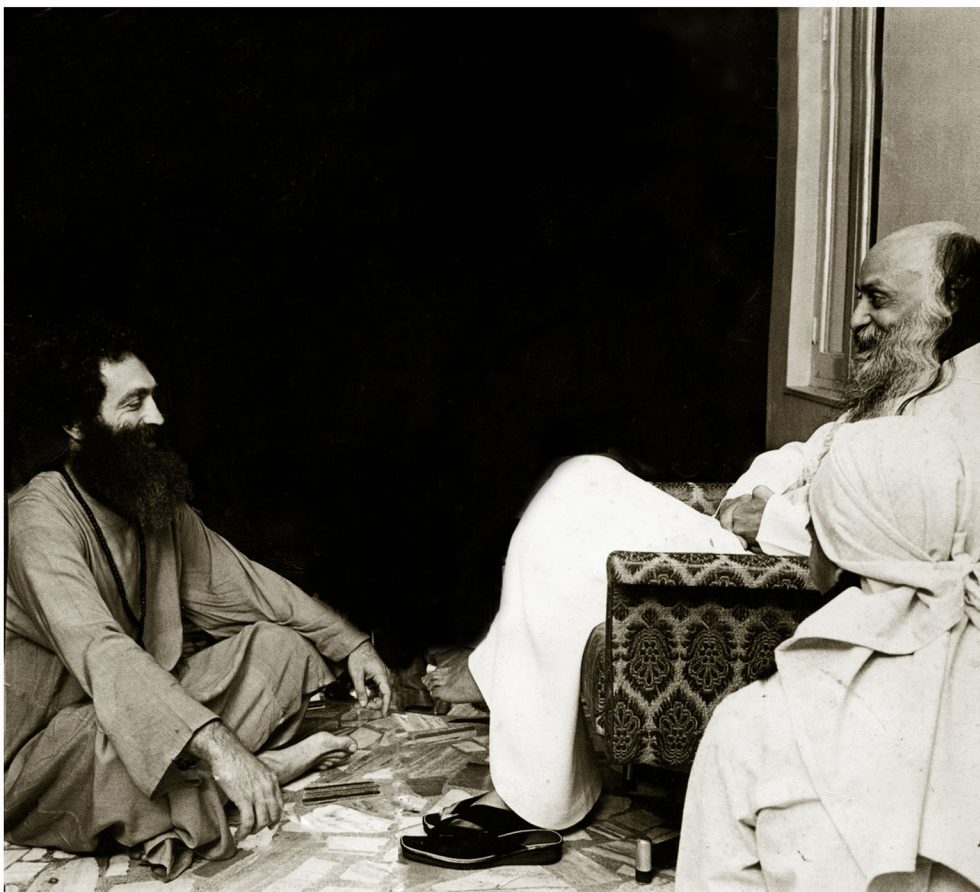


Космическая Шутка

КРИШНА ПРЕМ (Майкл Могоул)



КОСМИЧЕСКАЯ ШУТКА

КРИШНА

ПРЕМ

КОСМИЧЕСКАЯ ШУТКА

**КРИШНА ПРЕМ
(МАЙКЛ МОГУЛ)**

Пер. с англ. Любви Колодяжной (Лакшми)

Об авторе

«Космическая шутка» – это книга о моем жизненном пути отсюда сюда. На фото обложки мне 33 года, и я сижу на холодном мраморном полу перед своим учителем и другом Ошо в Пуне (в Индии). На фото задней обложки я уже в почтенном возрасте 66 лет. Как поет Боб Дилан: «Но я ведь был гораздо старше тогда, теперь я намного моложе». Да, и хотя сейчас мое тело в два раза старше, я чувствую себя в два раза моложе.... Магия медитации.

За годы работы над собой, очищая себя как луковицу, я развернул свою жизнь от безумного следования за внешним миром к медитативному исследованию своего внутреннего мира*. Читая эту книгу, вы не раз обнаружите, что, на самом деле, вас не очень-то и волнует, что происходит на базарной площади в вашем городе, что вы гораздо больше, что в вас проявляется целый мир... что вы – не ум. И, более того, что вы являетесь дитем Вселенной и несете ответственность за свою жизнь. В медитации такое состояние осознанности называется «за пределами ума». Итак, приготовьтесь узнать, насколько вы огромны... и что ваш ум больше не является вашим боссом.

Любовь есть,
Кришна Прем.

*Прим. перев. Игра слов – maditation (зд. безумие) и meditation (медитация).

Содержание

Пролог

Вступление

Глава 1. Я праздную себя: Бога нет нигде, жизнь – здесь и сейчас.

Глава 2. Храбрость: радость жить рискованно.

Глава 3. Блаженство: жизнь за пределами счастья и страданий.

Глава 4. Творчество: высвобождение внутренних сил.

Глава 5. Зрелость: ответственность быть самим собой.

Глава 6. Тантра: высшее понимание.

Глава 7. Экстаз: забытый язык.

Примечание. В названиях глав я использовал названия своих любимых книг Ошо. Особенно мне нравятся книги «Тантра: высшее понимание» и «Экстаз: забытый язык».

Подробности на сайте www.osho.com

Пролог

«Сейчас – время для медитации. Сейчас такое время, когда ничто, кроме медитации, не поможет вам освободиться от ваших страданий. Медитация – это очень простой феномен. Просто, когда у вас есть возможность, сядьте в тишине и ничего не делайте. Расслабьтесь, закройте глаза, наблюдайте за своими мыслями, как будто вы смотрите на экране кино. Вы – просто наблюдатель. Если вы сможете наблюдать за своими мыслями, не вовлекаясь, просто смотреть, как они двигаются на экране, вскоре они начнут исчезать. Это ваша вовлеченность дает им жизненную энергию. Когда вы отстраняетесь и становитесь просто свидетелем, мысли уходят. Это происходит также естественно, как осенью с деревьев падают листья. Вскоре вы удивитесь тому, что экран пуст. Сознание вернется к своему источнику, и это я называю «просветлением». Это блаженство случается здесь и сейчас».

Ошо, «Последний завет», том 5

В 1974 году, в день нашей первой годовщины с Ошо, мы были вместе в его квартире в Вудлендс (в Бомбее). И я спросил его, как ему удастся читать меня как открытую книгу. Ошо улыбнулся и сказал, что после того как он узнал, кто он, он встретил меня, а мы – суть одно. И, смеясь, добавил, что мы оба – Будды, только он – пробудившийся Будда, а я – спящий Будда. «Не очень большая разница, правда?» Никто прежде не называл меня Буддой, так что мне было очень приятно, но спящим Буддой... это был удар по моему юному духовному эго. Ошо поинтересовался, добился ли я каких-нибудь успехов в медитации (до нашей встречи он попросил меня каждое утро в течение 21 дня делать Динамическую Медитацию), и с моих уст слетела знаменитая фраза американского комика Граучо Маркса: «Почти, но не сигара». Ошо сердечно рассмеялся, а я признался, что пока не так много мыслей покинуло мою голову, а сам процесс больше похож на передвижение мебели (мыслей) по дому (уму).

Ошо строго посмотрел на меня и сказал: «Не украшай свою тюрьму».

Со временем я понял, что наш ум – это наша тюрьма. И мы находимся в этой тюрьме до тех пор, пока не увидим, что ум работает на нас, а не наоборот. Мы не можем стать свободными, пока не научимся свидетельствованию. И эта книга именно о том, как стать свидетелем. На самом деле, все довольно просто: в тот момент, когда вы наблюдаете за своими действиями, мыслями и чувствами, вы – и есть свидетель. Свидетель – это и есть вы. Но, чтобы все время помнить, что вы – свидетель, нужно стать очень близким с самим собой. И тогда вы больше не сможете относиться к себе как к прекрасному незнакомцу... А сейчас единственное, что вам нужно, – это любовь и немного осознанности. Но, пожалуйста, не падайте духом, что вы впустую потратили свою жизнь. Вероятно, вы знаете, что ваша жизнь – это путешествие, и целью жизни является само путешествие. Доверяйте себе. Настоящий момент – это дар, поэтому давайте начнем учиться быть свидетелем прямо сейчас. А когда я говорю «вы», я также обращаюсь и к себе. Я – это вы, а вы – это я, и мы – вместе. Вам просто нужно успокоить свой ум, и вы увидите, что ваша личность подобна собаке, бегающей за своим хвостом. Пробудившийся Будда напоминает нам: «Будь спокоен и знай».

«Будьте собой, все остальные роли уже заняты». Оскар Уайльд

На Западе, когда я спрашиваю у друзей: «Ты кто?», в ответ я слышу: «Я – врач, я – юрист, я – вождь индейцев». Я получаю ответ исполнителя, деятеля. На Востоке в ответ на этот же вопрос я слышу тишину... И это – ответ из центра существа.

Вопрос в том, когда же мы из деятелей превратимся в людей? Конечно, человек также является и деятелем, но он действует из своего центра, всегда оставаясь свидетелем. Даже в толпе на базарной площади.

А сейчас я прошу вас вернуться в свою тюрьму, в свой ум. Откройте двери, распахните окна. Позвольте страданиям как ветру обдуть вас. Не цепляйтесь за них. Позвольте блаженству пощекотать вас. И это тоже пройдет. Страдания и блаженство – это всего лишь переживания. Интересно, вам какие переживания больше нравятся? Не выбирайте. Жизнь приходит и уходит, а вы здесь не для того, чтобы украшать свою тюрьму. Сожгите все мосты. Свобода – это наивысшая ценность, она гораздо важнее, чем любовь. Свобода – это способность наблюдать за своими мыслями и не реагировать, это – умение нести ответственность за все, что преподносит вам жизнь. Такое состояние полной осознанности на Востоке называют «за пределами ума». На Западе деятели называют его «войти в раж». В реальности нет ни Востока, ни Запада, есть только жизнь и смерть, и вы – свидетель этой вечной игры.

В этой жизни вам повезло быть человеком, а вместо этого ваш внутренний деятель все время вовлекается в какие-то драмы. Вы поймете, что достигли просветления, когда драмы будут разворачиваться перед вами, не касаясь вас. Сейчас для меня самым важным словом является союз «и»: не Кришна Прем *или* вы, но Кришна Прем *и* вы. Эта книга не о том, как медитировать на Востоке, и не о том, как работать в центре города на Западе. Она о движении... о движении из вашего центра (вашего внутреннего мира) на базарную площадь (во внешний мир) и обратно. Как говорит Ошо: «Бог – это Движение».

Ошо назвал встречу Востока и Запада «Зорба-Будда». Вы осознаете своего Зорбу – вы знаете, что такое получать удовольствие от жизни. А вы можете сохранять бдительность после нескольких бокалов шампанского? А пить шампанское и медитировать? Опять же, для меня это не Зорба *или* Будда, но Зорба *и* Будда. И я с удовольствием выпью за вас, если вы готовы перед тем, как начать собираться на работу, сесть, закрыть глаза и в течение 20 минут наблюдать за своим дыханием.

Да, ваша задача – не стать кем-то в будущем, а помнить, кем вы являетесь прямо сейчас. Жизнь – это не то, что ждет вас в будущем, вы уже живете, и вы совершенны. Пробудитесь и поиграйте со мной. И я сделаю то же самое для вас.

Вступление

Любовь.

Вы попросили мои 10 заповедей. Это довольно сложно, поскольку я против каких-либо заповедей.

И все же ради веселья я написал:

- 1) Не следуйте ничьим приказам, кроме тех, что идут изнутри.*
- 2) Единственный Бог – сама жизнь.*
- 3) Истина находится внутри вас, не ищите ее где-то еще.*
- 4) Любовь – это молитва.*
- 5) Пустота – это дверь к истине, это цель, средство и достижение.*
- 6) Жизнь – здесь и сейчас.*
- 7) Живите пробужденно.*
- 8) Не плывите, теките.*
- 9) Умирайте каждый момент, чтобы каждый момент быть новым.*
- 10) Перестаньте искать. То, что есть – есть. Остановитесь и увидите.*

Ошо, «Чашка чая»

Сорок с лишним лет назад я покинул Америку в поисках себя, и сейчас я на пути домой. Мне потребовалось полжизни, чтобы понять, что я – цельный. Мое путешествие началось в 197... каком-то году, когда я купил билет в одну сторону, билет в никуда.

6

Как только самолет приземлился в Бомбее (в Индии), я испытал удивительное состояние, которое можно назвать не иначе, как «здесь и сейчас». У меня было ощущение, что я вернулся домой – все-таки не случайно Индию называют «Мама Индия». С 500 долларами в кармане (а это были все мои сбережения) и теплотой в сердце я впервые в жизни чувствовал себя богатым.

Я был с Марсией, девушкой, которая в то время была любовью моей жизни. В Бомбее мы встретили хиппи и на их автобусе приехали на какой-то пляж в Гоа. Наш медовый месяц мы проводили на чистейшем песке под деревом кешью в ста метрах от Аравийского моря. Однако после первого глотка местной воды в наши романтические отношения вклинилась какая-то дрянь. В Мексике ее называют «Мечь Монтесумы», в Индии – дизентерией, но я называю ее просто и ясно – «кусок дерьма». Во всяком случае, вскоре именно из-за дерьма наш некогда спокойно плывущий любовный корабль врезался в скалу под названием «дерьмовые отношения»*.

После нашей первой «я ненавижу-твои-кишки» ссоры мы разошлись в разные стороны и в километре друг от друга на пляже стали читать книжки, которые взяли в местной библиотеке. Марсия выбрала «Автобиографию йога», написанную парнем по

*Прим. перев. Игра слов – relation-ship (отношения-корабль) и relation-shit (отношения-дерьмо).

имени Парамаханса Йогананда. Никогда не читал эту книжку и вряд ли буду – в ней, должно быть, не меньше тысячи страниц. Во всяком случае, по ее размеру я понял, что мне стоит подыскать себе для ночлега какую-нибудь собачью конуру и забыть о том романтическом дереве кешью на берегу моря. А у меня была тоненькая книжечка «*Семена Революционных мыслей*» Ачарьи Раджнеша, который позже изменил свое имя на Бхагаван Шри Раджнеш, а затем – на Ошо.

Возможно, вы сейчас подумали: «О, нет! Только не того Бхагавана с 99 «Роллс-Ройсами»! Ненавижу его!» или «Никогда не слышал о нем». Так или иначе, но для меня Ошо – это любовь всей моей жизни. Возможно, у вас нет Мастера, или вы любите другого Мастера, но для меня Ошо – самый красивый и любящий друг из всех, кого я когда-либо знал. На его фоне все другие Мастера выглядят гадкими утятами. Когда вы влюбляетесь в первый раз, разве все остальные люди не кажутся обычными? Но Ошо очень быстро дал мне понять, что Ошо – это первый и последний Ошо, Иисус Христос – это первый и последний Христианин, а моя задача – быть первым и последним Кришной Премом. И именно в этом вся суть: как моей задачей является быть первым и последним Кришной Премом, так и вашей задачей является быть СОБОЙ, единственным и неповторимым!

Видите, на самом деле, это все не про Мастера, а про вас. Мастер – это не человек, возле которого вы оставляете багаж прожитых дней, а указатель пути, палец, показывающий на луну. Очень важно, чтобы каждый из нас стал хозяином своей жизни. Спросите себя сейчас: «Кто является хозяином моей жизни? Кто управляет мной?» И, скорее всего, вы ответите: «Ум». Я пишу эту книгу, чтобы помочь вам понять природу ума, как он работает и как устроен, и показать, что несмолкающая болтовня мыслей в голове – это ЕДИНСТВЕННОЕ препятствие на пути к СЕБЕ, на пути к познанию СЕБЯ.

7

Не случайно в слове «ГУРУ»* две буквы «У»! Первая буква «У» представляет наше маленькое «я». Это то «я», которое просыпается каждое утро, чистит зубы, одевается и идет по делам. Это наша маленькая жизнь, которую мы называем «я». Но также есть еще и наше большое «Я». Это «Я» существует за пределами нашего тела, нашего ума и всего мира. Это – первоначальное «Я», которое можно назвать Богом, Источником или Существованием, как вам больше нравится.

Я пишу эту книгу, чтобы помочь вашему маленькому «я» встретиться с вашим большим «Я», чтобы помочь вам познать себя и осознать, что нет разделения между вашим маленьким «я» и вашим большим «Я». Недостаточно того, что я знаю, что вы – это вы, и другие знают, что вы – это вы. Вы сами должны узнать, что *вы – это вы*, и у вас есть право чувствовать себя неудовлетворенным, пока вы не придете к этому. И только когда вы поймете космическую шутку, что *вы – это уже вы...* вместе с тем вы узнаете, что жизнь – это игра, и вы являетесь актером, и что жизнь вовсе не ужасная штука, и к ней можно относиться с благоговением!

Итак, если вы готовы, давайте начнем.

*Прим. перев. Игра слов – GURU (гуру), U – you (ты).

Мы все чего-то ищем: идеального мужчину или идеальную женщину, чемодан с деньгами, автомобиль с супермощным двигателем, должность генерального директора, ноги, как у супермодели, множественный оргазм... Кто-то бредит о самой дикой, самой бесшабашной вечеринке, а кто-то мечтает о тихой спокойной жизни. Осознаем мы это или нет, но мы всегда находимся в погоне за чем-то. Многие ли ваши знакомые могут, положив руку на сердце, сказать: «Я ничего не хочу». А? Есть хотя бы один? А если сократить ваш список желаний до одного слова, то, что это будет за слово? Любовь? Мир? Счастье? Безопасность? Наполненность? Совершенство? Дом? Просветление?

Удивительно, что все мы *знаем*, что есть что-то большее, только не знаем, что именно, и где его искать. Некоторые думают, что знают, чего хотят, но как только желаемое оказывается перед носом, оказывается, что это не то. И хотя, на первый взгляд, кажется, что у нас у всех разные цели и устремления, на самом деле, все мы ищем то самое первоначальное «Я», которое можно назвать как угодно. Просто каждый из нас ищет его по-своему. У каждого свои знаки и своя скорость. Кто-то плывет по течению и внимательно исследует возникающие на пути препятствия, а кто-то несется против течения и обращает внимание на все мелочи. Тот, кто не любит суетиться, вероятно, предпочтет неторопливое морское путешествие в Китай, а совсем отчаянные запрыгнут в «Восточный Экспресс». Но все мы ищем ответ на один вопрос, который толком даже не можем сформулировать.

И этот вопрос: «Кто я?», и ответ: «Вы – это вы!»

8

Тогда в чем же, спросите вы, смысл искать то, что уже есть? Не глупо ли это? Должен признать, вы правы. Но только лишь потому, что мы читали о чем-то, это совершенно не значит, что мы это *знаем*: между информацией и опытом колоссальная разница. Но почему ж тогда этот поиск настолько сложный и таинственный? Но, на самом деле, он не так-то и сложен, как кажется. Как это ни парадоксально, но путь к осознанию того, что Вы – это Вы, – это самое сложное, и в то же время самое простое, что вы когда-либо делали. Это как прыжок в длину: разбег требует каких-то усилий, но как только вы оказались в воздухе, дальше все происходит само собой!

Забавно, но поиск себя кажется сложным только лишь потому, что мы не привыкли к простым действиям. Представьте, что рыба в океане стала бы искать воду, или мы бы стали искать собственные глаза, или, осветив пещеру фонарем, стали бы искать свет. Все уже есть, и мы знаем, что оно уже там, но только почему-то не можем это найти. Так почему же? Да потому что на нас надеты темные очки, и они как фильтр, который не позволяет нашим глазам ясно видеть. И этим фильтром является наш ум и наше мышление. И пока мы *думаем, что мы знаем*, кто мы, мы так и не сможем узнать, кто мы.

А пока мы не узнаем, кто мы, мы будем продолжать поиск. Пока мы не почувствуем сытость в желудке, мы будем хотеть есть. Пока мы не найдем для себя ответы на вопросы: «Что такое жизнь?», «Что такое смерть?» и «И в чем смысл моей жизни?», мы будем продолжать задаваться вопросами. И только когда ответы найдены, вопросы исчезают. Рыба в океане не испытывает жажду, да и ваше большое «Я» не хочет есть.

«Любовь – это ваше состояние бытия. Любовь – это не отношения. Отношения – это возможность, но любовь не ограничивается отношениями». Ошо

«Ух ты! Вы – это Вы!»* Это звучит так просто и так прекрасно... Но что именно это значит? Мне потребовалось более 60 лет, чтобы прийти к тому моменту, когда я могу сказать, что это значит: «Вы – это уже вы!» Вы уже случились, и этого достаточно. И не нужно никуда идти, не нужно ничего делать и никем становиться. Вы уже абсолютно совершенны и целостны, такие, какие вы есть, просто вы об этом еще не знаете.

И хорошая новость в том, что познать СЕБЯ – не значит что-то создать, построить или стать кем-то другим. Речь идет не об изменении, улучшении или исцелении. Нет никакой необходимости менять старого СЕБЯ на нового СЕБЯ, поскольку вы не являетесь ни ТЕМ, ни ЭТИМ, вы одновременно и ТОТ, и ЭТОТ. Все, что нужно сделать, – это открыть глаза и проснуться, чтобы увидеть свое истинное «Я». По сути, путешествие домой – это не про деланье, речь идет об освобождении от всего того, что вы уже сделали. Просто нужно сойти с поезда мышления, выбросить весь свой ментальный багаж, освободиться от всех идей, которые вам не принадлежат, и остаться обнаженным.

И что самое прекрасное, как только вы познаете себя, вы познаете и всех остальных тоже. Когда вы увидите свои актуальные проблемы, вы увидите, что они есть у каждого. И вы поймете, что то, что мучает вас, также мучает и других. Безусловно, каждый из нас является уникальным, и хотя у каждого свой центральный процессор, оперативная память и схема соединений, все мы устроены одинаково. Итак, если я – это уже я, то вы – это уже вы!

«Ух ты! Вы – это Вы!» (Gee You Are You), сокращенно Г.У.Р.У. Что сказать? Я, как и все американцы, люблю все сокращать и ускорять. Я называю это «орфографией фаст-фуд». Для меня «Г.У.Р.У.» – это как «Л.Д.Н.» для Парис Хилтон: «Г.У.Р.У.» – это Лучший Друг Навсегда. Мы все слышали слово «гуру» и даже купили майки с надписью «ГУРУ», но все-таки, что означает это слово?

В словаре написано, что «гуру» – это религиозный или духовный лидер, или учитель. Это, конечно, замечательно, но я бы хотел воспринимать как гуру любого учителя и проводника, всех, кого я встречаю на своем жизненном пути, так как каждый из нас является духовным. Родители – это наши гуру, братья и сестры – наши гуру, любовники – наши гуру, друзья – наши гуру и даже враги – наши гуру. И даже вещи могут быть нашими гуру. Вот, к примеру, интернет. Когда он начинает тормозить, я понимаю, что мне стоит быть немного терпеливей. И если так смотреть на мир, то все вокруг нас чему-то учит. По сути, все существование является нашим гуру; оно – как всемогущая палка Мастера Дзен, которой он бьет ученика по голове, пока тот не проснется и не почувствует аромат кофе.

Эта книга не о том, как найти своего гуру, и тем более не о том, что я являюсь вашим гуру, а о том, как учиться у самой жизни. И, в самом деле, существование – самый что ни на есть истинный гуру, оно оставляет нас наедине с самим собой и при этом не говорит, что делать. А потом просто внезапно освещает последствия наших действий и мягко указывает дальнейший путь. Я – не Бог, и я – не гуру, я просто делюсь с вами и хочу вам

*Прим. перев. «Gee You Are You» – оригинальное название книги.

показать ваше запредельное «Я». А если вам все-таки нужно навесить на меня какой-нибудь ярлык, тогда считайте меня своим другом, который просто немного осведомлен об испытаниях, которые преподносит нам жизнь.

Эта книга о ВАС. Знаю, иногда вам будет казаться, что она обо мне, но я делюсь своим жизненным опытом, чтобы вы увидели во мне себя, потому что, в конечном счете, нет ни меня, ни вас. И моя логика такова: если я смогу показать вам, кто я, возможно, я смогу показать вам, и кто вы. А как только вы поймете, кто вы, вы начнете видеть космическую шутку, и тогда мы вместе посмеемся от души!

Глава 1

Я праздную себя: Бога нет нигде, жизнь – здесь и сейчас

«Просветление – это не то, к чему нужно стремиться; просветление можно только прожить. Когда я говорю, что достиг просветления, я имею в виду, что я просто решил его прожить. Я сказал себе: «Все! Довольно!», и с тех пор я его проживаю. Это – решение, что с данного момента вам больше не интересно создавать проблемы. Что за глупость – создавать проблемы, чтобы потом решать их! Это же игра, в которую вы играете с самим собой: вы прячетесь, и вы же себя ищете; одновременно вы являетесь обоими игроками. И вы это знаете и понимаете! Но так и должно быть, ведь это ваша собственная игра: вы прячетесь и ждете, когда вы сможете начать искать и найти себя».

Ошо, «Древняя музыка в соснах»

Вам, должно быть, интересно, что это за парень такой Кришна Прем, и на каком основании он будет рассказывать мне обо мне? Так позвольте представиться и познакомить вас с моим «Я – это я!» С самого первого дня на этой планете я был искателем и бунтарем. Я всегда чего-то искал и чувствовал, что я какой-то другой, не такой как все дети, которых я знал, и не такой, как мои родные братья и сестры. Не знаю, может, со всеми так? Но, определенно, я чувствовал себя каким-то странным, как будто я чему-то не соответствовал. Возможно, это происходило, поскольку в нашей семье я был младшим из шести детей, а мои родители были значительно старше родителей моих друзей, хотя меня и назвали вполне приличным именем – Майкл.

Помню, что находясь в утробе матери, слышал, как моя сестра сказала, что решила выйти замуж, а мама, смущаясь, попросила: «А ты не могла бы немножко подождать, хотя бы пока не родится Майкл?» И вот я появился на свет в семье, в которой моя сестра была на 19 лет старше меня, а моя мама – на 19 лет старше ее. Сразу после моего рождения сестра вышла замуж, переехала к мужу и стала жить своей жизнью; а мама узнала, что у нее рак груди и что вскоре умрет.

И вот я, годовалый младенец, остаюсь без матери, и ответственность за мое воспитание берет на себя моя вторая старшая сестра Филлис. Конечно, я совершенно не помню свою маму, но очень много моих теплых воспоминаний связано с моей сестрой, которую я называл «мама». И хотя я любил ее как мать, даже в детстве я нутром чувствовал, что она – ненастоящая мать. Мой отец был богатым человеком в маленьком городке (я бы даже сказал, важной персоной местного масштаба) и настоял на том, чтобы Филлис не работала, а сидела дома и занималась только мной. Вы можете себе представить, насколько причудливой была ситуация: мой отец – это мой отец, моя «мать» – это моя сестра, при этом моя «мать» также приходится дочерью моему отцу! И, конечно, поскольку мои «родители» не были мужем и женой, они и вели себя не как муж и жена. А когда они ссорились, а это происходило довольно часто, они никогда не целовались и не выпускали свой пар через секс.

«При выборе партнера смотрите не на тело, а на суть человека. Смотрите, анализируйте. Рано или поздно вы встретите человека, который вам подходит». Ошо

И хотя у меня было довольно комфортное детство, я не получил должного воспитания; и хотя я получал определенную любовь и заботу от своей сестры-мамки, я не чувствовал той безусловной любви и принятия, которую может дать только мать. Когда мне было девять лет, умер мой отец, и я помню, как мне стало легко от мысли, что его больше не будет рядом, и что я могу быть наедине со своей сестрой-мамкой. Мы никогда не были близки с отцом, наверное, потому что он всячески избегал этого. Но я помню, как он часто смотрел мне в глаза и говорил: «Однажды я научу тебя всему, что знаю!» Но этот день так никогда и не наступил.

И только много лет спустя я подумал: «Боже мой! Наверное, мне не стоило так радоваться, что у меня нет родителей!» Может, другие дети, и в самом деле, были расстроены, если рядом не было родителей, но я чувствовал себя вполне нормально. Может, именно поэтому я всегда и воспринимал себя немного странным, немного сумасшедшим: я всегда все делал не как все и смотрел на мир иначе. Я смеялся, когда другие плакали, и видел юмор в каких-то совсем уж безрадостных ситуациях. Думаю, именно поэтому я так рано начал задаваться вопросами о смысле жизни и так рано начал искать себя.

Как я уже говорил, с самого раннего детства мне была интересна жизнь. Я хотел знать, откуда я пришел, и откуда пришли все остальные. Помню, когда мне было 13 лет, местный раввин постоянно говорил мне, что Бог был евреем, что он, раввин, – еврей, и я, Майкл, – тоже еврей! Но вместо того, чтобы согласиться и умолкнуть, я продолжал задавать вопросы: «А кем был Бог до того, как стал евреем? А кем были вы, ребе, до того, как стали раввином?» Игнорируя все мои вопросы, он отвечал: «Это не твое дело. Просто получи хорошее образование, стань адвокатом и женись на хорошей еврейской девушке». И хотя мне совершенно не нравилась такая перспектива, мне пришлось смириться с тем, что я должен учиться в бизнес-школе.

И я учился, и получил хорошее образование, и благополучно закончил бизнес-школу со степенью бакалавра. Я, конечно, станцевал свой фанданго*, но Бог мой, это был не я! Меня совершенно не интересовало, как возник мир, и когда именно была подписана Великая хартия вольностей (Магна Карта) – в 1512 или в 1215 году? Мне было абсолютно все равно, что происходило сотни, тысячи и миллионы лет назад. Меня совершенно не волновала мода XVI века, и что динозавры ели на обед. Меня интересовало только, откуда я пришел, и кто я. И в глубине души я думал, что остальных это тоже интересует. Не поймите меня неправильно, я вовсе не считаю, что образование – это зло, я просто думаю, что желание узнать себя является настолько же естественным, как и желание узнать обо всех странных и удивительных вещах в этом мире.

Кроме проблем с образованием, у меня была еще проблема с весом. Мне приходилось глотать таблетки для похудения и совершать долгие прогулки, во время которых я думал о смысле жизни. Меня интересовало только, откуда я пришел, и кто я. Эх, не так-то просто быть молодым человеком!

* Прим. перев. Фанданго – испанский парный танец, исполняемый под аккомпанемент гитары и кастаньет.

«Когда секс становится осознанным, рождается любовь, и это уже не похоть. Любовь приносит свободу, а похоть просто создает для вас тюрьму». Ошо

Каждый раз, когда я приезжал из Индии и навещал свою семью, я делился тем, что узнал на Востоке и никогда раньше не слышал на Западе. И каждый раз возникал какой-нибудь курьез. Однажды я рассказал сестре Марджи, что в Суфийской традиции считается, что если перед смертью у человека есть пять друзей, то он не зря прожил свою жизнь. На смертном одре человек поднимает руку (каждый палец на руке символизирует одного друга), и Суфийский Мастер говорит ему: «Если ты покидаешь тело, и у тебя есть пять друзей, ты прожил счастливую жизнь». Марджи посмотрела на меня и воскликнула: «Так мама же всегда это тебе говорила!» Странно, я никогда не слышал ничего подобного от моей сестры-мамки, а если она это и говорила, то, очевидно, в разгар моего переходного возраста – до 12 лет я бы точно запомнил. В раннем детстве я вообще ничему не научился. Никто мне ничего не рассказывал, и все говорили только, что я должен быть ребенком. И в моей жизни не было никакого другого смысла, кроме как быть молодым. И у меня даже шанса не было подумать, что я уже тот, кто я есть.

Таким образом, все мое существование сводилось к тому, чтобы принимать пилюли для похудения, подолгу гулять и созерцать жизнь. Но мои вопросы продолжали меня мучить, а поиск ответов продолжался еще много-много лет.

Когда мне исполнилось 28 лет, я уехал в Лондон, чтобы стать легальным наркодилером. А за два года до поездки в Индию я работал барменом. О том, что я собираюсь в Индию, своей семье я не сказал ни слова. Даже мой переезд в Европу казался им ужасно рискованным. Конечно, из Индии я давал им о себе знать, но они думали, что я в Лондоне или Париже. В Индии я находил какого-нибудь европейца, который собирался ехать домой, и просил его отправить открытки моим родным, просто чтобы лишний раз их не нервировать.

13

Я никогда не слышал, чтобы кто-нибудь говорил: «Я чувствую – следовательно, я существую», но если бы и слышал, то сказал бы, что это чушь полная! Я убедился в этом на собственном опыте. Большую часть жизни я думал, что мои чувства – это я! Я воспринимал себя этаким грустно-веселым клоуном, на долю которого выпали все эти взлеты и падения. А в определенный период жизни я думал, что я – это ненависть и отвращение, которые я испытывал к себе. Это было жалкое время под названием «война с самим собой», и началось оно, когда меня призвали в Американскую Армию для службы во Вьетнаме.

Проблема в том, что я совсем не хотел воевать. Я не мог найти ни одной причины, чтобы воевать, и ни одного врага, которого мне бы хотелось убить. А мне *нужно было хотеть* сражаться против собственной армии! Так что я прошел через весь этот процесс под названием «военный трибунал», и это было довольно сложно, поскольку я служил в Армии Американского Резерва, по крайней мере, до тех пор, пока военный психиатр не признал меня сумасшедшим и тут же не выгнал из армии. А если тебя выгоняют из Армии Американского Резерва, то ты автоматически вылетаешь из Американской Армии. Но и в Американской Армии я был не у дел, поскольку был признан сумасшедшим.

Пять лет я находился в подвешенном состоянии, пока власти решали, что со мной делать. Можете себе представить, насколько нерадостным был этот период моей жизни, и каковы были мои мысли и чувства. Я не хотел воевать, но в то же время я не был в

«Говорят, Бог вездесущ, но мы всегда думаем о Нем как об отшельнике». Эмили Дикинсон

восторге от того, что не буду сражаться за свою страну. И... с одной стороны, я не желал встречи с врагом, но с другой стороны, я думал, что этот враг мог бы меня чему-нибудь научить. Я не хотел служить в армии, и армия не хотела меня, но и репутацию мне портить не хотелось. В итоге через пять лет я, наконец, получил увольнение и до сих пор горжусь записью в своих документах: «Майкл Могул непригоден для военной службы». Парни, вы все правильно поняли!

Я забрал свои документы и поехал в Англию. В Лондоне единственная работа, которую я мог получить, была работа барменом. И вот я наливал стакан за стаканом своим клиентам и стакан за стаканом себе нелюбимому, пока не оказывался в счастливом забытии вместе со всеми посетителями бара. Многие из моих клиентов были, действительно, прекрасными людьми, я уважал этих парней: они воевали во Второй Мировой, на их телах были следы ожогов. И чем больше я общался с ними, тем больше я им завидовал – они сражались за родину, чувствовали благословение родины и могли пить за родину, а я так и не смог сделать для страны то, о чем она меня просила.

И чем больше я разговаривал с этими парнями, тем глубже боль проникала в мое сердце, и в один прекрасный день я просто не выдержал: я напился и купил билет в Индию. Билет в один конец. Правда, это было не так спонтанно, как может показаться. В Англии, когда заканчиваешь работу в 2 часа ночи, единственное место, куда можно пойти поесть, – это индийский ресторан. Так что мой день часто заканчивался в индийском ресторане, где я наслаждался обилием блюд индийской кухни и общением с приятными людьми. И однажды вместо того, чтобы пойти в ресторан, я сел в самолет!

14

Я работал барменом в отеле «Корабль» в Шеппертоне, пригороде Лондона. Я брал только ночные смены, а днем работал на стройке и таскал по шесть кирпичей вверх-вниз по лестнице. Через несколько недель я стал очень мускулистым. Когда я устроился на эту работу, я был 1,79 м в высоту, а когда сажился в самолет в Индию, еще и 1,79 м в ширину. Я был похож на кирпичный сортир.

С таким телом в коммуне я получил работу одного из телохранителей Ошо. Но я не столько охранял тело Ошо, сколько носил его кресло для сатсанга. Чем дальше на Восток, тем выше кажутся 1,79 м, кроме того, в Индии редко увидишь мускулистых парней – мышцы-то нарастают в результате тяжелых физических нагрузок.

Ошо пригласил всех своих санньясинов в медитационные лагеря, которые он тогда проводил по всей Индии. Между двумя такими лагерями я решил провести месяц в Непале. Считается, что Гималаи – сравнительно молодые горы, и их процесс роста продолжается. После встречи в Индии со своим первым бого-человеком меня поразила абсолютная красота этих пиков-младенцев. Для меня пребывание в Гималаях было равносильно встрече с Богом, созерцанию Его творения в действии. Всю свою жизнь я был городским мальчишкой, и мое представление о чистоте сводилось к еще не открытой в супермаркете банке «Кока-Колы». Раньше я никогда не видел природу в ее первозданном виде. Я из тех, кто вначале увидел Гималаи, и только потом родные Скалистые Горы: мои уроки жизни начались вдали от места моего рождения. Сейчас-то я знаю, что если вы познаете одну розу, вы познаете и все тайны Вселенной, но в молодости мне было просто необходимо покорить вершину мира и отморозить там себе задницу. В Непале я питался

только рисом, фасолью и индийским чаем и был настолько очарован жизнью, что даже не знал, что был сражен дизентерией. Я потерял все мускулы, приобретенные во время работы носильщиком кирпичей, осталось только мое пузико, с которым я родился и с которым умру, мой маленький животик Будды. Когда через месяц пришло время возвращаться к Ошо, я с легкостью пробежал 20 км вниз с горы, скользя по мелким камушкам, словно лыжник по снегу. Ошо очень удивился при виде моего стройного тела, а я чувствовал себя прекрасно без лишних 14 кг, замедлявших мои действия. Но я больше не получил работу носильщика кресла Ошо.

В Непале меня покорили не только горы, но и сами непальцы; самое главное в них – это их улыбка. И как сказал мне один непалец: «Для улыбки нужно меньше мышц, чем чтобы хмуриться».

На верхнем этаже нашего отеля был маленький бар, где можно было поправить здоровье после многочасового распития спиртных напитков. В отеле было шесть спален и четыре бара, и эти шесть спален предназначались для клиентов этих четырех баров. Частенько клиенты полностью теряли самообладание и забывали, что они – англичане. Тогда всего за 25 фунтов плюс налоги на следующее утро они могли об этом вспомнить. Разница между медитацией и опьянением заключается в осознанности, но до того, как я это понял, мне было суждено поработать барменом и познакомиться с алкоголем. Когда клиент уже с трудом держался на ногах, я развлекался тем, что строил догадки, сколько он еще протянет, пока не рухнет на пол, и его не придется нести в одну из спален. Сейчас, когда я уже являюсь великим медитатором, я понимаю, что интоксикация – это право человека по рождению, и иногда от происходящего вокруг стоит отключаться. Только благодаря медитациям я понял, в чем разница между «одним и множеством» и осознанием единства. Если бы я не встретил Ошо, я бы точно стал своим самым лучшим клиентом. И сейчас я с удовольствием за это выпью.

15

Однажды я укладывал спать одного из моих постоянных клиентов. Он напился и стал петь, но вместо: «В Его руках весь мир» у него получилось: «Весь мир в моей руке». Не такая уж и значимая эта история, но я помню, что осудил этого человека. Хотя тогда я и был атеистом, я был очень высокомерным. Добро пожаловать в Западную обусловленность. Представляете, как я удивился, прочитав у Рамана Махарши: «Не ты появляешься в мире, а мир появляется в тебе». Когда на Востоке вас шокирует какой-нибудь бого-человек, вы смотрите на него как на пьяницу, при этом зная, что в словах пьяного всегда есть доля правды.

А как вы думаете, возможно ли такое, что это мир появляется в вас, а не вы появляетесь в мире? Я спрашиваю у вас, поскольку я до сих пор медитирую над этим и не знаю ответа. И я задам вам еще один вопрос: «Вы существовали до вашей обусловленности, или вы появились на свет вместе с вашей обусловленностью?» Другими словами, кем вы были за девять месяцев до вашего рождения и первые три года после рождения? До того, как вы научились говорить «нет», ваши родители напичкали вас своими страхами, ложными убеждениями и своей религией, не оставив места для вас. До трех лет вы могли либо соглашаться со всей этой чепухой, которой были забиты все клеточки вашего тела, ума и души, либо бунтовать против всего этого, не зная, кто вы такой. Слова «медитация» и «медицина» имеют один и тот же корень. Вы обращаетесь к

«Будьте реалистами, планируйте чудо». Ошо

медицине, чтобы вернуть здоровье своему телу, и вы обращаетесь к медитации, чтобы вернуться к себе, к тому «Я», которое существовало до того, как ваши родители вас зачали. Знаю, что эта новость может вас разозлить, но самым честным, самым искренним в вашей жизни было время до того, как вас зачали. А сейчас вы – лучший робот, которого создали ваши родители, священники и политики. И если от этой мысли вам не стало скверно, я назначаю вам встречу в баре отеля «Корабль», и не ждите меня, просто начинайте пить.

Я стоял на пороге дома моей сестры-мамки в оранжевой пижаме, с малой на шее (которую в то время носили все санньясины Ошо), с бородой до колен, всклокоченными волосами и блеском в глазах: я выглядел лет на сто, не меньше, и узнать меня было просто невозможно. Трясаясь от страха, я позвонил в дверь. Дверь открыла моя сестра-мамка и, оглядев меня с головы до пят, промолвила: «Я всегда знала, что это с тобой произойдет!»

Полагаю, именно так говорят все родители, когда точно знают, кем вырастут их дети. Я так боялся ее шокировать, но она даже ничуть не удивилась. Да, довольно сложно обмануть свою маму, даже сестру-мамку. Кроме того, она всегда знала, что меня не интересуют материальные вещи и единственное, что меня занимало, – поиск ответа на вопросы: «Кто я?» и «Откуда я пришел?» Мне очень понравилось то, что она мне сказала – она, на самом деле, меня чувствовала.

А потом она призналась, что ей всегда было со мной сложно, поскольку я никогда не задавал простых вопросов, например: «Сколько будет два плюс два?», но все время спрашивал: «Откуда я пришел?» и «Куда я иду?» С 13 лет (после бар-мицвы) у меня появилась возможность задавать эти вопросы своему учителю – раввину, но меня абсолютно не устраивали его заготовленные ответы. А однажды моя сестра-мамка сказала, что в прошлой жизни жила в Египте. Меня это очень развеселило, и я переадресовал ей вопрос когда-то заданный мне Ошо: «Когда ты отпустишь свое прошлое и будущее ради настоящего?» Ошо я не смог ответить – тараканы в моей голове на общем собрании решили помолчать. Ну разве это не смешно, насколько более интересным нам кажется все, что угодно, кроме настоящего момента? По крайней мере, для меня это было именно так до встречи с Ошо.

Представляю, каково было моей сестре-мамке, когда оказалось, что ее единственный сын Брайан такой же чокнутый, как и я. Он родился без одного нижнего позвонка, и когда ему был 21 год и он учился в колледже, врачи настоятельно рекомендовали ему сделать операцию на позвоночнике и год пролежать в корсете. Он согласился, но за несколько часов до операции его пришел навестить друг, профессор колледжа, и предложил провести часовой сеанс гипноза, чтобы расслабить тело перед операцией. Брайана настолько поразил результат гипноза, он почувствовал себя настолько расслабленным, что без промедления заявил профессору: «Операции не будет. А я стану целителем». Окончив колледж со степенью бакалавра по психологии, Брайан на мотоцикле через всю страну поехал к доктору Милтону Эриксону, отцу современного гипноза.

Милтон Эриксон тоже в течение многих лет страдал от болей в нижнем отделе позвоночника – у него был полиомиелит. Эриксон сказал Брайану, что согласен взять его в ученики, если тот получит степень доктора психологии и будет ходить в спортзал: без ученой степени никто не будет его воспринимать серьезно, а без тренировок невозможно накачать пресс, что необходимо для исцеления позвоночника. Брайан оказался на высоте – он стал гигантом в области самогипноза и из слабака весом 40 кг превратился в настоящего культуриста. Брайан и Милтон часто давали друг другу сеансы одновременного гипноза, и в скором времени Милтон Эриксон стал не только наставником Брайана, но и другом. Однажды Эриксон сказал моему брату: «Мы можем уменьшить твою боль со 100% до 10%, а оставшиеся 10% будут твоим гуру. Если твоя боль дойдет до 25%, перестань помогать другим, и займись собой». И вот уже более 35 лет Брайан следует этому совету.

Я даже не могу себе представить, что чувствовала моя сестра-мамка, когда я остался с Ошо и углубился в медитацию, а мой брат последовал за сумасшедшим по имени доктор Милтон Эриксон; один ее сын ушел на Восток, а другой – на Запад. Позже Брайан защитил докторскую диссертацию по психологии, а я создал коммуну Ошо в Калифорнии. Ашрам «Гитам» был первым ашрамом Ошо в Америке. И я был его отцом-основателем. С талоном на питание, эквивалентным одному доллару, и с любовью в сердце, в 1975 году я начал деятельность для Ошо в Америке. Когда Ошо приехал в Америку в 1981 году, «Гитам» был продан, и меня пригласили жить в коммуне Раджнишпурам в штате Орегон. Сейчас «Гитам» называется «Курорт-ранчо «Ленивая Ящерица» и выставлен на продажу за три миллиона долларов. Господи, как же обесцениваются деньги! О «Гитаме» я еще расскажу, сейчас о Брайане. Брайан жил в Сан-Диего, а Эриксон – в Аризоне. Часто Брайан по дороге к Эриксону на своем мотоцикле заезжал ко мне, чтобы вместе поужинать, а после полуночи срывался и мчался в Аризону на завтрак с Милтоном. Каждое утро Брайан боялся, что Эриксон не протянет до вечера – так плохо он выглядел. После завтрака Эриксон давал себе часовой сеанс гипноза, и это заряжало его энергией на целый день. Брайана всегда поражало, как Эриксон мог с 9 утра в течение восьми часов принимать пациентов и быть при этом абсолютно живым, а в конце дня снова чувствовать себя на грани смерти. Так работал Эриксон. Помню, Брайан рассказывал, как однажды Милтон спросил его: «Что ты думаешь о нашем сегодняшнем маниакально-депрессивном психозе?» Брайан почесал голову, не зная, что ответить, и Милтон продолжил: «Я про первую пару, которую мы видели сегодня утром: мужчина же – абсолютный маньяк, а жена его страдает депрессиями». Брайан был студентом Эриксона до конца его дней.

Когда я был в Пуне с Ошо, я узнал, что моя сестра-мамка умирает от латерального амиотрофического склероза, также известного как болезнь Лу Герига. Перед тем, как поехать домой, чтобы отдать ей последний долг, я пошел на прощальный даршан с Ошо. Я сказал Ошо, что мы с мамой часто вместе пели, и спросил, будет ли правильным попеть с ней звук тишины «АУМ»: я хотел спеть с ней что-нибудь простое, поскольку у нее были проблемы с дыханием. Ошо сказал, что лучше будет петь просто звук «О», поскольку в такой чувствительный период, на пороге смерти, лучше не обманывать жизнь, и лучше просто петь звук «О»: это даст удивительные результаты и будет более честным. И вот я сижу в палате моей сестры-мамки и пою звук «О». К сожалению, она не смогла присоединиться ко мне, но это было не так важно – мы очень хорошо друг друга чувствовали. Когда к ней пришла медсестра, чтобы ее помыть, я пошел в ванную и, сидя

на толчке, продолжил петь звук «О». Боль, разочарование и любовь, которыми я был переполнен, трансформировали звук «О» в песню «АУМ». Потом я вернулся к маме и просто молча взял ее за руку. В Америке процесс смерти длится вечность. Мы продлеваем друг другу жизнь с помощью медицины, больше с помощью медицины, чем с помощью медитации. Мне нужно было возвращаться в «Гитам», и мой старший брат Макс отвез меня в аэропорт, где я собирался купить за 99 долларов билет до Лос-Анджелеса. Несмотря на то, что у мамы была медицинская страховка, брат предложил, чтобы каждый член семьи каждый месяц скидывался по 100 долларов на ее лечение. В глубине души я знал, что *будет* только один такой месяц. Когда мы приехали в аэропорт, я достал из кармана и отдал брату свою последнюю столларовую купюру. Макс спросил, хочу ли я, чтобы он побыл со мной до начала регистрации на рейс, но я ответил, что хотел бы остаться один. Как только его машина скрылась из виду, я вышел на дорогу, вытянул руку, поднял большой палец и автостопом от Международного Аэропорта Орlando поехал в сторону Диснейленда. И хотя мое настоящее имя – Майкл Могул, в такие моменты, как этот, я чувствую себя больше Микки Маусом. Смерть настолько сюрреалистична! Смерть моей мамы казалась мне нереальной. У меня не было денег, чтобы спать в гостиницах, и я спал в машинах: я ездил автостопом больше трех дней и проехал, наверное, километров пятьсот. Моя мама ушла из тела до того, как мне нужно было заработать 100 долларов.

Как видите, меня всегда привлекало что-то глобальное, само существование, а не что-то незначительное, типа меня самого. Я всегда знал, что жизнь – это нечто большее, чем кажется на первый взгляд. В отличие от моего отца, который был счастлив в своем маленьком пруду, я всегда чувствовал, что есть гораздо больший водоем, в котором можно плавать. Я делюсь с вами своим опытом вовсе не для того, чтобы вы последовали моему примеру: бросили все и уехали в Индию в поисках гуру. Тем более что, по правде говоря, не вы ищете гуру, а гуру ищет вас. Я сделал то, что было нужно мне, а вам, возможно, нужно что-то другое. Может быть, вам нужно встать на четвереньки и исследовать окружающий мир как младенец: смотреть на все как в первый раз? Или пройти пятилетний курс терапии, или поехать в Гималаи и попросить бородатых мудрецов открыть вам все тайны Вселенной? Я не знаю. Только вы знаете, что вам нужно, только вы знаете, что сработает у вас.

Я не призываю вас к экстравагантным поступкам, я не призываю вас резко менять свою жизнь, просто отключитесь немного от повседневности и исследуйте саму жизнь и себя: кем вы, на самом деле, являетесь. Для этого не нужно 40 лет жить в Индии, можно продолжать сидеть в своем кресле. Во все не обязательно иметь гуру, а вот беспристрастность и чувство юмора очень даже пригодятся. Все мы направляемся к выходу, и все мы возвращаемся домой, и хотя мы едем в разных поездах, конечная станция у нас одна.

Я жил в разных странах, и во всех квартирах, которые я снимал, был газ. В Бостоне, когда ко мне пришел газовщик, чтобы включить газ, я спросил его за чашкой кофе: «А ты этим живешь?» На что он воскликнул: «Да ну что ты! Конечно, нет! По вечерам я учусь в Бостонском Университете! Я хочу получить степень по истории искусств. Я хочу стать профессором!» В Бостоне все люди вне зависимости от того, чем они занимаются сейчас,

Вы слышали о безграмотном йоге, который повсюду бродит и воспекает «МУ»?

хотят быть профессорами. И вот я приезжаю в Калифорнию, в Лос-Анджелес, снимаю небольшую квартиру, ко мне приходит газовщик, я наливаю ему травяной чай и спрашиваю: «А ты настоящий газовщик?» А он мне: «Да нет, конечно! По ночам я пишу сценарий! Я хочу быть сценаристом в Голливуде, а потом стать режиссером. Лучший способ стать режиссером – это вначале быть сценаристом». В Лос-Анджелесе все собираются стать актерами и сценаристами, а если они таковыми не являются, они хотят, чтобы их таковыми считали: ну уж для второстепенных-то ролей таланта у них точно достаточно.

Я много лет провел в Европе: работал, встречался с девушками. В Европе, если вы кому-то скажете, что он ваш друг, на вас посмотрят с удивлением – чтобы стать друзьями, нужно очень много времени. У европейцев есть разные слова для обозначения разного рода друзей. И если вы с кем-то поболтали в кафе за чашкой кофе или даже с кем-то переспали – это вовсе не значит, что теперь вы – друзья. Даже после хорошего секса девушка может вам сказать: «А тебе не кажется, что ты слишком торопишься? Секс – это не повод считать нас друзьями». Европа – это другой мир. Я обожаю, когда европейцы, приехав в Америку, испытывают свою долю культурного шока. Скажем, девушка переходит дорогу по наземному переходу, сигнал светофора вот-вот сменится на красный, ее уже почти сбивает какой-нибудь лихач, и тут невесть откуда взявшийся прекрасный незнакомец вдруг спрашивает: «Вы как?» Бог мой, европейцы, впервые услышав этот вопрос, испытывают такое эмоциональное потрясение, что готовы дать на него развернутый ответ. Как я? А вот так-то и так-то. Им даже в голову не приходит, что этот вопрос вообще ничего не значит. Американцы используют этот вопрос как приветствие, они не ждут ответа. И пока европейцы не привыкнут к этому вопросу, они кажутся нам несколько неадекватными.

19

Да, так вот, несколько лет спустя я вернулся из Индии в Бостон. На мне была оранжевая пижама (тогда все санньясины Ошо носили оранжевые пижамы), моя борода была ниже пупка, я выглядел абсолютным дикарем, мои глаза светились, и я был влюблен. У меня не было ни гроша: собственно, поэтому мне и пришлось вернуться в Штаты, чтобы заработать немного денег. И вот в таком виде, трясясь от страха, я стоял на пороге дома моей сестры-мамки, и она открыла мне дверь со словами: «Я всегда знала, что это с тобой произойдет». Я знаю, что люди, которые едут на Восток в поисках Мастера, считают, что совершают очень креативный поступок, но когда они его находят, Мастер им говорит: «Знаешь, это не ты меня нашел, это я тебя позвал, и ты услышал мой зов». Мне ужасно это нравится. В какой-то степени это касалось и моей сестры-мамки. Она всегда знала, что в ее доме живет очень странный мальчишка, далекий от материального мира, которого не интересует ничего, кроме того, кто он, откуда он взялся и куда идет. И мне было очень приятно услышать от нее, что она всегда знала, что это со мной произойдет, потому что она *была* одной из тех немногих, кто знал, что со мной будет.

Я помню очень странную историю. Когда мне было 16 лет, мои две сестры друг с другом не разговаривали. У меня были водительские права, но, конечно, не было машины, и иногда мои сестры давали мне свои машины – они были озорные девчонки и прекрасно знали, сколько радости в 16 лет доставляет вождение. Но единственная

«Будьте собой, не пытайтесь кем-то стать. В этих двух словах, «быть» и «стать», заключена вся ваша жизнь». Ошо

ситуация, при которой ни одна из них не давала мне свою машину, – когда я хотел навестить другую сестру. Просто в то время они не любили друг друга. Так что от дома одной сестры до дома другой мне приходилось ехать автостопом. Я был счастлив, когда меня подвозила девушка по имени Элинор (и она стала моей первой девушкой). И вот сейчас мне 50 лет, и я хочу навестить своих сестер, и хотя они теперь ладят друг с другом, у них просто нет времени одолжить мне машину.

И вот я, 50-летний парень с длинной бородой и седеющей головой, теперь уже в мароновой пижаме, стою и голосую на дороге. Я никуда не тороплюсь. Время не имеет значения. И я ловлю себя на мысли, что было бы ужасно смешно, если бы меня подвезла Элинор. Я не видел ее 30 лет, не знаю, где она живет и как выглядит. Я только знаю, что, она вышла замуж, по крайней мере, один раз – за парня, который был у нее после меня. Собственно, ради него-то она меня и бросила. И я никогда ее не прощу, даже в свои 50 лет. Это ужасный поступок, Элинор. И вдруг я вижу, как универсал с симпатичной женщиной за рулем и двумя детьми резко разворачивается и останавливается около меня. И это Элинор! Конечно, мы оба в шоке. Я сажусь к ней в машину, мы смеемся и вспоминаем нашу первую встречу. Это было так прекрасно: мы как будто заново ее прожили. Это было очень забавно. И в тот момент между нами тоже была энергия, но, конечно же, мы не пошли дальше. Кстати, этой историей я вовсе не хочу сказать, что, благодаря медитации, я стал обладать сверхъестественными способностями, и вы не станете экстрасенсами, просто потому что медитируете.

Это вовсе не про это. Это было просто совпадение, и это был один из тех запоминающихся моментов, которые вы знаете, что обязательно используете в своей книге, если когда-нибудь соберетесь ее написать. Хотите – верьте, хотите – нет, но Элинор, не спросив, куда я еду, привезла меня к дому моей сестры – она точно знала, куда мне надо. Это было очень смешно, и мы посмеялись от души. Конечно, Элинор была в разводе и недавно стала встречаться с новым парнем, и я не знаю, что было дальше, потому что больше мы не общались. Уверен, что в вашей жизни тоже было что-то подобное.

Моя мать умерла рано, мой отец умер рано. Даже Филлис, моя сестра-мамка, умерла рано. А мне уже 50 лет, и я все еще жив. И вот я говорю себе: «Боже мой! Пришло время пересмотреть свою жизнь». Когда я встретил Ошо, я почувствовал, что путь медитации мне подходит, к тому же ничто не предвещало, что я перестану быть самым неблагополучным в своей семье. И вот мне 50 лет, я все еще жив, и я есть. И мне нужно пройти «Праймал», группу Первичной Терапии по исцелению травм детства, и пересмотреть всю свою жизнь. И вот я сижу в комнате, один, моего отца уже нет в живых, моей матери нет в живых, моя сестра-мамка тоже умерла, и к этому моменту даже мой гуру уже ушел из тела. И мне нужно столько всего проработать! Тот, кто прошел «Праймал», знает, какой это жуткий процесс. И через несколько дней мучений терапевт мне говорит: «А теперь мы начнем все с самого начала, поскольку в твоей жизни все так перемешано! Только сейчас я четко понимаю, насколько нам важно различать двух твоих матерей. Тебе нужно посмотреть свои отношения с каждой из этих женщин».

«Тот, кто утверждает, что видит женщин насквозь, многое теряет». Граучо Маркс

Я вспомнил, как однажды в детстве мы играли в какую-то игру. А терапевт мне говорит: «Знаешь, а ты никогда и не был ребенком. Поскольку у тебя не было родителей, с детства ты был вынужден сам о себе заботиться. И эта программа до сих пор в тебе. Давай поиграем и посмотрим, что получится, возможно, нам удастся прикоснуться к твоим чувствам». И мы стали играть с клубками пряжи. Мы сделали большой круг, в верхней части круга мы поместили маленький клубок пряжи, символизирующий мою маму, а в нижней части круга – маленький клубок пряжи, символизирующий меня. Мы были просто двумя маленькими клубками пряжи в большом круге, представляющем жизнь. Между нами был большой клубок, символизирующий мою сестру-мамку, он разделял два маленьких клубка, а по сути, тянулся от одного конца вселенной до другого. Я взял этот клубок пряжи, сделал из него мячик и выбросил за пределы круга. И когда остались только два клубка, я внезапно почувствовал свою маму. Я совершенно ее не помнил, но вдруг физическое ощущение, которое на меня накатило, позволило мне соприкоснуться с моей настоящей мамой – впервые в жизни я ее чувствовал. Вы назовете это эзотерикой? Скажете, что это невероятно, что сын может впервые почувствовать свою мать только в 50 лет? Возможно, вам даже жаль меня, но это была абсолютная радость от того, что я, наконец, ее чувствовал. Я бы даже сказал, что эта абсолютная радость была смешана с грустью, что все осталось в прошлом. Но я никогда не думал, что это вообще может произойти, и сейчас я не только был наполнен любовью к ней, но и ощущал ее боль перед уходом. Я почувствовал ее любовь к моему отцу и желание перед смертью больше общаться с ним, чем со мной. Конечно, это все слова, но я, наконец, проживал единство. Вы скажете: «О, бедный маленький Кришна Прем, бедный маленький Микки, как ему, должно быть, было тяжело в тот момент». Но мне не было. Я, наконец, смог принять, что маме нужно было проститься со многими людьми, не только со мной. Она прожила с моим отцом 25 лет, у них было шесть детей, и она умирала. И перед смертью она поручила меня моей старшей сестре. Именно это я и чувствовал. И знаете, возможно, я абсолютно неправ даже по поводу этого чувства, не говоря уже о духовных аспектах, но реальность была такова, что мама передала меня моей сестре и не хотела вмешиваться в эти отношения. Правда, я думаю, она могла и не знать, что я никогда не воспринимал свою сестру-мамку как реальную маму, я воспринимал ее как своего рода десерт. Я называю это «любовным десертом», поскольку считаю, что основные блюда дает реальная мать.

Сейчас вы можете закрыть эту книгу со словами: «Господи, я читаю книгу о медитации, написанную человеком, у которого никогда не было матери». Но, знаете, и у вас тоже никогда не было матери. Вы думаете, что у вас есть мать, вы привыкли к мысли, что родившая вас женщина является вашей матерью, но хочу вам напомнить, что нет того, у кого могла бы быть мать, и нет матери, у которой могли бы быть сын или дочь. Есть благодарность, есть физическое тело, есть жизнь, но нет вас. Знаю, что вы в это не верите, нужно довольно долго медитировать, чтобы выяснить, является ли то, что я говорю истиной или вздором. Но я хочу сказать, что вы существуете только как свидетель, вы существуете только как Бог. Но вы воспринимаете весь этот опыт через свое физическое тело.

Очень просто отождествлять себя с телом, защищать его и заботиться о нем, расстраиваться, когда жизнь несправедлива к вам, и чувствовать себя счастливым, когда

все идет хорошо. Конечно, лучше быть богатым и здоровым, чем бедным и больным, но если вы посмотрите глубже, вы поймете, что я сейчас говорю правду – нужно все время помнить о свидетеле. Вы должны увидеть, что вы всегда были здесь, а сейчас вы просто *преживаете* в теле мужчины или женщины. Это всего лишь ярлыки, в которые вы так сильно хотели поверить, что они стали вами. Невозможно увидеть, что вы являетесь деревом, пока вы не почувствуете себя лесом. Вам нужно вернуться к тому, кем вы являетесь на самом деле. Поэтому, когда вы читали про мой опыт во время «Праймала», вы могли подумать: «Боже мой! Он лежит на земле и плачет!» Но, на самом деле, я лежал на земле и праздновал. Я был счастлив воссоединиться с моей мамой. Я смог сказать ей с любовью: «Спасибо, что позволила мне родиться».

Мне очень нравится высказывание: «Все плохое, что было в моей жизни, привело меня ко всему хорошему, что есть в моей жизни».

И это о том, что значит быть влюбленным в Мастера и в медитацию. И это тоже – космическая шутка. А терапевт смеется надо мной и говорит: «Какой же ты идиот, по сути все является шуткой. Тебе нужно пробудиться». Нет никакой гарантии, что Кришна Прем, влюбленный в своего Мастера, достигнет просветления, так же как нет никакой гарантии, что домохозяйка с тремя детьми из Нью-Джерси его не достигнет. Это случиться может с каждым, где угодно и когда угодно.

Скажем так, моя работа заключалась в том, чтобы просто поехать в Индию. Предположим, я пришел в банк на встречу с президентом банка, чтобы спросить его, как лучше инвестировать средства. А он мне говорит: «Знаешь, у меня 30-летний опыт в этом деле, и я помогу тебе инвестировать правильно». Безусловно, он такого никогда не скажет, конечно, и у него были взлеты и падения, иногда он был прав, а иногда – не прав. Он назовет это своим опытом. И у меня тоже были взлеты и падения, и чему я научился, так это – справляться с ними. И сейчас я – не эти взлеты и падения. Я – наблюдатель за этими взлетами и падениями. Я не взлетаю и не падаю. Я смотрю, я просто наблюдаю за ними. И вот на что я хочу обратить ваше внимание: нет такого понятия как волны, есть колышущийся океан. И нет такого создания как Кришна Прем, есть только существование, проявленное сейчас как Кришна Прем: довольно пронизательное, довольно искреннее, довольно пузатое. Мы должны доверять себе. Мы должны быть «здесь и сейчас».

Отсутствие матери многое меняет в обусловленности человека. Меня воспитывали сестра и отец, и я видел, что после ссоры они расходились по разным комнатам. В моем мире ссоры не решались с помощью секса. Сейчас некоторые мои друзья говорят, что лучший секс – после ссоры. Не знаю. У меня не так.

У каждого своя формула секса. Секс – это секс – это секс. Вот где я чувствую себя благословленным. В этой жизни секс для меня стал вознаграждением... У меня не осталось никаких нереализованных фантазий. А это для мужчины очень важно. Так что, в сущности, я получил сполна.

Я влюбился в Мастера, который любил женщин. Без Ошо у меня бы не было такого количества женщин, и я всегда понимал, что это благословение. Все эти красивые

«Одержатъ победу над собой гораздо важнее, чем одержатъ победу над войском в битве».
Далай Лама

женщины, которые приезжали к нему... Это не я их привлек, это *он* их привлек. Никогда в жизни, смотрясь на себя в зеркало, я не говорил: «Я ей нужен!» Когда я встретил Ошо, я встретил 5 000 Будд, которые были для меня как сестры.

У меня есть одна особенность, которая может ввести в заблуждение: я *выгляжу* как мужчина, но я не очень уверен, что это так и есть. Я вырос в семье, где было так много женской энергии, что иногда я действую как женщина. Например, когда мне хреново, я иду по магазинам! Но когда-то давным-давно я решил, что не хочу повторять «ошибки» своего отца, который за все те три раза, что занимался любовью, умудрился создать конкурирующих между собой братьев. Поэтому я «перевязал свои маточные трубы» и преспокойненько шел спать со всеми моими сестрами-санныасинками.

И благодаря такому изобилию женщин в моей жизни (спасибо Ошо), и благодаря тому, что я научился дружить с женщинами, я достиг такого психологического состояния, когда я совсем не переживаю, если я был не так уж и хорош в постели. Мне бы, наверное, хотелось сказать, что секс мне больше не нужен, но это не так. Но секс больше не является моим боссом.

Мы знаем, что мужчина думает о сексе каждые три минуты, а женщина – каждые шесть минут. Ну, теперь Кришна Прем думает о сексе каждые четыре минуты! В молодости я возбуждался еще до того, как моя подружка стучала в мою дверь. Сейчас я возбуждаюсь после того, как она уходит. В промежутке между этими состояниями находится точка равновесия. И в этот момент я праздную свою жизнь.

23

Я думаю, каждый мужчина, достигший среднего возраста, спрашивает себя: «А я скучаю по драйву?» И отвечает: «Конечно!» Сейчас мое сексуальное влечение больше не является пронзительным воплем, теперь секс для меня – один из способов выразить благодарность и снять напряжение.

Мне потребовалось полжизни, чтобы осознать страхи, которые возникают в отношениях, и чтобы понять, что женщина хочет от мужчины основного блюда. Женщины хотят, чтобы их воспринимали всерьез. Они хотят стейк и картофель, а я всегда мог быть только другом – я мог предложить только тирамису. Теперь я это понимаю.

Сейчас я в отношениях. Ее зовут Джвала, что значит «огонь». И эти отношения разжигают во мне огонь. И это меня пугает. Джвалу воспитывали четыре брата, без матери и отца, и это нас объединяет: мы превращаемся в детей, которые нужны друг другу. Для меня разница между сексом и отношениями заключается в том, что отношения приводят меня в неизвестное. И только любовь держит меня в этих отношениях, иначе я бы уже давно сбежал.

Вот небольшая история, которую я написал для журнала «*Viha Connection*». Она называется «В поисках Мисс Я-буду-с-тобой от Кришны Према, также известного как Мистер Совершенство».*

*Прим. перев. Игра слов: Miss Take – «Мисс Беру» и Mistake – «ошибка, недоразумение».

«Когда мы станем абсолютно осознанными, в нас возникнет необыкновенная энергия. Это – энергия осознанности, это – и есть свобода». Дж. Кришнамурти

Я не был воспитан, чтобы быть в одиночестве. В моей семье считалось, точнее, моя мама считала, что я должен встретить родственную душу (конечно же, еврейку), жениться на ней, обзавестись детьми, чтобы продолжить род, и тогда здоровье, счастье и богатство естественным образом последуют за мной. Можно часами говорить о том, как этот сценарий приводит к трагическому финалу, но я не буду этого делать, так как вы сами это прекрасно знаете. И даже если вы не Мисс Я-буду-с-тобой и не Мистер Совершенство, любовных драм вам все равно не избежать.

Давайте посмотрим в это чуть глубже. Любовь, в которой один ищет другого, обречена на провал. Любовь, в которой каждый находит себя, – это настоящая любовь, она происходит не в будущем, а здесь и сейчас. «Люби себя и наблюдай» – сказал Будда, эти слова очень нравились Ошо и теперь их украл я.

Встреча с Ошо была для меня сигналом к пробуждению. На даршане в 1975 году Ошо вполне конкретно сказал мне, чтобы я забыл про одиночество и научился быть в уединении. Эта идея мне ужасно понравилась, я подумал: «Боже! Как круто!» С даршана я вышел переполненный присутствием. Но как только я оказался в его саду среди восхитительных женщин, я был совершенно сбит с толку. Господи, в то время для каждого мужчины было по три женщины! Мне легко было отказаться от сценария моей мамы, но моя мужская энергия настолько зашкаливала, и вождление настолько затмевало мое одиночество, а уж об уединении вообще не могло быть и речи. Тогда мне даже и в голову не пришло, что я не понял, о чем говорил Ошо.

Значительно позже, пройдя огонь, воду и медные трубы, я понял, что уединение – это быть тем, кто я есть, а одиночество – это просто уединение без центра. Так что позвольте мне сейчас, пользуясь случаем, извиниться перед всеми женщинами, которых я любил и растерял на своем пути отсюда сюда.

Я хочу, чтобы вы меня правильно поняли, поэтому прошу вас сделать следующее: женщины, сожмите пальцы в кулак и выставите вперед указательный палец. Мужчины, сделайте то же самое, только выставите вперед средний палец. Женщины, у вас есть, что сказать всем этим средним пальцам планеты? «Пошли вы все на фиг!» – вполне подойдет. Я, как средний палец, могу вынести все, что вы мне скажете, поскольку, по сути, мы все – пальцы одной руки. И, как и для пальцев одной руки, для нас не существует такого понятия, как разделение. Мы – это одна рука, проявленная в виде двух пальцев.

И как такой парень, как я, мог остаться не у дел? После стольких свиданий в ашраме, коммуне, а потом в Медитационном Курорте, я так и не встретил свою Правильную Мисс, и стал думать, что я – Неправильный Мистер. И вместо того, чтобы бежать на свидание в «Капучино Бар», я обнаружил себя танцующим в одиночестве на Медитации Кундалини. Я мог бы продолжать винить всех Мисс Я-не-буду-с-тобой в мире, но я понял, что пока я не изменюсь сам, любовь так и останется для меня несбывшейся мечтой.

Моей реальной Мисс Я-буду-с-тобой оказалась Джвала. Мы влюбились друг в друга, но я абсолютно не изменился. И Джвале это совершенно не устраивало. Она сказала, что

если мы, действительно, хотим дать шанс нашей любви, я должен сделать либо фронтальную лоботомию, либо пройти терапевтические группы «Праймал», «Со-зависимость» и «Путь Любви». Иначе она уйдет от меня. После таких заявлений я, конечно, тут же порвал с ней. Но через месяц, придя в себя, я смог уговорить ее вернуться, и, наступив себе на горло, согласился пройти курс терапии. На группе я столкнулся с личностью КП, с его дикими перепадами настроения, и был вынужден исследовать его жизнь и любовные интриги. И тогда я увидел, что все эти циклоны находятся на периферии, а реальный «Я» находится в центре.

И какой же прекрасной Мисс Я-буду-с-тобой оказалась Джвала! Мы вместе уже 15 лет. Мы до сих пор не женаты, занимаемся любовью без зачатия детей и все еще развиваемся вместе. Мы просто вместе. И это единство с любимой впервые позволяет мне наслаждаться уединением, а не страдать от одиночества.

Тогда Ошо указал мне на истину, но что есть истина без осознания себя? Сейчас я не знаю, как можно быть центром без циклона, но из своего центра я могу сказать, что моя Мисс Я-буду-с-тобой никогда не чувствовала себя так же прекрасно, как я. Позвольте мне сказать всем Мисс Я-буду-с-тобой, впрочем, как и всем Мистерам Совершенство, что я люблю вас из того пространства, где «я» и «ты» исчезают, и остается только любовь.

Сейчас мне проще быть суперсознательным, чем сексуальным. И говоря это, на самом деле, я говорю всем женщинам, с которыми я был: «Спасибо!» А всем женщинам, которые мне отказали, я говорю: «В следующей жизни я предстану перед вами роскошной блондинкой Джинной Лоллобриджидой (Ошо ее обожал) и не буду таким доступным!» Как другу Ошо, который до сих пор живет на территории Медитационного Курорта в Пуне, мне довольно сложно использовать слово *суперсознательный* без мысли о том, что я конкурирую с Мастером. Но если суперсознательность означает свидетельство того, что на меня оказали сильное влияние отношения с Мастером и его санньясинками, тогда да, это про меня, и я очень благодарен за это.

Сейчас я чувствую себя довольно зрелым и признаю, что до этого большую часть жизни я был незрелым. Но того, кем я являюсь сейчас, совершенно не интересует, зрелый он или незрелый. Сейчас мне гораздо интересней видеть точку, в которой я провисаю, когда больше не могу быть один. Забавно, но секс для меня – это не путь к просветлению, а путь к себе. Секс больше не является физиологической потребностью, секс помогает мне ощущать мое присутствие.

Когда с друзьями мы говорим о сексе, в основном, наш разговор сводится к обсуждению взлетов и падений в отношениях и вечной эзотерической теме – что привлекательнее в женщинах, попа или грудь. Моя дорогая Джвала помогла мне влюбиться в себя самого. Но я с волнением должен признаться, что за всю жизнь я так и не научился быть настоящим мужчиной: прикасаться к другим игрокам на футбольном поле мне нравится гораздо больше, чем тачдаун!*

Прим. перев. Игра слов: touch you (зд. коснуться другого игрока) и touchdown (тачдаун) – термин в американском футболе: пересечение мячом или игроком с мячом линии зачетного поля соперника.

«Ом Мани Падме Хум». Древняя Буддистская мантра

К новому изданию книги Ошо «Гусь снаружи» я написал предисловие и поделился своей историей, связанной с этим известным коаном Дзен.

В детстве я был увлечен любимой игрой всех американцев – бейсболом. Однажды мы играли до позднего вечера, и когда игра закончилась со счетом 8:8, я с ужасом понял, что дома меня ждут проблемы.

Слома голову я помчался домой, но все-таки опоздал к ужину. На пороге меня встретила моя старшая сестра Марджи со словами: «Мама хочет тебя видеть, иди к ней прямо сейчас». И шепнула мне на ухо: «Твой гусь уже приготовлен».

И хотя мои девственные уши никогда раньше не слышали этой метафоры, я прекрасно понял, что она имела в виду. Старшие сестры – злые Мастера Дзен. Годы спустя, когда моя мечта играть в команде «Бостон Ред Сокс» растворилась как дым, я влюбился в другого Мастера Дзен, Ошо, и он сказал мне то же самое, но несколько иначе: «Твой гусь снаружи!»

В Дзен-буддизме есть очень красивая история о том, как молодого гуся поместили в бутылку. Гусь рос в бутылке и стал таким большим, что вынуть его оттуда было невозможно. Коан, сводящий с ума Дзен-монахов уже несколько столетий – «Как достать гуся из бутылки, чтобы гусь остался живым, а бутылка – целой?»

Скорее всего, вы не являетесь Дзен-монахом, и вы можете дать очень хороший ответ на этот вопрос: «А зачем вообще вытаскивать этого гуся из бутылки?» или «Черт с ней, с бутылкой, давайте положим гуся в морозилку и съедим на День Благодарения».

26

Что ж, это вполне достойные ответы, но позвольте мне предположить, что вы не понимаете всей глубины этого значимого коана.

Гусь символизирует ваше сознание, ваш свободный дух, ваше высшее «Я»; а бутылка символизирует ваш ум. Другими словами, этот коан о том, что ваше сознание находится в ловушке ментальных структур вашего ума, и если вы хотите прожить истинную свободу своего чистого сознания, чистую медитацию, чистое освобождение, тогда вам придется найти более интересный ответ, чем как подать жареного гуся на ужин.

Вот как Нансен, известный Мастер Дзен, решил этот коан.

Однажды великий философ Рико попросил Нансена разъяснить ему старый коан о гусе в бутылке.

– Если человек сажает гусенка в бутылку и кормит его, пока тот не вырастет, как он сможет извлечь его наружу, не убив его и не разбив бутылку? – спросил Рико.

Нансен громко хлопнул в ладоши и закричал:

– Рико!

– Да, Мастер! – воскликнул философ, вздрогнув.

«Свобода от прошлого означает свободу создать жизнь, наполненную присутствием, любовью и ответственностью». Тарика

– Смотри, – сказал Нансен. – Гусь снаружи!

Когда я впервые услышал эту историю от Ошо, я понял, что это чистый Дзен.

Моя сестра была неправа: мой гусь не приготовлен, мой гусь снаружи! Осознав это, я довольно долго думал, что достиг просветления. Но мне понадобилось еще какое-то время, чтобы осознать, что Ошо – это тот, кто снаружи, а Кришна Прем – я, брат Марджи, – возвращаюсь в бутылку каждый раз, когда у меня возникают проблемы с женщинами. А Ошо снаружи. А я большую часть времени внутри. Правда, я как-то не очень сильно от этого страдаю. Я влюблен в своего Мастера. И когда я смотрю на Ошо и вижу его свободу, я чувствую в себе потенциал быть свободным. И иногда мне это даже удается.

Во время одной из моих поездок в Америку, мы с сестрой Марджи приехали в дом, где выросли. Мы оба были уже «большими детьми», и наш отец уже давно ушел из тела. Когда мы открывали старую входную дверь, я повернулся к Марджи и спросил с улыбкой: «Как ты думаешь, если бы Мама была жива, как бы она отнеслась к тому, что я медитирую в Индии, так далеко от дома?» Марджи засмеялась и сказала: «Твой гусь будет приготовлен». На этот раз я получил правильный ответ. Я хлопнул в ладоши и воскликнул: «Гусь снаружи!» Марджи поцеловала меня в лысеющую голову и сказала: «Возвращайся в свою Индию. Ты безумен!»

Вскоре Марджи ушла из жизни, сраженная раком. Ее последние слова, обращенные ко мне, были очень под стать ее роли непревзойденной старшей сестры: «Повзрослей!» Забавно, но последнее, что сказал мне Ошо, было: «Я не несу никакой ответственности за твое просветление. Это твоя ответственность». Это доказывает, что старшие сестры и Мастера Дзен, к счастью, никогда не сдаются!

27

ВОПРОС: ОШО, ТЫ СКАЗАЛ, ЧТО ГУСЬ УЖЕ СНАРУЖИ. ПОЧЕМУ ЭТО ТАК СЛОЖНО ПОНЯТЬ?

«Потому, что он уже снаружи! Просто увидь это, не думай об этом. Минутная мысль, и ты уже далеко. Не размышляй об этом, просто увидь это. Это не вопрос для размышления, не нужно прикладывать никаких усилий, чтобы это понять, это не вопрос для интеллекта, тебе не нужна ни философская пронциательность, ни логика. Это не вопрос для натренированного ума, это вопрос для невинного сердца.

Просто увидь это! Вытри с глаз слезы, вытри с глаз всю пыль, которая на них осела, и просто посмотри на существование. Падающий с дерева лист может привести тебя к просветлению». Ошо

Когда я вырос, я понял, что перестал заниматься спортом главным образом, потому что просто забыл, как «играть». Однажды мой брат Брайан напомнил мне девиз нашего детства: «Выиграет тот, кто получит больше удовольствия». При таком подходе у каждого есть шанс выиграть. В 40 лет я начал играть в теннис, или, как мы его называем в нашем Международном Медитационном Курорте ОШО, «ДЗЕНнис» – внутренняя игра в теннис. Но в один прекрасный день я пожаловался своему другу: «Мой «теннисный»

«Свободный человек принадлежит только себе, и больше никому. Свободный человек – это просто энергия без имени, без формы, без расы, без национальности». Ошо

локоть ужасно болит, думаю, мне стоит обратиться к врачу». На что друг мне ответил: «Не стоит. В аптеке есть аппарат, который проводит диагностику быстрее и дешевле, чем врач. Просто налей в него немного мочи, он продиагностирует твою проблему и скажет, что нужно делать. Это удовольствие обойдется тебе всего в 10 долларов».

Я подумал, что терять мне нечего, собрал мочу в банку и отправился в аптеку. Я нашел аппарат, налил в него образец мочи и вставил десятидолларовую купюру. Аппарат начал издавать какие-то странные звуки, замигали разноцветные лампочки, и после короткой паузы, он выдал маленький клочок бумаги, на котором было написано: «У вас «теннисный» локоть. Делайте теплые ванночки и избегайте сильных нагрузок. Через две недели вам станет лучше». В тот вечер я долго думал о том, насколько удивительны новые технологии, и как они навсегда изменят медицину. Мне стало интересно, можно ли обмануть этот компьютер, и я решил попробовать: я смешал немного воды из-под крана, немного фекалий моей собаки, немного мочи моей жены и дочери и немного своей спермы. И пошел в аптеку. Налил эту дикую смесь в аппарат и вставил 10 долларов. Машина снова стала производить необычные звуки, зажглись лампочки, и я получил такое описание:

«Ваша вода слишком жесткая. Установите систему умягчения воды.

У вашей собаки стригущий лишай. Мойте ее противогрибковым шампунем.

Ваша дочь принимает наркотики. Положите ее в реабилитационную клинику.

Ваша жена беременна, она родит девочек-близняшек. Но они не от вас. Обратитесь к адвокату.

И перестаньте дрочить, иначе ваш локоть никогда не пройдет».

28

Стоп!

Скажите мне, кто вы?

Это основной вопрос, который задает Ошо: «Кто я?» Это то, что он спрашивает у вас как у человека с планеты Земля... А не как у деятеля в этом большом дурацком мире.

«Этот вопрос является экзистенциальным и требует экзистенциального ответа. Это вопрос из вашего бытия; и только из вашего бытия может прийти ответ. Вам следует идти вглубь себя. Спросите себя: «Кто я?» и продолжайте спрашивать: «Кто я? Кто я? Кто я?» Позвольте этому вопросу проникнуть в каждую клеточку и ткань вашего тела и ума. Позвольте вашему телу-уму вибрировать этим вопросом.

«Кто я?» Это займет несколько месяцев, может быть, даже и лет, но это стоит того. Позвольте всему вашему существу вибрировать только одним вопросом: «Кто я?» Позвольте этому вопросу проникнуть так глубоко, что, что бы вы ни делали, этот вопрос всегда должен вибрировать в вас: «Кто я?» Через какое-то время этот вопрос перестанет быть словесным, это будет просто чувство: «Кто я?», а не слова: «Кто я?» Это будет как знак вопроса в вашем существовании, вопрос, квест».
Ошо

Дайте этой цитате проникнуть в вас, и сделайте глубокий вдох.

«О, мама, забери меня домой!» Современная песня Кришны Према

Я люблю символ бесконечности, он похож на перевернутую восьмерку. Понимание этого символа изменило мою жизнь. Левая сторона символа бесконечности представляет собой проявленное во мне существование, а правая сторона – представляет меня как простого человека, родившегося в этом мире. Для меня быть в левой части – означает быть никем, а когда я нахожусь в правой части, мое эго дает мне возможность почувствовать себя человеком. Успешный человек может жить на обеих сторонах знака бесконечности. Но меня очень интересует эта точка посередине. А сейчас я скажу вам то, что вы никогда не слышали ни от одного учителя медитации: эта точка настолько маленькая, что она не мешает взаимодействию внутренней и внешней жизни человека. Я называю эту точку – эго. И что я вам предлагаю: сделайте ваше эго настолько огромным, сделайте эту точку такой большой, чтобы вы могли пройти сквозь свое собственное эго. Я заметил, что люди выбирают, на какой стороне знака бесконечности им жить: быть единым с существованием, жить в потоке, или реализовывать себя в социуме. Так вот, что я вам скажу, не нужно делать никакого выбора, просто замените слово «или» словом «и», и получайте удовольствие от жизни! И все! Это так просто!

Самое смешное в «Мире по Кришна Прему» то, что, если вы чувствуете себя единым с существованием, вы ощущаете себя никем... а когда вы сливаетесь с социумом, все, о чем вы мечтаете – это быть самым лучшим. Пожалуйста, ради меня, раздуйте свое эго так, чтобы вы могли свободно двигаться между ощущением себя никем, просто гостем во Вселенной, и успешным бизнесменом (на радость обусловленности ваших родителей), чтобы вы могли танцевать на обеих сторонах бесконечности, не прилагая при этом никаких усилий.... Добро пожаловать в космическую шутку! Наслаждайтесь!

29

Позволю себе еще раз вам напомнить, что вся Вселенная проявлена в вас. И в ней есть место и для «хороших, и для плохих, и для злых».

«Пришло время перестать смотреть на внешнее. Никакая революция не может изменить общество. Никто не может изменить вас. Реальные изменения начинаются в вашем сознании. Только когда вы измените сознание, все встанет на свои места».

Ошо

«Эго может существовать, только если вы воспринимаете себя и все остальное серьезно. Ничто не убивает эго, как изгибость, например, смех. Когда вы начнете воспринимать жизнь как забаву, эго вынуждено будет умереть, оно просто больше не сможет существовать. Эго – это болезнь; для существования ему нужна атмосфера печали. Серьезность создает в вас печаль. Печаль – необходимая почва для эго».

Ошо, «Сердечная медитация Атиши»

Сейчас я путешествую по нашей маленькой планете со своим семинаром, который я назвал очень просто «Медитация на своего внутреннего любовника».

При встрече я вам скажу, что не только вы являетесь дитем Вселенной, но и Вселенная также проявляется в вас в виде ребенка. Другими словами, вы – это Вселенная! Так же как ваше тело, ваш ум и ваше сердце проявлены в вас, таким же образом, в вас проявляется и вся Вселенная. И теперь, зная это, вы как никогда раньше должны нести ответственность за все, что происходит в вашей жизни, а не просто

реагировать на происходящие события.

Если вы воспринимаете себя серьезно, то эта огромная ответственность быть единым со Вселенной, может вызвать у вас депрессию. Лучше просто медитировать, потому что во время медитации мы взаимодействуем со своим истинным «Я», которое основано на близости и не-знании...

Я отдаю себе отчет в том, что в это нелегкое для всех нас время, я пишу о беззаботном взгляде на жизнь. Я часто спрашиваю себя, проходит ли сейчас наша маленькая планета самый жесткий период своей жизни, или я просто стал осознавать бесчеловечное отношение людей друг к другу. Когда на душе неспокойно, я всегда обращаюсь к этой простой медитации, она для меня является своего рода «мечом осознанности», рассекающим пелену неведения и мрака. Спасибо тебе, Атиша, за то, что ты приносишь чудеса в мои страдания. Атиша – великий Буддистский монах и проповедник, который жил тысячи лет назад.

Об Атише я узнал от Ошо: «Позвольте мне напомнить вам, что говорится в последней сутре Атиши. Когда вы делаете вдох, пусть он станет для вас медитацией: вдохните все страдания всех живых существ в мире и позвольте им проникнуть в ваше сердце. Пусть все эти страдания, вся эта боль, все эти несчастья растворятся в вашем сердце. А затем сделайте выдох, и посмотрите, как произойдет чудо».

Приглашаю вас делать эту алхимическую медитацию вместе со мной каждый день на протяжении всей оставшейся жизни.

Глава 2

Храбрость: Радость жить рискованно

«Одиночество просто означает целостность. Вы цельный; вам не нужен кто-то другой, чтобы завершить вас. Постарайтесь найти свой внутренний центр, в котором вы всегда находитесь в одиночестве, вы всегда были одни. Жизнь, смерть... где бы вы ни были, вы всегда в одиночестве. Но ваш внутренний центр так наполнен! Он не пустой; он настолько наполненный, настолько завершённый и настолько переполнен всеми соками жизни, всеми красотами и благословениями существования, что когда вы научитесь наслаждаться вкусом одиночества, боль в сердце исчезнет. Вместо всего этого вы будете чувствовать потрясающую сладость, спокойствие, радость и блаженство.

Ошо, «Путь мистика»

Однажды мой Мастер сказал мне, и мне понравилось: «Моя голова на моих плечах – это отличная идея. Моя голова на твоих плечах – это очень плохая идея». Поэтому все, что я говорю, подходит мне, и я продолжаю это использовать в своей жизни, но это абсолютно не значит, что все это автоматически относится и к вам. В моей жизни было несколько непростых периодов и, благодаря им, как мне кажется, я кое-что понял. Я делюсь с вами тем, что я осознал, и, возможно, мой опыт будет вам полезен. Но все же вам решать, что с этим делать: взять и поиграть или выбросить на помойку. Наденьте мои ботинки и сделайте в них несколько шагов. Даже если они не вашего размера, ничего страшного – ваши ноги останутся целыми! Поиграйте с моими идеями и посмотрите, какие из них вам подходят, а какие – нет. Думаю, у 69-летнего парня, который провел 40 лет в Индии, есть чем поделиться.

31

Но решайте сами, что хорошо для вас. Слепо не следуйте моим или чьим-то еще советам. Живите собственной жизнью и делайте то, что вас привлекает, даже если со стороны это выглядит безрассудно. Как сказал Будда: «Будьте светом для самих себя», Ошо пошел дальше и сказал: «Будьте шуткой для самих себя!» Следовать за своим собственным светом и нести ответственность за свою жизнь – это хороший путь.

Вспомнилась красивая Суфийская история про человека, который молился Богу, чтобы тот присмотрел за его верблюдом. Пока он молился, верблюд убежал. И вот человек жалуется Богу: «Пока я молился тебе, мой верблюд убежал. Как ты мог допустить это?» На что Бог ему отвечает: «Ты вначале привяжи своего верблюда, а затем молись!» Так что, пожалуйста, не обвиняйте меня в своем выборе и в своих действиях, возьмите ответственность за свою жизнь. Я не могу прожить за вас вашу жизнь, также как и вы не можете прожить за меня мою. Нам всем следует привязывать своих верблюдов!

Но довольно обо мне, давайте теперь о вас. «Какова твоя история, магнолия?» У каждого же есть своя история! Возможно, она даже чем-то похожа на мою: родился в 19... таком-то году, вырос в Марблхэде, штат Массачусетс, ходил в школу, любил бейсбол, ненавидел математику, встречался с девушками, нашел работу, женился... и т.д. и т.п. Но это пока только внешний план. Но если добавить к этому все ваши личные удачи и

«Если вы пропустите настоящий момент, вы пропустите ваше свидание с жизнью». Тхич Нхат Хан

провалы, страстные встречи, драмы и удивительные совпадения, то получится ваша уникальная история.

И вы, должно быть, как и я, рассказывали свою историю миллион раз и, в основном, случайным людям на вечеринках. И вы, вероятно, так же как и я, добавили несколько пикантных подробностей тут и умолчали о чем-то там, чтобы ваша история получилась более увлекательной и интересной. Так все делают!

Раньше, когда я сравнивал свою историю с историями других людей, я думал: «Боже мой! Бедный Майкл!» Но потом я понял, что ни у кого нет такой теплой и пушистой истории, как у меня. Конечно, у всех у нас в жизни разный старт, одни плавно преодолевают препятствия, другие спотыкаются прямо на старте. У нас у всех разный опыт, и у каждого своя жизнь. Не существует таких понятий как нормальный человек, нормальная семья или нормальная жизнь. Жизненный путь каждого человека уникален. Даже однояйцевые близнецы, рожденные из одного яйца, воспитанные одними родителями, живущие в одном доме, имеют в жизни разные перспективы, разный опыт, разные истории – у каждого своя жизнь. А если присмотреться повнимательнее, то можно заметить, что и во внешности у них есть отличия. Думаю, мы все немного странные...

Слон спрашивает верблюда:

– Почему у тебя грудь на спине?

– Ну, – говорит верблюд. – Я думаю, это немного странный вопрос от того, у кого член на лице!

Но дело не в том, одинаковые у нас истории или разные, вопрос в том, является ли моя жизненная история мной? А ваша история – вами. Не является ли эта история просто информацией о нас? А если это так, то я тогда кто? И кто тогда вы?

Вы когда-нибудь задумывались, кем вы, на самом деле, являетесь? И к чему вы пришли? К каким-то конкретным идеям, расплывчатым чувствам или, быть может, к старому доброму «я не знаю»? Кстати, нет ничего плохого в «я не знаю». «Я не знаю» – это прекрасное начало, потому что, когда мы думаем, что мы знаем, мы не открыты для чего-то нового. Когда мы все понимаем, мы никого не слышим. И когда мы думаем, что знаем, кем мы являемся, мы закрыты для поиска настоящего СЕБЯ. Мне очень нравится выражение: «Люди, которые думают, что знают все на свете, раздражают тех, кто, на самом деле, все знает».

Так что «я не знаю» – это прекрасно. Однако принято считать, что сомнения, а тем более неуверенность в себе, это – неправильно. Все бредят об уверенности в себе, самоуважении и чувстве собственного достоинства. Но давайте посмотрим на это еще раз! Сомнение – это вопрос. Сомневаться – это значит задаваться вопросом, а в контексте поиска СЕБЯ, это очень полезный вопрос. На самом деле, вся наука построена на сомнениях. Ученые все время задаются вопросами, пока не находят верный ответ. Но если для нас поиск сводится лишь к доверию, которое, безусловно, является частью поиска, мы вряд ли будем задавать себе правильные вопросы. Исследование начинается с зерна сомнения, с мучительного вопроса, например: «Кто я?» или «Что я здесь делаю?».

«Если вы подружитесь с собой, вы никогда не будете одинокими». Максвелл Малц

или «Что является истиной?» Ошо говорил: «Не подавляйте сомнение, идите в него, сомневайтесь. Сомневайтесь, пока вы не докопаетесь до истины!»

«Кем вы думаете, вы являетесь?» Звучит грубо, да? Возникает образ этой огромной тетки в позе, взывающей к ответу. Но все же, когда мы задаем себе этот вопрос, какие мысли у нас возникают? «Я – мужчина», «Я – женщина», «Я – хороший», «Я – злодей», «Я – сексуальный!» Дело в том, что все, с чем мы сталкиваемся, исходит из нашего ума и нашего мышления. Мы используем наш ум, чтобы определить, кто мы. Мы думаем, анализируем, воображаем и изобретаем, кто мы, вместо того, чтобы отложить мысли в сторону и увидеть, кто там уже существует.

Есть большая разница между *думать* и *знать*, кто мы. *Думанье* подразумевает активное использование ума и наличие мыслей, в то время как *знание* приходит из состояния «вне ума», когда мыслей нет. Как бы это объяснить? Согласитесь, думать о кофе и наслаждаться вкусом кофе – это совершенно разные вещи. Скажем, вы никогда не пробовали кофе. Вы можете представить, какой у него аромат, вкус и цвет, или вы можете попросить кого-нибудь вам его описать. Однако представить вкус кофе – это отнюдь не то же самое, что взять в руки кружку с кофе, прикоснуться к ней губами и сделать глоток.

То есть думать о том, кем вы являетесь, абсолютно не то же самое, что знать, кем вы являетесь, а когда вы знаете, кто вы, вы не можете это никому объяснить, вы можете только намекнуть и дать надежду. Но прежде чем ВЫ сможете узнать СЕБЯ, вначале нужно взглянуть на то, кем вы думаете, вы являетесь.

33

Когда кто-то спрашивает нас: «Вы кто?» Что мы отвечаем? Полагаю, во многом это зависит от обстоятельств. Мы говорим то, что нам в данный момент выгодно. Например, мы скажем, что мы – брат Джона, если Джон – супер крутой парень, и мы знать не знаем Джона, если он полный идиот! Мы перекраиваем и меняем нашу историю в зависимости от того, что нам на руку в данный момент. Это нормально, сексуально и весело. Все так делают.

Но в 9 случаях из 10, когда кто-то нас спрашивает: «Вы кто?», мы просто называем свое имя. Мы автоматически произносим: «Я – Джон», «Я – Джим», «Я – Джейн» или «Меня зовут Зоя, а это – мой брат Ксаверий». Господи, как будто мы все на автопилоте. Ответ слетает с наших уст еще до того, как мы о нем успеваем подумать, потому что это – то, во что нас научили верить, и то, что научили говорить. То же самое, когда нас спрашивают: «Как дела?», мы автоматически отвечаем: «Спасибо, хорошо». И только одному Богу известно, так ли это на самом деле. А когда на собеседовании нас просят рассказать о себе, мы бодро начинаем: «Ну, мне 20 лет, я закончил такую-то школу, такой-то ВУЗ», а затем пускаемся в долгое повествование о том, что мы умеем делать, и как мы прекрасно подходим именно для этой работы, в то время как наш интервьюер сидит сложа руки и от скуки зевает.

И это нормально! Именно этого от нас и ждут в социуме. Мы отвечаем как все. Наше имя и место рождения – это наши проездные документы в социум. И будет совсем негоже, если на вопрос: «Вы кто?» или «Как дела?», мы ответим: «Ну, мм... эээ... точно не

«У человека, считающего себя гуру, есть дурак, который считает себя его учеником». Вирано

знаю». Но иногда именно такой ответ является самым честным! Но штука в том, что как ответ: «Спасибо, хорошо» не является реальным ответом на вопрос: «Как дела?», так и «Я – Джованни Франческо из Милана» не является реальным ответом на вопрос: «Кто я?»

Есть хороший способ, который помогает взглянуть на это. Спросите себя: как вы ощущаете движение времени, когда вы несчастны? А когда вы счастливы? Радость очень сложно помнить, она какая-то летучая, она почему-то очень быстро исчезает, практически в тот же момент. Ошо как-то сказал мне: «А почему бы тебе не написать коротенькую песенку обо всех счастливых моментах твоей жизни?» А почему бы и вам не написать такую песенку? Сделайте своего рода пересмотр жизни, вспомните 10-12 моментов, когда вы были счастливы, и напишите песенку. Не нужно писать длинную песню, напишите коротенькую. Если я попрошу вас написать песенку о вашей реальной жизни, у вас, скорее всего, получится очень жалкая песня, и я усну, слушая ваши завывания о том, какая у вас хреновая жизнь. А жизнь и будет хреновая, если вы не являетесь собой и стремитесь жить в соответствии с чьими-то предписаниями и ожиданиями. Радость – это когда жизнь случается. Это празднование.

Вчера я обедал в городе. Я поехал в ресторан на велосипеде, а джентльмен, с которым я собирался обедать, – на машине. И в таких городах, как Амстердам, обычно велосипедист на место встречи приезжает первым. И вот я доехал до ресторана, сел за заказанный для нас столик, и ко мне подошел официант. И я ему говорю: «Сейчас мне не нужен официант, я жду друга. Вы могли бы немного расслабиться?» А он мне говорит: «Это – моя работа быть официантом». А я ему: «Да, понимаю, понимаю... но скажите, а когда вы приходите вечером домой, вы – кто?» На что он отвечает: «Когда я сегодня вернусь домой, я буду отцом моего годовалого сына». Я говорю: «О, это прекрасно. Итак, в течение дня вы носите шляпу под названием «Я – официант». А вечером вы носите шляпу «Я – отец». Значит, есть такой момент, когда вы снимаете свою шляпу официанта и надеваете шляпу отца. И именно в этот момент вы остаетесь обнаженным. И в этот момент вы являетесь просто собой. И я хочу, чтобы в этот момент вы осознали, что вы – не официант, вы – не отец, вы – это вы. И когда вы будете приветствовать своего сына, вы, как отец, почувствуете себя полным сил, потому что вы также знаете, что вы – это, прежде всего, – вы, а потом уже вы являетесь отцом. Первично вы – это вы, а вы – официант, это вторично. Итак, в данный момент мне не нужен официант. Вы можете сейчас снять свою шляпу официанта и остаться обнаженным? Вы можете отнестись ко мне как к человеку, а не как к клиенту?» Возможно, бессознательно, но он сел на стул рядом со мной. И это было просто замечательно! Я думаю, он был так потрясен, что я попросил его быть собой, он так расслабился, что сел рядом со мной. Правда, через какое-то время я стал немного нервничать. Кто этот парень, который сидит рядом со мной как человеческое существо? Я подумал: «Господи! Ты же – официант. Вставай и обслуживай меня. Иди и принеси мне стакан воды. Мне невыносимо в данный момент находиться рядом с другим человеком». Парень внял моему учению, оно стало для него реальностью, и это заставило меня нервничать. Официант исчез, а отец еще не появился. Пришел голый незнакомец. Это медитация. Я чувствую себя божественно, когда нахожусь рядом с человеком, который не надевает одну шляпу поверх другой, поверх третьей, пока сила тяжести не отправит его в могилу.

Когда ко мне пришел друг, официант вскочил и стал нас обслуживать. После

«Я не цитирую писания; я просто вижу то, что я вижу». Кабир

прекрасного обеда с вином мой друг настоял на том, что он оплатит счет. Я настоял на том, чтобы оставить чаевые. Официант отвел меня в сторону, засунул мою десятиевровую банкноту в мой нагрудный карман и прошептал: «Спасибо». Я достал ее и протянул ему со словами: «Папа, это для твоего сына».

Правда ли, что супермужчины и суперженщины – лишь плод наших фантазий? Я думаю, мы все – супергерои. В течение дня мы исполняем столько разных ролей, переключаясь с одной на другую. Мы стремимся для разных людей быть разными, и, что еще хуже, мы хотим быть всем сразу для всех людей. Мы меняем наши накидки и мгновенно превращаемся в кого-то другого, а под нашими сексуальными нарядами супергероев скрываются актеры в игре жизни.

Узнать настоящего себя, на самом деле, очень просто. Просто нужно снять все эти шляпы, отбросить все истории и ярлыки, которые мы на себя навесили, и перестать идти по протоптанной дорожке. Я называю это «стать обнаженным». Сколько энергии мы тратим на то, чтобы играть роль эффективного босса, верного мужа, заботливого отца, послушного сына и верного друга? Сколько энергии мы можем сэкономить, если отбросим в сторону все эти коробки со шляпами и просто будем собой? Конечно, играть разные роли, надевать разные маски и вживаться в разные образы – это очень увлекательно, но когда мы по-настоящему расслабляемся? Только когда сидим и пьем джин с тоником?

Кстати, шляпы – это отличная медитация. Она заключается в следующем: просто обращайте внимание на то, какая шляпа сейчас на вас надета: «Я – босс», «Я – студент», «Я – мать», «Я – жена», «Я – любовник, я – шутник, я – курильщик, я люблю затануться травкой по ночам»*. И обратите внимание на то, сколько ролей вы играете каждый день. Только не забудьте взглянуть на себя, когда вы снимите одну шляпу, прежде чем надеть другую. Или, может быть, вы из тех многофункциональных людей на планете Земля, которые надевают одну шляпу поверх другой, не снимая первую. Возможно, вы даже не замечаете этого, а если это так, тогда, скорее всего, вы – босс. Знаете, чем выше человек занимает положение в обществе, тем искусней он надевает одну шляпу поверх другой.

Этот процесс можно сравнить с очисткой луковицы. Снимая шляпы одну за другой, говорите себе: «Эта шляпа – не я. Эта работа – не я. Эта религия – не я». И очищайте, очищайте, очищайте свою луковицу, пока не придете к себе. К тому, что я – есть. Я – существую. Я – жив. И вы можете пойти дальше. Я – не мужчина. Я – не женщина. И дойти до того, что я – существование.

Однако с тем, что «Я – существование», есть одна загвоздка. И она заключается в том, что это не про знание. Это про не-знание. Это про то, что я не являюсь ни боссом, ни женой, ни евреем, ни христианином. Это не-знание. И я хочу вам сказать, что многим людям, в том числе и мне, очень страшно остаться обнаженным, страшно не быть своей обусловленностью, своей личностью, не быть боссом или подчиненным. А я прошу вас

*Прим. перев. Фраза из песни «The Jocker», Steve Miller Band

«Понимание приходит не из ума, понимание приходит из сердца. Вам просто нужно влюбиться». Ошо

снять с себя все идентичности и остаться совершенно обнаженным. Когда вы больше уже не являетесь ни мужчиной, ни женщиной. Вы можете себе такое представить? Вы можете представить себя без пола? Невинным и нагим.

Так что получается, что это вопрос не-знания, кто вы, а не знания, кто вы. На Востоке мы обычно говорим, что не-знание – это самый глубокий опыт, который можно пережить: вы делаете вдох и выдох, при этом вы – не личность, и вы – не общество. Вы можете себе это представить? Просто вдыхайте и выдыхайте, вдыхайте и выдыхайте, не отождествляя себя ни с кем и ни с чем. Это же чудо!

Кстати, эта истина не с Востока. Она не пришла кому-то в голову во время медитации в Индии. Она повсюду. Я не разделяю Восток и Запад. Я не хочу сказать, что Восток просветленный, а Запад все еще спит. Это не так. Есть только истина. И только истина. Когда дело доходит до истины, нет ни Востока, ни Запада.

В Индии есть что-то такое, что говорит тебе: «Отпусти все. Просто сядь здесь. Будь. Позволь солнцу сесть. Не давай никаких определений. Просто будь». А на Западе есть что-то такое, что вынуждает нас всегда описывать момент, говорить о моменте и тем самым убивать момент. На Западе есть что-то такое, что хочет превратить момент в материальную вещь.

Жизнь на Востоке научила меня медитации. А жизнь на Западе научила меня жизни. Однако это просто умозаключение. Оно не имеет ничего общего с реальностью. В реальности: медитировать – это здорово, и нет ничего плохого в том, чтобы платить арендную плату. Возможно, Запад научил меня материальной истине, а Восток научил меня духовной истине. Но из опыта могу сказать, что, если вы материально обеспечены, но у вас нет духовной жизни, вы – бедняк. И, честно говоря, у меня есть чувство, что, если вы все время молитесь и медитируете, но не можете платить свою арендную плату, это – тоже не вариант. Мне нравится заботиться и о своей внутренней, и о внешней жизни. Мне это доставляет радость.

На талите, молитвенном покрывале, которое используют во время Еврейской церемонии Бар-мицва, написано: «Лучше быть богатым и здоровым, чем бедным и больным». А на другом талите написано: «Ты никогда не будешь слишком богатым или слишком худым». Эта старая добрая мудрость помогает нам смеяться над собой. И это то, что, действительно, работает: смех над собой. Смеяться до тех пор, пока мы не сможем найти баланс между «я – существование» и «я наслаждаюсь комфортной жизнью». Как однажды сказал Ошо: «Я простой человек. Мне просто нравится все лучшее».

Поэтому в реальности нет Востока и Запада. В реальности нет большого «Я», которое представляет собой существование, и маленького «я», которое представляет собой вашу личность. Есть только вы. Но для того, чтобы написать книгу и повеселиться, я разделил «вас» на две части.

Сам язык является разделением. «Вначале было слово». Нет, вначале была тишина.

«Настоящий друг – это тот, кто с тобой, когда ты не прав, когда ты прав, всякий будет с тобой». Св. Франциск Ассизский

И из этой тишины приходит радость общения, радость чем-то делиться, и именно это сейчас и происходит. Итак, изначально не существует большого «Я» и маленького «я», есть только «Я». Но сам язык: как только я начинаю говорить, я нарушаю тишину и создаю шум. И именно в этот момент возникает разделение, разделение между большим «Я» и маленьким «я», между Востоком и Западом, между тишиной и произнесенным словом. Я вкладываю в слова душу, а уж вам решать, подходят ли они вам, или нет. Если нет, ну что ж, значит, вы зря потратили деньги, купив эту книжку. Ну, ничего страшного, вы можете продать ее кому-нибудь: тех, кто хочет быть обнаженным не меньше, чем тех, кто хочет носить костюм от «Армани». А если вы в костюме от «Армани» случайно купили эту книжку, просто найдите кого-нибудь голыша и продайте ее ему. Все просто.

Однажды в Амстердаме я выпил пару бутылок пива «Дюваль». Это бельгийское пиво, и, Господи, как же им легко напиться! Насколько я понимаю, в Бельгии монахи не скучали долгими зимними вечерами, раз создали этот сорт пива. Эти парни умели не только молиться, но и знали толк в пиве! Это очень, очень крепкое пиво. Ну вот, я выпил пару бутылок этого пива и обнаружил себя на набережной канала между двух припаркованных автомобилей. И мне приспичило. Я, конечно, знаю, что это не комильфо, но рядом никого не было, и я пописал. В Амстердаме почти каждый мужчина по пьяни, особенно, если он не часто напивается, когда-нибудь в первый раз писает в канал. И его эго в этот момент настолько раздуто, что он думает, что от его действия уровень воды в канале поднимется. Во всяком случае, после того, как я почувствовал облегчение, я посмотрел на другой берег набережной, и увидел там... Ошо. И я воскликнул: «Ошо!» Это было очень забавно, я, должно быть, был изрядно пьян, поскольку, вы знаете, Ошо уже давно ушел из тела. И я спросил: «Ошо, как же мне перебраться на другую сторону?» А он мне и отвечает (по крайней мере, я услышал его ответ): «А ты уже на другой стороне!»

37

В определенном смысле даже у канала нет двух набережных. Очень часто мы разделяем вещи, пока не доходим до абсурда. Например, мы разделяем ум, сердце и душу. Мы склонны думать, что они существуют отдельно друг от друга и борются между собой в попытке привлечь наше внимание. Но чем глубже вы идете в себя, тем очевиднее единство. Когда-то ум и сердце были хорошими друзьями, пока не встретили нас, мы не разделили их и не отправили по разным углам со словами: «Парни, вместе вам не ужиться».

Кстати, хочу поделиться одной из лучших медитаций, которые я когда-либо слышал. Идея такая: мы устроены как термометр. В нашем животе очень-очень много энергии, и эта энергия из живота поднимается вверх, в сердце и ум. Наш ум является меньшей частью термометра. Но что произошло со мной и, возможно, и с вами тоже: я перестал в это верить и старался сохранить как можно больше энергии в голове. Я даже надел галстук и завязал его настолько туго, что стал делиться с людьми только энергией из головы. И эта энергия в голове, отрезанная галстуком от всего остального, не содержала ни энергии из сердца, ни энергии из живота. И она стала очень - очень затхлой. Когда я это обнаружил, я ослабил галстук и спустился в сердце и в живот. И вот, что важно: если вы все время находитесь в голове, вы никогда не почувствуете себя заземленным.

Моя идея медитации заключается в том, чтобы доверять своим инстинктам, своему животу. Энергия из живота поднимается вверх, чтобы выразить себя, проходит через

сердце, которое является очень-очень любящим, и доходит до ума. Ум – это вы, и это кажется вам правильным. Отбросьте то, чему вас учили, посмотрите, что вы чувствуете в данный момент. Именно в этот момент. Это так здорово видеть себя как термометр. Вы находитесь в животе, в кишечнике. Вы пропускаете свою сердечность через ум и выражаете словами, и образуется дуэт. И это единство. Это то, что вы есть. Вас может раздражать находящийся рядом парень, и вы можете грубо сказать ему об этом. Он может быть настолько шокирован тем, что кто-то говорит ему правду, что его раздражение моментально приведет его к тому, кто он есть. Он уставится на вас, и у вас может случиться весьма увлекательный разговор.

Попробуйте. Не пользуйтесь готовыми ответами, не пользуйтесь шаблонными эмоциями и чужой правдой. Сядьте. Посмотрите, что вы чувствуете в данный момент, что чувствует ваше тело, ваше сердце, ваш ум, и выразите себя. Это то, что называется «быть здесь и сейчас». Эта практика довольно рискованная, но очень увлекательная. Попробуйте, это стоит того.

Однажды за чашкой кофе я спросил свою знакомую, которая недавно начала медитировать: «Можешь привести пример того, как медитация изменила твою жизнь?» И она ответила: «Знаешь, раньше я вела себя очень сдержанно. Я знаю, что я красивая женщина, и что жизнь общается со мной через мужчин. Но внутри меня все кипело, меня все раздражало. И бедные парни уже не понимали, чем я их так привлекла. Мне никогда не удавалось построить отношения, поскольку как только мужчины обнаруживали, с кем они стали встречаться, они убегали от меня также быстро, как когда-то притягивались ко мне. Медитации изменили меня. Теперь я абсолютно спокойна внутри и свободно выражаю свои эмоции, в каждый момент я новая, бодрая, спонтанная и честная. Я никогда не знаю заранее, как я отреагирую на ситуацию, что я скажу, и что сделаю. И я думаю, что так гораздо честнее. И теперь, когда я встречаюсь с парнем, он знает, что получает. И когда он меня о чем-то спрашивает, я честно ему отвечаю «да» или «нет».

Этот пример мне кажется очень ярким. Прекрасно быть собой и внутри, и снаружи. Вы не знаете, что с вами произойдет в следующую минуту. Но лучше быть честным, открытым и спонтанным, чем обусловленным. Быть обусловленным – это знать заранее, что вы скажете, и действовать в соответствии с тем, как вас научили.

Однажды я сидел перед Ошо. В комнате было, наверное, человек 10-12. Я точно не знаю, обращался ли он ко мне или к кому-то другому. По большому счету, это не имеет значения, если я его услышал, значит, он сказал это мне. Ошо сказал: «Легко быть сильным и неуязвимым, легко быть слабым и уязвимым. Но реальный вопрос, который ставит перед тобой жизнь: «Ты можешь быть сильным и уязвимым?» Этот вопрос перевернул мою жизнь.

Мы все в одной лодке. И у каждого есть право быть здесь. И каждый прав. Как вам эта мысль? Каждый прав. Я прав, и вы правы. Но это не значит, что я хочу пригласить вас на обед. Я могу и не принимать вашу правду. Но то, как вы себя ведете, и то, что вы делаете, для вас является правильным.

«Настоящая любовь начинается с любви к себе. Если вы себя не любите, как вы можете любить другого?» Ошо

Это настолько тривиально, что меня это бесит. Скажем так: я – мужчина, и я готов быть американцем. Ну да, так оно и есть. Но, на мой взгляд, было бы неправильно, если бы я, будучи американцем, выставил напоказ свои мысли и обусловленность и сказал: «А вы бы не хотели быть таким, как я?» У меня своя правда, а у вас – своя. И не обязательно, что мы станем друзьями, но такая позиция дает каждому из нас пространство для работы над собой и освобождения от своей обусловленности. И я доверяю знанию, которое исходит из моего живота, о том, что такого рода опыт является безусловной любовью и принятием и дает достаточно места для каждого из нас. Когда я позволяю себе быть, я позволяю и другому быть, и это очень мирная ситуация.

Для меня война – это когда два человека правы, но каждый считает другого неправым. А мир – это когда оба правы и позволяют другому быть таким, какой он есть.

И опять же: моя голова на моих плечах – это прекрасная идея! Моя голова на ваших плечах – это плохая идея! Звучит упрощенно? Да. Это истина? Возможно. Не знаю, как для вас, но для меня – это истина.

Иисус сказал: «Не судите, да не судимы будете». А я скажу: «Если вы посмотрите на свой ум, вы увидите, что суждение – это состояние ума. Ум все время выносит суждения. Иисус имел в виду, что вы можете осудить поступок человека, но вы не можете судить человека. Например, если кто-то ограбит банк, в котором лежат ваши деньги, вас это, конечно же, расстроит, и вы можете осудить этого человека за его поступок и даже посадить его на несколько лет в тюрьму, чтобы он понял разницу между добром и злом, но вы не можете судить этого человека. Мы просто не можем осуждать друг друга. Мы не знаем всей ситуации.

39

А что мы знаем? Мы не знаем, кто мы, но мы знаем, что мы чувствуем, и как осуждать других. И это является подтверждением тому, что наш ум – это просто тюрьма, и когда ум начинает управлять нашей жизнью, мы оказываемся в тюрьме. И, конечно же, мы начинаем украшать свой ум, мы строим красивый дом, обставляем его красивой мебелью, и даже можем поставить в нем «Мерседес-Бенц» – в уме очень много места, и есть, где развернуться. Но в итоге, если вы не являетесь свидетелем, наблюдающим за своим умом, ваш ум начинает управлять вами. И уже невозможно отделить себя от ума, даже на одно мгновение. Таким образом, в течение дня мы то и делаем, что торгуем нашими «Мерседес-Бенцами» или «Роллс-Ройсами» и идентифицируем себя с нашим имуществом, нашими мыслями и чувствами. А чему учит медитация? Отнюдь не тому, чтобы у нас не было «Мерседеса», а тому, чтобы мы понимали, что наш «Мерседес» – это просто автомобиль. Наш автомобиль, наш ум – это не мы.

Наш ум говорит нам: «Я хочу эту машину, я хочу будущее, я хочу отношения», тем самым он говорит: «Делай то, что я хочу, и ты добьешься успеха в жизни». И что интересно, даже без ума мы все равно всего хотим, мы хотим хорошей жизни, мы хотим экспериментировать и не повторять своих ошибок. И первое, что нужно понять, что ум никогда не согласится медитировать, поскольку ум всегда хочет быть боссом. Но если вы начнете медитировать, вы сможете использовать ум, а пока ум использует вас. Конечно, ум является продуктом общества, продуктом религии и, в значительной мере, продуктом

«Ни жизнь, ни смерть вам не принадлежат. Как только вы это осознаете, возникнет молитва. Молитва – это крик, это крик из глубины, это крик от беспомощности». Ошо

ваших родителей.

Позвольте мне задать вам один вопрос: «Какое ваше самое первое воспоминание из детства?» Этот вопрос оказался очень значимым, когда однажды в медитационной группе, которую я вел, один парень мне сказал: «Если бы я знал, что сегодняшний день будет посвящен медитации, я бы не пришел». Это была пятидневная группа, и я вел один день. В первый день у них была группа «Перерождение», во второй день были семейные расстановки, а третий день был посвящен медитации. И я сказал этому парню: «Знаешь, а мне все равно, здесь ты или нет. На твоём месте я бы ушел. Зачем быть там, где ты не хочешь быть? Вряд ли мы сможем вместе хорошо провести время». А он мне: «Ну, уговорите меня остаться». И тогда я задал ему этот простой вопрос: «Какое твое самое первое воспоминание из детства?» И он вспомнил: «Когда мне было три года...» И улыбнулся, потому что это было очень приятное воспоминание. У многих из нас первое воспоминание из детства не очень-то приятное: как правило, оно связано с ситуацией, когда нам первый раз говорят: «Нет», и мы понимаем, что мы не можем делать то, что хотим. Но этому парню повезло – он вспомнил что-то радостное. Затем я спросил его: «Отлично, ты помнишь себя с трех лет, а скажи мне, как ты умрешь?» Он с удивлением посмотрел на меня и ответил: «Я не знаю, как я умру». И тогда я сказал ему примерно следующее: «Давай представим, что твоя жизнь – это книга, и ты – не человек, а роман. И этот роман начинается с третьей страницы. Ты не знаешь, что было до третьей страницы, и ты не знаешь финал романа. Сегодня с тобой может ничего и не произойти, да и, в общем-то, во время медитации ничего особенного и не происходит, но на твоём месте я бы остался на целый день просто потому, что ты не любишь медитировать. Сегодня мы с тобой посадим семена... Послушай, хотя я и не могу тебе это доказать, и я даже не могу сказать, что я сам это знаю, но твоя жизнь началась до того, как твои родители стали заниматься любовью, чтобы зачать тебя. И твоя жизнь продолжится после того, как ты уйдешь из тела. Другими словами, есть такая часть тебя, которая является вечной, и есть такая часть тебя, которая рождается и умирает, и чему мы учимся в медитации, так это видеть, что «я – не тело». Эта мысль может показаться тебе довольно революционной, и я не прошу тебя верить мне. Возможно, читая книги своей жизни, мы оба это поймем. А благодаря медитации мы можем осознать, что жизнь – это не проблема, которую надо решить, а загадка, которую надо прожить.

40

Мне было приятно, что парень остался, и в конце дня я сказал ему: «Знаешь, мое первое воспоминание тоже относится к моменту, когда мне было три года». И мы посмеялись от души. А затем я продолжил: «Сегодня, когда мы делали различные медитации, мы посадили семена, и, возможно, однажды тебе захочется вернуться к ним и посмотреть, что с ними стало. И ты скажешь: «Я пойду и посмотрю, как они там, растут ли... А что если я полью эти семена – помедитирую еще раз». Медитация – это просто способ выбраться из программ, которым мы следуем.

Часто я спрашиваю себя: когда я говорю о медитации, не призываю ли я людей бросить работу и отношения, поехать на Восток и стать неформалом. Но я говорю о другом. Давайте посмотрим на то, что такое медитация, через прекрасный символ, который подарил нам Иисус – крест. Крест состоит из двух линий – вертикальной и горизонтальной. Вертикальная линия символизирует нашу заботу о себе без причинения вреда другим. Если мы рождены быть танцором, мы идем в школу танцев и становимся

«Танцуйте настолько тотально, чтобы танцор исчез, и остался только танец». Ошо

танцором. Если мы рождены быть врачом, мы учимся на врача и становимся врачом. В нас есть некое семя, некая страсть, и это семя нужно поливать: нужно получить образование в соответствующей области, а затем некий опыт, и тогда дерево, выросшее из этого семени, начнет приносить плоды. Но есть еще и горизонтальная линия, которая представляет нашу душу. По сути, это напоминание нам о том, что мы и есть душа, что мы являемся человеком, а не только деятелем, который был рожден, чтобы стать врачом, и поэтому учиться на врача. Мы – душа, которая пришла на Землю, чтобы быть. И эти две линии пересекаются. Но если вы нашли свой путь, если вы живете в соответствии со своей страстью, наслаждаетесь жизнью, чувствуете себя наполненным, то нет никаких вертикальных и горизонтальных линий, есть только здесь и сейчас.

В некотором смысле эта книга несколько отличается от тех книг, которые вы читали раньше. Прочитав ее, вы не станете врачом, но если вы уже – врач, возможно, вы начнете снимать с себя ярлыки, чтобы стать обнаженным. Вы начнете очищать свою луковицу. Снимая слой за слоем, одну мысль за другой, обусловленность за обусловленностью, религию за религией, вы пойдете глубже и глубже, и вместо того, чтобы одеваться, вы разденетесь. А когда вы предстанете перед существованием нагими, в этот момент проявится космическая шутка, что вы – это вы. Вы не можете перестать быть собой, но вы можете продолжать надевать на себе то, что вам не подходит, вы можете выполнять работу, которая не имеет смысла, или жениться не на той женщине. Мы продолжаем делать не то, поскольку мы исходим не из того, кто мы, а из того, кем другие хотят, чтобы мы были. Так что давайте будем нагими. Хотя, конечно, выбор за вами. Но именно таким образом можно познать себя.

Эту технику на Востоке называют «свидетельствованием». И я предлагаю вам быть свидетелем самого себя. Я свидетельствую себя, вы свидетельствуете себя. Я не собираюсь наблюдать за вами, и вы не будете наблюдать за мной. На первый взгляд, это может показаться сложным. Но, на самом деле, все довольно просто: просто начните наблюдать за своими мыслями и чувствами и спросите себя: «Это я или мои мысли? Я могу отслеживать свои мысли? Это я или мои чувства, я могу наблюдать за своими чувствами?» Большинство людей, когда слышат вопрос: «Кто ты?», называют свое имя. Но я говорю им: «Нет, я не это хочу узнать». И тогда они рассказывают мне о своей работе или религии. Но и такой ответ меня не устраивает, и я продолжаю: «Да, но ведь ты – не это, не так ли? Разве это – то, кем ты являешься?» Просто начните задавать себе вопрос: «Кто я?» Конечно, вам потребуется какое-то время, чтобы избавиться от всего того, что вы накопили с момента рождения на планете Земля. Правда, те девять месяцев, которые вы провели в утробе матери, тоже не прошли для вас бесследно: именно тогда и началось ваше образование. Ваши родители стали делиться с вами всем своим мусором о том, как вы должны себя вести в обществе, чему вам следует доверять, чему не доверять, чем вы должны заниматься в будущем и т.д. Если вы – еврей, вам нужно жениться только на еврейке, если вы христианин – ваша жена может быть только христианкой. И все эти обусловленности до сих пор находятся в вас. А до тех пор, пока они существуют, нет вас. Вы – это не вы. И вы – не ГУРУ...

Ваши родители действовали из лучших побуждений, из любви к вам, они хотели как лучше, а вышло все, как всегда: они просто украли у вас вашу жизнь и навязали вам свою

реальность. Они мечтали о том, чтобы вы были такими, как они хотят. Конечно, очень больно обнаружить, что вы являетесь продуктом своей среды, а не новым, чистым, живым существом. И когда я спрашиваю вас, кто вы, я не хочу услышать ответ, основанный на вашей обусловленности, я хочу, чтобы вы были максимально обнаженными, насколько это возможно, потому что только когда вы абсолютно обнажены, вы – есть истина. А истина в том, чтобы любить себя и наблюдать. Часто мы начинаем медитировать, потому что мы не любим себя. И вот мы начинаем наблюдать, свидетельствовать и освободиться от всех наших обусловленностей. Представьте, что вы сейчас смотрите в зеркало и говорите себе: «Моя жизнь до этого дня была полным дерьмом, и, похоже, таким же дерьмом и останется». И если вы не практикуете свидетельствование и медитацию, от этой мысли можно впасть в депрессию. Но в тот момент, когда вы смотрите в зеркало и произносите: «Я – полное дерьмо», вы также можете посмотреть на то, как вы взволнованы, и обнаружить, что вы готовы расстаться со всем этим дерьмом, отбросить ум, быть здесь и сейчас, любить себя и наблюдать.

Любовь, о которой я сейчас говорю, это – любовь к себе. И прежде, чем вы станете хвастаться перед другими, что читаете книгу о медитации, о том, как быть свидетелем и принимать все свое дерьмо, займитесь собой. Не делитесь ничем, что не исходит из любви. Медитация – это очень эгоистичная вещь. Я думаю, одна из причин, почему западным людям так сложно медитировать, заключается в том, что нас учат не быть эгоистичными. Нам учат давать и делиться, но Господи, как же мы можем делиться, если мы сами себя не любим? Задумайтесь на секундочку, чем вы можете поделиться, если вы сами себя не любите? У медитирующего человека все происходит иначе. Медитирующий человек является абсолютным эгоистом, и из этого состояния он влюбляется, а когда он влюбляется, он видит, что нет того, кого он любит, так как нет его самого. Он видит, что он – тишина, он – блаженство. А когда вы действуете из тишины, ваши действия не могут быть правильными или неправильными, они просто случаются, и вы просто делитесь. И вы любите других такими, какие они есть, потому что они находятся в том же фильме, что и вы, и они также являются людьми, и могут быть также обусловлены, как и вы. Ведь если, например, вы только что отбросили концепцию религии, вы же не ждете, что все остальные тут же откажутся от своей религиозности.

А когда вы освобождаетесь от своей обусловленности и становитесь обнаженным, вы начинаете любить всех такими, какие они есть. Парадокс в том, что когда вы эгоистичны, честны с самим собой и верны себе, ваше эго исчезает. И когда вы выходите из этого пространства, приходит сострадание. Вы начинаете видеть, что каждый находится в своем процессе, и каждый делает все, что может, чтобы нормально прожить день. Единственная разница между вами в том, что вы уже начали пробуждаться, а поскольку вы уже начали пробуждаться, вы не плюете на тех, кто еще спит. Вы испытываете к ним сострадание и тихонечко за них молитесь: «Господи, я надеюсь, они пойдут вглубь себя, захотят пробудиться, а не перекладывать на других ответственность за свою жизнь».

Но и это тоже пройдет. Все приходит и уходит, ваше тело приходит и уходит, ваши мысли приходят и уходят, ваша жизнь приходит и уходит. Нет ничего, за что можно было бы зацепиться. Я думаю, что люди поколения хиппи хорошо усвоили, что единственное, что постоянно в жизни – это перемены. Царь Соломон медитировал над фразой: «И это

тоже пройдет», и я тоже очень часто над ней медитирую. Мы все хотим влюбиться, и чтобы это было навсегда, но единственное, что я хочу сказать про взаимоотношения – и это тоже пройдет. Я бы даже сказал, что всем парам суждено когда-нибудь расстаться*. Все отношения нужны для того, чтобы нас чему-то научить, и все отношения когда-либо заканчиваются. Я знаю, что когда вы берете в руки книгу о медитации, вы надеетесь на чудо. Вы надеетесь, что если вы прочтаете такую книгу, ваши отношения с любимым человеком улучшатся, и вы будете жить вместе долго и счастливо. Возможно, это и так, но я что-то не видел особо много таких примеров ни на Востоке, ни на Западе, ни в моей постели, ни в моем уме. Отношения начинаются и заканчиваются. Но это не значит, что они не стоят того, это не значит, что они нас ничему не учат. Но, пожалуйста, прошу вас, не владейте своим мужем или женой, не владейте своими детьми. Любовь – это пространство; вы можете многому научиться, благодаря любви, и всегда стоит идти на этот риск. Любовь наполняет жизнь красками и дает возможность реализоваться. Но давайте уясним раз и навсегда, нет такого понятия, как «моя вторая половинка», его просто не существует. Не знаю, говорю ли я сейчас это исходя из моего печального или радостного опыта, но я чувствую, что это правда: каждой паре суждено расстаться. Хотя прямо сейчас я готов влюбиться навсегда.

Да, так вот, когда я впервые приехал в Индию, я приехал в Гоа со своей девушкой по имени Кришна Прийя. У нас особо не было денег, поэтому мы жили под деревом кешью. И все было *au naturel*: и погода была прекрасная, и небо было полно звезд, и море волнами билось о наши ноги, и было все очень просто и мило. И мы были счастливы и занимались любовью под звездами... Не знаю, были ли вы в Индии, или, может быть, вы были в Мексике и знаете, что такое «Мечь Монтесумы»? В Индии эта неприятность называется «Дели-бели», но из-за недостатка воспитания я называю ее просто дерьмом. Оно случается на ровном месте: после выпитого стакана воды жизнь превращается в уборную: вас просто выворачивает наружу, из вас начинает выходить вся ваша боль, все ваши эмоции, и вы сами становитесь дерьмом. И я думаю это одна из причин, по которой разваливаются отношения, по крайней мере, на Востоке. В любом случае тогда ни Кришна Прийя, ни я не были осознанными, и мы не знали, как справиться с этим, мы просто сказали друг другу, что не хотим обсуждать эту ситуацию и, чтобы особо не общаться, мы пошли в местную библиотеку и выбрали себе книжки.

Кришна Прийя взяла себе толстенную книгу Йогананды «*Автобиография Йога*». Если я правильно помню, в этой книге около 1000 страниц. Мне нравились тонкие книжки, и я выбрал «*Семена Революционной Мысли*» Ачарьи Раджнеша. Вы, должно быть, подумали: «И что, черт возьми, значит это слово – «ачарья»? Обычно, если я не понимаю какое-то слово, я просто его пропускаю. В тот момент у меня не было никаких отношений ни с этим словом, ни с человеком по имени Раджнеш, поэтому я даже не удосужился прочитать его имя, я просто выбрал самую тонкую книжку, которая была в библиотеке, в ней всего было около 100 страниц. Но эта книга, которую я случайно взял, изменила мою жизнь. И вот, не произнося ни слова, Кришна Прийя улеглась со своей

*Прим. перев. Игра слов: *this too will pass* – «и это тоже пройдет», *this two will pass* – «эта пара расстанется».

«В Калифорнии каждый человек или ходит к психоаналитику, или сам является психоаналитиком, или является психоаналитиком, который ходит к психоаналитику». Трумен Капоте

книжкой на кокосовом матрасе под деревом кешью, а я пошел на пляж смотреть закат. Расстелив на песке лунги (кусок ткани, который можно обернуть вокруг бедер или постелить на песок, чтобы песок не прилипал к телу), я лег и начал читать книгу. Мне она не просто понравилась, я влюбился в нее. Она была, как говорится, то, что доктор прописал. Потом я заложил сандалиями место, где остановился, и пошел в кафе за травяным чаем. Из-за диареи я не мог пить кофе, и, конечно, я не принимал никаких наркотиков. В то время я был абсолютно чистым в смысле наркотиков, и, конечно, не хотел принимать ничего, что могло бы ухудшить мое самочувствие. Знаете, бывает, когда чувствуешь себя хорошо, хочется чувствовать себя еще лучше, но когда тебе мерзко, хочется, чтобы этот кошмар быстрее закончился. Насладившись чаем, я пошел обратно к морю и моей книге.

И в тот момент все мое внимание привлек огромный парусник, пересекающий горизонт перед садящимся солнцем. И от этого зрелища я пришел в экстаз. Никогда в жизни я не чувствовал себя таким счастливым. Это было почти как: «Я сделал это!» Возможно, вы видели, как трехлетний ребенок смотрит на свои какашки и восклицает: «Какое творение! Это Я сделал?» Ну, вот примерно так я себя и чувствовал, уставившись на этот огромный парусник на фоне заката. И в этом экстазе я дошел до той точки, когда «Я» исчезает. И я исчез из тела, которому было 30 лет, и растворился в существовании. Это было невероятное чувство, невероятный опыт: я не был ни телом, ни умом, я был просто присутствием.

Я пребывал в этом состоянии, пока не вернулся мой ум и не сказал: «Да что, черт возьми, с тобой происходит?» И когда мой ум указал мне на то, что это состояние не является нормальным, я реально испугался и закричал. Я вернулся в тело, поднял голову и просто начал орать на небеса. Впервые в жизни я обращался к Богу: «Что за чертовщина только что случилась со мной? Что за дурацкая шутка? Я не готов к такому!» Я умолял Бога: «Я хочу встретить человека, похожего на того, который написал мою книгу, потому что я точно знаю, что Ты не будешь разговаривать со мной. Я знаю, что Ты не спустишься на Землю и не будешь играть со мной, потому что Ты этого никогда не делаешь, и первый раз, когда я почувствовал Тебя, я испугался. У меня ощущение, что Ты посмеялся надо мной. Мне нужно встретить учителя, гуру, Мастера, как там его называют. Мне нужно общаться с Тобой через живого человека».

В Индии, когда вы начинаете кричать на небо, у вас тут же появляются первые ученики. И меня тут же окружили мои друзья-рыбаки, которым я часто помогал вытаскивать лодки на берег после заката. А они меня угощали свежей рыбой, что меня дико веселило, поскольку я был вегетарианцем. Они всегда были со мной очень милы, но сейчас они видели во мне то, чего я не видел. В Индии быть сумасшедшим и быть медитирующим – почти одно и то же. Когда кто-то достигает просветления, он не приглашает вас отпраздновать это событие за чашкой чая, а мгновенно погружается в глубокое молчание, которое здесь так доступно. Или идет в сумасшедший дом, двери которого всегда открыты, и начинает общаться с сумасшедшими, потому что только они и хотят с ним разговаривать, и только они его и понимают. Разница между сумасшедшим и просветленным в том, что у сумасшедшего нет сознания, осознанности, и ему не хватает

«Каждая любовная история – это опасность, потому что в любви человек теряет себя. Когда любовь подлинна, непременно возникает страх». Ошо

духа быть самим собой. Его ум дошел до той точки, когда человеку проще выйти из него, чем наблюдать за ним. Это единственное отличие, но это очень большая разница.

И вот я снова в своем теле, в своем уме, но абсолютно потерян. Моим друзьям-рыбакам очень понравилось, как я кричал в небеса, они подвели меня к океану, облили водой, чтобы смыть песок и остудить меня, потому что мне было очень жарко. Им нравилось то, что они делали, а меня поразила их сила. Эти хрупкие парни, эти рыбаки, каждое утро и каждый вечер толкают свои тяжеленные лодки с берега в море, отталкиваясь от земли. Когда я помогал им толкать лодку, я толкал ее от пояса. У многих американцев хорошо развита верхняя часть тела: широкая грудь и сильные руки, но индусы очень хрупкие, и им приходится отталкиваться от земли с той же силой, что приложена руками к лодке. И эти парни с такой любовью и нежностью отнеслись ко мне, как будто то, что произошло со мной, произошло с ними или с их близким другом. Их даже не удивило, что эта тирада, это безумие, исходящее из моих уст, было настойчивым обращением к Богу, чтобы «Он прямо сейчас помог мне в моей беде». Они проявили огромное уважение к безумию. А я очень разозлился на Бога за то, что Он сыграл со мной такую злую шутку.

45

Это такой момент в жизни, когда у вас больше нет прошлого, с которым вы можете себя идентифицировать, и вы не знаете, что произойдет с вами в будущем. Вы настолько тотально находитесь в настоящем моменте, и он настолько свежий, что все происходит абсолютно спонтанно, и все является завершенным. И, как ни странно, этот опыт не был таким уж большим событием. На самом деле, раньше я никогда никому не рассказывал эту историю. Она просто случилась, и она была для меня новым опытом, хотя я и не чувствовал ничего нового, но я просто не мог объяснить, что произошло. Я чувствовал, что эта история слишком сокровенная, чтобы говорить о ней. И если я поднимал эту тему со своими друзьями или подругами, в большинстве случаев они смотрели на меня как на чокнутого. И только сейчас я принимаю то, что тогда произошло, только сейчас это кажется мне естественным. И я жду, что это снова случится со мной. Спустя много лет после того, как я встретил Ошо, я спросил его: «Ошо, до встречи с тобой у меня был опыт исчезновения, когда я не был ни телом, ни умом. И, честно говоря, при всей моей любви к тебе я бы хотел вновь пережить это состояние. Почему это со мной не происходит, например, сейчас?» И Ошо мне ответил: «Знаешь, я понимаю, что когда это с тобой случилось, ты в каком-то смысле был невинным, в тот момент ты пришел незащищенным, это был абсолютно новый момент, и именно так жизнь и может случиться с тобой. А сейчас ты сидишь передо мной со своими ожиданиями и с желанием снова пережить этот опыт, чтобы проверить себя как человека медитирующего, и именно эта мысль о медитации отделяет тебя от опыта медитации. Тебе нужно войти в этот момент таким же обнаженным, каким ты был в том моменте. А это не так-то просто, потому что у ума есть память, и ум думает, что если ты сделаешь то же самое еще раз, ты проживешь тот же опыт, а это уже не медитация. Медитация не может случиться, если ты не находишься в моменте, если не являешься невинным и осознанным».

В сущности, Ошо сказал мне, что если я снова не стану невинным, я буду еще более зол на себя и на него, чем тогда был зол на Бога. Ужасно осознавать, что ты можешь быть за пределами тела и ума, но не проживать это состояние. И чем дальше, тем это

«Если бы только Бог дал мне какой-нибудь ясный знак! Например, открыл счет на мое имя в швейцарском банке». Вуди Аллен

воспринимается болезненнее. Именно поэтому мы часто делаем динамические медитации, во время которых мы опустошаем свое тело и ум через танец, крик и отпускание. Все эти стадии нужны для того, чтобы потом просто лечь и расслабиться. И я прошу вас делать динамические медитации, чтобы, когда вы ляжете, вы могли медитировать, а не уснули. Потому что обычно, когда люди принимают горизонтальное положение, если они не очень активны, они засыпают. Очень часто в медитации вы наблюдаете, как тело расслабляется, то же самое может происходить и перед сном, но разница в том, что во сне вы идете вовне, а в медитации вы идете вовнутрь и остаетесь здесь и сейчас, не ощущая веса тела, не ощущая веса ума. Просто находитесь в свободном потоке.

Я думаю, я побил все рекорды в практике часовой Динамической Медитации, когда делал ее по 24 раза в день. Динамическая Медитация – это самая первая и самая активная медитация, созданная Ошо. Я даже делал эту медитацию во сне – на второй стадии медитации я просыпался среди ночи от собственного крика. Я не хочу, чтобы вы что-то упустили в этой технике, поэтому привожу точную инструкцию, которую дал Ошо.

ДИНАМИЧЕСКАЯ МЕДИТАЦИЯ ОШО

Лучше всего делать эту медитацию утром. Эта практика – лучший способ начать день. Она освобождает тело от напряжения и подавленных эмоций и заряжает энергией на день! Динамическая медитация продолжается один час и состоит из пяти стадий. Ее можно делать одному, но энергия будет более мощной, если делать ее в группе. Это индивидуальный опыт, поэтому, если вы делаете ее в группе, вы не должны обращать внимание на окружающих: на протяжении всей медитации ваши глаза должны быть закрыты, вы можете использовать повязку. Практику лучше делать на пустой желудок, в удобной свободной одежде.

На всех стадиях этой медитации вы должны постоянно быть бдительными, сознательными и осознанными. Оставайтесь свидетелем. Не теряйтесь. Когда вы дышите, очень легко потеряться. Вы можете настолько слиться со своим дыханием, что можете забыть о свидетеле. Но тогда вы упустите самое главное.

Дышите настолько быстро и глубоко, насколько это возможно; вложите в это дыхание всю свою энергию, но оставайтесь свидетелем. Наблюдайте за всем, что происходит, как будто вы являетесь зрителем, как будто все происходит с кем-то другим, как будто все происходит в теле, а сознание просто центрировано и наблюдает.

Это свидетельствование вы должны пронести через первые три стадии. А на четвертой стадии, когда все останавливается, вы должны стать абсолютно пассивным, застыть, и тогда эта осознанность достигнет своего пика.

Ошо

«Духовность должна сделать человека более человеческим. Это прекрасная возможность проявить все то хорошее, благородное и красивое, что есть в человеке». Мехер Баба

Первая стадия: 10 минут

Хаотично дышите через нос, концентрируясь на выдохе. Тело само позаботится о вдохе. Дыхание должно быть глубоким и наполнять легкие. Дышите настолько быстро, насколько это возможно, и следите за тем, чтобы дыхание было всегда глубоким. Дышите так быстро и так активно, как вы можете, а потом еще немного активней, пока вы буквально не станете самим дыханием. Естественные движения вашего тела помогут поднять энергию. Чувствуйте, как поднимается ваша энергия, но на первой стадии медитации не давайте ей воли.

Вторая стадия: 10 минут

Взорвитесь! Выразите все, что должно выйти наружу. Будьте безумным: вопите, кричите, прыгайте, тряситесь, танцуйте, пойте, смейтесь. Опустошите себя. Не сдерживайте себя, пусть все ваше тело двигается. Небольшое движение поможет вам начать выражать себя. Не позволяйте уму вмешиваться в происходящее. Будьте тотальным, будьте цельным.

Третья стадия: 10 минут

Прыгайте с поднятыми руками и кричите мантру: «Ху! Ху! Ху!». Пусть этот звук исходит из самых ваших глубин. Каждый раз, когда вы приземляетесь на стопу, пусть звук этой мантры словно молоток ударяет в ваш сексуальный центр. Выразите все, что в вас есть, истощите себя полностью.

47

Четвертая стадия: 15 минут

Стоп! Остановитесь, замрите в том положении, в котором вы оказались. Не меняйте положение. Не двигайтесь. Кашель, любое движение рассеет поток энергии, и все усилия будут напрасны. Будьте свидетелем всему, что с вами происходит.

Пятая стадия: 15 минут

Празднуйте! Танцуйте, и в танце выражайте свою благодарность существованию. Пронесите свое счастье через весь день.

Если вы не можете шуметь в том месте, где делаете медитацию, воспользуйтесь альтернативной техникой. На второй стадии вместо того, чтобы выражать себя с помощью звуков, выражайте себя с помощью движений. На третьей стадии произносите мантру «Ху!» в уме.

Вы можете скачать музыку к этой медитации или заказать CD на сайте www.osho.com

Глава 3.

Блаженство: Жизнь за пределами счастья и страданий

«В мире нет смысла, весь смысл находится в центре вашего существования. Мир – это просто шум, в нем нет музыки. Музыка находится в глубине вашего существа – и именно эту музыку нужно услышать в шуме мира. Тогда шум мира становится фоном, становится контекстом. И вы можете слышать внутреннюю музыку более отчетливо из-за этого шума. И в этом случае шум уже не является помехой, он становится помощником. Именно поэтому я не учу вас отречению, я учу вас празднованию.

Ошо, «Дхаммапада», том 7

Возможно, вам интересно, как я живу с таким именем – Кришна Прем, и что оно вообще означает. Я получил его, когда первый раз приехал в Индию и первый раз сидел напротив Ошо. Я сидел у ног живого Мастера как живой мертвец, когда внезапно услышал его обращение ко мне: «Ты хочешь сейчас принять санньясу?» Принять санньясу – это получить инициацию в медитацию. «Да!» – ответил я, и следующее, что я услышал было: «...и твое имя будет Кришна Прем, оно означает «экстаз» и «любовь». «О, Боже! – подумал я. – Не могу поверить, что Ошо дал мне имя Кришна!» Что сказать? Забавно, как момент из блаженства мгновенно может превратиться в полное дерьмо. Одновременно с тем, как я стал влюбляться в своего Мастера, я стал ненавидеть свое новое имя! «Кришна Прем». «Кришна Прем». Я произнес это имя несколько раз. Оно казалось мне настолько ужасным, что я поклялся никогда никому его не говорить! Мне потребовалось несколько лет, чтобы дорасти до своего имени, полюбить его и осознать: «Кришна» означает «тот, кто привлекает божественное», а «Прем» – это просто «любовь». Боже мой, тогда мое имя имело для меня такое большое значение! Возможно, я считал, что оно что-то говорит о том, кто я. А сейчас мне абсолютно все равно, называете ли вы меня Майкл Могул, Кришна Прем или просто Кей Пи, это все равно не я!

48

Что в имени тебе моем? Вы, действительно, являетесь Джоном, Джимом или Джейн? Неужели вы такой же, как все остальные Джоны, Джимы или Джейны? Что происходит, когда вы меняете имя? Неужели ваша личность также меняется? А как же тогда все эти дурацкие клички, которые нам дают в школе? Неужели вы, правда, были «толстяком», «болваном» или «белкой»? Могут ли мистер Пинат (англ. Peanut – «арахис») и его жена Хейзел (англ. Hazel – «лесной орех») быть здравомыслящей парой? А Дик Хэд (англ. сленг Dickhead – «придурок»), может ли он быть умным парнем? Что заключено в имени? Да ничего!

Если Мастер спросит вас «Кто вы?», и вы скажете, что вас зовут Джеймс, он просто засмеется в ответ! Засмеется, потому что он не обращается к вашему телу, к вашему уму или к той этикетке, которую повесили на вас ваши родители. Он засмеется, поскольку, на самом деле, он вас спрашивает: «Кем вы были до того, как ваши родители стали заниматься любовью?», «Кем вы будете, после того, как уйдете из тела?» и «Кто вы, тот, кто никогда не рождался и никогда не умирал?» Он засмеется, потому что вы еще не начали исследовать свою истинную сущность, которую на Востоке называют «истинным лицом».

«Сознание – это все, что есть». Рамеш Балсекар

Наше имя – это не то, кем мы являемся, это удобная этикетка, которую мы используем, чтобы избежать обращения: «Эй, ты!» Это просто удобный способ идентифицировать какое-то конкретное тело и ум, и это такой удобный прием в административном мире! И вот мы уже становимся номером нашего паспорта, номером нашего страхового полиса или нашим ПИН-кодом!

Смешно, что когда вы спрашиваете кого-то, кто он, после того, как он называет свое имя, он говорит, чем он занимается. И в ответ вы можете услышать: «Я – налоговый инспектор», «Я – водитель такси» или даже «Я – таксидермист, набивщик чучел животных». На эту тему есть хорошая шутка.

В местном супермаркете в очереди в кассу парень видит соблазнительную блондинку, она улыбается ему и машет. Он крайне удивлен, что его приветствует такая привлекательная девушка, и хотя она кажется ему знакомой, он никак не может вспомнить, откуда он ее знает.

– Простите, мы знакомы? – поинтересовался он.

– Может, я и ошибаюсь, но я думаю, вы – отец кого-то из моих детей.

Парень вспоминает тот единственный день, когда был неверен своей жене.

– О, Боже! – восклицает он. – Так вы та стриптизерша с моего мальчишника, которую я трахал на бильярдном столе в присутствии всех моих друзей, когда ваша подруга обмазывала меня каким-то мокрым сельдереем и засунула огурец мне в зад?

– Нет, – отвечает девушка. – Я – учительница английского языка вашего сына.

Понимаете, о чем я? Большинство из нас тратят столько времени на работу, что мы думаем, что наша работа, наша профессия, наше продвижение по карьерной лестнице или понижение нашего статуса – это и есть мы. С самого раннего детства взрослые внушают нам, что «мы – это то, что мы делаем». И мы начинаем думать, что мы – это хорошие или плохие оценки в школе, игрушки, которые у нас отобрали, или наши трофеи, что стоят на каминной полке в гостиной. Мы учимся чувствовать себя хорошо от наших достижений и плохо от наших провалов, мы учимся чувствовать себя прекрасно от наших побед и скверно от наших потерь!

И если мы не идентифицируем себя с нашей работой, мы можем идентифицировать себя с нашими поступками и поведением или даже с нашими привычками и привязанностями. Но даже если мы пьем алкоголь, курим сигареты или нюхаем клей, это не значит, что это и есть мы. Есть такое выражение: «Вы – это то, что вы едите!» Но ведь мы же не становимся чизбургером или хот-догом, не так ли? И даже когда мы называем «уродом» водителя грузовика, который нас подрезал, это вовсе не значит, что мы являемся грубым, злым и плохим человеком. А если мы следим за своей речью и за своими манерами, это вовсе не значит, что мы являемся самым культурным человеком на планете. Аналогичным образом мы можем отождествлять себя с хорошими и плохими поступками, которые мы совершили, когда спасли собаку, наказали кота, пожертвовали деньги на благотворительность или украли полотенце из отеля.

Джек лежал на смертном одре. Его жена Сьюзен дежурила у его постели. Когда она взяла его хрупкую руку, слезы потекли по ее лицу. Ее молитва разбудила Джека.

«Если вы мечтаете что-то сделать, делайте это. В дерзости есть гений, сила и волшебство». Гете

Он открыл глаза, и его бледные губы начали шевелиться.

– Моя дорогая Сьюзен, – прошептал он.

– Тише, тише, любовь моя! Отдыхай! Не говори ничего! – прервала его Сьюзен.

Но Джек настаивал.

– Сьюзен, – сказал он уставшим голосом. – Я должен тебе кое в чем признаться.

– Тебе не в чем признаться, – всхлипнула Сьюзен. – Все хорошо, спи.

– Нет-нет. Я должен уйти с миром, Сьюзен. Я спал с твоей сестрой, с твоей лучшей подругой и с твоей матерью.

– Я знаю, – ответила Сьюзен. – Именно поэтому я тебя и отравила.

Я не говорю, что наши слова и наши поступки не имеют никаких последствий. Конечно, то, что мы делаем и говорим – это то, как мы проявляем себя в жизни. Конечно, мы несем ответственность за наше поведение и за наши действия, но являются ли они нами? В нашем обществе так много внимания уделяется деланию, что когда же мы, наконец, покончим с этим деланьем и начнем наслаждаться бытием? Когда мы перестанем быть «деятелями» и начнем быть «человеческими существами»?

Многие спрашивают меня, что значит быть в присутствии Мастера. Иногда между мной и Ошо происходил небольшой диалог. Однако я не могу сказать, что Ошо был так уж рад меня видеть. Но мне очень нравилось быть рядом с ним. Возможно, Ошо просто меня зеркалил. Помню был такой диалог:

– Ты собираешься уезжать? – спросил Ошо.

– Да.

– А куда?

– В Калифорнию.

50

Калифорния – это было какое-то волшебное слово для Ошо. Всякий раз, когда я говорил, что собираюсь в Калифорнию, внезапно Ошо приходил от меня в восторг. И вот он мне говорит: «Много-много людей приедут сюда после встречи с тобой, Кришна». Эти слова поразили меня; для Ошо я всегда был пустым местом, и мне это нравилось. Но я настолько был влюблен в Ошо, настолько горел им, что заражал этой любовью других людей. Но я был не совсем обычным парнем. Я хотел просто проводить медитации, а в то время на Западе люди платили за то, чтобы медитировать, они отдавали сотни долларов, чтобы получить мантру от Махариши Махеша Йоги, которая в большинстве случаев погружала их в еще более глубокий сон. А что делал я? Я готов был платить людям, чтобы они начали медитировать. Я купил сотню белых маек, которые тогда стоили, наверно, около 50 центов, заплатил еще по 50 центов за каждую, чтобы их покрасили в оранжевый цвет (цвет, который мы все носили в коммуне, чтобы чувствовать себя одной семьей) и раздал их парням из Армии Спасения.

И мы стали вместе медитировать. Мы были семьей, мы вместе жили и вместе медитировали. Я раздал парням оранжевые майки и пригласил их на пляж Венис в штате Калифорния. Там я просил их в течение 10 минут просто дышать, а затем отпустить себя и в течение 10 минут просто орать, вопить, кричать. Самым прекрасным в океане является то, что он может принять сумасшествие. У нас никогда не было никаких проблем с властями или полицией. Сам океан – это уже сумасбродство, а когда возле него из

«Будьте той переменной, которую вы хотите увидеть в этом мире». Ганди

глубины своих легких орут двадцать, или сколько там, дураков, это просто выглядит как гигантская стирка. Часто после медитации мы купались в океане, и это так расслабляло!

Так вот, Ошо очень заинтересовался тем, что я еду в Калифорнию, и спросил: «А что ты там собираешься делать?» В то время у меня была совершенно потрясающая девушка по имени Кришна Прийя, она была очень чувствительной, полная моя противоположность. И вот я сказал Ошо: «Я еду в Калифорнию, потому что моя девушка Кришна Прийя только что получила ученую степень, она – учитель детей, страдающих аутизмом. И у нас есть такая идея: мы найдем подходящее место за городом, будем жить там с детьми, страдающими аутизмом, и у каждого из этих детей будет свой личный учитель, и каждый из этих учителей будет санньясином. Потому что мы знаем, как общаться с аутичными детьми! Это будет так замечательно! Я буду заниматься нашим центром, а Кришна Прийя, которая так любит свою работу, сможет основать школу для аутичных детей, которым так сложно жить в своих семьях». На это Ошо мне ответил: «Вот что я тебе скажу, Кришна Прем, сейчас ты один поедешь в Америку, а именно в Калифорнию, найдешь место, которое подойдет для этой школы, и когда ты его найдешь, я отправлю к тебе Кришну Прийю. А сейчас ей нужно находиться здесь». Тогда я не очень понял, что Ошо имел в виду, но с того момента Кришна Прийя больше не была моей девушкой, и я ее больше никогда не видел. Но это уже другая история.

И вот я приехал в Калифорнию и стал искать земельный участок для будущей школы. Я запомнил слова Ошо, которые он мне сказал на даршане перед моим отъездом: «Убедись, что транспортное средство, которое ты купишь, будет достаточно большим для нас двоих». Я не понял, что он имел в виду, но я собрал все свои сбережения и купил машину. Я получал пособие по безработице, а это не очень большие деньги, но на машину мне хватило. Тогда для меня транспортное средство и машина – это было одно и то же. И вот я сижу в своей машине, но у меня нет денег ни на страховку, ни на бензин. Фактически, я стал жить в своей машине и стал ходить на Динамическую Медитацию, которую проводили в йога-центре в Сан-Диего. Мне нужно было делать эту медитацию, поскольку я был так воспитан, что если у меня есть машина, то она должна быть застрахована, и в ней должен быть бензин. А у меня была только машина. И во время этой медитации я, действительно, орал от души. В то время я вообще много орал. Несколько раз я приходил в центр делать Динамическую Медитацию. И вот однажды на этой медитации я встретил парня по имени Рон Модек. Он был агентом по недвижимости, и мы друг другу понравились. Я пришел на медитацию в своей оранжевой робе, у меня была длинная борода, я выглядел очень странно, а он пришел в костюме и галстук. И мне это понравилось.

После медитации он затянул галстук потуже, я поправил робу, и мы пошли выпить по чашечке кофе. Мы очень хорошо провели время, нам было интересно друг с другом, и он спросил меня, что я хочу делать в жизни. И я ответил: «Ну, вообще, я бы хотел создать Греческую гимназию. Я бы хотел, чтобы люди полностью опустошали себя через тело, например, делая Динамическую Медитацию, играя в теннис, поднимая тяжести, танцуя или занимаясь любовью. Но чтобы после такой медитации не было всего этого «бла-бла-бла», ну знаешь, когда тебе говорят: «Мы так прекрасно играли в теннис, ты переспшишь со мной?» или «Мы с тобой так чудесно танцевали, теперь ты женишься на мне навсегда?» Нет, вместо всей этой болтовни я хочу, чтобы мы просто ложились на пол

и расслаблялись в течение 15 минут, давая возможность энергии восстановиться. Мы бы тратили всю нашу энергию во время активных практик, а потом бы просто лежали и наполнялись новой энергией. Такая у меня была концепция Греческой Гимназии. И она мне нравилась. И вот мы с Роном ее обсуждали. А когда нам принесли счет за две чашки кофе, удивительным образом оказалось, что ни у меня, ни у Рона не было денег. Мы засмеялись, я посмотрел на официантку, она посмотрела на меня, и мне довольно неловко говорить об этом, но я дал ей талон эквивалентом в один доллар. Она улыбнулась, и мы ушли. Позже выяснилось, что Рон очень проникся моей идеей, и однажды он мне сказал: «Знаешь, сейчас я продаю землю в Долине Люцерна, это сразу за Яблочной Долиной, в штате Калифорния. И мне платят 50 долларов за показ этого объекта». Мы позвонили сестре Рона, заняли у нее 10 долларов на бензин, и поехали в Долину Люцерна смотреть недвижимость в высокогорной пустыне, в двух с половиной часах езды к востоку от Лос-Анджелеса. Это была очень волнующая поездка. Я увидел для себя возможность там что-то сделать. Я не мог позволить себе жить в Лос-Анджелесе, в Лос-Анджелесе я даже не мог спать в своей машине, так как стоимость парковки была очень высокой. И вот мы приехали, Рон показывает мне участок, его босс дает ему 50 долларов и спрашивает, указывая на меня: «А это что за странный тип?» А я демонстрирую свою сильную заинтересованность, смотрю на владельца, владелец смотрит на меня, и я говорю ему: «Я куплю это место». Тогда Рон отводит меня в сторону и говорит: «Слушай, я уже получил свои 50 баксов, давай вернем моей сестре ее 10 баксов и уедем отсюда». И тогда я сказал: «Рон, я хочу купить это место, и я хочу купить его прямо сейчас, и я хочу создать здесь ашрам для Ошо, основанный на идее, которую мы с тобой обсуждали». Он усмехнулся: «Правда? Но у тебя же нет ни гроша, как ты собираешься это сделать?» И я спросил: «А ты хочешь принять участие в этом проекте?» И он ответил: «С удовольствием, но как?» И я сказал: «Я возьму твое агентское вознаграждение за продажу этого объекта, и это будет первой инвестицией в проект». И он ответил: «Ты абсолютно сумасшедший. Но я согласен, потому что у тебя нет никаких шансов купить это место. Поехали отсюда». И я деловито сказал владельцу: «Я вернусь!», а в ответ услышал: «Знаешь, я ничуть не сомневаюсь, что ты вернешься». Той же ночью я сел на телефон, поскольку мне срочно нужно было найти 30 000 долларов для первоначального взноса. Я позвонил всем тем людям, которым когда-то раздал оранжевые майки, и сообщил: «Я нашел место, где мы можем вместе жить и вместе медитировать, и куда мы можем приглашать людей из Лос-Анджелеса к нам на выходные». И через несколько дней у меня в кармане было 15 000 долларов, но мне было нужно 30 000 долларов. И тогда я позвонил своему богатому брату. У каждого медитирующего человека есть богатый брат. Не знаю, может, конечно, это чисто еврейский феномен. Говорят, что у каждого еврея сын или миллионер, или раввин. И у меня был старший брат. И я сказал ему: «У меня есть 15 000 долларов, но мне нужно 30 000 долларов, а 15 000 долларов меня совершенно не спасают, поэтому давай сделаем следующее: я положу на стол свои 15 000 долларов, а ты положишь на стол чек на сумму 30 000 долларов. И мы подбросим монетку. Если ты выиграешь, ты берешь мои деньги, если я выиграю, я беру твой чек». И вот мы сидим за столом, меня трясет от страха, и, похоже, моего брата тоже трясет от страха, но он к деньгам относится спокойнее, а я был абсолютно одержим своей идеей и очень хотел выиграть. Мы подбросили монетку, и я выиграл. Брат взял мои 15 000 долларов наличными, а я взял чек на 30 000 долларов, поехал в Долину Люцерна и положил чек на стол перед владельцем собственности. И сказал ему: «Возьмите этот чек, это первоначальный взнос – 30 000 долларов». И он

ответил: «Я возьму, потому что я так же хочу выбраться отсюда, как ты хочешь заехать сюда». Мы заключили договор, что не сильно обрадовало моего агента по недвижимости, поскольку теперь он был должен мне свое агентское вознаграждение. Но он мне его отдал, и я вложил эти деньги в развитие проекта. Наверное, это была самая быстрая сделка в мире!

И что же я купил? Я купил ранчо, куда по выходным приезжали девочки из города, чтобы покататься на лошадях по пустыне и весело провести время. Владелец ранчо был настоящим ковбоем. Он почистил свою винтовку, пересчитал лошадей, посмотрел на девочек и, убедившись, что все в порядке, стал благодарить Бога за то, что он, наконец, избавился от этой собственности. А я играл своей малой и благодарил Ошо за то, что у меня теперь есть ранчо. Я был абсолютно счастлив, ковбой был в полном восторге, все было правильно. Даже не знаю, что еще сказать. Я сидел на земле в своей робе, с бородой до пупа и чувствовал себя настоящим ковбоем. Я чувствовал, что могу сделать все, что захочу.

И вот мы отправили чек в Национальный Банк Долины Люцерна (сейчас, должно быть, это Банк Америки), расположенный всего в 1,5 км от ранчо, они стали его проверять, потому что это был золотой чек, и... чек не был принят из-за отсутствия достаточных средств на счету плательщика. «Черт! – сказал я Ральфу, парню, который продавал Ранчо. – Мне срочно нужно позвонить». Я позвонил брату и выпалил: «Макс, если бы ты не был моим братом, я бы даже не стал предупреждать тебя, что собираюсь одолжить у одного парня только что почищенную им винтовку и пару пуль, чтобы прийти и убить тебя. Я бы тебе этого даже не сказал, но поскольку ты – мой брат, я тебя предупредил, и сейчас я к тебе приеду и убью тебя, потому что ты – ублюдок». На что он засмеялся и ответил: «Не парься, это с чеком проблема. Я тебя не развел, я, действительно, одолжил тебе 15 000 долларов, которые ты должен будешь мне вернуть. Но я знаю, что у нас с тобой одни гены, и я знаю, что эта сделка могла бы сработать только в одном случае – если ты за нее готов кого-нибудь убить. Я пошел на этот риск. Так вот, если ты берешь на себя ответственность за выплату мне долга в размере 15 000 долларов, я сейчас с превеликим удовольствием позвоню в банк и скажу им, что с чеком все в порядке». Для меня это была отличная практика Дзен в Америке. И в тот момент мы с братом чувствовали невероятную любовь друг к другу. Я понял, что он мне сказал: жизнь – это не игра, это просчитанный риск. И если ты идешь на него, все получается. Но если ты витаешь в облаках и думаешь, что выиграл в кости 15 000 долларов, есть большая вероятность того, что задуманное тобой дело провалится. Этим поступком брат преподнес мне очень важный урок, к которому раньше я не был готов. И с того момента я оказался в бизнесе. И скажу вам, что еще до того, как чек был обналичен, во всем округе Лос-Анджелеса стояла пыль от колес машин моих друзей, которые ехали жить со мной. Если бы чек оказался фальшивым, я даже не знаю, убил бы я брата, или меня бы раньше убили все те люди, которые дали мне свои деньги, чтобы я реализовал свою мечту.

Во всяком случае, оказалось, что чек был подлинным, а Ральф – порядочным человеком: он сразу же начал упаковывать свои винтовки. И что самое смешное, в тот же момент на дороге возле ранчо появились 15 бородатых хиппи. Я бы назвал их медитирующими чуваками. Не знаю, насколько они были хиппи, но абсолютно точно они

были под наркотиками. И вот мы стоим на дороге, с одной стороны к нам подъезжает несколько машин, а с другой стороны мы видим, как девочки-скауты на лошадях возвращаются с прогулки. И в этот момент какой-то индус, друг Ошо, выскакивает из машины, срывает с себя робу и кричит: «Ошо! Ошо! Ошо!» Я аж оторопел, я не мог в это поверить, и хотя это выглядело как какое-то чудо, я не был готов к неприятностям. Меня спас Рон Модек – он был не только прекрасным агентом по недвижимости, но и красавцем-мужчиной. Он загородил собой этого голого индуса, который кричал: «Ошо, ты сделал это! Это оно! Это – нирвана!», и девочки, подъехав к нам, первым увидели Рона. Это был для меня еще один красивый урок Дзен. Зачем 15-летним девочкам париться на тему голого столетнего индуса, когда перед ними во всем своем великолепии стоит красавец-мужчина? Рон, спасибо тебе большое! Я оценил твой поступок. Потом девочки уехали, индус оделся, и мы вместе пошли ужинать. Это был такой прекрасный случай! Мы были дома. И это место было нашим. Ральф оставил нам всю мебель и лошадей, и хотя мы не собирались держать лошадей, мы оставили себе парочку, ну просто так, для удовольствия.

Итак, Ральф взял свой чек на 30 000 долларов и уехал, а мы остались. И что забавно, сейчас, когда вы встретите меня, я, вероятно, буду выглядеть довольно богатым, но в то время у меня не было ни гроша за душой, вообще ничего. Думаю, это происходило, потому что я всегда был «здесь и сейчас». В конце дня у меня никогда не оставалось ни копейки в кармане с момента, когда мне было 10 лет, и до момента, когда мне стукнуло 40. Утром я был богат, но вечером – гол как сокол. И при том, что я всегда ел вовремя, у меня никогда не было денег на завтрак. Не знаю, как это происходило, но у меня всегда было полно еды, и я всегда веселился, но я не хотел накапливать богатство. В каком-то смысле я вижу в этом проблему. Наверно, мне стоит исследовать ее глубже. Все, что я могу сказать, что есть нечто общее между «быть здесь и сейчас» и «быть нищим».

И вот теперь у меня было ранчо, но в холодильнике было только то, что оставил нам Ральф. В то время мы были вегетарианцами, но, черт возьми, Ральф оставил только мясо! И что же делать с мясом? Недолго думая, мы отнесли его в местную церковь и отдали как пожертвование. Но денег от этого у нас не прибавилось. И первый, кто пожаловал в наш дом, был, конечно же, газовщик. О его приходе меня предупредили заранее, поэтому я приготовил для него 35 долларов. Правда, оказалось, что в доме два газомера, и это значило, что ему нужно было заплатить 70 долларов. А у меня их не было, и надо было как-то выкручиваться. Я немного смущен, но все-таки я признаюсь вам в том, что я сделал. Когда газовщик подошел ко второму счетчику, я снял с себя всю одежду и предстал перед ним, в чем мать родила. Должен сказать, что я очень волосатый, в то время у меня были волосы на голове, на лице, на теле – я весь был покрыт волосами. И даже будучи голым, я выглядел так, как будто я был одет – столько на мне было волос. Поэтому люди называли меня Волосатый Кришна*. Когда газовщик посмотрел на меня, я стал бормотать: «Они забрали мою одежду! Они забрали мою одежду!» Я вел себя как сумасшедший, но я был восхитителен. Газовщик развернулся и побежал в свой фургон с теми 35 баксами, которые я ему дал, когда мы находились у первого газомера в другой части ранчо. Тогда я был в одежде, и сейчас он просто не узнал меня. Он удрал, чтобы не связываться с психом, а мы остались с пустым холодильником. К счастью, у многих из приехавших ко мне людей в

* Прим. перев. Игра слов: Hare Krishna и Hairy (волосатый) Krishna

«Дзеннис – это игра в большой теннис с использованием техники медитации. Свидетельствуйте то, как вы играете, и чувствуйте свою личную силу». Питер Никет Спанг

грузовиках и пикапах была какая-то еда, нас было около 20 человек, и еды всем хватило.

После ужина у нас было собрание, и я сказал: «Господи, у нас есть пространство, где жить, но больше у нас ничего нет». Это был такой удивительный момент, когда люди стали делиться всем, что у них было. Я не хотел собирать со своих гостей никакие пожертвования за пребывание на ранчо, мы просто переписали все, что было у каждого, и стали жить вместе. Вот как все началось. И мы никогда не оглядывались назад.

С самого начала я знал, что Кришна Прийя больше никогда не будет моей девушкой. Я знал это с самого первого дня «Гитама» – так Ошо назвал это место, что в переводе означает «песнь Кришны». Сейчас мне понятно, что он имел в виду. Я купил довольно большое транспортное средство, которое вмещало всех нас, и тогда я уже знал, что до конца своей жизни я буду работать не с аутичными детьми, а с такими же чудаками, как вы и я.

«Гитам» занимал 70 акров земли, и это довольно большая площадь. На территории было 11 небольших построек, в которых мы жили, и одно большое здание, где медитировали. На тот момент нас было 15 человек, мы все были друзьями, и это было прекрасно. Конечно, в «Гитаме» не было никаких атрибутов роскоши, никаких намеков на Калифорнийские СПА, это было довольно простое место, где можно было отвязно жить, и это было то, что надо. Вскоре мы стали ходить без одежды. Поначалу мы старались одеваться, когда покидали пространство бассейна и волейбольной площадки, но через некоторое время мы везде стали ходить голыми. Мы жили в пустыне и ходили голыми. И что забавно, к нам приезжали только те люди, которые хотели ходить голыми. И хотя мы и жили на задворках штата Калифорния, последнее, что люди хотели увидеть, это толпу нудистов. Первые два месяца нас никто не беспокоил. Но однажды мы все-таки услышали сирены полицейских машин. Полицейские вошли в дом настолько быстро, что мы даже не успели одеться. Я хорошо помню, как они ворвались в наш офис, в котором в тот момент был я и моя секретарша Ганготри. И мы оба были голые. Ганготри сидела на стуле, задрав ноги, как на гинекологическом кресле, и полицейские застыли в дверях как вкопанные. Они просто не могли поверить своим глазам. Сейчас это, наверное, звучит дико, но 40 с лишним лет назад в Калифорнии нудизм не являлся чем-то запредельным. В хорошую погоду мы всегда ходили раздетыми. Но для полицейских это было несколько непривычным, и они просто не могли смотреть в сторону Ганготри. Младший полицейский пришел в себя первым и сказал, что только что на местной заправке было совершено ограбление, и у них есть все основания полагать, что грабитель имеет отношение к нашей коммуне. «Да, а как он выглядел?» – поинтересовалась Ганготри. И парень ответил: «Ну, на нем были синие джинсы, синяя джинсовая рубашка, ковбойская шляпа и ковбойские сапоги». «Будьте реалистами! – усмехнулась Ганготри. – Разве так выглядят голые?» И мы от души рассмеялись. И полицейские тоже. Это, действительно, было очень смешно. Потом, чтобы не смущать парней, мы принесли лунги (это такой кусок ткани из Индии, его обматывают вокруг бедер, и получается длинная прямая юбка), прикрыли свою наготу и таким образом разрядили обстановку. И тогда полицейский признался: «Ну, вообще-то, не было никакого ограбления, мы просто не могли придумать другого предлога, чтобы вас навестить. Вы не делаете ничего неправильного, но вы и не делаете ничего правильного». И мы снова рассмеялись. А потом оказалось, что старший

полицейский собирается жениться на девушке, которая работает инструктором по йоге, и она очень хочет посетить нашу коммуны. Собственно, именно она и вынудила нас перестать нудить. Вот дословно, что он сказал нам: «Я хочу привезти ее к вам, и я могу понять, когда вы валяетесь голые у бассейна, но я не думаю, что хочу привезти свою невесту туда, где все ходят голые. И если вы хотите, чтобы мы приняли ваше приглашение вместе пообедать, пожалуйста, оденьтесь, ибо я не могу, вернувшись в город, сказать кому-нибудь, что сидел за одним столом с нудистами. Меня неправильно поймут. Пожалуйста, услышьте меня». Это было очень мило с его стороны так сказать, и мы прислушались к нему. Кроме того, от полицейских мы узнали, что стали очень популярными. Да, и мы устроили собрание, на котором договорились, что будем нудить только у бассейна и на волейбольной площадке, которая была рядом с бассейном. У меня до сих пор много воспоминаний связано с тем, как мы нагишом играли в волейбол. Из меня вышел не очень хороший пловец, но я отлично играю в волейбол. Кроме того, территория, которую мы обозначили для нудизма, была не очень большой, на нее приходилось всего четверть акра земли (из 70), так что при желании ее легко можно было обойти стороной. Итак, с тех пор эта территория стала нудистской. Я очень благодарен полицейским за то, что они помогли нам понять, что к чему, и, конечно, тот парень привез к нам свою невесту, и она была в восторге от нашей аутентичности и открытости. И ее сильно впечатлило, что для нас йога была подготовкой к медитации, а не йогой ради йоги.

С тех пор, как мы снова стали носить одежду, мы стали еще более популярными. Но это было так круто: хочешь – надевай купальник, не хочешь – не надевай, нравится тебе играть в волейбол голым – играй, не нравится – надень что-нибудь. Правда, среди нас оказалось несколько ярких сторонников натурализма, которые хотели сохранить свой уголок *au naturel*. Никогда не забуду девушку по имени Манико, тогда она была кормящей матерью, ее сына звали Форест. И вот однажды она сидела, задрвав свитер и блузку, Форест прижался к ее груди, и она его кормила. А спустя несколько месяцев в Индии Лакшми, секретарша Ошо, показывает мне фотографию с Манико, сделанную именно в тот момент. И вот Лакшми смотрит на фотографию, я смотрю на фотографию, и Лакшми меня спрашивает: «Ты видишь на этой фотографии что-нибудь необычное?» Я говорю: «Нет, не вижу. В Америке в общественных местах женщины часто кормят детей грудью. В этом нет ничего особенного». На что Лакшми говорит: «Ну, в Индии женщины тоже в общественных местах кормят детей грудью, но на этой фотографии есть что-то запретное». Я еще раз посмотрел на фотографию, но так и не смог взять в толк, что же так встревожило Лакшми. И тогда она мне говорит: «На этой фотографии я вижу кусочек груди Манико». Речь шла о крошечном кусочке обнаженного тела, и невозможно было даже точно определить, что это было: грудь или плечо. И Лакшми продолжила: «Гитам» становится все более популярным, и нельзя допускать, чтобы жители коммуны ходили без одежды». Мне было смешно, я подумал, что Лакшми просто глумится надо мной, поскольку «Гитам» стал известен на весь мир именно как место *au naturel*, абсолютно дикое, абсолютно Ошовское, где не было никаких правил, кроме того, чтобы все относились друг к другу с любовью. А это был еще один урок Дзен: Лакшми не нужно было говорить о прошлом, ей не нужно было заводить разговор о нудизме, она просто посмотрела на меня и произнесла: «Больше никакого нудизма в «Гитаме».

Так изменились наши правила. С тех пор все должны были приносить с собой лунги в бассейн и на волейбольную площадку. Купальники можно было носить или не носить,

но, покидая волейбольную площадку, нужно было обязательно надеть лунги. Из Пуны по этому вопросу нас никогда больше не беспокоили. И с Лакшми к этой теме мы больше не возвращались. Хотя, полагаю, ей очень хотелось сказать: «Вы должны быть одетыми даже в бассейне». Не знаю, были ли вы в Индии, но индусы всегда заходят в воду одетыми, полностью одетыми, с головы до пят. По крайней мере, первый раз, когда я приехал в Индию, в Индийском океане я видел толпы одетых индусов. И вот еще что смешно. Все индийские парни носят трусы с надписью «Кельвин Кляйн», конечно же, это не «родной» «Кельвин Кляйн», на «родной» «Кельвин Кляйн» у них просто нет денег. Если бы Кельвину Кляйну понадобились деньги, он просто мог бы прийти на индийский пляж и попросить каждого парня заплатить ему доллар за то, что он носит трусы с его именем.

В Индии куда ни глянь – везде «Кельвин Кляйн». Возможно, вы слышали знаменитую историю о дочке Кельвина Кляйна, которая однажды призналась, что не может заниматься любовью с мужчинами. На вопрос почему, она ответила: «Ну, знаете, когда мужчина начинает раздеваться, я всегда вижу имя моего отца. И я не могу заниматься любовью в присутствии моего отца». Не знаю, правда это или нет, но мне нравится эта история.

Да, в «Гитаме» я тоже начал носить одежду. И мне понравилось. Мне нравится носить одежду.

На эту тему была еще одна забавная история. Мой старший брат Макс был очень рад, что одолжил мне денег, и просто счастлив, когда я стал их ему отдавать. И вот однажды он со своей женой Рути приехал в «Гитам». Правда, они не решились остановиться у нас и разместились в местном отеле. Мы встретили их как почетных гостей. В то время мы еще не носили одежду, и на обед все пришли голыми. Кроме меня. Из уважения к брату и его жене я надел крошечное лунги. Им очень понравилось у нас, и хотя они были во многом не согласны с Ошо и не принимали нудизм, в коммуне они почувствовали энергию жизни. Мы смеялись, шутили и радовались тому, что жили в «Гитаме». В нашем пространстве царил энергия любви, которая возникает, когда люди любят друг друга и медитируют вместе. Мы уважали друг друга. И наши гости почувствовали это. Но после обеда случился небольшой курьез. Когда моя невестка вставала из-за стола, вместе с ней вскочил и сидевший рядом парень Динеш, и, клянусь, его огромный член, всегда вызывавший у меня зависть, коснулся ее лица. Но она была просто бесподобна: она сделала вид, что ничего особенного не произошло, встала, пожала ему руку и вышла из комнаты. Не думаю, что Динеш помнит этот случай, но каждый раз, когда мы встречаемся с Рути, она его вспоминает, и мы каждый раз смеемся до слез. Это был очень необычный эпизод в ее жизни.

Как оказалось, приезд родственников имел для меня большое значение. Когда на закате я их провожал, я почувствовал, что больше не знаю, как себя вести с членами своей семьи. Ведя свободный образ жизни, я потерял чувство морали, и у меня больше не было личных границ. Не знаю, наверно, я стал абсолютным безумцем... или «новым человеком», о котором говорит Ошо. Я вернулся в свой офис, взял ручку и бумагу и написал Ошо, что я больше не понимаю разницы между спонтанностью и безответственностью. Моя секретарша отправила это письмо в Индию. Забавно, что Ошо

«Время от времени люди спотыкаются об истину, но в большинстве случаев они просто поднимаются и продолжают свой путь, как ни в чем не бывало». Уинстон Черчилль

чаще называл меня «Гитам», чем Кришна Прем.

И вот на одном из даршанов в Пуне один санньясин задал Ошо такой вопрос от имени «Медитационного Центра Гитам Раджнеш»: «Они пишут, что от просветления их отделяет только один момент. Они хотят знать, в чем разница между спонтанностью и безответственностью». И вот что ответил мой любимый Ошо.

«Мм, ммм... это очень важный вопрос, и в нем необходимо разобраться. Я все время делаю акцент на спонтанности, но есть большая вероятность того, что вы меня неправильно понимаете. Очень сложно понять истину. Очень легко понять ее неправильно. Когда я говорю: «Будьте спонтанны», вы слышите только слова, и вы вкладываете в них свой смысл. Вы воспитывались в обществе, которое вас подавляло и ограничивало вашу свободу. Вам не позволяли быть свободными. На самом деле, общество воспитывает рабов. Конечно, об этом не говорят, но это так. Мораль, политика, общество, культура, цивилизация – это все разные способы сделать из людей рабов. Такое общество отрицает свободу, и вам говорят, что это для вашего же блага.

Спонтанность не допускается, индивидуальность не допускается. Быть естественным – значит быть грешным. Все должны быть социальными, социальность ценится гораздо больше, чем естественность. Никому не позволено жить в моменте, всех заставляют жить будущим. Настоящим моментом всегда нужно жертвовать ради будущего, а будущее никогда не наступает. Когда я говорю «будьте спонтанны», я имею в виду «будьте в настоящем моменте». Никогда не жертвуйте настоящим ради будущего, потому что будущего нет – есть только настоящее. Когда я говорю «будьте спонтанны», я говорю «будьте естественны». Не думайте о том, что говорит общество, прислушайтесь к себе, к своей интуиции. Прислушайтесь к своему телу, к своему уму, к своей собственной сущности.

58

Ваш Мастер находится внутри вас. Следуйте его указаниям. И куда бы он вас ни привел, это является правильным для вас. Куда бы он ни привел вас, там вы должны найти Бога.

Это довольно опасные заявления, поскольку вы можете их понять на поверхностном уровне. И вы можете начать чувствовать, что вам больше не нужно быть ответственным. Но если вы меня правильно понимаете, вы услышите, что я говорю именно об ответственности. Вас научили абсолютно неправильному понятию ответственности – вас научили тому, что ответственность следует нести, что это долг, который нужно исполнять. Когда я использую слово «ответственность», я имею в виду «способность реагировать», а это возможно, только если вы спонтанны. Если вы находитесь в моменте, только тогда вы можете быть ответственным.

Эта ответственность не перед Богом. Эта ответственность не перед обществом. Эта ответственность не перед государством. Эта ответственность перед самим существованием. Я учу ответственности высшего порядка. Ответственность низшего порядка сама о себе позаботится. Если заполнен более высокий уровень, более низкий уровень заполняется автоматически, но не наоборот.

«Я не настолько молод, чтобы знать все». Оскар Уайльд

Если вы будете заполнять более низкий уровень, более высокий уровень сам не заполнится.

Когда я говорю «будьте спонтанны», я имею в виду «осознавайте свою внутреннюю сущность». Осознавайте, что вы являетесь частью прекрасного существования, такого прекрасного космоса. Осознавайте, что вы являетесь частью, и вы должны действовать на одной волне с космосом, и все. А если вы действуете на одной волне с космосом, вы никогда не будете против общества. Вы вообще никогда не будете против чего-либо. Вы будете только против того, что делает вас рабами, и все. Но и это не сделает вас политическим революционером, вы не станете бороться против системы. Вы просто будете ее избегать, так как эта борьба не имеет смысла. В этом разница между революционером и бунтарем.

Я ценю бунтаря больше, чем революционера. Революционер – это человек политики. Он больше заинтересован в изменении структуры общества. А бунтарь просто говорит: «Я здесь всего на несколько дней, я здесь не навсегда, так что зачем мне беспокоиться о структуре общества? Я здесь для того, чтобы жить своей жизнью, как можно более искренне и как можно более свободно. Поэтому я буду просто жить своей жизнью и не позволю кому-либо в нее вмешиваться, и я не буду вмешиваться в жизнь других». Бунтарь – это индивидуалист. Революционер старается контролировать общество, и как только он побеждает, вместе с ним побеждает и ортодоксальность. Как только революционер приходит к власти, он перестает быть революционером. Бунтарь никогда не придет к власти, потому что он не ищет власти.

59

Быть бунтарем – значит быть против власти. Быть революционером – значит быть против тех, кто находится у власти, и прилагать все возможные усилия, чтобы прийти к власти. Бунтарь – это человек, который считает, что жизнь – это не власть. Можно жить, не беспокоясь о власти и политической структуре. Пусть глупые люди борются за власть. Бунтарь живет своей жизнью и несет ответственность за свою жизнь.

Так что передайте им, напишите им, что когда я говорю «будьте спонтанными», я имею в виду «будьте ответственны перед космосом». Я хочу, чтобы вы несли ответственность за что-то большее. Законы, писанные людьми, – это всего лишь законы, писанные людьми. Когда вы начнете жить в гармонии с космосом, вы будете нести большую ответственность, и эта ответственность не может быть ни против вас, ни против кого-то еще. Она направлена на всеобщее благо, но это благо не может стать вашей целью. Это благо является естественным результатом, следствием, побочным продуктом.

И скажите им, чтобы они медитировали. Скажите им, чтобы они слушали свое сердце, все больше и больше чувствовали жизнь во всех ее проявлениях, и были ответственными. И реагировали из всей своей цельности.

По сути, есть только одна жизнь, общая жизнь. Мы не отделены друг от друга, мы являемся частью друг друга. Мы соединены друг с другом. Если я причиняю боль вам,

то я причиняю боль и себе. Если я делаю вас счастливыми, то я делаю счастливым и себя. Когда вы блаженны, я тоже в блаженстве. Когда вы страдаете, я не могу не почувствовать ваше страдание.

Есть такая история. Когда Будда достиг дверей рая, двери открылись, и привратник сказал ему: «Заходи!» На что Будда ответил: «Как я могу войти, когда так много людей еще страдает и находится в невежестве? Если они не прошли через эти врата, как я могу пройти? Я являюсь частью целого». Это прекрасная история.

Мы все вместе... Мы все в одной лодке. И когда я говорю «мы», я говорю не только о людях, но и о животных, деревьях, насекомых, скалах, реках, звездах. Я говорю про все. Когда я говорю «мы», я имею в виду целое. Так что мы несем ответственность за все, за всех живых существ и даже за неодушевленные предметы: за стулья, обувь, дома. Здесь не стоит вопрос за кого нести ответственность, вы просто должны нести ответственность.

Но эта ответственность должна исходить из вашей осознанности, а не из диктатуры какого-то политика или священника. Она должна исходить не от Моисея, не от Ману, не от Махавиры, не от Мухаммеда – она должна быть вашим личным откликом. И это является критерием: чем более спонтанным становится человек, тем он становится более ответственным. Если ответственность исчезает, и человек говорит: «Я спонтанен, поэтому я не могу нести ответственность», он сам себя обманывает. Он просто следует себе и морочит себе голову. Ответственность – это критерий, по которому можно определить, насколько человек спонтанен.

60

Спонтанный человек всегда ответственный. Он действует из своей свободы, но он никогда не будет действовать из безответственности. Он будет чрезвычайно осторожным, потому что он знает ценность жизни. Он будет уважать жизнь во всех ее проявлениях. А поскольку речь не идет о следовании какой-то дисциплине, вам придется постоянно себя уравнивать. Если вы чувствуете, что дошли до крайности, тут же ищите золотую середину.

Есть две крайности: или человек становится рабом, теряет свою свободу и слепо начинает выполнять все свои обязательства, или, если вы его освободите, он становится безответственным и начинает совершать все возможные преступления против жизни, против себя самого, против космоса. Но только в середине, где свобода абсолютна и ответственность абсолютна, где свобода и ответственность не являются разными понятиями, но являются одним, только в середине находится баланс. А если вы достигли этого баланса, это не значит, что это навсегда. Каждую секунду в своей жизни вы должны следить за этим балансом.

Я не даю вам никаких указаний, которым нужно слепо следовать. Я просто даю вам несколько подсказок о том, как жить динамично. Много раз вы будете совершать ошибки – и это нормально, человеку свойственно ошибаться. Много раз вы столкнетесь с подводными камнями – и это естественно. Но все это поможет вам

«Быть в медитации – это значит быть единым со Вселенной. Нет ничего, что может сбить вас с толку, вы ни в чем не сомневаетесь. На каждую ситуацию вы реагируете из вашего присутствия, из вашей осознанности, а не из вашей обусловленности». Тишан

стать более сонастроенными с ритмами космоса, более сбалансированными и более интегрированными».

История «Гитама» закончилась, когда я продал ранчо за полмиллиона долларов. Моя семья была от меня в восторге, что я смог превратить 15 000 долларов в 30 000 долларов, купить ранчо и выплатить брату долг (конечно же, без процентов). А когда я продал «Гитам», брат позвонил, чтобы меня поздравить: «500 000 долларов! Майкл, ты богат! Поздравляю! Ты – настоящий Могул!» А я ему: «Макс, ты сидишь?» Он говорит: «Да, сижу». И тогда я его огорошил: «Макс, я только что пожертвовал все эти 500 000 долларов Ошо, и он едет в Америку». Мой брат чуть не упал со стула, и мне кажется, я знаю, что он подумал: «Пять лет назад я преподнес этому парню урок Дзен, когда подбросил с ним монетку. А сейчас он учит меня. И чем больше я стараюсь его заземлить, тем выше он взлетает». Я знаю, что в глубине души Макс уважал меня, но он просто не мог поверить в то, что я сделал. Мой поступок казался ему диким, но я научился любить его таким, какой он есть, и он старался принимать мою природу. И в этом был смысл нашей игры.

Ошо вместо слова «деньги» предпочитал использовать слово «валюта». Валюта предполагает денежный поток: деньги легко приходят и легко уходят. А я, когда дело доходит до денег, веду себя скорее как йог, а не как Мастер.

В Нью-Йорке йог останавливается у палатки с хот-догами и заказывает себе обед:
– Сделайте мне такой хот-дог, чтобы в нем было все.
И дает продавцу 20 баксов. Продавец берет деньги и протягивает йогу хот-дог.
Йог стоит и смотрит на продавца, а тот в ответ лишь улыбается.
– Этот хот-дог не может стоить 20 баксов! Где моя сдача? – поинтересовался йог.
– Так у тебя же уже все есть, – отвечает продавец.

И еще одна шутка про деньги:

Кришна Прем: Ошо?
Ошо: Да?
КП: Я могу у тебя кое-что спросить?
Ошо: Конечно!
КП: Что для тебя миллион лет?
Ошо: Секунда.
КП: А что для тебя миллион долларов?
Ошо: Пенни.
КП: Ошо, ты можешь дать мне пенни?
Ошо: Подожди секундочку.

«Гитам» становился все более и более популярным ашрамом в Америке. К нам приезжали люди из всех штатов, чтобы узнать, что такое Динамическая Медитация Ошо. И для многих это была своего рода разминка перед покупкой билета в Индию. Я всегда давал очень четкие инструкции: «Гитам» – это всего лишь трамплин в медитацию, насладитесь им, а если вы хотите погрузиться в медитацию – вам нужно поехать в Пуру. А

«Путь медитации – это умение видеть необычное в обыденном, в моменте – вечность, и целое – в деталях». Басе

тем временем в Пуне Ошо отправлял всех на терапевтические группы. Он говорил, что терапия снимает блоки в теле, а медитация освобождает ум. Однако я побаивался этих групп, поскольку ходили слухи, что там царил полный беспредел: секс и насилие. Поэтому каждый раз, когда я кого-то уговаривал купить билет в Пуну, я дико нервничал. В итоге я стал не просто представителем Ошо в Америке, но и турагентом, предлагающим недорогие билеты в Индию (как-то же мне нужно было зарабатывать на развитие своего ашрама). Кроме того, мне очень нравилось ездить в Лос-Анджелес и провожать друзей к Ошо. В то время у авиакомпаний для турагентов была такая акция: если на один рейс агент продавал 15 билетов, 16-й билет он получал бесплатно. И каждый раз в аэропорту я считал, не собралось ли 15 друзей, которые ехали к Ошо, и если их было 15, я получал бесплатный билет! И в эйфории, имея при себе лишь паспорт, я садился в самолет!

Однажды я сказал Ошо: «Мне очень легко рассказывать людям о тебе и убеждать их приехать к тебе, но, я надеюсь, ты не отправишь меня на одну из тех забавных групп, которые ты рекомендуешь? Под твоим руководством я и без терапии освобождаюсь от всего лишнего!» На что Ошо ответил: «Я рекомендую тебе «Энкаунтер» терапию». О, нет! Только не это! Меня трясло от страха при одной мысли об этой группе. Но деваться было некуда, надо было идти. И я пошел. На следующее утро, когда я вошел в комнату, где проходила группа, я увидел улыбку на устах терапевта и 19 участников, которых трясло так же, как и меня. Меня успокаивала и вдохновляла только одна мысль: раз уж эта битва была неизбежна, это было самое безопасное для нее место. Ведь к Ошо приезжали только хорошие, добрые люди, всю свою жизнь сознательно избегавшие секса и насилия, поскольку их научили, что это безнравственно. А Ошо просто не поддерживал подавление эмоций, но он также не одобрял соединение секса и насилия за пределами этой группы.

62

Жесть началась, как только один молодой человек встал и заявил: «Я ненавижу своего отца! Я хочу убить его!» Терапевт спросил, кто из участников группы похож на его отца? И, конечно, это был я. В мгновение ока этот молодой человек превратился в мальчишку и набросился на меня, видя во мне своего восьмидесятилетнего отца. Когда он чуть не придушил меня моей же цепочкой, впервые в жизни я вознес Богу молитву. Я простился с жизнью и собрался было сделать свой последний вдох, как вдруг этот парень разревелся, слез с моей шеи, отполз в сторонку, принял позу эмбриона и ревел, пока терапевт не объявил перерыв на обед. И все это не имело ко мне никакого отношения. И я рад сообщить вам об этом. Перед обедом терапевт мне сказал, что моя борода, которой я так гордился, не просто росла и установилась все длиннее, но давно уже вышла за рамки приличия и отделяла меня от всех участников группы. Я понял. И вместо обеда поехал на улицу Махатмы Ганди и побрился. Моя десятилетняя рыжая борода отделяла меня не только от участников группы, но и от моей семьи. Когда я вернулся в комнату, где проходила группа, терапевт заставил меня посмотреть на себя в зеркало, но вместо искателя истины в зеркале я увидел своего брата, который настаивал на том, чтобы я освоил бокс, чтобы в случае чего нацисты не смогли использовать меня в своих интересах. В ту же секунду терапевт извлек из своего терапевтического арсенала боксерские перчатки, надел их на меня и спросил: «Кто здесь похож на твоего брата?» И в глазах парня, который чуть не убил меня утром, я увидел какой-то такой блеск, шепчущий: «старший брат». И снова терапевт подписал мой смертный приговор. Но через пару мгновений на нашем спонтанном ринге случился нокаут. А потом я стоял над этим парнем и ревел. И это была последняя битва в моей жизни. Возможно, о насилии вы знаете

«Истина делает вас свободными, но сначала она доведет вас до бешенства». Глория Стайнем

больше меня, и не мне быть учителем в этом вопросе, но я скажу, что после насилия возникает удивительное ощущение легкости и спокойствия. Меня аж трясло от осознания того, что за насилием может последовать покой. И нужно еще больше осознания, чтобы понять, когда следует прибегать к насилию, а когда отказываться от него. А без осознанности покой превращается в насилие. И это не о том, что когда заканчивается война, начинается мир, а о том, что когда вы осознанны, у вас больше нет потребности действовать. А если вы не осознанны, даже малейшая царапина на вашей обусловленности лишит вас покоя, будь вы хоть в Синайской пустыне, хоть в Ватикане. Осознанность – это другое определение того, у чего нет ни начала, ни конца. Осознанность – это белый экран, а ваша жизнь – это всего лишь проекция на этом экране.

Когда вы центрированы, вы становитесь центром циклона, а ваша жизнь в ее внешнем проявлении – это циклон. И в этом контексте позвольте мне задать вам такой вопрос: «Являетесь ли вы Евреем или Христианином, или вы – осознанность, которую воспитывали в еврейских или христианских традициях? И когда вы до конца осознаете, что до вашего зачатия ваша жизнь не находилась в рамках какой-то религии, а после смерти вы не войдете в неизвестное с Библией под мышкой?»

Для меня группа закончилась в конце первого же дня. Исследовать тему насилия – это достаточно большой вызов, и раньше мне этого не доводилось делать. Единственное, что я помню из детства о драке, так это то вранье, которое я слышал от каждого хулигана старше меня: побеждает тот, кто бьет первым. И сейчас я хочу разоблачить это вранье, только, пожалуйста, когда вы меня увидите, не смейтесь над моим «боксерским носом». Так вот, я был уверен, что в течение последующих шести дней группы я смогу просто наблюдать за тем, как другие освобождаются от своих подавленных негативных эмоций. Но не тут-то было. На четвертый день терапевт сказал мне: «Или найди то, с чем ты хочешь поработать, или убирайся отсюда».

63

Я не сомневался, что терапевт видел во мне то, что я избегал. Но я все же спросил себя, какого сексуального опыта у меня никогда не было, чего я боялся в сексе. Основав «Гитам» и прожив в нем несколько лет, я был первым, к кому прибегали все разведенные пары Южной Калифорнии в надежде, что Ошо поможет им справиться с их фрустрацией. В «Гитаме» были группы выходного дня, посвященные сексу и насилию, но у меня даже в мыслях не было на них идти, тем более что в ашраме я все время работал. И теперь я не особо удивился, когда в субботу вечером, перед второй ночью группы «Энкаунтер», терапевт сказал мне, что пришло время взять на себя риск. И мне пришлось полуголым, с чашкой чая усесться на дзеновскую скамейку напротив холла и стать сексуальным объектом для участников группы. Это был кошмар... На протяжении нескольких лет по субботам, когда я встречался с девушками, я умирал и возносился на небо. Нельзя сказать, что я был очень хорош в постели, просто девушкам нужно было расслабиться после всех своих бесконечных домашних дел. Но ни одна из них не хотела познакомить меня со своими родителями. И надо думать: моя борода заканчивалась где-то у пят, за душой у меня не было ни гроша – да я просто был непригодным для брака. И мне с этим чувством приходилось жить от субботы до субботы. Вероятно, в это сложно поверить, но так оно и было. Когда был продан «Гитам», это был очень печальный день; и я стал алкоголиком, купающимся в воспоминаниях обо всех тех субботах, которые случились со

мною за пять лет. И когда я сидел на скамейке в Пуне, все это предстало перед моим внутренним взором.

И вдруг я с ужасом осознаю, что единственное, чего я всегда боялся в сексе – это быть с мужчиной. Правда, вынужден признаться, что когда я писал вопросы для девочек для телевизионного шоу *The Dating Game*, я доставал из шкафа в своем офисе пару туфель на каблуках и цокал в них по окрестностям, чтобы лучше понять женскую психологию. А ноги у меня довольно мускулистые... Еще я помню, что когда был подростком, ко мне проявляли какой-то нездоровый интерес старшие мальчики, но вместо того, чтобы учить меня сексуальности, они научили меня понятию власти. Меня никогда в жизни не интересовал гомосексуализм. Конечно, работая в течение нескольких лет сценаристом в Голливуде, я познакомился со многими молодыми талантливыми геями. И насколько они осознавали себя геями, настолько же я осознавал себя гетеросексуалом. У меня все довольно четко – я просто люблю женщин. И это никак не противоречит ни моей природе, ни моей обусловленности – мне нравится любоваться женскими формами. Иногда в обществе геев я думал о том, что если бы все мужчины на земле были геями, я бы умер или от счастья, или от сердечного приступа, удовлетворяя всю прекрасную половину человечества. Слава Богу, что это не так! И если у меня когда-либо и возникал вопрос на тему гомосексуализма, то он касался не меня, а того, как вообще можно быть геем! И вот, поскольку целью моей терапевтической группы было «отпустить голову» и получить новый опыт, я пошел и плюхнулся рядом с парнем, сидящим в позе лотоса. Полагаю, он был удивлен не меньше, чем я. А я подумал: «Интересно, как этот новый опыт изменит мою жизнь?» Тогда же я узнал, что я не испытываю никакого влечения к мужчинам. При этом я находился в бескомпромиссной ситуации, и единственной моей заботой была мысль о том, как из нее выбраться, пока этот парень не набил мне морду. Даже сейчас мне стыдно, что я об этом пишу, а вы вынуждены это читать, но полагаю, что есть мужчины, которые однажды совершили подобную ошибку. И что я сделал? Я закрыл глаза и улыбнулся, потому что я всегда закрываю глаза, когда занимаюсь любовью. От моего внутреннего хихиканья у меня по щеке покатились слезы, и я воспользовался случаем, чтобы открыть глаза и посмотреть, что происходит. Но, к моему изумлению, вместо шести геев рядом со мной стояли шесть прекрасных дев, мечтающих об оральном сексе. А кто лучший в мире специалист в оральном сексе, как не самый махровый гей на земле? То есть я! И на протяжении последующих трех дней я от души веселился, обучая этих прекрасных дев премудростям орального секса. Они были мне за это очень признательны. Но сейчас я хочу извиниться перед всеми этими женщинами, поскольку каждая из них считала, что именно она увлекла меня и развернула в сторону гетеросексуальности.

Ошо говорил, что любой процесс в терапевтической группе должен быть завершен. Он хотел, чтобы все его санньясины учились на собственных ошибках и были любящими, мирными и зрелыми людьми. И что я хочу сказать, я счастлив, что провел неделю в той группе. И по сей день я не дерусь и не сплю с теми, кого не люблю.

Когда Ошо был арестован в Америке, рядом с ним было несколько полицейских, и одному из них он явно нравился. И в какой-то момент Ошо стал на него кричать и попросил относиться к себе как к человеку. Когда же они остались вдвоем в комнате, у

«Мужчины хотят от своего нижнего белья того же, что и от женщин: немного поддержки и немного свободы». Джерри Сайнфелд

этого молодого человека хватило храбрости спросить у Ошо: «Я же люблю тебя, почему ты кричишь на меня?» На что Ошо ответил: «А какой мне смысл кричать на того, кто меня ненавидит? Если я пробудил тебя, это был замечательный крик». И вот каждый день в течение последних четырех дней группы на завтрак у меня был апельсиновый сок и оральный секс. Самую красивую девушку я приберег напоследок. И вот сижу я и наслаждаюсь своим апельсиновым соком, а она подходит ко мне и заявляет: «А ты, должно быть, гей!» Я чуть было не подавился. «А если ты, и вправду, хочешь измениться, просто позови меня». Неплохо, да? Но я как-то не склонен тратить энергию впустую.

Я улыбнулся про себя и понял, что моногамия – это тоже не про меня, и я не хочу производить на свет отпрысков каждый раз, когда извергаю семя. И я решил сделать вазэктомию. В то время в Калифорнии эта операция была бесплатной, но нужно было убедить врача, что такое решение было осознанным, потому что хоть эта процедура и обратимая, она очень сложная. После того, как мой врач согласился с тем, что без моего потомства мир будет лучше, он, улыбнувшись, сказал: «До того, как ты придешь ко мне на операцию в следующий вторник, позаботься о том, чтобы у тебя было два оргазма. Это будет для тебя прекрасным естественным анестетиком». Ну, уговаривать меня, конечно, не пришлось, поскольку я хорошо помнил, как одна эффектная блондинка скакала на мне.

В конце каждой группы Ошо созывал всех ее участников на даршан. На даршане после моей «Энкаунтер» группы Ошо сказал, что следующая фаза его работы с нами является более тонкой, чем «меч осознанности». Эта техника позволяет просветлению случиться без секса и драки с лучшими друзьями. И Ошо рассказал о сердечной медитации Атиши: «С вдохом вы вдыхаете все горе и все страдания всех существ мира, с выдохом вы выдыхаете всю радость и все блаженство, которые у вас есть». И здесь снова очень важен союз «и», вы не просто делаете вдох и выдох, вы постоянно вдыхаете и выдыхаете, ведь жизнь – это круг дыхания. Я до сих пор делаю эту медитацию. Но, признаюсь, несмотря на мою любовь к Ошо, иногда я все же хочу убить того, кто не согласен со мной, а секс с незнакомкой для меня – это лучший способ расслабиться. А если серьезно, я бы хотел, чтобы вы практиковали медитацию Атиши каждый день в течение трех месяцев. Мир должен быть изменен, а перемены начинаются с каждого из нас. Я сейчас говорю очень серьезно. В каждом из нас есть не только святой Франциск Ассизский, но и Гитлер. Мне очень нравилось видеть в себе святого Франциска, но было довольно сложно смотреть на Гитлера. Ошо говорил о том, что осознанность дает освобождение, и что все хорошее и плохое, что есть в нас, это всего лишь опыт, переживания, а не мы сами.

И я сделал то, что сделал бы любой сексуально озабоченный холостяк, оказавшись в моей непростой ситуации: в «Гитаме» на кухне в зоне мытья посуды я повесил листок с надписью: «Вы можете мне помочь?» За два дня никто не откликнулся, и я был ужасно расстроен. Большинство моих любовниц приезжали ко мне только на выходные. Но ведь кто-то же из живущих в ашраме санньясинок должен был прийти мне на помощь в мой час нужды? Когда я узнал, что молодая девушка по имени Йоганидра собирает вещи и покидает ашрам, я пробрался на кухню под предлогом, что буду мыть посуду, и написал ее имя на листке в одной из четырех граф. И этот трюк сработал. И вот за час до моего отъезда к врачу, девушка Лила написала на листке свое имя. Я был очень взволнован,

«Все сущее в равной степени необходимо. Крошечная травинка так же важна, как и огромная звезда на небе. В существовании нет иерархии». Ошо

потому что Лила мне нравилась. И как любой великий медитатор, я решил вначале погонять лысого, а потом встретиться с Лилой. Я закрыл глаза и представил красотку из Пуны, которая обходила меня стороной. Потом пришла Лила, мы выпили по стакану апельсинового сока и приступили к делу. Перед операцией врач спросил меня, сделал ли я свое домашнее задание, и, глядя на мою довольную физиономию, произнес: «Давай начнем».

Прошлое – это просто коллекция незавершенных мыслей. Вы когда-нибудь замечали, что первое, что вы помните, проснувшись утром, – это последнее, о чем вы подумали перед сном? Иногда сон может продолжаться 15 лет. Я встретил Нисиму в Международном Медитационном Курорте Ошо в Пуне. Между нами произошла понятная всем химическая реакция. Кроме того, мы родились в один день в разных спальнях Бостона. Эти спальни находились на расстоянии 20 км и 20 лет друг от друга, но не будем придирааться к деталям. Мы провели вместе три дня, ничего не пили, не ели и были поглощены исследованием неизвестного. Мою спальню от кухни отделял небольшой холл, и Нисима пошла приготовить нам кофе, а я тем временем расслаблялся на кровати и курил воображаемую сигарету. Как только я ее потушил, я почувствовал, что что-то ушло. Нисима ко мне не вернулась. Потом я узнал, что, оказывается, на моей кухне она встретила своего будущего мужа, но она даже не потрудилась навестить меня в моей скромной обители и сообщить мне об этом. К счастью, я не подсел на курение воображаемых сигарет, хотя после второй затяжки бросить довольно сложно. Пятнадцать лет спустя Нисима постучала в мою дверь, держа в руках две чашки с капучино. Она была в разводе и счастлива. Мы до слез смеялись над всей этой ситуацией, над тем, что с нами не произошло, и возобновили дружбу. В прошлом наши отношения не были завершены, и вот спустя 15 лет мы, наконец, насладились кофе. Для меня эта история является ярким примером того, как прошлое может стать нашим будущим, если мы не проживаем тотально каждый момент.

66

Есть еще один санньясин Ошо, которого зовут Кришна Прем. И меня всегда интересовало, почему Ошо дал нам одинаковые имена. Нам казалось, что между нами вообще нет ничего общего. Мой тезка считал, что я был в восторге от жизни и безрассуден в любви, а он – моя полная противоположность. Для нас обоих встреча с Ошо была очень значимым событием в жизни, и когда мы встретились через 14 лет после принятия санньясы, мы решили вместе задать Ошо так волновавший нас вопрос. Встреча с Ошо была для нас взрывом – мы были невинны и понятия не имели о том, что такое медитация.

Вот наш вопрос:

ВОЗЛЮБЛЕННЫЙ МАСТЕР,

КОГДА 14 ЛЕТ НАЗАД В ВУДЛЭНДЕ Я ВПЕРВЫЕ СИДЕЛ ПЕРЕД ТОБОЙ, ВНУТРИ МЕНЯ СЛУЧИЛСЯ ВЗРЫВ. Я НЕ ЗНАЮ, ЧТО ЗНАЧИТ ЭТОТ ВЗРЫВ, НО ОЧЕНЬ ЧАСТО Я ЧУВСТВУЮ, ЧТО С ТЕХ ПОР Я ТОЛЬКО И ДЕЛАЮ, ЧТО ПЫТАЮСЬ УХВАТИТЬСЯ ЗА ЧТО-ТО, ЧТО УЖЕ ПРОИЗОШЛО.

Кришна Прем, вопрос, который ты задаешь, имеет колоссальное значение для всех искателей истины, поскольку этот вопрос касается закона, который является

фундаментальным для тех, кто ищет то, что нельзя выразить словами и объяснить логически.

Позвольте мне вначале объяснить вам этот закон. Возможно, многие из вас уже с этим столкнулись, когда-то это случается с каждым. Но вы можете не видеть всю картину целиком. А закон заключается в том, что когда вы впервые встречаетесь с Мастером, вы приходите к нему невинным, не отягощенным каким-либо опытом. Вы очень восприимчивы и чувствительны, вы с радостью готовы тотально двигаться в любое измерение. Поэтому первая встреча с Мастером всегда вызывает взрыв.

И этот взрыв происходит из-за вашей невинности, из-за отсутствия каких-либо ожиданий. Вы еще ничего не знаете о духовности, вы еще ничего не знаете о духовном экстазе. И ваше не-знание является причиной этого взрыва. Но потом начинается очень трудный путь. С этого момента начинается кошмар. Каждую минуту вы ждете, что этот взрыв вновь случится с вами. И так вы можете ждать годами, но он не случится, поскольку вы не выполняете главное условие. Вы совершенно забыли, в какой ситуации случился этот взрыв.

А в той же ситуации оказаться невозможно. Что бы вы ни делали, это будет всего лишь ожиданием, переживанием. Не-знание невозможно создать, оно вам не подвластно. Так устроено мироздание. Итак, первое, что ты должен сделать, Кришна Прем, это забыть об этом взрыве. Очень хорошо, что он случился, но есть и более интересные вещи. Зачем беспокоиться о чем-то, что является первичным, зачем беспокоиться о каком-то детсадовском опыте...

67

(ВЗРЫВ ХОХОТА – КАК ВЗРЫВ ПОП-КОРНА – ВНЕЗАПНО, КАК ФЕЙЕРВЕРК НА СВАДЕБНОМ ТОРЖЕСТВЕ У СОСЕДЕЙ).

Понимаете? Это так просто!

Начните ждать чего-то большего. Конечно, вы не можете знать, что именно это будет...

(ЕЩЕ ОДИН ВЗРЫВ ХОХОТА! ВСЕ ПРИСУТСТВУЮЩИЕ УМИРАЮТ СО СМЕХУ. МАСТЕР ОБВОДИТ ВСЕХ ВЗГЛЯДОМ И УЛЫБАЕТСЯ).

Боюсь, если я сейчас еще что-нибудь скажу, вы снова будете хохотать!

(ПАУЗА, ЧТОБЫ ВСЕ УГОМОНИЛИСЬ).

Начнем сначала.

Вы сидите рядом со мной, но не ожидайте ничего, а ждите.

И попробуйте осознать разницу между понятиями «ожидать» и «ждать». В ожидании есть какой-то вполне определенный объект, который вы хотите получить. И он блокирует ваш прогресс. Когда вы просто ждете, вы сами не знаете, чего вы ждете.

«Позвольте красоте, которую вы любите, быть во всем, что вы делаете». Руми

Но этот опыт настолько ценный, настолько значимый и настолько глубоко трансформирующий, что с вами обязательно должно произойти что-то более значительное, чем тот взрыв, который вы уже прожили.

Того взрыва больше никогда не будет. Столько воды утекло за эти 14 лет. Ни вы, ни я уже не являемся прежними. Ничто не является прежним. Вся ситуация каждую минуту меняется. А если вы залипаете на каком-нибудь прекрасном моменте, вы упускаете более красивые моменты и более интересные духовные экстазы.

Отпустите себя.

Если вы не отпустите тот взрыв, который случился с вами, и ожидание, что он вновь повторится, вы останетесь в моменте, который закончился 14 лет назад. И в этом случае вас со мной будет разделять пропасть в 14 лет. Просто поймите, что взрыв случился, потому что вы не ждали его, а сейчас его нет, потому что вы его ожидаете.

Это очень простой, но фундаментальный закон. И каждый становится жертвой этого закона: после того, как вы что-то попробовали, и вам это понравилось, вы просите это снова. Помните, что существование неисчерпаемо. Оно столько всего может вам дать, просто не просите повторов. Существование ненавидит повторы. Оно не хочет, чтобы вы еще раз проживали тот же опыт. Но даже если это будет тот же опыт, он не будет тем же опытом, понимаете?

68

Существование каждый момент является новым, свежим. Быть синхронным с существованием – это все, что мы можем проживать, Кришна Прем. И это наивысший экстатический опыт.

Ошо, «Ом Мани Падме Хум»

Медитация «Как услышать свой внутренний голос»

Как вы знаете, я был усыновлен своей собственной сестрой. Моя мать умерла от рака груди, когда я был еще младенцем, и перед смертью она передала меня на воспитание моей сестре Филлис. Позже у моей сестры-мамки родился сын, которого я стал считать своим братом: мы были братьями, хотя у нас и были разные родители. Когда я ушел в медитацию, Брайан нашел себя в само-гипнозе. Я уехал на Восток и встретил Ошо, а Брайан уехал на Запад и встретил доктора Милтона Эриксона, основателя современного гипноза. Я с гордостью попросил у Брайана разрешение использовать его технику «Как услышать свой внутренний голос» в моей книге не только потому, что я его люблю, но и потому что это его авторская методика.

Брайан: «Мне потребовалось несколько лет, чтобы сделать этот процесс простым, быстрым и эффективным. Эта методика помогает быстро справиться с любой физической или эмоциональной проблемой. Медитация занимает всего несколько минут и состоит из трех стадий».

Стадия 1: Проживите свою проблему

«Когда встречаются два эгоиста, встречаются два «Я». Вибхаван

Прежде всего, не пытайтесь избавиться от своей проблемы. Во-первых, это никогда не работает, во-вторых, это только усугубляет проблему – чем сильнее вы стараетесь изменить себя, тем больше становится ваша проблема. Вместо этого сознательно сосредоточьтесь на всех своих ощущениях и переживаниях, будь то боль, страстное желание, страх, печаль и др. Позвольте себе быть в курсе всех своих мыслей, чувств и ощущений, всего того, что имеет отношение к этой проблеме. Затем примите все эти переживания такими, какие они есть. После этого найдите какой-нибудь свой способ, чтобы выразить все, что вы чувствуете и думаете – вы можете все это проговорить себе вслух, написать на бумаге или сделать что-то другое. Когда вы проживете свою проблему на более глубинном уровне, вы узнаете, что значит быть в контакте со своим истинным «Я», и усилите голос своей внутренней мудрости.

Стадия 2: Оцените свою проблему

Затем вам необходимо конструктивно пообщаться со своим Внутренним Судьей, со своим внутренним критиком, голосом в вашей голове, который все время норовит отругать вас и наказать вас за все ваши ошибки и недостатки. Находясь в оппозиции с вашим истинным целительным голосом, ваш Внутренний Судья является неустанным голосом вашего социального/семейного программирования, и он настолько давно и глубоко сидит в вас, что с ним не так-то просто и попрощаться. Кроме того, когда вы начинаете бороться с вашим Внутренним Судьей, вы становитесь еще более самокритичными, поскольку теперь вы осуждаете своего Внутреннего Судью, а этим лишь даете ему энергию. Как и на Стадии 1, лучшим способом здесь является осознать, принять и выразить своего Внутреннего Судью. Только обняв своего Внутреннего Судью и поработав с ним, вы сможете отпустить эту контролирующую, вечно недовольную, бесконечно враждебную, чересчур аналитическую часть вашего ума.

69

Стадия 3. Растворите свою проблему

И наконец, когда вы проживете и соединитесь со всей своей болью и негативом, как только вы обнимите все свои мысли, чувства и самокритику, которые управляют вашей проблемой, вы обнаружите, что спонтанно вы начнете развивать новые, более любящие отношения с самим собой. Этот новый взгляд на самого себя естественным образом утихомирит резкие голоса, конфликтующие в вашем уме, и тут же вы начнете слышать свой истинный, аутентичный голос, свою интуицию, своего Внутреннего Мудреца. Этот голос является реальным источником вашей внутренней целительной силы, именно он дает истинные ответы на все ваши вопросы. И как только вы сможете услышать своего Внутреннего Мудреца, вы тут же легко найдете творческие пути решения своей проблемы. Новые идеи о том, как быть здоровым и счастливым, просто всплывут из вашего подсознания. И чем больше вы будете слушать свой внутренний голос, тем дальше уйдут от вас негативные переживания, которые вы испытываете: ваши страхи, боль, страстные желания, печаль и др. Это, действительно, похоже на чудо. А я не очень часто использую слово «чудо».

Все, что вам нужно, это пройти все три стадии этой медитации. Это не займет у вас много времени. Эта медитация даст вам уверенность в себе, и вы почувствуете, что вы легко можете управлять своими проблемами и не позволять проблемам управлять вами.

Это отрывок из книги «Голос: Как избавиться от негативного внутреннего диалога и открыть свою внутреннюю мудрость» доктора Брайана Альмана и Стивена Монтгомери.

Глава 4.

Творчество: высвобождение внутренних сил

Быть в отношениях и при этом оставаться независимым, вот что такое смелость. Новый человек будет смелым. В прошлом на земле существовали только два вида трусов: привязанные к жизни и отрешившиеся от мира, но и те, и другие были трусами. По-настоящему смелый человек будет жить в миру, и при этом не будет к нему привязан. Если этого не произойдет, случится тотальное разрушение. Третьего не дано. Человек не сможет выжить, если он останется таким, какой он есть сейчас. Или он должен изменить себя, преобразовать себя, или он должен умереть и освободить землю.

Ошо, «Книга Мудрости»

У спортсменов есть такой термин – «войти в раж»: во время занятия спортом в какой-то момент они осознают, что больше не делают движения, а движения происходят сами. Многие бегуны-марафонцы рассказывают, что каким-то невероятным образом, пробежав несколько километров, они входят в раж, расслабляются и наблюдают за тем, как бег происходит сам. Однажды со мной такое произошло во время забега на 12 км. Внезапно я обнаружил, что мое тело бежит, в то время как я, или какая-то часть меня, сидит на моем собственном плече и просто наблюдает за происходящим. Это было просто потрясающе, это то, что называется «усилие без усилий»!

71

Медитирующие люди испытывают то же самое: они попадают в пространство, в котором начинают видеть себя что-то делающими, при этом чувствуют, что они этого не делают. Они наблюдают за собой медитирующим. А если мы способны расслабиться и наблюдать за тем, как наше тело что-то делает, тогда кто же мы, и кто делает действие? В духовных кругах люди просто говорят: «Ты – не деятель», но если не ты – деятель, то кто? И если не вы совершаете действие, то кто?

Это очень сложный вопрос. Как поет Фрэнк Синатра: «Do be do be do be dooo»*. И это не про делать ИЛИ быть, это про делать И быть. Конечно, с точки зрения нашей маленькой жизни, мы являемся деятелями, но с точки зрения космоса, мы являемся существованием. Жизнь – это не только получение удовольствия от деятельности, но и наслаждение собственным бытием. Пока оно происходит.

Есть еще одна интересная идея о том, что все вещи, которыми мы владеем, все наши активы каким-то образом отражают то, кем мы являемся на самом деле. Другими словами, мы – это то, чем мы владеем. Все, что мы имеем, либо улучшает, либо дискредитирует наш имидж. Поэтому, если мы хотим быть кем-то важным, казаться особенным и производить должное впечатление, нам не только нужно много вещей, но много дорогих вещей. Мужчинам никак не обойтись без приличного счета в банке,

*Прим. перев: «Do be do be do be dooo» – «Делать, быть, делать, быть, делать, быть, делааать».

«Когда ваше сознание станет чистым зеркалом, прозрачным озером, безмолвным вместилищем энергии, в нем отразится Бог». Ошо

нескольких объектов недвижимости, «Мерседес-Бенца» или «Порша», а девушкам просто необходимо кольцо с гигантскими бриллиантами, несколько гардеробных, забитых дизайнерской одеждой, и коллекция чемоданов от «Луи Виттон». И тогда мы готовы идти на самую модную в городе вечеринку – нам есть, чем блеснуть в обществе. Я говорю «мы», потому что я ничем не отличаюсь от вас: я тоже всегда думал, что мне нужна крутая тачка, чтобы привлечь внимание красивых девушек. А крутая тачка и самые красивые девушки мне нужны, чтобы произвести впечатление на парней, правда, одному Богу известно, почему я думал, что мне нужно производить впечатление на парней.

И вот вы, парни, платите наличными за свой первый «Феррари», садитесь в него, заводите двигатель и в этот момент чувствуете, что вам для счастья больше ничего не нужно. Вы закрываете глаза и думаете: «Вот оно счастье! Наконец-то! Я сделал это! Теперь все будет просто замечательно!» Затем вы открываете глаза, продавец протягивает вам документы, и вы на своей превосходной новой машине выезжаете из автосалона. Но буквально через две секунды на улице вы видите молодую роскошную блондинку и думаете: «Если эта блондинка сейчас сядет ко мне в машину, у меня точно будет все, что я хочу!»

Так оно всегда и происходит – наступает момент, когда вы чувствуете, что у вас есть все, что вы хотите, вы абсолютно счастливы, вы – само счастье, но в следующий момент все рушится. Это как с оргазмом: в течение нескольких секунд вы чувствуете полное удовлетворение, ваш ум молчит, ваше тело расслаблено, вы лежите и блаженно улыбаетесь. А через пару мгновений снова хотите секса. На какой-то славный момент вы остаетесь без желаний: когда одно желание только что исполнилось, а другое еще не пришло вам в голову. Но внезапно вклинивается ум и начинает бубнить: «Я могу иметь больше! Я могу быть еще круче! Жизнь может быть еще лучше!»

72

И вот так всегда. И в этом нет ничего неправильного, это игры ума. Ум думает, что всегда есть что-то *большее*, и он убеждает вас, что вам нужно что-то большее, и даже если у вас все хорошо, вы все равно чувствуете, что вам чего-то не хватает. Ум все время чего-то хочет. И он продолжает болтать с вами: «Если у тебя будет еще больше вещей... если ты будешь делать то, что я хочу, ты достигнешь успеха». И так целыми днями у себя в голове мы меняем свой «Мерседес-Бенц» на «Роллс-Ройс», отождествляя себя с ними. Всю свою жизнь мы стремимся владеть еще большими, еще лучшими, еще более совершенными вещами, постоянно стараемся все обновить вокруг себя, а, на самом деле, мы просто себя дурим как та собака, которая все время бежит за своим хвостом.

Но позвольте вас спросить, вы – это то, что вы имеете, то чем вы владеете? Вы – это ваш роскошный особняк в Калифорнии или однокомнатная квартира в каком-нибудь захолустье? Вы – это ваш скейтборд или ваш «Ламборгини»? Неужели вы – это ваша дисконтная карта «Уолмарта» или платиновая карта «Американ Экспресс»? Все сводится к этому? Я не призываю вас отказаться от комфортной жизни, выкинуть все красивые вещи, отречься от мира и взять чашу для подаяния. Нет, наслаждайтесь, покупайте больше красивых вещей, но не отождествляйте себя с ними, не думайте, что они вам нужны, чтобы вы чувствовали себя кем-то. Пробуждение настоящего «Я» не означает отказ от «Феррари», но означает, что вы отдаете себе отчет в том, что это – просто машина.

«Блаженны одинокие и избранные, ибо вы найдете Царство; ибо вы пришли из него, и вы придете туда снова». Иисус Христос

Теперь про тело. Давайте посмотрим правде в глаза: мы же идентифицируем себя с телом. Странное дело, но мы идентифицируем себя с огромным куском плоти, наполненным костями. Ну, кто из нас не думал о себе в категориях роста и веса? Кто не думал про себя, что он слишком низкий или слишком высокий, очень худой или очень толстый? Кто не сравнивал свой цвет кожи, волос, глаз, размер носа, ушей и губ? Кто из парней не хочет иметь накачанные мышцы груди и большой член, кто из девушек не мечтает о красивой фигуре, пухлых губах и пышной груди? Все гляцевые журналы продвигают идею о том, что мы – это наше тело, наш стиль и наш имидж. И вот мы бежим и покупаем одежду по последней моде, все эти гели для волос, помады, и Бог знает что еще, чтобы создать свой образ, потому что мы думаем, что это – и есть мы. Мы – это бренд наших джинсов и бренд наших часов. Мы – это коллагеновые губы и голливудская улыбка. Да, именно так говорит журнал *Cosmopolitan*. Но только потому, что все считают что-то истиной, вовсе не обязательно, что это так.

Где-то на Северном Полюсе маленький медвежонок подходит к маме и спрашивает:

– Мам, а какой я медведь?

– Ты – полярный медведь, сынок, – отвечает ему мать.

– А ты уверена, что я – не бурый медведь?

– Абсолютно, сынок. Ты – полярный медведь.

Но маленького медвежонка такой ответ явно не устраивает, и он продолжает:

– Мам, а может, я – медведь гризли?

– В чем дело, сынок? Ты – полярный медведь.

Озадаченный медвежонок идет к отцу.

– Пап, а я – панда?

– Нет, сынок, ты – полярный медведь.

– И не коала?

– Нет, ты – полярный медведь. Но почему ты задаешь такие вопросы?

– Ну, – говорит медвежонок, – если я – полярный медведь, то почему мне так чертовски холодно?

А, может, этот маленький медвежонок и не является полярным медведем, и, может, он и не самый глупый на Северном Полюсе? И только потому, что все ему твердят, что он – полярный медведь, должен ли он в это верить? То же самое происходит и с нами. Только потому, что все кругом говорят, что мы – это наше тело, через какое-то время мы перестаем задаваться вопросом, так ли это, и начинаем в это верить. И помимо того, что мы воспринимаем свое тело исходя из его размеров и того, как оно выглядит, мы еще и замораживаемся на тему его возраста. И мы радостно спрашиваем друг друга: «Сколько тебе лет?» И в ответ слышим: «О! Мне двадцать» или «Мне тридцать», или «Мне сорок с хвостиком». Возможно, более адекватным было бы спрашивать: «Сколько лет твоему телу?» и в ответ слышать: «О! Снова двадцать один!»

Наше отождествление себя с телом не ограничивается только его возрастом и внешним видом. О, нет, на этом все не заканчивается! Есть еще такое понятие, как пол. Мы либо мужского, либо женского пола, мы – или мужчина, или женщина, или парень, или девушка.

«Сделайте этот момент моментом блаженства, и следующий момент, следующая жизнь и следующий мир будут такими же». Ошо

Почему у мужчин на груди растут волосы? Ну, они же не могут иметь все!

А еще есть такая штука, как сексуальная ориентация. Вы кто? Гетеросексуал, бисексуал или гей? На эту тему есть хорошая шутка...

Старый ковбой заходит в бар и заказывает себе выпивку. Садится за столик и начинает пить свой виски. К нему подсаживается молодая женщина и спрашивает его:

– А вы – настоящий ковбой?

– Ну, – отвечает он. – всю свою жизнь я провел на ранчо, объезжал лошадей, чинил заборы, клеймил скотину, так что, надо полагать, я – настоящий ковбой.

– А я – лесбиянка, – говорит молодая женщина. – Я весь день думаю о женщинах. Просыпаясь утром, я думаю о женщинах. Весь день я думаю о женщинах. Что бы я ни делала, я все время думаю о женщинах. Даже когда я принимаю душ или смотрю телевизор.... Все заставляет меня думать о женщинах.

Через некоторое время в бар заходит пара туристов. Они садятся рядом со старым ковбоем и спрашивают его:

– А вы – настоящий ковбой?

На что он отвечает:

– Я всегда думал, что я – настоящий ковбой, но только что я узнал, что я – лесбиянка.

Конечно, можно побродить по царству сексуальности и поразмышлять, являемся ли мы гиперсексуальными или фригидными, как Северный Полюс, или мы находимся где-то между. Являемся ли мы нашим кружевным бюстгалтером, нашими брюками из ПВХ или нашими стрингами из кожи леопарда? Или, может быть.... Нет, пожалуй, давайте, не будем углубляться в это царство.

74

Но, смотрите, разве вы – это пол вашего тела и ваша сексуальная ориентация? Являетесь ли вы «абсолютным мужчиной» без грамма эстрогена в вашем теле? Или «стопроцентной женщиной» без единой молекулы тестостерона в вашем теле? Вы – абсолютный гетеросексуал? Вы – абсолютный гей? А вы абсолютно в этом уверены? А где та самая грань? Нет, а, правда, а где начинаются Вы и заканчиваются границы вашей кожи?

«Вы – ЭТО Вы» – эта мысль кажется довольно простой, но мне потребовалось более 60 лет, чтобы научиться жить «здесь и сейчас». Большую часть своей жизни я жил будущим, надеялся, что завтра будет лучше, чем сегодня. В детстве я думал, что школа – это отстой, и с нетерпением ждал, когда же я вырасту. А окончив школу, я обнаружил, что реальный мир довольно жесток. Конечно, я как мог наслаждался жизнью и даже особо не впадал в депрессии, потому что просто всегда надеялся, что все изменится в лучшую сторону. И даже когда в Индии я встретил Ошо, своего учителя и друга, я смотрел на него и думал, что когда-нибудь я буду сидеть рядом с ним. И даже в присутствии своего Мастера, даже несмотря на то, что он всегда говорил: «Будьте здесь и сейчас», мне не удавалось жить настоящим. Так что сказать: «Вы – ЭТО Вы» – довольно просто, но если вы посмотрите внутрь себя, вы столкнетесь с тем же вопросом, который мучил и меня, но раз я пишу эту книгу, значит, я могу быть собой. Сейчас я точно знаю, что я – это я, и как только я это обнаружил, я узнал, и что вы – это вы. Это, конечно, звучит довольно глупо, и,

«Годы оставляют морщины на лице, однако отсутствие энтузиазма бороздит морщинами душу». Люсилль Болл

возможно, даже я не прав. Кстати, а есть ли реально тот «Я», который может быть прав или не прав. Другими словами раньше я думал, что я – это мои чувства, мои мысли, и что, если я мыслю, следовательно, я существую. Но это все не так. Вы существуете, знаете ли вы об этом или нет; мысли – это не вы, чувства – это не вы.

Один глупец сказал: «Я мыслю – следовательно, я существую». Это утверждение звучит так хорошо, что оно стало фундаментальным элементом Западной философии. На Западе каждый считает, что он реально существует, раз обладает способностью мыслить. Мы склонны воспринимать себя как будто наша личность является реальной, наша обусловленность является реальной, наша религия является реальной, и наш пол является реальным. То есть мы верим в то, чему нас научили о том, кто мы есть. А эта книга про то, чтобы вернуться к не-знанию себя, стать обнаженным, рискнуть сказать: «Не говорите мне, кто я. Я хочу отбросить все мысли, которые мне навязали, и даже все те мысли, которые пришли мне в голову до того, как я смог увидеть, откуда они пришли». Еще раз: кем вы были до того, как вам дали имя? Если я спрошу: «Кто вы?», большинство людей назовет свое имя: «Меня зовут Джо», «Меня зовут Джеймс». Кому какая разница, как вас зовут? Это не оригинальный вопрос, и ваш ответ не является оригинальным. Я знаю, я уже это говорил, но я специально повторяюсь, чтобы подчеркнуть эту истину. И когда Мастер спрашивает вас: «Кто вы?», а в ответ слышит ваше имя, он просто начинает смеяться над тем, что вы не можете задавать себе правильные вопросы. На самом деле, он вас спрашивает: «Как вы выглядели до того, как ваши родители стали заниматься любовью? Как вы будете выглядеть после того, как уйдете из тела? Как вы выглядите в данный момент? На Востоке этот вопрос обращен к вашему истинному лицу.

75

И что я вам предлагаю. После того, как вы снимите шляпу вице-президента банка и перед тем, как вы наденете шляпу отца трехлетнего ребенка, прочувствуйте момент, когда вы – никто. В этот момент вам не нужно ни перед кем хвастаться, в этот момент у вас нет эго, в этот момент вы абсолютно свежий и новый. И если вы прочувствуете этот момент, вы никогда не скажете своему сыну: «Я не хочу играть с тобой, я все еще являюсь вице-президентом банка». Но теперь у вас есть шанс сказать: «Ага, в данный момент я – твой папа, я только что перестал быть вице-президентом банка, сейчас у меня есть энергия, чтобы поиграть с тобой, я могу быть «здесь и сейчас», я могу тотально быть с тобой». И каждый отец, который находит время, чтобы поиграть с ребенком, знает, насколько свежими и новыми являются дети в каждый момент. И это именно то, что вы можете дать своему ребенку. Не быть с ним уставшим 45-летним еврейским папой, а делиться с ним своей свежестью и просто быть с ним. Я называю это «сойти с наезженной колеи». И это очень, очень просто сделать: вам просто нужно перестать быть вице-президентом, перестать быть отцом и просто наполнять своим дыханием каждый момент. Именно это и значит быть в настоящем, быть в присутствии.

Лао-Цзы в книге «Дао Дэ Цзин» часто повторяет, что «умные люди знают других, а просветленные люди знают себя». Ваша личность и ваша работа не являются вашей реальностью. Посмотрите на своего сына, разве у него есть какая-либо религия? Ему нет до нее никакого дела, он просто живет и наслаждается жизнью. Возможно, вы убедили себя, что у вас нет времени для медитации: ведь в сутках же всего 24 часа, с утра до вечера вы – вице-президент банка, ночью – отец, так когда же медитировать? На Востоке

«Человек рожден не для того, чтобы ползать по земле. Он наделен способностью к полетам в бесконечность». Ошо

мы говорим, что в сутках больше, чем 24 часа, а в Суфийской традиции говорится, что в сутках 48 часов: 24 часа мы посвящаем себе, разговариваем с собой, общаемся с собой, а другие 24 часа мы общаемся с коллегами по работе, со своей семьей. У нас есть 24 часа для внутреннего диалога и 24 часа для общения с внешним миром. Так что в сутках 48 часов.

Вы просто очень заняты, чтобы посвящать свое драгоценное время на отдых и на то, чтобы отпустить себя. По крайней мере, именно это я все время слышу от своих друзей, когда прилетаю из Индии в Лос-Анджелес, Город Ангелов. Мне потребовалось немало времени, чтобы понять, насколько занятыми являются Ангелы.

Конечно, нужна высокоскоростная машина, чтобы добраться отсюда сюда. И что самое смешное, я абсолютно с этим согласен: двадцати четырех часов просто недостаточно, чтобы иметь успешную жизнь. Но я хочу вам подарить дополнительные 24 часа в сутках, если вы согласитесь каждый день один час посвящать медитации. Договорились?

Смотрите, сейчас каждый день 24 часа вы посвящаете не себе, а своей внешней жизни: работе, обществу, своим детям. И в течение этих же 24 часов вы ведете с собой внутренний диалог и заботитесь о себе. Не удивительно, что в конце дня у вас нет никаких сил. Еще бы! А у кого они будут, если работать по 48 часов в сутки!

И в этом случае возникает острая потребность в медитации. Когда вы научитесь медитировать или, проще говоря, когда вы научитесь расслабляться, вы узнаете, что нет такого понятия, как время. Вы научитесь быть в моменте. Когда внешняя жизнь и внутренняя жизнь находятся в гармонии, время исчезает.

Вот что, на самом деле, является целью жизни – достичь этой гармонии. Просто выделите в своем напряженном графике один час в день на то, чтобы быть бдительным в течение этого часа. Просто наблюдайте за вашими двумя голосами – внутренним и внешним. Эту практику можно делать даже во время ужина с любимым человеком. Наблюдайте за тем, как ваше тело ест, и одновременно с этим наблюдайте за тем, что вы говорите, и о чем вы в этот момент думаете: «Это блюдо не слишком жирное? Лучше я буду одна, чем с ним. Заниматься любовью гораздо полезней для моей фигуры!»

Помните, что смысл жизни – это быть осознанным, а не быть честным. Расслабьтесь. Приготовьтесь. Вы можете обнаружить, что вы – не ум, вы – не тело, а вы – просто свидетель. Если вам удастся это осознать, поставьте себе «пятерку» – это называется «Просветление». А если нет – то «единицу», это называется «Эго». В любом случае, получайте удовольствие, веселитесь – это же ваша жизнь.

И угадайте, что еще? Нет такого понятия, как время. Время создано конфликтом. Если вы себе говорите одно, а другим – другое, если вы не честны с собой или с другими, если вы не считаете себя хорошим вице-президентом или отцом, возникает конфликт, а вместе с ним и ощущение времени.

Если вы расслаблены, вы честны, и вы можете быть с другими и не врать себе. И в

тот момент, когда вы находитесь в согласии с собой и с миром, время исчезает, и вы находитесь в этом самом моменте, и этот самый момент – это все, что, на самом деле, и существует. Но чтобы почувствовать это, нужно быть расслабленным.

И если раньше вы думали, что в сутках всего 24 часа, возможно, сейчас вы со мной согласитесь, что в сутках 48 часов. Проведите такой небольшой эксперимент: просто понаблюдайте за собой, когда вы болтаете со всеми, кого встречаете, даже если вы любите этих людей, и посмотрите на то, как сложно себя выразить. А затем обратите внимание на то, соответствует ли то, что вы чувствуете, тому, что вы говорите, и как вы при этом ощущаете время. Вы обнаружите, что печаль длится дольше, чем радость. Вы помните, сколько времени вчера длился ваш оргазм? Время неподвижно, оно стоит на месте, и если мы находимся в моменте, мы не помним, как долго он длится; поэтому мы не помним, сколько длился наш экстаз, сколько длилась наша радость. И поэтому, если я спрошу вас, сколько времени вчера вы бодрствовали, скорее всего, вы ответите: «Господи, да все 24 часа, но мне показалось, что прошла вечность!» Мы просто потеряли способность радоваться, но даже когда мы чувствуем радость, она кажется нам такой мимолетной. Понаблюдайте за собой. Очевидно, что в сутках не 48 часов, но и не 24 часа. Не знаю, поверите ли вы мне или нет, но нет такого понятия, как день. Согласен, это утверждение звучит довольно безумно, но есть только сейчас: есть только то, что происходит в данный момент.

Халиль Джебран эту мысль выразил таким образом: «У меня случилось второе рождение, когда моя душа и мое тело полюбили друг друга и поженились».

77

А сейчас я прошу вас сделать следующее: поднимите свой указательный палец, это – вы. А теперь поднимите свой средний палец, это – я. Возможно, вам захочется бросить мне вызов, потому что: «Ты, Кришна Прем, абсолютно безумен, большую часть времени ты проводишь на Востоке, и лучше бы ты там и оставался, ах зачем вообще я взял эту чертову книгу в руки, и знаешь что, Кришна Прем, я сейчас тебя побью, потому что ты – полный идиот...». И это очень интересная ситуация. Если вы идентифицируете себя со своим указательным пальцем, а меня – со своим средним пальцем, то, конечно, рано или поздно между нами возникнет конфликт. И, конечно, вы, разозлившись на меня за все, что я уже успел вам сказать, скажете, что Восток вообще не имеет никаких ценностей, и что лучше бы ты, Кришна Прем, никогда не покидал Запад, что Запад – это реальный мир, а Восток – это мир грез.

Знаете, когда я чувствовал себя средним пальцем, мне было настолько хреново, что мне ничего другого и не оставалось, как покинуть такой реальный мир Запада, чтобы расслабиться на Востоке. Но вот, что я понял, и я хочу с вами этим поделиться: до тех пор, пока мы будем воспринимать друг друга как два разных пальца, между нами будет продолжаться конфликт, но как только мы увидим, что мы являемся двумя пальцами одной руки, случится медитация. При этом каждый из нас останется при своем мнении, и у каждого будет, что сказать другому, и, возможно, вам по-прежнему захочется побить меня, но это так и останется на уровне желаний – вы просто уже не сможете этого сделать. А, быть может, вы скажете: «Эй, проснись! Я хочу с тобой поиграть. Ты так многому научился на Востоке, но тебе нужно сбалансироваться». Я полагаю, всем людям на Западе

«Медитация – это искусство быть одному. Любовь – это искусство быть с людьми, искусство быть вместе с другими». Радкхи

нужно научиться не впадать в крайности. И сейчас именно об этом мы и говорим. Восток учит, что высшая ценность – это умение видеть, что мы являемся двумя пальцами одной руки. Когда на Западе мы говорим: «Мы едины», мы сами в это не верим. На Востоке говорят: «Мы – не два». И между этими двумя понятиями есть очень большая разница. Правда, если сейчас вы держите в руке чашку кофе, вы не поймете эту разницу. Мы являемся двумя пальцами одной руки. Мы – не два разных человеческих существа, мы – одно человеческое существо. Мы – не два человеческих деятеля, мы – два человеческих существа, слившиеся в одном. Так, когда вы собираетесь перестать быть делателем и станете человеком?

То есть, если вы не снимите шляпу вице-президента и не отложите ее в сторону, а дома, отыграв свою роль в шляпе отца, вечером вы не снимите и эту шляпу, если вы не научитесь снимать эти шляпы, вы всегда будете жить в толпе, вся ваша жизнь будет толпой, в которой так легко потеряться. Когда вы – вице-президент, когда вы – отец, когда вы – муж, а когда вы – мужчина? Вы думаете, что все эти люди – это вы, а у меня есть такое чувство, что вообще все люди, которых вы когда-либо встречали и с которыми вы общались, до сих пор живут в вас. Сейчас вы живете в толпе, и вам просто нужно время, чтобы освободиться от всех этих людей.

На Западе мы все такие одинокие, но мы совершенно не умеем жить в одиночестве, поэтому внутри нас живут наши родители, наша первая учительница, наша первая подружка, которая поцеловала нас в щечку, наш первый друг, с которым мы играли в футбол, наша первая девушка, – все они живут внутри нас... Каждого человека, которого мы когда-либо встретили, мы пригласили пожить в нашем уме, но потом мы позабыли попрощаться со всеми этими людьми, и поэтому они до сих пор еще там. Но однажды там не останется места для нас самих, и это может привести к безумию. Вы всех пригласили пожить с вами, и отель в вашем уме уже давно переполнен, но единственный человек, который покидает его – это вы. Поэтому я говорю вам, возвращайтесь в свой отель и поставьте всех в известность о том, что им необходимо покинуть ваш отель. Начните с тех, кого вы терпеть не можете, с ними проще. Просто скажите им: «Убирайтесь вон из моего отеля! Это мой ум, и я хочу побыть один». А когда вы избавитесь от тех, кого вы не любите, обратитесь к тем, кого вы любите. Это прекрасно, что люди, которых вы любите, приходят в ваш отель, и вам нравится быть вместе с ними, но сейчас вам нужно обратиться и к ним тоже. Скажите им: «Знаете, я сейчас хочу побыть один. Я доверяю себе, и я готов быть собой, так что – прощайте. Но когда будете в моих краях, обязательно заходите, мы чудесно проведем время, но потом вам придется уйти, не обижайтесь, но я снова вам напомню об этом».

По сути, медитация – это и есть очищение вашего отеля от всех тех людей, которых вы когда-то в него пригласили. А когда вы попросите всех этих людей уйти, мы сможем заняться просмотром вашей карьеры. И знаете, что окажется? Окажется, что вы сами прекрасно знаете, как быть вице-президентом, и вам вовсе не обязательно все время об этом думать. Вы почувствуете, что вы можете просто жить в моменте, зная, кто вы, и что вам нужно делать: вы получили соответствующее образование, у вас есть необходимый опыт, и вовсе нет никакой необходимости все время держать в голове идею о том, как быть вице-президентом.

Теперь вы знаете, что мы смотрим с вами на ваше большое «Я». Ваше большое «Я» – это Бог внутри вас. Ваше маленькое «я» – это ваша личность, ваша маска, то, что греки называли «персоной». И что я вам предлагаю? Я предлагаю вам снять эту маску и остаться обнаженным, обнаженным перед самим собой. И когда вы обнажены, мы уже не говорим о «Я», мы говорим об отсутствии «Я». И мы переключаемся с вашего маленького «я», того «я», которое вы так хорошо знаете (назовем его ваше эго) на ваше большое «Я», то «Я», которое существовало еще до того, как вам сказали, кто вы, до того, как вы знали, кто вы, до того, как ваши родители стали заниматься любовью, чтобы зачать вас. Это ваше большое «Я». Очень сложно идентифицировать себя со своим большим «Я», так как нет того, с кем можно было бы себя идентифицировать. Ваше большое «Я» – это не большой Вы. Это может сбить вас с толку, но я пишу эту книгу лишь затем, чтобы помочь вам разобраться в этом вопросе. Не удивлюсь, если вас раздражает, что я предлагаю вам найти то, чего не существует. И каждый раз, когда я говорю что-то, что вас раздражает, попробуйте найти в себе того, кто не раздражается, ту часть вас, которая просто наблюдает за вашим характером и за тем, как ваша личность проживает эмоцию раздражения. А если мне удалось вызвать в вас раздражение, значит, я сделал невероятное дело: я смог показать вам, что вы еще идентифицируете себя со своим эго. И в следующий раз, когда я выведу вас из себя, вы можете просто засмеяться и сказать: «Господи, он снова меня подловил!» Да, но нет того «он», который вас подловил. Я тоже вместе с вами смотрю на все, что я говорю. И когда я вас раздражаю, я, Кришна Прем, тоже могу испытывать раздражение. Я, Кришна Прем, тоже могу идентифицировать себя со всем тем же, на что и вы реагируете. И нет проблемы, если в вас есть то, чего нет во мне. Я просто предлагаю нам выйти за пределы всех наших проблем и посмотреть на себя как на само существование. Я предлагаю вам повеселиться с Кришной Премом: давайте вместе повеселимся, посмеемся и скажем друг другу: «Спасибо тебе, что ты помог мне найти свое слабое место. То, с чем я все еще себя идентифицирую, то, что до сих пор меня раздражает. Это – то, что я хочу в себе изменить». Но давайте попробуем не менять это, а позволить этому быть. Когда же мы перестанем быть деятелями и личностями? Когда же мы, наконец, раз и навсегда станем людьми? Когда вы идете вглубь себя, довольно глубоко, вы встречаете там Бога и больше никого. Вы встречаетесь со своей сутью...

Я уже говорил о понятии «войти в раж» в спорте, в медитации также есть такое понятие. Это состояние возникает, когда ваша личность функционирует, а вы наблюдаете за тем, как она функционирует. Вы видите, что является, действительно, важным, вы знаете, что вам нужно прожить в течение дня, но вы также знаете, что все это – большая космическая шутка, что вы можете отпустить свою личность, отпустить свое эго и при этом прожить свой день, наслаждаясь доверием к существованию. Давайте посмотрим правде в глаза: мы все привязались к своему существованию, мы привязались к своим телам, к своим семьям и к обществу. И эта привязанность означает, что между реальными вами и игрой, в которую вы вовлечены, нет никакого пространства. Вы настолько идентифицируете себя со своей игрой, со своей семьей, со своей религией и обществом, что вам просто некуда отступить, чтобы увидеть, что все это – просто космическая игра, и что вам совершенно не нужны все эти костыли, которые вам дали ваша семья и общество. Вы можете быть свободным, и, кстати, вы уже свободны, просто вы не знаете об этом!

Когда вы обнажены, вы – тот, кто вы есть, вы всегда были тем, кто вы есть, и вы являетесь только тем, кто вы есть. Вот это и есть «здесь и сейчас». Просто найдите время, чтобы посмотреть, сможете ли вы увидеть, что вы уже являетесь просветленным, что вы уже тот, кем вы хотели быть. Это не просто, не так ли? Я имею в виду, что если, например, вы хотели стать врачом, быть врачом – это не быть тем, кто вы есть. Другими словами, это похоже на то, как дети говорят: «Когда я вырасту, я хочу стать индейцем» или «Я хочу быть доктором» или «Я хочу быть адвокатом». Но это все внешнее, это все ваша одежда. Это – не настоящий вы. Если вы хотите быть врачом, будьте врачом, это замечательно – быть врачом, но это – не то, кто вы есть. Вы – не тот, кто вы думаете, вы есть, но вы – тот, кто вы есть. Мы ходим в церковь, каждое воскресенье утром молимся в течение часа, а затем идем домой и делаем то, о чем мы не молились, потому что мы должны о себе заботиться. В нашей жизни нет такого понятия, как вера, просто потому, что в нашей жизни нет любви. Когда вы в последний раз не осуждали своего ближнего? Когда в последний раз вы испытывали чувство любви к ближнему? Не с эгоистической позиции, когда вы выигрываете, а другой человек проигрывает, а с позиции, когда оба выигрывают. Когда в последний раз с вами происходило что-то подобное?

Так что вместо того, чтобы навешивать на свою жизнь ярлыки: «Я – доктор», «Я – политик», «Я – священник», я рекомендую вам абстрагироваться от своей личности. Отпустите все, кем вы считаете, вы являетесь: красивым, уродливым, смешным, грустным.... Отпустите все определения себя, отпустите свою личность. Начните себя раздевать. И вскоре вы дойдете до пустоты, и из этой пустоты начнется ваша встреча с самим собой. Из этой пустоты, из этой тишины вместо того, чтобы почувствовать себя доктором, вы почувствуете блаженство. Вместо того чтобы чувствовать себя католиком, вы почувствуете радость. Вы не знаете, какое чувство вы испытаете, быть может, и грусть, но все, что вы проживете, будучи обнаженным, приходит и уходит. Здесь нет никакой идентификации, есть только то, что видно. И вновь мы становимся ребенком, и имя наше – Осознанность. И эта осознанность и есть просветление.

80

Бессознательное всегда повторяется. Сознание всегда является новым. В каком-то смысле медитация – это путь воина. На Западе вам все твердят: «Торопись, жизнь всего одна, некогда наблюдать за жизнью, нужно принимать активное участие в собственной жизни». И вот вы приезжаете на Восток. И, Боже мой, теперь у вас столько жизней! К чему суетиться? Однажды я пытался объяснить своему другу-индусу значение испанского слова *mañana**. Я говорю ему: «Это значит, что ты можешь сделать это завтра, тебе не нужно торопиться». На что он сказал, что в языке Хинди нет такого слова, как *mañana*. В Индии у каждого человека есть много-много жизней. В Америке у нас есть только одна жизнь, так что стоит поторопиться! Я думаю, истина находится посередине: у нас есть только одна жизнь, но она вечная, так зачем вообще что-либо делать? Мы все равно воплотимся в другом теле и все равно будем делать те же ошибки. Думаю, срединный путь – это быть «здесь и сейчас».

Я очень люблю дискурс Ошо, когда он говорит про известное, неизвестное и непознаваемое. Известное – это просто, это – то, что вы знаете. По какой-то неизвестной

**mañana* (исп.) - завтра, ближайшее будущее.

«Если вы хотите знать, кто вы, вам придется забыть все, что вы знаете о мире. Вам придется столкнуться со своей собственной реальностью». Ошо

причине вы просто это знаете. За известным следует неизвестное, и, чтобы познать его, вы идете в школу, в университет, пристааете к родителям с вопросами: «Я этого не знаю, это выходит за пределы физического мира, ты можешь помочь мне разобраться в этом? Мне это интересно». И так неизвестное становится известным. Но есть еще третья категория – непознаваемое, это – то, что вы не можете знать. На Востоке мы говорим, что не-знание – это самое глубинное переживание, которое можно прожить. И я думаю, что ясность о том, кто вы есть, приходит, когда вы воспринимаете все три категории: известное, неизвестное и непознаваемое, и все они являются для вас истинными. Вы знаете то, что вы знаете, узнайте то, что вы хотите узнать, и расслабьтесь, понимая, что непознаваемое вам все равно не постичь, и это – прекрасно. И, как сказал Ошо, даже если бы вы знали непознаваемое, что бы от этого изменилось? Разве бы что-нибудь от этого изменилось? Так что вместо того, чтобы убивать себя, пытаться познать непознаваемое, просто расслабьтесь. Расслабьтесь, зная, что это не имеет никакого значения, потому что самый глубинный опыт вы можете получить, просто расслабившись в непознаваемом. Это – не то, что вам необходимо знать. Просветленный человек не может видеть себя самого. Он может видеть только то, что происходит. Провидца нельзя увидеть, провидец видит. Таким образом, вы можете увидеть, кем вы являетесь для существования, но вы не можете увидеть себя своими же глазами. Вы – тот, на кого смотрят, вы не можете видеть себя самого. Вам нужно начать доверять этому, принять это и полюбить. Это то, кем вы являетесь, так почему бы не полюбить это?

Будда напоминает нам, что счастье – это всепринятие. На Востоке это также называется *беспричинной радостью*. Могу ли я вам это доказать? Нет, не могу. Но я точно могу вам сказать, что если вы посмотрите вглубь себя, вы все равно не найдете ответа на вопрос, почему это так. Но погрузившись вглубь себя, вы сможете обнаружить, что вопрос исчез. А когда нет вопроса, нет и ответа. Ответа вообще никогда и не было, а вот вопрос был, потому что вы уже давно не были собой. Станьте собой, и вопрос исчезнет, а ответ, который вам придет, будет для вас абсолютно новым, но вы сможете его принять. И это то, что мы называем медитацией, это – Бог без имени.

Когда вы прикоснетесь к своим корням, к своему «не-я», вы также сможете почувствовать, как у вас расправляются крылья. На Востоке мы называем это «корни» и «крылья». Когда Мастер смотрит вам в глаза, он видит, насколько вы укоренены. Он также видит, развеиваетесь ли вы на ветру, являетесь ли вы абсолютно уязвимыми и в то же время укорененными, находитесь ли вы в полной гармонии с непознаваемым. Можно сказать, что на Востоке просветление представлено непознанным летающим объектом, а на Западе этот объект идентифицируют с Богом. Поэтому на Востоке у нас нет Бога, а на Западе у нас есть Бог. Восток и Запад никогда не встретятся, если они не встретятся в вас. Но не так-то и просто перестать смотреть через свою личность и начать смотреть через свое существо. Нет другого Бога, кроме самой жизни. Поэтому не слушайте меня, не слушайте то, что я говорю, и хотя мне нравится то, что я говорю, это не должно быть ответом на ваш вопрос.

Ошо написал книгу *«Уйдите со своей дороги»*. Это не о том, чтобы уйти из тела, а о том, что значит быть в настоящем, быть в присутствии. Умные люди знают других людей, просветленные люди знают себя. Это парафраз из Лао-Цзы. Будда имел в виду то же

«Ваш вечный любовник находится внутри вас. Как только вы его найдете, вы будете абсолютно собой довольны». Ошо

самое, когда сказал: «Будьте светом для самих себя». А Ошо хватило храбрости сказать: «Будьте шуткой для самих себя». Надеюсь, я не сбиваю вас с толку, хотя, может, и сбиваю, потому что я сам запутался. Это вечный парадокс Дзен.

Чтобы немножко разрядить ситуацию, расскажу-ка я вам анекдот. Однажды я послал Ошо шутку, очень плохую шутку, но Ошо ее прочитал. Она ему понравилась, поэтому я тоже вам ее расскажу. Возможно, вы ее знаете, возможно, это одна из первых шуток, которые вы когда-либо слышали:

Как индейское племя Факави получило свое название?

Поздней ночью молодой воин приходит к вождю племени и говорит:

– Я абсолютно уверен, что мы заблудились. Я не знаю, в какую сторону дальше идти. Я, конечно, воин, но у меня вообще нет никаких идей.

На что вождь ему говорит:

– Иди и помедитируй на это. И если так и не поймешь, где мы находимся, утром разбуди меня и спроси об этом.

На следующее утро молодой воин первым делом прибегает к вождю:

– Да я просто в недоумении! Я не знаю, где мы!

Вождь, пыхтя и ругаясь на чем свет стоит, встает с постели, садится на пони, доезжает до края пустыни, прикладывает руку козырьком ко лбу и, всматриваясь вдаль, кричит:

– Where the fuck are we? («Ну и где мы, черт побери?»)

Так племя Факави получило свое название.

82

Ошо понравилась эта шутка. Я думаю, это глупая шутка, но когда Мастеру нравится глупая шутка, мне тоже хочется ею поделиться. Вообще, надо делиться. Мне ужасно нравится выражение: «Я люблю свои проблемы». Когда вы любите свои проблемы, они тут же перестают быть проблемами и становятся просто ситуациями, которые нужно прожить. Когда я первый раз вернулся из Индии в Америку, я спросил у своих друзей, хотят ли они медитировать со мной, быть со мной, но в большинстве случаев в ответ я слышал лишь: «Ты с ума сошел? Это слишком опасно. Может, лучше по капле кислоты?» Секс, наркотики и рок-н-ролл. А как насчет дыхания, тантры, музыки и тишины? Ошо напоминает нам, что медитация приносит две вещи: она приносит мудрость, и она приносит свободу. Это два цветка, которые вырастают из медитации. Когда вы погружаетесь в тишину, пребываете в безмолвии и вне-ума, в вас распускаются два цветка. Вы становитесь свободными. Медитация является ключом к освобождению, свободе, мудрости, к себе самому. Это стоит того. Вам не нужны деньги, чтобы быть собой, вам не нужна религия, чтобы быть собой, вам не нужна ученая степень, чтобы быть собой. Вы можете быть собой, и при этом иметь ученую степень. Вы можете быть собой и следовать какой-нибудь религии. Вы можете быть собой и быть мудрым. Вы – это вы. Наслаждайтесь.

Я много говорю про медитацию, может быть, потому что я – мужчина, а в некотором смысле медитация является мужским путем, а любовь – это женский путь. Медитация – это способность быть тотальным в одиночестве, а любовь – это способность быть тотальным с другим. Но и любовь, и медитация направлены на одно и то же. Ошо

напоминает нам, что оба эти пути приводят к исчезновению эго. Любовь означает радость в отношениях, а медитация означает радость в одиночестве. В некотором смысле вам нужно выбрать, какой путь вам больше подходит. Кроме того, вам нужно постоянно смотреть, подходит ли вам прямо сейчас тот путь, по которому вы идете. Иными словами, в определенные моменты жизни вашим путем может быть любовь, а в другие моменты вашим путем может быть медитация.

Когда я встретил человека по имени Ошо, я влюбился в него, и так медитация стала моим путем. Но я не говорю, что вам обязательно нужен гуру. Как говорится, если адвокат защищает сам себя, значит, его клиент – дурак. Так что можно сказать, что к человеку, который сам для себя является гуру, всегда придет какой-нибудь дурак, который станет его учеником.

Но вне зависимости от того, хотите ли вы, чтобы у вас был гуру или вы предпочитаете идти по жизни без наставника, поскольку не считаете себя дураком, но в то же время вы умеете посмеяться над собой, над своим идиотизмом, вы – в полном порядке. Но если, когда вы находитесь в присутствии Мастера, ваше эго раздувается, если, когда вы находитесь в одиночестве, ваше эго раздувается, может, вам стоит лечь на пол и поползть вместе с младенцем? Поползть и посмотреть на все, что вас окружает, как в первый раз. Или, может, вам стоит поехать в Гималаи, найти там мудреца с длинной бородой и спросить его: «Как мне снова стать невинным?» Но, на самом деле, вы можете прямо сейчас, в данный момент спросить у *самой жизни*, как снова стать невинным. Жизнь – это не то, что знают мужчины, жизнь – это не то, что знают женщины. Жизнь есть, и она порождает мужчин и женщин. Не мужчины и женщины приходят в жизнь, а жизнь приходит к мужчинам и женщинам. На эту тему есть такой прекрасный коан: «Есть ли у собаки сознание?»

Это один из древнейших в мире коанов Дзен. Честно признаюсь, я не знаю, есть ли у собаки сознание, но я точно знаю, что у сознания есть собака. У сознания есть вы. В английском языке слово «собака» – это написанное задом наперед слово «Бог»: «Dog» и «God». Жизнь держит вас за яйца. И неважно, есть ли у вас яйца, или нет, жизнь все равно держит вас за яйца. Ну, или можно сказать, что жизнь держит вас за не-яйца. Яйца или не-яйца, какая разница. Жизнь – это игра. Скажем, игра в теннис, и вы в ней – мячик. И это она приходит к вам, а не вы начинаете в нее играть. У сознания есть вы, а у вас есть возможность быть осознанным. Это – то, что мы называем потоком. Жизнь – это вы, и вы – это жизнь, и в этом нет раздвоенности, в этом есть единство. И вам нужно вернуться к тому, кто вы есть. Вам нужно снова стать источником. И это высший пилотаж медитации.

Как только вы достигаете просветления, вы понимаете, что нет такой штуки как просветление, и нет того «Я», который мог бы стать просветленным. Тот «Я», который вы хотели, чтобы стал просветленным, исчезает в этот самый момент. На самом деле, есть жизнь до просветления и за пределами просветления, но само просветление исчезает именно в тот момент, когда вы становитесь просветленным. Когда с вами случается просветление, вас больше нет, поэтому в каком-то смысле нет и того, кто может достичь просветления.

Я не хочу сводить вас с ума. Я не имею в виду, что в вас существуют две части: часть,

которая является существованием, и ваша личность. Есть только жизнь, есть только вы, есть только Бог. Однако мы не всегда об этом помним. К трем годам нам рассказывают все, что угодно, только не это. Свидетель – это основа медитации. Свидетель – это сознание. В принципе, в мире нет смысла, весь смысл заключается в самом центре вашего существа, мир – это просто шум, в нем нет никакой музыки. Жизнь похожа на игру в шахматы: в конце игры все короли, королевы и пешки попадают в одну коробку, поэтому в жизни нет никакого смысла. Смысл имеет лишь то, как вы играете в эту игру. Каждые семь лет в нашем теле обновляется каждая клеточка. Посмотрите свои детские фотографии – едва ли вы себя узнаете. В 28 лет для нас рискнуть – все равно, что пойти погулять в парке, а в 50 лет тот же самый риск может парализовать нас страхом. Именно это и имеется в виду, когда говорят, что жизнь подобна течению реки.

Вы являетесь центром циклона. Но вы отождествляете себя с бурей, которую называют вашим именем. И до тех пор, пока вы не узнаете, кто является свидетелем, пока вы не узнаете ту часть себя, у которой нет ни имени, ни формы, и которая является лишь осознанием, вы всегда будете считать жизнь драмой, а не космической комедией. И здесь речь не идет о том, чтобы сидеть в позе лотоса или бросить все и поехать в Гималаи без своего дантиста – этого боится каждый медитирующий человек, который верит святым. Я говорю о том, что вы можете просто смотреть кино, главным героем которого вы являетесь, и при этом не совершать ежесекундно самоубийство. Единственный момент, который является истинным, это тот, который изливается из вас, когда вы находитесь за пределами страхов и ожиданий. Так что будьте бдительными и не думайте, собирается ли ваша девушка вас поцеловать, просто будьте в моменте, поскольку нет лучшего способа получить французский поцелуй. Нет ничего сексуальнее, чем расслабленность. Если вы мне не верите, не читайте дальше эту книжку, отдайте ее кому-нибудь. А если вы мне верите, не убивайте меня только потому, что вы не хотите совершать самоубийство.

84

Единственный способ как мы, действительно, можем встретиться друг с другом – это быть обнаженными, обнаженными в том смысле, что вы и я будем лежать в постели без наших личностей. И это истинный смысл тантры: когда единство во мне встречается с единством в вас. Мне бы очень хотелось сказать, что этот опыт сделает нас родственными душами, но, насколько я знаю, родственные души – это мечты нашего ума о любви, а я говорю о том, что и вы, и я вернемся к тем, кто мы есть, в ту точку, где ни один из нас не существует.

После того, как я купил «Гитам», мы с Роном, моим агентом по недвижимости, пошли в бар местной гостиницы отметить это событие. Мы с Роном стали близкими друзьями, поэтому, конечно, я взял только половину его агентского вознаграждения, а оставшуюся сумму денег он потратил на поездку в Индию, чтобы увидеть Ошо. Ошо дал ему имя Анубудда. И с тех пор он больше не занимается недвижимостью. Он является создателем медитативной целительной техники «Осознанное прикосновение ARUN» и знаменитым на весь мир Мастером по работе с телом. Он начал свою жизнь как аферист, а теперь он – веган. Алхимическое преобразование. А в то время он был гораздо более мирским, чем я, и поэтому купил первый круг выпивки, а я, как и полагается истинному джентльмену, заплатил за второй. Выпивать в высокой пустыни Калифорнии – это все равно, что выпивать на борту самолета. Я очень быстро напился.

«Просто смотрите. Просто немного отстранитесь и смотрите. Создайте пространство между собой и своим умом». Ошо

Извинившись, я пошел в комнату для джентльменов, открыл дверь, и мое тело упало на пол. Но штука в том, что оно не упало, ибо я сказал своему телу не быть настолько уж пьяным, ибо я не хочу провести всю свою жизнь в мужском туалете. И я был очень удивлен, что мое тело встало на ноги и смогло сделать то, ради чего оно пришло в эту комнату. Конечно, это не лучший пример из моей жизни, чтобы показать вам, что вы – это не ваше тело, но, думаю, он достаточно яркий и понятный.

Подобный опыт у меня был во время прохождения курса базовой подготовки в Армии США, в провинции Форт Полк, штат Луизиана. В военных кругах военную базу Форт Полк называют «подмышками американцев». Я получил почетный титул «Soldier of the Cycle», и в то же время я проходил военный трибунал. В тяжелых ботинках, в полном вооружении я бегал часами напролет, распевая песню: «*На гору! Вниз с горы! Еще далеко? Всю дорогу! Рейнджеры воздушно-десантного полка!*» Я заметил, что после восьми километров мое тело бежало уже без меня. Я просто сидел на собственном плече и наслаждался круиз-контролем. Если бы в то время я не был так зол на Армию США, возможно, я бы сказал, что тогда я входил в раж.

Впервые я встретил Ошо в день Святого Валентина в 1973 году в медитационном лагере в пустыне Индии. Я спал на земле за дверью комнаты, в которой жил Ошо, и насколько я помню, комары, которые составляли мне компанию, были значительно больше, чем мое сознание. Я только что прилетел в Индию после моей пятилетней борьбы с Американской Армией на тему Вьетнама.

Утром Ошо сидел напротив меня в кресле в простой белой робе. Моя первая мысль была: и как может человек одновременно быть настолько сильным и настолько легким? Я помню, что мгновенно влюбился в Ошо, но особо не чувствовал его расположения к себе. Моя темная сторона, мой внутренний секрет убивал меня. И вот Ошо смотрит на меня и говорит: «Революция внутри тебя».

До этого момента революция была снаружи. Враг был снаружи, армия была снаружи, мои подружки были снаружи, жизнь была снаружи, и все это я ненавидел. Но после этой фразы Ошо в моей голове что-то изменилось. Я почувствовал, что я могу работать над собой, что я могу отбросить всю эту ненависть, которую я испытывал к жизни. Я могу отбросить ненависть к себе.

«Мирный человек – не пацифист, мирный человек – это просто озеро молчания. Он дает миру новый вид энергии, он поет новую песню. Он живет совершенно по-новому, его образ жизни наполнен благодатью, молитвой и состраданием. Прикосновение такого человека создает еще больше энергии любви. Мирный человек – это творческий человек. Он не против войны, потому что быть против чего-либо – значит быть в состоянии войны. Он не против войны, он просто понимает причину войн, и благодаря этому пониманию он становится мирным. Только когда множество людей станут озерами мира, тишины и понимания, только тогда исчезнут войны.»

Ошо, «Дзен: путь парадокса», том 2

«Между трудностями и проблемами скрывается благоприятная возможность». Альберт Эйнштейн

В слове *гуру* две буквы «у». Первая буква «у» – это Вы, это Вы с заглавной буквы, это ваше большое «Я», это – само существование. Вторая буква «у» – это ваше маленькое «я», это – ваша повседневная жизнь. Это – то, кем вам сказали, вы являетесь. Вначале вам это говорили ваши родители и общество, а когда вы стали еще более загипнотизированными, вы сами себя в этом убедили.

И со мной вот что произошло: мое маленькое «я» стало моим боссом. Когда я смотрел на свое маленькое «я», когда я смотрел в зеркало жизни, единственное, что я мог видеть, было мое эго. Сейчас мое эго для меня больше не является реальным. Но когда оно было реальным, оно отражало все, что я узнал до трех лет. Мои мама и папа беспрестанно твердили мне, каким они хотят, чтобы я был, что я должен делать и чувствовать.

В течение первых трех лет жизни, прежде чем мы начинаем говорить слово «нет», единственное, что мы делаем, это принимаем все эти чудесные концепции о том, какой сказочной может быть жизнь, если слушаться маму и папу. Но к моменту, когда мы осваиваем слово «нет», уже становится слишком поздно. Поэтому, когда вы смотрите в зеркало и задаете себе вопрос: «Кто я?», вы видите только свое эго, только свою защитную оболочку.

Любой великий учитель, любой коуч, которого вы встретите, скажет вам: выбросьте свое эго. Это красивые слова, но на деле выбросить свое эго не так-то уж и просто. Эго выполняет потрясающую работу, оно защищает нас от всех, кто не похож на нас, кто действует и чувствует иначе. А я говорю вам: «Нет! Нет! Нет! Идите в свое эго!» Раздуйте его до невероятных размеров, скажите себе: «Я – самый великий и великолепный! Я – Мухаммед Али! Я простираюсь от Америки до Зимбабве!» Почувствуйте это. И как только ваше эго станет огромных размеров, произойдет чудо. По крайней мере, со мной оно произошло. Я смог видеть сквозь эго, в нем оказались прорези. Другими словами, когда ваше эго маленькое и плотное, оно выглядит очень солидным, оно выглядит реальным, как прекрасная коробка. Оно всегда дает вам правильные советы, подсказывает, как позаботиться о себе, что сделать, чтобы выиграть. Но когда вы раздуваете свое эго до огромных размеров, оно становится менее реальным. Оно появляется в вашем большом «Я», и вы можете смотреть сквозь него. И вы можете увидеть реального себя, свое большое «Я», себя как существование.

А как только вы увидите себя как существование, вы обнаружите, что ваше эго находится под угрозой, оно начинает само разрушаться, начинает умирать. Вы обнаружите, что ваше эго никогда и не было реальным, никогда не стояло на первом месте. Оно казалось вам реальным только потому, что вы не видели в себе Бога, не воспринимали себя как существование и не умели праздновать каждый момент жизни.

А теперь начинается игра. И суть ее заключается в том, что мы здесь для того, чтобы наслаждаться. И эта игра называется «космической игрой». Теперь вы видите себя как существование, и действуете в соответствии с вашим большим «Я», а не идете на поводу у вашего эго.

Это очень, очень увлекательно. В медитации мы называем это «осознанностью».

Когда вы начинаете видеть себя и Бога в себе, через осознанность ваше эго начинает разрушаться. А что остается? Остается ваша личность. Остается ваше маленькое «я». Вы по-прежнему являетесь человеком, который просыпается каждое утро, чтобы прожить новый день своей жизни. Но по-другому. Тотально. Теперь вы осознанно играете в игру, которую на Востоке называют *лила*. И вы играете в эту игру, используя все свои способности.

Многие люди, начав медитировать, говорят: «Ничего себе! Я стал медитировать! Теперь я буду лучше относиться к людям! Но теперь я буду и больше терять, ведь чем больше я отдаю, тем больше я теряю». Но, конечно же, это не так. Есть закон изобилия, и, согласно этому закону, чем больше вы отдаете, тем больше вы получаете.

И, конечно, когда вы начинаете медитировать, вы все больше отстраняетесь от других людей. Раньше вы действовали как индивид, а благодаря медитации вы осознали, что вы не являетесь индивидом. Мы все едины. Но мы не являемся лесом, мы являемся деревьями, каждый из нас является деревом. А теперь вы способны видеть, что каждое дерево является частью леса. И вы начинаете видеть свою уникальность и перестаете воспринимать себя как часть правительства.

Кстати, а с правительствами все довольно просто. Они говорят, давайте у нас будет правостороннее движение во всех странах Европы, кроме Англии. А в Англии мы все будем соблюдать левостороннее движение, а иначе у нас будут сплошные аварии. А мне нравится нарушать эти правила по понедельникам и четвергам. Но это приводит правительство в бешенство, и люди в форме начинают объяснять мне, кто я. И это всегда было моей проблемой с властями. Я не хочу, чтобы правительство говорило мне, кто я. Я хочу слышать от правительства то, как мы наилучшим образом можем служить друг другу и помогать друг другу, а не то, кто я есть. Никто не может мне сказать, кто я есть.

Часто я веду себя как немного сумасшедший.

Теперь о вашем большом «Я». Я ни в коем случае не имею в виду, что вы являетесь Богом, который создал Вселенную, что вы Всемогущий и Всеведущий. Я даже не говорю, что вы умны. Я просто говорю, что все мы являемся Богом. Или, если хотите, мы являемся детьми Бога. Мы все являемся существованием.

Мне очень нравится фраза: «Если вы хотите рассмешить Бога, расскажите ему о своих планах». Наше маленькое «я» все время интересуется, что мы можем сделать в будущем, чтобы наша жизнь стала лучше. И мы начинаем строить планы. А Бог просто смеется над нами, когда мы бьемся головой об стену, когда наши планы рушатся.

То же самое происходит, когда мы спрашиваем Бога, что такое прошлое? Он тоже смеется над нами. В какой-то степени это о том, что значит быть «здесь и сейчас». Мы говорим, что нет прошлого и нет будущего. И еще нам нравится говорить, что будущее – это незавершенный опыт в прошлом.

Вероятно, вы замечали, что ваша последняя мысль перед сном является вашей первой мыслью на следующее утро. Часто время – это всего лишь незавершенный опыт в

прошлом, когда у вас просто не было сил действовать и быть тотальным. Поэтому здесь и сейчас времени не существует.

Я испытывал больше чувств к своим друзьям, чем к своим мыслям, поэтому мой ум всегда был наполнен друзьями и членами моей семьи. И все было бы очень мило и про любовь, если бы я не забывал просить их оставить меня одного. Ошо намекнул мне, что я даже не присутствовал в своей собственной жизни, потому что единственного, кого не было в моем уме, так это меня самого. И добавил, что его Кундалини Медитация – это прекрасный способ встряхнуть мое прошлое и попросить всех гостей покинуть мой ум, в том числе и всех девушек, которых я любил и потерял.

ОШО КУНДАЛИНИ МЕДИТАЦИЯ – на сегодняшний день это моя самая любимая медитация. Я проводил эту медитацию по всему миру, и в том числе в Международном Медитационном Курорте ОШО, пока в один прекрасный день меня не освободили от моих обязанностей за то, что я решил добавить этой медитации немного драйва. Я сообщил всем пришедшим, что Медитационный Курорт закрывается, и это наш последний шанс помедитировать всем вместе. Все присутствующие с неимоверным рвением стали делать эту медитацию, кроме одиннадцати тайваньских друзей, которые не понимали мой американский английский и покинули в слезах «ОШО Аудиториум».... Мои искренние извинения не были приняты, и меня отправили в мою комнату без ужина.

Следуйте инструкциям Ошо, наслаждайтесь медитацией... и будьте тотальны.

88

Эта медитация длится один час и состоит из четырех стадий, три стадии – с музыкальным сопровождением, последняя – без музыки.

Медитация Кундалини действует как энергетический душ, легкая тряска позволяет освободиться от накопившегося за день напряжения, возвращает телу свежесть и расслабленность.

Первая стадия: 15 минут

Расслабьтесь и позвольте всему телу трястись, ощущая, как энергия поднимается вверх от ступней. Отпустите все, станьте самой тряской. Глаза могут быть открыты или закрыты.

«Позвольте тряске быть, но не делайте ее. Стойте тихо, почувствуйте ее приближение, и когда ваше тело начнет дрожать, помогите тряске, но не делайте ее. Наслаждайтесь тряской, почувствуйте блаженство от нее, позволяйте ей быть, принимайте ее, приветствуйте ее, но не желайте ее. Если вы будете прилагать усилия, это станет телесным, физическим упражнением. И в этом случае тряска будет, но она будет поверхностная, она не проникнет в вас. Внутри вы останетесь твердым как камень, как скала. Вы останетесь манипулятором, вы будете ее делать, а тело будет просто подчиняться. Но дело не в теле, дело в вас. Когда я говорю «тряска», я имею в виду, что ваше твердое, камнеподобное существо должно

«Не путайте свою личность с реальностью». Кришна Прем

трястись до самого основания, чтобы стать жидким, текучим, чтобы растаять и течь. А когда ваше камнеподобное существо станет текучим, ваше тело тоже станет текучим. И тогда не будет того, кто трясется, останется только тряска. Тогда никто не будет ее делать, она просто случится. И тогда не будет делающего».
Ошо

Вторая стадия: 15 минут

Танцуйте, танцуйте, как чувствуете, позволяя всему телу двигаться, как оно желает. Глаза могут быть открыты или закрыты.

Третья стадия: 15 минут

Закройте глаза и будьте неподвижны, сидя или стоя наблюдайте, свидетельствуйте все, что происходит внутри и снаружи.

Четвертая стадия: 15 минут

Оставайтесь с закрытыми глазами. Лягте и будьте неподвижны.

Вы можете скачать музыку к этой медитации или заказать CD с музыкой на сайте www.osho.com

Глава 5.

Зрелость: Ответственность быть самим собой

«Цветок розы содержит в себе все цветки роз прошлого, и если вы сможете это понять, я скажу, что он содержит также и все цветки роз будущего. Один цветок представляет все цветы прошлого и будущего. Мы сейчас здесь, и в этом моменте заключено все существование. Все прошлое и все будущее сходится в данном моменте. Данный момент является мостом между прошлым и будущим. Все в вас встречается прямо сейчас. Если вы сможете стать осознанным, тогда в данном моменте вы станете всем существованием».

Ошо, «Приходи и следуй за мной», том 4

Это так просто думать, что «я – это тело». Но почему мы так думаем? Полагаю, что на Западе это происходит потому, что мы уделяем очень много внимания всему материальному в нашей жизни. И естественным образом мы думаем, что мы – это наше тело, и что наша жизнь продолжается до тех пор, пока живет наше тело. А на Востоке принято считать, что «я – это не тело, я – это душа, которая находится в этом теле».

Интересно, что многие люди проживали феномен «выхода из тела», который характеризуется ощущением «покидания» собственного тела и наблюдением за собой со стороны. Этот феномен доказывает, что мы – это не наше тело. Другие проживали опыт деланья каких-нибудь действий с ощущением, что, на самом деле, они их не делают, и не то, чтобы их делал кто-то другой, но какая-то другая их часть. Итак, если мы способны выходить из тела и наблюдать, что оно делает, тогда кто мы?

90

Легко сказать, что «я – не тело», но так ли много людей не расстроятся, услышав, что они набрали лишний вес или начали лысеть, и не обрадуются, если вы им скажете, что они похудели и выглядят сегодня чертовски сексуально? Не очень много. Я, конечно, могу сказать, что «я – это не мое тело», но если вы ущипнете меня за нос, вероятно, некоторое время я буду чувствовать, что я – это мой нос. По крайней мере, пока боль не стихнет. Это так просто идентифицировать себя со своим телом, злиться, когда оно страдает от боли, и радоваться, когда оно получает удовольствие. Но только лишь потому, что мое тело является чувствительным, означает ли это, что я – это тело?

И это то, где провисают и Западная, и Восточная философия. Из утверждения «я – это тело» следует, что поскольку мое тело существует, я существую. А утверждение «я – это не тело» подразумевает, что мое тело существует, потому что я существую. И Восток, и Запад видят лишь кусочек паззла, но не видят картинку целиком. Только потому, что мы чувствуем, что у нас есть тело, это вовсе не означает, что мы ограничены нашим телом. И только потому, что мы существуем за пределами тела, вовсе не значит, что мы – не тело. На мой взгляд, было бы более точным сказать: «Надо же, я – тело!» и «Ух ты, я за пределами тела!»

Хорошо, с нашим собственным телом мы разобрались, а как насчет других тел,

«Любовь – это не страсть, любовь – это не эмоция. Любовь – это очень глубокое понимание того, что кто-то каким-то образом завершает вас». Ошо

других людей? Как часто мы ловим себя на мысли, что другие люди являются нашим продолжением и влияют на нас?

Скажем, когда у кого-то в нашей семье большие неприятности, мы можем думать, что они негативно сказываются на нас. Или если наш лучший друг оделся очень вызывающе, нам может быть некомфортно находиться рядом с ним. Или если на ужине с боссом наш партнер вдруг начнет пукать, нам захочется выкопать ямку побольше и закопаться в нее поглубже или сразу провалиться сквозь землю. И наоборот, если наш лучший друг только что получил премию Американской Киноакадемии, мы очень, очень будем им гордиться.

Я заметил, что такое происходит с очень близкими нам людьми: с нашими друзьями, девушками, партнерами, мужьями и женами. Каким-то удивительным образом мы заворачиваем себя в них и думаем, что они нас представляют. Как будто мы расширяем нашу идентичность и включаем их в себя. Довольно просто отследить, когда это происходит: в эти моменты мы либо гордимся ими, либо чувствуем себя неловко. Но являемся ли мы людьми, с которыми мы общаемся? Какое отношение мы имеем к тому, что они делают? Являемся ли мы нашими прочными отношениями, неудачным браком или списком дел? Неужели наши любовники, друзья или наша семья что-то говорят про нас?

Некоторые из нас больше ориентированы на тело, другие – больше ориентированы на ум. Поэтому первые думают, что они являются телом, а вторые склоняются к мысли, что они – это ум. Но это создает лишь кучу проблем: одни идентифицируют себя с тем, что они имеют и делают, а другие идентифицируют себя с тем, что они думают и чувствуют. Мы склонны считать, что мы – это наш интеллект или интуиция, наши знания или IQ, наше образование или квалификации. Мы можем гордиться тем, что мы являемся потрясающим философом, сумасшедшим профессором, вундеркиндом в области технологий, одаренным экстрасенсом или медиумом... или просто гордиться тем, что мы большой или маленький! А как насчет здравого смысла и любви к истине?

Один мудрец сказал: «Я мыслю – следовательно, я существую», и это высказывание звучит так глубоко и так благородно, что весь Запад носится с ним как с писаной торбой. Но, по-моему, это полная чушь. «Я мыслю – следовательно, я существую» означает, что поскольку существует ум, существую и я. Но, на самом деле, все наоборот: я существую, и поэтому существует мой ум. «Я мыслю – следовательно, я существую» – это как если бы вы смотрели кино и считали, что фильм является реальным, а проектор существует только потому, что существует фильм. В реальности же фильм можно увидеть только потому, что существует проектор. Так что более точным является высказывание: «Я есть, поэтому я думаю». Вы существуете вне зависимости от того, думаете вы или нет, вы появились раньше вашей умственной деятельности и, к счастью, совсем от нее не зависите.

Спортсмены часто сталкиваются с медитацией. Они входят в раж и, вероятно, считают это состояние реальным. Я несколько раз проживал это состояние во время бега, когда, пробежав примерно 12 км, внезапно обнаруживал, что мое тело начинало бежать само. Я чувствовал, будто вышел из тела и просто позволил телу двигаться дальше, я не прикладывал никаких усилий, просто был в потоке. Я не профессиональный спортсмен, да

и вообще я не спортсмен, я просто наслаждаюсь своим телом и заметил, что оно может само двигаться вне зависимости от уровня физической подготовки. Скажем, в теннисе, а я довольно много играю в теннис, во время игры даже игрок среднего уровня (в Европе – уровня D, в Америке – второго или третьего уровня) может внезапно почувствовать, что знает, как играть в игру. Игра знает, как играть вами: разворот корпуса, замах, удар справа, кросс-корт, и вот вы уже готовы принять возврат энергии от вашего партнера. Внезапно все работает само, а ваш ум отключен. Очень интересно смотреть игру великих спортсменов. Например, как Борис Беккер во время Уимблдонского турнира входит в раж и буквально летает по воздуху. Иногда, даже просто наблюдая за игрой великого спортсмена, можно войти в раж и увидеть, что он абсолютно центрирован, абсолютно устойчив. Это не он летает по воздуху, а его тело летает по воздуху. В каждом виде спорта работает определенная группа мышц. Если вам хочется укрепить мышцы ног и верхней части тела, скажите своему телу, чтобы оно играло в теннис. А как только вы научитесь играть в теннис, вам нужно отбросить все знания и просто позволить своему телу играть в теннис – в вас теперь нет особой необходимости. Вместо: «На старт! Внимание! Марш!» мне нравится говорить: «На старт! Внимание! Отпусти!» Не знаю, так ли это во всех странах, но в Америке дети перед тем, как бежать наперегонки, говорят: «На старт! Внимание! Марш!» А в спорте, если вы хотите войти в раж, я думаю, точнее будет сказать: «На старт! Внимание! Отпусти!» Подготовьте свое тело к старту, сфокусируйте свое внимание, свой ум, и отпустите тело, доверьтесь ему. В любом виде спорта, будь то теннис или футбол, важно правильно настроиться на игру, использовать свой ум, чтобы объяснить телу, что вы хотите, чтобы оно делало, а потом расслабиться и играть. И чем лучше вам удастся расслабиться, тем лучше будет ваша игра. Я думаю, проблема в том, что многие люди умеют себя отпускать в спорте, но совершенно не представляют, как использовать этот опыт в повседневной жизни. Но это же правило применимо к любой деятельности: приготовьтесь что-то делать, сфокусируйтесь на этом и доверьтесь процессу, отпустив себя. Это довольно непросто, но я уверен, что если вам удастся отпускать себя в спорте, вы также можете отпустить себя, занимаясь бизнесом. Еще очень важно иметь страсть. Если вы не испытываете страсть к тому, что вы делаете, вам едва ли удастся отпустить себя и быть в моменте.

С возрастом я стал больше думать о своем весе. Я заметил, что моему телу стало сложнее двигаться. И каждый раз, когда я чувствую себя толстым и прихожу с этой проблемой к моему другу и личному тренеру Ричарду, у меня возникает такое чувство, что я сижу перед рок-звездой: в моих глазах Ричард выглядит значительно привлекательнее, чем он есть на самом деле... в моем воображении, в глазах моего ума. Сравнение – это сущий ад для эго. И вот за что я люблю Ричарда: он говорит, что моя проблема не стоит и выеденного яйца, мне просто нужно меньше есть и больше двигаться. Ах, вот как!

Я задумался, а стоит ли говорить в книге о моей проблеме с весом... А вдруг вам захочется попросить у меня автограф, а в момент нашей встречи мое тело будет не таким тонким, как мой опус. Ну, да ладно, будь, что будет. А, и вот еще что, если вам взбредет в голову посмотреть на себя в зеркало, в настоящее зеркало, с амальгамой, танцуйте перед ним! Когда я смотрю в зеркало, я всегда замираю как олень в свете фар. А когда вы общаетесь со своим «живым» зеркалом, убедитесь в том, что ваш друг любит вас и любит себя, ну, как мой Ричард. Кстати, рекомендую вам его в качестве личного тренера. Его

сайт www.richardkwakernaak.com.

Конечно же, мой свидетель является невесомым, а мое тело – это храм. Но если ваше тело тоже склонно набирать вес, вы тоже можете использовать технику медитации в своей повседневной жизни и вспоминать о своем свидетеле, и он убережет вас от жирного, калорийного, ужасно вредного фаст-фуда.

На эту тему есть прекрасная шутка.

Врач пытается убедить пациента, что у него избыточный вес.

– Теперь встаньте на весы, – говорит врач. – Видите? А теперь посмотрите в эту таблицу и сравните ваш вес с нормальным весом для вашего роста. Вы весите больше, чем полагается.

– Нет, – отвечает пациент. – Я просто на 15 см ниже.

«Секрет похудения крайне прост: вам просто нужно начать уважать себя, заботиться о себе без каких-либо условий. Как только вы начнете любить себя таким, какой вы есть, со всеми вашими сильными и слабыми сторонами, со всеми вашими килограммами, вы естественным образом начнете лучше заботиться о себе, о своем уме, теле, сердце и душе. И вы обнаружите, что вы стали более здоровым, более счастливым, а также спокойным, позитивным, легким и энергичным. И это не что иное, как чудо». Из книги моего брата, д-ра Брайана Альмана, «Keep it Off: Use the Power of Self-Hypnosis to Lose Weight Now».

93

Многие молодые люди очень любят танцевать. Танцы – это же тоже вид спорта. И в танцах есть две медитационные техники. Первая – это когда вы танцуете от всего сердца, так, как будто вас вообще не существует, и вы просто растворяетесь в танце, исчезаете в нем. Вторая – это когда вы наблюдаете за тем, как ваше тело танцует. Выясните для себя, какая техника вам больше подходит, и лучший способ узнать это – сделать это прямо сейчас. Прямо сейчас встаньте, включите музыку и начните танцевать.

Не все ли равно, исчезает ли танцор в танце, или свидетель наблюдает за тем, как его тело исчезает в танце. Есть ли между этим какая-нибудь разница? Что происходит, то и прекрасно. Надеюсь, я не призываю вас воспринимать жизнь слишком серьезно. Хотя, наверное, иногда я бываю очень серьезным. Но я обожаю выражение, автор которого остался неизвестен, поскольку никто не знает, кто сказал это первым, возможно, это был обычный парень, который, затянувшись сигаретой после секса, мудро подметил: «Не относитесь к жизни слишком серьезно, все равно живым вам из нее не уйти».

К вопросу о курении. Никогда не забуду, как однажды, листая одну из моих Библий, журнал *The National Enquirer*, я внезапно наткнулся на шутку о медитации.

Два монаха сидят рядом с Мастером. Оба при любом удобном случае любят сбежать и тайком покурить, но при этом чувствуют себя ужасно виноватыми. И вот они решают обсудить эту проблему с Мастером. И один монах спрашивает:

– Я могу курить, когда медитирую?

На что Мастер отвечает:

«Нет ничего постоянного, кроме перемен». Гераклит

– Конечно, нет.

Второй монах выдерживает паузу, делает глубокий вдох и спрашивает:

– А я могу медитировать, когда курю?

И Мастер говорит:

– Конечно, можешь.

Спасибо создателям *The National Enquirer* за то, что дали мне возможность помедитировать и повеселиться.

А потом мне рассказали одну пошлую шутку, но мне она очень нравится, потому что каждому ребенку приходится медитировать на тему: «Кто появился раньше: курица или яйцо?» Меня в детстве тоже кто-то озадачил этим вопросом. И вот, наконец-то, пришло время узнать ответ.

Курица и яйцо лежат в постели. После секса курица берет сигарету, затягивается, а яйцо говорит:

– Думаю, сейчас мы точно знаем, кто из нас появился раньше!

Друзья часто спрашивали Ошо о курении. Ошо говорил: «На самом деле, нет большой разницы в том, курите вы или нет, просто, если вы курите, вы проживете на пару лет меньше, чем, если бы вы не курили. Но разве это имеет большое значение?» И улыбался. И, конечно, в нашем Медитационном Курорте есть «храмы для курения», где курильщики могут наслаждаться своим любимым процессом, не испытывая при этом чувства вины. Потому что с чувством вины вы никогда не бросите курить, а если на вас будут давить, вы скажете, что попытаетесь курить осознанно. Медитация для курильщиков: возьмите пачку сигарет, посмотрите на нее, посмотрите, из чего она сделана, почувствуйте ее, медленно достаньте из пачки сигарету, возьмите ее в рот, зажгите и почувствуйте, как табачный дым наполняет ваши легкие. Что вы чувствуете? Это похоже на глоток свежего воздуха? Вы чувствуете, как загрязняете себя? Это ухудшает качество вашей жизни? Ошо никогда прямо не отвечал на вопросы, но все больше и больше курильщиков приходило в «храмы для курения» и... не курили, хотя и вдыхали табачный дым. Большинство медитирующих людей не курит, но те, кто курит, делают это с такой страстью, как будто это их последняя сигарета в этой жизни. Кем вы являетесь в тот момент, когда курите? Часто люди удирают за угол, чтобы спокойно выкурить сигарету и просто побыть наедине с самим собой, и отчасти это – то, что надо, потому что медитация – это умение быть наедине с самим собой. Я не курю, но если бы я курил, я бы наслаждался и этим тоже.

Осознанность помогает делать ошибку только один раз. Если вы курите и наслаждаетесь этим процессом, я не знаю, что вам сказать. Но я вполне идентифицирую себя с человеком, который курил в определенный период своей жизни, а затем осознал, что тело не очень-то радуется от этого действия, и из соображений здоровья бросил эту пагубную привычку. Медитирующие люди говорят, что умный человек делает одну ошибку только один раз. У французов есть прекрасное выражение: «Если вы совершите одну и ту же ошибку дважды...» Например, если вы женились дважды, вы женитесь и в третий раз. Я хочу сказать, что если вы продолжаете неосознанно повторять свои ошибки, только осознанность может помочь вам их увидеть.

Ошо всегда говорил, что просветленный человек никогда не повторяет своих ошибок. В одну реку нельзя войти дважды, поскольку река все время течет. Мне очень нравится история про парня, который шел по пляжу Малибу в Калифорнии и печально курил. Он был ужасно расстроен: его только что уволили с работы, и девушка его бросила, что может быть хуже! Единственное, что у него осталось – это солнце над головой и затяжка сигаретой. И вот он бредет по песку и задевает ногой волшебную лампу. Из лампы появляется джин и говорит:

– Спасибо, спасибо тебе, добрый человек! 400 лет я торчал в этой дурацкой лампе. Да, я знаю, тебе рассказывали, что ты можешь попросить джина исполнить три желания, но я чертовски устал, пока сидел в этой крошечной лампе, и я так хочу искупаться в море... Я готов исполнить только одно твоё желание. Проси!

Парень в недоумении посмотрел на джина и сказал:

– Знаешь, я очень боюсь летать на самолете, но единственное, чего я безумно хочу – это выбраться из Калифорнии и оказаться на Гавайях.

И джин ответил:

– Знаешь, хотя я и спал 400 лет, но я что-то не уверен, что есть такой инженер, который смог бы мне показать, как построить для тебя этот мост. Дай мне еще один шанс, попроси меня еще о чем-нибудь, что я смог бы быстро для тебя сделать, так как я тоже хочу побыстрее убраться отсюда.

Парень подумал и сказал:

– Знаешь, я совсем не понимаю женщин. Я был бы счастлив, если бы ты смог мне помочь понять женщин.

Джин почесал голову, посмотрел на парня и произнес:

– Так какой мост ты хочешь: в две полосы или в четыре?

95

А, в самом деле, а далась нам эта медитация? Неужели мы не хотим понять противоположный пол, а потом написать великую книгу о том, как мужчины могут понять женщин, а женщины – мужчин? Разве мы не чувствуем себя чудовищно одинокими и несчастными, когда остаемся одни? Может ли медитация, на самом деле, принести нам удовлетворение, чтобы мы могли сидеть в одиночестве, ничего не делая, и при этом чувствовать себя счастливыми? А вот еще один очень хороший вопрос: а моя книга может вам как-то реально помочь? А я вообще что-нибудь узнал про медитацию и про то, как быть одному? Давайте посмотрим в это. Признаюсь, я бы солгал, если бы сказал, что знаю ответ на вечный вопрос: как мужчины могут понять женщин. Я знаю, что мы все являемся одним целым, но кроме этого я мало что знаю. Женщины до сих пор остаются для меня полной загадкой. В процессе написания этой книги я исследую очень интересную для себя тему, в Буддизме она звучит так: «Не-знание – это самый глубокий опыт». И вот, что я могу сказать. Как мужчина, когда я говорю: «Я не знаю», я имею в виду: «Пожалуйста, задайте мне этот вопрос завтра, потому что завтра я буду знать ответ на этот вопрос». А когда женщина говорит: «Я не знаю», не очень похоже, чтобы она таким образом создавала будущее. Для меня не-знание создает будущее. Для многих женщин, которых я знаю, не-знание вполне приемлемо, если завтрак удался. Не знаю, как еще это можно объяснить, но именно в этом и заключается огромная разница между мужчинами и женщинами. И я точно знаю, что между нами есть разница, но я также знаю, что чем глубже мы заглядываем в свое существо, тем сильнее она стирается. Но, конечно, это не самое лучшее объяснение.

«Прошлое – это история. Будущее – это загадка. А этот самый момент – это дар. Вот почему он называется настоящим». КенСу (Present – «подарок», «настоящее время»).

Жизнь – это тайна, которую нужно прожить, а не проблема, которую нужно решить. Никогда не забуду, как однажды я влюбился в девушку, но нам пришлось расстаться из-за того, что она была влюблена в другого Мастера, не в Ошо. Конечно, мы все время сравнивали наших Мастеров, а ничто так не разрушает отношения, как сравнения. Твой гуру лучше, чем мой гуру – подумать только! Наши отношения довольно быстро дали трещину. Но я был очень сильно влюблен в эту девушку. Помню, как в последний раз я отвезил ее домой. Мы попали в чудовищную пробку, еле тащились, и я подумал: «В данный момент я не хочу быть больше нигде, кроме как в этой пробке». Ну, вы знаете, что любовь делает с человеком. Она больше, чем пробка. Можно на несколько часов зависнуть в пробке, и при этом испытать поросычий восторг. И это то, что я называю любовью, и это то, что я называю избытием. В какой-нибудь другой день эта пробка свела бы меня с ума, но не тогда. Тогда – это был подарок.

Каждый день у нас была возможность в течение двух часов слушать дискурс Ошо, остальное время он проводил в молчании. После молчания ему доставляло огромное удовольствие говорить о Боге, о «Я» и «не-я». Когда речь шла о медитации, ему просто не было равных. Ошо не нуждался ни в каких записях, он свободно говорил в течение двух часов. К записям он относился серьезно, только когда хотел рассказать шутку. Меня всегда удивляло, насколько серьезно он относился к тому, чтобы хорошо рассказать шутку. Я всегда знал изюминку шутки еще до того, как он ее произносил. Я любил хорошие шутки и много их слышал, а Ошо всегда говорил, что самые лучшие шутки – из Америки. И самое смешное, что я редко задавал Ошо вопросы о поисках счастья, но я давал ему ответы – я отправлял ему огромное количество шуток. Я специально выбирал самые заковыристые шутки, он их читал по нескольку раз, и в эти моменты я закрывал глаза и был с ним. Понимаете, о чем я? Однажды во время дискурса я сидел с закрытыми глазами в первом ряду и внезапно испытал такое невероятное волнение – Ошо прочитал шутку, которую я ему отправил. Красота этой истории в том, что эту шутку я отправлял ему много-много раз, потому что он никогда ее не рассказывал, а я никак не мог понять, почему, ведь это была очень хорошая шутка. Каждую неделю я отправлял ему эту шутку, а потом решил для себя, что не буду отправлять другие, пока он не расскажет эту. И вот, наконец, наступил долгожданный вечер, и Ошо прочитал эту шутку. Возможно, вы ее слышали, но я хочу ее рассказать, потому что она очень хорошая.

Мальчик приходит в храм и говорит Богу:

– Знаешь, всю свою жизнь я хожу в храм, я все время молюсь тебе, я всегда был хорошим человеком, я следую твоим заповедям, но ничего хорошего со мной не происходит. И знаешь, что я тебе скажу, Бог, я хочу получить фактическое доказательство того, что ты слушаешь меня, уделяешь мне внимание и служишь мне, потому что это же все не только про то, что я служу тебе. Я хочу, чтобы ты тоже мне служил. И я скажу тебе, что я собираюсь сделать: если я не выиграю в лотерею в следующем году, я больше не буду ходить в храм.

И вот проходит год, и мальчик приходит в храм и говорит Богу:

– Ну, что, Бог, ты никогда ничего не делаешь для того, чтобы доказать мне, что ты мне служишь. Я не выиграл в лотерею и больше не приду в храм.

И вдруг крыша храма поднимается, небо пронзают молнии, облака расступаются, и Бог смотрит вниз на мальчика и произносит:

– Боже мой, сделай хоть шаг мне навстречу – купи лотерейный билет!

С каждым днем Ошо становился все лучшим и лучшим комедиантом: он никогда не смеялся над шутками, которые сам рассказывал, но всегда смеялся, когда слышал смех аудитории, когда людям нравились его шутки. В этих шутках всегда был этот еврейский юмор с изюминкой и немного реальности. И мне так нравилось, что Ошо читал каждое слово, каждое слово, которое я написал, включая имена персонажей. Тогда для меня это были самые веселые мгновения с ним, потому что поначалу я был далек от медитации, далек от любви, преданности, доверия, все эти слова были абсолютно новыми для меня, поскольку тогда у меня еще не было такого опыта. Но мне нравились шутки, и когда я слышал хорошую шутку, я ее отправлял ему. Одной из первых шуток, которую я ему отправил, была, на мой взгляд, совершенно идиотская шутка, но ему она понравилась. Возможно, вы ее знаете, она стара как мир:

Что говорит садист мазохисту, когда тот просит его ударить? Садист говорит:
– Нет!

Смех – это настоящая молитва. Смех – это реальное проявление благодарности. Смех над жизнью, смех над смертью. Знаете, я уже довольно стар, и многие мои друзья уже не очень хорошо себя чувствуют, и когда я могу, я всегда дарю им маленькую фигурку Смеющегося Будды, Хотей. Хотей был человеком с прекрасным чувством юмора, все очень его любили. Перед смертью он знал, что люди будут горевать по нему, и он не мог понять, как они могут быть в печали, если он всю жизнь показывал им, как прекрасна жизнь, и как прекрасна смерть. Но, похоже, печаль всегда сопровождает похороны. И вот, что сделал Хотей: перед смертью он напичкал свое тело фейерверками, и когда на его похоронах все начали плакать, на его погребальном костре фейерверки один за другим стали взрываться, и люди поняли, что он празднует свою собственную смерть, и стали смеяться и праздновать вместе с ним. Я знаю, что на Западе очень сложно понять, что кто-то хочет праздновать свою смерть, и вряд ли я смогу отпраздновать свою смерть. Но почему мы так серьезно относимся к смерти? Почему мы считаем, что это крайне неприятный опыт? Если мы можем наслаждаться жизнью, почему мы не можем наслаждаться и смертью? Неужели, правда, мы – это наше тело и наш ум, неужели мы не являемся чем-то большим? Думайте, как хотите, я не могу за вас ответить на этот вопрос. Расскажу еще одну шутку, которую я когда-то я отправил Ошо.

Абэ жил в Малибу и был очень, очень богатым мальчиком. Всю свою жизнь он служил людям... Если кому-то нужен был новый храм, он строил храм. И вот однажды воскресным днем он отдыхал у себя дома, когда на море поднялся шторм, и воздух пронзили раскаты грома. И вот пожарники звонят ему в дверь и говорят:

– Абэ, мы эвакуируем всех людей из этого района, похоже, огромная волна идет на Малибу. Близится цунами! Абэ, пойдем с нами! Ты всегда был отличным парнем, всегда оказывал нашим такую поддержку! Мы хотим спасти тебя.

На что Абэ говорит:

– В мой час нужды только Бог может меня спасти.

Пожарники уехали. Через несколько минут к берегу причалил катер береговой охраны. К Абэ пришли спасатели:

– Абэ, садись в катер! Приближается цунами, вскоре огромная волна все сметет. Тебе нужно покинуть это место.

«Я предпочитаю исходить из позиции любви и строить отношения так, как я бы хотел, чтобы относились ко мне. Моя потребность – любить». Вереш

И Абэ отвечает:

– В мой час нужды только Бог может меня спасти.

Абэ залезает на крышу своего дома. Прямо над домом зависает вертолет военно-воздушных сил, и, перекрикивая ветер, пилот кричит ему:

– Абэ, давай, поднимайся в вертолет.

Абэ было начал:

– В мой час нужды...

Но вдруг накатила огромная волна цунами, снесла дом Абэ и убила Абэ. Мокрый Абэ стучит во врата рая, и святой Петр говорит ему:

– Абэ, Абэ, мы ждали тебя – заходи.

Абэ заходит, садится напротив Бога, но в глаза не смотрит. И Бог говорит ему:

– Абэ, я так долго ждал тебя. Но почему ты относишься к жизни так серьезно, почему ты не рад видеть меня?

– Бог, и где ты был в мой час нужды? – спрашивает Абэ.

А Бог отвечает:

– Ты шутишь? А кто, по-твоему, послал тебе пожарников, службу береговой охраны и военно-воздушные силы?

Ошо очень нравилась эта шутка, и мне тоже.

Разве это неправда, что каждый из нас думает, что он особенный? Последнее, что прошептал Бог вам на ухо перед вашим рождением, было: «Абэ, ты – особенный». Слово «особенный», действительно, может парализовать. Оно заставляет нас чувствовать себя абсолютно обособленно, и в глубине души мы всегда чувствуем, что мы лучше других. И эта «особенность» создает обособленность, а обособленность создает врагов. Но мы являемся одним целым. Лучше сказать, что мы все – обычные. Эти две шутки, которые я только что рассказал (кстати, должно быть, я их рассказал, потому что я был очень взволнован, что Ошо прочитал их слово в слово) – это прекрасные шутки, но они обе про то, что Бог находится не в нас, а где-то еще. Вот еще одна очень красивая история.

Бог закончил свое творение. Он уже создал мужчин и женщин, и много разнообразных животных и растений. И теперь все набросились на него со своими просьбами: одни хотели быть таким же высокими, как то дерево, другие – такими же красивыми, как тот цветок. Женщины хотели грудь побольше, мужчины – пенис подлиннее. Все о чем-то просили и ужасно достали бедного парня – ему так нравилось его творение, но казалось, что никто не был доволен. И вот он решил всех бросить и пойти поискать какое-нибудь местечко поспокойней. Встретив мудреца, он спросил его:

– Куда бы мне податься, чтобы меня не донимали всеми этими вопросами? Мне нечего им всем сказать, они сами должны понять, что их красота скрыта внутри. Может, мне построить себе дом на луне?

И мудрец ответил:

– Знаешь, люди настолько любопытны, что я не удивлюсь, если они придумают космический корабль, способный долететь до луны. И долетят, и постучат в твою дверь и первое, что они скажут, будет: «Мы сделали такой гигантский скачок в развитии технического прогресса для всего человечества, а теперь мы хотим знать, как быть счастливыми». Куда бы ты ни пошел, они все равно найдут тебя и будут беспокоить

«Мудрость мне говорит, что я – ничто. Любовь мне говорит, что я – все. Между этими крайностями и течет моя жизнь». Нисаргадатта

своими вопросами».

И тогда Бог спросил:

– А если я спрячусь на дне океана?

И мудрец ответил:

– Забудь, у них уже есть субмарины, и через 2000 лет они достигнут и дна океана, найдут тебя и накинутся на тебя с тем же вопросом: «Как быть счастливым?»

И вдруг Бог воскликнул:

– Я понял! Понял!

Но что именно он понял, он даже мудрецу не сказал.

Но поскольку я человек медитирующий, я знаю: Бог решил спрятаться в сердце каждого человека, потому что он знал, что никто не додумается искать ответ на этот вопрос в себе.

Таким образом, Бог прячется внутри каждого из нас, и именно в этом и заключается наша реальная свобода. Вы являетесь единственным хозяином своей жизни. Конечно, Бог никогда не покинет вас, не попрощавшись. И, как вы знаете, Бог очень привязан к Адаму и Еве. Но перед тем как исчезнуть с планеты Земля, чтобы никто не смог его найти, он позвал Адама и Еву и сказал им:

– Я счастлив, что создал вас, и вообще, мне нравится все, что я создал. У меня ушло на это шесть дней, а поскольку я раньше ничего подобного не делал, я устал и хочу отдохнуть. Я беру выходной. Сейчас мне немного скучно, но чуть позже я собираюсь вернуться к делам и внести некоторые улучшения в свое творение. И, конечно же, сейчас я не могу оставить вас без подарка.

Эта новость очень взволновала Адама. Прежде всего, он был счастлив, что Бог собирается их покинуть: он настолько был увлечен Евой, что был несказанно рад, что, наконец, сможет заниматься с ней любовью без свидетелей. Сейчас Бог также был не нужен Адаму, как и Адам не нужен был Богу. Адам хотел познать, что такое тантра. И он был взволнован, как маленький мальчик.

– Бог хочет подарить мне подарок! Как здорово! Что бы это могло быть? Но в любом случае, это должно быть что-то прекрасное! – подумал Адам.

И спросил Бог Адама и Еву:

– Кто из вас хочет первым получить подарок?

И Адам вскочил и выкрикнул:

– Я!

И Бог ответил:

– Подарок, чудо, которое я дарю тебе, мой Адам, заключается в том, что теперь ты можешь писать стоя.

А Еве Бог подарил способность испытывать множественные оргазмы.

Знаете, довольно сложно рассказывать шутки в книге, особенно если эти шутки стары как мир. В Америке все дети знают эти шутки. В этой книжке вы вряд ли встретите шутки, которые вы не слышали раньше. Но я выбирал те шутки, которые, на мой взгляд, дают понимание о том, что такое Дзен, и являются коаном Дзен. Надеюсь, что эту книжку прочитают мои европейские друзья. Я каждое лето наслаждаюсь жизнью в Европе, а зимы провожу в Индии. Психологически Индия находится так далеко от Америки, что не так-то и много американцев готовы к путешествию по Индии, чтобы заглянуть в свое

«Лишь тот, кто рискнет зайти слишком далеко, сможет узнать, на что он, на самом деле, способен». Т.С.Элиот

существо. Интересно, что эти шутки не могли родиться в Европе. Все культуры различны, и, конечно, эти шутки никогда не могли бы появиться в Индии. Похоже, в Индии вообще как-то плохо с шутками. Во всяком случае, я надеюсь, что эта книжка будет путешествовать по миру, и эти шутки доставят радость тем, кто любит посмеяться. Иногда я позволяю себе сдабривать старые шутки пикантными деталями, чтобы они звучали немного по-новому. Если вы знаете хорошие шутки, я буду очень рад, если вы со мной ими поделитесь. Вы можете прислать их мне на e-mail: Krishnaprem@geeyouareyou.com

Я, правда, буду счастлив получить от вас шутки.

Действительно хороший смех, смех из живота, создает внутренний покой.

Если вы можете каждый день начинать без кофеина;

Если вы можете всегда быть жизнерадостным и не обращать внимания на любую боль;

Если вы можете не реагировать, когда скучные люди жалуются вам о своих проблемах;

Если вы можете каждый день есть одно и то же, и при этом быть за это благодарным;

Если вы можете понять ваших любимых, когда они слишком заняты и не могут уделить вам время;

Если вы можете принимать критику и обвинения без обид;

Если вы можете справиться с напряжением без медицинской помощи;

Если вы можете расслабляться без алкоголя;

Если вы можете засыпать без снотворного,

То, скорее всего....

Вы – домашняя собака!

А вы думали, я все время буду говорить о духовном?

Помню, однажды мой брат Брайан приехал ко мне в «Гитам», и я познакомил его с одной девушкой, которая была влюблена в Ошо. Но у меня было чувство, что за этой любовью к Ошо, она скрывала что-то из своего прошлого. Позже она мне призналась, что когда была подростком, ее изнасиловал ее дед. Сейчас ей было 43 года. Я попросил Брайана поработать с ней с помощью гипноза. Брайан отметил, что хотя она подверглась насилию 30 лет назад, с того момента каждый день своей жизни, все 30 лет, она продолжала сама себя насиловать. Брайан сказал, что он не может изменить тот факт, что она подверглась насилию, но может изменить ее эмоциональную связь с этим событием. Всего после одного часового сеанса гипноза и бесчисленного количества Динамических Медитаций моя подруга стала более легко относиться к своей жизни. Она сбросила свой эмоциональный и физический вес, и впервые в жизни смогла начать здоровые отношения с мужчиной. Можно сказать, что в 40 с лишним лет она все еще была подростком. Но никогда не поздно вырасти и начать наслаждаться жизнью.

Джордж Бернارد Шоу прекрасно сказал на эту тему: «Мы не потому перестаем играть, что постарели, мы стареем потому, что перестаем играть».

*Произнесите свое имя
Медитация доктора Брайана Альмана*

Сосредоточьте свое внимание на дыхании, на вдохе и выдохе. Если вы заметите кульминационные моменты, просто сфокусируйтесь на них и продолжайте вдыхать и выдыхать.

Сделав несколько вдохов-выдохов, на выдохе произнесите свое имя, но не вслух, а про себя. Произнесите свою фамилию, имя, отчество, ваше прозвище, имя, которым вы называете себя, когда обращаетесь к себе. Любое имя, с которым вы себя идентифицируете. Просто сделайте вдох, а на выдохе произнесите свое имя. Сделайте это 10-15 раз. Побудьте с этим, повторяйте свое имя каждый раз, когда вы выдыхаете. Если вы отвлеклись, а большинство людей отвлекаются, просто вернитесь к своему имени и произнесите его на выдохе.

Этой простой технике меня научила потрясающая женщина, с которой я познакомился в Международном Медитационном Курорте Ошо во время моего обучающего тура в Индии. Она прошла путь от простой домработницы до одной из самых востребованных целительниц во всей Индии. Когда я попросил ее поделиться секретом своей силы, она научила меня этой медитации. Это был ее подарок мне, и сейчас я делюсь им с вами.

Когда вы находитесь в стрессе или чувствуете себя несчастным, найдите время, сделайте эту замечательную целительную медитацию, и посмотрите, что произойдет. Вы почувствуете себя более центрированным, более уверенным в себе, более связанным со своей истиной, со своим подлинным «Я».

Однако не ждите подходящего момента, практикуйте эту медитацию при любом удобном случае. Даже во время завтрака, это займет у вас всего несколько минут; просто закройте глаза, сфокусируйте свое внимание на дыхании, сделайте вдох, а на выдохе произнесите свое имя. И чем больше вы будете делать эту медитацию, тем более счастливым вы будете себя чувствовать. Это медитация – золотая медаль победителя.

А теперь добавьте своему имени новое измерение: добавьте к своему имени свой успех, свое развитие, свою свободу, принятие себя и свое просветление! На выдохе произнесите одну из своих целей (но не вслух, а про себя, и с закрытыми глазами). Самое главное, делать это с максимальной легкостью, тогда эта практика поможет вам быть присутствующим и расслабленным.

Затем на вдохе несколько раз произносите свою цель, а на выдохе произносите свое имя. Помните, что это следует делать максимально легко. Глаза могут быть открыты или закрыты.

Если хотите, на вдохе вы можете говорить: «Я люблю», а на выдохе произносить свое имя.

«Следуйте за своим счастьем, и Вселенная распахнет перед вами двери там, где раньше были стены». Джозеф Кэмпбелл

Ваше дыхание – это ваш мост.

Вы – это мост.

Каждая клеточка вашего существа ценит ваше дыхание и использует его для здоровья, (внутренней) коммуникации, передачи идей и ощущений, свободы и Жизни!

Ваше дыхание – это мост между вашим внутренним «Я» (вашим сердцем и душой) и вашим внешним «Я» (вашим телом).

ШАГ 1: Принимайте ваше дыхание таким, какое оно есть (глаза могут быть открыты или закрыты).

ШАГ 2: На выдохе произносите про себя свое имя (1 или больше раз).

ШАГ 3: На вдохе произносите про себя свою цель, любые свои желания. Вы легко можете их менять по мере изменения ситуации и развития ваших потребностей.

*С любовью,
Доктор Брайан Альман
www.TruSage.com*

Глава 6.

Тантра: высшее понимание

«Осознанность не может существовать вместе с двойственностью, а ум не может существовать без двойственности. Осознанность недвойственна, а ум – двойственен. Поэтому просто наблюдайте. Я не даю вам готовые решения. Я учу вас, как принимать решения. Просто немного отстранитесь и наблюдайте. Создайте пространство между собой и умом».

Ошо, «За пределами психологии»

Помимо того, что о нас думают родители, мы также вынуждены иметь дело с тем, как нас видят другие люди: наши друзья, одноклассники, коллеги по работе, соседи и весь мир. Другими словами, мы вынуждены иметь дело с нашим социальным статусом, или репутацией. И мы постоянно проводим «опрос общественного мнения». И если некоторые могут гордиться своей репутацией, то другим приходится смириться со своей дурной славой. И неважно, являемся ли мы популярными или непопулярными, известными или неизвестными, уважаемыми или неуважаемыми, значение имеет только то, обращаем ли мы внимание на мнение других о себе. А почему нас вообще волнует, что о нас думают другие? Да потому что нас этому научили. Нас научили сравнивать себя с другими, оценивать себя сквозь призму других и слушать других, а не себя. И мы поверили, что на первом месте всегда стоит «кто-то другой».

103

Мы также привыкли сообщать другим о том, какое место мы занимаем в обществе. Перед именем мы ставим буквы, определяющие наш пол, социальный статус и семейное положение, и так возникают короли и королевы, рыцари и прекрасные дамы, дамы и господа, мистеры и миссисы. А таинственные заглавные буквы после имени – BA, MBA, PhD, FCA, CEO – кричат миру о том, насколько мы образованы. В итоге кто-то наслаждается своим грандиозным официальным титулом, а кто-то просто рад быть «хорошим парнем», «милой девушкой» или «сумасшедшим чуваком». Так или иначе, у каждого из нас есть свои определения, как у каждого сорта мороженого есть свой вкус.

Но разве в конце дня мы являемся нашим социальным статусом и репутацией? Разве мы являемся мнением, суждением и ожиданием других людей о нас? Я заметил, что мы придаем большое значение суждениям, мы судим других, и другие выносят суждения о нас. Но, действительно ли, суждения имеют такое большое значение? По сути, суждение – это мысль, и все, что наш ум умеет делать, так это осуждать. И это у него получается лучше, чем что-либо другое.

Каждая мысль, которая приходит нам в голову, является своего рода суждением: «эта трава зеленее», «у этой собаки чесотка», «эту пиццу есть невозможно», «а эта женщина, ну просто – стерва!» Суждения – это слова, а слова – это мысли. Слова и мысли подобны плывущим по небу облакам, они приходят и уходят, но они – это не вы. Звезды кино, эстрады и политики, о которых пишут газеты, – сегодня они в моде, а завтра о них уже никто не помнит. Вы – это то, что о вас думают другие? Подумайте об этом еще раз!

«Прекратите говорить и думать, и не будет ничего, что вы не могли бы постичь». Сосан

Никогда не забуду, как я впервые услышал песню Джони Митчелл «С обеих сторон». В ней есть такие слова: «Теперь я смотрю на облака с обеих сторон». Джони смотрит на свою жизнь, на свои любовные истории с разных точек зрения, и видит в них и хорошие, и плохие, и уродливые моменты. Джони стала свидетелем, она смотрит на свою жизнь как на пустое небо, на свои эмоции – как на облака, видит их с обеих сторон и не идентифицирует себя с ними. И именно так, я думаю, человек может достичь баланса между эмоциями и интеллектом.

Мне было дано пройти мужскую версию этого урока в Американской Армии, но я его не прошел, я отождествлял себя со своими эмоциями.

Я думал, что чувство вины, стыд, грусть, разочарование и ненависть к себе – это был я. Но знаете, что я обнаружил после многих лет медитации? Что мои чувства – это не я. Тот, кем я являюсь, предшествует моим чувствам. Чувства существуют только потому, что есть Я. Я появился первым. Я – это небо, а мои эмоции – это всего лишь облака, плывущие по небу. Одни облака белые и пушистые, другие – серые и грозные, и могут разразиться ливнем, но все они появляются и исчезают на небе естественным образом. С эмоциями ведь все точно также: они возникают из мыслей, какое-то время присутствуют в теле, а затем исчезают также быстро, как и появились. Именно так все и происходит. Поэтому всякий раз, когда страдание стучится в вашу дверь, не прогоняйте его, откройте дверь и позвольте ему войти. Страдание не может остаться навсегда – эмоции всегда находятся в движении, они не постоянны. Кроме того, страдания придают жизни смысл... Страдания – это тоже форма проявления Бога, это такой немного дурацкий аспект Бога.

104

Целью жизни не является избавление от эмоций. Нет! Мы ж не роботы. Мы просто должны научиться позволять эмоциям течь, при этом не соединяясь с ними. Я очень эмоциональный человек, но я знаю, что мои эмоции – это не я. Так что в следующий раз, когда вы подумаете: «Боже, я так зол!», «Господи, у меня депрессия!» или «Бог мой, я так счастлив!», спросите себя: «А мои эмоции – это я?» Кстати, а каким вы себя видите? Темпераментным или уравновешенным? Эмоциональным или капризным? Открытым, уязвимым и чувствительным? Или закрытым, черствым и нечувствительным? Посмотрите, за какие чувства вы цепляетесь, а какие хотите оттолкнуть, и спросите себя: «А эти чувства – это я?» Истина заключается в том, что наши потрясающие мысли, наши чудесные настроения, наши чувственные тела приходят и уходят, а наше Большое «Я» всегда остается.

Ошо говорил, что есть только одно небо, в котором можно летать. Вот как я понимаю эту метафору: как только я ощущаю себя небом, я могу видеть облака с обеих сторон и не идентифицировать себя с ними, также я могу смотреть вниз, на землю, и видеть людей, полирующих окна, через которые они смотрят на мир. Каждый, кто по каким-то личным причинам, не находится на небе, думает, что он отделен от целого и действует независимо от всех остальных. Но есть только одно небо, и семь миллиардов людей на планете Земля смотрят на мир сквозь семь миллиардов индивидуальных окон с розовыми стеклами. И вы спрашиваете, как семь миллиардов человек могут ошибаться на счет Будды или Христа? Не спрашивайте, поймите....

«Обычные люди отвергают одиночество, но Мастер извлекает из него пользу, принимая свое одиночество, он осознает, что един со всей Вселенной». Лао-Цзы

«Гитам» становился все более и более популярным. Удачное расположение – всего два часа езды к востоку от Лос-Анджелеса – привлекало в «Гитам» многих звезд Голливуда. Обладатель премии «Эмми», актер Питер Койот, сыгравший главную роль в фильме «Горькая Луна» Романа Полански, часто приезжал в «Гитам», потому что очень любил динамические медитации Ошо. Все великие актеры должны уметь кричать из верхней части легких, но я был просто сражен мощью голоса Питера во время катарсиса. И я не удивился, когда однажды мне позвонил друг Питера, режиссер Марк Райделл, и спросил, смогу ли я быть коучем Бетт Мидлер, которая будет играть главную женскую роль в его фильме «Роза». Моя задача заключалась в том, чтобы убедить аудиторию, что Бетт была на грани сумасшествия, и это была одна из самых простых задач в моей жизни. Бетт Мидлер не просто очень талантливая актриса, она еще и очень живая. Моя проба на роль наставника по безумию Бетт Мидлер заключалась в том, что я должен был сделать Динамическую Медитацию Ошо на лужайке перед домом актера Джеймса Коберна, а Питер комментировал все происходящее Джеймсу Коберну и Марку Райделлу. Я был на высоте и по праву заслужил возможность на съемочной площадке поделиться своим безумием с Бетт Мидлер. Если я не ошибаюсь, за эту роль Бетт была номинирована на премию «Оскар». С Джеймсом Коберном мы стали хорошими друзьями, и когда Ошо спросил, может ли он остаться в Америке, тысячи психологов с радостью его поддержали и написали для него рекомендательные письма. Верхним в кипе было письмо от Джеймса Коберна, в котором говорилось, что Америка выиграет от творческого присутствия Ошо.

В доме Джеймса Коберна также останавливался не кто иной, как Лама Кармапа, лама, с которым я хотел встретиться во время моей первой поездки в Индию, но тогда я случайно встретился с Ошо. И вот теперь у меня была возможность получить личную аудиенцию у Ламы Кармапы, и я был очень этому рад, несмотря на то, что уже был влюблен в другого Мастера. После того, как мы посидели немного в тишине, Кармапа спросил меня, где я живу. Помню, про себя я посмеялся, что живу в сознании Ошо, но тогда я еще был старомодным мальчишкой, поэтому подробно рассказал ламе как проехать в «Гитам», Ашрам Санньясинов Раджнеша. Забавно, но оказалось, что Кармапа, также как и Ошо, обожал быструю езду. В гараже Джеймса Коберна был красный «Феррари», и Кармапе очень нравилось нарезать круги вокруг Голливудских холмов, воображая, что он едет по шоссе. Вы привозите из Индии Мастера, и первое, что происходит – он получает штраф за превышение скорости! Говорят, однажды в штате Орегон, когда Ошо остановили за превышение скорости, он сказал полицейскому: «Это невозможно, на моем спидометре есть ограничитель скорости». Его «Роллс-Ройс» был не в состоянии превысить скорость. Ошо попросил полицейского еще раз измерить его скорость и заявил, что его адвокат напишет в компанию «Роллс-Ройс». Я не знаю, чем закончилась эта история с компанией «Роллс-Ройс», но никого не удивило, что Ошо остановили за превышение скорости. Ему очень повезло, что он не получил две квитанции за превышение скорости. Также Ошо очень повезло, что он никогда не попадал в аварии, и его машины никогда не загорались, но, если верить слухам, он постоянно съезжал с дороги. Похоже, обочина чем-то привлекала Ошо. Оказавшись в скоростной Америке, Лама Кармапа вел себя таким же образом.

Кармапе очень нравилось дергать меня за бороду. Позже я узнал, что в прошлой жизни у Ламы Кармапы была такая же борода, как у меня, такая же живая, как и моя.

«Соблазн далекого и сложного обманчив. Огромные возможности есть там, где вы». Джон Берроуз

История гласит, что однажды группа злоумышленников решила поиздеваться над ним: они сплели его бороду с хвостом лошади. Затем они ударили лошадь хлыстом, лошадь сорвалась с места и потащила Кармапу за собой. Кармапе ничего другого не оставалось, как отпустить свою бороду и таким образом спасти свою жизнь. В этой жизни Лама Кармапа чисто выбрит. Пожалуйста, не ищите скрытый смысл в этой истории, это просто замечательная история.

Много лет спустя на одном из дискурсов Ошо говорил о том, что когда Мастер спрашивает вас, где вы живете, он спрашивает вас не о вашем физическом адресе, а о доме, где находится ваше сердце. Сейчас, когда Лама Кармапа ушел из тела, я уже умею смеяться над своей неосознанностью и тихонечко молюсь, чтобы в следующей жизни у Ламы Кармапы была красивая борода. Я оценил, что тогда лама никак не прокомментировал мой дурацкий ответ. Кажется, Мастера обладают бесконечным терпением и верят, что бессознательные существа, сидящие перед ними, однажды поумнеют. Мастера всегда живут в вечности, для них времени не существует.

А моему телу исполнилось 65 лет. В Америке это значит, что пора выходить на пенсию. И вот я отправился в офис Социального Страхования, чтобы выяснить, полагаются ли мне какие-либо льготы по медицинскому страхованию. С того момента, когда я покинул Штаты в возрасте 29 лет, я особо никогда не работал, и поэтому не был уверен, что заслужил социальную страховку. И вот я сижу перед очень привлекательной, красиво одетой женщиной, которая, ко всему прочему, еще и в отличном настроении. И говорю ей: «Приятно видеть государственного служащего столь счастливым!» А она мне в ответ: «У меня прекрасное настроение, потому что я собираюсь досрочно выйти на пенсию в 62 года». Я сказал: «Вот, вероятно, почему я счастлив с 29 лет». Мы посмеялись, и она сказала: «Давайте посмотрим, кто вы». Я ответил: «Меня зовут Майкл Аллен Могул». И она сказала: «Прошу прощения, но вы не существуете». Будучи человеком Дзен, я легонько наступил правой ногой на большой палец ее левой ноги, и от неожиданности она воскликнула: «Ой!» А я сказал: «Простите, я подумал, вы сказали, что я не существую». И добавил: «Хотя для такого парня, как я, это – комплимент». Этот комплимент был словно массаж для моего духовного эго. Помню, однажды Ошо мне сказал, что проблема с моими молодыми друзьями-евреями заключается в том, что они готовы только к операциям со своими реальными банковскими счетами, но не с духовным банковским счетом. Отказаться от своего банковского счета – это, может быть, и здорово, если это именно то, чего вы хотите, но это никоим образом не прокладывает путь к духовной реализации. Хотя, конечно, благие намерения могут привести куда угодно, а пожертвования всегда приветствуются.

Я сказал женщине в офисе Социального Страхования, что знаю номер своего страхового полиса. И хотя я не был уверен, что эта информация не окажется такой же ложной, как и мое имя, я все-таки попросил ее поискать страховой полис с номером 017-32-****. Она ввела этот номер в базу данных и просто остолбенела. Уставившись на меня, она намекнула, что, возможно, я и существую. Мне понравился такой поворот событий, и я попросил ее назвать мое имя. Она тут же выпрямилась и произнесла: «Мне очень жаль, но по закону я не могу сказать вам ваше имя». Мы оба улыбнулись, но ее улыбка была гораздо серьезней, чем моя. Тогда я попросил ее назвать мои инициалы. Без колебаний

«Имейте в виду, что великая любовь и великие достижения связаны с большим риском. И если вы упустили свой шанс, не упустите свой урок». Прашант

она сказала: «Кей Пи. Мы можем сохранить это в тайне?» «Вы шутите?» – удивился я. – Простите, но вы только что мне напомнили сразу всех моих сестер! Скажите мне только одну вещь, человека, который нас интересует, зовут Кришна Прем?» И она воскликнула: «Господи, а как вы это узнали?» И тут воспоминания нахлынули на меня...

Более 40 лет назад я купил землю в Долине Люцерна, штат Калифорния, и создал некоммерческую организацию – Ашрам «Гитам». Тогда я решил, что имя Майкл Могул звучит не так религиозно, как Свами Кришна Прем, мужчина в поисках истины. До 11 сентября 2001 года американцы могли хоть каждый день менять свое имя, реальным именем считался номер страхового полиса. Но после 11 сентября правила изменились, и теперь если вы поменяете имя после получения девятизначного номера своего страхового полиса, вы уже не сможете воспользоваться страховкой. И вот мы уже флиртовали с этой женщиной, радуясь тому, что я существую, а еще мне ужасно нравилось, что у меня было некое превосходство перед всеми служащими: на следующее утро мне не надо было рано вставать и идти на работу. А потом она мне и говорит: «От социального изгоя, которому не положены ни социальная, ни медицинская страховки, вас отделяет один рабочий день в квартал. Если вы сможете заработать 1050 долларов, у вас будет не только страховка, но и ежемесячная выплата в размере 323 долларов. Вы можете работать?» На что я ответил: «Я, конечно, местами немного заржавел, но ничего, прорвемся, я готов быть в мире до тех пор, пока ему есть, что мне предложить».

Излишне говорить, что я смог сотворить чудо и через месяц получить 1050 долларов: я просто позвонил своему старшему брату Максy и пообещал больше не заниматься такими глупостями, как медитация, ибо теперь я прозрел, и теперь мой Бог – капитализм. Я сказал, что для запуска моего дела мне нужно всего 1050 долларов. Макс тут же перевел мне деньги, и через месяц я преспокойненько официально удалился на пенсию, чтобы жить долго и счастливо со всеми полагающимися мне социальными почестями.

Однажды, когда я сидел напротив Ошо, один молодой человек пожаловался ему: «Знаете, моя семья ужасно страдает от того, что я стал санньясином». На что Ошо ему ответил: «Ну, было бы странно, если бы твои родители обрадовались тому, что ты выбрал другой образ жизни». И усмехнулся, как будто говоря: «Если бы твои родители заранее знали, что у них должен родиться санньясин, твой отец получил бы лучший минет в своей жизни». Я не думаю, что родители вообще когда-либо испытывают счастье от своих детей, поскольку каждый является уникальным. Но если выйти за пределы обусловленностей, за пределы семьи, то можно обнаружить, что мы просто являемся гостем в своей семье. И лучшее, что можно сделать, это выразить свою благодарность всем этим незнакомым людям за то, что они для вас сделали. Я не говорю, что это – истина, я хочу лишь сказать, что у вас с вашей мамой столько же общего, как и у любых двух других людей на земле. Я часто думаю и медитирую над пословицей «кровь – не вода», и могу сказать, что узы кровного родства сильнее других уз только в уме. Я также привязан к своей семье, как вы – к своей. Но время от времени я напоминаю себе, что все мы – суть одно, и что все-все люди на земле – это моя семья.

А как-то раз, сидя рядом с Ошо, я пытался вспомнить, что же я запомнил из бесед с ним. Это был второй или третий раз, когда мы сидели с ним вдвоем, и мне очень хотелось

«Принесите всего себя к Его двери, если вы принесете только часть себя, считайте, что вы ничего не принесли». Хаким Санаи

ему сказать что-то невероятно прекрасное, например: «Во время медитации я достиг состояния сатори» или «Я стал просветленным с тех пор, как встретил тебя». Я хотел сказать что-то, от чего я бы почувствовал себя достойным в его глазах. Но когда я посмотрел ему в глаза, все эти великие мысли о сатори, о просветлении, о растворимом кофе просто исчезли. Ошо спросил меня, как я себя чувствую. И я ответил: «Я чувствую себя счастливым». Мой ответ очень развеселил Ошо. В то время Вивек была его личной помощницей, вначале он посмотрел на нее и засмеялся, а потом посмотрел на меня и сказал: «Знаешь, это так замечательно! Все, кто приходит ко мне, хотят поговорить о сатори и просветлении, и я так рад слышать, что, наконец-то, есть кто-то, кто просто чувствует себя счастливым». И добавил: «И вот, что я тебе скажу, оставайся здесь, со мной, до тех пор, пока ты не перестанешь чувствовать себя счастливым, пока ты не достигнешь просветления, пока ты не достигнешь сатори. Просто будь здесь со мной, пока ты чувствуешь себя счастливым». И этими словами Ошо как будто меня заколдовал. Он сказал их мне 40 лет назад, и до сих пор я продолжаю чувствовать себя счастливым, без просветления и без сатори, и до сих пор в моих глазах блеск, и у меня такая, немного танцующая, походка, которая появляется, когда вы в кого-то влюблены. Ошо попросил меня написать коротенькую песенку о тех моментах, когда я чувствовал себя счастливым. Он сказал: «Ты же знаешь, что ты не всегда чувствуешь себя прекрасно, иногда жизнь перестает баловать, но время от времени моменты счастья все же случаются. Я хочу, чтобы ты написал песенку об этих моментах. Быть может, эти моменты разделяет несколько лет, или, может, один момент следует за другим, просто напиши песенку о своих хороших временах и напевай ее себе, когда тебе плохо». Он попросил меня это сделать, поскольку, когда мы испытываем блаженство и экстаз, мы не чувствуем времени. В эти моменты времени не существует. Подумайте об этом. Когда вы в последний раз были по-настоящему счастливы, как долго длилось ваше счастье? Скорее всего, вы не сможете ответить на этот вопрос. Но если я спрошу вас, как долго вы страдали после того, как вас бросила девушка, я не удивлюсь, если ваш ответ будет с точностью до минуты: «Три месяца, одиннадцать дней и четыре минуты я чувствовал себя абсолютно несчастным». И вот какие мы: мы помним плохие времена. Плохие времена длятся вечно, а хорошие времена пролетают незаметно. Это одна из загадок жизни.

Просто найдите минутку, забудьте об этой книге, напишите песенку о счастливых моментах в своей жизни и спойте ее себе. Не тратьте время на написание книги о ваших паршивых временах, она получится толще Библии. Эта книга, ваша трагедия, будет больше Библии. Просто напишите коротенькую песенку. Песня «Битлз» – «Я хочу держать тебя за руку» – это отличный пример. Просто напишите несколько слов о некоторых прекрасных мгновениях в своей жизни, соедините вместе моменты, когда вы были счастливы, скажем, в 7 лет и в 13 лет, и спойте себе эту песенку. Она может и не стать хитом для кого-то еще, кроме вас, но я вам гарантирую, что она вызовет на вашем лице улыбку.

Все мы знаем, что Мастер вовсе не нужен, чтобы постичь тайны жизни. Я никогда не забуду, как однажды играл в теннис со своим другом по имени Миларепа. Он – один из тех парней, которых так любят девушки, и он очень любил девушек. У него, действительно, была прекрасная жизнь, и рядом с ним я чувствовал себя каким-то разнорабочим. Кроме того, в то время я встречался с девушкой, которая проявляла интерес ко мне и еще к кому-то, и меня накрыло сильнейшее чувство ревности, потому

что я знал, что из нас двоих она все равно выберет Миларепу. И я сказал ему: «Знаешь, Мила, я сейчас ужасно ревную. Ты когда-нибудь ревнуешь?» Он посмотрел на меня и ответил: «Уже нет. Я больше не ревную». И эта фраза была для меня как удар теннисным мячом меж бровей. Вдруг вся моя ревность куда-то исчезла. Я больше не испытывал чувство ревности. Я не знаю, как это происходит, когда в присутствии Мастера или коуча мы внезапно отпускаем наш ум и наше сердце. Остается только «здесь и сейчас». И я больше не ревновал. Я стал гораздо активней размахивать ракеткой, чем когда я думал о ревности. Моя рука расслабилась, потому что мое сердце расслабилось. И позже, когда я увидел свою подружку, я уже смотрел на нее не из пространства ревности. И, Господи, она была такой привлекательной! Я ей, действительно, нравился, но она не могла понять, почему я даю ей столько свободы. Во мне было пространство, в котором она могла присоединиться ко мне, и мы, действительно, были вместе. Правда, теперь она стала меня ревновать. И что я хочу сказать: за пределами ревности существует пространство, и в следующий раз, когда вы станете ревновать, посмотрите, можете ли вы попасть в это пространство. Но не пытайтесь оказаться в нем, любые попытки сведут вас с ума, просто посмотрите, существует ли для вас это пространство, позволяете ли вы ему быть, можете ли вы быть больше своих эмоций.

Еще одна интересная история произошла со мной, когда я жил в «Гитапе». Я был очень, очень, очень сильно влюблен в девушку по имени Аноубоди. Она была прекрасна, в ней было все, о чем можно было мечтать. Я знаю, вам знакомо это состояние, по крайней мере, ваш ум его точно знает. И вот я был тотально влюблен в эту девушку, и однажды ночью мы пошли гулять по пустыне, это была очень красивая звездная ночь. Потом вышла луна, и звезд стало не видно. Это была пустыня, поэтому луна была, действительно, очень, очень большая, да к тому же еще и полная. И в прямом смысле слова на луне можно было видеть человечка, такого расслабленного и наслаждающегося, который просто позволял свету проливаться на землю. И вдруг девушка мне говорит: «А, правда, луна похожа на большой кусок арбуза?» Честно говоря, луна не была похожа на большой кусок арбуза, но я был настолько влюблен в эту девушку, что это сравнение показалось мне очень поэтичным. Несколько недель спустя, точнее месяц спустя, ко мне в гости приехал молодой человек по имени Гитананда. И мы пошли с ним любоваться звездным небом. А когда взошла луна, полная луна, он посмотрел на меня и произнес: «Боже мой, а тебе не кажется, что луна похожа на большой кусок арбуза?» Я чуть не умер на месте. Всю ночь мы с ним обсуждали, правильным ли для него будет остаться жить в «Гитапе», и в глубине сердца я знал, что это будет правильным, и я также знал, что моим отношениям с той девушкой пришел конец. Когда эти два куска арбуза встретятся, для меня случится непоправимое. Так оно и вышло. Они встретились через три или четыре дня. И это был полный провал. Я никогда этого не забуду. Это было ужасное, отвратительное время в моей жизни. При этом я понимал, что этот парень был очень нужным человеком в коммуне, и эта девушка была очень нужным человеком в коммуне. И мне пришлось сказать «да», потому что коммуна была моей жизнью. Есть такое Буддистское изречение: «Быть у стоп пробужденного, быть в коммуне пробужденного, быть в истине пробужденного». Поэтому выбора у меня особо и не было, и мне пришлось принять эту ситуацию. И они встретились! Черт! Я до сих пор ненавижу эту историю, и хотя прошло уже 25 лет, я помню ее, потому что ненавижу. И это не один из тех счастливых моментов, о которых я написал в своей песенке.

«Продолжайте наблюдать. Не допускайте, чтобы что-то происходило без вашего свидетельства. Просто это самосознание, это самопознание сделают для вас все». Ошо

Следующая история совершенно другая. Однажды в Пуне, в Международном Медитационном Курорте Ошо, я чувствовал себя абсолютно несчастным, абсолютно подавленным. Забавно, что когда вы живете среди медитирующих людей и находитесь в прекрасном настроении, вы чувствуете себя легким, ваша энергия подобна свету, и когда вы подходите к какой-нибудь двери, и она сама перед вами открывается. Ну, конечно, ее перед вами открывает какой-нибудь друг, но вы бы и сами могли ее открыть, ведь вы – свет, дверь – свет, и все вокруг – это свет. А когда есть свет, дверь открыта. А когда у вас паршивое настроение, вы чувствуете себя тяжелым, и вы подходите к той же самой двери, думая, что она сама перед вами откроется, есть очень большая вероятность того, что вы врежетесь лицом в прочное стекло. Возможно, с вами такое случалось. Так вот, у меня было очень плохое настроение, и оно продолжалось довольно долго. И однажды, выходя из своей комнаты в «Ошо Хаусе», я натолкнулся на парня, он полз по полу задом ко мне. Я подумал, может, ему нехорошо, и спросил его: «Эй, что ты делаешь?» Парень встал, поправил волосы и очки, и оказалось, что это мой сосед Джаеш, и он просто уронил свои ключи. Я вспомнил слова Ошо: «Я оставляю вам свою мечту». Мы посмеялись, потому что это был очень свежий момент. И я сказал: «Знаешь, Джаеш, сейчас, когда я привлек к себе твое внимание, я просто хочу тебе сказать, что когда мне было очень скверно, я не чувствовал никакой энергии с твоей стороны, и, знаешь, даже простое приветствие в тот момент могло бы помочь мне выбраться из моего болота». И он ответил: «Это не мое дело. Но я спрашивал о тебе, и я видел, что ты был не в порядке, но ты не давал мне никакого шанса вытащить тебя из болота». И добавил: «Честно говоря, сейчас ты выглядишь просто замечательно. Как тебе это удалось?» И я ответил: «Знаешь, я просто перестал флиртовать с женщинами и начал флиртовать с самим собой. Я стал придерживаться небольшой диеты, просто, для себя, и стал причесываться, просто, для себя, и стал наслаждаться разными штуками, просто, для себя». И что я этим хочу сейчас сказать: иногда, когда нам плохо, мы стараемся казаться привлекательными для кого-то другого в надежде, что этот человек нам улыбнется, и наше настроение улучшится. А в эти моменты не нужно перекладывать ответственность за свое состояние на кого-то другого, а нужно быть очень эгоистичным. Я знаю, что для Западного человека это не так просто, потому что всю жизнь нас учат противоположному, но нужно быть эгоистичным, собрать всю свою энергию внутри и двигаться изнутри наружу. Двигаться не снаружи вовнутрь, а изнутри наружу. Вернуться к тому, кем мы являемся, и просто увидеть, что приносит нам такие страдания, и почему в данный момент мы не чувствуем любви.

Медитировать – это очень просто. Медитация – это искусство быть одному. Вначале случается медитация, а за ней следует любовь. По крайней мере, в терминах осознанности я вижу это таким образом. Осознанность – это не «мы». Нет такого понятия, как «коллективная осознанность». Однажды, когда в Золотую Эпоху Просветления встретились Будда и Махавира, и их ученики стали спорить, кто из них лучше, и кто является самым просветленным Мастером в мире, Будда и Махавира просто прошли мимо друг друга, им даже нечего было сказать друг другу. Но что это значит с точки зрения отношений? Я не знаю, давайте исследовать это вместе. Но абсолютно точно, что когда вы чувствуете себя прекрасно, вы притягиваете прекрасные чувства. Но это не коллективная штука. Так что, пожалуйста, в следующий раз, когда вы будете чувствовать себя скверно, не ищите в своей телефонной книге того, кто мог бы сделать вас счастливым. Возьмите эту книгу, сядьте на нее, забудьте о ней и спойте себе свою счастливую песенку. Начните танцевать, пусть ваша энергия начнет двигаться, не сидите и

не упивайтесь своим страданием.

В моем далеком прошлом в Лос-Анджелесе я давал сессии по работе с телом. И я всегда говорил своим клиентам, которые хотели встретить клевого партнера: «Сами будьте живыми и клевыми, а не убитыми и убогими». Другими словами, мы притягиваем то, чем мы являемся. Вот цитата из Ошо, которая может изменить вашу жизнь. Откуда я это знаю? Она изменила мою жизнь.

«Выберите счастье – это значит, что вы выбираете следствие – и просто посмотрите, что будет происходить. Выберите экстаз и посмотрите, что произойдет. Выберите благодать и посмотрите, что произойдет. Вся ваша жизнь сразу изменится, и вы увидите, как вокруг вас начнут происходить чудеса. Вы создали следствие, а причине приходится появляться. Это будет выглядеть как магия, и вы даже можете назвать это «Законом магии». Первый закон – закон науки, а второй закон – закон магии. Религия – это магия, и вы можете быть магом. И это то, чему я вас учу: быть магом, овладеть секретом магии.

Попробуйте! всю свою жизнь вы жили по-другому, да и не только эту жизнь, но и множество других жизней тоже. Теперь слушайте меня! Попробуйте эту магическую формулу, эту мантру, которую я вам даю. Создайте следствие и посмотрите, что произойдет: причины немедленно возникнут сами, они притягиваются к следствию. Не ждите причин, вы и так ждали слишком долго. Выберите счастье, и вы будете счастливыми». Ошо

111

Помню, как-то раз, вернувшись в Пуну из «Гитама», я сидел перед Ошо, и он спросил парня передо мной: «На сколько ты сюда приехал?» Парень очень хотел впечатлить Ошо своей преданностью, он закрыл глаза, открыл глаза и произнес: «Ошо, я здесь навсегда». Ошо тоже закрыл глаза, открыл глаза и спросил: «А в следующий раз ты можешь приехать на дольше?» Я тоже очень хотел приехать к Ошо навсегда, но я управлял «Гитамом» и мог проводить в Индии всего 3 месяца в году. Так что, когда мы говорим: «Я тебя люблю» или «Я здесь навсегда», это – абсолютная ложь как по отношению к себе, так и по отношению к другому человеку, поскольку между вами и другим человеком нет никакой разницы. Поэтому в следующий раз, когда вас будет мучать чувство ревности, воспринимайте это как знак. Начните наблюдать за своим умом, просто наблюдать. На самом деле, ум – это единственная ваша проблема. Все другие проблемы, например, ревность, – это просто идеи, возникающие в вашем уме. И абсолютно не имеет никакого значения, если ли у вас любимый человек или нет, важно только знать, где вы сейчас находитесь.

Великий Американский мистик Джозеф Кэмпбелл однажды сказал: «Мир совершенен, мир – это идеальный беспорядок».

А я говорю вам: «Позвольте жизни происходить. Не стройте никаких планов». Джон Леннон чувствовал это также: «Жизнь – это то, что происходит с вами, когда вы строите планы». Давайте не будем выходить замуж, давайте не будем разводиться, давайте будем слышать то, что жизнь говорит нам прямо сейчас. А когда мы осознаем, что мы являемся светом, все вопросы просто исчезнут. И нет ответов, есть ситуация, в которой

«Единство с божественным случается посредством познания себя». Патанджали

вопрос исчезает, и мы находимся в том состоянии, которое в мире медитации называется «здесь и сейчас».

Ах, религия! Нужно затронуть и этот вопрос! Я родился в Еврейской семье, меня воспитывали в Еврейской традиции, но я не Еврей! Поскольку в школе у меня дела шли неважно, после школы мне приходилось много заниматься и учить то, что другие дети с легкостью осваивали на уроках. И когда после занятий они шли на урок Иврита, я шел домой. И к 13 годам, к моей Бар-Мицве, когда по Еврейской традиции мальчик становится мужчиной, у меня вообще не было никакого религиозного образования. Однако это меня не спасло, потому что Иудаизм в каком-то смысле не является религией, а является образом жизни. И хотя я не знаю ни единого слова из Торы, я все равно был и останусь Евреем.

Кроме того, я люблю шутки!

На Бродвее мужчина столкнулся с девушкой. Она тихонечко шептала: «Любовь на продажу».

- Я согласен, если ты умеешь любить по-еврейски, – обратился он к ней.
- Если ты научишь меня любить по-еврейски, я буду с тобой за полцены.
- Вот это и есть любовь по-еврейски! – обрадовался мужчина.

Еврейская пара отмечала свой медовый месяц у Ниагарского Водопада. Уже через неделю у них закончились деньги, но они так хорошо проводили время, что им хотелось остаться еще ненадолго. Парень решил обратиться за деньгами к отцу и отправил ему телеграмму: «Дорогой папа. Здесь просто замечательно. Мы хотим остаться здесь еще на какое-то время. Пожалуйста, вышли денег. С любовью, твой сын». В ответ он получил такую телеграмму: «Дорогой сын. Везде замечательно. Возвращайтесь домой. С любовью, твой отец».

112

Ладно, шутки в сторону. Так кто же мы? Мы – это наши убеждения, которым мы следуем, наша одежда, которую мы носим, наши любимые блюда, которые мы едим, особые ритуалы, которые мы соблюдаем, или, может, праздники, которые мы отмечаем? Неужели мы – это то, во что мы верим, что мы говорим и что делаем? Неужели мы, правда, рождаемся с определенной религией? Посмотрите на сына своего соседа: разве у него есть религия? Разве он вышел из чрева матери Христианином, Баптистом, Методистом, Сикхом или Хинду? Или это вы сказали ему, к какой религии он принадлежит? Этот малыш может даже еще и не знает, что он – маленький мальчик, чего уж там говорить о Зороастризме. Быть может, единственное, что он знает, так это то, что он жив, и что он находится здесь прямо сейчас. Может, прямо сейчас он является самим собой. Интересно, а через двадцать лет, какую религию он будет исповедовать, и кем он будет думать, он является?

Мы не рождаемся с определенной религией, нас воспитывают в определенном религиозном климате, мы растем среди людей, которые придерживаются определенных религиозных взглядов, и чаще всего мы принимаем их образ жизни и убеждения как свои собственные. Но только потому, что мы родились у родителей, которые верят в Христа,

«Здоровье – это величайшее приобретение. Удовлетворение – это величайшее богатство. Доверие – это лучший друг. Нирвана – это наивысшая радость». Дхаммапада

это не делает нас Христианином. А если разобраться, разве Иисус не был первым и последним Христианином? Не удивлюсь, если кто-то из вас сейчас поморщится, потому что я затронул весьма щекотливую тему. Многие люди очень сильно отождествляют себя со своими религиозными убеждениями, другие относятся к своей вере попроще. Большинство людей, которых я знаю, можно назвать «частично религиозными». Каждое воскресенье они ходят в церковь и являют собой жутко преданных людей, которые любят и лелеют Бога. В течение часа они молятся и поют, а потом возвращаются домой и оставшиеся 167 часов в неделю просто живут своей привычной жизнью. И Бог для них является просто привычкой, страховым полисом и своего рода социальной активностью, кем-то, кому можно помолиться, когда что-то пошло наперекосяк, и к кому они могут обратиться, если сбились с пути. И вот они верят в Бога, поклоняются и молятся ему, но они толком и не знают, кто такой этот Бог, и не видят, что истина находится прямо перед носом.

Бог спрашивает Иисуса: «И что за чертовщину ты наплел этим людям?»

А сейчас я провозглашаю новую религию, которая будет процветать на протяжении последующих пяти тысячи лет. Преданные называют ее Интернет. Ее первые две заповеди известны как www.com.

У носильщика воды в Китае было два котелка, он их цеплял на коромысло и таким образом носил воду. Один котелок был целый, и вода из него не проливалась, а в другом котелке была трещина, и, пройдя долгий путь от источника до дома, носильщик приносил один котелок лишь наполовину полным.

113

Так прошло два года. Каждый день носильщик приносил домой полтора котелка воды. Конечно, целый котелок гордился своим совершенством и тем, что он безупречно справлялся со своей задачей. А треснувший котелок стыдился своего несовершенства и чувствовал себя несчастным.

Два года он старался смириться со своей горькой участью, но однажды не выдержал и сказал носильщику воды:

– Мне стыдно и очень жаль, что трещина в моем боку не позволяет тебе донести всю воду до дома.

И носильщик ответил:

– А ты заметил, что только с твоей стороны вдоль дороги растут цветы? Я всегда знал о твоём недостатке, поэтому вдоль дороги с твоей стороны я посадил цветы, и каждый день, когда мы шли домой, ты поливал их. На протяжении двух лет я собирал эти прекрасные цветы и украшал ими свой дом. Если бы ты не был таким, какой ты есть, в моем доме не было бы такой красоты.

А вот еще одна история из Интернета, которая мне очень нравится.

Старый индеец учит своего внука жизни:

– Внутри меня происходит борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло: гнев, зависть, печаль, сожаление, жадность, высокомерие, жалость к себе, чувство вины, обиду, чувство неполноценности, ложь, ложную гордость, чувство превосходства и эго. Второй волк представляет добро: радость, мир, любовь, надежду,

«Сознание без думанья – вот что такое осознанность. Будьте бдительны и не думайте. Попробуйте!» Ошо

спокойствие, смирение, доброту, доброжелательность, сопереживание, щедрость, истину, сострадание и веру. Такая же борьба происходит и внутри тебя, она происходит внутри каждого человека.

Маленький индеец задумался на несколько мгновений, а потом спросил:

– А какой волк побеждает?

Лицо старого индейца тронула едва заметная улыбка, и он ответил:

– Побеждает тот волк, которого ты кормишь.

Мы также можем гордиться тем, что вышли за пределы религий и всех этих иллюзий о Боге, поскольку теперь мы идем по духовному пути и являемся членом общества искателей истины. И мы считаем себя официальным учеником этого общества, полноценным искателем истины или лучшим преданным, называем себя абсолютным единством, бесконечной любовью или вечным сознанием. Но и в этом случае мы должны остановиться и спросить себя, а не является ли наше новое мировоззрение еще одной формой самоидентификации? Я не против поиска истины и следования по какому-либо пути, поиск истины и медитация, безусловно, являются прекрасной подготовкой, но называть себя величайшим медитатором на земле – значит по-прежнему ограничивать себя.

Почему мы всегда так ужасно выглядим на фотографии в паспорте? Это же та единственная фотография, которую мы обречены всем показывать на протяжении многих лет! Где справедливость? И что это, злая шутка существования или прекрасная возможность нам посмеяться над собой? А сейчас пришло время, чтобы взглянуть на свою национальность и спросить, насколько сильно вы себя идентифицируете со страной, в которой вы родились? Насколько вы патриотичны? Сколько национальных флагов вы повесили на своем балконе? Испытываете ли вы гордость, когда «ваша страна» берет золото на Олимпийских играх? И расстраиваетесь ли вы, когда «ваши» теряют титул обладателя Кубка Мира? Это всего лишь игра, не так ли?

Я заметил, что русские часто говорят: «В моей стране то, в моей стране это...», а американцы говорят: «Мы сделали то, мы сделали это...», «Мы оказали помощь Камбодже», «Мы ввели свои войска в Афганистан», «Мы боремся с силами зла», «Наш долг 100 миллиардов долларов». Но кто такие эти «Мы»? Вы и ваши друзья? Или вы и все остальные люди, проживающие между Канадой и Мексикой на территории, которая на карте раскрашена нежно розовым? Или, быть может, вы себя отождествляете с какой-то определенной этнической группой, племенем или расой? Или с вашей любимой футбольной командой? И как часто вы говорите: «На следующей неделе мы играем с «Сан-Диего Чарджерс» или «На прошлой неделе мы позорно продули»? И только лишь потому, что вы купили шарф, майку и бейсболку с логотипом любимой команды, вы уже причислили себя к ней?

А я на Гавайях, на острове Мауи, в ресторане «Казанова» купил майку, на которой очень точно описана наша обусловленность:

Рай – это когда

полицейские – британцы,

повара – итальянцы,

механики – немцы,
любовники – французы,
и все организовано швейцарцами.

Ад – это такое место, где
полицейские – немцы,
механики – французы,
любовники – швейцарцы,
а руководят всем итальянцы.

И это не про правильно-неправильно, хорошо-плохо, это про то, что мы все выросли в разных странах, и нас научили разные вещи делать по-разному. Конечно, если бы я вырос на Таити, в Конго или во Внешней Монголии, я бы получил совершенно другое воспитание, говорил бы на другом языке и находился бы в другой культурной матрице. Но разве мы – это страна, в которой мы родились, и культурная обусловленность, которую мы получили? В этом смысле является ли кто-то из нас американцем, англичанином, африканцем, австралийцем, китайцем... или поляком?

Как я узнал, что я – поляк? Я рассказал своей маме польскую шутку, которая показалась мне очень смешной:

– Почему польская девушка больше не пользуется своим вибратором?
– Потому что она уже выбила себе половину зубов.

Это была одна из первых пошлых шуток, которые я рассказал маме. Она не засмеялась, я спросил, почему, и она ответила, что она полька. Мне тогда потребовалось целых три дня, чтобы понять, что я тоже поляк. Вот таким вот я был. Большинство из нас любят делать обобщения о людях разных национальностей, классифицировать их и, конечно, смеяться над ними.

Американец, англичанин и француз плывут в лодке. Через какое-то время лодка начинает тонуть, и англичанин как истинный джентльмен говорит:

– Женщины и дети покидают лодку первыми!

Американец:

– А х... им в зад!

Француз:

– А успеем?

Англичанин приходит к своему врачу:

– Доктор, я безумно влюблен в польскую девушку. Вы должны помочь мне стать поляком!

– Вы уверены? – спрашивает врач. – Для этого придется сделать операцию и удалить половину вашего мозга.

– Доктор, я согласен на все!

Проснувшись после операции, мужчина видит врача у своей кровати:

– Мне очень жаль, но мы совершили ужасную ошибку. Мы удалили три четверти вашего мозга.

«Иногда я спрашиваю себя: «Интересно, а почему этот фрисби становится все больше и больше?»... И в следующую секунду падаю от его удара». Атмо из Уальдквеста

Человек бьет себя кулаком по лбу и кричит:

– О, Мама Мия!

Национальность – это шутка! Некоторые люди очень сильно обижаются, если вы шутите про их национальность или их страну. Это происходит потому, что они думают, что это – они. Знаете, если мы снимем с себя нашу культурную оболочку, мы окажемся одинаковыми. На эту тему мне прислали очень красивую историю:

Переходя границу в незнакомой стране, путешественник увидел сидящего под деревом старика. Он подошел к нему и спросил о людях в его стране. Старик ответил вопросом на вопрос:

– А какие люди в твоей стране?

– О! – ответил путник. – Они дружелюбные, гостеприимные и веселые.

– Ну, – сказал старик. – В моей стране ты встретишь таких же людей.

Несколько дней спустя другой путешественник переходил границу и, увидев того же старика, обратился к нему с тем же вопросом. Старик и ему задал тот же вопрос:

– А какие люди в твоей стране?

– О! – ответил путник. – Они всегда в спешке, им не хватает времени друг для друга, и единственное, что их волнует, это сколько денег они могут заработать.

Старик пожал плечами и сказал:

– В моей стране ты встретишь таких же людей.

Мы делим земной шар на разные сектора, на Восток и Запад, Север и Юг, на континенты и субконтиненты, на страны третьего мира и развитые страны. Однако если убрать границы между странами, стереть эти линии на картах, удалить метки, которыми мы обозначили различные кусочки земли, тогда к какой национальности мы будем принадлежать? Кто же скрывается под нашими разноцветными флагами, национальными костюмами и патриотическими убеждениями? Вот, что меня интересует, и я хочу знать.

Когда в 1974 году я первый раз вернулся из Индии в Америку, у меня в кармане лежала та маленькая книжечка Ошо, которую я купил в Гоа. Я до сих пор ношу ее с собой. Это единственная книга Ошо, которую я прочитал. Тогда я отложил ее в сторону и пару лет работал, где придется, чтобы накопить денег и вернуться в Индию. Я хотел, чтобы моя борода продолжала расти, мое сердце открывалось, и мой ум верил в чудеса. Я не читал книг и делал только одну медитацию, Динамическую Медитацию Ошо. Я просто наблюдал за собой и просто был. И еще я очень много кричал. Время от времени я просто кричал. Вначале в течение 10 минут я дышал, а потом 10 минут кричал. После этого я кричал мантру «Ху!», а затем расслаблялся. И так каждый день. Я медитировал, дышал и отпускал себя. Но я не читал книг, и в то время я был одним из первых немногочисленных санньясинов Ошо, и вокруг меня не было людей, с которыми я мог бы поговорить об Ошо. И я просто все глубже и глубже исследовал вопрос, кто я. Никогда не забуду, как однажды мне довелось поработать на одну экологическую компанию, расположенную в штате Западная Вирджиния. Мы проводили мониторинг загрязнения окружающей среды, и я делал какие-то работы по техническому обслуживанию зданий. Это была очень хорошая работа, и я заработал очень много денег, потому что был вегетарианцем. Главный офис компании находился в Бостоне, и из Бостона меня отправили в командировку в поля

«Найдите себе дело по душе, и больше никогда в жизни вам не придется работать». Конфуций

штата Западной Вирджинии. И, как и положено всем командировочным, мне оплачивали расходы на питание. Не знаю, почему сейчас я не придерживаюсь строго вегетарианской диеты, но в то время вегетарианство было для меня почти как религия. И вот однажды мой напарник мне сказал: «Знаешь, тебе следует включать в свои расходы на питание и стейк тоже. Потому что, если в моих расходах на питание есть стейк за 14 долларов, а в твоих – только пюре за 2 доллара, это выглядит, как будто я трачу слишком много денег на еду». И просто, чтобы быть хорошим парнем, я включал в свои расходы и стейк. Господи, как это было прекрасно. На расходах на питание можно сколотить неплохое состояние. И как приятно было поддерживать коллег! Конечно, о себе я тогда не думал.

Но все это в прошлом. Мы не говорим о том, какой я сейчас, мы говорим о том, каким я был в 30 лет. Я заработал приличную сумму денег, к тому же мне нравилось, что я делал. Но в один прекрасный день меня уволили, я больше не был нужен компании, в которой проработал два года. В то время в стране началась повальная безработица, но я как-то не сильно расстроился, я даже был очень рад выбраться из Западной Вирджинии. И первым делом я отправился в Нью-Йорк за визой, чтобы в декабре поехать в Индию, когда там стоит прекрасная погода и очень тепло. Я не хотел брать с собой кучу ненужных вещей и, облачившись в свои оранжевые одежды (оранжевую куртку, оранжевые джинсы и оранжевые ботинки), сел в самолет и полетел в Нью-Йорк. В самолете я перечитал книжку Ошо, которую не открывал два года, и она снова оказалась для меня живой, я прочитал ее совсем по-другому. За все это время, проведенное в Америке, не прочитав ни единого слова, ни с кем особо не разговаривая, я больше узнал о том, кто я. Я просто любил Ошо и медитировал в тишине, и вся моя жизнь изменилась. Могу ли я это доказать? Нет. Я говорю неправду? Нет. Вы мне верите? Нет. Но вы можете это проверить. Возьмите любую книгу Ошо, возьмите любую книгу по медитации, прочтите ее, помедитируйте над ней, перечитайте ее через два года и посмотрите, насколько сильно изменилась ваша жизнь. И если я вас обманываю, значит, я пришел откуда-то из другого пространства. Я не знаю. Вам виднее.

117

И вот я в своих хлопковых оранжевых одеждах стою посреди Нью-Йорка, а на улице зима, идет снег, и я практически отморозил себе зад. И я понимаю, что мне ничего другого не остается, как быстренько добежать до паспортного стола, получить новый паспорт, затем добежать до посольства Индии, подать документы на визу и как можно быстрее улететь в Индию. Порой происходят смешные вещи. На перекрестке, когда я переходил дорогу, меня остановила бездомная женщина чудаковатого вида. Посмотрев мне в глаза, она воскликнула: «Ты же, конечно, знаешь, как нужно одеваться зимой!» Никогда этого не забуду. Мне было жарко, я весь горел – я ехал домой. Возможно, вы слышали, что многие люди после того, как достигают просветления, не знают, с кем они могут общаться. Конечно, они не могут разговаривать с обычными людьми, такими как вы и я, и они идут к психам в сумасшедший дом. В Индии довольно много просветленных людей, и как только они достигают просветления, первым делом они идут в местный сумасшедший дом и разговаривают с пациентами, чтобы понять, видят ли они их просветление. Как правило, сумасшедшие – это единственные люди, которые живут в моменте. Проблема сумасшедших в том, что у них также есть и сознание, но они не знают, кем на самом деле они являются. Возможно, единственное отличие просветленного человека от сумасшедшего заключается в том, что он знает, кто он.

«Не говорите людям, как им следует что-то делать, скажите им, что они должны сделать и позвольте им удивить вас своими результатами». Джордж Паттон

Встреча с Ошо была для меня одновременно и счастливым началом, встречей с моей внутренней любовницей, и несчастливым концом моих отношений с Марсией, Кришной Приией. Что-то внутри мне подсказывало, что мои отношения постигла беда, и я решил пойти к Ошо, чтобы понять суть проблемы. Я был уверен, что совет Ошо не только исцелит мои отношения, но и поможет мне и моим друзьям, наконец, узнать правду о взаимоотношениях.

И я записался на даршан к Ошо, чтобы попрощаться с ним перед отъездом в Калифорнию, где я собирался создать коммуну, основанную на его медитациях. Кришна Приия решила пока остаться с Ошо и вернуться ко мне, когда я реализую свою мечту. Ошо поддержал желание Кришны Приии, а я не был уверен, что делаю все правильно. Накануне даршана я сидел перед зажженной свечкой и репетировал свои вопросы к Ошо о взаимоотношениях до тех пор, пока от меня не остался лишь воск, растекшийся по полу в моей спальне.

На протяжении двух лет я ни разу не расставался со своей любимой, и теперь я очень нервничал: я не знал, как я смогу без нее жить. Я хотел спросить у Ошо, могу ли я быть уверен в том, что она не влюбится в кого-то другого и приедет ко мне в Калифорнию? Я был вне себя от ярости – я уже не был самым главным мужчиной в жизни моей женщины, и я даже ревновал ее к Ошо.

В 1975 году даршаны проходили на террасе дома «Лао-Цзы». На мой прощальный даршан были записаны еще девять человек, и каждый мог по очереди задать свой вопрос Ошо. Я был под номером десять. Мне казалось, что пройдет вечность, прежде чем очередь дойдет до меня. Наконец, Ошо посмотрел на сидящего рядом со мной парня под номером девять такими большими глазами, что мне показалось, что он приглашает меня пройти вперед. Я аж подскочил от радости и собрался было подойти к Ошо, но, конечно же, моя очередь еще не подошла. Ошо сказал мне иметь терпение, и я быстро сел на свое место.

Мне было так стыдно, что хотелось умереть на месте. Парень под номером девять подошел к Ошо, сел перед ним и тут же заплакал. Он плакал, а Ошо ждал. И вот, когда парень немного успокоился, Ошо спросил его: «Что случилось?» И парень рассказал такую историю: «Сегодня я купил новые сандалии, а когда вышел с медитации Кундалини в 17:15, я обнаружил, что у меня их украли!» И снова заплакал.

Ошо закрыл глаза, а когда парень немного успокоился, открыл глаза и сказал: «Я не могу вернуть тебе сандалии, но могу тебе посоветовать сделать следующее: поезжай завтра на улицу Махатмы Ганди, купи себе новые сандалии, а когда пойдешь на медитацию Кундалини, одну сандалию положи на верхнюю среднюю полку стойки для обуви, а другую – на нижнюю полку слева».

И добавил: «Никто никогда не украдет одну сандалию!»

Внезапно парень перестал плакать и засмеялся. Мне показалось, что Ошо был очень горд собой: он просто сиял от радости и улыбался самой широкой улыбкой, которую я когда-либо у него видел. Все присутствующие хохотали. Затем Ошо взял парня за руки,

они одновременно встали и стали танцевать, как будто кто-то включил музыку. А потом Ошо сделал всем «намасте» и ушел. И на этом даршан закончился.

Я чувствовал себя санньясином, которого оставили в дураках.

И по сей день я ничего не знаю про взаимоотношения! Так что, друзья мои, поделиться на эту тему мне нечем. Единственное, что я узнал на собственной шкуре, что слово «отношения» происходит от глагола «относиться». Но в 1975 году в Долине Люцерна, штат Калифорния, я основал для Ошо ашрам «Гитам», который стал крупнейшим медитационным центром в США, а моя любимая девушка так никогда и не ступила на его порог. Так что ничего нельзя знать заранее. Медитация, как и любовь, – это не то, что мы думаем.

И больше я никогда ее не видел. Но мне посчастливилось на своем пути встретить Будду.

В то время как во всем цивилизованном мире Христиане опечалены тем, что Иисус умер на кресте, на Востоке Буддисты медитируют над знаменитым изречением Будды: «Если вы встретите меня на пути, тут же убейте меня». Будда имел в виду: «Если вы встретите меня в своей медитации, значит, вы видите меня во сне, а чтобы проснуться, вам нужно разрушить свои сны». На пути к своему истинному «Я», встретив в своем уме отца, вы можете захотеть отрубить ему голову. Правда, эта мысль может также вызвать и чувство вины. И так создается порочный круг, из которого на Западе принято выходить с помощью «Прозака» и его братьев-антидепрессантов. Ах, эта чудесная западная медицина! Слова «медицина» и «медитация» имеют один корень, только медицина исцеляет тело, а медитация – душу. И что интересно, оба слова начинаются с личного местоимения «те» («я»), так что, какой выбор сделать – это личное дело каждого. Кстати, я не предлагаю вам убить своих родителей перед тем, как вы пойдете сегодня спать, и использовать эту книгу в суде в качестве оправдания своему безумию. Но чтобы остаться наедине с самим собой, нужно послать куда подальше всех судей, которые живут внутри вас. И к этим внутренним судьям относятся не только такие «плохие парни», как наши родители и наша первая учительница, но и такие «хорошие парни» как Иисус и Будда. Все они должны уйти, и только тогда мы сможем обрести внутренний покой. И вот вам тема для размышления: если вы избавитесь от своих внутренних ковбоев в черных шляпах и своих внутренних ковбоев в белых шляпах, то кто вы? Когда вы остаетесь наедине с самим собой, вы существуете как личность? Возможно, теперь вы начинаете понимать, что, когда вы находитесь в одиночестве, наедине с самим собой, в вашем уме никого нет. А когда вы чувствуете себя одиноко, ваш ум полон разных людей. А когда вы в одиночестве, вы находитесь в состоянии вне-ума. И это истина. Ошо часто говорил мне: «Я – не луна, я – палец, показывающий на луну. Не смотри на меня, смотри на луну». Просто исследуйте свою жизнь. И проснитесь.

Я заметил, что часто называю родителей, учителей и политиков «плохими парнями». Возможно, для вас это и не так. Возможно, для вас они – святые, но согласитесь, гораздо проще убить плохого парня, чем просить святого удалиться и оставить вас наедине с самим собой. Во всех терапевтических группах, которые я проходил, люди, которые

«Некоторые люди так усердно готовятся к дождливым дням, что не в состоянии насладиться солнцем, которое светит сегодня». Уильям Фезер

говорили, что у них было безоблачное детство и замечательные родители, были последними, кто мог принять свое одиночество. Могу я вам предложить сделать Динамическую Медитацию?

Я предлагаю вам воспользоваться шансом и убить в себе Будду. Возможно, вам будет проще убить в себе Будду, чем Христа. Большинство моих друзей, если не все, мечтают о своем собственном Боге. Мечты, с которыми мы живем в течение дня, остаются с нами, и когда мы спим. Мечты, мечты, мечты.

И сейчас я разрешаю вам убить Будду в своих мечтах. Убейте его, ибо он стоит на вашем пути к себе. Будда умрет с улыбкой на лице, потому что он знает, что он никогда не был на первом месте. Это ваша мечта, а не его. Наслаждайтесь собой. И станьте собой.

Идея этой книги не в том, чтобы вы сошли с пути Будды, а в том, чтобы вы сошли со своего пути. И я хочу воспользоваться случаем и поблагодарить всех тех людей, которых я воспринимал слишком серьезно, потому что они дали мне шанс взглянуть на свою жизнь.

Медитация для данного момента.

«Работа» Байрон Кейти

Кем бы ты был без твоей истории, Кришна Прем? Черт возьми, чуть раньше в этой книге я похвастался тем, что вышел за пределы ревности. Но недавно, когда моя девушка призналась мне, что ее стали интересовать другие мужчины, я почувствовал себя полным идиотом. Я не сравниваю себя с другими, потому что сравнение – это ад, но я понял, что пришло время еще раз взглянуть на чувство ревности.

«Работа» – это метод самоисследования, созданный Байрон Кейти. Вот, что говорит Кейти:

«Я обнаружила, что когда я верю своим мыслям, я страдаю, а когда не верю им, я не страдаю, и это верно для каждого человека. Свобода оказалась настолько простой! Я обнаружила, что страдать необязательно. Я нашла в себе радость, которая теперь никогда не исчезает, даже на мгновение. Эта радость есть в каждом из нас, всегда».

Когда я самостоятельно не могу справиться со своими проблемами, я прошу моего друга Сагара поработать со мной по методу Кейти.

Сагар задает мне четыре вопроса, а затем для каждого из моих утверждений я ищу противоположные утверждения, так называемые «перевороты». Вот эти четыре вопроса:

- 1. Это правда?*
- 2. Можете ли вы абсолютно точно знать, что это правда?*
- 3. Как вы реагируете, когда верите в эту мысль?*
- 4. Кем вы бы были без этой мысли?*

«Девяносто процентов тех, кто потерпел неудачу, в действительности не были побеждены... Они просто сдались». Пол Дж. Мейер

«Перевероты» показали мне, что моя девушка все-таки предпочитает проводить время именно со мной. Когда я впервые столкнулся с этими четырьмя вопросами, они показались мне довольно интеллектуальными. Чтобы понять, как работает этот метод, нужно просто им воспользоваться.

Более подробно с «Работой» Байрон Кейти вы можете познакомиться на сайте www.thework.com

Также вы можете связаться с Сагаром, сертифицированным фасилитатором «Работы» www.changeyourmindchangeyourlife.org

«До тех пор, пока вы не подвергнете сомнению свои убеждения, вы будете оставаться невинной причиной своих собственных страданий».

Байрон Кейти

Да, НО... с Джвалой мы проводили вместе очень много времени, и однажды мы обнаружили, что хотим от жизни совершенно разное. Мое развитие происходит, когда я нахожусь в одиночестве, и в то же время я ужасно боюсь быть один. А Джвала хотела, чтобы рядом с ней все время был мужчина, которому бы она поклонялась, и который бы поклонялся ей. Мне было очень больно, но наши отношения, наш союз мужчины и женщины, развалился, хотя наша дружба вечная. Моя любимая мантра Ошо: «Свобода – более высокая ценность, чем любовь». И мы с Джвалой приняли ее, по крайней мере, я ее принял до самой своей смерти.... Вот небольшой текст, который я написал для журнала *Viha Connection*. Он не отредактирован, так что я могу поделиться с вами своей болью... Понимая, что, как и все, и эта боль тоже пройдет.

121

Ошо ушел из тела, а я все еще в теле
Кришна Прем

Смерть – мой старый друг. Моя мать ушла из тела, когда мне был один год, и оставила меня с моей 15-летней сестрой-мамкой, которая ушла из тела и оставила меня с Ошо, который тоже ушел из тела. Смерть меня не удивляет. У смерти есть взгляд. У Ошо был такой взгляд. Что меня удивляет, так это жизнь. Я могу справиться со смертью, но я до сих пор ни черта не понял в жизни.

Одиночество пронзает мой мир.

Сейчас я не говорю о словах «одиночество» и его брате-близнеце «уединении». Как и большинство старых санньясинов, теперь я могу цитировать Ошо с позиции собственного опыта. Я просветленный... большую часть времени. Есть только одна причина, почему сегодня я не провожу сатсанги в «Старбаксе»: как только со мной начинает говорить одиночество, меня начинает так трясти, что я уже не могу спокойно пить кофе и начинаю рассказывать о своих проблемах.

Черт! Ошо, конечно, легко было сказать: «Никогда не рождался, никогда не умирал...», но что мне теперь делать, когда он ушел, а я все еще здесь?

«Вчера – это погашенный чек, завтра – это долговое обязательство, сегодня – это единственная наличность, которая у вас есть. Потратьте ее разумно». Риса Солтман

Когда Ошо ушел из тела, многие мои подруги образовавшуюся пустоту заполнили рождением детей. Я знаю несколько детей с именами Индия и даже Ошо. Многие мои друзья вернулись к привычной жизни в социуме. Подумайте об этом, спросите себя, чем вы заполняете себя, когда чувствуете себя одинокими: едой, сексом, наркотиками или другим живущим Мастером? Мы рождаемся в одиночестве и умираем в одиночестве, а в промежутке мы чем-то себя набиваем. Ну, по крайней мере, я так делаю. Я наполняю себя отношениями с женщинами.

И на протяжении 17 лет у меня была прекрасная девушка, которая спасала меня от одиночества. Ее зовут Джвала. «Джвала» значит «огонь». У нас были открытые отношения, но в итоге она меня бросила ради более молодой версии меня. И я соприкоснулся со смертью еще раз. Я знаю, что вы думаете: открытые отношения не работают. Но как может закрытый брак существовать 17 лет? Хоть одна пара, читающая журнал *Viha Connection*, прожила вместе более 20 лет? (Снимаю шляпу перед Дханьямом и Авинашо).

В то же самое время моя любимая племянница Риса заболела раком. Риса считала меня своим братом, так как, когда она родилась, моим воспитанием уже занималась ее мать, которая была мне сестрой.

Разрыв с Джвалой был для меня как порция эспрессо, а рак Рисы добавил в нее два куска сахара. Для меня это было смертельное сочетание. Я стал разваливаться. В один момент мое тело постарело, мне как будто отрубили голову, мое сердце рыдало, и я себя чувствовал так, как будто меня долго били ногами в живот. Помню, на одном из дискурсов Ошо сказал что-то вроде: «Вначале я отрублю вам голову, потом я вырву ваше сердце и буду долго бить вас ногами в живот, чтобы вы, наконец, вспомнили, кто вы...». Пожалуйста, не цитируйте это, это могут быть не точные слова Ошо, но прожив такой опыт, я понял, что Он имел в виду.

Я снова остался один. В реальности я был одинок. Все, что я любил, осталось в прошлом. Даже в дождливый день я носил очки от солнца. Улыбка на моем лице появлялась из страха, что вы не будете любить меня, узнав о моей боли. И я пел, перефразируя Дженис Джоплин: «Одиночество – это просто другое слово, означающее, что терять больше нечего».

69 лет на этой планете, 39 лет с Ошо, 17 лет с Джвалой... Я знаю, что Ошо имел в виду, когда задавал Свой печально известный вопрос: «Санньяса или суицид?»

Но прежде чем вы назовете меня неудачником и отправите на свалку, подумайте еще раз. Я преодолел себя. Я смог! И теперь мне хорошо в одиночестве.

Как мне это удалось? Не знаю, я даже себе не могу это вразумительно объяснить. Иногда жизнь просто случается.

Я думаю, мне просто нужно было, наконец, принять, что я один. Ни Ошо, ни моя

семья, ни Джвала никогда не были мной... они были моими драмами. Драма – это когда я настолько вовлечен в свою историю, что она мне кажется реальной. И я перестаю осознавать самого себя. А космическая шутка – это когда я начинаю смеяться над своей собственной драмой.

Я всегда чувствовал, что Ошо намекал на то, что для Кришны Према прекрасная идея иметь свою голову на своих плечах, и это очень плохая идея, когда Кришна Прем имеет свою голову на плечах Ошо. Проще говоря, я стал центром своего циклона.

С Джвалой мы по-прежнему лучшие друзья. Иногда, бывает, мы лежим вместе и режем, и тогда я подглядываю за ней и шепчу ей на ухо: «Я не хочу, чтобы мы снова были вместе». Сейчас правильное время для меня принимать свое одиночество.

Любовь есть,
КП.

«Всякий раз, когда вы чувствуете рядом смерть, идите в нее через дверь любви, через дверь медитации, через дверь умирающего человека. А когда однажды вы начнете умирать – а такой день обязательно наступит – примите его с радостью и с благословением. И если вы сможете принять смерть с радостью и с благословением, вы достигнете наивысшего пика, потому что смерть – это крещендо жизни. И в ней скрыт величайший оргазм, в ней скрыта величайшая свобода».

Ошо

Глава 7

Экстаз: забытый язык

«Любовь никак не связана с другим человеком, это ваше состояние бытия. Любовь – это не отношения. Отношения возможны, но любовь не ограничивается отношениями, любовь выходит за пределы отношений, она больше, чем отношения. Человек становится зрелым, когда он начинает любить, а не когда он нуждается в другом человеке. Он становится переполненным, он начинает делиться, он начинает давать, а когда два зрелых человека любят, возникает один из величайших парадоксов жизни: они вместе, и в то же время каждый из них является чрезвычайно одиноким, а вместе они почти целое. Но их единство не разрушает их индивидуальности. Как вы можете доминировать над человеком, которого вы любите?»

Ошо, «Истинный Мудрец»

Мне нравится слово «интерлюдия». Оно образовано из двух латинских слов: *inter* означает «между», а *ludus* означает «игры», так что «интерлюдия» переводится как «между играми». И почему бы нам на несколько минут в день не снимать шляпы, которые мы носим, не прекращать игры, в которые мы играем, чтобы просто быть собой, без шляп, без игр, просто СОБОЙ.

Мы не можем изменить прошлое, но мы можем совершенно разрушить настоящее, если будем беспокоиться о будущем. Некоторые из нас думают, что мы являемся суммой всего того, что мы сделали до настоящего момента, что мы являемся историей нашей жизни. И те из нас, кто может похвастаться ярким, блестящим резюме, искрящимся от славы и успеха, чувствуют себя вполне себе комфортно. Но что делать тем, у кого за спиной лишь куча провалов и неудач? Неужели мы – это тот героический поступок, который мы совершили 10 лет назад, или тот прошлогодний штраф за вождение автомобиля в нетрезвом состоянии? Определяет ли нас наше прошлое?

Ну, конечно, я вспомнил свое прошлое. В моей жизни было время, когда я пытался убежать от себя. Вместо того, чтобы смотреть в себя, я думал, что найти себя мне помогут наркотики. И я влюбился в экстази. Помню, в 1985 году в Калифорнии я гостил у одной подруги. Она была довольно прямолинейным человеком и однажды сказала мне, что хочет заниматься со мной сексом и спросила, хочу ли я вместе с ней принять экстази. Я согласился. Мы вышли из дома, купили кучу бутылок воды, и каждый взял по таблетке.

До этого момента я особо не принимал наркотики, за исключением разве что пары затяжек травой по случаю, ну так, чтобы выпустить пар. Да, а когда я учился в колледже, мне приходилось поглощать кучу таблеток для похудения, и кроме своего прямого назначения, они еще помогали мне справиться с зубрежкой. И, будучи просветленной душой, я не думал, что эти маленькие таблетки как-то на меня подействуют. Но я бы соврал, если бы сказал, что они не привели меня в экстаз. Боже, как это было прекрасно!

«Жить в моменте – это значит жить осознанно, зная, что каждый момент – это подарок».
Опра Уинфри

Мы триповали на пляже в Калифорнии, и, несмотря на то, что было довольно прохладно, я плескался в воде, смеялся от души, глядя на небо, и чувствовал себя открытым и свободным. Это было просто волшебно, и, должен признаться, что в тот момент мои трипы под наркотиками были гораздо лучше, чем моя повседневная реальность.

И какое замечательное название у этого наркотика – экстази! Казалось, что мое сердце раскрылось как цветок, и я стал более любящим, не говоря о уже том, что более сексуальным. И эта девушка, которая мне просто нравилась,... через час я влюбился в нее по уши. Просто держа ее за руку, я чувствовал, как растворяюсь в ней. Я писал в море, а чувствовал себя как во время оргазма. Я пил воду, а мне казалось, будто я пил жидкое золото. Это было так удивительно! Я глумился над старой поговоркой, популярной в 60-е годы: «Реальность – это для тех друзей, которые терпеть не могут наркотики». Потом мы пошли домой, делали друг другу массаж и занимались любовью – жизнь была просто поэзией, и у нас был такой волшебный день. И я чувствовал, что нашел то, что искал, благодаря этой маленькой таблетке. Но, как известно, действие наркотиков не вечно, так что через четыре или пять часов болтовни, занятий любовью и питья воды я свалился обратно на землю.

И вот так действует экстази. После невероятного эйфорического подъема, когда вам кажется, что вы находитесь в раю с девушкой своей мечты, вы вдруг проваливаетесь в самую глубокую в жизни депрессию. И тогда, полагаю, приходится решить для себя: стоит ли еще раз принимать эту таблетку, зная, что за взлетами следуют падения, или стоит продолжать жить своей привычной жизнью. Нужно решить, хотите ли вы, чтобы вами управляли вещества, или вы сами хотите управлять своей жизнью. Я обнаружил, что наркотики не решают никаких проблем – от страданий и боли убежать невозможно. Наркотики не являются дверью в высшее сознание, они являются ускорителем ума. Они не ведут к истинному блаженству и постоянной наполненности. Какое-то время я был очень возбужден и оживлен, но вскоре я почувствовал себя опустошенным. Наркотики не помогли мне познать себя, а напротив, были препятствием к моему пробуждению.

Возможно, вы против наркотиков и осуждаете меня за то, что я их принимал. И это нормально. А я и не собираюсь баллотироваться на пост президента США. Я не жалею, что этот опыт был в моей жизни, но я очень рад, что он остался в прошлом. И где сейчас это прошлое? Оно ушло, закончилось, умерло и никогда больше не вернется. И это приводит меня к мысли о том, что я – это не человек, который пробовал наркотики много лет назад, а сейчас – чист. Я – это не мое прошлое и даже не мои прошлые жизни, и вы – это не ваше прошлое и не ваши прошлые жизни. Каждый момент я бодр и полон сил.

А сейчас, думаю, пришло время немного повеселиться.

Ясный солнечный день. Розовый кролик радостно бежит по лугу к лесу. На краю леса видит, сидит олененок и курит джоинт. Кролик останавливается и говорит:

– Олень, это что же ты делаешь в такой ясный солнечный день! Бросай свой джоинт и давай со мной бегать по лесу!

Олененок бросает джоинт и бежит вслед за кроликом. И вот бегут они по лесу и

видят, на скамейке сидит лиса и нюхает кокаин. Кролик говорит:

– Лиса, это что же ты делаешь в такой прекрасный день! Ты что, не слышишь свое сердце? Не видишь солнце? Бросай свой кокаин, побежали с нами!

Лиса бросает кокаин, встает со скамейки и бежит с ними. И вот они достигают темной части леса и видят, под деревом сидит волк со шприцом. Кролик радостно подбегает к волку и говорит:

– Волк, это что же ты делаешь в такой прекрасный день! Ты что, не слышишь пения птиц и не видишь празднование природы? Бросай свой героин и давай с нами бегать по лесу!

Волк медленно поднимает глаза к небу и произносит:

– Господи, ну почему каждый раз, когда кролик принимает экстази, мы все должны бегать с ним по лесу!

Вспомнился Рам Дасс и его книга «Будь здесь и сейчас». Говорят, что приехав первый раз к своему Мастеру, Ним Кароли Бабе, он познакомил его с ЛСД. Но кислота никак не повлияла на сознание Ним Кароли Бабы, и он, как ни в чем не бывало, продолжил говорить о любви, о том, как важно быть аутентичным, быть собой... он говорил про все то, что все наши Мастера хотят, чтобы мы знали и понимали. Рам Дасс был очень сильно этим впечатлен и продолжил писать книгу «Будь здесь и сейчас», которая наряду с «Битлз» и Махариши Махеш Йоги для многих из нас, людей моего поколения, живущих на Западе, была первым знакомством с медитацией.

Однажды Тимоти Лири, когда мы встретились в круглосуточной закусочной на трассе №1 в Калифорнии, напомнил мне, что после принятия экстази не стоит жениться в течение 7 дней, потому что в этот момент вам кажется, что ваше сердце открылось, но это иллюзия, всего лишь иллюзия. В одном из дискурсов Ошо как-то сказал, что наркотик экстази – это путь ленивых к ложному просветлению. Под действием этого наркотика друзья начинают испытывать ложное чувство любви друг к другу. По крайней мере, это то, что я думаю, я услышал, что он сказал. Сейчас я с ним согласен, но тогда мне было просто прекрасно. И я счастлив, что, имея этот опыт, я пробудился к истине. Ошо сказал, что экстази дает возможность открыться, но не стоит повторять этот опыт. Для меня это был хороший эксперимент и указание идти глубже в любовь и осознанность и не перепутать себя с этим опытом. Честно говоря, это больше, чем просто мысль: вы начинаете чувствовать тело, и ваше сердце открывается.

Я слышал, что в Тайланде в одном монастыре, куда родители отправляют своих сыновей учиться медитации, чтобы они стали монахами и служили человечеству, в возрасте 13 лет им дают волшебные грибы. Волшебные грибы – это органическая форма экстази, пробуждающая чувственность, под грибами вы начинаете видеть мир в ярких красках. И вот в возрасте 13 лет мальчики получают этот опыт под руководством своих наставников, старых монахов. А если после этого они еще раз захотят съесть грибы, они легко это могут сделать, но только уже за пределами монастыря. Монахами они уже быть не могут. Для меня это всегда было своего рода руководством, поскольку мне, действительно, очень понравился экстази, но я чувствовал, что мне нужно сделать выбор между экстази и медитацией. Медитация – это органическая форма жизни, экстази – это химическая реальность. Мне бы очень хотелось вам сказать, что я принимал экстази

«Я обнаружила, что сидеть на месте, на котором я раньше никогда не сидела, – это очень даже вдохновляет». Доди Смит

только один раз, что мне было настолько комфортно в медитации, что наркотики мне были больше не нужны, они показывали измененное состояние реальности, а я мог принимать реальность такой, какая она есть. Но это не так. На протяжении двух лет я периодически принимал экстази, я забросил медитацию и предпочитал под наркотиками воспринимать жизнь как игру. Я прекрасно проводил время, отлично веселился, зажигал на вечеринках и проживал свои многочисленные эмоциональные взлеты и следующие за ними падения.

Мне довольно непросто говорить о том времени, когда я любил экстази, о времени, когда я пытался убежать от себя с помощью наркотиков, о времени, когда я не медитировал. Тем более что я пишу книгу о медитации. Знаю, что многие из вас, скорее всего, ненавидят меня за то, что я не совершенен. Но думаю, что стоит смотреть не на прошлые поступки человека, а на то, что он делает сейчас. Я полностью завязал с наркотиками; я рад, что этот опыт был в моей жизни, и я просто счастлив от того, что он остался в прошлом. А вы спросите себя, можете ли вы продолжать читать эту книгу, не осуждая меня за то, что я принимал наркотики. Я всегда считал несправедливым, что алкоголь является легальным, а марихуана и экстази, которые относятся к легким наркотикам, являются незаконными. И сколько людей пьют сейчас алкоголь и осуждают тех, кто затягивается сигаретой с марихуаной! Думаю, мы так себя ведем, потому что нас так научили. Позвольте мне еще раз сказать, что вы – это не наркотики, которые вы принимаете, но наркотики вызывают зависимость. А вами управляют какие-нибудь вещества, или вы свободны от каких-либо зависимостей? У каждого свои привязанности. Лично мне не нравится чувствовать себя зависимым от чего-либо. Мне нравится думать, что все, что я пробовал и бросил, не является моим боссом. Я глубоко сочувствую людям, которые принимают наркотики. Наркотики обладают своей индивидуальностью, которая подавляет нашу личность, если мы не любим себя. Даже после одной чашки кофе я чувствую такой прилив энергии, что этой энергией хочется поделиться. И это прекрасно. Даже кофе обладает индивидуальностью. И у травяного чая есть индивидуальность. Весь вопрос в том, насколько эти вещества влияют на вашу личность, и способны ли вы видеть, что вы теряете себя, пристрастившись к каким-нибудь наркотикам, будь то кофеин, никотин, экстази или более сильные наркотики. Эта глава в моей жизни закончилась, и я бы хотел, чтобы вы тоже смотрели на жизнь широко открытыми глазами, а не через розовые очки.

127

Прошло уже больше двадцати лет с тех пор, как я принимал экстази, но, признаюсь, этот опыт повлиял на мою жизнь. Это был довольно значимый опыт. Мне нравилось мое состояние, и я не мог осуждать людей, принимающих наркотики. Мне было сложно их бросить и снова стать собой, и расслабляться самому, а не под действием наркотиков. Тогда я не смотрел в это, и даже сейчас мне сложно об этом говорить. Думаю, я до сих пор себя осуждаю.

Однажды в Гоа со мной произошел забавный случай. Мы были в отпуске с моей девушкой Джвалой. Гоа известен своими транс-пати, и нужно быть предельно внимательным, если вас там чем-то угощают. И вот на одной такой вечеринке ко мне подошел мой хороший друг и угостил меня каким-то напитком. По наивности своей я взял, но когда поднес к губам, сразу понял, что это разведенный в алкоголе MDMA, или

«Вы не можете заставить человека разучиться читать, и вы не можете подчинить себе человека, который больше ничего не боится». Сезар Чавес

экстази, поскольку я им когда-то увлекался. Но за десять лет, что я был с Джвалой, я никогда не принимал наркотики, и она тоже. Я сказал Джвале, что случайно принял экстази, теперь я под кайфом, и меня рвет на части. И когда мы пришли домой и стали заниматься любовью, я притворялся, что я под кайфом, и у нас была прекрасная ночь. Знаете, после 10 лет совместной жизни люди немного приедаются друг другу, а я решил добавить новых красок и вел себя, как женщины в фильмах: притворялся, что я под экстази. И это было так весело, и нам обоим так понравилось, а самое смешное, что я не принимал никаких наркотиков.

Маленький мальчик подходит к отцу и спрашивает:

– Если я не буду пить, курить, принимать наркотики и заниматься сексом, я проживу дольше?

Отец, немного подумав, отвечает:

– Ну, не знаю, но думаю, что жизнь тебе покажется длиннее.

Когда Ошо приехал в Америку, у меня было такое ощущение, будто он перебежал мне дорогу, и я, в каком-то смысле, порвал с ним. Я взял паузу и стал жить своей жизнью. Я утратил любовь и подсел на наркотики. Но спустя какое-то время я завязал с наркотиками и вернулся к медитации и осознанности. Вначале, конечно, было не просто. Но я не сдавался. Не думаю, что моим учителем была осознанность, но это не значит, что вы не должны быть осознанны, или что вы не можете учиться у осознанности, не будучи осознанными. Легко быть сильным и неуязвимым. Может быть, таким как ваш отец. Легко быть слабым и уязвимым. Возможно, вы думаете, что это женские качества. Но высший пилотаж – это быть сильным и уязвимым.

128

Вспомнилась очень хорошая шутка, которую я впервые услышал в Амстердаме.

В Амстердаме, в самом центре города, в парке Вондела, Шерлок Холмс и Доктор Ватсон поставили палатку и устроились на ночлег, предварительно приняв изрядную дозу допинга в кафе «Бульдог». Около полуночи они уснули, а в три часа ночи Шерлок Холмс разбудил Доктора Ватсона со словами:

– Скажи мне, что ты видишь?

Доктор Ватсон посмотрел на часы и ответил:

– Вижу, что сейчас три часа ночи, дай мне поспать, утром поговорим.

Шерлока Холмса такой ответ не устроил:

– Нет, это очень важно, мне нужно знать, что ты видишь.

Доктор Ватсон, зная, что Шерлок Холмс тот еще зануда, и не отвяжется, пока не услышит какой-нибудь достойный ответ, говорит ему:

– Я вижу на небе миллионы звезд. Завтра будет прекрасный безоблачный день. Амстердам будет во всей своей красе. Я вижу, как расширяется Вселенная. Я даже слышу, как Иисус говорит: «Бог есть любовь». Я вижу, как Ошо тычет Иисуса локтем в бок и говорит: «Нет такого понятия, как Бог». А, ну как тебе? Мы можем завтра продолжить этот разговор за чашкой кофе?

А Шерлок Холмс ему и говорит:

– Доктор Ватсон, ты хоть раз в жизни можешь быть реалистом? Кто-то украл нашу палатку!

«Люди, которые говорят, что это невозможно, не должны мешать тем, кто это уже делает». Джордж Бернард Шоу

Да, может быть, Бог – это любовь. Может быть, Ошо прав, когда говорит, что Бога нет, но тогда как Бог может быть любовью? Позвольте, я уточню. Ошо говорит: «Мое послание – это любовь. Пусть любовь будет и вашим посланием тоже».

Недавно мой друг, профессиональный бегун Генри Даллинк, в интервью для журнала *run2day* (www.run2day.nl) задал мне вопрос: «А бег – это медитация?»

И вот что я ответил:

«Да... и если вам нравится бегать, вам не нужна никакая другая медитация – просто бегайте! Этого достаточно! Любое действие, в котором вы можете быть тотальным, становится медитацией, а бег настолько прекрасен, что вы можете абсолютно раствориться в нем. Вы взаимодействуете со всеми элементами природы: солнцем, воздухом, землей, небом; вы контактируете со всем существованием. Когда вы бежите, ваше дыхание естественным образом становится более глубоким, и начинает массировать хару..., центр, в котором высвобождается медитативная энергия. Хара расположена под пупком, на два дюйма ниже пупка. Когда дыхание становится глубоким, оно массирует этот центр и активизирует его».

На самом деле, это цитата из Ошо, в молодости его любимой медитацией был бег.

И я еще раз повторю то, что уже говорил: многие спортсмены признаются, что во время занятий спортом они входят в раж. В какой-то момент они осознают, что больше не делают движений, а движения происходят сами по себе. Многие марафонцы рассказывают, что каким-то образом, пробежав несколько километров, они входят в раж и в буквальном смысле слова расслабляются, сидят сложа руки и наблюдают, как бег происходит сам по себе, независимо от них. У меня был подобный опыт, когда я служил в Армии Американского Резерва, я вам уже о нем рассказывал, но это переживание осталось со мной навсегда. Когда меня выгнали из Армии, я обнаружил себя на пути в Индию, чтобы глубже исследовать это состояние. Я хотел дать миру шанс. В Индии я встретил друга, учителя и бегуна – Ошо.

И медитирующие люди, и бегуны проживают один и тот же опыт: они попадают в пространство, в котором начинают видеть себя что-то делающими, при этом они чувствуют, что не делают ничего. Они видят себя медитирующими. И если мы каким-то невероятным образом можем наблюдать за тем, как наше тело само что-то делает, тогда кто мы, и кто все-таки совершает действие? В духовных кругах говорят: «Ты – не деятель!» Но если мы не делатели, то кто же мы? Если не мы совершаем действия, то кто?

С приземленной точки зрения, с позиции бегуна, мы являемся деятелями, а с философско-духовной точки зрения, с позиции бого-человека, мы являемся просто людьми! Жить – это не только наслаждаться тем, что мы делаем, но и наслаждаться самой жизнью тоже. Пока она длится.

Да, может быть, Бог – это любовь. А, может быть, Ошо прав, что Бога нет, но тогда как Бог может быть любовью? Но, на самом деле, речь идет о том, чтобы осознавать

«Один удачный поворот – и большая часть двуспального одеяла в моем распоряжении».
Нисима

любовь. Любовь и осознанность – это как две ноги; одна нога – это любовь, а другая нога – осознанность. Вместе они позволяют человеку стать центрированным, быть «здесь и сейчас». Тогда и появляется внутренний наблюдатель, который видит, как тело совершает действия.

Я не из тех парней, кто смотрит на автомобили, это для меня слишком сентиментально. Я смотрю на наклейки на бамперах. Когда я еду на велосипеде, и мимо проезжают люди, я смотрю, что они клеят на свои авто, чтобы понять, есть ли на Западе какое-нибудь движение в сторону просветления, в сторону не привязанности, в сторону юмора. Недавно в городе на одном бампере я видел такую наклейку: «Никогда не поздно иметь счастливое детство». Человек, который это придумал, на правильном пути.

Когда Ошо говорил что-то, что отзывалось во мне, мне всегда казалось, что он обращается именно ко мне, хотя он мог говорить это кому-то другому. Забавно, что когда он говорил что-то, что не являлось для меня истиной, я медитировал над его словами до тех пор, пока они не становились моими. Это называется доверие или любовь к кому-то, кого вы уважаете. Однажды Ошо сказал следующее: «Когда вы возвращаетесь в свое детство, когда вы предаётесь воспоминаниям и под действием гипноза смотрите в свое прошлое и видите, что происходило с вами, пожалуйста, сделайте мне одолжение, не проживайте этот момент так же, как тогда, проживите его как в первый раз». Очень часто, пересматривая свое детство, мы видим, что мы находились под давлением своих любящих родителей, учителей или священников. Все они – прекрасные политики, а у нас тогда просто не было защиты. Тогда мы не знали, кто мы, и не понимали, что нас пичкают всякой дребеденью. А сейчас, будучи взрослым и зрелым человеком, когда вы возвращаетесь в болезненную ситуацию в детстве, проживите ее как в первый раз. Вы можете сказать: «Господи, тогда я был маленьким мальчиком и принимал всю эту чушь собачью, но сейчас я ее больше не принимаю. Сейчас я могу постоять за себя. Возможно, я и сейчас не прав, но я больше не собираюсь выслушивать всякий вздор и вести себя как трус. Я могу себе позволить не уважать людей, которые мне безразличны и неинтересны, просто тогда я был маленьким и не мог им сказать: «Что? А что вообще происходит? Почему вы так со мной обращаетесь?» Прожить момент заново вовсе не означает, что находясь под гипнозом, вам следует свести счеты с теми, кто вас обидел. Скорее всего, у всех этих людей были благие намерения, просто они жили неосознанно и делились с вами своим мировоззрением. Часто, когда я пересматриваю свое детство, я обнаруживаю, что тогда у меня просто не было смелости или мудрости быть реальным. Я беру маленького Майкла за руку и говорю ему: «Знаешь, маленький Майкл, я вырос, стал взрослым, и сейчас я большой Майкл. Я беру тебя за руку, и мы вместе пройдем эту ситуацию и будем собой. Позволь тому парню разговаривать с кем-то другим. Позволь тому священнику упоминать то, что он не знает, но сейчас он хочет сказать что-то, что он знает. Давай, бери меня за руку, и пойдем отсюда. Давай выйдем из этой ситуации, давай станем взрослыми. Давай будем проводить время с теми людьми, которых мы любим и уважаем. Я хочу пробудиться вместе с тобой и быть успешным».

Сейчас я вспомнил что-то очень важное, что однажды мне сказал Ошо. Это было незадолго до моего возвращения в Калифорнию. Как я уже говорил, Ошо очень нравилось слышать о том, что я собираюсь в Калифорнию. И вот Ошо мне говорит: «Сегодня вечером во время моего дискурса я бы хотел, чтобы ты сел поближе ко мне. У меня для тебя есть

сообщение». Я был возбужден как мальчишка: личное сообщение для меня в присутствии 15 000 человек! Это было публичное выступление Ошо в Мумбае. Правда, когда Мастер выступает в Мумбае, 15 000 человек – это, на самом деле, удручающе небольшая толпа. Я пришел пораньше, чтобы занять место поближе к Ошо, но, конечно же, все хотели того же. В итоге мне удалось сесть где-то в центре, но, честно говоря, я никогда не чувствовал, что для меня очень важно сидеть очень близко к Ошо. Некоторым нравилось сидеть у него на коленях, но это не мой случай. Я был влюблен в Ошо. Я видел, как многие из кожи вон лезли, чтобы быть поближе к нему, но для меня это никогда не было первостепенным. Когда я говорил Ошо, что собираюсь уезжать, поэзией момента для меня было именно то, что я уезжаю. В то время говорить об Ошо в Америке и медитировать с друзьями – это было моей жизнью. Мне, действительно, это очень нравилось. Я наслаждался. Рядом с Ошо я часто соскальзывал в бессознательное, но и вдали от него я был осознанным. Так что у меня никогда не было такой проблемы. Я много раз просто сидел рядом с ним. А проблема возникала, когда мне нужно было делиться своими переживаниями. Наверно, это одна из причин, почему я пишу эту книгу. Так вот, можете себе представить, тем вечером в присутствии 15 000 человек Ошо собирался что-то сказать лично мне! Я был очень взволнован. Невероятно, но, оказалось, что дискурс был на хинди. Ошо мог говорить специально для меня хоть всю ночь, но я не понимаю ни единого слова на хинди. Вот подстава. И к середине этого полуторачасового дискурса я являл собой этакое, как бы сказали американцы, храпуна: я просто вырубился. Я сидел на земле и клевал носом, мало того, что сидеть было чертовски неудобно, так вдобавок к этому я еще совершенно не понимал, что я здесь делаю. Дурацкая ситуация. И вот в середине этой полуторачасовой лекции, дискурса, даршана, назовите как угодно, вдруг Ошо говорит по-английски: «Не строй дом на мосту». Это было просто невероятно! В этот момент для меня начался новый поиск. Прекрасный поиск. Я стал повторять про себя эту фразу и повторял ее на протяжении многих лет, пытаюсь понять ее смысл. «Не строй дом на мосту». Что бы это значило?

Иногда подобные высказывания мы называем коаном Дзен. Я хочу поделиться с вами тем, к чему я пришел, медитируя над этим коаном. Может, я и не прав и, быть может, вы увидите в этой фразе что-то другое, что-то более просветленное. По сути, все мы совершаем прогулку длиною в жизнь, и все мы размышляем о своей жизни. Скорее всего, вы много раз слышали выражение: «Путешествие – это цель», и это тоже коан Дзен. Однако большинство из нас не испытывают удовлетворения, пока не достигнут цели, а если цели нет, то как можно ее достичь? Есть еще такое выражение: «Вы – искатель, и вы же – искомое». Всю свою жизнь мы идем по мосту, мы находимся в поиске, а тот, кого мы ищем, – это тот, кем мы уже являемся. И вот, медитируя над фразой: «Не строй дом на мосту», я понял, что никогда не нужно останавливаться, нужно быть как перекасти-поле. Никогда не нужно ничего накапливать, ничем владеть, нужно жить в доме, но не позволять дому владеть собой, водить машину, но не позволять машине владеть собой. Безусловно, нужно владеть материальными вещами, но не позволять им владеть собой. Я понял послание Ошо. Ошо хотел, чтобы я все время был в движении. Он часто говорил мне: «Бог – это движение». Я все время иду по мосту в поисках себя, и он сказал мне: «Не останавливайся и не строй дом на этом мосту. Не останавливайся и забудь, что ты находишься в поиске. Даже если ты ищешь свое «не-я», даже если искатель суть искомое». Я не встречал человека, который бы знал это, не зная этого. Пока вы это знаете,

«Взрослые так часто спрашивают детей, кем они хотят стать, когда вырастут, потому что им просто нужны идеи для собственной жизни». Паула Паундстоун

все ваши внутренние механизмы находятся в движении, вы находитесь в движении, вы идете по мосту, и Ошо говорит: «Не останавливайся, не строй себе тюрьму под названием дом. Просто будь в движении, и придет день, когда искатель растворится в искомом. Путешествие растворится в цели. Цель растворится в путешествии, и искомое растворится в искателе. И ты станешь «не-я». Ты станешь аутентичным самому себе. В это время родится свидетель; свидетель сделает тебя Буддой». Свидетель – это главная идея этой книги, это то, чем я хочу с вами поделиться. Этот свидетель может видеть, но его нельзя увидеть.

Еще один стикер на бампере, который мне очень понравился: «Не судите». И подпись – Иисус Христос. Разве это – не то, что мы, действительно, умеем делать? Я никогда не встречал ни одного Христианина, который бы не был экспертом в осуждении меня за то, что я не Христианин. А вы когда-нибудь встречали еврея, который бы не осуждал Христиан? Мы отлично умеем осуждать других, потому что всю жизнь нам говорят не делать этого. Давайте сейчас проведем небольшой эксперимент, просто ради забавы. Прямо сейчас я предлагаю вам не думать о человеке противоположного пола, который, действительно, вас возбуждает. Я хочу, чтобы пока вы читаете следующие пять страниц, вы бы не думали ни о ком, кто вас возбуждает больше, чем написанные слова. Сейчас отвлекитесь и представьте этого человека, кого-то, с кем бы вы хотели поужинать или провести ночь. Просто представьте этого человека и никому не говорите, о ком вы сейчас думаете. Это своего рода ваш договор с самим собой. А сейчас отложите книгу. И не думайте об этом человеке.

Если вы смогли это сделать, тогда я абсолютно не прав. И мои вам поздравления. Но я уже подумал о человеке, о котором должен был не думать! Так что, возможно, Иисус, когда говорил: «Не судите», имел в виду: «Не судите себя за то, что вы делаете». А что касается осуждения другого, так вы ж этого «другого» вообще не знаете. Вы даже можете не знать, что он делает, и даже если вы можете посадить его в тюрьму, или вы имеете право каким-то образом причинить ему боль, это вовсе не значит, что вы знаете, кто этот человек. Вы не знаете, откуда он пришел; ваша голова стоит не на его плечах.

Но, на самом деле, я не знаю. Я до сих пор не знаю. И каждый раз, когда я вспоминаю историю, которую я вам сейчас расскажу, я теряю свой центр. И даже хотя я говорю, что я – свидетель, в эти моменты свидетель исчезает, и появляется гнев. Я это говорю, посмеиваясь, но вы меня понимаете.

Я один из тех парней, которые любят любить; я люблю Ошо, и поэтому я стал просветленным. Я люблю своего Мастера, и поэтому я стал любовью. Но это была лишь часть моего обучения. Я хочу сказать, что любовь – это только одна нога. Да, я многому научился, прыгая на одной ноге, но в какой-то момент я вымотался. Невозможно просто быть любовью и не вымотаться. Всякий раз, когда вы теряете баланс, даже если вы – любовь, вы устаете. Назовем вашу левую ногу «любовь», попробуйте попрыгать целый день на одной левой ноге. Рано или поздно вы потеряете баланс, вы устанете и упадете. Потому что в медитации есть две ноги: одна нога – это любовь, а вторая нога – осознанность. Я начал с любви, потому что, честно говоря, мне так было нужно. Мне в жизни нужна была любовь, и я был готов к любым безрассудствам, чтобы получить этот

«У меня нет постоянной подружки, но есть женщина, которая сойдет с ума, узнав об этом».
Митч Хедберг

опыт. Как я это понял? Ну, зачастую, конечно, мы только задним числом понимаем, что с нами происходит, но я попробую объяснить это просто. Как вы уже знаете, после того, как я основал «Гитам», я приезжал в Индию много раз, но моя работа была в Калифорнии. И я мог приезжать в Пуну к Ошо всего на три месяца в году, и, очевидно, что в Пуне я просто наслаждался жизнью. Конечно, я что-то делал в коммуне, но моя настоящая работа была девять месяцев в году в «Ашраме Санньясинов Раджнеша Гитама» в Долине Люцерна, штат Калифорния.

И вот однажды это случилось. Ошо приехал в Америку. И для меня это был очень интересный момент, потому что в каком-то смысле я был Ошо в Америке. Я создал центр, который стал очень, очень популярным. И люди не только приезжали в мой центр, но и покупали книги, кассеты и писали мне письма. Я отвечал на все письма, продавал книги и кассеты, и мне все это ужасно нравилось. Это было прекрасно. Я смирился с тем, что Кришна Прийя никогда не приедет в «Гитам». И мне нравилось быть одному. И, не скрою, мне очень нравилось быть Ошо в Америке. А когда появился Ошо, я готов был сквозь землю провалиться, вся поэзия «Гитама» для меня закончилась. И если раньше я вдохновлял людей медитировать, и под моим руководством они ехали к Ошо в Индию, то когда в 1981 году Ошо прилетел в Америку, моя деятельность потеряла всякий смысл, и моя работа закончилась.

И в каком-то смысле это был конец моей любовной истории. И не то, чтобы я разлюбил Ошо, нет, я просто предпочел никак не участвовать в его пребывании в Америке. У меня больше не было работы, «Гитам» стал местом Ошо, весь университет, который Ошо создал в Пуне, переехал в «Гитам». И после управления «Гитамом» я стал посудомойщиком. Забавно, но мне нравилось мыть посуду. Но, конечно, для меня это был удар ниже пояса. Думаю, вы меня понимаете. Представьте, что вы были президентом банка, а теперь вы в том же банке – уборщик. Чертовский вызов для эго. Мне было сложно принять это вызов. И даже хотя медитации разрушают эго, и я абсолютно согласен, что просветление – это разрушение эго, мне до сих пор больно. Как будто моему эго дали в нос.

И с этого момента началось мое путешествие на другой ноге, которая называется «осознанность». Вероятно, многие из вас подумали: «А сейчас Кришна Прем расскажет, почему у Ошо было 93 «Роллс-Ройса» и 125 квадратных миль земли в штате Орегон, и что он делал в Америке». Но, честно говоря, я вообще ничего не знаю об этом. Мне бы хотелось вам обо всем этом рассказать, но когда Ошо приехал в Штаты, я на время все это бросил. Я по-прежнему был Кришна Прем, и я приезжал на ранчо на ежегодные праздники, там было четыре праздника в году. Но я ушел в социум и стал мастером по работе с телом. Думаю, Ошо просто нравились «Роллс-Ройсы». Но не знаю, мне никогда это не было важно. У Ошо было 93 «Роллс-Ройса», а у меня был один «Фольксваген» кабриолет «Жук». И сейчас мне хочется рассказать вам эту историю, потому что это тоже история про любовь.

Итак, у Ошо было 93 «Роллс-Ройса», а мне подарили один красный «Жук» кабриолет. Из Германии, такой милый, милый, милый, милый. Я оставил «Гитам» и отправился в своих оранжевых одеждах, с рюкзаком за плечами, без гроша в кармане в

«Первую часть жизни родители учат нас ходить и говорить, а всю оставшуюся жизнь они говорят нам сидеть и молчать». Вивек Халима

город Венис, штат Калифорния. Я был настроен очень решительно, но если бы тогда я был осознанным, наверное, мне было бы страшно. Но именно в тот момент и началось мое путешествие на ноге, которая называется «осознанность».

И вот я приехал в Венис-бич, культовое место Лос-Анджелеса, но оно оказалось очень грязным. Говорят, чистота близка к благочестию. Наверно, в этой мысли есть доля истины, не знаю, если вы знаете, расскажите мне об этом. Пляж был очень грязным, я стал искать какое-нибудь место почище и набрел на кемпинг для владельцев «Фольксвагенов». Он был просто безупречным. На бампере одного из фургонов я заметил очень популярный в то время стикер с фотографией Ошо и надписью: «Иисус копит, Моисей инвестирует, а Бхагаван тратит». Это очень забавный стикер, увидев его, я стал так громко смеяться, что какой-то человек выглянул из окна и сказал мне: «Кришна, стой там, где стоишь». Я опешил. Через пару мгновений он был уже рядом со мной, и я услышал следующее: «Кришна, я всегда хотел поблагодарить тебя! Когда я встретил тебя в «Гитаме», ты дал мне малу и познакомил меня с Ошо». Мала – это нить из 108 бусин с медальоном с портретом Ошо. А затем он добавил: «Чем я могу отблагодарить тебя? Я могу для тебя что-нибудь сделать?» И я ответил: «Ну, я только что сюда приехал, мне негде остановиться и нечего есть». И он сказал: «А я как раз собираюсь уезжать, моя комната проплачена на месяц вперед, можешь жить в ней». Еще он дал мне 500 долларов и купил обед. И так у меня появились место, где я мог жить, 500 баксов и обед. А когда мы валялись на пляже, к нам подошел еще один друг, который был мастером по работе с телом. Он собирался проводить обучающий 10-недельный курс по работе с телом, по истечении которого можно было овладеть всеми техниками массажа. Я спросил его, сколько стоит обучение – мне же нужно было как-то жить дальше и что-то делать. Курс стоил 500 долларов. Я, не задумываясь, отдал ему 500 долларов и на следующий же день приступил к занятиям, снова без гроша в кармане. Но у меня было место, где жить, и в холодильнике была кое-какая еда, так что несколько дней я мог ни о чем не беспокоиться.

Возможно, вы думаете, что я один из тех старых хипстеров. Возможно. Так или иначе, курс продолжался 10 дней на протяжении 10 недель, а затем предполагалась недельная практика. И вот что я сделал. После первого же дня я стал практиковать то, что называется «ребалансинг». Всего за 10 долларов за сессию. И у меня хорошо получалось, потому что я не боюсь дотрагиваться до другого человека. Мне нравится быть с кем-то, и я очень люблю прикосновения. И вот что я обнаружил: люди хотели, чтобы я рассказывал им об Ошо, но они были не готовы платить за это. Но если я разговаривал с ними во время сессии, они с радостью давали мне 10 долларов. Я хорошо делал массаж, и дело пошло. Люди стали приводить ко мне своих друзей, и я даже смог платить аренду. Мне больше не нужно было арендовать массажный стол, я купил свой. И все шло, действительно, прекрасно: я зарабатывал столько, сколько мне было нужно, и получал удовольствие от того, что я делаю. И вот однажды ко мне на сессию пришла красивая мексиканская девушка по имени Бьянка, но как только я прикоснулся к ней, она начала рыдать. Выяснилось, что ее муж покончил жизнь самоубийством. Я не очень понимал, что с этим делать, кроме как быть любящим и сделать ей глубокий массаж, во время которого она могла бы войти в контакт со своими чувствами. Мы оба получили огромное удовольствие от сессии. Спустя какое-то время мы стали ближе, наши отношения стали более личными,

более красивыми. Однажды, когда мы ехали на ее красном кабриолете, «Фольксвагене», она призналась, что ее проблема в том, что она не успела попрощаться со своим мужем, и их отношения остались незавершенными. И как раз в этот момент по встречной мимо нас промчалась машина «Скорой помощи» с сиреной. Хотя на «Фольксвагене» сильно не разгонишься, но мы были в Лос-Анджелесе, где даже водители «скорой» особо не лихачат. Я сделал резкий разворот и, сигналив со всей дури, помчался за «скорой», крикнув Бьянке: «Твой муж в этой машине, он скоро умрет, прямо сейчас тебе нужно попрощаться с ним». Она расплакалась и, не сводя глаз со «скорой», стала из сердца говорить мужу, как сильно она его любила, как ей без него плохо, и что она понимает, что жизнь для него была слишком сложной штукой. Это было очень, очень красивое прощание.

Я ехал на хвосте у «скорой», не соблюдая дистанцию, и за нами уже гналась полиция. Думаю, это была больница «Даниель Фриман Хоспитал» в Марина-дель-Рей, в ворота которой заехала «скорая», наш красный «Фольксваген» и полицейская машина. И тогда я сказал Бьянке: «Знаешь, у меня нет водительских прав, так что постарайся выглядеть в своем горе как можно более реальной, а иначе меня арестуют». Она выскочила из нашего «Фольксвагена», подбежала к «скорой» и стала стучать в заднюю дверь машины. Когда ко мне подошли полицейские, я сделал серьезный вид и сказал: «Слава Богу, вы здесь! Этой женщине нужна помощь! Пожалуйста, помогите ей». При этих словах полицейские развернулись, сели в свою машину и уехали. Они не хотели связываться, и я не виню их за это. Когда они уехали, я подошел к Бьянке и сказал: «Все хорошо, полиция уехала. Ты можешь перестать плакать». Но она не перестала, она продолжала стучать в заднюю дверь «скорой». Наконец, вышел водитель, он оказался мексиканцем, и его больше волновала Бьянка, чем пациент, которого привезли в больницу. Мы усадили Бьянку на тротуар, и она продолжала реветь у меня на плече. Я поблагодарил парня и сказал ему: «Пожалуйста, извините нас, ее муж недавно умер, и ей нужно было с ним попрощаться». Он понял. Наконец, он открыл дверь машины, и там был бедный маленький мальчик со сломанной рукой. Он больше был в шоке от девушки, тарабанившей в дверь машины, чем от своего перелома. Малыш вышел из машины, вытащил из-под сиденья свой скейтборд, и хотел было на него встать, но водитель взял мальчика под мышку, донес до входа в приемное отделение и усадил в инвалидную коляску. В общем-то, она ему была не нужна, но я думаю, они всегда так делают.

Бьянка еще какое-то время не могла успокоиться, но потом, наконец, смогла взять себя в руки. А история закончилась тем, что она уехала жить в Раджнешпурам. На прощанье она дала мне ключи от своей машины со словами: «Полагаю, в коммуне мне не нужен будет «Фольксваген» кабриолет, там еще нет дорог. Наслаждайся». Затем она подписала все необходимые бумаги и отдала мне машину. Так что теперь у меня был «Фольксваген» кабриолет, оплаченное жилье, массажный стол и работа – жизнь прекрасна! И я прыгал на одной ноге, которая называется «осознанность». Прошло довольно много времени, прежде чем я снова вымотался. Зато теперь был я полон сострадания к себе и ко всем живым существам. Не так-то просто быть собой на планете Земля, в этом пригороде Вселенной.

А сейчас остановитесь на мгновение, посмотрите и увидите, кто вы. Прямо сейчас. Посмотрите, кто вы в этот секундный промежуток времени между вашими мыслями, прежде чем ваш ум снова начнет наполняться идеями. Возможно, вы и не знаете.

Возможно, вы исчезли. Только в те моменты, когда мы перестаем думать, или когда испытываем удивление или шок, мы можем мельком увидеть наше истинное лицо. Только когда мы свободны от мыслей, воспоминаний, мечт и концепций о том, что мы – это тело или ум, когда нет индивидуальности, за которую мы держимся, когда мы абсолютно живые, свежие и новые, только тогда мы можем знать, кто мы.

У нас есть идея, что мы – это совокупность разных характеристик, которые формируют нашу «личность». Другими словами, мы – это наше имя, возраст, пол, внешность, сексуальность, образование, навыки, таланты, семья, религия, национальность, наше прошлое и будущее. Мы – это то, что наше тело-ум делает, чувствует, думает и говорит. Давайте ради забавы создадим некую личность, и, чтобы было проще, возьмем, к примеру, меня. Начнем с самого начала, с момента, когда младенец покинул чрево матери и возник на планете Земля. Дадим ему имя и присвоим основные характеристики: Майкл Могул, родился в Бостоне в 1943 году, американец, мужчина. Затем добавим некоторые детали из детства: воспитывался сестрой в еврейской традиции, хотел играть в бейсбольной команде «Бостон Ред Сокс». Смешаем с подробностями подросткового периода: ненавидел школу, но все-таки ее окончил, хотел быть юристом, получил степень бакалавра. Теперь подбросим в эту смесь моменты из взрослой жизни: уволен из армии, работал барменом в Лондоне, 40 лет жил в Индии. А также некоторые фрагменты из прошлого: путешествовал по миру, медитировал; и некоторые фрагменты из будущего: может работать, в возрасте 80 лет может жениться и иметь детей. Теперь все это смешаем с мнением окружающих: забавный, сумасшедший и милый. Подсыплем несколько интересных фактов: обожает манго чатни, наблюдается аллергия на работу. А на гарнир подадим несколько нюансов: восходящая Дева, любит омаров, играет в теннис. И Voila! Одна личность готова.

136

Вы тоже можете попробовать создать свою «личность». Это может каждый. И, в общем-то, проблема именно в том, что все это и делают. С момента рождения мы начинаем создавать свою «личность», своего персонажа, свою историю. С годами она видоизменяется и обрастает подробностями. Затем мы делимся своей историей с другими, и они делятся своими историями с нами. Да, и, конечно, мы с удовольствием обсуждаем истории других людей: «О, вы знаете Джона? На первый взгляд он такой милый, а на самом деле, сволочь еще та». «А Синди не такая уж и скромница, какой кажется». И как только мы узнаем о ком-то несколько деталей, нам кажется, что мы уже все знаем об этом человеке, и мы навешиваем на него ярлык: «Хм, она – Скорпион, должно быть, очень сексуальная». «Держись от него подальше, он – Лев!», «Ох, он такая зануда!», «Ах, она – великая личность!»

Слово «личность» происходит от греческого слова «персона», что значит «маска». По сути, мы надеваем эту маску на наше истинное лицо и носим ее, думая, что это мы и есть. Обычно на протяжении первой половины жизни мы формируем свою персону, работаем над своим характером и создаем свою социальную маску. Не случайно в сложный период жизни нам говорят: «Ничего, прорвешься, сейчас формируется твой характер». Мы можем видоизменять эту маску, снимать ее и надевать, создать публичную и личную персону. Но вначале необходимо создать эту личность и ее изучить, и только после этого мы можем начать ее отпускать. Это и есть наше «путешествие домой», оно заключается в том, что мы срываем с себя все социальные обои, разрушаем стены нашей идентичности до тех пор,

пока не остаемся полностью обнаженными.

И оказывается, что наша личность – это лишь совокупность данных, информации и мыслей о том, кто мы, выраженная в словах. Наша личность не является твердой и значительной, она не высечена из камня. Она непрочная и очень хрупкая, и может исчезнуть в любой момент. Наша личность – это то, кем мы думаем, мы являемся, и ключевое слово здесь – *думаем*. Нам нужно думать, что у нас есть личность, но когда мы не думаем, наша личность не существует. Вы когда-нибудь замечали, что в моменты, когда ум останавливается, например, когда мы испытываем шок, оргазм или когда медитируем, мы мгновенно теряем нашу личность и становимся чистым листом? Эта книга именно об этом: о том, чтобы снять с себя все слои личности и обнаружить под ними свое истинное лицо.

Мы обсудили понятия «личность» и «идентичность», «Я» и «Мое», но есть еще такое понятие, как эго. Обычно мы используем это слово, когда говорим о высокомерии. И вместо того, чтобы сказать: «Он чрезмерно увлечен собой», мы можем сказать: «Его эго размером со штат Техас!» Чаще всего мы говорим об эго как о каком-то опасном заболевании, которое у кого-то есть, а у кого-то нет. Но, не вдаваясь в подробности, это просто еще одно слово, обозначающее нашу личность, идентичность, нашу идею о «Я» и «Мое». И, конечно же, у нас у всех есть эта болезнь, и все мы от нее страдаем.

Мы говорим об эго как о некоем твердом веществе, хотя, на самом деле, это лишь проносющийся в уме поток мыслей о том, кто мы. Так что, когда нам говорят, что нужно «убить эго» или «выйти за пределы эго», речь идет о том, чтобы просто отбросить наше представление о том, кто мы. Пока мы не очистим ум от мыслей, мы не сможем видеть, что является истиной. Это легко и просто, это вам не ракетостроение.

Полжизни мы тратим на раздувание нашего эго, но как только этот мыльный пузырь лопается, мы начинаем видеть реальность; мы видим, что это был просто горячий воздух. И тогда мы можем от души посмеяться над этой сумасшедшей идеей о себе. Тогда мы видим, что эго нет, мы не чувствуем эго, и мы не являемся эго. Если в данный момент вы чувствуете свое эго, готов поспорить, что сейчас вы – это ваш ум, вы идентифицируете себя со своим умом вместо того, чтобы быть индивидуумом, обладающим умом.

Наша личность, или идентификация, – это просто совокупность идей, за пределы которых необходимо выйти. Есть хороший способ взглянуть на это: представьте, что личность – это дом, а каждый аспект личности – это окно. А так как у нашей личности много аспектов, в нашем доме много окон. И поскольку мы всегда стараемся улучшить нашу личность, мы все время моем окна, чтобы они были чистыми и сверкали. А так как для нас очень важно найти свое призвание в жизни, мы склонны полировать одно или два окна больше, чем остальные. Скажем, вы – медсестра, и вот каждый день вы полируете окно под названием «медсестра», потому что вы считаете, что окно под названием «медсестра» – это и есть вы. А я живу в соседнем доме от вас, и я – великий медитатор, и я каждый день полирую окно, которое называется «великий медитатор», потому что считаю, что это окно – это я.

И все мы так заняты полировкой этих маленьких оконных стекол вместо того, чтобы

просто открыть окно и вылететь из дома прочь. И тогда мы узнаем, что мы – это не крошечное окно, и даже не дом, а безграничное небо. А если мы посмотрим вниз, то увидим, как миллиарды людей, застрявшие в своих домах, полируют свои окна, думая, что они – это их личность. И если в этот момент вы, смеясь, подумаете: «Я-то теперь свободен, а они застряли в своих тюрьмах», есть большая вероятность того, что вы тут же упадете и разобьетесь. А если же вы внимательно присмотритесь, вы заметите, что каждый старается, как может, движется со своей собственной скоростью и находится там, где в этот момент он должен находиться.

На Востоке говорят, что в доме много окон, но есть только одно небо. У нашей личности есть много аспектов, но есть только одно «Я». И хорошая новость в том, что как только вы узнаете, что вы – это небо, вы, действительно, можете начать наслаждаться жизнью. Вы можете вернуться в свой дом и отполировать все окна, можете играть в какие угодно игры, потому что теперь вы знаете, что вы уже – небо. Вы видите, это очень просто: ваш дом – это не ваш дом, а ваша личность – это не ваша реальность.

Но вы можете подумать... а почему, собственно, это так важно, знаю ли я, кто я, или не знаю? Я бы сказал, в каком-то смысле это вообще не имеет значения. Вы – это вы, независимо от того, знаете ли вы это, или нет. Вы можете спать или быть пробужденным, но жизнь все равно движется через вас независимо от того, какой вы. Существование не зависит от вашего дыхания, не зависит от вашего характера, не зависит от того, что вы делаете, говорите, думаете и чувствуете. Вы можете пробудиться независимо от всего этого. Вы уже свободны. И если вы не пробудитесь, это тоже прекрасно. Если вы слишком заняты своей жизнью или вам все равно, пробудитесь вы или нет, что ж, хорошо, живите, любите, смейтесь и перестаньте, наконец, читать эту книгу.

138

А если вы хотите пробудиться и почувствовать аромат свежесваренного кофе, это тоже прекрасно! Если вы испытываете жажду к знаниям, находитесь в поиске, тогда все, что я говорю, имеет значение. Тогда знайте, что если вы, действительно, хотите пробудиться, вы найдете свой путь, и все, что вам нужно, откроется перед вами. А если есть возможность стать пробужденным, почему бы ею не воспользоваться? Почему собаки лижут свои яйца? Да потому что они могут это делать!

Что я могу сказать? Я прошел этот путь, я знаю, кто я, и это более чем прекрасно. Быть пробужденным бесконечно лучше, чем быть непробужденным. К сожалению, словами это не выразить. Парадокс в том, что быть пробужденным вовсе не означает, что жизнь становится совершенной, просто вы перестаете видеть несовершенство. Это вовсе не означает, что вы получаете, все, что хотите, но вы цените то, что уже есть. Это не значит, что у вас не бывает плохих дней, это значит, что вы наслаждаетесь всем, что с вами происходит. Это не значит, что вы становитесь каким-то особенным, наоборот, вы становитесь самым обычным из всех.

Однажды в «Старбаксе» я сказал девушке за стойкой, что я – пробужденный. «Здорово, – ответила она. – С вас 2 доллара 94 цента за ваш латте». Так что просветление не может платить за вас вашу арендную плату. Черт возьми, оно даже не угостит вас чашкой кофе.

«То, как мы разговариваем с нашими детьми, со временем становится их внутренним голосом». Пегги О'Мара

Следующая шутка посвящается всем обуреваемым жаждой рыбам в океане жизни:

Однажды я прочитал, что для достижения полной реализации нужно закончить все, что было начато. Поэтому я обошел дом и нашел все, что я начал, но не закончил. К утру я прикончил бутылку красного вина, бутылку белого вина, выпил пару бокалов «Бейлиз» и «Калуа», стакан виски, съел горсть капсул «Прозак», несколько таблеток «Валиум», половину чизкейка и коробку шоколадных конфет.

Вы даже представить себе не можете, как прекрасно мне было!

Знаете, если мы не думаем, что мы – это наше прошлое, то, вероятно, мы думаем, что мы – это наше будущее. Большую часть своей жизни я жил будущим. Я всегда думал, что когда-нибудь моя жизнь изменится в лучшую сторону. Завтра. Уж не знаю, когда эта блестящая идея пришла мне в голову, наверное, когда я был еще ребенком. Помню, я думал: «Школа – отстой, когда же я, наконец, вырасту!» Потом, когда я окончил школу и начал работать, я думал: «Работа достала; в этом мире жить не так-то просто». Но я делал все, что мог, и самое смешное, что я особо не чувствовал себя несчастным, поскольку всегда надеялся, что однажды жизнь изменится в лучшую сторону. Даже, когда в Индии я встретил Ошо, я все еще жил будущим и думал: «Может, в один прекрасный день я смогу сидеть рядом с ним». И даже несмотря на то, что Ошо всегда говорил о том, что нужно быть «здесь и сейчас», а не жить будущим, я тогда этого просто не понимал.

Так что я знаю, как это происходит, и почему мы так живем. Нас научили все планировать заранее, копить на «черный день» и жить в надежде на светлое будущее, потому что сегодня все что-то как-то не очень. Мы склонны думать: «Сегодня я не на высоте, но подождите, через пару лет вы увидите, какой я! И тогда вы все у меня попляшете!» Иногда мы строим нашу идентичность на том, кем мы хотим быть в будущем, потому что сейчас мы собой не очень недовольны. «Подождите, как только я куплю эту машину, вы перестанете смеяться надо мной!»

Я не говорю, что я против того, чтобы вы добились чего-то в жизни и стали жить лучше. Я думаю, что это прекрасно, когда газовщик получает степень доктора философии или становится режиссером. Если вы хотите быть врачом, будьте врачом. Если вы хотите быть серфингистом, будьте серфингистом. Все мы как-то должны зарабатывать себе на жизнь, и лучше уж любить свое дело, чем ненавидеть. Только не путайте то, что вы собираетесь делать, или того, кем вы собираетесь быть, с тем, кто вы уже есть. Не обещайте себе, что вы станете кем-то, когда... потому что когда наступит этот момент, вы будете думать точно так же. А все ваши идеи, ожидания, проекты, амбиции и цели сейчас мешают вам быть тем, кем вы уже являетесь.

Но кто знает? Остановитесь на секунду и посмотрите... может быть, тот, кем вы уже являетесь гораздо больше того, кем вы собираетесь стать? Может быть, вы уже тот, кем вы бы хотели быть? Путешествие домой – это не о том, чтобы стать кем-то, это не о создании личности, это о том, чтобы отбросить все эти ненужные попытки и увидеть, что вы – уже пробужденный. Истина в том, что сегодня вы не такой, каким были вчера и будете завтра, вы не в пути, Вы – уже Вы, всегда были и всегда будете.

«Никогда нигде не останавливайтесь! Будьте все время в движении! И чем больше размах, тем глубже будет ваше переживание». Ошо

Однажды я спросил дочку своего друга:
– Кем ты хочешь быть, когда вырастишь?
И она ответила:
– А я не собираюсь вырастать!
Мудрый ребенок. Она уже пробужденная.

19 января 1990 года я отдыхал в своей комнате в коммуне, когда внезапно услышал стук в дверь. Я открыл. На пороге стоял и плакал мой сосед Нитин. Сквозь слезы он сообщил, что идет в «Будда-Холл», потому что Ошо только что ушел из тела. Меня поразила абсурдность ситуации: Нитин, рыдая навзрыд, говорит мне о смерти Ошо и держит на руках своего годовалого сына, который при виде меня весь светится от счастья. В этот момент я испытал странное чувство, подобное восторгу; я вспомнил слова Ошо: «Празднуйте все, включая смерть». Излишне говорить, что одновременно я был переполнен и печалью, и радостью. Это сложно объяснить, наверное, это можно понять, только пережив. Я пришел в «Будда-Холл» ровно в семь вечера (именно в это время Ошо всегда занимал свое место на подиуме), его тело было усыпано цветами, и все было готово для кремации. Всю ночь, пока тело Ошо горело, мы пели и танцевали. Я знаю, что Ошо принял свою смерть, но не могу сказать, что я ее принял. Ошо для меня связан с фигурой отца, и я был очень привязан к его физическому присутствию. Его смерть для меня стала сигналом к пробуждению. Около 4 часов утра я пришел в свою комнату, налил себе виски и стал собирать вещи. Когда взошло солнце, я пошел в столовую позавтракать и со всеми попрощаться. Я был поражен тем, с какой любовью мои друзья готовили завтрак. В столовой царила какая-то удивительно душевная атмосфера, я почувствовал одновременно и грусть, и радость. На всех похоронах, на которых мне доводилось быть, все было наполнено страданием, даже пища. А здесь все было живое. И я подумал, что этот праздник не может длиться вечно, и я не буду распаковывать чемоданы, но не уеду, пока он не закончится. С тех пор прошло больше 20 лет. После того, как Ошо ушел из тела, я узнал о медитации и праздновании гораздо больше, чем за все годы, проведенные рядом с ним. Я называю это «зрелостью», хотя вы можете назвать это как-то иначе. Теперь я больше не считаю смерть концом игры, и прошу вас, когда вы узнаете о моей смерти, празднуйте! Пойте и танцуйте. И пусть музыка продолжает играть...

«Весь мир – театр, в нем женщины, мужчины – все актеры. У них свои есть выходы, уходы».

Шекспир

Незадолго до того, как Ошо ушел из тела, администрация коммуны приобрела в собственность прилегающую землю по адресу Корегаон Парк, 17 с намерением построить новый зал для медитаций. А мне хотелось, чтобы вместо нового зала для медитаций построили бассейн, теннисный корт и тренажерный зал. Я хотел остаться жить в Пуне, и я хотел веселиться. Как ни странно, эту идею поддержал так называемый «Внутренний Круг», группа из двадцати одного человека, которых выбрал Ошо для управления коммуной после его смерти. Когда я стал рассказывать друзьям о своей идее, они тут же показали мне план бассейна, строительство которого планировали начать в ближайшее время. Это был довольно большой бассейн природной формы, органично вписанный в ландшафт, при его строительстве не нужно было рубить деревья. Разглядывая этот план, я почувствовал, что он был создан не архитектором. А когда я заметил на водной глади

отражение маленьких желтеньких цветочков, я улыбнулся, так как понял, что его нарисовал не кто иной, как сам Ошо. В этот момент я почувствовал синхронность между Мастером и учеником: у Ошо и у меня родилась одна и та же идея. Девушку, которая показала мне план, звали Анандо, она была последней секретаршей Ошо.

Когда я понял, что это рисунки самого Ошо, я посмотрел на Анандо: мы оба знали, что Международная Коммуна Ошо в скором времени станет Международным Медитационным Курортом Ошо. Я приветствовал эти изменения и стал оказывать всевозможную помощь. Я стал работать на Анандо, хотя никогда не поспевал за ней, а она, бывало, подшучивала надо мной: «Эй, парень, проснись!» Однажды я спросил ее, как она умудрилась стать таким неутомимым работником, на что она, улыбнувшись, ответила: «Это ничто по сравнению с тем, что происходило, когда Ошо был в теле. Теперь, по крайней мере, я могу спокойно спать по ночам. Когда Ошо был жив, он мог с полуночи до рассвета будить меня каждый час с просьбой принести ему диетическую «Кока-Колу». Однажды меня это так достало, что натянув улыбку, я ему сказала, что нашла что-то, что поразит его воображение. И показала ему картинку новейшего американского изобретения – аппарата с диетической «Кока-Колой». Он мог бы взять свою любимую чашку, поставить ее на специальный металлический поднос, нажать на кнопку, чтобы чашка наполнилась кусочками льда, затем нажать на другую кнопку, и наполнить чашку своей любимой диетической «Кока-Колой». При этом ни одной капли бы не пролилось. Я подумала, что этот аппарат мог бы стать отличным подарком от меня на день рождения Ошо. А Ошо улыбнулся и сказал: «Анандо, ты не понимаешь, мне нравится нажимать на твои кнопки». Правда, в скором времени ситуация сама разрешилась – врачи запретили Ошо пить диетическую «Кока-Колу», и Анандо, наконец, смогла спать по ночам. Если вам когда-нибудь предоставится возможность встретиться с Анандой, вас поразит удивительная красота, изящество и неиссякаемая энергия этой женщины. Посмотрите на нее на сайте www.lifetrainings.com

141

Не удивлюсь, если вы спросите, скучаю ли я по тем прекрасным дням? Да, я скучаю. Помню однажды на ранчо Раджнеш, когда я ехал на погрузчике фирмы «Бобкэт», один, под проливным дождем, и мне было так себя жалко, я вдруг увидел несущийся мне навстречу автомобиль. По залихватскому стилю вождения я понял, что это может быть только Ошо, только Ошо мог ездить на такой сумасшедшей скорости. Я тут же спрыгнул со своего погрузчика, подбежал к машине Ошо и сложил руки в «намасте». Заметив меня, Ошо остановился, выключил дворники и также поприветствовал меня жестом «намасте». Такие душевные моменты происходят не каждый день, но они навсегда остаются в памяти. Но я точно знаю, что Ошо остановился передо мной не как перед личностью, он остановился не перед Кришной Премом, он остановился перед другим человеком. А когда он помчался дальше, я исполнил свою версию знаменитого танца под дождем Джина Келли!

Признавшись, что я скучаю по тем старым добрым временам, я, должно быть, вас удивлю, если скажу, что Кришна Прем – это тот, кого я люблю больше всего на свете, прямо здесь и прямо сейчас.

Однажды маленькие лягушата затеяли соревнование: кто быстрее добежит до вершины очень высокой башни. Возле башни собралась огромная толпа, чтобы

«Когда-то вы были дикими. Не позволяйте им приручать вас». Айседора Дункан

посмотреть на соревнование и подбодрить участников.

И вот началось соревнование, но никто не мог поверить, что кто-то из этих крошечных лягушат вообще способен достичь вершины. Толпа кричала:

– Это же очень сложно!

– Они никогда не доберутся до вершины!

– Да у них вообще нет никаких шансов. Башня слишком высокая!

Один за другим лягушата сходили с дистанции. У некоторых, правда, открывалось второе дыхание, и они продолжали взбираться все выше и выше.

А толпа продолжала кричать:

– Это слишком сложно!!! Никто из вас не сможет этого сделать!

Совсем крошечные лягушата выбились из сил и сдались, но один лягушонок взбирался все выше и выше...

Он не собирался сдаваться!

К концу соревнования все участники сошли с дистанции, кроме одного лягушонка, который из последних сил добрался-таки до вершины башни.

И тогда другие лягушата захотели узнать, как ему это удалось, и спросили его, где он взял силы, чтобы достичь цели?

И оказалось...

Что победитель был глухой!

Надеюсь, вас не коробит, что меня зовут Кришна Прем, а моего учителя – Ошо. Странные имена, да? А сейчас я хочу поделиться с вами древней гавайской техникой. Приготовьтесь... Эта техника называется «Хо’опонопоно». Современным последователем этого метода является доктор Хью Лен. Я до глубины души тронут тем, насколько доктор Лен прост в общении, и восхищаюсь его способностью делиться любовью и ясностью. Говорят, что доктор Хью Лен смог вылечить всех пациентов психиатрического отделения тюрьмы старого режима на Гавайях. При этом ни одного из этих убийц и насильников он не видел в лицо, он просто изучил личное дело каждого. Доктор Лен – непревзойденный врач, он смог вылечить даже заключенных, потому что он смог очистить себя от всего лишнего.

Это очень простая, и в то же время алхимическая медитация. Процесс представляет собой повторение четырех аффирмаций:

Мне очень жаль.

Пожалуйста, прости меня.

Благодарю тебя.

Я люблю тебя.

*Проживая эту мантру, вы очищаете свой ум от деструктивных программ и воспоминаний. Скажем, если вы испытываете финансовые трудности, просто повторяйте про себя снова и снова: «Я беру на себя ответственность за то, что у меня нет денег. Есть что-то внутри меня, что является причиной этой проблемы. **Мне очень жаль. Я люблю тебя. Пожалуйста, прости меня. Благодарю тебя**». Эта мантра поможет вам очиститься от всех негативных воспоминаний и чувств, связанных с деньгами.*

«Чем больше в вашем сердце гнева по отношению к прошлому, тем меньше вы способны любить в настоящем». Барбара де Анджелис

*«Хо’опонопоно» – это событие. Пожалуйста, зайдите на сайт www.youtube.com и наберите в поиске Dr. Hew Len. Он взорвет вам мозг и выведет вас за пределы ума. А если нет, то: **Мне очень жаль. Пожалуйста, простите меня. Благодарю вас. Я люблю вас.***

P.S. С доктором Хью Лен довольно сложно встретиться лично. Я попросил мою подругу Лилу Пинки отвечать на все вопросы о технике «Хо’опонопоно», которые вы пришлете ей на e-мейл pinky_sidhu@hotmail.com. «Хо’опонопоно» – это ее страсть.

Коротко о главном

Не могу поверить, что вы дочитали до этого места... Или вы полкниги пропустили и заглянули в конец, чтобы убедиться, что у меня все хорошо, и я счастлив? С уверенностью могу сказать только одно: смерть вашего тела, также как и конец вашего медового месяца – это единственные гарантии в вашей жизни. Ну, еще разве что налоги... Теперь я понимаю, что одиночество – этой мой дом на планете Земля... и что одиночество является очень сексуальным. Одиночество является очень привлекательным.

Я поднимаю тему одиночества, потому что, полагаю, вы заметили, что в этой жизни я не равнодушен к противоположному полу... И моя любовь к женщинам приводила меня к еще большему количеству женщин... А в нежном возрасте 69 лет я готов быть в одиночестве. Также как написание этой книги привело меня к тишине, также и хорошая жизнь приводит к принятию смерти. И, признаюсь, мне нечего написать в своем списке предсмертных желаний – я прожил эту жизнь тотально. И это так прекрасно!

143

Я – Бог... или лучше будет сказать, что «Я – Бог, проявленный в виде мальчика из Бостона»... При худшем раскладе «Я – Бог» – это гордыня, игра моего эго. Моя жизнь, также как и ваша, это загадка, которую нужно прожить, а не проблема, которую нужно решить.

Со вдохом я прикасаюсь к себе как к Существованию, а с выдохом я прикасаюсь к себе как к личности по имени Кришна Прем. В промежутках между вдохом и выдохом существует тишина. Осознание тишины сродни принятию ванны после тяжелого дня... В этот момент рождается творчество.

Я встретил свою страсть, когда моя внешняя и внутренняя жизнь полюбили друг друга, и когда я обнаружил, что нет такого понятия как разделение. Я цельный, но не святой. И я написал эту книгу не для того, чтобы казаться лучше или умнее вас. На самом деле, я выстрелил низко. Может быть, поскольку меня достали великие люди, которые пишут о том, что нужно быть правильным... я написал... или, точнее, наговорил книгу о том, как мало человеку может быть нужно... и при этом он может быть за все благодарен.

Я не знаю свою судьбу. Сейчас я до сих пор еще в теле, а когда написанные мною слова окажутся в книге под мягкой обложкой и в киберпространстве в виде электронной книги, вы сможете хвалить меня или бранить – как вам захочется.

Да, и так, на всякий случай... если до нашего с вами личного знакомства я пойду по

пути всех смертных, позвольте мне сейчас вам сказать, что я люблю вас и верю, что однажды вы тоже узнаете, что мы не два... а один картофель, проявленный как два ломтика картофеля фри.

И единственный способ узнать истину – это быть открытым к непознаваемому... к истине, Богу, существованию; запредельный картофель видит ваши глаза, но его нельзя увидеть. А когда вы осознаете эту важную истину, ваш третий глаз поразит вас своим стопроцентным зрением. Так что с этого момента возьмите на себя ответственность и помните, что, прежде всего, вы – человек, а потом уж деятель... наслаждайтесь своим путешествием... путешествие – это цель.

Индусы говорят: «Намасте», американские индейцы говорят: «Я вижу тебя», а древние Майя говорили: «Lak'ech Ala K'in», что значит: «Я – это ты, а ты – это я».

«Битлз» пошли дальше, заявив, что они более популярны, чем Иисус: «Я – это ты, ты – это я, и мы – вместе».

А Рам Дасс выразил эту мысль еще лучше: «Мы просто проводим друг друга домой».

Это Конец моей книги.
И Начало вашей.
Начните писать ее прямо сейчас.

ТЫ УНИКАЛЕН, КАК И ВСЕ ОСТАЛЬНЫЕ

Ты – это ты. И тебе не нужно становиться кем-то другим.
Тебе не нужно быть лучше, чем ты есть. Ты уже совершенен.

Рассказывая историю своей жизни, Кришна Прем напоминает нам простую истину: каждый человек прекрасен такой, какой он есть.

Более 40 лет назад Кришна Прем покинул Америку в поисках себя. В Индии он встретил своего учителя и друга – Ошо, и Ошо сказал ему: «Если ты хочешь знать, кем ты, на самом деле, являешься, относись к себе с чувством юмора. Не воспринимай себя слишком серьезно».

Читая эту книгу, вы можете обнаружить, насколько вы сами забавны, и что ваше эго мешает вам относиться к жизни легко. Смех – это лучшее средство, чтобы перестать быть в уме и начать медитировать. А когда вы начнете смеяться над собой, вам откроется истина, которую на Востоке называют великая «космическая шутка». Наслаждайтесь.

«Жизнь – это чистый холст. Она становится тем, что вы на нем нарисуете. Вы можете нарисовать страдания, а можете нарисовать блаженство. Все зависит от вас. В этой свободе – ваше величие».
Ошо

www.osho.com

сайт Кришны Према

www.geeyouareyou.com

сайт Городского ОШО-центра (г. Санкт-Петербург)

www.oshocenter.ru



ISBN 978-1-61364-318-1



9 781613 643181

