обиды. Приезжайте в Саммерхилл — вы не найдете там ни одного ребенка с физическими недостатками, у которого была бы кличка (всем известна жестокость детей к заикам). В Саммерхилле вы никогда не услышите дразнилок в адрес заик. В наших детях нет жестокости, поскольку они не видят проявлений жестокости по отношению к себе. Прислушайтесь к священным словам откровения. Такие люди живут среди нас. Что бы там ни твердили ученые, священники и богословы, есть и были на земле люди, которые чурались распри, зависти, злобы, войн и вражды! Они живут и до недавнего времени жили в моей стране — грустно говорить об этом в прошедшем времени. Некоторые мои друзья-иезуиты жили и работали среди таких людей, которые, как уверяли мои друзья, просто неспособны были украсть или солгать. Одна монахиня рассказывала, что в тех северо-восточных индийских племенах, где она работала, люди никогда не запирали дом на ключ. О воровстве и лжи там даже не слышали; так продолжалось до тех пор, пока племя не узнало миссионеров и индийских чиновников.

В каждом ребенке живет бог. Наши попытки втиснуть малыша в общепринятые рамки делают из бога дьявола.

В одном чудесном фильме итальянского режиссера Федерико Феллини есть такой эпизод: брат-наставник сопровождает группу мальчиков 8—10 лет, направляющуюся на пикник или экскурсию. Они идут по взморью; учитель с тремя-четырьмя воспитанниками замыкает процессию. Им встречается женщина средних лет — проститутка. «Привет», — говорят ей школьники. «Привет», — отвечает она. «Кто ты?» «Проститутка», — отвечает она. Мальчики весьма туманно представляли значение этого слова. Один из учеников, немного более эрудированный, чем остальные, сказал: «Проститутка — это женщина, которая может кое-что сделать за деньги». «Она и нас послушает, если ей заплатить?» — спросили его товарищи. «Послушает, почему бы и нет?» — ответил школьник. Тогда они вручили незнакомке имевшиеся у них деньги: «А вы сделаете кое-что за эти деньги?» «Конечно, детки. Чего бы вам хотелось?» Единственное, на что у ребят хватило фантазии, — это предложить женщине раздеться. Она разделась. Мальчики принялись рассматривать ее тело: им никогда еще не доводилось видеть обнаженную женщину. Так и не придумав, какое еще желание загадать, они спрашивают: «А вы могли бы нам станцевать?» «Конечно!», — отвечает женщина. Ребята становятся в круг, поют и хлопают в ладоши, женщина танцует — все смеются от радости. Монах все это видит. Он спускается к морю, кричит на женщину и заставляет ее одеться. Звучит голос за кадром: «В этот миг были осквернены дотоле чистые и прекрасные детские души».

Трудности подобного рода нередки. Я знаю одного индийского миссионера-иезуита,

настроенного весьма консервативно. Как-то раз он пришел на мой семинар. Два дня, на протяжении которых я развивал эту тему, он тяжело страдал. Вечером второго дня он подошел ко мне и сказал: «Тони, невозможно описать, как я мучаюсь, слушая тебя». «Что тебя мучит, Стэн?» — спросил я. «Ты заставил меня вспомнить о вопросе, о котором я вот уже двадцать лет стараюсь не думать. Это страшный вопрос. Он встает передо мной снова и снова: А не осквернил ли я души тех, кого обратил в христианство?» Тот иезуит совсем не походил на ваших либералов, это был ортодоксальный, благочестивый, набожный и консервативно настроенный христианин. И вот он почувствовал, что причинил вред счастливым, простым, бесхитростным и полным любви людям, сделав их христианами.

Когда американские миссионеры и их жены впервые высадились на островах Южного полушария, они пришли в ужас от того, что местные женщины приходили в церковь обнаженные до пояса. Жены миссионеров настояли на необходимости более скромной одежды; миссионеры снабдили туземок сорочками. В следующее воскресенье женщины действительно надели сорочки, однако в каждой рубашке они проделали по два больших отверстия — для вентиляции и большего удобства. Женщины были правы, чего нельзя сказать о миссионерах.

Вернемся к Нейлу. Он пишет: «Я не гений. Я просто человек, отказывающийся управлять детьми». Но как же тогда быть с первородным грехом? По мнению Нейла, в каждом ребенке живет Бог; наши попытки сформировать характер маленького человека превращают Бога в дьявола. Бог помогает ребенку сформировать шкалу ценностей — и эти ценности неизменно добрые и неэгоистичные. Как вам такая мысль? Когда ребенок чувствует, что вы его любите (то есть когда ребенок чувствует, что вы на его стороне), все складывается отлично. Никакого насилия над своей личностью ребенок больше не ощущает. Никакого страха, никакого насилия. Он начинает относиться к окружающим так, как относятся к нему. Обязательно прочтите книгу А. С. Нейла. Это воистину святая книга. Читайте ее; она перевернула мою жизнь и изменила мое отношение к людям. Я стал видеть чудеса. Я увидел чуть ли не врожденное недовольство собой и окружающим меня миром, увидел сравнения, соперничество и многое другое. Вы можете возразить: если бы меня не подталкивали, я бы не стал тем, кем стал. Но нуждался ли я в тех толчках со стороны? Да и кто захочет оказаться на моем месте? Я бы хотел быть счастливым, хотел бы стать святым; я хочу любить, хочу жить в мире, хочу быть свободным, хочу быть человеком.

Вы знаете, что провоцирует людей на войны? Выплеснувшееся наружу внутреннее противоречие. Покажите мне человека, у которого нет внутреннего конфликта, и я покажу вам того, в ком нет жестокости. В этом человеке может происходить плодотворная, даже напряженная *внутренняя* работа, но ненависти в нем не будет ни капли. Его действия — это действия хирурга на операции; его поступки — это поступки любящего учителя по отношению к умственно отсталому ребенку. Он никого не обвиняет; он понимает; он активно работает. Если же действия человека продиктованы ненавистью и слепой жестокостью, он тем более ошибается. Он пытается погасить пламя огнем, пытается водой остановить наводнение. Повторю слова Нейла: «В каждом ребенке живет Бог. Наши попытки сформировать характер маленького человека превращают Бога в сатану. В мою школу записываются маленькие дьяволята — они ненавидят весь мир, они стремятся разрушать, они грубы, лживы, вороваты и раздражительны. Через шесть месяцев это уже здоровые и счастливые дети, не совершающие ничего дурного. И я совсем не гений. Я просто человек, отказывающийся управлять детьми. Я не мешаю им формировать свою шкалу ценностей — эти ценности неизменно оказываются добрыми и неэгоистичными. Религия может как исправить, так и испортить человека; религия же, известная под именем свобода, делает добрыми абсолютно всех: она устраняет внутренний конфликт, превращающий человека в дьявола».

Нейл также говорит: «Первое, что я делаю, когда ребенок поступает в нашу школу, — это разрушаю его сознание». Полагаю, читатель понимает, что здесь имеется в виду; сам я понимаю. Сознание вам не нужно — оно уже есть у вас; вам не нужно сознание, поскольку вы наделены восприимчивостью. В вас нет злости, нет страха. Возможно, вы думаете, что все это недостижимый идеал. Прочтите книгу Нейла. Время от времени мне встречаются люди, внезапно открывшие для себя следующую истину: корень зла находится внутри человека. Как только вы это поймете, вы перестанете от себя чего-либо требовать, перестанете возлагать на себя надежды, перестанете себя подталкивать — вы поймете. Ешьте здоровую пищу — качественную, здоровую пищу. Мои слова надо понимать не буквально — под здоровой пищей я разумею закаты, природу, добрый фильм, хорошую книгу, интересную работу, душевную компанию. Надеюсь, все это поможет вам справиться с пагубными пристрастиями.

Что вы чувствуете, когда соприкасаетесь с миром природы или увлеченно работаете? Когда тепло и просто беседуете с тем, чье общество, искренность и близость доставляют вам невероятное наслаждение, хоть вы и не цепляетесь за этого человека мертвой хваткой? Что вы чувствуете? Сопоставьте эти ощущения с теми, что возникают у вас при победе в споре или на соревнованиях, сравните их с эйфорией от свалившейся как снег на голову популярности, от звучащих в ваш адрес аплодисментов. Последние я называю мирскими чувствами; первые же — чувствами души. Очень многие приобретают весь мир, а душу свою теряют. Очень многие живут пусто и бездушно, потому что их пища — популярность, признательность, восхваления, а также всяческие «я в порядке, ты в порядке, посмотрите на меня, поухаживайте за мной, поддержите меня, оцените меня»; желание стать начальником, получить власть над людьми, выиграть состязания на скорость. Принадлежите ли вы к числу этих людей? Если да, то вы мертвы. Вы потеряли душу. Ешьте что-то другое, более пригодное в пищу. Тогда наступят перемены. Я снабдил вас программой на всю жизнь, не правда ли?

# ОБ АВТОРЕ

ЭНТОНИ ДЕ МЕЛЛО — священник-иезуит, всемирно известный своими книгами и проповедями. Де Мелло скоропостижно скончался в 1987 году. Его перу принадлежит множество книг (в частности, «Садхана» и «Зачем поет птица?»).

# ПРОСЫПАЙТЕСЬ

Это ваш будильник! Возможно, вы даже не понимаете, что спите — спите на протяжении почти всей жизни. Пора просыпаться, — ненавязчиво, но решительно говорит нам Энтони де Мелло.

*Чарльза Осгуд*

В грядущем десятилетии «Осознание» станет лакмусовой бумажкой для американского бизнеса. Я бы назвал это «бизнесом осознания».

*Ф. К. Магуайр, Группа общения у камина*

Осознание — основная идея бестселлеров Энтони де Мелло. В его книгах, дарующих людям надежду, гармонично сочетаются элементы христианской духовной культуры, буддистские притчи, индуистские дыхательные упражнения и глубокие интуитивные озарения.

В коротеньких главах, как нельзя более подходящих для тихого чтения дома или на работе, автор увещевает и провоцирует читателя: нужно покинуть этот безумный мир иллюзий и осознать окружающую нас действительность. По мнению де Мелло, осознание возможно лишь после того, как мы осмыслим свои самые тайные, самые порочные мысли и чувства. Эти мысли и чувства необходимо распознать, принять всей душой, не поддаваться им — и позволить новому сознанию изменить свое сердце и душу. Подобная перемена, убежден де Мелло, вселяет в человека мужество, делает его способным рисковать, ощущать насущные потребности и скрытые возможности своих родных и близких.

Это блестящая книга о духе, призывающая к пробуждению.