



ЯСНОВИДЕНИЕ

ЯСНОВИДЕНИЕ

**Харьков
2006**

УДК 133
ББК 86.41
Я82

Я32 **Ясновидение**(сборник), Харьков: Издательство «СИМ»,
2006. - 224 стр.: ил.

ISBN 966-8549-19-8

В книгу включены работы Чарльза Ледбитера, Бориса Сахарова и Гармы Ч. Чанга, в которых освещены процессы развития способности ясновидения у человека. Работы, представленные в данном сборнике, не потеряли своего значения за давностью, так как в них представлены действительные методики, практики, советы и упражнения по развитию ясновидения.

УДК 133
ББК 86.41

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 966-8549-19-8

© Мирянин В.Д., составление, 2006.
© Издательство «СИМ», оформление, 2006.

СОДЕРЖАНИЕ

От составителя.....	5
Ч. Ледбитер. ЯСНОВИДЕНИЕ.....	6
Глава 1. ЧТО ТАКОЕ ЯСНОВИДЕНИЕ?.....	6
Глава 2. ПРОСТОЕ ЯСНОВИДЕНИЕ: ПОЛНОЕ.....	16
Глава 3. ПРОСТОЕ ЯСНОВИДЕНИЕ: ЧАСТИЧНОЕ.....	24
Глава 4. ЯСНОВИДЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ: НАМЕРЕННОЕ.....	25
Глава 3. ЯСНОВИДЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ: ПОЛУНАМЕРЕННОЕ.....	37
Глава 6. ЯСНОВИДЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ: НЕНАМЕРЕННОЕ.....	38
Глава 7. ЯСНОВИДЕНИЕ ВО ВРЕМЕНИ: ПРОШЕДШЕЕ.....	42
Глава 8. ЯСНОВИДЕНИЕ ВО ВРЕМЕНИ: БУДУЩЕЕ.....	57
Глава 9. МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ.....	70
Ч. Ледбитер. КАК РАЗВИВАЮТ ЯСНОВИДЕНИЕ.....	75
Ч. Ледбитер. ТРУДНОСТИ В ЯСНОВИДЕНИИ.....	86
Борис Сахаров. ОТКРЫТИЕ ТРЕТЬЕГО ГЛАЗА.....	95
ПРЕДИСЛОВИЕ.....	95
Часть 1. ТЕОРИЯ	
1. Как был открыт этот метод.....	97
2. «Третий глаз».....	102
3. Духовная «стрельба из лука».....	108
Часть 2. ПРАКТИКА	
1. Время.....	113
2. Дыхание.....	117
3. Положение тела.....	120
4. «Накладывание стрелы» и «прицеливание» (тратака).....	125
5. «Натягивание лука» (самбхави мудра).....	127
6. «Пуск стрелы» (кхечари мудра).....	131
7. Совершенный «лучник».....	137
ПРИЛОЖЕНИЕ	
Искусство накопления энергии.....	142
Упражнение для энергетизации Аджна-сплетения.....	142
Упражнение для энергетизации солнечного сплетения.....	143
Упражнение для душевного успокоения.....	144
Упражнение для нервов.....	144
Упражнение, согревающее дыхание.....	144
Упражнение, укрепляющее дыхание.....	145
Гарма Ч. Чанг. УЧЕНИЯ ТИБЕТСКОЙ ЙОГИ.....	146
Об авторе.....	146
ВВЕДЕНИЕ.....	146
Часть I	
УЧЕНИЯ МАХАМУДРЫ ПЕСНЬ МАХАМУДРЫ ТИЛОПЫ.....	150
МОЛИТВА МАХАМУДРЫ КАРМАПЫ РАНГДЖАНГА ДОРДЖЕ.....	154

ПРИМЕЧАНИЯ.....	158
ОСНОВЫ ПРАКТИКИ МАХАМУДРЫ В ИЗЛОЖЕНИИ ПРЕПОДОБНОГО ЛАМЫ КОНГ КА.....	159
ПЯТЬ АНАЛОГИЙ В ОПИСАНИИ ПЕРЕЖИВАНИЯ МАХАМУДРЫ	160
ПЯТЬ ПУТЕЙ ОТХОДА ОТ МАХАМУДРЫ.....	160
ТРИ ОСНОВНЫХ ВИДА ПЕРЕЖИВАНИЙ МАХАМУДРЫ.....	161
КАК КУЛЬТИВИРОВАТЬ МАХАМУДРУ В НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ УСЛОВИЯХ.....	162
ОШИБКИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ПРАКТИКИ МАХАМУДРЫ	163
ПРИМЕЧАНИЯ	165
Часть II	
ВВЕДЕНИЕ В ШЕСТЬ ЙОГ НАРОПЫ. КРАТКОЕ ИЗЛОЖЕНИЕ ..	166
ВВЕДЕНИЕ В ГЛУБИННЫЙ ПУТЬ ШЕСТИ ЙОГ НАРОПЫ КРАТКОЕ ИЗЛОЖЕНИЕ ДРАШИ НАМДЖХАЛА.....	166
ПРАКТИКА ШЕСТИ ЙОГ.....	167
1. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ ДУМО, ИЛИ ЙОГЕ ТЕПЛА.....	167
А. Предварительная практика.....	167
1) Визуализация Пустотности Тела.....	168
2) Визуализация основных Психических Нервов, или Нади	168
3) Дыхательные Упражнения Вазы.....	169
4) Манипуляции с Бинду.....	171
5) Упражнения с Телом.....	172
Б. Практика высших этапов.....	173
1) Как усилить Думо, или Тепло.....	173
2) Как усилить Блаженство.....	174
3) Как углубить Недвойственность.....	176
4) Как усовершенствовать Самадхи Блаженства-Пустоты.....	177
2. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ ИЛЛЮЗОРНОГО ТЕЛА.....	182
Наставления по практике Нечистого Иллюзорного Тела.....	183
Наставления по практике Чистого Иллюзорного Тела.....	184
Общий обзор практики Иллюзорного Тела.....	185
3. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ СНОВИДЕНИЙ.....	186
4. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ СВЕТА.....	190
Комментарии к Трем Основным Светам.....	193
5. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ БАРДО.....	194
Феномен смерти.....	194
Появление Бардо.....	196
Возможности Бардо.....	198
6. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ ТРАНСФОРМАЦИИ.....	200
Применение Йоги Трансформации.....	201
ЭПИЛОГ.....	202
РАЗЛИЧНЫЕ СВЯЗИ ШЕСТИ ЙОГ.....	202
ДОСТИЖЕНИЯ ШЕСТИ ЙОГ.....	203
ПРИМЕЧАНИЯ.....	205
ГЛОССАРИЙ.....	209
СТОСЛОГОВАЯ МАНТРА - ВАДЖРАСАТТВЫ.....	212

От составителя

*Начните День с Любви;
Проведите День с Любовью;
Заполните День Любовью;
Закончите День Любовью;
Это - путь к Богу!*

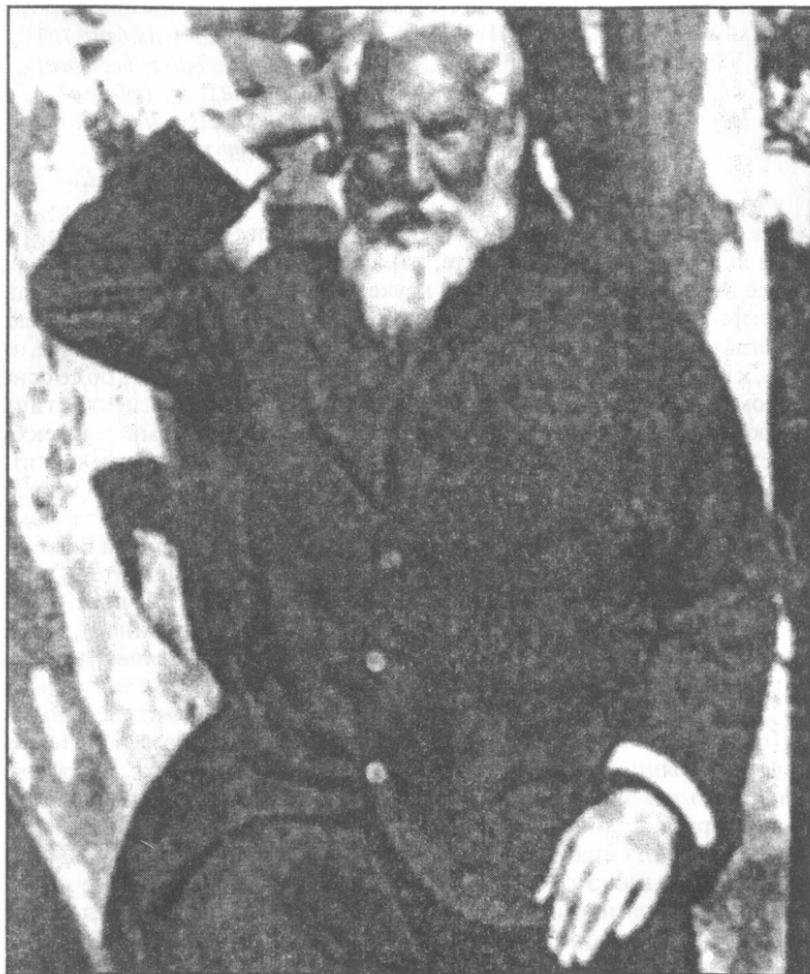
(Сатья Саи Баба)

«Как изменится наш старый мир, когда все человечество будет обладать высшим ясновидением! Подумайте, как изменится отношение к истории, когда все смогут читать хронику; к науке, когда все процессы, о которых люди теперь строят теории, можно будет непосредственно наблюдать; к медицине, когда и доктор, и пациент одинаково ясно и точно могут видеть все, что сделано; к философии, когда уже не будет возможности спорить об ее основах, потому что все одинаково смогут видеть более широкий аспект истины; к труду, когда всякая работа будет радостью, потому что каждый человек будет приставлен лишь к тому, что он может выполнять лучше всего; к воспитанию, когда умы и сердца детей открыты учителям, старающимся образовать их характер; к религии, когда больше нельзя будет спорить об ее широких догмах, так как истина относительно посмертного существования и Великого Закона, управляющего миром, будет очевидна всем». (Ч. У. Ледбитер)

Овладев ясновидением, человечество сможет осознать одну простую истину, что все люди на земле связаны одной общей задачей (причиной), открытой в настоящее время только просветленным, что каждый человек на земле находится в динамической связи, как каждая капелька воды в могучей, огромной, полноводной, бурной, с тихими затоками и заводами реке. Только высшему провидению известно, куда и зачем течет река, а каждая капелька, участвуя в постоянном круговороте, выполняет свою сразу не заметную миссию, опускаясь вниз, затрагивая слои ила, загрязняется, мутнеет; освобождаясь от ила и грязи, поднимаясь все выше, очищается, испаряясь, приходит в состояние просветления и снова приходит на помощь, возвращаясь в виде дождя. И глядя на весь этот круговорот воды, нелепо осуждать любое состояние капель воды: грязное, очищенное, газообразное и т.д., как мы делаем это, осуждая человека, который находится на низшем или на высшем уровне. Становясь на путь, овладевая способностями ясновидения, люди постепенно научатся осознавать целостность человечества как организма и общих глобальных задач как личных. В процессе развития способности ясновидения у человека будет повышаться уровень духовности, капля воды будет очищаться и видение мира будет яснее и яснее...

Работы, представленные в данном сборнике, не потеряли своего значения за давностью, так как в них представлены методики, практики, советы и упражнения по развитию ясновидения.

В. Мирянин



Чарльз Уэбстер Ледбитер

Ч. ЛЕДБИТЕР

ЯСНОВИДЕНИЕ

Чарльз Уэбстер Ледбитер родился в 1847 году в аристократической семье. Его детство было вполне благополучным. В 1862 году умирает отец Чарльза и его жизнь начинает протекать в весьма стесненных условиях. В 1866 г. Ледбитер был вынужден оставить университет в Оксфорде, а спустя некоторое время он принимает сан священника и становится викарием в Гемпшире.

Чарльз Ледбитер ведет занятия в воскресной школе, читает много религиозной и оккультной литературы. Увлечение оккультизмом превратилось в настоящую страсть и в 1883 году, в возрасте 36 лет, Ледбитер по приглашению А. Синнета становится членом Теософического Общества.

В 1890 году Ледбитер встречается с Анни Безант. На долгие годы между ними устанавливаются взаимная симпатия и сотрудничество. Их совместная работа нашла отражение и в его произведениях, некоторые книги написаны совместно или при участии А. Безант.

Чарльз Ледбитер работал с неутомимой энергией, как лектор и писатель, над распространением теософических идей. Он соединил в себе два с виду противоположных полюса: ясный логический ум, вооруженный большими знаниями, склонный к точному мышлению, а с другой стороны — он являлся обладателем высокой степени ясновидения, необычайного психического развития, которое позволяло ему исследовать невидимые миры с такой же спокойной уверенностью, с какой ученый проводит свои изыскания в области физических явлений.

Глава 1

ЧТО ТАКОЕ ЯСНОВИДЕНИЕ?

Непроявленные способности. Вибрации. Расширенное зрение. Астральные органы чувств. Свойства буддического плана. Влияние гипноза. Первые проявления ясновидения. Классификация.

Слово ясновидение в буквальном своем значении ничего другого не выражает, кроме «ясного видения»: словом этим не раз злоупотребляли и даже низвели его до того, что часто разумеют под ним обманы фокусников и шарлатанов. Но даже в самом ограниченном своем смысле оно охватывает широкий ряд явлений, до такой степени различных по характеру, что нелегко дать такое определение этого слова, которое было бы одновременно и сжатым и точным. Его называли «духовным зрением», но никакое другое название не могло бы ввести в такое заблуждение, как это, потому что в огромном большинстве случаев нет способности, связанной с ясновидением, которая бы имела малейшую претензию на такое высокое наименование.

Для целей нашего исследования мы можем определить ясновидение как способность видеть то, что скрыто от обычного физического зрения. Следует также заранее заметить, что оно очень часто (хотя нив в коем случае не всегда) сопровождается так называемым яснослышанием, или способностью слышать то, что не слышно для обыкновенного физического уха, и мы будем намеренно употреблять общий термин ясновидение, как включающий в себя и эту вторую способность, чтобы избежать постоянного неуклюжего повторения двух длинных слов, когда одного совершенно достаточно.

Позвольте мне, прежде чем начать, выделить два момента. Во-первых, я пишу не для тех, которые не верят в то, что существует такое явление, как ясновидение, и не хочу убеждать тех, которые сомневаются по этому поводу. В моем небольшом труде у меня нет на это и места, такие люди должны изучать те многочисленные книги, которые содержат описание случаев, или сами делать опыты в области магнетизма.

Я обращаюсь к более сведущим людям, которые знают, что ясновидение существует, и настолько заинтересованы самим предметом, что будут рады сведениям, касающимся его методов и возможностей, и я могу уверить их, что все то, что пишу, есть результат серьезного изучения и опыта, и что хотя некоторые из способностей, которые я должен буду описать, могут показаться им новыми и удивительными, я не привожу ни одного примера, которой не видел бы сам. Во-вторых, хотя я буду стараться, насколько возможно, избегать технических выражений, все же, так как я главным образом пишу для тех, кто изучает Теософию, я буду позволять себе приводить иногда для краткости и без подробных объяснений обычные теософические термины, знакомство с которыми я, несомненно, могу в них предположить.

Если эта книжка попадет в руки тех, для кого употребление этих терминов представит некоторые затруднения, то могу только извиниться перед ними и отослать их для предварительных объяснений к любому руководству по Теософии. Дело в том, что вся Теософия, как система, так тесно связана, и ее различные части находятся в такой зависимости друг от друга, что полное объяснение каждого употребленного здесь термина может повлечь чуть ли не целый трактат по Теософии в качестве предисловия даже к этому краткому исследованию ясновидения.

Тем не менее, прежде чем пытаться дать подробное объяснение ясновидения, нам необходимо будет посвятить немного времени кое-каким предварительным соображениям, для того чтобы лучше выяснить себе некоторые общие факты, касающиеся различных планов, на которых возможно упражнять ясновидение, и условий, делающих возможным это упражнение.

Теософическая литература постоянно доказывает нам, что все эти высшие способности скоро должны сделаться достоянием всего человечества, что способность ясновидения, например, находится потенциально в каждом, и что те, в которых она уже проявляется, просто в этом отношении немного опередили нас. Это утверждение совершенно правильно, и все же оно кажется и неясным, и неосновательным большинству людей, просто потому, что они смотрят на подобную способность, как на нечто совершенно непохожее на все то, что они до тех пор испытывали, и вполне уверены в том, что сами они, во всяком случае, далеки от ее развития.

Быть может, нам будет легче рассеять это ощущение нереальности, если мы попытаемся понять, что ясновидение, как и многие другие явления природы, есть, главным образом, вопрос вибраций, на деле представляет собою лишь более широкое развитие сил, которыми мы все пользуемся каждый день всю свою жизнь. Мы все живем, окруженные обширным морем воздуха и эфира, причем последний проникает первый, как и всякую физическую материю; и преимущественно благодаря вибрациям в этом обширном море материи впечатления извне доходят до нас. Это мы все знаем, но быть может, многим из нас никогда не приходило в голову, что количество тех вибраций, на которые мы способны отвечать, в сущности, безнадежно мало.

Среди чрезвычайно быстрых вибраций, действующих на эфир, известен их очень небольшой ряд, на который ретина человеческого глаза способна отвечать, и эти особые вибрации вызывают в нас ощущение, которое мы называем светом. Иначе говоря, мы способны видеть только те предметы, от которых этот специальный свет может исходить или отражаться. Точно также барабанная перепонка человеческого уха способна отвечать на определенный очень небольшой ряд сравнительно медленных вибраций, достаточно медленных, чтобы подействовать на окружающий нас воздух, и таким образом мы способны слышать только те звуки, которые производятся предметами, способными вибрировать с некоторой скоростью в этой специальной области.

Относительно обоих этих случаев наука прекрасно знает, что существует большое число вибраций выше и ниже этих двух групп, и что, следовательно, есть много света, которого мы не можем видеть, и много звуков, к которым ухо наше глухо. Что касается света, то действие этих высших и низших вибраций можно легко заметить по результатам, даваемым актиническими лучами на одном конце спектра и тепловыми лучами на другом.

В действительности существуют вибрации всех возможных степеней скорости, наполняющие все обширное пространство, лежащее между медленными звуковыми волнами и быстрыми световыми, но и это еще не все, потому что, несомненно, существуют вибрации более медленные, чем вибрация слуха, и бесконечное множество таких, которые быстрее вибраций, известных нам, как свет. Таким образом, мы начинаем понимать, что вибрации, с помощью которых мы видим и слышим, подобны двум группам небольшого количества струн, взятых из огромной арфы, величина которой бесконечна: и когда мы подумаем, как много мы смогли узнать и сколько мы сделали выводов с помощью этих небольших отрывков, мы смутно представим себе, какие возможности могли бы лежать перед нами, если бы мы были в состоянии пользоваться обширным и чудесным целым. В связи с этим нужно обратить внимание еще и на тот факт, что различные человеческие существа очень отличаются друг от друга (хотя и в сравнительно узких границах) по своей способности отвечать даже на те немногие вибрации, которые доступны нашим физическим чувствам. Я говорю не об остроте зрения или слуха, благодаря которой один человек может видеть более бледный предмет или слышать более тихий звук, чем другой: дело идет здесь совсем не о силе зрения, а о пределах восприимчивости. Например, если вы возьмете хорошую сернисто-углеродную призму и с помощью ее отбросите отчетливый спектр на лист белой бумаги, а затем попросите несколько человек отметить на бумаге крайние пределы спектра, как они их видят, вы можете быть уверены в том, что

зрительные способности у них окажутся различными. Некоторые увидят фиолетовый цвет гораздо дальше, чем другие: другие, быть может, увидят меньше фиолетового, чем большинство, но зато будут дальше видеть с красного конца. Быть может, найдутся немногие, которые увидят дальше обыкновенного с обоих концов, и это почти наверняка будут так называемые сенситивные люди, отвечающие на гораздо большее количество вибраций, чем большинство людей нашего времени.

Что касается слуха, то и здесь можно подметить то же самое различие, взяв звук не слишком высокий для слуха, как бы на самой границе слышимости, и обнаружить, многие ли среди данного числа людей способны его услышать. Обычный пример подобного звука это писк летучей мыши, и опыт покажет, что летним вечером, когда воздух полон острыми булавочными криками этих маленьких животных, очень многие будут абсолютно не чувствительны к ним, и не в состоянии услышать ровно ничего. Эти примеры ясно показывают, что не существует точно определенной границы для человека на эфирные и на воздушные вибрации, что у некоторых из нас эта способность уже сильнее, чем у других; и мы найдем также, что способность одного и того же человека в различных случаях бывает различна. Поэтому нам не трудно будет представить себе, что человек может развить в себе эту способность и благодаря этому со временем научиться видеть многое, что не видимо для его братьев людей, и слышать многое, что для них не слышно, так как мы очень хорошо знаем, что огромное количество добавочных вибраций существует и просто как бы ожидает своего признания.

Опыты с рентгеновскими лучами дают нам пример тех поразительных результатов, которые получаются, когда даже очень немногие из этих добавочных вибраций становятся доступны человеку; прозрачность для этих лучей многих субстанций, которые до тех пор считались непрозрачными, сразу указывает нам, по крайней мере, на одну возможность объяснить такой элементарный вид ясновидения, как способность прочесть письмо, лежащее в закрытом ящике, или описать людей, находящихся в соседней квартире. Научиться видеть с помощью рентгеновских лучей в добавление к тем, которыми мы обычно пользуемся, будет совершенно достаточно, для того чтобы дать возможность каждому сделать магический фокус в этом роде.

До сих пор мы принимали во внимание только область чисто физических чувств человека; если же мы вспомним, что эфирное тело человека, в сущности, есть лишь более тонкая часть его физической оболочки, и что поэтому все органы чувств заключают в себе большое количество эфирной материи различных степеней плотности, причем свойства этой материи до сих пор еще находятся у большинства из нас в скрытом состоянии, то мы увидим, что если даже будем развиваться в одном лишь этом направлении, то уже и тогда перед нами раскроются различные и огромные возможности.

Но наряду с этим и помимо всего этого, мы знаем, что человек обладает астральным и ментальным телом и что каждое из этих тел со временем может быть пробуждено к деятельности и начнет соответственно отвечать вибрациям материи своего плана, открывая, таким образом, перед ним по мере того, как оно будет учиться действовать при помощи этих проводников, два совершенно новых и обширнейших мира знания и силы. Эти новые миры, которые все находятся вокруг нас и свободно проникают друг в друга, нельзя считать

различными и несвязанными друг с другом по составу, но скорее переходящими один в другой, причем низший астральный образует продолжение высшего физического, Точно так же, как низший ментальный в свою очередь образует прямое продолжение высшего астрального.

Мы не должны, думая о них, воображать себе какой-нибудь новый и странный вид материи, но просто представить себе обыкновенную физическую материю, которая так разрежена и действует так быстро, что вводит нас в совершенно новые условия и свойства.

Тогда нам легче будет понять возможность упорного и постепенного расширения наших чувств так, чтобы и зрением, и слухом мы стали бы способны воспринимать гораздо более высокие и гораздо более низкие вибрации, чем обыкновенно. Большая группа этих добавочных вибраций будет все еще принадлежать физическому плану, но появится возможность получать впечатления от эфирной части этого плана, которая в настоящее время для нас представляет собой закрытую книгу. Подобные впечатления все еще будут получаться через ретину глаза, конечно, они будут действовать больше на его эфирную, чем на его плотную материю, но, тем не менее, мы можем считать, что они действуют лишь на один орган, специализирующийся для получения их, а не на всю поверхность эфирного тела.

Однако бывают такие сверхнормальные случаи, когда другие части эфирного тела отвечают на эти добавочные вибрации так же охотно или даже охотнее, чем глаз. Эти причудливые случаи можно объяснить различно, но главным образом их можно считать следствием частичного астрального развития, так как оказывается, что сенситивные части тела почти неизменно соответствуют тому или другому из чакрам или центров жизненности в астральном теле. И хотя эти центры (если астральное сознание не развито) могут еще и не действовать на своем собственном плане, но они уже достаточно сильны, чтобы возбуждать более живую деятельность в эфирной материи, в которую они проникают. Что касается самих астральных чувств, то здесь условия деятельности совершенно иные. У астрального тела нет специальных органов чувств, - факт, который, пожалуй, требует некоторых объяснений, так как многие изучающие предмет и старающиеся понять его физиологию, по-видимому, затрудняются примирить его со сделанным утверждением относительно полного проникновения физического тела астральной материей, правильного соответствия между обоими проводниками и тем, что каждый физический объект непременно имеет свой астральный дубликат.

Все утверждения верны, и все же вполне возможно, что люди, которые в нормальном своем состоянии не видят астрально, могут ошибочно понять их. Каждое состояние физической материи имеет свое соответствующее состояние астральной материи, находящееся с ним в постоянной связи и отделяющееся от него только при помощи очень значительного напряжения оккультной силы, но и тогда они только держатся в стороне одно от другого до тех пор, пока сила определенно действует в этом направлении. Но при всем том астральные частицы соединены между собой гораздо свободнее, чем соответствующие им физические частицы. В железной полосе, например, мы имеем массу физических молекул в твердом состоянии, иначе говоря, способных лишь на сравнительно небольшие перемены в их взаимном положении, хотя каждая из них вибрирует со страшной быстротой в своей собственной сфере.

Астральный дубликат этой полосы состоит из того, что мы часто называем плотной астральной материей, то есть из материи нижнего и наиболее плотного подплана астрала, но, тем не менее, ее частицы непрерывно и быстро меняют свое положение друг относительно друга, передвигаясь с легкостью частиц жидкости на физическом плане. Таким образом, нет прочной связи между каждой физической частицей и тем количеством астральной материи, которая в любой данный момент может оказаться ее дубликатом.

Это относится также и к астральному телу человека, которое для нашей цели мы на минуту можем рассматривать, как состоящее из двух частей, из более плотного соединения, занимающего точное положение физического тела, и из облака более редкой астральной материи, которое окружает это соединение. В обеих этих частях и между ними обеими непрерывно происходит уже описанное взаимно проникающее круговое обращение частиц, так что наблюдающему движение молекул в астральном теле оно кажется похожим на движение частиц в воде, кипящей ключом.

Раз это так, то уже легко понять, что хотя каждый данный орган физического тела должен всегда иметь в качестве дубликата известное количество астральной материи, то орган этот не задерживает те же самые частицы больше, чем на несколько секунд, а, следовательно, здесь нет ничего, соответствующего специализации физической нервной материи в зрительные слуховые нервы и т.д. Таким образом, хотя физический глаз или ухо, несомненно, всегда имеет свой дубликат из астральной материи, это специальная часть астральной материи не более (и не менее) способна отвечать на вибрации, вызывающие астральное зрение или астральный слух, чем любая другая часть проводника. Никогда ненужно забывать, что, хотя мы для того, чтобы быть понятными, постоянно будем говорить об «астральном зрении» или «астральном слухе», под этими выражениями мы лишь подразумеваем способности отвечать на такие вибрации, которые доставляют сознанию человека, когда он действует в своем астральном теле, сведения того же характера, какие передаются ему с помощью его глаз и ушей, когда он находится в физическом теле. Но в совершенно иных астральных условиях специальные органы вовсе не необходимы для достижения этого результата; в каждой части астрального тела есть материя, которая способна так отвечать, и, следовательно, человек, действующий в этом проводнике, видит одинаково хорошо предметы, находящиеся сзади, вверху или внизу, не поворачивая даже головы. Однако здесь есть еще и другой пункт, который едва ли справедливо будет совсем не принять во внимание, это вопрос о «чакрах», о которых упоминалось выше. Изучающие Теософию знакомы с идеей существования, как в астральном, так и в эфирном теле человека известных центров силы, которые поочередно должны оживотворяться священным огненным змеем, по мере того как человек подвигается в своей эволюции. Хотя эти центры нельзя назвать органами в обычном смысле слова, так как нельзя сказать, что только с их помощью человек слышит и видит, как в физической жизни он это делает с помощью глаз и ушей, однако, по-видимому, сила деятельности астральных чувств в большей степени зависит от их оживления, так как каждый из этих центров, развиваясь, дает всему астральному телу силу отвечать на целый ряд новых вибраций.

Но и эти центры не имеют связанного с ними постоянного сочетания астральной материи. Это просто вихри в материи тела, вихри, через которые

все частицы проходят поочередно, это те пункты, через которые высшая сила с более высоких планов передается астральному телу. Но и это описание дает очень неполное представление об их наружном виде, потому что на самом деле это вихри четырех измерений, так что сила, которая проходит через них и служит причиной их существования, как будто ниоткуда не вливается в них. Но, во всяком случае, раз все частицы по очереди проходят сквозь каждый из них, будет ясно, что таким образом становится возможным для каждой из них, в свою очередь, возбуждать во всех частях тела отзывчивость на известный ряд вибраций, так что все астральные чувства одинаково активны во всех частях тела.

Зрение деваканического или ментального плана опять-таки совсем иное: здесь мы уже не можем говорить об отдельных чувствах, как зрение и слух, но должны скорее предположить одно общее чувство, которое так совершенно отвечает на достигающие его вибрации. Когда какой-либо объект входит в область его видения, оно сразу постигает его вполне и как бы видит его, слышит и чувствует, и знает все, что можно знать о нем, одним мгновенным действием. Но даже и эта чудесная способность отличается только по степени, а не по качеству от тех способностей, которыми мы владеем в настоящее время: на ментальном плане так же, как и на физическом, впечатления все еще передаются посредством вибраций, идущих от наблюдаемого к наблюдающему.

На буддическом плане мы встречаемся в первый раз с совершенно новым свойством, не имеющим ничего общего с теми, о которых мы говорили, так как здесь человек познает всякий объект с помощью совсем иного метода, в котором внешние вибрации не играют никакой роли. Объект становится частью его самого, и он изучает его изнутри, а не извне. Но с этим свойством обычное ясновидение не имеет ничего общего.

Полное или частичное развитие какого-либо из описанных свойств подойдет под наше определение ясновидения, как способности видеть то, что скрыто от обычного физического зрения. Но эти свойства могут быть развиваемы различными способами, и хорошо будет сказать несколько слов относительно этих способов.

Мы можем предположить, что если бы человек мог во время своей эволюции совершенно изолироваться от всех внешних влияний, кроме самых мягких, и с самого начала развиваться совершенно правильно и нормально, он бы мог, вероятно, так же правильно развить свои чувства. Его физические чувства постепенно стали бы расширяться до тех пор, пока не начали бы отвечать на все физические вибрации не только более плотной материи, но и эфирной: затем в последовательном порядке явилась бы чувствительность к более плотной части астрального плана, а потом к более тонкой его части, пока, наконец, в свое время не пробудилась бы, в свою очередь, деваканическая способность.

Но в действительной жизни такое правильное развитие едва ли когда-либо было возможно, у многих людей бывают случайные проблески астрального сознания без всякого пробуждения эфирного зрения. Эта-то неправильность развития и есть одна из главных причин необыкновенной склонности человека ошибаться в деле ясновидения, склонности, которой можно избежать, только пройдя долгий курс тщательного обучения у знающего Учителя. Все изучающие теософическую литературу хорошо знают, что таких Учителей можно найти, что даже и в наш материалистический век остается в силе старое изречение: «Когда ученик готов, готов и Учитель», или «Если ученик

способен войти в зал учения, он всегда найдет там Учителя». Они хорошо знают также, что только под таким руководством человек может безопасно и уверенно развить дремлющие в нем силы, так как им известно, до какой степени легко неопытному ясновидящему обмануться относительно значения и ценности того, что он видит, или даже совершенно исказить то, что он видел, перенося свое видение в физическое сознание.

Но не следует думать, что даже у ученика, получающего правильные наставления относительно пользования своими оккультными силами, силы эти будут раскрываться именно в том правильном порядке, о котором упоминалось выше, как о возможном идеале. Если, например, его предшествовавшее развитие было совсем иное, это могло бы и не явиться для него наиболее легким и желательным путем. Но, во всяком случае, ученик находится в руках того, у кого есть все данные, чтобы быть его руководителем в духовном развитии, и он вполне удовлетворен тем, что путь по которому его направляют, будет для него наилучшим путем.

У ученика есть еще другое огромное преимущество, именно то, что какие бы способности он не приобрел, они находятся вполне в его власти, и он может ими в полной мере и постоянно пользоваться, когда они ему нужны для его теософической работы; между тем как у человека, не проходящего школу обучения, подобные силы часто проявляются частично и случайно и, по-видимому, приходят и уходят как бы по своей, доброй воле. Нам могут справедливо возразить, что если установлено, что способность ясновидения есть одна из сторон оккультного развития человека и, таким образом, как бы признак известного прогресса в этом направлении, то странно, что ею часто обладают первобытные народы или невежественные и некультурные люди нашей расы, люди, которые явно совсем не развиты, с какой бы точки зрения на них не смотреть. Несомненно, это поражает с первого взгляда; но дело в том, что сенситивность дикаря или грубого и вульгарного европейского невежды, в сущности, вовсе не то же самое, что способность его правильно тренированного брата, и достигается иным путем.

Точное и подробное объяснение этой разницы завело бы нас в слишком темные технические подробности, но, быть может, в общих чертах различие это будет понятнее на примере, взятом из нашей области ясновидения, близко соприкасающейся с плотным физическим планом. Эфирный двойник человека очень тесно связан с его нервной системой, и всякое воздействие на одного из них очень быстро отражается на другом. При спорадическом появлении эфирного зрения у дикаря, в Центральной ли Африке или в Западной Европе, замечено, что соответствующее нервное возбуждение лежит всецело в симпатической системе, и что все вместе находится вне контроля человека и есть скорее нечто вроде массивного ощущения, смутно принадлежащего всему эфирному телу, а точнее, определенное восприятие чувств, переданное через специальный орган. В позднейших расах и при более высоком развитии, когда силы человека, главным образом, идут в эволюцию умственных способностей, эта смутная сенситивность обыкновенно исчезает; но еще позднее, когда раскрывается духовный человек, она снова приобретает свою силу ясновидения. Но на этот раз это способность определенная и точная, находящаяся под контролем человеческой воли и действующая через посредство определенного органа чувств, и следует заметить, что всякое симпатическое нервное возбуждение лежит теперь почти исключительно в системе спинного мозга.

Случайные проблески ясновидения бывают иногда и у высококультурного и духовно развитого человека, даже если он, быть может, никогда и не слышал о возможности развития подобной способности. В этом случае подобные проблески обыкновенно указывают на то, что этот человек приближается к той ступени своей эволюции, когда эти силы начнут проявляться естественно, и проявление их должно служить ему новым побудительным стимулом в борьбе за поддержание высокого знамени нравственной чистоты и духовного равновесия, без которых ясновидение является проклятием, а не благословением для своего обладателя.

Между людьми совершенно не восприимчивыми и такими, которые в совершенстве обладают силой ясновидения, есть много переходных ступеней. Одна из них, на которую стоит мимоходом обратить внимание, это та ступень, на которой человек хотя и не имеет способности ясновидения в обычной жизни, но обнаруживает эту способность более или менее совершенно под влиянием внушения (гипнотизма и магнетизма). В этих случаях психическая природа уже сенситивна, но сознание еще не способно функционировать в этом направлении среди разнообразных рассеяний физической жизни.

Для того чтобы пользоваться высшими способностями, которые только едва-едва начинают проявляться, сознание должно быть освобождено с помощью временного устранения внешних чувств в гипнотическом (магнетическом) трансе. Но, конечно, даже и в подобном трансе есть бесчисленные степени ясности, начиная от обыкновенного пациента, который совершенно ничего не воспринимает, до человека, сила зрения которого находится всецело под контролем оператора и может быть направлена, куда он хочет, и заканчивая такими более подвинутыми людьми, сознание которых, едва пробудившись, совершенно ускользает от власти магнетизера и парит в области высшего видения, где его уже нельзя настигнуть.

Следующий шаг на том же пути, это когда нет уже необходимости в таком полном подавлении физических влияний, как при гипнотическом трансе, но способность сверхнормального зрения, которой все еще нет в бодрственном состоянии, начинает действовать, когда тело сковано обыкновенным сном. На этой ступени развития стояли многие пророки и ясновидцы: мы читаем о том, как Бог предупреждал их во сне, или как они в молчаливые ночные часы общались с существами, стоящими гораздо выше их.

Большинство культурных людей высших рас развито до некоторой степени в этом направлении, то есть чувства их астральных тел вполне деятельны и прекрасно могут получать впечатления от предметов и существ соответствующего плана. Но для того, чтобы это имело хотя бы сколько-нибудь полезное значение для их здешней физической жизни, обыкновенно необходимы два новых условия: во-первых, нужно, чтобы «Эго» пробудилось к реальностям астрального плана, разбило бы стену, которую образовали вокруг него собственные его бодрственные мысли, и оглянулось бы вокруг себя, чтобы наблюдать и учиться; и, во-вторых, чтобы сознание сохранялось по возвращении «Эго» в его физическое тело и позволяло бы ему запечатлеть в физическом мозгу воспоминание о том, что оно видело и узнало.

Если первое условие налицо, то второе уже не так важно, раз «Эго», то есть истинный человек, способен пользоваться знаниями, получаемыми на этом плане, хотя бы у него и не было удовлетворения перенести какое-либо

воспоминание о них в свою здешнюю бодрственную жизнь. Ученики часто спрашивают, как эта способность ясновидения впервые проявится в них самих, как они узнают, что достигли ступени, на которой начинают уже брезжить ее первые признаки. Но невозможно дать на это такой ответ, который был бы применим ко всем, так как случаи сильно разнятся между собой. Некоторые люди начинают сразу, как бы внезапно окунувшись в это, и под влиянием какого-нибудь необычного стимула получают способность на один только раз увидеть какое-либо поразительное видение: в подобных случаях, так как опыт уже больше не повторяется, человек, имевший видение, начинает думать, что он был жертвой галлюцинаций. Другие начинают с того, что иногда становятся восприимчивыми к блестящей окраске и к вибрации чело-веческой ауры. Некоторые все чаще и чаще начинают замечать за собой, что они видят и слышат нечто такое, к чему окружающие их слепы и глухи. Есть такие, которые видят лица, пейзажи или цветные облака, проносющиеся перед их глазами в темноте перед сном. И, кажется самый обычный из всех случаев, это когда начинают вспоминать все с большей и большей ясностью виденное и слышанное на других планах во время сна.

Подготовив, таким образом, до некоторой степени нашу почву, мы можем продолжать рассматривать разнообразные явления ясновидения. Они и по характеру, и по степени так сильно различаются между собой, что нелегко остановиться на наиболее удовлетворительной их классификации. Мы могли бы, например, распределить их по роду зрения, которым пользовался ясновидящий, то есть, было ли то зрение деваканическое, астральное или эфирное. Мы могли бы разделить их по отношению к способностям ясновидящего, принимая в соображение: действовало ли это зрение регулярно, находясь под его контролем, или проявлялось случайно и независимо от его воли: могли он проявлять его только под влиянием гипнотизма, или эта помощь не была ему необходима; мог ли он пользоваться своей способностью в бодрственном состоянии физического тела, или же она проявлялась только тогда, когда он временно был разобщен с этим телом во сне или в трансе. Все эти различия имеют значение и, идя дальше, мы должны будем все их принять в соображение, но, быть может, наилучшей классификацией будет классификация, ближе всего подходящая к той, которую принял Синетт.

Поэтому, рассматривая эти явления, мы будем соотносываться с характером зрения больше, чем с планом, на котором это зрение проявляется: таким образом, мы можем сгруппировать примеры ясновидения под следующими заголовками.

1. Простое ясновидение, иначе говоря, простое раскрытие зрения: обладатель такого раскрытого зрения получает возможность видеть астральные и эфирные существа, которые случайно находятся вокруг него, но не может наблюдать ни отдаленные места, ни сцены, принадлежащие какому-нибудь иному времени, кроме настоящего.

2. Ясновидение в пространстве: способность видеть сцены или события, отдаленные от видящего в пространстве, либо слишком далекие для обычного наблюдения, либо скрытые заслоняющими их предметами.

3. Ясновидение во времени, то есть способность видеть предметы или события, отдаленные от видящего во времени, или другими словами, способность глядеть в прошлое и в будущее.

Глава 2

ПРОСТОЕ ЯСНОВИДЕНИЕ: ПОЛНОЕ

Эфирное зрение. Эфирные существа. Новые цвета. Астральное зрение. Насквозность. Аура. Обитатели астрального мира. Непрерывное сознание. Непосредственное познание

Мы определяем простое ясновидение как раскрытие эфирного или астрального зрения, дающее возможность обладателю этого зрения видеть то, что может находиться вокруг него на соответствующем уровне: но этот род ясновидения обыкновенно не сопровождается способностью видеть что-нибудь на большом расстоянии или читать прошедшее и будущее. Конечно, едва ли возможно совсем исключить эти последние способности, потому что область астрального зрения, несомненно, значительно шире, чем область зрения физического, и отрывочные картины прошедшего и будущего могут часто совершенно случайно представиться даже тем ясновидящим, которые не знают, как именно надо их искать: но, тем не менее, есть очень существенная разница между подобными случайными проблесками и определенной способностью проекции зрения в пространство или во время.

Мы находим у сенситивных людей все степени этого рода ясновидения, начиная от смутных впечатлений, едва ли вообще заслуживающих названия зрения, и вплоть до полного обладания эфирным и астральным зрением. Быть может, проще всего будет начать с описания того, что можно видеть при полном развитии способности, так как тогда случаи частичного обладания ею, естественно, займут надлежащие им места.

Обратимся сначала к эфирному зрению. Как уже было сказано, оно заключается просто в чувствительности к большему, чем обыкновенно, ряду физических вибраций: но, тем не менее, перед тем, кто обладает этим зрением, раскрывается многое такое, к чему большинство людей совершенно слепо. Посмотрим, какие перемены вызовет приобретение этой силы во внешнем виде обычных предметов, одушевленных и неодушевленных, и увидим тогда, какие совершенно новые условия оно вводит в нашу жизнь. Но нужно помнить, что то, о чем сейчас будет идти речь, есть результат полного и совершенно сознательного обладания этой способностью, и что большинство примеров, с которыми мы встретимся в действительной жизни, будут далеко отставать в том или другом отношении.

Наиболее разительная перемена во внешнем виде неодушевленных предметов, вызванная приобретением этой способности, состоит в том, что многие из них становятся почти прозрачными, вследствие различия в длине волны некоторых вибраций, к которым человек сделался теперь восприимчивым. Теперь ему очень легко сделать баснословный фокус «видеть сквозь кирпичную стену», так как для его новоприобретенного зрения кирпичная стена теперь не плотнее, чем легкий туман. И он видит все, что происходит в соседней комнате, почти так, как будто бы промежуточной стены нет; он может с точностью описать содержимое запретного ящика или прочесть запечатанное письмо: при небольшой практике он может найти любое место в закрытой книге. Этот последний фокус, вполне легкий для человека, облада-

ющего астральным зрением, представляет значительные трудности для того, кто пользуется зрением эфирным, вследствие того, что в последнем случае на каждую страницу приходится смотреть сквозь те, которые находятся сверху.

Часто спрашивают, всегда ли в таких случаях человек видит с помощью этого сверхнормального зрения или только когда хочет так видеть? Ответ на это следующий: если способность развита в совершенстве, она будет находиться всецело под контролем ясновидящего, и он может пользоваться или ею, или своим обычным зрением — по желанию. Он переходит от одного способа к другому так же легко и естественно, как мы теперь перемещаем фокус нашего зрения, когда поднимаем глаза от книги, чтобы следить за движениями предмета, находящегося вдали. Это как бы направление фокуса сознания на тот или другой аспект наблюдаемого явления, и хотя бы человек очень отчетливо видел тот аспект, на который в это мгновение устремлено его внимание, он всегда будет смутно сознавать также и другой аспект, подобно тому, как направляя фокус нашего зрения на какой-нибудь предмет, который мы держим в руках, мы все же смутно видим противоположную стену комнаты на заднем плане.

Другая любопытная перемена, являющаяся вместе с обладанием эфирным зрением, заключается в том, что твердая земля, по которой человек ходит, становится до некоторой степени прозрачной для него, так что он может видеть на порядочную глубину, вроде того, как мы можем видеть в чистой воде. Это позволяет ему рассмотреть существо, роющееся под землей, различить жилу каменного угля или металла, если они не очень далеко от поверхности и т.д. Пределы эфирного зрения, когда глядят сквозь плотную материю, по-видимому, аналогичны пределам, которые накладываются на нас, когда мы смотрим сквозь воду или туман. Мы не можем видеть дальше известного расстояния, потому что среда, сквозь которую мы смотрим, не вполне прозрачна.

Внешний вид одушевленных предметов тоже значительно изменяется для человека, развившего до такой степени свои зрительные способности. Тела людей и животных для него, в общем, прозрачны, так что он может наблюдать деятельность различных внутренних органов, а иногда даже ставить диагноз их заболеваний.

Расширенное зрение также позволяет ему более или менее ясно видеть различные разряды существ, элементарей и других, тела которых неспособны отражать лучи в пределах обыкновенного видимого спектра. Среди этих существ находятся некоторые из низших духов природы, тела которых состоят из более плотной эфирной материи. К этому классу принадлежат почти все феи, гномы, домовые, о которых сохранилось еще так много рассказов в горах Шотландии и Ирландии и в уединенных загородных местах по всему свету.

Обширное царство духов природы, главным образом, царство астральное, но все же значительная часть его принадлежит к эфирной области физического плана и этот отдел, конечно доступнее для обыкновенных людей, чем другие. И в самом деле, читая обычные волшебные рассказы, очень часто встречаешь определенные указания на то, что мы имеем дело здесь именно с этим классом. Все, изучающие волшебные легенды, вспомнят, как часто там упоминается о некоторых таинственных мазях и зельях, которые дают глазам человека способность видеть обитателей волшебного царства, где бы они ни

встретились. Рассказы об употреблении этих мазей и зелий и о том, что из этого выходило, повторяются постоянно и идут со всех концов мира, так что, наверное, за ними должна скрываться некоторая правда, как за всеми всемирными народными традициями. Одно такое смазывание глаз не может никоим образом раскрыть в человеке его астрального зрения, хотя некоторые мази, если втирать их во все тело, очень помогают астральному телу покинуть физическое в полном сознании — факт, который был известен, по-видимому, и в средние века, как видно из свидетельских показаний, дававшихся во время некоторых процессов ведьм. Но применение этих средств к физическому глазу легко может настолько возбудить его чувствительность, что он делается восприимчивым к некоторым эфирным вибрациям. В этих волшебных сказках часто говорится также о том, как человек, пользовавшийся этим мистическим смазыванием, иногда выдает себя фее, и как эта фея бьет его по глазам или выкалывает их ему, лишая его, таким образом, не только эфирного зрения, но также и зрения более плотного физического плана. Если приобретенное зрение было астральным, подобная мера была бы совершенно бесполезной, потому что никакой вред, нанесенный физическому проводнику, не может подействовать на астральную способность; но если зрение, вызванное мазью, было эфирным, то уничтожение физического глаза уничтожило бы и эфирное зрение, потому что глаз — это механизм, с помощью которого оно действует. Всякий, обладающий зрением, о котором идет речь, может также видеть эфирного двойника человека, но этот последний до такой степени сходен по размеру с физическим человеком, что едва ли привлечет его внимание, разве лишь в том случае, если будет частично отделяться в транс или под каким-нибудь анестезирующим влиянием. После смерти, когда эфирный двойник совершенно отделяется от плотного тела, он виден очень ясно, и человек, обладающий эфирным зрением, проходя по церковному двору или кладбищу, будет часто видеть его над свежими могилами. Присутствуя на спиритическом сеансе, такой человек увидит эфирную материю, исходящую от медиума, и сможет наблюдать, какими различными способами пользуются общающиеся ею существа. Другой факт, который едва ли замедлит обнаружиться, это расширение его восприимчивости к краскам. Он увидит совершенно новые цвета, нимало не похожие на известные нам теперь цвета спектра, и потому, конечно, неизобразимые никакими находящимися в нашем распоряжении словами. Он не только увидит новые предметы, целиком окрашенные в эти новые цвета, но обнаружит также, что и цвета хорошо известных ему предметов меняются, если в них есть какие-нибудь оттенки этих новых красок, смешанных со старыми. Таким образом, две цветные поверхности, которые обычному глазу покажутся совершенно одинаковыми, для его более острого зрения часто будут представлять совершенно различные оттенки.

Мы коснулись некоторых главнейших перемен, которые произойдут в мире человека, когда он приобретет эфирное зрение. И нужно всегда помнить, что в большинстве случаев соответствующая переменна произойдет одновременно во всей его восприимчивости, так что он сможет слышать и, быть может, даже ощущать больше, чем большинство окружающих. Предположим теперь, что в придачу к этому, он получит зрение астрального плана, какие дальнейшие перемены можно будет заметить?

Перемен будет много и очень значительных. Поистине целый новый мир откроется перед его глазами. Отметим вкратце его чудеса в том же порядке, как

раньше, и, прежде всего, посмотрим, как изменится внешний вид неодушевленных предметов. По этому поводу я для начала приведу интересный пример.

Существует вполне определенная разница между зрением эфирным и астральным и, по-видимому, последнее соответствует четвертому измерению. Легче всего понять эту разницу на примере. Если вы посмотрите на человека, пользуясь тем или другим зрением поочередно, вы, например, увидите пуговицы, пришитые сзади к его пальто, в обоих случаях; но, пользуясь эфирным зрением, вы будете смотреть на эти пуговицы сквозь человека, и в каждой пуговице будете видеть сначала ушко, как ближайшее к вам, а затем остальную ее часть; если же вы посмотрите астрально, то вы увидите эту пуговицу не только таким же образом, но и так, точно вы стояли бы позади этого человека.

Или же если вы посмотрите, пользуясь эфирным зрением, на деревянный куб с надписями на всех его сторонах, у вас будет такое впечатление, точно этот куб стеклянный, так что вы можете видеть сквозь него, и вы увидите надпись на противоположной стороне куба задом наперед; надписи же с правой и левой стороны будут не ясны для вас, потому что вы их будете видеть под углом. Но если вы посмотрите на куб астрально, вы увидите все его стороны сразу и все совершенно правильно, так что весь куб вытянут в плоскости перед вами, и так же хорошо вы увидите каждую часть его внутренних сторон и не сквозь другие, но все в упрощенном виде. Направление, с которого вы будете смотреть на куб, иное и лежит под прямым углом ко всем известным вам направлениям. Если вы посмотрите, пользуясь эфирным зрением, на заднюю крышку часов, вы увидите сквозь нее все колесики, а сквозь колесики циферблат, но задом наперед. Если же вы посмотрите на крышку астрально, вы увидите циферблат правильно, и все колесики отдельно, и ничто не будет лежать одно на другом. Здесь перед нами основной тон и главный фактор перемены: человек смотрит на все с абсолютно новой точки зрения, вне всего, что когда-либо представлял себе раньше. Теперь он может уже без всякого труда прочесть любую страницу в закрытой книге, потому что теперь он смотрит на нее не сквозь все другие страницы, лежащие сверху или снизу, но прямо на нее, как будто это единственная видимая страница. Глубина, на которой лежит жила металла или каменного угля, больше уже не служит для него препятствием, потому что теперь он смотрит уже не сквозь землю, лежащую между ним и жилой. Толщина стены или количество стен, находящихся между наблюдателем и объектом наблюдения, могут сильно мешать ясности эфирного зрения: но они же не представляют никаких затруднений для астрального зрения, потому что на астральном плане они не будут находиться между наблюдателем и наблюдаемым. Конечно, это звучит как нечто парадоксальное и невозможное, и это совершенно нельзя объяснить уму, не тренированному в этом направлении, но, тем не менее, это абсолютно верно.

Это переносит нас в самый центр многострадального вопроса о четвертом измерении. Вопрос этот глубоко интересен, но мы не можем на нем долго останавливаться, потому что в нашем распоряжении нет для этого достаточно места.

Хитон заявляет, что он не только может мысленно представить себе некоторые из простейших четырехмерных фигур, но настаивает также на том, что всякий, кто возьмет на себя труд последовать его указаниям, может при настойчивости добиться того же. Я не уверен в том, что эта возможность доступна всякому, как он думает, потому что, как мне кажется, это требует значительной

математической подготовки, но я, во всяком случае, могу засвидетельствовать, что тессаракт или четырехмерный куб, который он описывает, есть реальность, потому что это вполне обычная фигура на астральном плане. Как известно, Е.П.Блаватская, намекая на теорию четвертого измерения, заметила, что это лишь неуклюжий способ постановки идеи о полной проницаемости материи, и В.Т. Стедшел, работая в том же направлении, представил своим читателям это понятие под названием «насквозность». Однако тщательные повторные и подробные исследования, по-видимому, совершенно решительно указывают на то, что это объяснение не охватывает всех фактов: его прекрасно можно применить к эфирному зрению, но только позднейшая и совершенно новая идея о четвертом измерении, изложенная Хинтоном, может объяснить нам постоянно наблюдаемые факты астрального зрения. Поэтому я решаюсь предположить, что когда Е. П. Блаватская написала это, она имела в виду эфирное зрение, а не астральное и что возможность применить эту фразу к другой, более высокой способности, о которой она в ту минуту не думала, не пришла ей в голову.

При последующем изложении нужно иметь в виду обладание этой необычной, почти неопишуемой силой. Благодаря ей, каждая точка любого твердого тела делается вполне доступной взгляду ясновидящего, совершенно так, как каждая точка внутри круга доступна взгляду человека, смотрящего на этот круг сверху.

Но даже и этим далеко не исчерпывается все то, что эта сила дает своему обладателю. Он начинает хорошо видеть не только внутреннюю и наружную сторону каждого предмета, но также и его астральный дубликат. Каждый атом и каждая молекула физической материи имеет соответствующие астральные атомы и молекулы, и составленная из них масса отчетливо видна нашему ясновидящему. Обыкновенно астрал любого предмета отбрасывается несколько за пределы физической его части и, таким образом, металлы, камни и другие предметы являются окруженными астральной аурой. Сразу можно заметить, что даже при изучении неорганической материи человек страшно выигрывает, приобретая это зрение. Он не только видит бывшую прежде совершенно скрытой от него астральную часть каждого предмета, но также видит гораздо больше в физическом строении этого предмета, чем видел раньше, но даже и то, что видимо было ему и раньше, он теперь видит гораздо яснее и правильнее. Сразу можно понять, что его новое зрение гораздо ближе подходит к правильному восприятию, чем физическое зрение. Например, если он посмотрит астрально на стеклянный куб, то стороны этого куба покажутся ему равными, и мы знаем, что так оно и есть; между тем как на физическом плане он видит дальнюю сторону в перспективе, то есть она кажется ему меньше, чем ближняя сторона, а это, разумеется, простая иллюзия, происходящая вследствие его физических ограничений.

Мы еще яснее увидим все преимущества астрального зрения, когда придем во внимание все те новые возможности, которые оно дает при наблюдениях одушевленных предметов. Оно показывает ясновидящему ауру растений и животных и, следовательно, в последнем случае, желания, эмоции и мысли, которые могут быть у этих животных, ясно раскрываются перед его глазами.

Но больше всего ясновидящий оценит значение этой способности при сношениях с человеческими существами и часто сможет оказывать им гораздо более действительную помощь, руководствуясь указаниями, которые она ему дает.

Он будет видеть ауру человека, насколько простирается его астральное тело. И хотя при этом высшая сторона человека все еще останется скрытой от

него, все же он сможет при внимательном наблюдении, на основании того, что ему доступно, изучить очень многое, касающееся этой высшей стороны. Его способность видеть эфирного двойника даст ему большие преимущества при определении любого дефекта или заболевания нервной системы, а по внешнему виду астрального тела он будет иметь возможность судить обо всех эмоциях, страстях, желаниях и склонностях находящегося перед ним человека и даже о многих его мыслях.

Для него человек будет окружен светящимся облаком астральной ауры, сверкающим всевозможными яркими красками и непрестанно изменяющим свой цвет и блеск при каждой вибрации мысли или чувства человека. Он увидит эту ауру, залитую чудным розовым цветом чистой привязанности, розовой голубизной преданности, жесткой, тускло-коричневой окраской себялюбия, ярким багрянцем гнева, страшной угрюмой краснотой чувственности, синевато-серым оттенком страха, черными облаками ненависти и злобы, и многие другие указания, так легко читаемые опытным глазом, увидит он, и никому невозможно будет скрыть от него истинное состояние своих чувств по поводу чего бы то ни было.

Эти разнообразные указания ауры сами по себе представляют глубоко интересный предмет для изучения, но здесь у меня нет места говорить о них подробно. Подробнее они рассматриваются мною в брошюре «Аура», а более обширная работа на эту тему имеется в виду.

В астральной ауре ясновидящий может прочесть временные следы проходящих сквозь нее в данный момент эмоций, и не только это: по расположению и пропорциям красок ауры, когда она находится в состоянии сравнительного покоя, он может судить об общем настроении и характере ее обладателя. Астральное тело постольку выражает человека, поскольку может быть проявлено на том плане, и на основании того, что видно в нем, можно вывести достаточно верные заключения о многом таком, что принадлежит к высшим планам. Когда наш ясновидящий хочет судить о характере данного лица, ему очень помогают мысли этого лица, поскольку они выражаются на астральном плане и, следовательно, входят в круг его наблюдений.

Истинный очаг мысли находится на ментальном или деваканическом плане, и всякая мысль, прежде всего, проявляется там, как вибрация духовного тела. Но, если это будет хоть сколько-нибудь эгоистическая мысль, или, если она будет хоть сколько-нибудь связана с волнением или желанием, она немедленно спустится на астральный план и примет у себя видимую форму астральной материи.

У большинства людей почти всякая мысль подпадает под одну из этих рубрик, так что фактически вся их личность целиком совершенно ясна астральному зрению нашего друга, и астральные тела их, так же, как и мысли и образы, непрерывно излучающиеся из них, будут для него как открытая книга, в которой их характеристики написаны так ясно, что ему очень легко их прочесть. Мы указали на некоторые из перемен во внешнем виде одушевленных и неодушевленных предметов, коша их видит человек, обладающий полным ясновидением астрального плана. Укажем теперь, какие совершенно новые предметы увидит ясновидящий. Он будет сознать теперь гораздо большую полноту природы во всех направлениях, но главным образом его внимание привлекут живые обитатели этого нового мира. В нашем распоряжении сейчас нет места

для подробного их описания. Здесь мы можем просто перечислить только несколько классов из обширного числа астральных жителей.

Ясновидящий будет поражен переменчивыми формами бесконечного потока элементарной сущности, все время волнующейся вокруг него, часто угрожающей ему, но почти всегда отступающей перед определенным усилием воли. Он будет удивляться огромной армии существ, временно вызванных для отдельного существования из этого океана хорошими или дурными мыслями или желаниями человека. Он будет наблюдать многочисленных духов природы за их работой или за их играми, а иногда будет с возрастающей радостью следить за пышным расцветом некоторых существ из прекрасного царства дев, которые приблизительно соответствуют легионам ангелов по христианской терминологии. Но, быть может, еще более острый интерес представят для него человеческие обитатели астрального мира, и он найдет, что их можно разделить на два больших класса: на тех, которых мы называем живыми, и на тех, бесконечно более живых, которых мы так безрассудно и ошибочно называем мертвыми. Среди первых он иногда может встретить кого-нибудь бодрствующего и вполне сознательного, быть может, посланного для того, чтобы принести ему какую-нибудь весть, или внимательно его наблюдающего, чтобы увидеть какие успехи он делает; большинство же живых людей, находящихся вне своих физических тел на астральном плане во время сна, будут проноситься мимо, слишком погруженные в себя и потому совершенно бес-сознательные к тому, что происходит вокруг них.

Перед ним будут толпы недавно умерших, и среди них он найдет все степени сознательности и развития и все оценки характеров, потому что смерть, которая кажется нашему ограниченному зрению такой безусловной переменной, на самом деле ничего не изменяет в самом человеке. На другой день после своей смерти он совершенно такой же, каким был за день до нее, с теми же наклонностями, теми же свойствами, теми же добродетелями и пороками, с той только разницей, что он отбросил прочь свое физическое тело, но потеря этого тела меняет его не больше: чем сбрасывание верхней одежды. Таким образом, среди умерших ученик найдет людей умных и глупых, добросердечных и угрюмых, серьезных и легкомысленных, совершенно так же, как среди живых. Так как он будет в состоянии не только видеть умерших, но и говорить с ними, то он сможет приносить им большую пользу и давать им сведения и указания, крайне для них важные. Многие из них находятся в состоянии полного изумления и растерянности, а иногда и острой тоски, потому что они находят явления нового мира до такой степени непохожими на все детские легенды, на все то, что популярная религия на Западе сообщает относительно этого трансцендентально важного вопроса; и поэтому настоящим другом в нужде явится человек, понимающий этот новый мир и могущий дать разные объяснения.

Человек, в совершенстве владеющий этими способностями, может быть полезен и живым, и умершим еще многими другими способами, но об этой стороне вопроса я уже писал в моей маленькой книжке «Невидимые помощники». Кроме астральных существ, он увидит астральные трупы — тени и оболочки всех степеней разрушения, но об этом мы здесь только упоминаем, так как читатель, желающий познакомиться с этим подробнее, может обратиться к нашему третьему и пятому сборнику.

Другой поразительный результат полного астрального ясновидения состоит в том, что теперь у человека нет уже более перерывов сознания. Ложась

ночью, он предоставляет свое физическое тело отдыху, в котором оно нуждается, а сам отправляется странствовать в гораздо более удобном астральном проводнике. Утром он возвращается к своему физическому телу и снова входит в него, но при этом нисколько не теряет ни сознания, ни воспоминания о том, что было между двумя состояниями. Таким образом, он может жить, так сказать, двойной жизнью, которая вместе с тем сливается в одну, и быть полезным в продолжение всей жизни вместо того, чтобы треть своего существования бесполезно провести в полной бессознательности.

Возможно, что в нем проявится еще одна странная сила (впрочем, полный контроль над ней скорее еще более высокой деваканической способности): он сможет увеличивать по желанию малейшие физические или астральные частицы до любой желаемой величины, как бы с помощью микроскопа, хотя нет такого микроскопа (и едва ли будет), который имел бы хоть тысячную долю этой психической увеличительной силы. Благодаря ей, гипотетические молекулы и атом, постулированные наукой, становятся видимой и живой реальностью для оккультного ученика, внимательно их наблюдая, он находит, что строение их гораздо сложнее, чем думали до сих пор ученые. Эта сила позволяет ему также с живейшим интересом и очень близко наблюдать различные электрические, магнетические и другие эфирные процессы. Если бы некоторые специалисты в этих отраслях науки смогли развить в себе способность видеть те вещи, о которых они с такой легкостью пишут, можно было бы ожидать удивительных и прекрасных открытий.

Это одна из «сиддхи» или описанных в восточных книгах сил, достающихся на долю человеку, который посвящает себя духовному развитию, хотя название, под которым она там упоминается, быть может, не сразу можно узнать. О ней говорится, как о «способностях сделать себя большим или маленьким по желанию», причина этого определения, которое, по-видимому, так странно противоречит факту, заключается в том, что, в сущности, этот фокус делается как раз с помощью того метода, который указан в этих древних книгах. Мир бесконечно малых величин может быть видимым так ясно благодаря употреблению временного зрительного механизма непостижимой тонкости, и таким же путем (или скорее путем противоположным), т.е. с помощью временного сильнейшего увеличения размера употребляемого механизма, становится возможным увеличить широту зрения в физическом смысле, а также, будем надеяться, и в моральном — далеко за те пределы, о каких только наука когда-либо могла мечтать, как о доступных для человека. Таким образом, способность изменять величину, в самом деле, находится в проводнике сознания ученика, а не в чем-либо, находящемся вне его, и старая восточная книга, в конце концов, устанавливает это точнее, чем мы.

Я теперь указал, хотя лишь в очень общих чертах, на то, что тренированный ученик, обладающий полным астральным зрением, может увидеть в том бесконечно более широком мире, куда введет его это зрение. Но я ничего не сказал о той поразительной духовной перемене, которая произойдет в нем вследствие того, что он на опыте будет знать о существовании души, о ее бессмертных переживаниях, о действии законов кармы и о других вещах, исполненных высокого значения. Разницу между самым глубоким умственным убеждением и точным знанием, добытым с помощью непосредственно личного опыта, нужно прочувствовать, для того чтобы оценить.

Глава 3

ПРОСТОЕ ЯСНОВИДЕНИЕ: ЧАСТИЧНОЕ

Временное ясновидение. Призраки. Высший мир.

Опыты нетренированных ясновидящих (а нужно помнить, что к этому классу принадлежат все европейские ясновидящие, за очень немногими исключениями) будут, однако, далеки от тех опытов, на которые я пытался указать, они будут во многом отличаться от них, в степени, в разнообразии, в постоянстве, а главное, в точности.

Иногда, например, у человека бывает ясновидение постоянное, но очень неполное, простирается только, может быть, на один или два разряда наблюдаемых явлений: в нем проявится какой-либо отдельный обрывок высшего зрения, но при этом он, по-видимому, не будет обладать другими силами зрения, которые нормально должны бы сопровождать этот обрывок, или даже предшествовать ему. Например, один из моих лучших друзей всю свою жизнь обладал способностью видеть атомистический эфир и атомистическую астральную материю, распознавать их строение в темноте и при свете, так как они проникают все остальное, а между тем он очень редко видит существа, тела которых из гораздо более заметной низшей эфирной или плотной астральной материи, и, во всяком случае, он, конечно, не способен видеть их постоянно. Просто в нем внезапно начинает проявляться эта специальная способность без понятной причины и без всякую видимого отношения к чему-нибудь другому. Но помимо того, что это доказывает ему существование этих атомистических планов и обнаруживает ему их строение, трудно увидеть, какую специальную пользу приносит это ему в настоящем. Тем не менее, так оно есть, и это — залог большого, указание на дальнейшие способности, все еще ожидающие своего развития.

Существует много подобных случаев; я говорю «подобных» не в смысле обладания этой специальной способностью (это единственный случай, который я знаю), но в смысле развития какой-нибудь одной стороны этого полного и отчетливого ясновидения астрального или эфирного плана. В девяти случаях из десяти, однако, подобному частичному ясновидению будет недоставать также и точности, иначе говоря, человек получит достаточное количество смутных впечатлений и выведет различные заключения по этому поводу, но у него не будет ни точных определений, ни уверенности тренированного человека. Примеры такого рода мы встречаем постоянно, в особенности среди тех, которые объявляют себя опытными профессиональными ясновидящими.

Затем есть еще такие, которые бывают ясновидящими только на время и при известных условиях. Между ними есть различные категории: одни могут по желанию вызывать состояние ясновидения, возобновляя всегда одни и те же условия; у других оно проявляется внезапно, без всякого видимого отношения к окружающему; у третьих эта способность проявляется один или два раза в течение всей жизни.

К первой категории принадлежат те, которые становятся ясновидящими лишь во время гипнотического транса, не находясь же в состоянии транса, неспособны ни видеть, ни слышать ничего сверхнормального. Иногда они могут достигать очень высоких знаний и давать крайне точные указания; в таких случаях это обыкновенно обозначает, что они проходят курс правиль-

ной тренировки, хотя по каким-либо причинам не научились еще освобождаться от свинцовой тяжести земной жизни без посторонней помощи.

К той же самой группе мы можем отнести тех (главным образом, жителей восточных стран), которые на время приобретают ясновидение под влиянием известных напитков или благодаря совершенно известным церемониям. Совершающий церемонии иногда гипнотизирует самого себя повторением одних и тех же действий и в таком состоянии делается до некоторой степени ясновидящим; чаще он просто приводит себя в пассивное состояние, при котором какое-нибудь другое существо может овладеть им и говорить через него; а иногда его церемонии направлены не на то, чтобы воздействовать на самого себя, но на то, чтобы вызвать какое-нибудь астральное существо, которое должно сообщить ему нужные сведения, но последнее относится уже, конечно, к области магии, а не ясновидения.

Напитки и церемонии это методы, которых должен решительно избегать всякий желающий приблизиться к ясновидению с высшей стороны и пользоваться им для своего собственной развития и для помощи другим. Знахари-колдуны центральной Африки и некоторые шаманы — хорошие образчики этого типа.

Те, у которых известные способности ясновидения обнаруживаются лишь случайно и совершенно помимо их желания, часто бывают людьми истеричными или чрезвычайно нервными, и способность эта является у них одним из симптомов болезни. Появление этой способности указывает на то, что физический проводник чрезвычайно ослабел и, таким образом, не представляет уже препятствий для маленьких проблесков эфирного или астрального зрения. Примером людей этой категории может служить человек, который напивается до белой горячки, и в состоянии полного физического разрушения и нечистого психического возбуждения, вызванного губительным действием этой жестокой болезни, начинает видеть некоторых отвратительных элементарей и других существ, которыми он окружил себя за долгое время удовлетворения своей унижительной и животной слабости.

Правда, существуют и другие случаи, когда способности ясновидения проявляется и исчезает без видимого отношения к состоянию физического здоровья, но, по всей вероятности, если бы таких людей можно было бы достаточно внимательно исследовать, обнаружались бы некоторые изменения состояний его эфирного двойника.

Тех, у которых за всю жизнь был лишь один случай ясновидения, очень трудно отнести к какому-либо отдельному классу, так как сопутствующие обстоятельства бывают очень разнообразны. Есть среди них много таких, у которых этот опыт является в такой важный момент жизни, что временное возбуждение способности становится понятным. У других единственным случаем ясновидения бывает появление призрака, чаще всего какого-нибудь друга или родственника, находящегося на краю смерти. Тут могут быть две возможности, и в обеих сильное желание умирающего человека является побудительной силой; либо эта сила могла позволить умирающему материализоваться на минуту; в том случае, конечно, ясновидение не требуется, либо даже, что более вероятно, она могла подействовать через внушение на воспринимающего субъекта и на мгновение притупить его физическую чувствительность, возбудив его высшую сенситивность. Так или иначе, призрак является здесь случайно, и явление не повторяется просто потому, что необходимые для этого условия не повторяются также.

Все же остается еще много неразрешимых единичных случаев, носящих, несомненно, характер ясновидения, хотя вызвавший их повод представляется нам слишком обыкновенным и незначительным. Относительно этих случаев мы можем только строить предположения: здесь руководящие условия, очевидно, находятся не на физическом плане, и отдельное исследование каждого случая необходимо для того, чтобы можно было говорить о его причинах хотя бы с некоторой уверенностью. В некоторых таких случаях кажется, что астральное существо старается сообщить что-то, но может запечатлеть в том, к кому обращается, только какую-нибудь незначительную подробность; вся же полезная и значительная часть того, что оно хотело сказать, не смогла проникнуть в его сознание.

При исследовании явленного ясновидения встречаются все эти различные типы и много других, и почти наверное среди них окажется и несколько случаев простой галлюцинации, которые надо тщательно изъять из списка примеров. Изучающему этот предмет нужно иметь неисчерпаемый запас терпения и упорной настойчивости, но после того, как он будет достаточно долго продвигаться вперед, он начнет, наконец, смутно различать порядок великих законов, по которым движется вся эволюция.

Ему будет легче, если он примет тот порядок, которому мы следовали, то есть, если он, прежде всего, возьмет на себя труд ознакомиться возможно основательнее с действительными фактами, относящимися к тем планам, с которыми имеет дело ясновидение. Если он будет знать, что можно увидеть с помощью астрального или эфирного зрения, и каковы ограничения каждого из них, тогда у него будет, так сказать, мера, к которой он может применять наблюдаемые им случаи. Все примеры частичного ясновидения должны непременно иметь каждый свое место, и если в голове ученика будет очерк всей схемы, ему окажется сравнительно легко, при небольшой практике, классифицировать явления, с которыми ему приходится иметь дело.

Мы до сих пор еще ничего не говорили о свойствах ясновидения деваканического плана, которые еще удивительнее; но и нет необходимости много говорить об этом, потому что в высшей степени невероятно, чтобы исследователь встретил случаи подобного ясновидения у кого-нибудь иного, кроме учеников, тренирующихся соответствующим образом в какой-либо из высших школ оккультизма. Оно открывает перед ними еще новый мир, гораздо более обширный, чем те, которые лежат ниже мира, в котором самый яркий свет и высшая красота, какие только мы можем представить.

Некоторые сведения о чудесных свойствах этого мира, о его невыразимом блаженстве, о тех великих возможностях знания и работы, которые он дает, приведены в 6-м теософическом сборнике, и к нему мы отсылаем изучающих вопрос.

Все, что этот мир может дать, или, по крайней мере, все, что из него может быть воспринято, находится в пределах достижения тренированного ученика; но нетренированный ясновидящий едва ли может случайно прикоснуться к нему. Это бывает иногда в гипнотическом трансе, но случаи эти крайне редки, потому что такое прикосновение к высшим мирам требует почти сверхчеловеческой высоты духовных стремлений и абсолютной чистоты мыслей и намерений со стороны гипнотизера и гипнотизируемого.

К этому типу ясновидения и еще более к тому, которое принадлежит более высокому плану, следующему непосредственно за деваканическим, можно по справедливости применить название духовного зрения, и так как небес-

ный мир, на который он открывает наши глаза, лежит вокруг нас, то можно мимоходом указать на него, говоря о простом ясновидении, хотя, быть может, необходимо будет упомянуть о нем снова, когда мы будем иметь дело с ясновидением в пространстве, к которому мы теперь и перейдем.

Глава 4

ЯСНОВИДЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ: НАМЕРЕННОЕ

Зрение на расстоянии. Астральный телеграф. Психический телескоп. Мыслеобразы. Астральное странствование. Филадельфийский ясновидящий. Другие примеры. Мери Гофф. Майавирупа. Страна человека. Другие планеты.

Мы определили ясновидение в пространстве как способность видеть события или картины, настолько отдаленные от ясновидящего в пространстве, что он не может наблюдать их обычным образом. Примеры этого ясновидения так многочисленны и так разнообразны, что желательна была бы несколько более точная классификация их. Не так важно, какую именно группировку мы примем, лишь бы только она была достаточно широка и смогла бы охватить все представляющиеся нам случаи.

Быть может, удобнее всего будет сгруппировать их в обширные отделы намеренного и ненамеренного ясновидения в пространстве с переходной группой между ними, которую можно назвать полунамеренной, название несколько странное, но я объясню его позднее.

Я начну с определения того, что возможно в этом направлении для вполне тренированного ясновидящего и попытаюсь объяснить, как действует эта способность и каким она подвержена ограничениям. После этого нам будет легче понять многочисленные примеры частичного и нетренированного зрения. Поэтому, прежде всего, рассмотрим намеренное ясновидение.

Из всего уже сказанного об астральном зрении ясно, что каждый, обладающий им во всей полноте, может с помощью его видеть все, что только захочет видеть в этом мире, самые потаенные места открыты его взгляду, и никакие препятствия для него не существуют, благодаря тому, что исходная точка его зрения теперь переменялась, а при способности двигаться в астральном теле он без труда может отправиться куда бы то ни было и видеть все, что угодно, в пределах планеты. Впрочем, мы сейчас увидим, что это возможно для него в широкой степени даже и без необходимости двигаться в астральном теле. Рассмотрим несколько ближе те методы, с помощью которых можно употреблять сверхфизическое зрение для того, чтобы наблюдать события, происходящие на расстоянии. Когда, например, человек, находящийся в Англии, видит в мельчайших подробностях что-нибудь происходящее в этот самый момент в Индии или в Америке, каким образом это делается?

Для объяснения этого явления была предложена очень интересная гипотеза. Указывали, что каждый предмет постоянно отбрасывает во всех направлениях лучи, до некоторой степени похожие на световые лучи, хотя и бесконечно более тонкие, и ясновидение есть не что иное, как способность видеть с помощью этих более тонких лучей. Расстояние в этом случае не будет пре-

градой для зрения и все встречающиеся на пути предметы будут пронцаемы для этих лучей, которые скрещиваются до бесконечности во всех направлениях, не запутываясь совершенно так, как вибрация обыкновенного света.

Хотя это и не вполне точный путь, по которому действует ясновидение, тем не менее, эта теория совершенно правильна в большей части своих предпосылок. Каждый предмет, несомненно, отбрасывает лучи во всех направлениях, и именно этим путем, хотя и на более высоком плане, складывается, по-видимому, хроника Акаши. О ней необходимо будет говорить в следующей главе, поэтому в настоящую минуту мы только упомянем об этом. Явления психометрии тоже зависят от этих излучений, как сейчас будет объяснено.

Но существуют некоторые практические трудности в способе пользования этими эфирными вибрациями (ибо, разумеется, это именно эфирные вибрации) как средой, с помощью которой можно видеть все, что происходит на расстоянии. Находящиеся на пути предметы не вполне прозрачны, и так как действующие лица сцены, которую экспериментатор пробует наблюдать, будут, вероятно, тоже не вполне прозрачны, то очевидно, что из всего этого может возникнуть очень серьезная путаница.

Новое измерение, которое выступит в этом случае, если вместо эфирных вибраций будут действовать астральные, устранил некоторые трудности, но, с другой стороны, ведет с собой новые осложнения. Поэтому, пытаясь понять ясновидение для практических целей, мы можем выбросить из головы эту гипотезу об излучении и прямо обратиться к тем методам зрения на расстоянии, которые действительно находятся в распоряжении ученика. Мы найдем, что их пять, причем четыре из них методы истинного ясновидения, а пятый, собственно, не подходит под эту категорию, но принадлежит к области магии. Обратимся сначала к этому последнему, чтобы покончить с ним.

1. Помощь духа природы. Чтобы пользоваться этим методом, нет необходимости обладать какой-нибудь психической способностью, экспериментатор должен только уметь заставить какого-нибудь обитателя астрального мира разузнать то, что ему нужно. Это может быть сделано с помощью воззвания или вызывания, то есть человек, производящий опыт, молитвами и приношениями убеждает своего астрального помощника оказать ему желаемую помощь, либо же определенными усилиями сильно развитой юли принуждает его оказать эту помощь.

Этим методом широко пользовались на Востоке (где вызывается обыкновенно дух природы) и в старинной Атлантиде, где «темнолицые повелители» пользовались с этой целью некоторыми специализировавшимися и особо злыми искусственными элементами. Подобным же путем иногда получают сведения на современных спиритических сеансах, но в этих случаях вестник, которым пользуются, это чаще всего недавно умершее человеческое существо, более или менее свободно действующее на астральном плане; а иногда даже и здесь это бывает услужливый дух природы, который забавляется, выдавая себя за чьего-нибудь умершего родственника. Во всяком случае, как я сказал уже, этот метод принадлежит к области магии, а вовсе не ясновидения; и о нем здесь упомянуто только для того, чтобы читатель не спутался, пытаясь подвести случаи, относящиеся сюда, под один из следующих заголовков.

2. Астральный ток. Это выражение часто и несколько вольно употребляется в нашей теософической литературе, охватывая порядочное количество

разнообразных явлений и среди других также и то, которое я хочу объяснить. На самом деле ученик, пользующийся этим методом, не столько приводит в движение ток в астральной материи, сколько сооружает в ней нечто вроде временного телефона. Я не могу дать здесь подробное исследование из этой области астральной физики, если бы даже у меня и были необходимые для этого знания. Я скажу лишь, что возможно провести в астральной материи соединительную линию, которая будет действовать, как телеграфная проволока, чтобы передавать вибрации, с помощью которых все, что происходит на другом конце этой линии, может быть видно. Нужно понимать, что такая линия устанавливается не с помощью прямой проекции астральной материи в пространство, но таким воздействием по линии (или скорее по многим линиям) частиц этой материи, которое сделает их способными образовать проводник для вибраций требуемого характера.

За это предварительное дело можно приняться двумя способами: или передавать энергию от частицы к частице, пока не образуется линия, или же воспользоваться силой высшего плана, которая может действовать по всей линии одновременно. Конечно, этот последний метод подразумевает гораздо большее развитие, так как для него нужно знакомство с силами гораздо более высокого порядка и умение ими пользоваться, и человек, который бы мог образовать, таким образом, для себя свою линию, собственно, не нуждается ни в какой линии, так как высшая способность дает ему возможность видеть с большей легкостью и полнотой. Трудно описать даже самое простое астральное действие, хотя очень легко его выполнить. Можно сказать, что по характеру это немного похоже на намагничивание стальной полосы, так как состоит как бы в поляризации с помощью усилия человеческой воли нескольких параллельных линий астральных атомов, идущих от оператора к сцене, которую он хочет наблюдать. Все атомы, затронутые таким образом, держатся все время строго параллельно друг другу своими осями и образуют нечто вроде временной трубки, в которую ясновидящий может смотреть. Этот метод имеет тот недостаток, что телеграфная линия подвержена расстройству или даже уничтожению со стороны всякого достаточно сильного астрального тока, который случайно пересекает ей путь; но если первоначальное усилие юли было вполне определено, подобная случайность будет сравнительно редкой.

Отдаленные сцены, которые мы наблюдаем посредством «астрального тока», по внешности похожи несколько на то, что мы видим в телескоп: человеческие фигуры обыкновенно кажутся очень маленькими, как фигуры на очень далеких подмостках, но, несмотря на их уменьшенный размер, они видны так отчетливо, как будто находятся рядом. Иногда этим способом можно не только видеть, что делается, но и слышать то, что говорится: впрочем, в большинстве случаев этого не бывает, потому что мы должны смотреть на это скорее как на проявление новой способности, чем как на неизбежное следствие способности зрения.

Нужно заметить, что в этом случае ясновидящий обыкновенно вовсе не покидает своего физического тела; он не отбрасывает свой астральный проводник или какую-либо часть себя в том направлении, куда смотрит, но просто сооружает для себя астральный телескоп. Следовательно, он до некоторой степени владеет своими физическими силами даже в то время, когда рассматривает отдаленную сцену; например, он обыкновенно может распоряжаться своим голосом и рассказывать о том, что видит, даже в то самое время, когда делает свои наблюдения. Сознание этого человека фактически все еще находится по эту сторону линии.

Но этот факт при всех своих преимуществах имеет и свои ограничения, опять таки сильно напоминающие ограничения человека, пользующегося телескопом на физическом плане. Экспериментатор, например, не может переменить точку наблюдения: его телескоп, так сказать, имеет особое поле зрения, которое не может быть ни увеличено, ни переменено, он смотрит на свою сцену от известного направления и не может внезапно повернуться и посмотреть, какой она будет иметь вид с другой стороны. Если в его распоряжении есть еще достаточное количество энергии, то он может совсем опустить телескоп, которым пользуется, и соорудить совершенно новый, с помощью которого приблизится к предмету своего наблюдения и с другой стороны, но маловероятно, чтобы такая система применялась на практике.

Но нам могут сказать, что самый факт пользования астральным зрением должен дать ему возможность видеть сцену сразу со всех сторон. Так оно и было бы, если бы он пользовался этим зрением нормально, относительно предмета, находящегося достаточно близко от него, так сказать, в пределах его астрального достижения, но на расстоянии сотен или тысяч миль дело меняется. Астральное зрение дает нам преимущество нового измерения, но мы должны еще считаться с положением в этом измерении и, естественно, это сильный фактор, ограничивающий пользование силами своего плана. Наше обычное трехмерное зрение дает нам возможность видеть одновременно каждую точку внутри двумерной фигуры, как, например, квадрата, но с условием, чтобы квадрат находился на не слишком далеком расстоянии от нашего глаза; одно добавочное измерение само по себе очень мало поможет человеку, находящемуся в Лондоне, в его попытке рассмотреть квадрат находящийся в Калькутте.

Астральное зрение, когда оно связано направлением по созданной трубке, очень ограничено, так же, как и физическое зрение было бы ограничено при подобных же обстоятельствах. Но тому, кто обладает им вполне, оно все же продолжает показывать даже на расстоянии ауру, а, следовательно, и чувства и большую часть мыслей наблюдаемых людей.

Есть много людей, для которых такого рода ясновидение очень облегчается, если у них есть под рукой какой-нибудь физический предмет, которым можно воспользоваться как исходной точкой для астральной трубки и удобным фокусом сосредоточения силы воли. Хрустальный шар — самый обычный и действительный фокус такого рода, так как у него есть еще и то преимущество, что он сам по себе обладает свойствами, возбуждающими психические способности. Но употребляются также и другие предметы, о которых нам придется упомянуть подробнее, когда мы будем рассматривать полунамеренное ясновидение.

По поводу этой формы ясновидения (с помощью астрального тока), а также других, мы должны заметить, что есть такие психики, которые могут пользоваться этим методом только под влиянием внушения. Здесь перед нами та особенность, что среди таких психиков две разновидности: или человек, освобожденный таким образом, оказывается в состоянии сам себе сделать телескоп; или же магнетизер сам делает телескоп, а субъект просто получает возможность видеть в него. В этом последнем случае, очевидно, у субъекта нет достаточной силы воли, чтобы самому образовать трубку, а оператор, хотя и обладает необходимой силой воли, не ясновидящий, иначе он сам бы мог смотреть в свою трубку, не нуждаясь в помощи.

Иногда, хотя и редко, образовавшаяся трубка обладает еще одним свойством телескопа — увеличивать предметы, на которые она направлена, до тех пор, пока не начинает казаться, что они натуральной величины. Конечно, предметы всегда должны быть увеличены до некоторой степени или их абсолютно нельзя будет рассмотреть, но обыкновенно их величина ограничена размерами астральной трубки, и все вместе представляет собой просто-напросто маленькую живую картинку.

В тех же редких случаях, когда этим способом человек видит фигуры в натуральную величину, проявляется, вероятно, совершенно новая сила; но нужны тщательные наблюдения для того, чтобы отличить эти случаи от примеров следующей группы.

3. Проекция мыслеобраза. Этот метод ясновидения требует несколько более продвинутого развития, чем предыдущий, так как для него необходимы некоторые силы ментального плана. Все изучающие Теософию знают, что мысль имеет форму, во всяком случае, на своем собственном плане, а в огромном большинстве случаев также и на астральном плане; но, быть может, не так общеизвестно, что если человек будет энергично думать о себе, как о находящемся в любом данном месте, то образ, принятый этой специальной мыслью, будет подобием самого думающего, который и появится в упомянутом месте.

По существу этот мыслеобраз должен состоять из материи, ментального плана, но очень часто он окружает себя также материей астрального плана и, благодаря этому; гораздо ближе подходит к возможности быть видимым. В самом деле, есть много примеров, когда лицо, о котором думали, видело такой мыслеобраз, вероятнее всего, благодаря бессознательному гипнотическому влиянию, исходящему от того, кто думал. Но сознание думающего не заключено в этом мыслеобразе. Посланный от него, он обыкновенно будет совершенно отдельной величиной, нельзя сказать, чтобы совершенно не связанной со своим творцом, но фактически отделенной от него, поскольку дело касается возможности получить через него впечатления.

Этот третий тип ясновидения состоит, стало быть, в способности настолько сохранить связь с новосозданным мыслеобразом и власть над ним, чтобы можно было получить впечатление с его помощью. Впечатления, произведенные на мыслеобраз, будут передаваться думающему не по астральной телеграфной линии, как раньше, но с помощью симпатических вибраций. В идеальном случае ясновидения такого рода выходят почти так, как будто ясновидящий высылает часть своего сознания в мыслеобраз и пользуется им, как чем-то вроде аванпоста, с которого возможно наблюдение. Он видит почти так же хорошо, как бы он мог видеть, если бы сам стоял на месте своего мыслеобраза.

Фигуры, на которые он смотрит, явятся ему в натуральную величину и совсем близко, вместо того чтобы быть маленькими и находиться на расстоянии, как в предыдущем случае, и он сможет изменять точку своего наблюдения, если пожелает это делать. Яснослышание ассоциируется с этим типом ясновидения менее часто, но его характеризует до некоторой степени ментальное восприятие мыслей и намерений наблюдаемых существ.

Так как сознание человека все еще находится в его физическом теле, то оно будет в состоянии (даже во время пользования своей способностью) слушать и говорить, поскольку это не рассеивает его внимания. Как только интенсивность его мысли ослабевает, все видения исчезают, и для того чтобы

они возобновились, приходится строить новый мыслеобраз. Среди нетренированных людей примеры более или менее полного обладания этим родом зрения встречаются, разумеется, реже, чем случаи предыдущего типа, благодаря тому, что здесь требуется большое ментальное развитие и, вообще, самый род действующих здесь сил гораздо тоньше.

4. Странствование в астральном теле. Перед нами совершенно новый вид ясновидения, когда сознание ясновидящего уже не остается в его физическом теле или в тесном соединении с ним, но переносится к той сцене, которую ясновидящий наблюдает. Хотя, без сомнения, для нетренированного ясновидящего этот вид представляет больше опасности, чем любой из методов, описанных выше, тем не менее, это самая удовлетворительная из доступных ему форм ясновидения, потому что та бесконечно более высокая форма, которую мы будем рассматривать ниже, доступна лишь для специально тренированных учеников.

В этом случае тело человека погружено или в сон или в транс, и органы его, следовательно, неспособны действовать, в то время как совершается видение, так что всякое описание виденного и все вопросы относительно дальнейших подробностей должны быть отложены до тех пор, пока странник не вернется из этого плана. С другой стороны, зрение при этом гораздо полнее и совершеннее: человек одинаково хорошо видит и слышит все, что происходит перед ним, и может свободно двигаться, по желанию, в очень широких пределах астрального плана. Он может видеть и на досуге изучать всех других обитателей этого плана, и ему открывается обширный мир духов природы (традиционный волшебный мир представляет собой лишь очень небольшую часть его) и даже некоторых низших дев.

Он обладает также тем огромным преимуществом, что может как бы принимать участие в сценах, происходящих перед его глазами, беседовать по желанию с теми разнообразными астральными существами, от которых можно получить так много любопытных и интересных сведений. Если вдобавок ко всему он научится материализоваться (это ему будет нетрудно, если он уже знает, как за это взяться), то сможет принимать участие в физических событиях и разговорах на расстоянии и показываться, если захочет, отсутствующим друзьям. Кроме того, он, может искать и находить то, что ему нужно.

С помощью методов ясновидения, описанных выше, он для всех своих практических целей только в том случае может найти какое-нибудь лицо или место, если уже ранее был знаком с ним или входил в общение с ним благодаря прикосновению, физически связанному с ним, как в психометрии. Правда, при третьем методе известное движение тоже возможно, но процесс этот неутомителен только для очень коротких расстояний.

Между тем, пользуясь астральным телом, человек может двигаться совершенно свободно и быстро во всех направлениях и способен (например) находить без затруднения любое место, указанное на карте, без всякого предварительного знакомства с этим местом и без всякого предмета для установления связи с ним. Он также легко может высоко подниматься в воздух, чтобы видеть с птичьего полета страну, которую наблюдает, обозревать ее пространства, контуры ее береговых линий или ее общий характер. Положительно, этот метод дает ему во всех отношениях больше власти и свободы, чем все предыдущие.

Хороший пример полного обладания этой силой дает, со слов немецкого писателя Юнга Штиллена, г-жа Кроу. Речь идет об одном ясновидящем, который жил в окрестностях Филадельфии, в Америке.

«Он жил очень уединенно и говорил мало; он был серьезен, благожелателен и благочестив, и ничего нельзя было сказать против него, кроме того, что о нем ходил слух, будто он обладает некоторыми тайнами, которые считались не вполне законными. Много необыкновенных историй рассказывали о нем, и между прочим, следующую:

Жене капитана корабля (муж ее отправился в Европу и в Африку, и она уже давно не получала от него известий), подавленной беспокойством о муже, советовали обратиться к этому человеку. Выслушав ее историю, он извинился, сказав, что покинет ее на минуту, а затем сообщит ей требуемые сведения. Потом он прошел во внутреннюю комнату, а она села и стала ждать, но так как его отсутствия продолжалось дольше, чем она ожидала, то ее взяло нетерпение, и она подумала, что он позабыл о ней, тихонько приблизившись к двери, она посмотрела в щель и, к своему удивлению, увидела, что он лежит на диване неподвижный, как будто мертвый. Она, конечно, не нашла уместным беспокоить его, но дождалась его возвращения. Вернувшись, он сказал ей, что ее муж не мог написать ей по таким-то и таким-то причинам, но что он в настоящее время находится в лондонской кофейной и очень скоро возвратится домой.

Так и случилось: капитан скоро вернулся, и когда жена его узнала, что причины его необычного молчания были как раз те самые, которые приводил тот человек, ей ужасно захотелось удостовериться в правильности остального. Ее желание исполнилось, потому что муж ее, встретившись с магом, сказал, что видел его уже однажды в Лондоне, в кофейной и что он сказал ему о том, как страшно беспокоится о нем жена, на это капитан упомянул о причинах, помешавших ему писать, и прибавил, что находится накануне отплытия в Америку. Он потерял из виду незнакомца в толпе и больше уже ничего не мог узнать о нем».

Конечно, у нас нет возможности узнать, какие были у Юнга Штиллинга доказательства правдивости этой истории, хотя он говорит, что совершенно удовлетворен теми свидетельствами, на основании которых ее рассказывает. Но подобных случаев бывает так много, что нет причин сомневаться в точности именно этого.

Этот ясновидящий, вероятно, или сам в себе развил свою способность или научился в какой-нибудь школе, но не в одной из тех, откуда идет большинство наших теософических сведений, так как в наших школах есть вполне понятное постановление, специально воспрещающее ученикам давать проявление такой силы, которая может быть ясно обнаружена таким путем, чтобы образовывать то, что называется «явлением».

Разумность такого постановления была доказана всем, кто хоть сколько-нибудь знаком с историей нашего общества, теми печальными результатами, которые последовали за очень легким и временным ослаблением этого постановления.

В моей маленькой книжке «Невидимые Помощники» я привел несколько современных случаев почти вполне соответствующих вышеприведенному. О даме, хорошо известной и мне самому, которая часто таким образом является своим друзьям на расстоянии, говорит и Стед Эндью Ланг. Рассказывают о том, как некий м-р Клив, находившийся в Портсмуте, намеренно явился однажды одной молодой леди в Лондоне, чем сильно ее встревожил. Всякий, кто хочет серьезно изучить этот вопрос, найдет сколько угодно подобных примеров.

Подобные намеренные астральные посещения часто бывают доступны людям, ослабленным приближением смерти, но в другое время на это неспо-

собным. Таких примеров существует еще больше. Я приведу извлечение из одного хорошего примера, который дает Эндрю Ланг в своей упомянутой уже книге, и о котором он сам говорит, что «немногие истории имеют такие хорошие доказательства в свою пользу».

«Мария Гофф, жена Джона Гоффа из Рочестера, страдая продолжительной болезнью, переехала в дом своего отца в Вест-Маллинге, находившийся милях в девяти от ее собственного дома.

За день до смерти ей ужасно захотелось увидеть своих двух детей, которых она оставила дома на попечение няни. Но она была слишком больна, чтобы двигаться, и между часом и двумя она впала в транс. Вдова Тэрнер, ухаживающая за нею в ту ночь, рассказывает, что глаза ее были открыты и на что-то устремлены, а челюсть отвисла. Тэрнер приложила ей руку ко рту, но не ощутила никакого дыхания. Она не знала, что с ней — жива ли она или умерла. На следующее утро умирающая женщина сообщила своей матери, что она была со своими детьми, говоря: «Сегодня ночью, во сне, я была с ними». Няня в Рочестере, вдова по фамилии Александер, утверждает, что незадолго до двух часов ночи она увидела полное подобие упомянутой Марии Гофф: она вышла из соседней комнаты (где старший ребенок один лежал в кровати), оставив дверь открытой и постояла у ее кровати около четверти часа, младший ребенок лежал тогда около няни. Глаза Марии Гофф двигались, и рот шевелился, но она ничего не говорила. При этом няня говорит, что часы на мосту пробили два, и сказала: «Во имя Отца и Сына и Святого Духа, кто ты?» Тогда призрак отодвинулся и вышел. Няня накинула одежду и последила за ним, но куда он делся, не знает.

По-видимому, няня была больше напугана исчезновением призрака, чем его присутствием, потому что после этого боялась остаться в доме, и провела остаток ночи, до шести часов прохаживаясь взад и вперед около дома. Когда соседи проснулись, она рассказала им свою историю, но, разумеется, они сказали ей, что все это ей прирезилось. Естественно, что она довольно горячо оспаривала эту мысль, но не могла добиться доверия к себе, пока не пришла из Вест-Маллинга весть о другой части этой истории. Тогда людям пришлось допустить, что в этом кое-что было».

В этой истории следует отметить одно обстоятельство, а именно то, что мать нашла нужным перейти из обычного сна в более глубокие условия транса, чтобы сознательно навестить своих детей. Подобные обстоятельства можно найти во многих рассказах, которыми изобилует литература по этому предмету. Две другие истории совершенно такого же типа, в которых умирающая мать, сильно желающая видеть своих детей, впадает в глубокий сон, посещает их и возвращается, чтобы сообщить о том, что она сделала, приводит д-р Ф.Г. Ли. В одной из них мать, умирающая в Египте, является к своим детям в Торквей, и ее ясно видят среди белого дня все пятеро детей и также их няня, в другой одна дама, квакерша, умирающая в Кокермаузе, являлась при дневном свете своим трем детям в Сизтле и была ими узнана, причем окончание этой истории идентично вышеприведенному. Хотя эти случаи менее популярны, чем случай с Мэри Гофф, но доказательства их достоверности столь же солидны, как одно из свидетельств, полученных почтенным автором трудов, из которых они взяты.

У человека, вполне владеющего этим четвертым типом ясновидения, имеется в распоряжении много преимуществ, помимо тех, о которых уже упоминалось. Он не только может посещать без всяких хлопот и расходов все прекрас-

ные и замечательные места на земле, но если, например, он занимается науками, подумайте, как для него это важно, что он имеет доступ во все библиотеки мира! Что это может значить для человека с научным складом ума, когда он видит, как перед его глазами совершаются процессы тайной химии природы, для философа, когда перед ним неизмерно яснее, чем раньше, раскрываются тайны жизни и смерти? Для него те, которые ушли с этого плана, больше уже не мертвые, но живые и доступные надолго. Для него многие религиозные построения уже дело не веры, а знания. А главное, он может присоединяться к армии невидимых помощников и действительно в широких размерах приносить пользу. Несомненно, ясновидение, даже ограниченное астральным планом, огромный дар для ученика. Конечно, оно тоже имеет свои опасности, особенно для нетренированных: опасность со стороны всевозможных злых существ, которые могут угрожать или вредить всем, потерявшим мужество и не смеющим взглянуть им прямо в лицо; опасность разочарований всякого рода, неправильного понимания и ложного истолкования увиденного, а главное, опасность стать самоуверенным в этом отношении и думать, что не можешь ошибиться. Но кое-какой здравый смысл и небольшой опыт легко предохраняют человека от этого.

5. Странствование в майавирупа. Это просто более высокая и, так сказать, более величавая форма последнего типа. Проводником, которым теперь пользуются, уже не является больше астральное тело: оно заменяется организованной для этого случая материей духовного тела ясновидящего, следовательно, новый проводник принадлежит к ментальному плану, и в нем заложены все возможности чудесного деваканического чувства трансцендентального и неопишемого. Человек, действующий в этом проводнике, покидает свое астральное тело вместе с физическим, если же он хочет по какой-либо причине показаться на астральном плане, он не посылает за своим астральным проводником, но единым действием своей воли материализует такой проводник для своевременной надобности.

Обладание этой силой дает громадные преимущества: способность постигать все величие и всю красоту высшей страны блаженства и пользоваться, даже действуя на астральном плане, гораздо более широким деваканическим чувством, которое открывает перед учеником чудесные перспективы знания и делает невозможной никакую ошибку. Но этот высший подъем возможен только для человека тренированного, потому что вначале, для того чтобы образовать майавирупа, необходима помощь обладающего соответствующей силой Учителя. Прежде чем покончить с вопросом о полном и намеренном ясновидении, следовало бы сказать несколько слов в ответ на один-два вопроса относительно его ограничений, которые всегда возникают перед учениками. Нас часто спрашивают, возможно ли, чтобы ясновидящий нашел любое лицо, с которым он хочет общаться, где бы оно ни находилось, живо оно или умерло?

Ответ на это может быть условно утвердительный. Да, возможно найти любое лицо, если экспериментатор может поставить себя лицом к лицу с этим индивидуумом. Неопределенно погрузиться в пространство, чтобы найти совершенно незнакомого человека среди миллионов, окружающих нас без всякой указующей нити, попытка безнадежная; но, с другой стороны, очень незначительного указания обыкновенно бывает совершенно достаточно. Если ясновидящий знает хоть что-нибудь о человеке, которого он ищет, ему не будет трудно отыскать его, потому что у каждого человека есть то, что может

быть названо его собственной музыкальной струной, которая служит выражением его как целого; она представляет собой, быть может, нечто вроде средней скорости вибраций всех его различных проводников на их соответствующих планах. Если экспериментатор знает, как различить эту струну и ударить по ней, она, вследствие симпатических вибраций, сейчас же привлечет внимание человека, где бы он ни был, и даст немедленный ответ.

Жив ли человек, или недавно умер, это не составляет никакой разницы, и ясновидение пятого типа может сразу найти его даже среди бесчисленных миллионов обитателей девакана, хотя в этом случае сам человек не будет сознавать того, что он находился под наблюдением. Естественно, что ясновидящий, сознательность которого лежит не выше астрального плана, и который поэтому пользуется одним из предыдущих методов ясновидения, совсем не будет в состоянии найти человека на деваканическом плане, но даже и он в конце концов сможет сказать, что искомый человек находится на том плане, вследствие того простого факта, что удар по струне на астральной плоскости не вызывает никакого ответа.

Если искомый человек совершенно неизвестен ищущему, то последнему будет нужно что-нибудь связанное с ними, могущее послужить указанием: фотография, письмо, им написанное, вещь, принадлежавшая ему и пропитанная его личным магнетизмом, любой из этих предметов сделает свое дело в руках опытного ясновидца.

Я опять-таки повторяю: из этого не следует заключать, что ученики, которым было преподано это искусство, могут произвольно устанавливать нечто вроде справочного бюро, с помощью которого можно общаться с отсутствующими или умершими близкими. Весть, посланная с этой стороны такому лицу, может или быть ему передана, или не быть, смотря по обстоятельствам, но если даже она, и была передана, никакой ответ не может быть доставлен так, чтобы передача не имела характера «явления», т.е. чего-то, что может быть обнаружено на физическом плане как магический акт.

Часто поднимается еще другой вопрос: существуют ли для психического зрения какие-нибудь пространственные ограничения? По-видимому, ответ должен быть такой, что границ нет, кроме границ соответствующих планов. Нужно, помнить, что астральный и деваканический планы нашей земли также точно принадлежат ей, как и ее атмосфера, хотя они простираются на значительно более далекое расстояние от нее, даже в нашем трехмерном пространстве, чем физический воздух. Следовательно, переход на другие планеты или подобное наблюдение их не будут возможны ни для какой системы ясновидения, связанной с этими планами. Вполне возможно и легко для человека, который может поднять свою сознательность до буддического плана, перейти на любой планетный круг, принадлежащий к нашей мировой цепи, но это не относится к нашей настоящей теме.

И все же довольно много новых сведений о других планетах может быть получено с помощью вышеописанных методов ясновидения. Возможно сделать свое зрение неизмеримо яснее, если выйти за пределы постоянных волнений земной атмосферы, а также нетрудно научиться развивать крайнюю высокую силу увеличения, так чтобы даже с помощью обычного ясновидения можно было получить много интересных астрономических знаний. Но, насколько дело касается земли и того, что ее непосредственно окружает, ограничений нет.

Глава 5

ЯСНОВИДЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ: ПОЛУНАМЕРЕННОЕ

Глядение в кристалл. Самогипноз.

Под этим несколько странным названием я соединяю все те случаи, когда люди делают определенные попытки увидеть что-нибудь, но не имеют никакого представления о том, что это будет, а также не могут распоряжаться своим зрением, когда видения начались, это какие-то психические Микоберы, которые ставят себя в такие условия, в которых возможно восприятие, а затем просто ждут, что произойдет.

Многие транс-медиумы подойдут под это название: они или сами себя гипнотизируют как-нибудь, или же их гипнотизирует какой-нибудь «дух-руководитель», и тогда они начинают описывать сцены и людей, которые случайно мелькают перед ними. Иногда же при таких условиях они видят то, что происходит на расстоянии и, таким образом, получают место среди наших «ясновидящих в пространстве».

Но самый многочисленный и наиболее распространенный класс этих полунамеренных ясновидящих — различные кристаллосозерцатели, те, которые, как определяет Эндрю Ланг, «пристально глядят в хрустальный шар, в чашку, в зеркало, в каплю чернил (Египет и Индия), в каплю крови (Маори в Новой Зеландии), в сосуд с водкой (краснокожие индейцы), в пруд (римляне, африканцы), в воду в стеклянной чаше (Фец) или почти во всякую полированную поверхность».

Через две страницы Ланг дает нам очень хороший пример того типа ясновидения, какой чаще всего получается таким путем.

«Я дал стеклянный шар, — говорит он, — одной молодой особе, мисс Бэйли, но она почти никакого успеха с ним не имела и уступила его мисс Лессли, которая увидела широкую, красную, четырехугольную старомодную софу, покрытую кисейным чехлом; совершенно такую же софу она нашла в деревенском доме, который вслед за этим ей пришлось посетить. Брат мисс Бэйли, молодой атлет, стал смеяться над этими опытами и унес шар в свой кабинет; потом он вернулся несколько взволнованный и признался, что у него было видение. Он видел кое-кого, кого знал, под лампой, но он разужнает в течение недели, верно ли он видел или нет. Это было в воскресенье в 5 ч. 30 мин. дня. Во вторник мистер Бэйли был на балу в городе, находящемся в сорока милях от его дома, и встретил некую мисс Престон.

«В воскресенье, — сказал он, — около половины шестого вы сидели под лампой, стоящей на подставке; на вас было платье, которого я еще ни разу не видел, голубая блуза с кружевами на плечах, и вы наливали чай господину в синем, который сидел ко мне спиной, так, что я видел только кончики его усов». «Что вы! Вероятно, шторы были не спущены», — сказала мисс Престон». «Я был в это время в Дэльби, — возразил мистер Бэйли. — И это, несомненно, было так».

Это очень типичный случай глядения в кристалл: картина получилась, как видите, правильная во всех подробностях, но при этом она была совершенно незначительна и, по-видимому, не имела никакого значения ни для

той, ни для другой стороны, кроме того лишь, что послужила для мистера Бэйли доказательством того, что в кристаллосозерцании что-то есть. Видение в кристалле чаще носит романтический характер: появляются люди в иноземных костюмах или красивые, но в общем неизвестные ландшафты.

Каково же разумное объяснение этого рода ясновидения? Как я сказал выше, оно обыкновенно принадлежит к типу «астрального тока», и кристалл, или другой предмет, просто действует как фокус для сосредоточения силы воли ясновидящего и как удобная исходная точка для его астральной трубки. Существуют такие ясновидящие, которые могут своей волей повлиять на то, что они увидят, то есть они умеют наводить свой телескоп, куда хотят; но огромное большинство просто образуют случайную трубку и видят то, что в это время происходит с противоположного конца.

Иногда это бывает какая-нибудь сценка, сравнительно близкая, как в этом случае, который я только что привел; иногда какой-нибудь дальний восточный пейзаж; иногда — отражение какого-нибудь отрывка из Акаша-хроники; иногда фигуры на этих картинах, одетые в античные одежды, и весь феномен нужно отнести к нашей третьей большой категории, к «ясновидению во времени». Картины будущего тоже иногда можно видеть в кристалле, но подробнее об этом мы поговорим позднее.

Я видел ясновидящего, употреблявшего вместо обычной блестящей поверхности тусклую черную, которая у него получалась с помощью щепотки истонченной угля, брошенной в чайное блюдечко. И в самом деле, по-видимому, не имеет большого значения, что именно употребить как фокус; нужно только сказать, что чистый хрусталь имеет несомненное преимущество перед другим веществом, потому что, благодаря особому расположению в нем элементарной сущности, он действует специально возбуждающим образом на психические способности. Но очень возможно, что в тех случаях, когда употребляется маленький сверкающий предмет (как, например, светящаяся точка или капля крови, как у Маори), мы, в сущности, имеем дело просто с явлением самогипноза. У неевропейских народов этот опыт часто предшествует или сопровождается магическими церемониями и воззваниями, и очень возможно, что полученное таким путем зрение бывает иногда зрением какого-нибудь иного существа, весь феномен на самом деле является случаем временной одержимости, а вовсе не ясновидением.

Глава 6

ЯСНОВИДЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ: НЕНАМЕРЕННОЕ

Капитан Ионит. Герцог Орлеанский. Осада Мультана. Маленький опыт Стеда.

Под этим названием мы можем сгруппировать вместе все те случаи, когда какое-нибудь событие, происходящее на расстоянии, делается видимым совершенно неожиданно и без всяких предупреждений. Есть люди, подверженные таким видениям, и есть много других людей, с которыми подобная вещь может случиться лишь один раз в жизни. Видения бывают всех родов и всех степеней полноты и могут быть вызваны разнообразными причинами. Иногда смысл видения очевиден, и дело идет о чем-нибудь очень важном:

иногда же нельзя найти никакого смысла, и увиденные события кажутся совершенно ничтожными.

Иногда эти проблески сверхфизической способности приходят, когда человек находится в бодрственном состоянии, иногда они появляются во время сна в виде живых и повторяющихся сновидений. Зрение, которым пользуются в этом последнем случае, принадлежит обыкновенно к нашему четвертому типу ясновидения в пространстве, потому что спящий человек часто отправляется в своем астральном проводнике к какому-нибудь месту, с которым его тесно связывают привязанности и интересы, и просто наблюдает то, что там происходит. Для первого случая, вероятно, требуется второй тип ясновидения, с помощью астрального тока. Но в этом случае ток или трубка образуются совершенно бессознательно и часто, является автоматическим результатом мысли или эмоции, отброшенной с того или другого конца, то есть или со стороны видящего, или со стороны лица, которое оно видит.

Проще всего будет привести несколько разнородных примеров с необходимыми пояснениями к ним. Стед сделал обширный и разнообразный подбор новых и хорошо проверенных случаев в своей книге. Я заимствую отсюда некоторые из моих примеров, иногда слегка сокращая их, чтобы выиграть место. В некоторых примерах сразу видно всякому теософу, что исключительный случай ясновидения был специально вызван одним из тех, кого мы называли «невидимыми помощниками», с той целью, чтобы помощь могла быть оказана кому-нибудь, находящемуся в тяжелой нужде. К этому типу, несомненно, принадлежит история, рассказанная капитаном Ионитом из Нана Валлей в Калифорнии д-ру Бушнелль.

«Около шести или семи лет тому назад как-то ночью среди зимы ему приснился сон: он увидел какую-то толпу, по-видимому, эмигрантов, задержанных снегами в горах и погибающих от голода и холода. Он заметил и место, где все это происходило: оно было отмечено спереди огромной перпендикулярной стеной белых каменных скал; он видел, что люди срезали что-то похожее на верхушки деревьев, торчащих из глубоких снежных сугробов: он различал самые лица этих людей и взгляды их, выражавшие отчаяние.

Он проснулся под сильным впечатлением этого сна, который был необычайно ярким и реален. Потом, наконец, он снова заснул и опять увидел тот же самый сон, утром он не мог выкинуть его из головы. Встретившись вскоре после того с одним старым товарищем-охотником, он рассказал ему свой сон и был еще более поражен, когда тот без труда узнал местность, которую он видел во сне. Этот товарищ проходил через ущелье Карсон Валлей и объяснил, что одно место в ущелье вполне соответствует его описанию.

Это заставило нашего прямодушного патриарха принять решение. Он немедленно собрал компанию мужчин с мулами, шерстяными одеялами и всей необходимой провизией, тем временем соседи смеялись над его доверчивостью. «Ничего не значит, сказал он, я могу это сделать и сделаю, потому что в самом деле верю в то, что действительность соответствует моему сну» Спасатели отправились в горы за сто пятьдесят миль прямо к ущелью Карсон Валлей. Здесь они нашли людей именно в том положении, в каком изобразил их сон, и увезли всех оставшихся в живых».

Так как не установлено, чтобы капитана Ионита часто посещали видения, то ясно, что какой-нибудь помощник, увидав отчаянное положение эмигрантов,

рантов, перенес в астральном проводнике ближайшее способное воспринять впечатление, а также в других отношениях подходящее лицо (которым как раз и оказался капитан) на самое место действия и достаточно его возбудил, чтобы сцена твердо отпечаталась в его памяти. Или возможно, что помощник образовал для капитана «астральный ток»; но первое предположение вероятнее. Во всяком случае, и мотив, и метод дела достаточно очевидны.

Иногда «астральный ток» может быть пущен сильной эмоциональной мыслью, и это может случиться, даже если думающий не имеет этого намерения в уме. В довольно замечательной истории, которую я хочу привести, мы видим, что цепь была образована постоянной мыслью д-ра Броутон, однако у него, по-видимому, вовсе не было специального желания, чтобы она увидела, что он делал в то время. Здесь действовал именно этот род ясновидения, что видно из неподвижности точки отправления ее зрения, которая, нужно заметить, не была точкой зрения д-ра, симпатически ей передававшаяся (как это могло быть), потому что она видела его спину, не узнавая его.

«Миссис Броутон проснулась раз ночью в 1844 году и разбудила своего мужа, говоря ему, что во Франции что-то случилось. Муж стал уговаривать ее снова заснуть и не тревожить его. Но она уверяла его, что не спала, когда видела то, о чем хотела рассказать ему и что она действительно видела.

Сначала какой-то случай с экипажем; она видела не самый случай, а то, что было его следствием: сломанный экипаж, собравшаяся толпа, какая-то фигура, осторожно поднятая, снесенная в ближайший дом, затем человек, лежащий на кровати, в котором она узнала герцога Орлеанского; друзья, постепенно собирающиеся вокруг кровати, среди них несколько членов французской королевской семьи, королева, потом король; все молча, со слезами, смотрят на очевидно умирающего герцога; тут же доктор (она видела его спину, но не знала, кто он); он стоит, склонившись над герцогом, одной рукой щупая его пульс, в другой руке держа часы. Потом все исчезло, и она больше ничего не видела.

Как только рассвело, она написала в своем дневнике все, что видела. Это было тогда, когда не существовало еще электрического телеграфа, и два дня или больше прошло, прежде чем «Тайме» объявила о смерти герцога Орлеанского. Посетив Париж вскоре после того, она увидела и узнала место происшествия и получила объяснение своего видения: доктор, который ухаживал за умирающим герцогом, был ее старым другом, и в то время как он сидел у кровати, ум его постоянно был занят ею и ее семьей».

Самый обычный пример — когда сильная привязанность создает необходимый ток; возможно, что в подобном случае постоянный поток взаимных мыслей друг о друге непрестанно обращается между обеими сторонами, и какая-нибудь внезапная надобность или ужасная крайность одной из сторон наделяет этот поток временно поляризующей силой, которая необходима для того, чтобы создать астральный телескоп.

«9 сентября 1848 г. при осаде Мультана генерал-майор Р, бывший тогда полковым адъютантом, был очень сильно и опасно ранен; думая, что умирает, он попросил одного из офицеров, бывших с ним, снять кольцо с его пальца и послать его жене, которая в то время находилась на расстоянии 150 миль оттуда в Ферозеноре.

«Ночью, 9 сентября 1848 г., — пишет его жена, я лежала на кровати и дремала, как вдруг я отчетливо увидела моего мужа, которого уносили с поля

тяжело раненого, и услышала его голос: «Снимите это кольцо с моего пальца и пошлите его моей жене». Весь следующий день эта картина и голос не выходили у меня из головы. В свое время я узнала, что генерал Р. был тяжело ранен при осаде Мультана. Однако, он поправился и жив до сих пор. Лишь через некоторое время после осады я услышала от генерала Л., офицера, помогавшего унести моего мужа с поля, что просьба относительно кольца была действительно им выражена совершенно так, как я слышала ее в Ферозеноре в то же самое время».

Затем есть еще обширный класс случайных явлений ясновидения, причины которых нельзя доискаться: они, по-видимому, совершенно незначительны и не имеют никакого видимого отношения к каким-либо событиям, известным ясновидящему. Таковы многие пейзажи, которые некоторые люди видят в момент засыпания. Привожу прекрасный и очень реалистичный рассказ об одном опыте подобного рода из книги В.Т. Стета.

«Я лег в постель, но не мог заснуть. Я закрыл глаза и ждал, когда придет сон; однако вместо сна передо мной возникла вереница удивительных живых картин ясновидения.

В комнате не было огня и было совершенно темно; мои глаза тоже были закрыты. Но, несмотря на темноту, я вдруг заметил, что созерцаю необыкновенно красивую картину. Казалось, я вижу живую миниатюру величиной приблизительно с подвижную сторону волшебного фонаря. Я до сих пор помню эту картину. Это была полоса морского берега. Луна сияла над водой, которая медленно набегала на песок. Прямо впереди меня длинный мол выдавался в море.

С обеих сторон мола неправильные стены возвышались над уровнем моря. На берегу было несколько домов, четырехугольных, грубо сколоченных, совершенно не похожих по своей архитектуре ни на какие другие виденные мною дома. Никто не шевелился, но передо мною было море, сверкание лунного света над струящейся водой, точно я в действительности видел перед собой эту картину, я ясно слышал, как в окно ударили капли дождя, затем внезапно, без всякого видимого повода, сцена изменилась.

Освещенное луной море исчезло, и теперь я глядел прямо внутрь комнаты-читальни. Казалось, что эта комната днем служит классной, вечером читальней. Я помню, что видел одного читающего, который удивительно был похож на Тима Гаррингтона, хотя это был не он; он держал в руках журнал или книгу и смеялся. Это не была картина, это было прямо передо мной.

Казалось, я смотрел на эту сцену в бинокль: я видел игру мускулов, блеск глаз, каждое движение неизвестного человека в неведомом месте, на которое я смотрел. Я видел все это, не открывая моих глаз, да и глазам моим нечего было бы здесь делать. Подобные вещи видят каким-то другим чувством, которое скорее находится внутри головы, чем в глазах.

Это был очень жалкий и ничтожный опыт, но он дал мне возможность лучше понять, как именно ясновидящие делают свои исследования.

Картины ни к чему не относились, они не были вызваны ничем, что я читал, или о чем говорил. Они просто явились передо мной, как будто бы мне дали посмотреть в зрительную трубку на что-то, происходящее где-то в мире. Я заглянул, и все прошло, и после подобный опыт уже не повторялся».

Стед смотрит на это, как на «жалкий ничтожный опыт» и, быть может, на это и можно так смотреть, если сравнивать с более широкими возможностями

ми: однако есть немало учеников, которые были бы очень благодарны, если бы могли рассказать хотя бы и о таком непосредственном личном опыте. Хотя он, может быть, и невелик сам по себе, но он сразу дает видящему нить ко всему, и для человека, видевшего хотя бы столько, ясновидение будет живой действительностью, чего бы никогда не случилось без подобного маленького соприкосновения с невидимым миром.

Картины эти не были простым отражением чужих мыслей, так как они были слишком отчетливы и, кроме того, описание, несомненно, указывает на то, что это были картины, виденные в астральный телескоп, так что либо Стед сам направил ток, либо же (что гораздо вероятнее) какое-нибудь доброе астральное существо привело для него этот ток в движение, и чтобы провести утомительное время бессонницы, показало ему те картины, которые случайно пришлось на противоположный конец трубки

Глава 7

ЯСНОВИДЕНИЕ ВО ВРЕМЕНИ: ПРОШЕДШЕЕ

Акаша-хроника. Рост ауры. Искаженное отражение. Личное уравнение. Четвертое измерение. Интересная книга. Странно, но неопровержимо. Психометрия. Какой вид имеют картины хроника. Прошлые жизни. Определение даты. Воспоминание. Ценность знания. Бессознательная психометрия. Рассказ Цшокке.

Ясновидением во времени, то есть способностью читать прошедшее и будущее, как и всеми другими видами ясновидения, обладают различные люди в очень разнообразных степенях, начиная от тех людей, которые вполне владеют обеими этими способностями, и вплоть до таких, которыми лишь случайно и невольно являются очень несовершенные проблески или отражение событий, принадлежащих иному времени. Человеку последнего типа может представиться, скажем, видение какого-нибудь прошедшего события, но оно будет совершенно искажено: а если даже оно и окажется вполне точным, все же это почти наверное будет отдельная картина, и возможно, что видящий ее человек совершенно не сможет сопоставить ее с тем, что случилось перед тем или после того, или объяснить то необычное, что могло в ней проявиться. Тренированный же ученик может проследить драму, связанную с полученной им картиной, заглянув назад или вперед до любого желательного предела, и отметить одинаково легко и причины, которые привели к ней, и результаты, которые она в свою очередь даст.

Быть может, нам будет легче понять эту несколько более трудную часть нашего исследования, если мы будем рассматривать ее, сделав подразделения, которые напрашиваются сами собой, и обратимся сначала к зрению, обращенному назад, в прошлое, оставив для позднейшего рассмотрения зрение, пронизывающее покровы будущего. В обоих случаях нам следует попытаться понять все, что можем, даже если наш успех в самом лучшем случае будет очень умеренным, благодаря, во-первых, неполноте сведений, которыми обладают в настоящее время наши исследования относительно некоторых пунктов этого вопроса, и, во-вторых, вследствие постоянно напоминающего

о себе недостатка физических слов, которыми можно выразить хотя бы сотую долю того немногого, что мы знаем относительно высших планов и способностей. И так, переходя к подробным видениям из области отдаленного прошлого: как они получаются и к какому плану природы они, в сущности, принадлежат? Ответ на оба эти вопроса лежит в том, что видения эти читаются в Акаша-хронике: но это положение в свою очередь потребует объяснений для многих читателей.

В самом деле, слово это дает несколько неверное обозначение, потому что, хотя хроника, несомненно, читается в Акаша или в материи ментального плана, но на самом деле принадлежит она не к этому плану. Еще хуже другое название — «летопись астрального света», которое иногда употреблялось, потому что эти летописи лежат далеко за пределами астрального плана, а на нем можно получить лишь отрывочные проблески, так сказать, двойного отражения их, как сейчас будет объяснено.

Как многие другие наши теософические термины, слово «Акаша» употреблялось в очень неточном смысле. В некоторых из наших более ранних книг оно служило как синоним астрального света, в других же им пользовались для обозначения всякого рода невидимой материи, от мулапракрити и вплоть до физического эфира. В позднейших книгах употребление его было ограничено: оно обозначало материю ментального плана и в этом смысле о хронике можно говорить, как об Акаша-хронике, потому что, хотя она создается не на ментальном плане, как и не на астральном, однако именно здесь мы в первый раз приходим в соприкосновение с ней и можем делать над ней исследования, заслуживающие доверия.

Вопрос о хронике далеко нелегкий, потому что принадлежит к тому многочисленному ряду вопросов, которые требуют для своего понимания способностей гораздо более высокого порядка, чем те, которые человечество до сих пор развило в себе. Истинное разрешение этой проблемы лежит на планах гораздо более высоких, чем те планы, которые сколько-нибудь доступны нашему познанию в наше время, и всякое наше исследование их летописей должно неизбежно быть очень несовершенного характера, так как мы можем подходить к ним лишь снизу, а не сверху. Поэтому мы можем составить себе о них очень неполное представление, но это не введет нас в заблуждение, если мы не будем принимать те небольшие отрывки, которые единственно нам доступны, за законченное целое. Если мы постараемся, чтобы те понятия, которые мы можем образовать, были бы, по возможности, точными, то нам не придется ничему разучиваться, хотя многое придется дополнять, когда с течением нашего дальнейшего развития мы будем постепенно приобретать высшую мудрость. Нужно понять с самого начала, что вполне охватить наш предмет невозможно на настоящей ступени нашего развития, и что должно возникнуть много таких вопросов, на которые до сих пор нельзя получить точных объяснений, хотя часто можно провести аналогии и указать, в каком направлении должно лежать объяснение.

Постараемся же перенестись мысленно к самому началу той солнечной системы, к которой мы принадлежим. Всем нам известна обычная астрономическая теория, ее происхождение (называемая обыкновенно теорией туманности), по которой она впервые начала существовать в виде гигантской раскаленной туманности, диаметр которой далеко превосходит диаметр ор-

бит даже самых отдаленных от центра планет, затем, по мере того как в течение бесчисленных веков эта огромная сфера постепенно охлаждалась и сжималась, образовалась та система, которую мы знаем.

Оккультная наука принимает эту теорию в ее общих чертах, как правильно изображающую чисто физическую сторону эволюцию нашей системы, но она прибавляет, что если мы ограничим наше внимание одной только этой физической стороной, то будем иметь лишь очень неполное и бессвязное представление о том, что действительно произошло. Для начала она допускает, что предпринимавшее образование системы высшее Существо (которое мы иногда называем Логосом системы), прежде всего, образует в своем сознании законченную идею всей этой системы со всеми ее последовательными цепями миров. Самим актом образования этой идеи Оно вызывает целое к одновременно объективному существованию на плане Своей мысли (план этот, лежит гораздо выше всех тех планов, о которых мы что бы то ни было знаем), и с этого плана постепенно спускаются различные планеты, по мере того как должны перейти в то или иное состояние дальнейшей объективности, предназначенное для каждой из них. Если мы не будем постоянно помнить об этом факте, то есть о том, что истинное существование всей системы начинается с высшего плана, мы всегда будем неправильно истолковывать физическую эволюцию, которая совершается перед нашими глазами на земле.

Но в данной области оккультизм учит нас не только этому. Он не только говорит нам, что вся наша удовлетворительная система с ее высшими и низшими планами, вызвана к существованию Логосом, но также и то, что отношение этой системы к Нему еще теснее, так как она есть часть Его (частичное выражение Его на физическом плане), и что движение и энергия всей системы есть Его энергия, действующая в пределах его ауры. Как бы ни была поразительна эта мысль, она не покажется совершенно непонятной тому, кто хоть сколько-нибудь изучал вопрос об ауре.

Нам известна та идея, что по мере того как человек все больше и больше развивается, его тело причинности (крайняя граница его ауры) заметно вырастает в смысле объема, а также в смысле блеска и чистоты окраски. Многие из нас знают по опыту, что аура ученика, уже достаточно далеко подвинутого на пути, гораздо обширнее, чем аура того, кто только лишь вступил на этот Путь, и еще больше увеличивается она у Адепта. Мы читаем в изотерических восточных писаниях о громадном протяжении ауры Будды; кажется, в одном месте указано, что она доходила до трех миль в окружности, но какова бы ни была ее точная величина, ясно, что здесь перед нами еще одно свидетельство о факте крайне быстрого роста тела причинности, по мере того как человек подвигается на пути. Едва ли может быть сомнение в том, что скорость ее роста сама будет увеличиваться в геометрической прогрессии, так что мы не должны удивляться, если услышим об Адепте, стоящем на еще более высокой ступени, аура которого способна вместить сразу целый мир; а отсюда мы можем постепенно привести наш ум к пониманию того, что может быть такое Высокое Существо, которое в состоянии включить в Себя всю нашу солнечную систему. И мы должны помнить, что как бы грандиозно все это нам ни казалось, все же это только маленькая капля в обширном океане пространства.

Таким образом, относительно Логоса (который заключает в Себе все способности и свойства, какими мы только можем наделить высочайшего, дос-

тупного нашему воображению Бога), оказываются буквально верными некогда сказанные слова, что «от Него, через Него и к Нему все» и «в Нем мы живем, движемся и существуем».

Если же это так, то ясно, что все, что случается в пределах нашей системы, непременно случается в пределах сознания ее Логоса; поэтому мы сразу видим, истинная хроника должна быть Его памятью. Больше того, очевидно, что на каком бы плане эта чудесная память ни существовала, она должна быть гораздо выше всего, что мы знаем, и, следовательно, хроника, которую мы были бы в состоянии прочесть, должна быть лишь отблеском великой доминирующей памяти, отражением в более плотной среде низших планов.

На астральном плане сразу видно, что это именно так, то есть то, с чем мы там имеем дело, есть лишь отражение отражения, да еще крайне несовершенное, потому что те летописи, которые доступны нам, крайне отрывочны и часто очень искажены. Мы знаем, что воду повсеместно считают символом астрального света, и в этом случае символ чрезвычайно подходит. На поверхности спокойной воды мы можем получить отчетливое отражение окружающих предметов совершенно так, как в зеркале, но в лучшем случае это все же лишь, отражение, то есть изображение в двух измерениях трехмерных предметов, следовательно, изображение, отличающееся всеми своими свойствами (кроме цвета) от того, что оно изображает, и вдобавок еще всегда опрокинутое.

Но пусть поверхность воды всколыхнется ветром, что тогда мы увидим? Конечно, опять таки отражение, но оно будет до такой степени изломанное и искаженное, что совершенно не сможет нам служить указанием относительно формы и истинного вида отраженных предметов, наоборот, скорее наведет нас наложный путь. Там и сям на минуту мы случайно получим отчетливое отражение какой-нибудь незначительной подробности картины, единого листика с дерева, например, но потребуются долгая работа и немалое знание естественных законов, чтобы построить что-нибудь, похожее на истинный вид отраженного предмета, складывая вместе такие отдельные фрагменты его образа, если даже таких фрагментов окажется много.

На астральном плане мы никогда не можем иметь ничего, приближающегося к тому, что мы представили себе в виде спокойной поверхности; наоборот, нам все время приходится иметь дело с поверхностью, находящейся в быстром ошеломляющем движении, судите поэтому, как мало там надежды получить ясное и определенное отражение. Вот почему ясновидящий, обладающий только способностью астрального зрения, никогда не может считать точной и совершенной никакую картину прошлого, возникающую перед ним; иногда какая-нибудь часть ее может быть точной и совершенной, но у него нет возможности знать, какая это часть.

Если он находится под руководством знающего учителя, возможно, что ему после долгой и тщательной тренировки будет указано, как отличать верные впечатления от неверных и как строить из искаженных отражений нечто вроде образа отраженного предмета; но обыкновенно задолго до того, как ему удастся одолеть эти трудности, он разовьет в себе деваканическое зрение, которое делает этот труд излишним. Наследующем плане, который мы называем ментальным или деваканическим, мы имеем дело с совершенно другими условиями. Здесь хроника полна и точна, и в чтении ее невозможно ошибиться. Иначе говоря, если бы трое ясновидящих, обладающих силами

деваканического плана, согласились бы между собой исследовать какой-нибудь отрывок летописи, то каждому представилось бы абсолютно одно и то же отражение, и каждый правильно прочтал бы его. Но отсюда не следует, что когда позднее на физическом плане все они сравнят свои заметки, то ответы их будут совершенно совпадать. Хорошо известно, что если три человека, бывших свидетелями какого-нибудь случая здесь, у нас, в физическом мире, примутся после рассказывать об этом случае, их рассказы будут очень отличаться друг от друга, потому что каждый заметит как раз те стороны, которые больше всего подействуют на него, и незаметно для себя сделает из них главные черты события, часто и не подозревая о других сторонах, которые в действительности были гораздо важнее.

Но при наблюдениях на ментальном плане это личное уравнение не может особенно вредить получаемым впечатлениям, потому что каждый наблюдающий видит весь предмет целиком и ему уже невозможно рассматривать частности вне должных пропорций; но этот фактор (за исключением тех случаев, когда дело идет об основательно тренированных и опытных людях) начинает действовать при передаче впечатлений на низшие планы. По самой природе вещей невозможно рассказать на земле о каком-нибудь деваканическом видении или опыте так, чтобы рассказ этот был полным, потому что девять десятых того, что можно увидеть и почувствовать там, совершенно не может быть выражено физическими словами, поэтому можно выразить только часть видимого, и здесь, очевидно, является некоторая возможность выбора той части, которую можно выразить. По этой именно причине в низших теософических исследованиях последних лет было приложено так много усилий к тому, чтобы постоянно сличать и проверять показания ясновидящих, и ничему, основанному на видении одного лишь какого-нибудь лица, не было позволено появиться в наших позднейших книгах.

Но даже тогда, когда возможность ошибки вследствие действия личного уравнения сведена к минимуму при помощи системы тщательной проверки, все-таки остается очень серьезная трудность, которая присуща всякому перенесению впечатлений с высшего плана на низший. Это нечто, аналогичное той трудности, которую испытывает художник, когда пытается изобразить трехмерный пейзаж на плоской поверхности, то есть в двух измерениях. Совершенно подобно тому, как артист должен долго и тщательно развивать глаз и руку, чтобы дать удовлетворительное изображение природы, так и ясновидящий нуждается в долгом и тщательном развитии для того, чтобы точно описать в низшем плане то, что он видит на высшем; и возможность получить правильное описание от лица, не прошедшего этой школы, приблизительно равна возможности получить вполне законченный пейзаж от человека, который никогда не учился рисовать. Нужно также помнить, что самая совершенная картина в действительности бесконечно далеко не воспроизводит сцену, которая на ней изображена, потому что едва ли хоть одна единственная линия или один угол в ней точно такие же, как у того предмета, с которого она списана. Это просто очень искусная попытка с помощью линий и красок на плоской поверхности произвести на одно из наших пяти чувств впечатление, подобное тому, которое получилось бы, если бы на самом деле перед нами находилась изображенная сцена. И иначе как с помощью намеков, понимать которые мы можем исключительно только на основании прежнего опыта,

картина нам не может передать ни шума моря, ни запаха цветов, ни вкуса плодов, ни мягкости или жесткости нарисованной поверхности.

Подобного же рода затруднения, но в еще большей степени, испытывает ясновидящий, когда пытается описать на физическом плане то, что он видел на астральном; и кроме того, эти затруднения еще увеличиваются тем, что вместо того, чтобы просто напоминать умам слушателей о представлениях, с которыми они уже знакомы, как это делает художник, когда изображает людей или животных, поля или деревья, ему приходится пытаться с помощью очень несовершенных средств, имеющихся в его распоряжении, внушить им представления, которые в большинстве случаев для них абсолютно новы. Поэтому не удивительно, что как бы живы и поразительны ни казались его описания слушателям, сам он будет постоянно сознать их полную неудовлетворенность и все время чувствовать, что как бы он ни старался, он не может дать настоящее понятие о том, что он действительно видит. И мы должны помнить, что когда дело идет о передаче на наш план воспоминания, прочитанного в хронике на ментальном плане, эта трудная операция передачи с высшего плана на низший делается не один раз, а два, так как воспоминание переносится через астральный план, лежащий между ментальным и физическим. Даже если исследователь настолько развил в себе деваканические способности, что может пользоваться ими, бодрствуя в своем физическом теле, все же он связан абсолютной невозможностью выразить на физическом языке то, что он видит.

Попробуйте на минуту ясно представить себе то, что называется четвертым измерением, о котором мы говорили выше. Нам легко думать о наших трех измерениях, представить себе в уме длину, ширину и высоту любого предмета, и мы видим, что каждое из этих трех измерений выражается линией, лежащей под прямым углом к обоим линиям других измерений. Идея четвертого измерения допускает возможность провести четвертую линию, которая будет лежать под прямым углом ко всем уже существующим.

Но обычный ум никак не может охватить эту идею, хотя те немногие, которые специально изучали предмет, постепенно пришли к тому, что были в состоянии представить себе одну или две из простейших четырехмерных фигур. И все же никакие слова, употребленные на этом плане, не могут передать чужому уму образы этих фигур, и если какой-нибудь читатель, который не тренировался специально в этом направлении, сделает попытку представить себе в зрелом образе подобную форму, он найдет, что это совершенно невозможно. В самом деле — ясно выразить подобную форму в физических словах все равно, что с точностью описать один какой-нибудь предмет на астральном плане. Если же мы рассматриваем хронику на ментальном плане, перед нами возникают еще новые трудности пятого измерения. Таким образом, невозможность полного объяснения этой хроники очевидна даже для самого поверхностного наблюдения. Мы назвали эту хронику памятью Логоса, но это гораздо большее, чем память в обычном смысле слова. Хоть и невозможно вообразить себе, как эти образы представляются с Его точки зрения, все же мы знаем, что по мере того как мы поднимаемся выше и выше, мы должны приближаться к истинной памяти, мы должны ближе подойти к тому, чтобы видеть так, как Он видит. Вот почему необыкновенно интересен опыт ясновидящего, когда он смотрит на эти летописи, находясь на буддичес-

ком плане — высочайшем, какого может достичь его сознание, даже когда оно не соединено с физическим телом, пока он не дойдет до уровня Архата.

Здесь время и пространство уже больше не ограничивают его: здесь ему уже не нужно, как на ментальном плане, проследить за целым рядом событий, потому что прошедшее, настоящее и будущее одинаково и одновременно предстают перед ним, хотя это звучит для нас здесь бессмысленно. Правда, даже и этот высокий план бесконечно ниже сознания Логоса, но все же из того, что мы видим здесь, совершенно ясно, что для Логоса хроника должна быть чем-то гораздо большим, чем то, что мы называем памятью, потому что все то, что произошло в прошедшем, и все, что произойдет в будущем, происходит в настоящее время перед Его взором совершенно так, как то, что мы называем событиями настоящего времени.

Конечно, это кажется невероятным и глубоко непонятым нашему ограниченному пониманию; и тем не менее, это абсолютно верно. Разумеется, мы не можем ожидать, что на нашей настоящей ступени знания мы поймем, каким образом получается такой поразительный результат, и всякая попытка объяснить это заставит нас только запутаться в туманных словах, которые все же не дадут нам истинного понимания. Все же на ум лишь приходит такая постановка вопроса, которая, быть может, укажет, в каком направлении может лежать объяснение; а все, помогающее нам представить себе, что такое поразительное положение может быть, в конце концов, и не совсем невозможно, - способствует расширению нашего ума.

Помнится, лет тридцать назад я читал любопытную книжку, которая называлась, кажется, «Звезды и Земля». Книжка эта пыталась научно объяснить, каким образом для божественного ума прошедшее и будущее могут существовать одновременно. Доказательства в ней показались мне положительно интересными, и я изложу их вкратце, так как думаю, что в них можно найти намеки в связи с предметом, который нас занимает.

То, что мы видим (будь то книга, которую мы держим в руках, или звезда, находящаяся на расстоянии миллионов миль от нас), мы видим благодаря вибрациям эфира, называемым обыкновенно световыми лучами и направляющимся от видимого нами предмета к нашим глазам. Скорость же распространения этих вибраций так велика (около 180000 миль в секунду), что по отношению к любому предмету в нашем мире мы можем смотреть на эти вибрации, как на мгновенные. Но когда нам приходится иметь дело с междупланетными расстояниями, мы должны принимать в соображение скорость света, так как для того, чтобы пройти эти обширные пространства, нужен заметный период времени. Например, нужно восемь минут с четвертью для того, чтобы свет дошел до нас от солнца, так что когда мы глядим на солнечный шар, мы видим его благодаря лучу света, покинувшему его больше восьми минут тому назад.

Отсюда следует любопытный вывод: световой луч, с помощью которого мы видим солнце, очевидно, может передать нам только то положение дел, которое существовало на этом светиле, когда он отправился в свой путь, и на него нисколько не подействует то, что случится там после того, как он был отослан; так что поистине мы видим солнце не таким, как оно есть, но таким, как оно было восемь минут назад. Иначе говоря, если бы что-нибудь важное совершилось на солнце (например, образование нового солнечного пятна),

астроном, наблюдающий в это время светило в свой телескоп, ничего не будет знать о событии в то время, как оно происходит, так как луч света, несущий эту новость, достигает его лишь больше, чем восемь минут спустя.

Разница оказывается еще более поразительной, когда мы рассматриваем неподвижные звезды, потому что в этом случае расстояние еще значительнее. Например, Полярная звезда так далека от нас, что свету, проходящему с упомянутой уже непостижимой быстротой, нужно немного больше пятидесяти лет для того, чтобы достигнуть нашего глаза; а отсюда следует тот странный, но неизбежный вывод, что мы видим Полярную звезду не такой, какова она в эту минуту, и не там, где она теперь, а такой, какой она была и там, где она была пятьдесят лет тому назад. И если завтра какая-нибудь космическая катастрофа разобьет Полярную звезду вдребезги, мы все еще будем видеть ее мирно сияющей на небе до конца нашей жизни; наши дети достигнут среднего возраста и, в свою очередь, соберут вокруг себя своих детей раньше, чем весть об этом ужасном случае достигнет чьего-нибудь глаза на земле.

Есть еще и другие звезды, которые так далеки, что нужны тысячелетия для того, чтобы свет передался от них к нам, и поэтому наши сведения о них отстают на тысячи лет.

Теперь поведем наше доказательство еще дальше. Предположим, что мы можем поместить человека на расстоянии 186000 миль от земли и при этом снабдить его чудесной способностью видеть на этом расстоянии то, что совершается здесь, так же отчетливо, как если бы он все еще находился рядом с нами. Очевидно, что помещенный таким образом человек будет видеть все через секунду после того, как оно действительно произошло, и таким образом в каждый данный миг он будет видеть то, что случилось секунду тому назад. Удвойте расстояние, и он будет отставать на две секунды и так далее. Отдвиньте его на расстояние солнца (с тем, чтобы он все время сохранял ту же таинственную силу зрения), и он будет смотреть вниз и наблюдать не то, что вы делаете теперь, но то, что вы делали восемь с четвертью минут тому назад. Поместите его на Полярную звезду, и он увидит перед глазами события, происходившие пятьдесят лет тому назад: он будет следить за детскими играми тех, которые в это самое время на самом деле сделались уже пожилыми людьми. Как бы это ни казалось удивительным, все же это буквально и научно верной отрицать этого нельзя.

Книжка продолжала довольно логично доказывать, что так как Бог всемогущ, то он обладает этой удивительной силой зрения, которой мы в виде предложения наделили нашего наблюдателя и так далее, что так как Он всемогущ, то Он может находиться в каждом из упомянутых нами мест, а также на каждой лежащей между ними точке не последовательно, а одновременно. Если признать эти предпосылки, то последует неизбежный вывод, что все когда-либо случившееся с самого начала мира должно в этот самый момент совершаться перед глазами Бога — не только как простое воспоминание об этом, но как действительное совершение, которое Он теперь же может наблюдать. Все это довольно материалистично и лежит на плане чисто физической науки, и поэтому можно быть совершенно уверенным, что память Логоса действует не так; но эта постановка вопроса сделана искусно и неопровержимо, и как я уже сказал, бесполезно, потому что позволяет кинуть взгляд на некоторые возможности, которые иначе могли бы не прийти нам в голову.

Но нас могут спросить, как можно в хаотическом беспорядке этих воспоминаний прошлого найти какую-нибудь определенную картину, когда она нужна? Действительно, нетренированный ясновидящий обыкновенно не может сделать этого без какой-нибудь звена, которое вводит его в общение с тем, что ему нужно. Примером этого служит психометрия, и очень возможно, что наша обычная память есть, в сущности, только другой аспект той же самой идеи. Кажется, как будто есть нечто вроде магнетической связи или сродства между любой частицей материи и страничкой хроники, содержащей ее историю — сродства, которое дает ей возможность действовать, как проводник, между этой страничкой хроники и способностями всякого, кто может ее прочесть.

Например, я привез однажды из Стоунхенджа маленький обломок камня, не больше булавочной головки; когда я положил его в конверт и протянул одной женщине психометру, которая не имела понятия о том, что это такое было, она сразу начала описывать эту чудные руины и их пустынные окрестности, а затем стала очень живо передавать сцены, очевидно, относившиеся к их прошлой истории, доказывая этим, что крошечного обломка достаточно для того, чтобы привести ее в общение с летописями, связанными с тем местом, откуда этот обломок был взят. Сцены, которые встречаются нам в течение нашей жизни, по-видимому, действуют таким же образом на клеточки нашего мозга, как подействовала история Стоунхенджа на эту частичку камня; они устанавливают связь с теми клеточками, с помощью которых наш ум приводится в общение с этой специальной частью прошлого, и поэтому мы «вспоминаем» то, что видели. Даже для тренированного ясновидящего нужно какое-нибудь звено, чтобы дать ему возможность найти воспоминание события, о котором он не имеет никаких предварительных сведений. Представим себе, например, что он хотел бы наблюдать высадку Юлия Цезаря на берегах Англии; у него есть несколько способов подойти к предмету. Если он бывал когда-нибудь в том месте, где это случилось, то ему будет проще всего представить себе это место, а затем углубиться в летописи прошлого, пока он не достигнет желаемого периода. Если он не видел места, он может углубиться в даль времени и дойти до того числа, когда случилось событие, а затем поискать путь для флотилии римских галер. Или он может исследовать хронику римской жизни приблизительно этого периода, где ему нетрудно будет найти такую выдающуюся фигуру, как Цезарь, или, найдя его, проследить за ним во время всех его галльских войн, вплоть до вступления на Британский берег.

Многие часто спрашивают, какой вид имеют эти летописи, кажутся ли они близкими или далекими от глаз, велики или малы в них фигуры, следуют ли картины одна за другой, как в панораме, или переходят одна в другую, как в меняющихся видах и т.д. На это можно лишь ответить, что внешний вид их меняется до некоторой степени в связи с условиями, при которых их видят. На астральном плане отражение является чаще всего в виде простой картины, хотя иногда видимые на ней фигуры движутся: в этом случае перед нами более длительное и более совершенное отражение.

На ментальном плане у них два чрезвычайно различных аспекта. Когда тот, кто находится на этом плане, не думает специально об этих отражениях, они просто образуют задний план для всего происходящего совершенно так, как отражение в трюмо, находящемся в конце комнаты, может образовывать задний план для жизни людей в этой комнате. Нужно всегда помнить, что при

этих условиях они, в сущности, являются простым отражением бесконечной деятельности великого сознания на гораздо более высоком плане и очень напоминают непрерывную смену картин в кинематографе или живой фотографии. Они не переходят друг в друга, как меняющиеся виды, но также нельзя сказать, чтобы это была серия обыкновенных, следующих друг за другом картин: движения отраженных фигур все время продолжают, как будто бы актеры движутся на отдаленной сцене.

Но если тренированный исследователь направит свое специальное внимание на какую-нибудь сцену или захочет вызвать ее перед собой, тогда сразу произойдет необыкновенная перемена, потому что это план мысли, и подумать здесь о чем-нибудь это значит немедленно вызвать перед собой то, о чем подумал. Например, если человек хочет видеть воспроизведение того события, о котором мы уже упоминали (высадка Юлия Цезаря), то сразу окажется, что он не то что смотрит на эту картину, а стоит на берегу среди легионеров, вся сцена происходит вокруг него, и он видит ее совершенно так, как видел бы, если бы стоял здесь во плоти в то осеннее утро 55-го года до Р.Х. Так как то, что он видит, есть лишь отражение, то действующие лица, конечно, совершенно не сознают его присутствие; точно также никакое его усилие ни капельки не может изменить хода их действий; но он может контролировать скорость, с которой вся сцена развертывается перед ним, может сделать так, чтобы события целого года развернулись перед его глазами в один час, может в любую минуту совершенно приостановить движение или рассматривать каждую отдельную сцену, как картину, сколько захочет времени.

На самом деле он наблюдает не только то, что видел бы, если бы стоял здесь в то время во плоти, но гораздо больше того. Он слышит и понимает все, что говорят люди, и он знает все их мысли и побуждения; чрезвычайно интересна одна из многих возможностей, открывающихся перед тем, кто научился читать хронику, это возможность изучать мысли людей давно прошедших веков, мысли пещерных жителей, озерных жителей так же, как и мысли, руководившие могучими цивилизациями Атлантиды, Египта и Халдеи. Легко можно вообразить себе, какие блестящие перспективы открываются перед человеком, который в совершенстве обладает этой способностью. Перед ним захватывающе интересное поле для исторических исследований. Он не только может, если захочет, пересмотреть всю историю, с которой мы знакомы, поправляя при этом расследовании многие ошибки и неправильные идеи, которые вкрались в дошедшие до нас описания событий; он может также, по желанию, проследить всю историю с самого ее начала, наблюдая медленное развитие интеллекта в человеке, сошествие владык племени и рост основанных ими великих цивилизаций. Но его изучение не ограничено одним лишь прогрессом человечества; он видит перед собой, как в музее, все странные животные и растительные формы, которые фигурировали в те дни, когда мир был молод; он может проследить за всеми удивительными геологическими переменами, которые произошли, и наблюдать за ходом великих переворотов, много раз изменявших все лицо земли.

В одном особом случае для читающего хронику возможно даже более тесное симпатическое общение с прошлым. Если во время своих расследований он увидит какую-нибудь сцену, в которой он сам принимал участие в одно из своих предшествующих рождений, он может поступить двояко: или взглянуть

на нее обычным образом, как зритель (но нужно помнить, всегда как зритель, проникновение и симпатия которого совершенны), или еще раз отождествить себя со своей давно умершей личностью и на время снова броситься в эту давно прошедшую жизнь и испытать снова все мысли и чувства, радость и страдания доисторического прошлого. Трудно и вообразить себе те бурные и живые происшествия, через которые он может пройти. И, однако, при всем том он никогда не должен терять сознание своей собственной индивидуальности, он должен сохранить власть вернуться к своей личности данного времени.

Часто спрашивают, каким образом исследователь может точно определить дату какой-либо сцены из далекого прошлого, которую он открывает в хронике. Правда, иногда это бывает очень скучная работа — найти точную дату, но все же обыкновенно это можно сделать, если только стоит тратить на это время и труд. Если перед нами времена греков или римлян, проще всего будет заглянуть в сознание интеллигентного лица из участвующих в сцене и посмотреть, какое в тот момент число, по его мнению. Или исследователь может проследить за тем, как он пишет письмо или другой документ, и заметить пометил ли он его каким-нибудь числом, и если да, то каким именно. Раз римская или греческая дата получена таким образом, то перевести ее на нашу собственную систему хронологии будет делом простого вычисления. Очень часто применяется и другой способ: от той сцены, которую наблюдаешь, можно обратиться к современному ей событию в каком-нибудь большом и современном городе, как, например, в Риме, и заметить, какой монарх царствует в это время, или какие в этом году консулы; и когда это установлено, беглого взгляда в любое хорошее историческое сочинение будет достаточно, чтобы выяснить остальное. Иногда можно найти дату, рассматривая какую-нибудь публичную прокламацию или какой-нибудь юридический документ; что касается тех времен, о которых мы говорим, то эту трудность легко преодолеть.

Однако это далеко не так просто, когда нам приходится иметь дело с гораздо более ранними периодами, например, с событиями из времен древнего Египта, Халдеи или Китая, или еще раньше из времен самой Атлантиды или какой-нибудь из ее многочисленных колоний. Дату все еще можно довольно легко найти в сознании всякого образованного человека, но у нас нет уже никаких средств перевести ее на нашу собственную систему исчисления, так как тот человек ведет свое летоисчисление по зрам, о которых мы ничего не знаем, или по царствованиям королей, история которых затеряна во тьме времен.

Тем не менее, наши методы еще не исчерпаны. Нужно помнить, что исследователь может сделать так, чтобы картины хроники проходили перед ним со скоростью, какую он пожелает — со скоростью целого года в секунду, если он захочет или, может быть, и гораздо быстрее. В древнейшей же истории есть одно или два события, даты которых были уже точно установлены, как, например погружение и исчезновение Посейдониса в 9564 году до Р.Х. Отсюда ясно, что если по общему виду всего окружающего, возможно заключить, что видимая картина находится на измеримом расстоянии от одного из этих событий, то ее можно привести в соотношение с этим событием, быстро пробегая летописи и сосчитывая годы между событиями по мере того, как они проходят.

Но если эти годы будут насчитываться тысячами, как это иногда бывает, то этот способ будет невыносимо утомителен. В этом случае приходится возвращаться назад к астрономическому методу. Вследствие движения, которое

обыкновенно называется прецессией равноденствий, хотя его более точно можно было бы описать как нечто вроде (подчиненного) вращения Земли, угол между экватором и эклиптикой постоянно, хотя и очень медленно, изменяется. Так, после долгих промежутков времени мы находим, что полюс земли обращен уже не к тому же самому месту в видимой сфере неба, или другими словами, наша Полярная звезда не есть, как в настоящее время, в Малой Медведице, но некоторое другое небесное тело, и на основании этого положения полюса Земли, которое легко может быть проверено с помощью тщательных наблюдений ночного неба на рассматриваемой картине, можно без труда вычислить приблизительную дату. При вычислении дат событий, прошедших миллионы лет тому назад в древнейших расах, период (подчиненного) вращения (или прецессии равноденствий) часто берется за единицу: но, разумеется, абсолютная точность обыкновенно не требуется в подобных случаях, и круглые цифры совершенно достаточны для всех практических целей, когда дело приходится иметь с такими отдаленными эпохами.

Но не следует думать, что каждый может научиться правильно читать летописи своих или чужих прошлых жизней без предварительной очень основательной подготовки. Хотя, как было уже замечено, случайные отражения можно получать и на астральном плане, но для того чтобы читать скольконбудь правильно, нужно уметь пользоваться деваканическим чувством. А для того чтобы возможность ошибки довести до минимума, исследователь должен уметь контролировать это чувство, действуя в своем физическом теле. Для приобретения этой способности нужны целые годы непрерывного труда и строгой работы над собой.

Кажется, многие думают, что как только они вступят в Теософическое Общество, так сразу же припомнят, по крайней мере, три или четыре прошлых своих воплощения; и правда, некоторые быстро начинают воображать себе эти воспоминания и объявляют, что в последнем своем воплощении они были Марией Шотландской, Клеопатрой или Юлием Цезарем! Разумеется, такие экстравагантные претензии просто-напросто дискредитируют тех, которые имеют глупость предъявлять их; но, к несчастью, отражаются также, хотя и несправедливо, на репутации Общества, которому эти люди принадлежат, поэтому человек, чувствующий, что в нем накапливается убеждение, будто он был Гомером или Шекспиром, сделает хорошо, если попридержит себя, и прежде чем обнародовать миру эту новость, испытает свой здравый смысл на физическом плане.

Совершенно верно, что некоторые люди во сне видят смутные пролески событий из их прошлых жизней, но понятно, что обыкновенно все это очень отрывочно и малодостоверно. У меня у самого очень давно был опыт подобного рода. В числе моих снов был один, который постоянно повторялся: в этом сне я видел дом с портиком, откуда открывался вид на чудную бухту; дом стоял недалеко от горы, на вершине которой возвышалось изящное здание. Я прекрасно знал этот дом, расположение комнат в нем и вид из двери были мне также хорошо знакомы, как те же подробности в моем доме, где я жил в настоящей своей жизни. В те дни я ничего еще не знал о перевоплощении и частое повторение этого сна казалось мне просто любопытным совпадением, и лишь впоследствии через некоторое время после того, как я вступил в Общество, однажды, когда некто знающий показал мне некоторые картины из моего последнего воплощения, я открыл, что этот упорный сон на самом деле

был частичным воспоминанием, и что дом, который я так хорошо знал, был домом, где я родился больше чем две тысячи лет тому назад.

Но хотя и бывают случаи, когда некоторые ярко запечатлевшиеся картины переходят, таким образом, из одной жизни в другую, тем не менее, нужно большое развитие оккультных способностей, для того чтобы исследователь мог сознательно проследить за рядом воплощений своих собственных или чужих. Нам будет это вполне ясно, если мы вспомним условия задачи, которую нужно решить. Для того чтобы проследить за человеком из этой жизни в жизнь предшествующую, необходимо, прежде всего, уметь видеть все события его настоящей жизни от данного момента назад, вплоть до его рождения: затем исследовать в обратном порядке ступени, по которым «Эго» спустилось к воплощению.

Очевидно, это должно привести нас назад, к условиям «Эго» на его собственном плане, то есть на уровне арупа девакана; отсюда видно, что для успешного выполнения этой задачи исследователь должен уметь, бодрствуя в физическом теле, пользоваться чувством, соответствующим этому высокому уровню, иными словами, сознание его должно лежать в самом перевоплощающемся «Эго», а не в низшей личности. В этом случае, если память «Эго» пробудилась, его собственные прошлые воплощения будут лежать перед ним, как раскрытая книга; он сможет также, если захочет, проследить за другим «Эго» на этом же уровне и проследить за ним через все его деваканические и астральные жизни, пока не дойдет до последней физической смерти этого «Эго» и через нее до его предшествующей жизни.

Только таким путем можно вполне правильно проследить за цепью жизней. Поэтому мы сразу можем отмести сознательных и бессознательных самозванцев, всех тех людей, которые объявляют, что могут сделать очерки чьих-либо прочих воплощений за столько-то шиллингов с человека.

Бесполезно говорить, что истинный оккультист не объявляет о себе никогда, ни при каких случаях не принимает денег за проявление своих сил. Изучающий теософию ученик, желающий открывать ряды воплощений, может научиться этому, конечно, только у обладающего соответствующими знаниями учителя. Правда, некоторые настойчиво уверяют, что человеку достаточно чувствовать себя добрым, благоговейным и «братски настроенным», и тогда вся мудрость веков немедленно изольется на него, но небольшой дозы здравого смысла достаточно, чтобы понять всю нелепость такого утверждения. Как бы ни был ребенок добр, но если он хочет знать таблицу умножения, он должен сесть за работу и выучить ее. И совершенно то же самое надо сделать, чтобы научиться пользоваться духовными способностями. Самые способности, несомненно, будут проявляться по мере того как развивается человек, но научиться пользоваться ими со всею точностью и полнотой можно только при помощи тяжелого труда и неослабных усилий.

Возьмем тех, которые хотят помогать другим, находясь во время сна на астральном плане. Ясно, что чем большими знаниями они будут обладать здесь, тем более ценными будут их заслуги на том более высоком плане. Например, знание языков будет полезным для них, потому что хотя в ментальном плане люди могут общаться непосредственно с помощью передачи мыслей, каков бы ни был язык, на котором они говорят, на астральном плане это не так, и мысль должна быть определенно сформулирована словами для того, чтобы

быть понятой. Поэтому, если вы хотите помогать человеку на этом плане, вы должны иметь какой-нибудь общий язык, с помощью которого вы можете общаться с ним, и, следовательно, чем больше языков вы знаете, тем шире может быть ваша помощь. Положительно, кажется, нет такого рода знания, которое не могло бы пойти на пользу в работе оккультиста.

Всем ученикам очень полезно знать, что оккультизм есть апофеоз здравого смысла и что не всякое являющееся им видение есть непременно картина из Акаша-хроники, и не всякий опыт есть откровение свыше. Гораздо лучше ошибаться в сторону здравого скептицизма, чем в сторону излишнего легковерия, и существует превосходное правило — никогда не искать оккультного объяснения для чего бы то ни было, когда возможно простое и очевидное физическое объяснение. Наш долг стараться всегда поддерживать наше равновесие и никогда не терять власти над собой, но всегда становиться на разумную здравую точку зрения относительно всего того, что может с нами случиться, тогда мы будем лучшими теософами, более мудрыми оккультистами и более полезными помощниками, чем были раньше.

Мы можем найти примеры всех степеней этой способности заглядывать в память природы, начиная от тренированного человека, который сам может по своей воле рассматривать хронику, и вплоть до такого лица, у которого бывают только случайные смутные проблески или даже, может быть, только один такой проблеск. Но даже человек, обладающий этой способностью лишь отчасти и случайно, все же находит, что все это глубоко интересно. Психометр, которому нужен предмет, физически связанный с происшедшим, для того чтобы вызвать к жизни это прошедшее, и кристаллосозерцатель, который может иногда направлять свой менее верный астральный телескоп на какую-нибудь давно прошедшую историческую сцену, оба получают от своей способности величайшее удовольствие, несмотря на то что не всегда могут вполне точно понять, как они достигают своих результатов, и не всегда, и не при всех обстоятельствах могут контролировать свои наблюдения. Во многих случаях низшего проявления этих сил мы находим, что человек владеет ими бессознательно. Многие кристалло-созерцатели наблюдают сцены из прошлого и не могут при этом отличить их от видений настоящего, и многие не сознающие себя психики видят, как перед их глазами непрестанно возникают картины, и при этом даже не сознают, что на самом деле они психометризируют различные находящиеся вокруг них предметы, случайно трогая их или стоя около них.

Интересный образ подобного рода психиков это человек, который может психометризовать только людей, а не неодушевленные предметы, как обыкновенно. В большинстве случаев эта способность обнаруживается неправильно, и подобный психик, встретив кого-нибудь в первый раз, иногда сразу увидит какое-нибудь выдающееся событие из прошлой жизни этого незнакомца, а иногда при подобных же обстоятельствах никакого специального впечатления не получить. Реже мы встречаем таких, которые могут видеть все подробности прошлой жизни всякого встречаемого им лица. Быть может, один из лучших примеров такого типа представляет собой немецкий писатель Цшокке, который описывает в своей автобиографии эту необычайную способность, владевшую им. Он говорит: «Иногда со мной бывало так, что при первой встрече с совершенно незнакомым мне человеком, когда я молча при-

слушивался к его разговору, вся его жизнь вплоть до настоящего момента, со многими подробностями, относящимися к тому или другому отдельному событию этой жизни, доходила до меня, как сон, но явственно: это делалось совершенно помимо моей воли и желания и продолжалось несколько минут.

Долго я был склонен смотреть на эти мимолетные видения, как на обман воображения, тем более что мне виделись одежды и движения действующих лиц, комнаты, обстановка и прочие случайные подробности сцены. Но однажды, находясь в шутиливом расположении духа, я рассказал в своей семье тайную историю швеи, которая только что перед тем вышла из комнаты. Я никогда до того не видел этой особы. А слушатели были удивлены, смеялись и не хотели верить, что я не знал ничего о прошлой жизни этой швеи, так как все, что я говорил, было совершенно верно.

Я был не менее удивлен, найдя, что мои видения соответствовали действительности. Тогда я стал больше обращать внимания на них, и всякий раз, когда это позволяло приличие, я рассказывал тем людям, чьи жизни проходили передо мной, в чем состояли мои видения, для того чтобы получить от них опровержение или подтверждение. И каждый раз следовало подтверждение не без удивления со стороны тех, которые принуждены были давать его.

В один прекрасный день я отправился в Вальдсхут в сопровождении двух молодых песничих, которые живы до сих пор. Был вечер, и усталые от ходьбы, мы зашли в трактир под названием «Виноградный куст». Мы ужинали в многочисленной компании за общим столом; случилось так, что все стали смеяться над странностью и простоватостью швейцарцев, верящих в месмеризм, Лафатерову физиономическую систему и тому подобное. Один из моих спутников, национальная гордость которого была затронута их насмешками, просил меня ответить им что-нибудь, особенно чтобы возразить одному молодому человеку высокомерного вида, который сидел напротив и позволял себе самые неумеренные насмешки.

Случилось так, что только перед тем в моем уме пронеслись события из жизни этого лица. Я обратился к нему с вопросом — ответит ли он мне правдиво и чистосердечно, если я расскажу ему самые секретные случаи его истории, хотя он мне так же мало знаком, как и я ему. Это будет, прибавил я, кое-что получше физиономического искусства Лафатера. Он обещал, что если я скажу правду, он открыто это признает. Тогда я сообщил ему те события, которые я узнал из моих видений, и весь стол услышал о жизни молодого купца, его школьных годах, его грешках и, наконец, об одном небольшом мошенничестве, которое он учинил над денежным ящиком своего хозяина. Я описал необитаемую комнату с белыми стенами, где направо от коричневой двери стоял на столе денежный ящик и т.д. Человек этот, сильно пораженный, признал правильность всех обстоятельств и даже последнего, чего я никак не ожидал».

И, рассказав этот случай, достойный Цшокке спокойно удивляется и спрашивает себя, не была ли, в конце концов, эта его замечательная способность, которую он так часто проявлял, в сущности лишь результатом простого случайного совпадения.

В литературе по этому предмету мы находим сравнительно мало рассказов о людях, обладающих способностью глядеть в прошлое, и поэтому можно было бы предположить, что способность эта встречается гораздо реже, чем способность предвидения. Но я подозреваю, что она просто гораздо реже распознает-

ся. Как я говорил раньше, может очень легко случиться, что человек увидит картину прошлого, но не признает ее за таковую, если в ней случайно нет ничего, что привлекло бы специальное внимание, как например, фигур в латах или в античных костюмах. Предвидение тоже не всегда можно распознать сразу, но когда предвиденные события случаются, то предвидение вспоминается очень живо, так что трудно этого не заметить. И очень возможно, что случайные проблески этих астральных отражений Акаша-хроники встречаются реже, чем мы можем думать, на основании имеющихся об этом сведений.

ГЛАВА 8

ЯСНОВИДЕНИЕ ВО ВРЕМЕНИ: БУДУЩЕЕ

Причины и следствия. Когда возможен выбор направления. Слова д-ра Лоджа. Второе зрение. Страшное видение. Бык и доктор. Сон экономки. Предвиденное убийство. Предупреждение. Спектральные армии. Гора Соутер Фелл. Проказы духов. Духи виселицы.

Мы можем до некоторой степени, хоть и очень неясно, представить себе, что сознанию, достаточно раскрытому, все прошлое может являться одновременно и действенно; но если мы попытаемся представить себе, каким образом и все будущее так же может быть заключено в этом сознании, перед нами встанут еще большие трудности. Если бы мы могли верить в магометанское учение о Кисмете или в кальвинистическую теорию предопределения, тогда понять это нам было бы легче; но так как мы знаем, что и то и другое есть лишь уродливое искажение истины, то мы должны поискать более приемлемой гипотезы.

Конечно, есть такие люди, которые отрицают всякую возможность предвидения, но такое отрицание обнаруживает лишь насколько они невежественны в этой области. Множество вполне проверенных случаев не оставляют места для сомнений в самом факте, но многие из этих случаев таковы, что найти для них разумное объяснение задача далеко не легкая. Нет сомнения в том, что «Эго» обладает некоторой способностью предвидения, и если бы те события, которые человек предвидит, всегда были бы очень значительны, то можно было бы предположить, что какая-то исключительная побудительная причина дает возможность «Эго», в каждом данном случае, отчетливо запечатлеть в сознании своей низшей личности то, что оно видело. Несомненно, таким образом объясняются многие случаи, когда предвидится смерть или большое несчастье, но есть много и таких случаев, для которых такое объяснение, по-видимому, не подходит, так как очень часто предсказанные события бывают крайне бессодержательны и ничтожны.

Иллюстрацией к тому, что я хочу сказать, может послужить известный рассказ, в котором фигурирует распространенное в Шотландии так называемое второе зрение. Человек, не веривший ни во что оккультное, был предупрежден одним ясновидящим, живущим в горах, о приближающейся смерти одного соседа. Пророчество изобиловало подробностями вплоть до полного описания похорон, причем названы были имена четырех лиц, которые должны были поддерживать концы покрывала на похоронной церемонии, а также имена остальных присутствующих. Человек, которому все это было сказано,

посмеялся над всей этой историей и быстро забыл ее. Но смерть соседа в предсказанное время напомнила ему о предуведомлении и он решил изменить во что бы то ни стало хотя часть этого предсказания и самому быть одним из тех, которые будут поддерживать концы покрывала. Ему удалось устроить дело так, как он хотел, но как раз в тот момент, когда похоронная процессия должна была двинуться, он был отозван от своего места по какому-то маленькому делу, которое задержало его на одну или две минуты. Когда он поспешно вернулся, он увидел с изумлением, что процессия тронулась без него и что предсказанное сбылось в точности, так как покров несли как раз те четверо, которые были указаны.

В данном случае ничтожная подробность, ни для кого не имеющая никакого значения, была предсказана за несколько месяцев вперед; и хотя человек делает определенное усилие, чтобы изменить указанное распределение, ему ничего не удастся изменить. Конечно, это очень похоже на предопределение (всего, вплоть до самых мельчайших подробностей), и только рассматривая этот вопрос с точки зрения высших планов, мы находим путь, который дает нам возможность избежать этой теории. Конечно, как я говорил уже по поводу другой стороны вопроса, полное объяснение не дается нам пока, и так оно и должно быть до тех пор, пока мы не будем знать бесконечно больше, чем знаем теперь. Самое большее, на что мы можем надеяться в настоящее время, это указать направление, в котором может лежать объяснение. Как бы то ни было, несомненно, что все, случающееся теперь есть результат причин, действовавших в прошлом, и точно так же все, что случится в будущем, будет результатом уже действующих причин. Даже на нашем физическом плане мы можем рассчитать, что за известными совершенными поступками последуют известные результаты, но наши расчеты постоянно расстраиваются вмешательством факторов, которые мы не в состоянии предусмотреть. Если же мы поднимаем наше сознание на высоту ментального плана, мы можем гораздо дальше взглянуть в результаты наших поступков.

Мы сможем проследить, например, за действием случайного слова не только на того человека, к которому оно было обращено, но через него и на многих других, так что слово это образует все более и более расширяющиеся круги, пока, наконец, не охватит как бы всю страну.

С этого плана мы не только можем видеть полностью результат всякого поступка, но можем видеть также, где и в каком направлении результат других поступков, на вид совершенно не связанных с ним, вступит и совершенно видоизменит ход развития будущих событий. Можно сказать, что результат всех действующих в настоящем причин ясно виден оттуда, что будущее, такое, какое бы оно было, если бы не возникли совершенно новые причины, лежит открытое нашему взору.

Конечно, новые причины возникают потому, что воля человека свободна; но что касается всех обыкновенных людей, то употребление, которое они сделают из своей свободы, может быть вычислено заранее с достаточной точностью. У среднего человека так мало истинной воли, что он в сильной степени является созданием обстоятельств; поступки, совершенные им в прежних жизнях, ставят его в известные окружающие его условия, и влияние на него этих условий играет до такой степени важную роль в истории его жизни, что его будущее направление может быть предсказано почти с математической точностью. С развившимся

человеком дело обстоит иначе: для него главные события тоже подготовлены прошлыми деяниями, но те способы, которыми он позволит этим событиям действовать на себя, те методы, при помощи которых он будет иметь с ними дело и, быть может, восторжествует над ними, все принадлежит только ему, и даже на деваканическом плане их можно предвидеть лишь предположительно.

Если глядеть таким образом на человека сверху, кажется, что его свободная воля проявляется только в известные критические моменты его жизненного пути. Он достигает такой точки своей жизни, откуда перед ним ясно открываются две или три альтернативы: он абсолютно свободен выбрать ту из них, которую пожелает; правда, тот, кто знает его очень хорошо, может быть почти уверенным в том, каков будет этот выбор, но подобное знание со стороны его друга ни в коем случае не может быть названо принудительной силой. Когда он выбрал, он должен пройти через это и принять все последствия. Вступив на какой-нибудь определенный путь, он часто бывает вынужден идти вперед очень долго, прежде чем ему представится случай свернуть с этого пути. Его положение несколько напоминает положение машиниста поезда: подходя к месту, где скрещиваются пути, он может направить свой поезд потому или по другому пути, и таким образом перейти на ту линию, на которую хочет, но когда он перешел на одну из них, он уже вынужден катиться по той линии, которую выбрал, до тех пор, пока не достигнет другого скрещения путей, где снова ему представится возможность выбора.

Если глядеть вниз с высоты ментального плана, то все эти точки новых отправлений буду отчетливо видны, и все результаты каждого выбора будут лежать перед нами, ясные до самых мельчайших подробностей. Неуверенность останется лишь в одном самом важном пункте, то есть в том, какой именно выбор сделает человек. Перед нашими глазами будет начертано не одно, а несколько будущих, но мы не всегда будем в состоянии определить, которое из них материализуется в совершившийся факт. В большинстве случаев возможность выбора будет так велика, что мы, не колеблясь, придем к решению, но случай, который я описал, конечно, теоретически возможен.

И этих знаний достаточно, чтобы верно предсказывать многое, и нам не будет трудно вообразить, что какая-нибудь, гораздо более высокая сила, чем наша, может всегда предвидеть — по какому пути пройдет любой выбор, а следовательно, и предсказывать с абсолютной достоверностью. На буддическом плане не нужен такой выработанный процесс сознательного расчета, потому что, как я уже говорил, прошлое, настоящее и будущее существуют здесь одновременно, чего совершенно нельзя объяснить на нашем плане.

Можно лишь принять этот факт, потому что причина его лежит в свойствах плана, но каким образом здесь действует высшая способность, это, конечно, совершенно непонятно для физического мозга. Однако от времени до времени мы встречаем намеки, которые как будто подводят нас чуть-чуть ближе к туманной возможности понимания. Один из таких намеков дает д-р Оливер Лодж в своем обращении к Британской Ассоциации в Кардифе. Он говорит: «Время есть лишь относительная точка зрения на вещи, вот блестящая и полезная мысль. Мы переходим от явления к явлению с некоторой определенной скоростью, и это субъективное движение вперед мы истолковываем объективным образом, как будто бы события непременно должны двигаться в том же порядке и с той же скоростью. Но, может быть, это только один из способов воспринимать их. События, как прошлые, так и будущие, могут в некотором смысле

существовать всегда, и, быть может, это мы подходим к ним, а не они случаются. Нам может помочь сравнение с путешественником в поезде железной дороги: если бы этот путешественник никогда не мог выйти из вагона и никогда бы не мог изменить скорости движения поезда, он, вероятно, считал бы, что ландшафты должны неизбежно следовать друг за другом, и неспособен был бы постигнуть их одновременного существования.

Таким образом, мы подходим к возможности четырехмерного восприятия времени, неумолимость течения которого, быть может, есть лишь естественное условие нашей ограниченности в настоящем. И если мы поймем эту мысль, что как прошедшее, так и будущее могут действительно существовать, то мы сможем признать, что они должны иметь контролирующее влияние на действия настоящего, и оба вместе могут составить «высший план», или совокупность вещей, которую, кажется мне, мы должны искать в связи с указанием формы или детерминизмом и с действием живых существ, сознательно направленных к определенной и предусмотренной цели.

На самом деле время вовсе не есть четвертое измерение, но если на минуту посмотреть на него с этой точки зрения, то это несколько поможет нам подойти к тому, чего понять нельзя.

Предположим, что мы держим деревянный конус под прямым углом к листу бумаги и медленно пропускаем через бумагу этот конус вершиной вперед. Микроб, живущий на поверхности этого листа и неспособный воспринимать ничего такого, что лежит за пределами этой поверхности, не только никогда не сможет увидеть конус как целое, но не сможет также образовать никакого рода представление о подобном теле. Все, что он увидит, это внезапное появление маленького круга, который постепенно и таинственно будет становиться все больше, пока, наконец, не исчезнет из его мира так же внезапно и непонятно, как и появился на нем.

То, что на самом деле есть лишь ряд разрезов конуса, покажется ему последовательными ступенями в жизни круга, и для него невозможно будет помыслить, что эти последовательные ступени могут быть видимы одновременно. Нам же, конечно, легко, глядя на все это вниз с высоты другого измерения, увидеть, что микроб просто-напросто находится в заблуждении, происходящем от его ограничений, и что конус все время существует как целое. Наше собственное заблуждение относительно прошедшего, настоящего или будущего, быть может, похоже на это и приобретаемая на буддическом плане точка зрения на всякую последовательность событий соответствует возможности видеть конус как целое. Само собой разумеется, что всякая попытка выразить эту мысль заводит нас в целую сеть поразительных парадоксов; но, тем не менее, факт остается фактом, и наступит время, когда все это будет ясно, как день, для нашего понимания.

Когда сознание ученика вполне раскрыто на буддическом плане, тогда для него становится возможным полное предвидение, хотя, вероятно, он не сможет (и даже наверное не сможет) перенести в свою жизнь результаты своего ясновидения во всей полноте и точности. Но все же, разумеется, ему доступна большая сила предвидения, если только он хочет ею пользоваться; и даже тогда, когда он не пользуется ею, у него, в его обыденной жизни, бывают проблески предвидения, и часто он мгновенным интуитивным путем знает как повернутся события, даже раньше, чем они наступили.

Помимо подобного полного предвидения мы находим, как и в предыдущих случаях, что существуют все степени этого типа ясновидения, от случайных, смутных предчувствий, которые не могут быть в точном смысле этого слова быть названы зрением, до частых и вполне законченных случаев второго зрения. Способность, которой дано это несколько неправильное название, чрезвычайно интересна и заслуживает более тщательного и систематического изучения, чем то, какое ей до сих пор посвящалось.

Нам известно, что нередко этой способностью обладают шотландские горцы, хотя нельзя, конечно, сказать, что она принадлежит исключительно им. Случайные примеры ее бывают почти у всех наций, но чаще всего она проявляется у горных жителей и у людей, ведущих уединенный образ жизни. В Англии многие считают ее исключительным достоянием кельтской расы, на самом же деле она встречается во всем мире у народов, занимающих подобное местоположение. Замечено, например, что она очень распространена среди вестфальских крестьян.

Иногда второе зрение заключается в том, что человек видит картину, очень ясно изображающую какое-нибудь событие, которое должно наступить; быть может, еще чаще проблески будущего являются облаченными в какую-нибудь символическую форму. Нужно отметить, что события, которые предвидятся таким образом, обыкновенно бывают неблагоприятны, чаще всего это смерть. Я не помню ни одного случая, чтобы второе зрение показало что-нибудь такое, что не носило бы самого мрачного характера. У этой способности есть мрачный символизм, составляющий ее особое достояние, символизм саванов, блуждающих кладбищенских огней и прочих похоронных ужасов. В некоторых случаях она до некоторой степени зависит от местности, так как было замечено, что жители острова Скай, обладающие этой способностью, часто теряют ее, когда покидают остров хотя бы лишь для того чтобы лишь переехать на материк. Подобный дар иногда бывает наследственным в какой-нибудь семье в течение целых поколений, но это нельзя назвать неизменным законом, потому что часто второе зрение проявляется внезапно у какого-нибудь члена семьи, который до того времени совсем не был подвержен его мрачному влиянию. Я уже приво-дил пример того, как с помощью второго зрения было за несколько месяцев вперед предсказано наступающее событие. Привожу другой, быть может, еще более поразительный пример, в том виде, как он был мне рассказан одним из действующих лиц.

«Мы углубились в чащу и шли вперед уже около часа, но безуспешно, как вдруг Камерон, который случайно шел ближе всех ко мне, внезапно остановился, побледнел как смерть и, указывая прямо перед собой, воскликнул с выражением ужаса: «Смотрите! Смотрите! Милосердный Боже, глядите сюда!» «Где? Что такое?» — закричали мы все разом, бросаясь к нему и, озираясь вокруг, ожидая увидеть тигра, кобру, Бог знает что еще, но уже, наверное, что-нибудь ужасное, если это могло вызвать такое волнение в нашем обыкновенно сдержанном товарище. Но не видно было ни тигра, ни кобры, ничего, кроме Камерона, указывающего с ужасным, диким выражением лица на что-то, чего мы не могли видеть. «Камерон! Камерон!» — воскликнул я, хватая его за руку. — «Ради самого Неба, говорите! В чем дело?» Едва я успел произнести эти слова, как слабый, но очень своеобразный, звук поразил мой слух, и Камерон, опуская свою указывающую руку, с усилием произнес хриплым голосом: «Вот! Вы слышали? Слава Богу, все прошло», — и упал без чувств на землю.

Наступило минутное замешательство; мы расстегивали его воротник, я брызгал ему в лицо водой, которая к счастью была у меня в моей фляжке, кто-то старался влить ему в рот водки, хотя зубы его были крепко стиснуты, и под шум этого волнения я шепнул на ухо человеку, стоявшему рядом со мной (кстати, одному из самых больших наших скептиков): «Бошан! Слыхали ли вы что-нибудь?» «Как же, да! — ответил он, — Любопытный звук, очень любопытный! Что-то вроде треска или грохота, очень далеко, но все же вполне отчетливо, если бы это не было совершенно невозможно, я бы поклялся, что это была ружейная пальба». «Совершенно такое же впечатление и у меня, — прошептал я, — но тише, он приходит в себя!»

Минуты через две он был уже в состоянии говорить, хотя и слабым голосом, и начал благодарить нас за беспокойство, потом он сел, прислонился к дереву и твердым, хотя все еще тихим голосом сказал: «Мои дорогие друзья, я чувствую, что должен вам объяснить свое необыкновенное поведение. Этого разъяснения я бы охотно избежал, но когда-нибудь я должен буду объясниться, а потому все равно, пусть это будет теперь. Может быть, вы заметили, что когда во время нашего путешествия вы все принимали участие в насмешках над снами, предзнаменованиями и привидениями, я неизменно избегал высказывать свое мнение по этому поводу. Я это делал потому, что не желал попасть в смешное положение или поднимать споры, и вместе с тем не мог согласиться с вами, так как по своему собственному страшному опыту слишком хорошо знал, что мир, который люди согласились называть миром сверхъестественным, так же реален (нет, может быть, еще гораздо реальнее!), как этот мир, который мы видим вокруг нас. Другими словами, я, как и многие мои соотечественники, обладаю проклятым даром второго зрения, этой ужасной способностью, рисующей картины несчастий, которые скоро должны наступить. Подобное видение у меня как раз только что было, оно исключительно ужасно, и вы видели, как оно меня поразило. Я увидел перед собой труп человека, умершего не спокойной естественной смертью, но жертвой какого-нибудь ужасного случая: страшная бесформенная масса с лицом вздувшимся, измятым, неузнаваемым. Я видел, что это ужасное тело лежит в гробу и над ним совершается похоронный обряд. Я видел пастора и кладбище, и хотя ни того, ни другого не видел никогда раньше, я прекрасно могу мысленно вызвать их перед глазами. Я видел вас, себя, Бошана, всех нас и многих еще, стоящих вокруг в качестве провожающих покойника. Я видел, как солдаты подняли ружья, когда окончилась служба, я слышал залп из этих ружей и больше не помню ничего. Когда он упомянул об этом ружейном залпе, я с содроганием взглянул на Бошана и никогда не забуду выражения застывшего ужаса на его красном, обыкновенно скептическом лице».

Это лишь один инцидент (и вовсе не самый существенный) в этой замечательной истории психического опыта, но так как в данную минуту нас интересует лишь пример случая второго зрения, который она дает, то я должен лишь сказать, что днем позднее группой молодых офицеров было найдено тело их командира в том ужасном виде, который так верно описал Камерон. Рассказ продолжается: «Когда на следующий день вечером мы прибыли к месту нашего назначения, и с нас сняли показания соответствующие власти, Камерон и я вышли на прогулку, надеясь, что смягчающее влияние приро-

ды хоть немного стряхнет с нас парализовавшее уныние. Внезапно он сжал мою руку и, указывая на какую-то грубо сделанную решетку, сказал дрожащим голосом: «Да! Вот оно! Это кладбище, которое я видел вчера. И когда позднее мы были представлены местному капеллану я заметил (хотя мои друзья и не заметили этого) непреодолимое содрогание, с которым Камерон взял его руку, и я понял, что он узнал пастора своего видения».

Что же касается оккультного объяснения всего этого, то я полагаю, что видение Камерона было чистейшим случаем второго зрения, и если так, то тот факт, что два человека, которые, очевидно, были ближе всех к нему (несомненно, один, а возможно, что и оба прикасались к нему), принимали в этом видении участие в ограниченных пределах, давших им возможность только услышать заключительный залп, в то время как другие, не бывшие так близко, не слышали ничего, обнаруживает, что интенсивность, с которой видение поразило ясновидящего, вызвала вибрации в его духовном теле, передавшиеся вибрациям лиц, находившихся с ним в соприкосновении, как это бывает при обычной передаче мыслей.

Легко можно собрать множество примеров подобного же рода. Что же касается тех случаев, когда зрение это принимает символическую форму, то было замечено людьми, обладающими таким зрением, что если, встречая живого человека, они видят вокруг него призрачный саван, то это есть верное предзнаменование смерти этого человека. Время приближения смерти указывается или тем насколько саван покрывает тело, или тем, в какое время дня было это видение; если это было рано утром, то говорят, что тогда он умрет в продолжение года.

Другой (и очень замечательный) вариант символической формы второго зрения это случай, когда перед ясновидящим появляется безглавый призрак человека, которому угрожает смерть.

Переходя от ясновидящих, которые постоянно обладают известной способностью, но управлять ею могут не всегда, мы сталкиваемся с множеством отдельных примеров предвидения, бывающего у людей, у которых это никак нельзя назвать постоянной способностью. Быть может, чаще всего это бывает во сне, но и в примерах, когда это бывает в бодрственном состоянии, тоже нет недостатка, иногда предвидение относится к событию, имеющему явное значение для ясновидящего, и таким образом нам понятно, почему «Эго» берет на себя труд передать его. В других случаях событие ил и не имеет видимого значения, или ничем не связано с человеком, которому является видение. Иногда ясно, что намерение «Эго» (или сообщающего существа — каким бы оно ни было) состоит в том, чтобы предупредить нищее «я» о приближении какого-нибудь несчастья, для того чтобы это несчастье могло быть предотвращено, или, если это возможно, чтобы можно было подготовиться к удару и смягчить.

Чаще всего таким образом, предсказывается (и это, быть может, естественно) смерть, иногда смерть самого ясновидящего или кого-нибудь, кто ему дорог. Случаи такого предвидения так обычны в литературе по этому предмету, и цель их так очевидна, что нам едва ли нужно приводить примеры: но один-два примера пророческого зрения явно полезного и не столь мрачно-характера, будут не безынтересны читателю. Следующий пример заимствован из книги Кроу, этой богатой сокровищницы для всех, изучающих непознанное. «Несколько лет тому назад доктор Ватсен, живущий теперь в Глазго, видел во сне, что его пригласили к пациенту в местечко, находящееся на расстоянии

нескольких миль от того места, где он жил; ему снилось, что он отправился верхом на лошади, и что когда она пересекала болото, он увидел быка, бешено бросившегося на него: он спасся от рогов этого быка, укрывшись в одном местечке, недоступном животному; здесь он долго ждал, пока какие-то люди, выдавшие его положение, не пришли к нему на помощь и не освободили его.

Между тем, на следующее утро, во время раннего завтрака пришло приглашение. Улыбаясь по поводу странного совпадения (как он думал), он выехал верхом на лошади. Он совсем не знал дороги, по которой ему нужно было ехать, но вот он подъехал к болоту, которое узнал, и тут же появился бык, стремительно несшийся по направлению к нему, но во сне он видел место, где можно спастись, и этим местом не замедлил воспользоваться. Здесь он провел три или четыре часа, причем животное держало его в осаде, пока его не освободили местные крестьяне. Д-р Ватсен объявляет, что если бы не сон, он не знал бы, где искать укрытие».

Другой случай, в котором гораздо более долгий промежуток времени отделяет предупреждение от его выполнения, приводит д-р Ф.Г. Ли в своей книге. «Миссис Ганна Грин, экономка в семье, жившая в деревне в Оксфордшире, видела однажды во сне, что она осталась совершенно одна дома в воскресенье вечером, и что, услышав стук в парадную дверь, она подошла к ней и увидела подозрительного вида бродягу, вооруженного дубиной, который ломился в дом. Ей казалось, что она боролась с ним, не давая ему войти, но безуспешно, и что он ее ударил и она упала без чувств, а он проник дом. На этом она проснулась. Так как в продолжение долгого времени ничего такого не случилось, то обстоятельства сна скоро были забыты и, как она сама утверждает, совершенно вылетели у нее из головы. Тем не менее, семь лет спустя, этой самой экономке вместе с другими двумя слугами был поручен единственный дом в Кенсингтоне. И вот однажды в воскресенье, когда другие слуги ушли и оставили ее одну, она была внезапно испугана громким стуком в парадную дверь.

И вдруг неожиданное воспоминание о когда-то виденном ею предстало перед ней с удивительной живостью и с замечательной силой, и она ясно почувствовала свое одинокое положение. Поэтому она сначала зажгла лампу на столе в прихожей (тем временем громкий стук еще раз повторился с большой силой), а потом имела осторожность подняться на площадку лестницы и открыто окно; и тогда к своему величайшему ужасу она увидела наяву того самого человека, которого за несколько лет до того видела во сне; он был вооружен дубинкой и требовал, чтобы его впустили.

Не теряя присутствия духа, она спустилась вниз к главному входу, хорошенько заперла дверь и другие двери и окна, и затем стала с силой звонить во все колокольчики дома, и зажгла все огни».

Очевидно, и в этом случае тоже сон был практически нужен, так как без него почтенная экономка, без сомнения, прямо в силу привычки открыла бы дверь, как обыкновенно, в ответ на стук.

Но «Эго» не только во сне старается запечатлеть в своем низшем «я» то, считает для него нужным. В книгах можно найти много таких примеров, но вместо того чтобы приводить их, я расскажу случай, сообщенный мне всего несколько недель назад одной моей знакомой дамой; случай этот, хоть и не окружен романтическими обстоятельствами, имеет, однако, ту заслугу, что он новый.

Итак, у моей приятельницы двое маленьких детей, и незадолго до того старшая дочка простудилась и несколько дней чувствовала какую-то неловкость в верхней части носа. Мать не особенно задумывалась над этим, надеясь, что это пройдет, но вдруг однажды она увидела перед собой в воздухе, как она описывает, изображение комнаты, в центре которой стоял стол; на столе лежала ее девочка не то без чувств, не то мертвая, а над ней наклонялись какие-то люди. Она ясно видела малейшие подробности этой картины и, в частности, заметила, что на девочке была белая ночная рубашка, между тем как на самом деле все белье этой девочки было розовое.

Это видение произвело на нее сильное впечатление и в первый раз навело ее на мысль, что может быть, ребенок страдает от чего-нибудь более серьезного, чем простуда. Она снесла девочку в больницу для осмотра.

Хирург, осматривавший девочку, обнаружил присутствие опасной опухоли в носу, которая, как он заявил, должна быть удалена. Через несколько дней ребенок был взят в больницу для операции и уложен в кровать. Когда мать приехала в больницу, оказалось, что она забыла захватить с собой ночную рубашку своей девочки, и тогда сестры милосердия достали ночную рубашку, которая оказалась белой. В этой белой рубашке девочка и перенесла операцию на следующий день в той самой комнате, которую ее мать видела во всех подробностях в своем видении.

Во всех этих случаях предвидение достигает своей цели, но книги полны рассказов о предупреждениях, на которые не обращали внимания или над которыми смеялись, и о следовавших за этим несчастьях. Иногда известие получает такое лицо, которое фактически не может вмешаться в дело, как в историческом примере, когда Джон Виллиамс, заведующий рудниками в Корнваллисе, видел, как убили канцлера казначейства Спенсера Персевалея, когда он входил в Палату Общин, за восемь или девять дней до того, как это убийство совершилось на самом деле. Но, может быть, даже и в этом случае что-нибудь могло быть сделано, так как мы читаем, что Виллиамс был сильно поражен и советовался со своими друзьями, не поехать ли ему в Лондон, чтобы предупредить Персевалея. Они отговорили его, и убийство свершилось. Впрочем, если бы даже он и поехал в город, и рассказал эту историю, вряд ли на него обратили бы внимание; но все же возможно, что были бы приняты некоторые предосторожности, которые предупредили бы это убийство.

Нам непонятно, чем было вызвано это любопытное пророческое видение. Обе стороны были совершенно неизвестны друг другу, так что тесная привязанность между ними не могла играть здесь роли. Если бы это была попытка со стороны какого-нибудь невидимого помощника, желающего предотвратить грозящее несчастье, то странно, что никого достаточно восприимчивого не нашлось ближе Кориваллиса. Быть может, Виллиамс, находясь на астральном плане во время сна, случайно встретился с этим отражением будущего и, придя в ужас, передал это впечатление своему низшему разуму в надежде, что может быть сделано что-нибудь для предупреждения этого; нельзя ничего сказать с достоверностью, не рассмотрев Акаша-хронику и не увидев там, что произошло на самом деле.

Типичный пример совершенно бесцельного предвидения приводит Стед. Его приятельница мисс Фрид (чаще называемая мисс X), гостя как-то на даче, находясь в полном сознании, увидела запряженный белой лошадью и

стоявший у дверей вестибюля экипаж с двумя незнакомцами: один из них вышел из экипажа и, стоя, играл с терьером. Она заметила, что на нем был ульстер, а также особенно поразили ее свежие следы колес, оставленные экипажем на песке. Однако в то время там ничего такого не было, но через полчаса два незнакомца действительно подъехали в таком экипаже, и каждая подробность видения этой дамы была в точности выполнена.

Далее Стед приводит другой пример такого же бесцельного предвидения, когда между сном (в этом случае был сон) и его выполнением прошло семь лет.

Все эти примеры, случайно выбранные из сотен других, показывают, что в «Эго», несомненно, заложена некоторая способность к предвидениям, и такие случаи, очевидно, случались бы гораздо чаще, если бы не крайняя непроницаемость и не отсутствие отзывчивости в низших проводниках большинства тех людей, которых мы называем цивилизованными; свойства же эти, главным образом, нужно приписать тяжелому, практическому материализму нашего века. Я говорю, конечно, не о какой-либо профессии, связанной для человека с материалистическим взглядом на вещи, но о том факте, что во всех практических делах обыденной жизни почти каждый руководствуется исключительно соображениями эгоистических интересов в той или иной форме.

Во многих случаях само «Эго» бывает не развито и поэтому предвидение его очень смутно. В других случаях «Эго» само видит ясно, но его низшие проводники до такой степени не впечатлительны, что ему ничего не удастся внушить физическому мозгу, кроме неопределенного предчувствия приближающегося несчастья. Есть и такие случаи, когда предостережение посылает не «Эго», а какое-нибудь существо со стороны, почему-либо принимающее дружеское участие в том лице, которое получает это ощущение. В своей книге, о которой я упоминал выше, Стед говорил нам о том, как он за много месяцев вперед был уверен в том, что ему будет поручено быть редактором газеты, хотя с обычной точки зрения трудно было представить себе что-нибудь менее вероятное. Явилось ли это предвидение результатом влияния его собственного «Эго» или то было дружеское указание от кого-нибудь иного — невозможно сказать, не сделав определенных исследований; во всяком случае, доверие Стёда к этому предчувствию вполне оправдалось.

Есть еще один тип ясновидения во времени, который не следовало бы оставить без упоминания. Случаи его сравнительно редки, но все же существует достаточно примеров, останавливающих наше внимание, хотя к сожалению, нам обыкновенно дают не те сведения, которые нужны, чтобы хорошо расследовать эти случаи. Я говорю о явлениях спектральных армий или призрачных стад животных. В книге Стёда мы находим сообщения о нескольких таких видениях. Там рассказывается о том, как в Гавара Парке, близ Риплей несколько достойных доверия людей видели корпус солдат в белых мундирах; их было несколько сотен, они сделали несколько поворотов и потом исчезли; аза несколько лет до того подобную же призрачную армию видели по соседству от Инвернесса один почтенный фермер и его сын. В этом случае также количество войск было очень велико, и зрители сначала нисколько не сомневались в том, что это были настоящие существа из плоти и крови. Они насчитали, по крайней мере, шестнадцать пар колонн, и времени у них было достаточно, чтобы заметить все подробности. Впереди солдаты двигались по семь человек в ряд; их сопровождало множество женщин и детей:

которые несли оловянные кружки и разные принадлежности для стряпни. Мужчины были одеты в красное, и оружие их ярко сверкало на солнце. Посреди них находилось какое-то животное, не то олень, не то лошадь, нельзя было различить; солдаты бешено погоняли его своими штыками. Младший из наблюдавших мужчин заметил другому, что время от времени задние ряды принуждены были бежать, чтобы догнать авангард, а старший, бывший ранее солдатом, ответил, что всегда так бывает, и посоветовал ему, если он когда-нибудь будет служить, стараться маршировать впереди. Там был только один верховой офицер: он ехал на серой лошади, и на нем были шляпа с золотыми позументами и синяя гусарская шинель с откидными рукавами, отороченными красным. Оба зрителя рассмотрели его так подробно, что, как они говорили после, они бы узнали его везде. Однако они испугались, что с ними обойдутся дурно или что заставят их идти вместе с войсками, которые, по их заключению, пришли из Ирландии и сделали привал в Кинтайре: но в то время, как они стали перелезать ров, чтобы скрыться с их пути, все исчезло. Явление подобного же рода наблюдалось в начале нашего столетия в Падебории, в Вестфалии, и видело его, по крайней мере, тридцать человек: но так как через несколько лет после того на этом самом месте был сделан смотр двадцати тысячам человек, то решено было, что видение это было случаем второго зренья, способностью, довольно часто встречающейся в округе. Подобные спектральные толпы часто являются в таких местах, где армия обыкновенных людей никаким образом не могла бы пройти. Один из наиболее замечательных рассказов о явлениях подобного рода приводит Гарриет Мартыне в своем описании «Английских озер». Он пишет следующее:

«Соутер Фелл это гора, на которой духи появлялись мириадами через известные промежутки времени в продолжение десяти лет прошлого столетия; они являлись двадцати шести избранным свидетелям и всем жителям коттеджей, из которых видна была гора, в продолжение двух с половиной часов, причем представления духов оканчивались с наступлением темноты! Нужно помнить, что гора изобилует пропастями, и там совершенно не могут проходить толпы людей, а северная и западная сторона ее представляют собой отвесный перпендикуляр в 900 футов.

Накануне летнего солнцестояния в середине 1735 года, служащий на ферме Ланкастера, находящейся в полумиле от горы, увидел, что восточная часть ее вершины покрыта войсками, которые двигались вперед в продолжение часа. Они появились отдельными отрядами с возвышения на северной стороне и исчезали в углублении вершины. Когда бедняга рассказал свою историю, все стало издеваться над ним, как обыкновенно издеваются над всеми самостоятельными наблюдателями, если они видят что-нибудь удивительное.

Через два года после того, накануне того же дня, мистер Ланкастер увидал там несколько человек, которые следовали за своими лошадьми, как будто бы возвращаясь с охоты. Он ничего не подумал по этому поводу, но когда случайно через десять минут снова взглянул вверх, он увидел те же фигуры верхом, а за ними бесконечные ряды войск по пяти человек в ряд,двигающихся сверху над равниной, как раньше. Все семейство видело и это, и маневры войск, и то, как каждым отрядом командовал верховой офицер, который галлопировал взад и вперед. Когда спустились тени сумерек, дисциплина как будто ослабела, войска перемешались, стали двигаться неравномерно и, наконец, все исчезло в

темноте. Теперь, конечно, и над всеми Ланкастерами стали смеяться, как раньше над их слугой; но через некоторое время явилось их оправдание.

В канун летнего солнцестояния 1745 года двадцать шесть человек, нарочно вызванных семьей, видели все то, что наблюдалось раньше и больше того. Теперь при армии был обоз; а между тем всякий знал, что никаких экипажей не было и не могло быть на вершине Соугер Фелл. Количество людей нельзя себе было и вообразить: войска занимали пространство с полмили и быстро маршировали, пока ночь не скрыла их, все еще продолжающих маршировать. В облике этих призраков ничего не было туманного и неясного. Они казались такими реальными, что некоторые из людей поднялись вверх на следующее утро, чтобы поискать следы подков; и странно им было, когда они не нашли ни одного следа ни на вереске, ни на траве. Свидетели клятвенно подтверждали весь этот рассказ перед судьей; и вся округа с ужасом ждала наступающие события шотландского мятежа.

Оказалось, что еще два другие лица видели нечто в этом же роде в тот же промежуток времени, в 1745 г., но скрыли это, чтобы избежать насмешек, которым подвергались соседи. Ренн из Вильтон Халл и один работник, служивший у него на ферме, видели как-то в один летний вечер человека и собаку в горах, преследующих каких-то лошадей на таком крутом месте, на котором едва ли лошадь могла бы держаться. Они двигались с поразительной быстротой и так внезапно исчезли с южного склона, что Ренн и работник поднялись на следующее утро на горы, чтобы поискать тело человека, который наверно был убит. Но они не нашли никаких следов ни человека, ни лошади, ни собаки; они спустились вниз и держали язык за зубами.

Что же касается объяснения, то издатель журнала объявил, что накануне летнего солнцестояния 1745 года мятежники упражнялись на западном побережье Шотландии, а движения их отражались в прозрачном тумане, подобном фата-моргане. Такого объяснения слишком недостаточно, но насколько мы знаем, это все, что можно сказать в настоящее время. За этими фактами открылись многие другие, как например, призрачное движение такого рода, виденное в Лейстершире в 1707 году, и предание о прохождении армий над Хельвеллином накануне битвы при Марстон Мур».

Приводятся еще и другие случаи явлений призрачных овечьих стад на некоторых дорогах, и, конечно, различные немецкие истории о фантастических кавалькадах охотников и разбойников.

Как это часто бывает при исследовании оккультных явлений, можно найти различные возможные причины, из которых любая могла бы вызвать наблюдаемое явление, но при отсутствии более полных сведений, можно лишь сделать попытку понять, какая из этих возможных причин действовала в каждом отдельном случае.

Чаще всего дается такое объяснение (если, конечно, вся история не отвергается, как ложная), что это мираж, то есть отражение движения настоящих войск, происходящего на значительном расстоянии. Я сам несколько раз видел обыкновенные миражи и знаю, как удивительно они могут обманывать; но мне кажется, что нужно допустить совершенно новый род миража, не такой, какой известен теперь науке, чтобы объяснить эти рассказы о призрачных армиях, отдельные из которых проходили мимо зрителя на расстоянии нескольких ярдов. Во-первых, возможно, что это (как, по-видимому, в приведенном выше Вестфальском случае) просто предвидение в гигантском масштабе, но кем организованы эти явле-

ниями для какой цели нелегко разгадать; иногда они могут принадлежать прошедшему, а не будущему и быть на самом деле отражением сцен из Акаша-хроники, хотя опять-таки здесь ни причины, ни методы подобных отражений не ясны.

Есть множество разнородных духов природы, которые были бы вполне способны, если бы пожелали это сделать, вызвать подобные явления своей чудесной силой колдовства, и это вполне соответствует их страсти мистифицировать и поражать человеческие существа. Иногда у них может быть и другой умысел предупредить своих друзей о событиях, которые, как они знают, должны совершиться. По-видимому, объяснение в этом направлении будет наиболее разумным объяснением для необычайных явлений, описанных Мартино, в том случае, конечно, если можно доверять этим рассказам. Возможно также и то, что в некоторых случаях за солдат были приняты сами духи природы, совершающие какие-нибудь предписанные им эволюции, которые они так любят, но нужно, впрочем, сказать, что эти эволюции мало похожи на военные упражнения, и разве лишь самые невежественные люди могут ошибаться в этом отношении.

Стада животных, вероятно, в большинстве случаев просто явления из прошлого, но есть случаи, когда они, как «дикий охотник» в немецкой сказке, принадлежат к совершенно другой категории явлений, не относящихся к нашему настоящему предмету. Изучающие оккультизм хорошо знают тот факт, что обстоятельность, окружающие всякую сцену, исполненную истинного ужаса или страсти (например, сцену какого-нибудь исключительно ужасающего убийства), имеют способность вновь возникать, и для того чтобы видеть форму, в которой они воспроизводятся, нужно очень небольшое развитие психических способностей; иногда случалось, что различные животные тоже входили в состав такой обстановки, а следовательно, они тоже периодически воспроизводятся действием чувствующей свою вину совести убийцы.

По всей вероятности, каковы бы ни были основания для всех этих фактов, различные рассказы о призрачных всадниках и охотничьих кавалькадах, в общем, можно отнести к этой категории.

Этим, очевидно, объясняются также некоторые явления призрачных армий, как, например, то замечательное воспроизведение битвы при Эджилле, которое, по-видимому, происходило через несколько месяцев после дня настоящего сражения и было подтверждено мировым судьей, пастором и другими свидетелями, очевидцами в любопытной недавно появившейся брошюре. Как сказано в этой брошюре, случай был исследован в свое время офицерами армии, которые хорошо узнали многих из увиденных ими призрачных лиц.

Положительно, это похоже на пример страшной способности несдержанных человеческих страстей воспроизводить самих себя, и каким-то странным путем делать что-то вроде своей собственной материализации. В некоторых случаях ясно, что виденные стада животных были просто толпами нечистых искусственных элементарей, принимающих эту форму для того, чтобы напиться отвратительными эманациями особенно ужасных мест, каковы, например, места, где стояли виселицы. Пример этого рода представляют собой знаменитые духи виселицы, которые постоянно являлись в виде стад безобразных свиноподобных существ, бегающих, копающихся и дерущихся каждую ночь на том месте, где стоял этот памятник преступления. Но это скорее принадлежит к области привидений, а не к области ясновидения.

ГЛАВА 9 МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ

Лечебный магнетизм. Как достигнуть ученичества. Тосва. Ограничения. Ожидающее нас будущее.

Когда человек убеждается в реальном значении силы ясновидения, он обыкновенно первым делом задает себе вопрос: «Как мне, в самом деле, развить эту способность, которая, как говорят, находится в скрытом состоянии в каждом из нас?»

Существует много методов развития в себе способности ясновидения, но безопасно рекомендовать для общего употребления можно лишь один из этих методов, а именно тот, о котором мы будем говорить после всего.

У более отсталых наций состояние ясновидения достигается с помощью различных предосудительных приемов: у некоторых из неарийских племен Индии — употреблением опьяняющих снадобий или вдыханием одуряющих курений; у дервишей — кружением в диком танце религиозного усердия до головокружения и бесчувствия; у последователей отвратительных приемов культа Вуду принесением страшных жертв и исполнением гнусных обрядов черной магии. Подобные методы, к счастью, в небольшом ходу у представителей нашей расы, но даже и у нас очень многие впутывающиеся в это древнее искусство, не имея о нем понятия, пользуются некоторыми приемами самогипноза, как например, глядение на яркое пятно или повторение какой-нибудь формулы до одурения; а есть и такая школа, которая пытается достигнуть тех же результатов с помощью некоторых индийских систем регулирования дыхания.

Все эти методы, несомненно, должны быть отвергнуты, как очень небезопасные для обыкновенного человека, который сам не знает, что делает, производя неясные опыты в неведомом ему мире. Даже от такого способа достижения ясновидения, когда одно лицо позволяет другому себя загипнотизировать, я бы первым отшатнулся с самым решительным отвращением. И, конечно, никогда не следовало бы делать таких опытов иначе, как под условием полного доверия и привязанности между магнетизером и магнетизируемым, и такой полной чистоты сердца и души, мыслей и намерений, какую редко можно встретить у кого-нибудь, кроме величайших святых.

Опыты в связи с магнетическим (гипнотическим) трансом представляют собой глубочайший интерес, между прочим, и в том отношении, что они доказывают факты ясновидения скептикам, и все же иначе, как при наличности тех условий, о которых я сейчас упомянул (и которые, я допускаю это, почти невозможно выполнить), я бы никогда никому не посоветовал позволить делать эти опыты над собой.

Лечебный магнетизм (в котором без приведения пациента в состояние транса делается попытка облегчить его боль, устранить его болезнь, или вли в него жизненные силы с помощью магнетических насосов) имеет совсем другие основания; и если магнетизер хотя бы и совершенно нетренированный, сам находится в добром здравии и одушевлен чистыми намерениями, вряд ли он принесет какой-нибудь вред пациенту. В таком крайнем случае, когда нужна, например, хирургическая операция, человек может благоразумно подчиниться даже гипнотическому трансу, но, конечно, это не такое условие, с которым можно легко экспериментировать.

Положительно, я бы очень усиленно советовал всякому, кто сделал бы мне честь спросить моего мнения по этому поводу, не предпринимать никаких опытных исследований того, что все еще остается для него сверхнормальными силами природы, пока он прежде не прочел внимательно всего, что было написано по этому вопросу, или, что гораздо лучше всего, пока он не находится под руководством знающего учителя.

Но где, спросят меня, найти знающего учителя? Конечно, не среди тех, которые рекомендуют себя как учителей, предлагая передать вам за такое-то количество денег священные тайны веков, или, открывая «кружки развития», в которые случайные члены допускаются за столько-то и столько-то с человека. Многое в этой книге было говорено о необходимости серьезной тренировки, об огромных преимуществах тренированного ясновидения перед нетренированным: но это опять возвращает нас к тому же самому вопросу: где можно получить эту окончательную тренировку?

Ответ на это таков, что тренировка может быть получена именно там, где ее всегда можно было получить с самого начала истории мира — у Великого Белого Братства Адептов, которое стоит и теперь, как оно и всегда стояло, за человеческой эволюцией, направляя ее и помогая ей по указаниям великих космических законов, которые представляют для нас Вечную Волю.

Но как подойти к ним, могут нас спросить. Каким образом человек, стремящийся к знаниям, даст им знать о том, что он хочет научиться?

Еще раз скажу: только с помощью тех методов, которые уже давно заслужили себе уважение. Нет никакой нового патента, который дал бы человеку право без всяких затруднений сделаться учеником этой школы; нет торной дороги к тому учению, которое там дается. В настоящее время совершенно так же, как и в туманные времена древности, человек, желающий привлечь к себе внимание Учителей, должен вступить на медленный и трудный путь саморазвития, должен, прежде всего, научиться брать себя в руки и сделать себя тем, чем он должен быть. Ступени этого пути не тайна; я очень подробно говорил о них в «Невидимых Помощниках», поэтому мне незачем повторять это здесь. Но это нелегкий путь, а между тем рано или поздно все должны пройти по нему, потому что великий закон эволюции влечет человечество медленно, но неуклонно к своей цели.

Из всех толпящихся на этом пути великие Учителя выбирают своих учеников, и только если человек готов к тому, чтобы воспринимать это учение, может он найти к нему доступ. Если не будет этого условия, то хотя бы он был членом любой Ложы или Общества, тайного или явного, это не подвинет его к цели ни на йоту. Это правда, и все мы это знаем, что по настоянию некоторых из этих Учителей было основано наше Теософическое Общество, и что из его рядов некоторые были выбраны для того, чтобы войти в более близкое общение с ними. Но выбор зависит от серьезности кандидата, а не от простой его принадлежности к Обществу или кружку.

Итак, чтобы избрать единственный вполне верный способ развития ясновидения, человек должен собрать всю свою энергию и вступить на путь нравственной и умственной эволюции, на ступенях которого начнут сами собой раскрываться постепенно его высшие способности. Все же и здесь есть один прием, который одинаково рекомендуется всеми религиями, и прием этот, если отнести к нему с осторожностью и уважением, не может причинить вреда ни одному человеческому существу, а между тем из него иногда развивается чрезвычайно чистый тип ясновидения, я говорю о медитации.

Пусть человек наметил себе каждый день определенное время, когда он может рассчитывать, что его оставят в покое, и никто его не потревожит, и настроить себя на это время так, чтобы ум его в течение нескольких минут был совершенно свободен от всех земных мыслей какого бы то ни было рода, и когда этого удастся достигнуть, пусть он направит всю силу своего существа на высочайший духовный идеал, который он знает. Он увидит, что достигнуть такого полного контроля над своими мыслями несравненно труднее, чем он предполагал. Но если он этого достигнет, это будет во всех отношениях в высшей степени благотворно для него и по мере того, как он будет все более и более возвышать и сосредоточивать свою мысль, он постепенно увидит, что новые миры начнут раскрываться перед ним.

Но если бы те, которые так страстно жаждут ясновидения, могли бы получить его хоть на время, на один день или даже на один час, захотели ли бы они удержать за собой этот дар? В этом можно усомниться. Правда, он открывает перед ними новые миры для изучения, новые возможности быть полезными, и из-за последней причины многие из нас чувствуют, что стоит этому отдаться; но нужно помнить, что для того, кого долг все еще призывает жить в мире, это ни в коем случае не может быть только благом. На человека, в котором раскрылось это зрение скорби и бедствия, зло и алчность мира действуют, как вечно присущая тяжесть, так что в первые дни своего познания он часто склонен повторить страстное заклятие, заключенное в этих трепещущих строках Шиллера, которые можно перевести так:

«Зачем ты свергнул меня в город вечной слепоты, чтобы раскрывшимся чувством провозглашать твоего оракула? Зачем поднимать покров, из-за которого грозит приближающаяся скорбь? Только в незнании — жизнь; это знание смерть. Возьми назад это печальное ясновидение, прочь от глаз моих этот жестокий свет! Ужасно быть смертным сосудом твоей истицы!»

И дальше он опять восклицает: «Верни мне мою слепоту, счастливую темноту моих чувств; возьми назад твой страшный дар!»

Но, конечно, это ощущение проходит, потому что высшее зрение скоро показывает ученику нечто более высокое, чем скорбь, оно дает его душе всеохватывающую уверенность в том, что какой бы вид ни имели здесь внешние факты, все, без всякой тени сомнения, ведет к всеобщему и окончательному благу. Он понимает, что грех и страдание существуют, видит ли он их или нет, и что, видя их, он, в конце концов, может оказать более существенную помощь, чем работая в темноте; и так он постепенно научается нести свою долю тяжелой картины мира.

Есть такие заблуждающиеся люди, которым даны некоторые проблески этой высшей способности и которые до такой степени не умеют правильно отнестись к ней, что пользуются этими проблесками для самых низких целей, даже объявляют себя «испытанными специалистами по ясновидению». Бесплезно говорить, что подобное употребление своей силы есть простое протуирование и унижение ее, показывающее, что несчастный обладатель этой силы каким-то образом получил ее раньше, чем нравственная сторона его натуры достаточно развилась для того, чтобы выдержать ответственность, которую она налагает. Понимание всей этой кармы, которая может быть в очень короткое время порождена подобными проступками, превращает наше отвращение в жалость к человеку, повинному в святотатственном безумии.

Иногда приводят в виде возражения, что обладание ясновидением уничтожает все приватно сокровенное и дает неограниченную возможность заниматься чужими тайнами.

Несомненно, оно дает эту способность, но, тем не менее, этот упрек кажется забавным всякому, кто хоть сколько-нибудь практически знаком с этим делом. Подобное возражение может быть основательно по отношению к «испытанным специалистам по ясновидению» с очень ограниченными способностями. Но человек, выставляющий это против тех, у которых эта способность раскрылась по мере того как они учились, и которые поэтому обладают ею в полной мере, забывают три основных факта: во-первых, что совершенно немислимо, чтобы кто-либо, имея перед собой великолепное поле наблюдений, которое истинное ясновидение раскрывает перед ним, почувствовал бы хоть малейшее желание рыться в лживых и мелких тайнах всякого отдельного человека; во-вторых, что если бы по какому-нибудь невозможному случаю у нашего ясновидящего явилось бы такое нескромное любопытство по отношению к каким-нибудь мелким сведениям, то нужно помнить, что, в конце концов, существует такая вещь, как честь джентльмена, которая и на том плане, как и на этом, конечно, удержит его даже от минутной мысли о том, чтобы удовлетворить это любопытство; и, наконец, на случай (едва ли возможный) встречи с какой-нибудь разновидностью питри низшего сорта, для которой вышеприведенные соображения не будут иметь значения, всегда каждому ученику, как только в нем начинают развиваться признаки способности, дают подробные наставления относительно ограничения пользования этой способностью.

Короче говоря, эти ограничения таковы, что не должно быть ни нескромного любопытства, ни пользования своими способностями для эгоистических целей, ни показывание феноменов. То есть предполагается, что те же самые соображения, которые руководят поступками порядочного человека на физическом плане, будут руководить им также и на астральном и на ментальном плане; что ученик никогда и ни при каких обстоятельствах не будет пользоваться силой, которую дает ему его новое зрение, для того чтобы, получить какие-нибудь земные выгоды, вообще, для какого бы то ни было захвата; и что он никогда не будет показывать то, что на спиритических кружках называется «явлением», то есть что-нибудь, несомненно доказывающее скептикам на физическом плане обладание тем, что для них покажется сверхъестественной силой.

По поводу этих последних некоторые люди часто говорят: «Но почему бы и нет? Было бы так легко опровергнуть и убедить нашего скептика, и это принесло бы ему пользу». Такие критики теряют из вида тот факт, что прежде всего никто из тех, кто что-нибудь знает, не желает опровергать скептиков или, вообще, хоть сколько-нибудь принимать к сердцу то или иное отношение скептиков; а затем, они не могут понять, насколько лучше будет для того же скептика, чтобы он, постепенно развиваясь, научился оценивать факты природы, а не был бы внезапно приведен к этому каким-то сногшибательным ударом. Но вопрос этот был подробно рассмотрен много лет назад в «Оккультном мире» Синетта, и бесполезно будет снова повторять доказательства, приведенные там.

Некоторым из наших друзей очень трудно представить себе, что глупая болтовня и праздное любопытство, которые так всецело заполняют жизнь немислимого большинства людей на земле, не найдут себе места в более реаль-

ной жизни ученика; и поэтому они иногда спрашивают, не может ли ясновидящий случайно, без всякого специального желания, увидеть какой-нибудь секрет, который другое лицо старается сохранить, подобно тому, как чей-нибудь взгляд может нечаянно упасть на какую-нибудь фразу чужого раскрытого письма, случайно лежащего на столе. Конечно, может, но что же из этого? Честный человек сразу отведет глаза, как в том, так и в другом случае, и будет так, точно он ничего не видел. Если бы те, которые так возражают, могли бы сколько-нибудь подойти к мысли, что никакой ученик не занимается чужими делами, исключая те случаи, когда в пределах его возможности оказывается помощь другим, и что перед ним всегда целый мир своей собственной работы, на которую он должен устремить свое внимание, они не были бы так далеки от понимания фактов более широкой жизни тренированного ясновидящего.

Даже из того немногого, что я сказал относительно ограничений, налагаемых на ученика, ясно, что в очень многих случаях он будет знать гораздо больше, чем он может сказать. Это, конечно, верно и в гораздо более широком смысле по отношению к самым великим Учителям Мудрости, но именно поэтому те, кому дано преимущество иногда находиться в их присутствии, относятся с таким уважением к малейшему их слову даже по поводу предметов, совершенно далеких от прямого учения. Потому что мнение Учителя, ил и даже одного из его наиболее высоких учеников относительно любого предмета есть мнение человека, чьи возможности судить правильно совершенно несоизмеримы с нашими.

Его положение и его расширенные способности, в сущности, наследство всего человечества, и как ни далеки мы теперь от этих великих сил, тем не менее, верно то, что некогда они будут нашими. И как изменится наш старый мир, когда все человечество будет обладать высшим ясновидением! Подумайте, как изменится отношение к истории, когда все смогут читать хронику; к науке, когда все процессы, о которых, люди теперь строят теории, можно будет непосредственно наблюдать; к медицине, когда и доктор, и пациент одинаково ясно и точно могут видеть все, что сделано; к философии, когда уже не будет возможности спорить об ее основах, потому что все одинаково смогут видеть более широкий аспект истины; к труду, когда всякая работа будет радостью, потому что каждый человек будет приставлен лишь к тому, что он может выполнять лучше всего; к воспитанию, когда умы и сердца детей открыты учителям, старающимся образовать их характер; к религии, когда больше нельзя будет спорить об ее широких догмах, так как истина относительно посмертного существования и Великого Закона, управляющего миром, будет очевидна всем. И главное, насколько легче будет тогда развитым людям помогать друг другу при этих свободных условиях. Возможности, открывшиеся уму, как блестящие перспективы, простираются по всем направлениям, так что наш седьмой круг поистине будет настоящим золотым веком. Хорошо для нас, что этими великими способностями не будет обладать все человечество до тех пор, пока оно не разовьется до гораздо более высокой степени нравственности и мудрости, иначе мы лишь еще раз при еще худших условиях повторили бы падение великой атлантической цивилизации, действующие лица которой не поняли, что увеличение силы означает увеличение ответственности. И, однако же, большинство из нас самих были среди тех самых людей; будем надеяться, что это падение научило нас мудрости, и что когда возможность более широкой жизни откроется перед нами снова, на этот раз мы лучше выдержим испытание.

Ч. Ледбитер

КАК РАЗВИВАЮТ ЯСНОВИДЕНИЕ

Когда человек изучает предмет ясновидения настолько, чтобы осознать, что сведения о нем правдивы, следующим его вопросом обычно бывает: «А как приобрести эти способности самому? Ведь если эта способность скрыта, как вы говорите, в каждом человеке, то как мне привести ее в действие и получить прямой доступ ко всем знаниям, о которых вы мне рассказываете?» И в ответ мы можем заверить его, что это можно сделать и уже делалось. Есть много путей приобретения этой способности, хотя большинство из них небезопасны и крайне нежелательны, и есть лишь один, который в полной мере и без всяких оговорок может быть порекомендован всем. Но чтобы понять предмет и увидеть, где заключены его опасности, которых следует избегать, давайте посмотрим, что же именно должно быть сделано.

У всех культурных людей высших рас мира способности астрального тела уже вполне развиты, как я объяснял в предыдущих лекциях. Но использование их у нас никоим образом не вошло в привычку; они медленно росли в нас на протяжении веков эволюции, и пришли к нам столь постепенно, что мы еще не осознали своих сил, и пока они неопробованное орудие в наших руках. Физические способности, с которыми мы вполне знакомы, затемяют другие и скрывают само их существование, точно так же как более близкий свет солнца скрывает от наших глаз свет удаленных звезд. Так что если мы хотим вступить в эту часть своего наследия на правах развитых человеческих существ, мы должны сделать две вещи: на время отклонить наши слишком настойчивые физические способности и приучиться к употреблению тех других, которые нам еще не знакомы.

Так что первым шагом будет временное освобождение от физических чувств. Для этого есть много способов, но, в общем, они подразделяются на два метода, один метод сметает их с пути временным насильственным подавлением, а второй, намного более медленный, но верный, предполагает обретение над ними постоянного контроля. Большинство методов насильственного подавления в большей или меньшей степени губительны для физического тела, и всем им свойственны некоторые нежелательные особенности. Одна из них состоит в том, что они оставляют человека в пассивном состоянии, хотя, возможно, и способного пользоваться сво-

ими высшими чувствами, но с очень маленьким выбором в их применении, а также незащищенным от неприятных всяческих и вредных влияний, которым он может подвергнуться. Еще одна - это то, что всякая способность, приобретаемая этими методами, даже в лучшем случае лишь временная. Большинство из них дают эти способности лишь на ограниченный период их действия, и даже лучшие из них наделяют ими человека лишь на одну физическую жизнь.

На востоке, где эти вещи изучают многие века, методы развития подразделяют на два класса и называют их лаукика и локотхра. Первый — это «мирской» или временный метод, результаты, даваемые им, проявляются лишь в личности и потому доступны лишь на протяжении одной физической жизни, в то время как все приобретенное вторым процессом приобретается «я», душой, истинным человеком и так остается в постоянном его владении навсегда, переносясь из одной земной жизни в другую. Для большинства методов первого типа нужна лишь небольшая тренировка, и это тренировка лишь проводников, так что в лучшем случае она может затронуть лишь текущий набор проводников, и когда человек возвращается в воплощение с новым их набором, весь его труд пропадает. Когда же, согласно второму методу, сама душа учится управлению своими проводниками, естественно, она может приложить свои способности и знания и к новым своим проводникам в следующей жизни. Позвольте мне сперва упомянуть некоторые из нежелательных путей, которыми развивают ясновидение в разных странах.

Среди неарийских племен Индии его часто достигают при помощи наркотиков: бхага, гашиша и других в том же роде. Они отупляют физическое тело подобно наркозу, и таким образом человек в своем астральном теле так же свободен, как бы он мог быть во сне, но с куда меньшей способностью к пробуждению. Прежде чем принять наркотик, человек твердо направляет свой ум к попыткам привести свои астральные чувства в активное состояние, и как только освобождается, пытается их использовать, по мере практики достигая некоторого успеха. Пробудив свое физическое тело, он более или менее помнит свои видения и пытается их интерпретировать, зачастую приобретая, таким образом, славу ясновидца и предсказателя. Иногда во время его транса через него может говорить кто-то из умерших, как через любого другого медиума. Есть и другие, достигающие этого состояния путем вдыхания отупляющих паров, обычно получаемых сжиганием смеси наркотиков. Возможно, что ясновидение пифий древности было именно этого рода. Об одной из самых знаменитых из этих предсказательниц говорится, что она всегда сидела на треножнике, стоявшем над трещиной в скале, из которой поднимался пар. Вдохнув его, она на время входила в транс и тогда кто-нибудь говорил через нее способом, столь знакомым посетителям спиритических сеансов. Нетрудно видеть, сколь нежелательны оба этих метода с точки зрения истинного развития.

Возможно, большинство из нас слышали о танцующих дервишах, в чью религию входят эти любопытные экстатические танцы, в которых они все крутятся и крутятся яростно, пока их не хватит головокружение и они, наконец, не упадут бесчувственными на землю. В этом трансе, наступающем, когда они находятся в религиозном экстазе, у них часто бывают самые необычные видения, и они могут в некоторой мере переживать и помнить низшие астральные обстоятельства. Мне приходилось видеть кое-что из этого, а также из практик Буду среди ее приверженцев, негров, но последние были обычно связаны с магическими церемониями столь отвратительными и непристойными, что никто из нас не обратился бы к ним ради чего-либо, какие бы результаты нам ни обещали. И все же они непременно

производят результаты при благоприятных условиях, хотя это не те результаты, которые кто-либо из нас, возможно, желал бы получить. Никакие из этих пока что упомянутых методов даже и не кажутся нам привлекательными, хотя я слышал о европейских, экспериментировавших с восточными наркотиками.

Тем не менее, и у нас на Западе тоже есть нежелательные методы — методы самогипноза, коих следует тщательно избегать всем, кто хочет остаться чист и развиваться безопасно. Человеку могут посоветовать на некоторое время уставиться на яркое пятно, пока не будут парализованы некоторые мозговые центры; таким образом, он приводится в состояние совершенной пассивности, при которой возможно, что низшие астральные чувства станут в некоторой мере активны. Естественно, при таких обстоятельствах у него не будет способности выбора при приеме, он подвергает себя всему, что попадет на пути: хорошему и плохому, и в целом это скорее бывает плохим, чем хорошим. Иногда те же, в общем, результаты достигаются чтением некой формулы, повторение которой притупляет мыслительную способность почти также, как и смотрение на металлический диск. Можно вспомнить, что поэт Теннисон говорил, что мог, быстро повторяя много раз свое имя, входить в другое состояние сознания. Отчет об этом он дает в письме от 7 мая 1874 г, отправленного из Фарингфорда, Фрешуота, о. Уайт. Оно было написано джентльмену, сообщившему ему, какие странные переживания он ощутил под наркозом. Теннисон пишет:

«Я никогда не получал никаких откровений, будучи под наркозом, но у меня часто, с самого детства, когда я оставался совсем один, было нечто (за неимением лучшего названия) вроде транса наяву. Часто это приходило ко мне с повторением про себя своего собственного имени, пока от интенсивности сознания индивидуальности сама эта индивидуальность, казалось, растворялась и затухала в безграничное бытие, и это было вовсе не состояние путаницы, но ясное из ясных, вернейшее из верных, далеко за пределами слов, где смерть была практически до смешного невозможна, потеря личности (если это было так) казалась не умиранием, но единственно истинной жизнью. Мне стыдно за это слабое описание. Разве я не сказал, что это состояние — за пределами слов? Это самое яркое выражение того, что дух писателя может переноситься в другое состояние существования — оно не только реальное, простое, но также и бесконечное в видении и вечное по продолжительности». Это, несомненно, касание высшей жизни; никто из переживавших эти реальности на своем практическом опыте не может не признать это описание настолько, насколько далеко оно заходит, хотя поэт и останавливается прямо на краю чего-то бесконечно более великого. Похоже, он удерживал себя в состоянии более позитивном, чем многие люди, балующиеся этим без необходимых наставлений и знаний, и так приобрел ценную уверенность в существовании души отдельно от тела — и все же этот метод нельзя рекомендовать как хороший и по-настоящему безопасный.

Иногда говорят, что такую способность можно развить путем упражнений, регулирующих дыхание, и что метод этот широко принят и рекомендуется в Индии. Верно, что так можно развить некоторый тип ясновидения, но часто ценой этого становится крушение и физическое, и умственное. Здесь, в Соединенных Штатах, делались многочисленные попытки этого рода; мне лично это известно, поскольку в прежний мой приезд сюда многие, погубившие свое здоровье, а в некоторых случаях и подошедшие к краю безумия, приходили ко мне узнать, как им можно вылечиться. Некоторым удалось открыть астральное видение достаточно для того, чтобы чувствовать, что их постоянно посещают; некоторые же, и

не достигнув еще этой точки, погубили свое физическое здоровье или так ослабили свои умы, что находились в крайнем отчаянии; были и один или двое, заявлявшие, что эта практика оказалась для них благотворной. Верно, что такие упражнения применяются в Индии хатха-йогами, то есть теми, кто пытается достичь развития скорее физическими способами, чем внутренним ростом умственного и духовного. Но даже и среди них такие практики используются лишь под прямым руководством ответственных учителей, которые наблюдают за тем, какой эффект на ученика оказывают предписанные меры, и сразу же останавливают его, если упражнения оказались для него неподходящими. Но для людей, вовсе ничего не знающих об этом предмете, попытки без всякого разбора применять такие вещи весьма глупы и опасны, поскольку практики, полезные для одного, могут быть очень даже катастрофичными для другого. Они могут подойти одному человеку из пятидесяти, но совершенно не годиться всем остальным, и я лично должен посоветовать всем воздерживаться от них, если, конечно, вами не руководит компетентный учитель, на самом деле понимающий, чего нужно достичь. Вы можете оказаться одним человеком, которому они подходят, но вероятность против этого, поскольку куда больше неудач, чем удач. Этим способом фатально легко можно нанести очень большой вред; это все равно как прийти в химический магазин и случайным образом пробовать все средства подряд — может случиться и так, что вы наткнетесь именно на то, что вам нужно, но так же вам может и не повезти, и последнее во много раз более вероятно.

Другой метод, которым можно развить ясновидение — это месмеризм. Если один человек вводится другим в месмерический транс, имеется возможность, что в этом транс он сможет видеть астрально. Месмеризатор всецело преобладает над его волей, и физические способности приведены в крайнее бездействие. Это оставляет поле открытым, и месмеризатор может, вливая жизненность в астральное тело, в то же время стимулировать астральные чувства. Таким образом получались очень хорошие результаты, но это требует весьма необычной комбинации условий; чтобы сделать эксперимент безопасным, требуется почти сверхчеловеческое развитие чистоты мысли и у оператора, и у субъекта. Месмеризатор обладает огромным влиянием на своего подопытного, куда большим, чем это обычно известно, и может бессознательно этим воспользоваться. Качества его сердца и ума очень легко передаются субъекту, так что если он не вполне чист, сразу же открываются широкие пути для опасности. Быть погруженным в транс - значит отказаться от своей индивидуальности, а это никогда не бывает хорошей вещью в психических экспериментах, но, кроме этой нежелательности, есть и настоящая опасность, если ваш оператор не достиг высшей чистоты в мыслях, словах и делах; а как редко это встречается, вы знаете так же хорошо, как и я. Я бы никогда не согласился подвергнуться этому процессу и никогда не посоветовал бы никому другому.

Я не имею ничего против практики лечения месмеризмом — теми, кто в этом понимает. Это совсем другое, поскольку вовсе нет необходимости вводить пациента в транс. Вполне возможно снять боль, вылечить болезнь или влить жизненность в человека магнетическими пассажами, вовсе не вводя его в сон. Здесь не может быть возражений; но даже в этом случае было бы хорошо ознакомиться с литературой, посвященной этому предмету, поскольку при игре с силами, которых вы не понимаете, которые все еще аномальны для вас, всегда остается элемент опасности. Никакие из этих методов развития ясновидения не могут быть безоговорочно рекомендованы к опробованию всяким.

Каковы же тогда, могут спросить, желательные методы, раз столь многие - нежелательны? Если говорить широко, это те, которые вместо насильственного подавления физического тела учат душу управлять им. Самый верный и безопасный метод — предоставить себя знающему учителю и практиковать лишь то, что он советует. Но где такого найти? Конечно же, не среди тех, кто рекламирует себе в качестве учителей; не среди тех, кто берет деньги за обучение, продавая тайны вселенной за столько-то шиллингов или долларов. Знание сейчас получают там же, где и всегда, из рук тех, кто стал адептами в той великой науке души, самого краешка которой мы начинаем касаться в наших самых глубоких исследованиях. Всегда было великое Братство знающих, и они всегда готовы дать свое учение подходящему человеку, поскольку для этой самой цели они и взяли на себя труд его приобретения, чтобы быть в состоянии вести и помогать. Как же нам достичь их? Вы не можете достичь их в физическом теле, и не узнаете их, даже если вам случится их встретить. Но они могут достичь вас и сделают это непременно, когда увидят, что вы годитесь для работы помощи миру. Один из их величайших интересов — продвижение эволюции, помощь человечеству, и им нужны люди, преданные этой работе. Они всегда ищут таких, так что никому не следует опасаться, что его могут проглядеть, если он для нее уже готов. Они никогда не удовлетворяют простое любопытство; они не станут помогать человеку, желающему приобрести силы для себя лишь одного, но когда человек долгой и тщательной самоподготовкой и применением для помощи всех сил, которыми он уже обладает, показал, что он достаточно силен и чист сердцем, чтобы нести свою часть божественных трудов, он может ощутить их присутствие и их помощь, когда он меньше всего этого ожидает.

Верно, что они основали Теософическое Общество, однако членства в нем вовсе недостаточно, чтобы вступить с ними в отношения, даже членства в той внутренней школе, в которой это общество предлагает обучение самым серьезным своим членам. Верно, что из рядов общества были выбраны некоторые люди для более тесных отношений с ними, но никто не может гарантировать это как результат членства, поскольку это остается всецело на их усмотрение, ведь они могут видеть сердца людей глубже, чем мы. Но вы, чьи сердца стремятся к высшей жизни, к чему-то большему, чем может дать этот низший мир, будьте всегда уверены, что они никогда не пропустят ни одного искреннего усилия, но напротив, распознают его и дадут через своих учеников такое учение и окажут такую помощь, к которым готов человек на данной стадии развития.

В то же время, в стараниях всеми способами развиваться, двигаясь по пути прогресса, вам предстоит еще многое сделать, если вы хотите, чтобы способность ясновидения оказалась в пределах вашего достижения. Помните, что само по себе оно не знак высокого развития, это лишь один из знаков, поскольку человек должен продвигаться сразу по многим направлениям, прежде чем достигнет своей цели — совершенства. Посмотрите, как высоко развит интеллект у великого ученого, и все же у него может быть пока что очень мало той удивительной силы, что дает религиозное чувство. Посмотрите на великолепную преданность великого святого какой-нибудь церкви или религии, и все же, несмотря на весь этот прогресс в одном из направлений, у него может быть лишь немного божественной силы интеллекта. Каждый нуждается в том, что есть у другого, каждый должен приобрести способности другого, прежде чем станет совершен-

ным. Так что очевидно, что сейчас мы развиты неравномерно! Некоторые больше продвинулись водном направлении, некоторые в другом, соответственно той линии, по которой они больше всего работали в прошлых жизнях. Так что если вам конкретно не хватает преданности, то делая усилия в этом направлении, вы можете приобрести достаточно ее даже в этой жизни, и это непременно сделает ее вашим ведущим качеством в следующей. Так же и с интеллектом, и со всяким другим качеством; так же это и со способностью ясновидения. Если вы думаете, что хорошо бы направить свои усилия на работу в этом направлении, вы можете сделать очень многое для запуска этих латентных способностей в действие. Я говорю не о смутной возможности, а об определенном факте, поскольку некоторые из членов нашего собственного общества годами прилагают усилия для продвижения души по пути прогресса, и из тех, кто без колебаний выдержал это, практически все получили какие-то определенные результаты. Некоторые развили свои способности вполне, некоторые пока частично, но во всех случаях их усилия взяли себя в руки и приобрели контроль над своими умами и эмоциями принесли пользу. Если у вас есть это желание приобрести высшее видение, то первым делом точно так же возьмите себя в руки, и прежде чем преуспеть в своих попытках и приобрести эти силы, вы должны убедиться сначала в своем умственном и нравственном развитии. Ведь без этого владение другими умениями будет скорей проклятием, чем благословением, поскольку вы тогда станете злоупотреблять ими и придете к худшему состоянию, чем то, с которого начали. Если вы считаете, что уверены в себе и можете доверять себе во всех возможных обстоятельствах, быть на стороне правды даже против своих собственных кажущихся земных интересов, всегда избирая крайне бескорыстный образ действия и забывая о себе в своей любви к миру, тогда для вас есть, по меньшей мере, два метода, что безопасно приведут вас к ясновидению и никоим образом не причинят вреда, даже если вы не преуспеете в достижении цели. Первый из них, хотя и совершенно безопасный и даже полезный, подходит не для всех, но второй имеет универсальное приложение, и я сам убедился, что оба из них действенны.

Первый метод чисто интеллектуальный; это исследование, о котором мне приходилось уже в некоторых случаях упоминать, исследование четвертого измерения пространства. Физическому мозгу никогда не было привычно действовать в этом направлении, так что он чувствует себя бессильным бороться с этой проблемой. Но мозг, как и любую другую часть физического организма, можно тренировать настойчивыми, постепенными, тщательными усилиями, и он сможет совершать дела, казавшиеся всецело за пределами его возможностей. Таким образом, его можно побудить к пониманию и ясному представлению форм мира, непохожего на его собственный. Главный апостол четвертого измерения — это Ч.Х. Хинтон из г. Вашингтона. Он не является членом нашего общества, но оказал многим его членам прекрасную услугу, столь ясно и блестяще написав об этом удивительном предмете. В своих книгах он рассказывает, как сам преуспел в развитии этой способности высшего представления в физическом мозге, и некоторые из нас пошли по его стопам. Одному удалось развить астральное зрение, просто постепенно увеличивая способности мозга, пока они не включили возможность схватывать астральную форму, таким образом, пробудив скрытую собственно астральную способность. Это просто вопрос расширения способности восприятия, пока она не включит в себя и астральную материю. Но я полагаю, что из нескольких людей, взявшихся за такое обучение, также быстро и хорошо

удалось достичь успеха не более чем одному. Так или иначе, такое исследование будет весьма захватывающим для тех, у кого математический склад ума, и там, где оно не даст расширения способности зрения, оно по меньшей мере даст более широкое понимание и более широкий взгляд на мир, и это неплохой результат, даже если не будет никакого другого. Для не обладающих полным астральным зрением это остается единственным известным мне методом, которым можно приобрести ясное понимание о внешнем виде астральных объектов и определенное представление о том, чем же на самом деле является астральная жизнь.

И если это направление усилий рекомендуется лишь немногим, то наш второй метод универсален. Он так же непрост, но его практика не может не принести человеку огромной пользы. Это великое преимущество; он поведет человека к тем силам, которых он так горячо желает, но скорость, с которой он сможет двигаться по этому пути, зависит от степени его предыдущего развития в этом же направлении в других жизнях, и потому никто не может гарантировать ему верного результата в заданный срок; но все же, пока он работает в этом направлении, каждый предпринимаемый им шаг приносит улучшение, и даже если ему придется трудиться всю жизнь, не приобретя астрального зрения, он все же усовершенствуется умственно, нравственно, и даже физически. Метод этот называется в различных религиях медитацией. Для целей нашего исследования я разделю ее на три последовательных шага: концентрацию, медитацию и созерцание — и объясню, что подразумеваю под каждым из этих трех терминов.

Но помните, что для достижения успеха эти усилия должны стать лишь одной из сторон общего развития, так что для человека, который хочет научиться ее секретам, абсолютным условием является ведение чистой и альтруистической жизни. Правила достижения большего прогресса не составляют никакого секрета, ступени Пути Святости известны миру веками, и в своей книге «Невидимые помощники» я перечислил их согласно учению Будды, указав характеристики, отмечающие каждую. Совсем не трудно знать, что делать — трудность в выполнении этих указаний, которые даются всеми религиями,

Первый шаг, необходимый для достижения высшего ясновидения — это концентрация. Это не глаzenie на яркое пятно, пока ума вовсе не останется, но приобретение такого контроля над ним, что вы сможете делать то, что хотите и фиксировать его точно на том, на чем вам нужно, на протяжении такого периода, какой вы изберете. Задача это непростая, она одна из самых трудных и тяжелых, известных человеку, но она выполнима, потому что уже выполнялась — не однократно, но сотни раз, теми, чья воля сильна и непоколебима. Среди нас могут оказаться люди, никогда и не задумывавшиеся о том, насколько же бесконтрольны обычно наши умы. Остановитесь внезапно, когда идете по улице или едете в автомобиле, и посмотрите, о чем вы думаете, и почему. Постарайтесь проследить мысль назад, к тому, что породило ее, и возможно, вы будете удивлены тем, сколько беспорядочных мыслей пропутешествовало через ваш мозг на протяжении последних пяти минут, влетая и вылетая снова, не оставляя почти никакого впечатления. Постепенно вы начнете осознавать, что на самом деле это вовсе и не ваши мысли, а просто выброшенные отрывки мыслей других людей. Факт состоит в том, что мысль — это сила, и каждое ее употребление оставляет после себя впечатление. Сильная мысль о каком-нибудь другом человеке направляется к нему, а сильная мысль о себе цепляется к самому думающему; но очень много мыс-

лей не являются вовсе сильными и не нацелены особо в каком-то направлении, и формы, создаваемые ими, смутно плавают и недолговечны. Пока они еще существуют, они могут войти в любой ум, попавшийся на их пути, и происходит так, что когда мы идем по улице, то оставляем за собой шлейф слабых мыслей, а идущий за нами этим же путем встречает эти не имеющие ценности фрагменты, и они вторгаются в его сознание. Они вливаются в его ум, если он не занят уже чем-то определенным, и в большинстве случаев они также и уплывают, оставив в мозгу лишь самое незначительное впечатление, но если он обнаружит, что какая-нибудь мысль интересна или приятна для него, он берется за нее и прокручивает ее в уме, так что она выходит из него несколько усиленной добавлением небольшого количества его умственной силы. На время он сделал ее своей собственной мыслью, и так окрасил ее своей личностью. Каждый раз, входя в комнату, мы оказываемся в толпе мыслей — хороших, плохих, нейтральных, как уж случится, но большинство из них составляет лишь тусклый, бесцельный туман, который вряд ли вообще заслуживает название мысли.

И если мы желаем развить какую-то высшую способность, мы должны начать с контроля над нашим собственным умом. Мы должны занимать его какой-то работой, вместо того чтобы позволять ему играть, как ему угодно и впускать в себя все эти мысли, которые совсем и не наши и которых мы вовсе не хотим. Прежде чем мы сможем сделать первый шаг в направлении истинного и тренированного ясновидения, он должен стать не нашим хозяином, а нашим слугой, поскольку это инструмент, которым нам придется пользоваться, и он должен быть в нашем распоряжении и под полным нашим контролем.

Концентрация — одна из самых трудных вещей для обычного человека, потому что он не практиковался в ней и едва ли осознает, что это нужно делать. Подумайте, что было бы, если бы ваши руки управлялись вами так же мало, как ваш ум, если бы они не повиновались вашему командам и уклонялись от того, что бы вы хотели сделать. Вы бы решили, что у вас паралич и руки бесполезны. Но если вы не можете управлять своим умом, это опасно напоминает умственный паралич; потому вы должны заниматься с ним, пока он не будет у вас в руках, и вы не сможете применять его, как хотите. К счастью, концентрацию можно практиковать весь день, в обычных делах повседневной жизни. Что бы вы ни делали, делайте это основательно и фиксируйте на этом свой ум. Если вы пишете письмо, думайте о письме и больше ни о чем, пока оно не будет окончено, оно будет написано лишь лучше с таким старанием. Если вы читаете книгу, фиксируйте свой ум на ней и постарайтесь полностью уловить мысль автора. Всегда знайте, о чем вы думаете и почему; пусть ум будет всегда в умственном труде, не оставляйте его без дела, ведь именно в эти праздные моменты и входит зло. Даже теперь вы можете очень хорошо сосредотачиваться, если ваш интерес достаточно остро возбуждён. Ваш ум при этом столь полно поглощен, что вы с трудом можете слышать, что вам говорят, или видеть происходящее вокруг.

На востоке рассказывают историю о скептических придворных, которые отказывались верить, что аскет может быть так занят своей медитацией, что не заметит и армию, проходящую вблизи него, когда он сидит под деревом, поглощенный своими мыслями. Присутствовавший царь заверил их, что он может доказать возможность этого и сделал это поистине восточным и авто-

кратическим способом. Он приказал принести большие кувшины для воды и наполнить их до краев. Затем он приказал придворным взять по одному и нести их; они должны были пройти, неся эту воду, по главным улицам города. Но они были окружены царской стражей с обнаженными мечами, и если кто-либо из них пролил бы хоть одну каплю, этому несчастному отрубили бы голову прямо на месте. В ужасе придворные начали свое путешествие, но все они вернулись целыми. Царь с улыбкой встретил их и попросил рассказать ему все особенности их прогулки и описать встреченных ими людей. Никто из них не мог упомянуть даже одного человека, которого они видели, но все соглашались в том, что были столь заняты, смотря за своими переполненными кувшинами, что не заметили ничего другого. Так что, господа, ответил им царь, вы видите, что когда есть достаточный интерес, сосредоточение возможно. Когда вы достигнете такой концентрации не под страхом смерти, а по собственной воле, тогда вы с пользой сможете перейти к следующей стадии своих усилий. Я не говорю, что это будет просто, напротив, это очень трудно; но это выполнимо, поскольку многие из нас это делали. Когда ваш ум, таким образом, стал инструментом, попробуйте то, что мы называем медитацией. Выберите себе определенное фиксированное время, когда вас не будут беспокоить; раннее утро, если это возможно, во многих отношениях будет лучше всего. Сейчас это для нас не всегда легко, поскольку современная цивилизация безнадежно расстроила наш день, так что полдень больше не является средней его точкой, как он должен быть. Теперь после восхода солнца мы еще долго лежим в кровати, а затем долго остаемся на ногах после его захода, портя свои глаза искусственным освещением. Все же выберите время, и пусть оно будет каждый день тем же. Пусть ни один день не пройдет без регулярных усилий. Вам известно, что при занятии какими-либо физическими упражнениями куда эффективнее делать их понемногу, но регулярно, чем совершать в один день резкие усилия, а потом неделю ничего не делать. Так что в этом деле важна именно регулярность. Сядьте удобно там, где вас не могут потревожить, и обратите свой ум со всеми его новообретенными способностями концентрации к какому-либо избранному предмету, требующему высокого и плодотворного мышления. При изучении теософии у нас нет недостатка в таких темах, которые совмещают глубочайший интерес с огромнейшей пользой. Если вам больше это нравится, то вы можете взять какое-либо нравственное качество, как советует католическая церковь, когда предписывает это упражнение. В данном случае вы можете рассмотреть это качество в своем уме, посмотреть, насколько оно важно в божественном порядке, как оно проявляется в окружающей вас природе, как демонстрировали его великие люди древности, как бы вы сами могли проявить его в повседневной жизни, а также как, возможно, вам не удавалось показать его в прошлом, и так далее. Такая медитация на высоком нравственном качестве — очень хорошее упражнение во многих отношениях, ведь она не только тренирует ум, но и постоянно удерживает благие мысли. Но ей обычно должна предшествовать мысль о чем-нибудь конкретном, а когда это станет для вас просто, вы сможете с пользой приняться и за более абстрактные идеи.

Когда это станет у вас установившейся привычкой, которой ничто не сможет помешать; когда вы сможете справляться с этим, не ощущая напряжения или затруднения; когда ни одна странствующая мысль не отважится

на вторжение, тогда вы сможете перейти к третьей стадии наших усилий — созерцанию. Но помните, что вы не преуспеете в нем, пока полностью не преодолеете блуждание ума. На протяжении долгого времени, пытаясь медитировать, вы будете обнаруживать, что ваши мысли постоянно отклоняются, и вы не будете знать этого, пока внезапно не обнаружите, как же далеко они ушли. Вы не должны отчаиваться от этого, поскольку это всеобщий опыт, вы просто должны опять призвать заблуждающийся ум к своему делу, возможно, сотню или тысячу раз, если это будет необходимо, поскольку единственный способ добиться успеха - это не допустить даже вероятности неудачи. Но когда вам, в конце концов, это удастся, и вы определенно овладеете умом, тогда вы придете к тому, к чему все предыдущее было лишь необходимой подготовкой, хотя и хорошей самой по себе. Вместо того чтобы рассмотреть в уме качество, возьмите высший известный вам духовный идеал. Что это, и как вы это назовете, не имеет значения. Теософ, вероятно, возьмет одного из тех великих, о которых мы ранее упоминали, членов Братства адептов, которых мы называем Учителями, особенно если он располагал преимуществом встречаться с ними лично. Католик может взять Пресвятую Деву или какого-нибудь святого покровителя; другой христианин, вероятнее всего, изберет Христа; индус, возможно, выберет Кришну, а буддист, скорее всего — господина Будду. Имена не имеют значения, ведь теперь мы имеем дело с реальностями. Но это должно быть для вас самое высшее, что бы вызвало в вас величайшее чувство почтения, любви и благоговения, которое вы только способны испытать. Вместо вашей прежней медитации вызовите самый живой умственный образ этого идеала, который вы только можете воспроизвести, и пусть ваши самые сильные чувства изливаются в направлении этого Высшего. Постарайтесь всей силой своей природы вознести к нему, стать единым с ним, быть в этой славе и красоте, быть от нее в восторге. Если вы делаете это, если будете постоянно продолжать поднимать свое сознание, то наступит время, когда вы внезапно обнаружите, что так едины с этим идеалом, как не были никогда раньше, осознаете и поймете его, как никогда — ведь для вас воссиял новый и удивительный свет, и весь мир изменился, поскольку в первый раз вы узнали, что значит жить, а вся прежняя жизнь в сравнении с этой покажется подобной тьме и смерти. Затем все это снова ускользнет, и вы вернетесь в свет обычного дня — и действительно он, в сравнении с этим, покажется темнотой! Но продолжайте работу над созерцанием, и скоро этот чудный момент будет приходить снова и снова, с каждым разом все дольше оставаясь с вами, пока высшая жизнь не станет вашей навсегда, будет не просто проблеском небес, а постоянным сиянием, новым и непрекращающимся чудом каждого дня вашего существования. Тогда и днем, и ночью у вас будет одно непрерывное сознание, одна прекрасная жизнь, наполненная счастьем помощи другим; и все же это, хотя и представляется столь неопишесым и недостижимым, лишь начало вступления в наследство, хранящееся для вас и для любого из сынов человеческих. С этим новым и высшим зрением, оглянувшись вокруг, вы увидите и поймете множество вещей, о которых вы никогда даже и не подозревали, если, конечно, заранее не ознакомились с исследованиями ваших предшественников на этом пути. Продолжайте свои усилия, и вы подниметесь еще выше, и со временем перед вашим удивленным взором откроется жизнь еще настолько же более великая, насколько

астральная жизнь больше физической, и однажды вы почувствуете, что истинная жизнь до сих пор оставалась вам неизвестной, ведь все это время вы все ближе поднимаетесь к Единой жизни, одна лишь, которая является совершенной истиной и красотой.

Вы скажете, что такое развитие потребует многих лет. Да, это вполне вероятно, ведь вы пытаетесь сжать в одну жизнь эволюцию, которая обычно занимает многие жизни; но все же это более чем стоит затраченного времени и усилий. Никто не может сказать, сколько времени это займет в каждом конкретном случае, поскольку это зависит от двух вещей — количества той коры, через которую нужно пробиться, и энергии и решительности, которые будут вложены в работу. Нельзя обещать, что через столько-то лет вы непременно добьетесь успеха, можно лишь сказать, что многие до вас пытались и у многих получилось. Все великие Учителя Мудрости были когда-то людьми такого же уровня, как и мы, и как поднялись они, так надлежит и нам. Многие из нас тоже делали скромные попытки и достигли успеха, одни в большей, другие в меньшей степени, но никто из нас не сожалел о них, ведь чего бы мы ни достигли, помалу или помногу, приобретается нами навсегда, поскольку становится присущим душе, которая не подвержена смерти. Все приобретенное таким образом остается в нашем владении и распоряжении, и способности эти — полные и сознательные, поскольку это не медиумизм, не слабое, временное качество, приходящее в транс, а способность развитой и славной жизни, к которой когда-нибудь придет все человечество. Но человек, желающий раскрыть в себе эти способности, будет очень неблагодарен, если не позаботится, прежде всего, о крайней чистоте сердца и души, ведь это первейшая и величайшая необходимость. Если он собирается сделать это, и сделать хорошо, он должен очистить свое ментальное, астральное и физическое; он должен отбросить свои любимые грешки и физическую нечистоту; он должен прекратить осквернять своё тело мясом, алкоголем и табаком и постараться сделать себя навсёгда чистым, с этого момента плана до высших. Если он не думает, что стоит бросить свою любимую нечистоту ради высшей жизни, то это его собственное дело; ещё в древности было сказано, что нельзя служить Богу и Маммоне одновременно. Я не говорю, что вредные привычки на физическом плане полностью лишают человека возможности психического развития, но самым решительным и определенным образом заявляю, что человек, остающийся нечистым, никогда не застрахован от опасности, и что касаться таких святых вещей грязными руками всегда значит подвергаться страшному риску. Человек, стремящийся к высшему, должен освободить свой ум от беспокойства и забот низшего порядка; выполняя свой долг до самого конца, он должен делать это безлично и лишь ради правды, результат же предоставить на усмотрение высших сил. Таким образом, при своем продвижении он соберет вокруг себя существ чистых и готовых помочь, и сам будет светить солнечным светом тем, кто страдает или в печали. Так он будет оставаться господином себя, чистым и бескорыстным, никогда не используя свои новые способности ради личных целей, но всегда лишь для помощи и продвижения своих собратьев, которые тоже смогут научиться, насколько смогут, жить более широкой жизнью и подняться из тумана невежества и эгоизма в великолепный солнечный свет божественного мира.

Ж-л «Теософист», январь 1904. Перевод К. З

Ч. Ледбитер

ТРУДНОСТИ В ЯСНОВИДЕНИИ

В ранние дни существования Теософического Общества среди нас бывало мнение, что психические силы могут быть развиты лишь теми, кто от рождения обладает физическим телом подходящего типа, — поэтому некоторые имеют способности от природы, являющиеся следствием стараний, предпринятых в предыдущих жизнях, а другим, не столь одаренным, остается лишь полностью посвятить себя любой работе на физическом плане, которую они могли бы выполнять, в надежде, что следующий раз они получают привилегию родиться с психическими способностями. Более полные сведения, полученные позднее, в некоторой мере изменили эти представления, — мы видим теперь, что при определенной стимуляции в любом достаточно очищенном теле можно раскрыть некоторые психические способности. Тем не менее, мы вовсе не так уверены, как раньше, что обладание психическими способностями с рождения действительно является преимуществом. Вполне ясно, что это в некотором отношении преимущество, и это должно быть преимущество и вообще, но опыт показывает, что это часто несет с собой и серьезные практические трудности. Мальчик, обладающий ими, знает мир, в который не допущены его менее счастливые товарищи — мир гномов и фей, настоящей дружбы с животными и птицами, деревьями и цветами, живого сопереживания всем настроениям природы — мир более свободный, менее убогий и гораздо более реальный, чем скучный круговорот повседневной жизни. Если ему повезло — а это очень редкое счастье — иметь чувствительных родителей, то они симпатизируют ему в этом и объясняют, что этот волшебный мир — не что-то отдельное, но лишь более высокая и романтическая часть жизни щедрой и удивительной древней Земли, к которой мы принадлежим, и поэтому повседневная жизнь, будучи правильно понята, не так уж скучна и сера, но наполнена настоящими чудесами, радостью и красотой.

В этом могли бы быть несомненные преимущества, но, к сожалению, как я уже говорил, чувствительные родители редки, и подающий надежды поэт, художник или мистик скорей всего окажется в руках бесчувственной буржуазии, совершенно неспособной понимать его и положительно проникающейся страхом и ненавистью ко всему необычному и требующему немного подняться над смертельной скукой своей самодовольной респектабельности. Тогда его судьба воис-

тину несчастна - он скоро понимает, что должен жить двойной жизнью, тщательно пряча романтическую реальность от грубых насмешек невежественных обывателей, и очень часто это скотское подавление полностью душит раскрывающиеся возможности духовного восприятия и на время этого воплощения оттесняет его назад, в свою скорлупу. Так сотни настоящих ясновидцев были потеряны для мира просто из-за бессознательной жестокости благонамеренных глупцов.

Однако некоторые мальчики, и еще чаще — некоторые девочки, не теряют полностью своих способностей, но переносят некоторые их остатки и во взрослую жизнь, и нельзя исключить, что сам факт непосредственного знания невидимого мира может подвинуть их к изучению теософии. Что же тогда произойдет, даст ли психизм им преимущества?

Несомненно, должен — ведь они не только знают из опыта многие вещи, которые другие ученики принимают просто как необходимые гипотезы, но и могут понимать гораздо лучше других все описания высших состояний сознания, которые, будучи составлены на физическом языке, обязательно должны быть прискорбно несовершенными. Ясновидящий не может сомневаться в жизни после смерти, поскольку мертвые часто перед ним предстают; он не может задаваться вопросом о существовании добрых и злых влияний, так как видит и ощущает их ежедневно.

Таким образом, во многих отношениях ясновидение приносит неопределимую пользу. В целом, я думаю, что оно делает жизнь своего обладателя счастливее, оно дает ему возможность быть более полезным своим товарищам, чем он мог бы быть, не имея его. Это прекрасный дар, если он всегда уравновешен скромностью и чувством здравого смысла, но если нет, то он может нанести серьезный ущерб, введя в заблуждение не только ясновидящего, но и тех, кто ему доверяет. Этого не произойдет, если проявлять должную осмотрительность, но многие этого не делают и таким образом возникают неточности.

Особенно это относится к случаю, когда оператор пытается использовать возможности своих высших проводников, потому что, во-первых, требуется тщательная тренировка, чтобы их можно было использовать правильным образом, и во-вторых, результаты наблюдения должны быть пронесены вниз, через несколько промежуточных тел, что дает много возможностей для искажения. Хорошим примером этого типа работы является исследование истории чьих-либо прошлых жизней, что обычно называется чтением записей. Для получения достоверных результатов это должно делаться при помощи каузального тела; и поэтому, чтобы правильно запротолировать все наблюдения на нашем низшем плане, мы должны полностью контролировать четыре проводника, а это серьезное требование.

Физическое тело должно находиться в полном здоровье, поскольку если это не так, оно может произвести самые необычные иллюзии и искажения. Ерундовое расстройство желудка или малейшее изменение нормальной циркуляции крови через мозг, будь то изменение количества, качества или скорости, может так изменить действие функций мозга, что сделает его совершенно ненадежным передатчиком доставляемых ему впечатлений. Аналогичный эффект может быть произведен любым изменением нормального объема или скорости потоков жизненной энергии, идущих через тело человека от селезенки. Механизм мозга сложен, и без нормального функционирования его эфирной части, через которую течет жизненность, или более плотной материи, которая принимает циркуляцию крови, не может быть уверенности в правильности принятого — любое нарушение в каждой

части может легко затруднить или нарушить восприятие, производя расплывшиеся или искаженные образы всего, что было мозгу предоставлено.

Астральное тело также должно быть под совершенным контролем, и это значит намного более, чем поначалу можно полагать, поскольку материя астрального тела — родной дом желаний и эмоций, и у большинства людей находится в состоянии дикого возбуждения. Требуется вовсе не то, что мы обычно называем спокойствием — нужна гораздо более высокая его степень, которой можно добиться только долгой подготовкой. Когда человек говорит, что он спокоен, го имеет в виду, что не испытывает в данный момент какого-либо сильного ощущения в астральном теле, но при этом всегда имеется некоторое количество более слабых чувств, которые поддерживают движение в астральном проводнике — волнение, которое все еще остается, например, после некоторого всплеска эмоций, захлестнувшего его вчера. Но если он хочет читать записи прошедшего или производить магические церемонии, то он должен научиться успокаивать даже это.

Трудно улучшить старое сравнение с отражением дерева в озере. Пока поверхность воды полностью спокойна, мы видим совершенное изображение дерева; мы можем видеть на нем каждый лист, правильно распознать, какого оно вида и в каком состоянии; но малейшее дуновение ветра сразу же разрушит изображение и создаст рябь, которая так смешает изображение, что мы не только не можем сосчитать листья, но даже с трудом сможем сказать, что это вообще за дерево: дуб или вяз, ясень или граб, густые ли листья, в цвету оно или нет. Наша интерпретация изображения, произведенная в таких условиях, фактически будет во многом просто гаданием. И это, помните, эффект от легкого ветерка; более сильный же ветер сделает все крайне невразумительным. Нормальное состояние наших астральных тел можно представить, как эффект от свежего бриза, а наше обычное спокойствие — как рябь от легкого, но постоянного ветерка; зеркальной поверхности можно добиться только после долгой практики и весьма энергичных усилий. Когда мы осознаем, что для достоверного чтения записей мы должны добиться состояния полной безмятежности не только в одном теле, но в четырех, из которых ни одно в своем обычном состоянии ни на минуту не остается в покое, то начинаем видеть, какая перед нами трудная задача, даже если бы это было все.

Ведь астральное тело должно быть спокойным не только в начале исследований, оно должно оставаться без волнения все время, пока ведется работа — это значит, что если ясновидящий хочет получить нечто большее, чем общее впечатление, то он не должен позволять себе приходить в возбуждение под влиянием увиденного. Заметьте, что природа возбуждения значения не имеет — для точности наблюдений равно фатальны как судорога страха, так и порыв любви или почитания. Собираясь быть строго правдивым в своих сообщениях, наблюдатель должен записывать все, что он видит, так же беспристрастно, как делает это кинокамера или фонограф — он может позволить себе роскошь предаваться эмоциям при воспоминаниях об увиденном, но во время наблюдений он должен быть абсолютно бесстрастным, если хочет быть достоверным. Это делает для эмоционального или истеричного субъекта возможность быть достоверным наблюдателем высших планов практически недоступной — он окружает себя целым миром форм, построенных его собственными мыслями и чувствами, а потом видит и описывает их так, как если бы они представляли собой внешнюю реальность.

Часто такие формы красивы, и их созерцание воодушевляет, так что даже если они и неточны, они все же могут оказать большую помощь наблюдателю. Его опыт может даже быть полезен другим, если он столь разборчив, что не навешивает им яркие фигуры, архангелов или адептов. Но, обычно наблюдая именно такие фигуры, вызванные воображением, многие считают, как свойственно обычной человеческой природе, что их непременно посетил некто великий. Единственным методом предохранения от такого самообмана является старый и утомительный путь долгой и внимательной тренировки, — исключая некоторую смутную интуицию, человек не может отличить мыслетформу от реальности, пока не будет знать свойственные им характеристики и не сможет подняться над ними достаточно высоко, чтобы применить свои критерии. Спокойствие в ментальном теле столь же необходимо, как и в астральном. Человек, который беспокоится, никогда не сможет видеть достоверно, поскольку его ментальное тело находится в состоянии хронической болезни — непрерывном воспаленном волнении. Страдающий гордостью или честолюбием встретит аналогичные трудности. Некоторые полагают, что то, о чем они думают обычно, влияет незначительно, коль скоро во время исследований они держат свой ум в спокойствии, но эта идея ошибочна. В этом проводнике вчерашний шторм также оставляет за собой волнение, и обычный или частый умственный настрой оставляет в ментальном теле неизгладимый отпечаток, поддерживая постоянные колебания, которые его обладатель не сознает, как биение своего сердца. Но как только предпринимается попытка ясновидения, это присутствие становится очевидным и делает что-либо подобное ясному взгляду невозможным — тем более что человек, не подозревая присутствия этих колебаний, не делает попыток нейтрализовать этот эффект.

Предрассудки тоже представляют непреодолимое препятствие для точности наблюдений, а мы знаем, сколь немногие люди полностью их лишены. Во многих случаях такие умственные подходы ведут свое начало от рождения или долгой традиции, например, отношение среднего брахмана к парии, или среднего американца к негру. Никому из таких людей не удастся точно передать сцену, в которой участвуют представители классов, инстинктивно ими презираемых. Я могу привести вам пример, который недавно попался мне на глаза. Я знал хорошую ясновидящую с сильной склонностью к христианству. Пока мы имели дело с предметами, ей безразличными, ее видения были ясными, но как только появлялось то, что затрагивало, пусть отдаленно, ее религиозные верования, она моментально восставала и становилась абсолютно ненадежной. Будучи во многих отношениях особой весьма неглупой, она могла бы пресечь этот предрассудок, если бы его сознала, но она не знала о нем, и его зловерное влияние никак не сдерживалось. Если, например, перед нами возникала сцена, в которой христианин и человек любого другого вероисповедания, так или иначе, вступали в конфликт между собой, или даже просто появлялись рядом, ее описание этого было просто пародией на реальность, ибо она могла видеть только хорошие стороны христианина и только плохие — в другом человеке. Если появлялся какой-либо факт, который не укладывался в версию истории, преподносящуюся в христианском писании, этот факт игнорировался или искажался таким образом, чтобы соответствовать ее предубеждениям; и все это происходило совершенно бессознательно, с самыми благими намерениями. Это только маленький пример недоверности спонтанного, нетренированного ясновидения.

Неудивительно, что требуется много лет терпеливой и внимательной работы, пока ученик Учителя не будет признан действительно достоверным источником информации. Он должен раскрыть все неосознанные предрассудки и искоренить их; он должен удалить из тайников своего сознания и других, наиболее крепко засевавших там обитателей — гордость, самомнение, эгоцентризм.

От последнего страдают многие люди. Я вовсе не имею в виду, что они эгоистичны в обычном, грубом смысле этого слова — они часто далеки от этого и могут быть сердечными, самоотверженными и всегда готовыми помочь. Также я не хочу сказать, что они горды и самодовольны, но они просто любят быть в свете рампы, в центре всеобщего внимания. Представим, что такой человек от рождения обладает психическими способностями. Тогда в каждом случае, имеющем отношение к личному опыту, этот психист будет неизбежно преувеличивать свое личное участие в событиях, причем без малейшего намерения.

Нам известно, что часто случается так, что начинающие в астральной работе при воспоминании о каком-либо событии отождествляют себя с личностью, которой они оказывали помощь. Например, если кто-либо в течение ночи помогал человеку, погибшему в результате железнодорожной катастрофы, то наутро он может проснуться с воспоминанием о сне, в котором он погиб при крушении поезда, и т.д. Нечто в том же духе происходит, когда эгоцентричный психист встречает в своих исследованиях кого-либо с прекрасной аурой — он помнит, что такая аура была у него, а если он видит, как кто-то разговаривает с кем-либо великим, он сразу представляет, что сам имел такой разговор, и (без малейшего желания ввести вас в заблуждение) изобретает все сорта лестных замечаний, адресованных ему высшим существом. Все это делает его весьма опасным, если у него нет феноменальной силы самоотречения и самоконтроля. Члены Теософического Общества, пережившие лестные опыты такого сорта, решились послать доклады о них президенту или другому тренированному ясновидящему, с целью распутать узел этих фактов (если оные имели место) в надежде, что такая коррекция даст им возможность постепенно научиться отделять зерна от плевел. Они приходят с историями об удивительных посвящениях, через которые они прошли, об ангелах и архангелах, с которыми они фамильярно разговаривали, и рассказы эти зачастую бывают настолько дикими и претенциозными, что требуется большой запас терпения, чтобы вести себя с ними корректно. Несомненно, это требует приличного терпения также и с их стороны, но снова и снова нам приходится говорить им, что они наблюдали кого-то другого и приписали его поступки себе, или преувеличили дружелюбное слово до расточительных похвал.

Легко видеть, что будь их эгоцентризм чуть более значительным, они бы не пришли за разъяснениями, но носили бы в себе уверенность в том, что стали высокими адептами или были любезно приняты руководителем какой-нибудь удаленной солнечной системы. Мы даже легко можем расклассифицировать их по категориям: кто имеет руководителями ангелов, кто слышит направляющие их божественные голоса, кто постоянно получает удивительные сообщения. Несомненно, верно, что иногда такие люди были шарлатанами, а в некоторых случаях и сумасшедшими, но я думаю, должно быть понятно, что большинство их вовсе не лжецы или маньяки, недействительно получили эти напыщенные заявления от существ астрального мира - скорей всего от ничем не выдающихся представителей бесчисленных сонмов мертвых.

Часто случается, что проповедник, особенно из какой-либо малоизвестной секты, становится духом-руководителем. В астральном мире после смерти он открывает в своей религии некоторый внутренний смысл, на который он раньше не обращал внимания, и чувствует, что если другие смогут увидеть эти вещи так, как сейчас их видит он, их жизнь может измениться — и вполне вероятно, что действительно может. Если ему удастся повлиять на какую-либо психически восприимчивую особу из своей паствы, то он сообщает ей, что выбрал ее в качестве инструмента возрождения мира, а чтобы произвести более глубокое впечатление, часто преподносит свои откровения, как приходящие из некоего высшего источника — он обычно предполагает, что так оно и есть. Обычно учения и советы, которые он дает, не так уж плохи, хотя проникнуты прописными истинами и морализаторством.

Но вскоре к такому мертвому проповеднику приходят люди, которым не нужны его мудреные морализаторские сентенции — они хотят знать, как будут продвигаться их любовные дела, какая лошадь победит в определенном забеге и какие акции будут подниматься или понижаться. Обо всех этих вещах наш проповедник вовсе неосведомлен, но не любит признавать это, полагая, что раз эти люди верят в его всеведение, поскольку он мертв, они потеряют веру в его религиозные учения, если он откажется отвечать даже на самые неуместные вопросы. Поэтому он дает серьезные советы, касающиеся этих вещей, дискредитируя идею связи с иным миром вообще и свою репутацию в частности. Нетренированный психист среди нас часто попадает в такое же положение, и ему или ей редко хватает смелости просто сказать «я не знаю». Один из самых первых уроков, данных нам великими учителями, заключался в том, чтобы мы научились ясно отличать немногие факты, которые мы на самом деле знаем, от огромной массы информации, которую мы принимаем на веру или получаем в результате умозаключений. Нас научили, что сказать «я знаю» — это значит сделать большую претензию, заявление, которого никто не должен делать, не подкрепив его своим личным опытом. Для выражения же личной уверенности людям разумнее было бы принять более скромную формулировку, с которой начинаются все буддийские писания: «так я слышал».

Преимущество ученика, который, не будучи вначале психически развит, но наставлен в этих вопросах впоследствии, заключается, как я думаю, в том, что до того как сделать попытку развить в себе такие способности, он уже достаточно развил в себе самоотречение, его предрассудки уже искоренены, а его астральное и ментальное тела находятся под контролем. Так что когда приходят эти силы, ему приходится иметь дело лишь с трудностями, связанными с их раскрытием и использованием, а не с огромным количеством дополнительных препятствий, поставленных его собственными слабостями. Он уже научен приводить свои проводники в порядок, точно знать, что он может делать посредством их, и учитывать недостатки, которые еще им присущи; он понимает и может учитывать действие той части своей личности, которая обычно не проявлена — того, что Общество Психических Исследований назвало подсознательным «я».

Когда силы раскрыты, он не начинает тут же неограниченно и беспорядочно ими пользоваться, а терпеливо изучает методы их применения — этот процесс может растянуться на годы, и только после этого можно будет сказать, что наблюдения его вполне достоверны. Более опытный ученик, под руководством которого он находится, показывает ему различные астральные

объекты, спрашивая при этом, что он видит. Он поправляет его в случае ошибок и обучает, как различать те вещи, которые путают все начинающие, разъясняет ему, в чем разница между двумя тысячами четырьмястами разновидностей элементарной сущности и как лучше всего использовать их комбинации при различных видах работы, показывает, как действовать в различных нештатных ситуациях, как направлять мысленные потоки, как создавать искусственных элементарей - все многочисленные тонкости астральной работы. И после только всей этой подготовки стремящийся становится действительно толковым работником — подмастерьем, который может понимать указания учителя и имеет понятие о том, как выполнить поставленную перед ним задачу.

Имеющий врожденные способности избегает трудностей их развития, но этот дар приносит с собой и свои особые соблазны. Человек с самого начала знает и видит вещи, которых окружающие не знают и не видят, и часто начинает чувствовать свое превосходство и уверенность в точности своего ясновидения, которое может быть, а может и не быть верным. Естественно, что у него есть чувства и эмоции, принесенные из прошлых жизней, и они растут вместе с его психическими способностями. Таким образом, у него есть определенные предубеждения и предрассудки, действующие на него подобно цветным очкам, через которые он смотрел всегда, так что ему незнакомы никакие аспекты природы, кроме тех, что видны сквозь них. Подсветка, которую они дают, кажется ему частью его самого, и ему чрезвычайно трудно преодолеть ее и увидеть вещи под другим углом. Обычно он бывает полностью неосведомлен о том, что видит все искривленно, и действует исходя из того, что видит все так, как оно есть, а те, кто несогласен с ним — безнадежно неточны в своих наблюдениях. Из всего этого вытекает, что владеющие природными психическими способностями должны пользоваться ими с величайшим вниманием и осмотрительностью. Если они желают, чтобы их дар был полезен и не наносил ущерба, то должны, прежде всего, полностью избавиться от эгоизма. Им нужно искоренить свои предрассудки и предубеждения, чтобы стать открытыми правде, таковой, как она есть, наполнить себя умиротворенностью, которая приносит понимание, тем миром, который обитает лишь в сердцах тех, кто живет в Вечном.

Ведь это — необходимые условия для точного наблюдения, и даже если они выполнены, все еще необходимо учиться понимать то, что удалось увидеть. Никого не вынуждают широко публиковать то, что он видит, и никому не нужно заглядывать в прошлые жизни людей или читать историю давно прошедших эпох, но если человек хочет делать это, то должен принять во внимание предостережения, которые дает нам опыт веков, или же подвергнуться ужасному риску ввести в заблуждение овец, следующих за ним. Даже необученный ясновидящий может принести много пользы, если он скромнен и внимателен. Если он выберет себе в руководители того, кто не является настоящим Учителем (что случается сплошь и рядом), любовь и почтительность, разбуженные в нем, все равно ему полезны, и если его энтузиазм может пробудить такие же чувства в других, то это будет полезно и для них. Высокие и благородные чувства всегда полезны для тех, кто их испытывает, даже если объект, которым они вызваны, не столь велик, как полагают. Но зло закрадывается тогда, когда такой заблуждающийся видящий начинает доставлять послания от своего лжеучителя — указания, которые могут не быть мудрыми, но при этом слепо исполняться из-за приписывания их определенному источнику.

Но как же тогда учащийся, не обладающий способностью ясновидения и не наблюдающий ничего самостоятельно, может отличить правду от лжи? Наиболее безопасный критерий истины — крайняя самоотстраненность. Когда видения любого ясновидящего всегда имеют склонность к некоторому прославлению его самого, то имеются основания для самых серьезных подозрений. Когда послания, приходящие через кого-либо, всегда подчеркивают оккультное положение, важность или должность этого лица, недоверие становится неизбежным, поскольку мы знаем, что в настоящем оккультизме ученик должен забыть о себе, помня при этом лишь о благе других, и единственная сила, которой он желает, это та, которая позволит ему казаться ничем в глазах людей.

Многие хотят обладать психическими силами и спрашивают, как раскрыть их. Все же владение ими не является несомненной благодатью, поскольку на той стадии, которой мир достиг сегодня, человек, глядящий незадуманным взглядом на большинство своих собратьев, увидит даже больше злого, чем доброго. Такое количество подлой борьбы и бездушной невнимательности, столько жестокости в отношении человека к человеку, что это многие тысячи может привести в уныние, а ангелов вполне заставить плакать. Так много злой и расчетливой жестокости в зверском школьном учителе к своему униженному ученику, в свирепом погонщике к своему куда менее звероподобному быку, так много бесчувственной глупости, грехов и эгоизма. Хорошо сказал об этом великий поэт Шиллер: «Почему ты забросил меня в город всеобщей слепоты, провозглашать себя твоим оракулом с открытыми чувствами? Забери назад это грустное ясновидение, забери из моих глаз этот жестокий свет! Верни мне назад мою слепоту — счастливую темноту моих чувств; возьми назад свой ужасный дар!»

Конечно, существует и другая сторона медали — ведь направив свой взгляд подальше от человечества и, наблюдая грациозные прыжки веселых природных духов или блестящее великолепие ангелов, можно уяснить, почему Бог, взглянув на созданный им мир, сказал, что «это хорошо». Даже среди людей мы видим постоянно возрастающий поток любви и сострадания, серьезных усилий и благородного самопожертвования, стремления к Богу, от которого мы и пришли, усилий превзойти уровень обезьяны и тигра, а также разжечь в пламя слабую искру божественности внутри нас. Ведь величайшим из даров, что дает ясновидение, является непосредственное знание о существовании великого Белого Братства, уверенность в том, что человечество вовсе не лишено руководителей и лидеров, но что на земле живут и действуют те, кто были людьми, такими же, как и мы, но стали подобны богам в знании, силе и любви. Так что они воодушевляют нас своим примером и своей помощью пройти тот путь, что они уже прошли, с уверенностью и надеждой, что в один прекрасный день мы сможем стать такими же, как и они. Так что теперь у нас есть уверенность вместо сомнения, счастье вместо печали, поскольку мы знаем теперь, что не только для нас одних, но и для всего человечества, частью которого мы являемся, придет время, когда мы пробудимся подобно им и тем будем удовлетворены.

Перевод К. Z

Борис Сахаров

ОТКРЫТИЕ ТРЕТЬЕГО ГЛАЗА

Метод и практика

(развитие духовного центра ясновидения)

*Серп Луны с точкой под ним
Означает жужжащий звук М,
Называемый Анусвара.
Произнесение этого звука в мантре
Пробуждает Аджна-чакру — «Третий глаз».*
Он часто виден на лбу Божеств и мистиков...*

ПРЕДИСЛОВИЕ

В наше время радио, радарных устройств и других технических новшеств нам, собственно говоря, удивительной покажется возможность зрительного восприятия без помощи глаз, только одним зрительным нервом, или даже с помощью зрительного центра в мозгу.

Сообщение об одном слепом из Махратта, который мог читать книги; своим внутренним глазом, или об одном йоге, который управлял автомобилем с завязанными глазами в густой сутолоке лондонского движения — не являются единичными. Еще Ламброзо, ученый с мировым именем, посредством гипноза вызывал у слепого способность чувствовать запах пальцами ног, вкус коленями и читать внешней поверхностью ушной раковины. Не менее впечатляющи опыты полковника А. де Роша, д-ра Х. Люрвиля и Ш. Ланселена.

Профессор д-р Дональд Хебб, руководитель семинара по психологии в университете Мак-Джил в Монреале, произвел недавно интересный опыт. Он заставил 46 своих студентов провести следующий эксперимент: «Каждый из участников был размещен в отдельном помещении. Глаза были завязаны, руки в плотных длинных манжетах, тело лежало на мягких надувных матрацах. Подопытный оказывался, таким образом, полностью изолированным от света, звука, лишенным возможности разговаривать, делать какие-либо движения. Через несколько часов начал проявляться феномен, который причинил такие мучения студентам, что они отказались от этого ничегонеделания. У них появились зрительные и слуховые галлюцинации, как это обыкновенно случается только у опьяненных наркотиками или у шизофреников. Первые трое, которые отказались от опытов уже после первого дня, сообщили о цветных пестрых дисках и квадратах, которые проплывали перед завязанными глазами. Только один выдержал опыт до конца, проведя более пяти дней в полном ничегонеделании. Большинство отказались уже после 70-74 часов и вернулись в аудитории. Один же выдержал 113 часов, а еще один 127 часов». Далее газета сообщает о выводах проф. Хебба: «Опыты имели своей целью доказать, что скука — это «болезнь, поддающаяся научному исследованию, на которую психология не обратила должного внимания».

А вот высказывание об этом же эксперименте канадского психолога Вудберна Герона: «Целью его исследований было изучать отношение мозга, вернее, выяснить его реакцию в условиях, когда подопытное лицо изолируется от всяких впечатлений и переживаний, которые могли бы иметь стимулирующий эффект на органы чувств. Студенты подвергались за сутки в 20

долларов направленной задаче быть ленивыми. Они легли в мягкую постель, находящуюся в изолированном от шума, снабженном климатической установкой помещении. На глаза их были надеты очки, пропускающие только мерцание молочного света. На руки были надеты перчатки и картонные тубы так, чтобы они не могли воспринимать никаких внешних впечатлений. Студенты сначала считали этот опыт приятной забавой. Первые часы они спали, но затем, после пробуждения, становились все более беспокойными. Мало-помалу бездействие начало им действовать на нервы. Вначале они пробовали свистеть и петь для собственного развлечения, а затем попытались обдумывать задачи, связанные с их обучением. Но большинству эти размышления не удались. Они не смогли больше сосредоточить свои мысли. Хуже того, они вообще потеряли способность мыслить. Через некоторое время появились галлюцинации. Они видели линии и узоры, затем доисторических зверей, желтых людей, клыки мамонта, прозрачные руки, великанов, слышали голоса и звуки» (Франкише пресса, № 239, 15-X-1 1954 г.).

Таковы были последствия этой «лени», продолжавшейся 6 дней. Вывод? Возьмем его из этого же сообщения газеты: «Канадский ученый пришел к заключению, что такой образ действий, через притупление чувств, уменьшает способность к умственной деятельности, что, возможно, является причиной так называемых «аффектов», нередко фигурирующих в некоторых судебных процессах».

Мы же продемонстрируем, какие важные результаты достигаются, если решиться это культивирование «лености» или, правильнее, «расслабления и уменьшения напряжения» довести до конца. Если мне после 38-летних странствий и поисков все же удалось показать путь в эту страну чудес, то моя жизнь не была прожита напрасно.

Б. Сахаров, Вайрот, ноябрь 1954 г.

Часть 1

ТЕОРИЯ

1. Как был открыт этот метод

Это было давно. Когда я 17-летним юношей в 1917 году начал изучение индусской философии и санскритского языка, я наткнулся на одно место в первой части Йога-Сутры Патанджали, знаменитого классического трактата Раджа-йоги, которое заставило меня насторожиться. Это был 35-й афоризм, который гласит: «Способы сосредоточения, которые вызывают необычные чувственные восприятия, помогают и прилежанию ума. «Комментарии Свами Вивекананды к этому месту следующие: «Необычные чувственные восприятия естественным образом следуют за дхараной, упражнениями в концентрации внимания. Йога учит, что когда ум сосредотачивается на кончике носа, то через несколько дней человек начинает чувствовать удивительное благоухание. При сосредоточении на корне языка появляются слуховые ощу-

щения, при сосредоточении на кончике языка — вкусовые, при сосредоточении на средней части языка возникает чувство прикосновения к чему-то. Сосредоточив все внимание на нёбе, человек начинает видеть поразительные вещи. Когда человек с неуспокоенным умом желает заняться упражнениями йоги, но сомневается в их действенности, ему следует прибегнуть к этим способам, ибо по истечении некоторого времени у него появляются необычные чувственные восприятия, которые рассеивают сомнения и помогают обрести настойчивость» (Свами Вивекананда, «Афоризмы Патанджали»).

Тысячи людей читали это место, но восприняли его поверхностно, только как средство для усиления выдержки и настойчивости в сосредоточении, но никому, очевидно, не пришло в голову, что под этими простыми словами (прибавленного комментарием слова «необычные») — нет в санскритском оригинале) скрывается нечто большее, чем доказательство того, что известные умственные восприятия, как говорит Вивекананда в другом месте своей книги, «можно узнать без соприкосновения с органами чувств».

Меня же эти слова приковали, как зачарованного, как будто именно здесь был тысячелетиями охраняемый вход во внутренность таинственной пирамиды Хеопса. С фантастическим упорством перешел я к делу — сосредотачиваясь на кончике носа каждое утро, в продолжение около 15-20 минут, не пропуская ни одного дня. Результат не заставил себя ждать, через 20 дней постоянно увеличивающегося, почти болезненного чувства зуда на кончике носа я внезапно ощутил в высшей степени приятный сладкий запах. Он появился на долю секунды, чтобы потом опять исчезнуть, но этого было достаточно, чтобы привести меня в экзатическую радость. На следующее утро я с усиленной энергией приступил к этому упражнению, но эффекта не последовало. Последующие дни также не принесли ничего, кроме чувства странного зуда на кончике носа. Наконец, приблизительно через 12 дней появился страстно желанный запах, который на этот раз чувствовался несколько сильнее и дольше. Затем запах снова исчез на несколько дней, но я продолжал усиленно заниматься, так как на этот раз надеялся на более короткий перерыв. Так и получилось. Теперь я мог вызывать «небесное благоухание» через 1-2 секунды сосредоточения, и оно продолжалось по несколько секунд. Я установил, что могу вызвать это явление всюду, где пожелаю: в толпе людей, на пляже, на базаре, где пахнет бог знает какими возможными и невозможными запахами. У меня было волшебное снадобье, которое меня всегда сопровождало. Я себя чувствовал, как Аладдин из тысячи и одной ночи, который со своей волшебной лампой мог заставить быть послушным себе могущественного духа. Я научил этому упражнению также других и при этом установил, к моему большому удовлетворению, что все чувствовали одно и то же благоухание. Но однажды характер запаха переменялся: благоухание было таким же сладким и приятным, но оно было совсем другим. Случайно я пожелал почувствовать определенный запах, и действительно появился желаемый мною запах розы, гвоздики, лилии — любой запах, и этот запах оставался по моему требованию на месте, сильнее и ароматнее своего аналога в «реальности». Таким образом, я был в состоянии вызвать любой приятный запах. И, хотя мною овладела настоящая мания, все же я понимал, что это не представляло большого достижения, т. к., в сущности, эта способность была не что иное, как так называемая галлюцинация, т. е. обман чувств. Тем не менее, я продолжал упражняться с неослабевающей энергией.

Однажды я ощутил совершенно неожиданный аромат, появившийся помимо моей воли и не похожий на тот, что был в самом начале. Он напоминал запах тлеющей сиамской мирры и каким-то образом наводил на мысль о воскурениях, помогающих достичь экстатического состояния. Я был крайне изумлен и начал, как заправская ищейка, обнюхивать все окружающие меня предметы. Но безрезультатно. Наконец я нашел в соседней комнате, в одном из ящичков, обрывок упаковки туалетного мыла. Так вот оно что! Исходивший от него запах, хотя был едва различим, оказался именно тем, который я только что почувствовал. Я пришел в совершенный восторг: это был уже не обман чувств, не галлюцинация, а настоящее восприятие, подлинное «яснообоняние» или, если угодно, «дальнообоняние».

В этом направлении я сам и мои ученики провели много опытов. Выяснилось, что расстояние как бы не играет никакой роли: я мог, например, из 4-й комнаты чувствовать самый легкий запах газа из кухни, прежде чем стоящая около печи служанка смогла заметить, что газовый кран по невнимательности открыт. Или мог воспринимать запах цветов, находившихся на подоконнике в закрытой комнате другой квартиры настолько далеко, что даже нельзя было рассмотреть, какие это цветы. Проверка на месте подтверждала, что уловленный аромат исходит именно от них. Объяснение этого феномена просто: через постоянное сосредоточение мыслей на кончике носа (скорее, на чувстве его) дыхание мгновенно останавливается. Вследствие этого появляется невольное желание как бы прощупать воздух, втянуть запах. Но самое сосредоточение на кончике носа играет при этом подчиненную роль трамплина, который необходим для того, чтобы получить желание понюхать. Это постоянно растущее желание раздражает обонятельный нерв и обостряет обоняние до такой степени, что оно «настраивается» на более короткую длину волны и может воспринимать менее уловимые запахи, которые для нормальных людей недоступны из-за дальности расстояния. Эта способность, которую можно развить путем упорных упражнений, впоследствии не теряется полностью и сверхчувствительность обоняния остается, даже когда первоначальный феномен исчезает. До сих пор все, казалось бы, ясно. Но как объяснить попросту поразительные феномены «ясновкуса» и «ясноосязания», о которых речь пойдет далее? Я не остановился на «яснообонянии», и вскоре перешел к сосредоточению на кончике языка. Результат появился через два дня: очевидно, моя способность к сосредоточению, благодаря первым упражнениям, значительно развилась. Как я и ожидал, я почувствовал крайне приятный, сладкий вкус, напоминающий прежний запах. Достаточно скоро над этим явлением удалось установить волевой контроль: в этот же день я мог вызвать любой вкус. При этом самым поразительным было то, что наряду с непривычной, почти сверхъестественной остротой ощущения, появлялось такое чувство насыщения, что еще долгое время после этого не было аппетита к блюду, вкушенному «магическим» способом. В этом случае обнаружилась возможность дистанцироваться от объекта вкусового ощущения, что представляет собой редкий феномен: в случае с запахом, хотя бы идущим с очень большого расстояния, все же этот запах представляет собой род эманации (испарения или выделения), и чувствовать его, пусть даже на очень большом расстоянии, могут и звери, и дикари. Совсем другое дело с восприятием вкуса: для этого нужно хотя бы очень мимолетное, но все же прикосновение языком к объекту вкуса. Уже расстояние в несколько миллиметров является препятствием для такого рода восприятия. Следовательно, тут нам не может помочь обыкновенное физи-

ческое объяснение. Но восприятие происходит каждый раз, когда мы пожелаем воспроизвести этот эксперимент, и это требует понятного описания процесса, которое поможет нам сделать чрезвычайно важные выводы. Может быть, все это только галлюцинации? Согласно знаменитому американскому лексикографу Вебстеру (издание 1953 г.), который привлек к составлению своего труда выдающихся специалистов всех областей знания, «галлюцинация — значит восприятие предметов, которые в действительности не существуют, или ощущение без веской причины, обыкновенно вызванное нарушением в нервной системе, как, например, при белой горячке. Прежде всего, согласимся, что это определение не подходит к нашим опытам, так как почувствованные нами запахи и вкусы соответствуют предметам, которые существуют в действительности, т. е. имеют внешние причины, и что особенно важно принять во внимание, нами не могут быть предчувствованными или просто ожидаемыми. Так же как и при обонянии, находящиеся на большом расстоянии от нас вкусы нами «ясночувствуются». Даже если попытаться приложить вышеприведенное научно обоснованное определение галлюцинации к нашему восприятию обонятельных и вкусовых ощущений, не имеющих внешней причины либо вовсе не существующих (т. е. причина или существование не могут быть доказанными), все же надо признать, что галлюцинации позже, путем систематического упражнения, переходят в реальное восприятие действительно существующих предметов. Таким образом, они перестают быть «галлюцинациями», поскольку, несмотря на непрерывное, целенаправленное раздражение, состояние нервной системы остается нормальным. Раз человек может обострить свое обоняние через сосредоточение до такой степени, что он (как это показали вполне безукоризненно проведенные эксперименты) может преодолеть расстояние и материальные препятствия, то эта способность не представляет собою галлюцинации. Иначе пришлось бы считать подверженными галлюцинациям те живущие в изначальной гармонии с природой племена и народы, которые обладают этой способностью, а заодно всех собак и других животных.

Но как обстоит дело с «ясновкусом»? Или надо принять, что, как объясняет индусская школа Веданты, наш принцип мышления при таком восприятии выходит из человека наружу, достигает объекта своего восприятия и тогда его чувствует. Выражаясь образно, наш язык «духовно протягивается» до тех пор, пока не дотянется до блюда своего соседа, что совершенно абсурдно! Кроме того, это было бы настоящей галлюцинацией, т. к. это слово происходит от латинского «галлюсинасис» и означает «странствовать в духе». А так как согласно этому индусскому учению все наши восприятия осуществляются таким образом, то и все наши нормальные ощущения должны быть галлюцинациями. Либо же мы вынуждены признать, что нашим чувствам вполне доступны подобные «ясноощущения», которые так же, как при обонянии и при вкусе (а, следовательно, также и другие воспринимаемые нашими чувствами свойства вещей, как форма, цвет и т.д.) обладают, кроме грубой материальной, также тонкой материальной природой — особым родом излучений. Значит ли это, что вся материя есть излучения цвета, запаха и т.д., которые бесконечно далеко переходят границу того, что мы можем осязать нашими пальцами, или до чего мы можем дотронуться языком? Нам ведь известно, что человек из целого моря звуковых волн нормально воспринимает только область 8-7 октав, а из световых волн может воспринять оттенки от красного до фиолетового. Все более низкие или высокие тона, все другие излучения, как инфракрасные, ультрафиолетовые, рентгено-

вские, альфа, бета, гамма-лучи, космические лучи и т. д. остаются неощутимыми, и все же они существуют. Из этого следует, что человек, который через определенные упражнения может развить сверхчеловеческую обонятельную способность, может также расширить и все остальные чувства. Так, Шарль Лансслен, на основании своих многочисленных экспериментов, утверждает, что у гипнотизированного повышается прямо-таки в астрономической степени способность ощущения всех его органов чувств. Он говорит: «Если на одну руку загипнотизированного человека положить тяжесть только на один грамм больше, он сейчас же укажет, на какой руке лежит более тяжелая вещь. То же самое происходит, если на полу начертить две линии: одну 3 м длиной, а другую на 1 мм длиннее, он без колебаний покажет более длинную линию. Если к одной из двух бутылок одинакового красного вина добавить ничтожное количество жидкости другого цвета, субъект указывает именно эту бутылку».

То же самое с акустикой: нормально мы воспринимаем звуки 7-ми октав, а пациент А. де Роша — 64 октавы. Ухо нормального человека воспринимает колебания от 40 до 16 000 колебаний в секунду, а то же ухо загипнотизированного человека — до 10^{19} колебаний в секунду. Это больше, чем колебания невидимых гамма-лучей, и поэтому загипнотизированный видит также излучение человека, его ауру. В этом состоянии гипноза пациент воспринимает все впечатления не посредством известных чувств (обоняния, осязания и т. п.), а новым, шестым чувством, которое пробуждается у него в мозгу, между бровями.

Но как этого достичь? Я думал над этим три года. А так как данное указание в Йога-сутре (1.35) относительно сосредоточения на нёбе тогда мне показалось «затуманенным», мне также казалось невероятным, что сосредоточение на нёбе действительно дает феномен «ясновидения». При опытах «яснообоняния» и «ясновкуса» речь шла, в конце концов, о раздражении, или, лучше сказать, о настройке на сверхкороткую волну соответствующего окончания обонятельного или вкусового нерва, которые находятся в непосредственной близости к месту сосредоточения (кончик носа, языка). Даже возражение, что в первом случае обонятельный нерв находится не на кончике носа, а в районе нёба, можно опровергнуть тем, что вызванное сосредоточением напряжение постепенно передается, особенно при помощи глубокого дыхания, до сферы нёба, и касается, таким образом, центра обоняния. Но как можно объяснить передачу действия сосредоточения на нёбе (при концентрации с целью ясновидения), дальше через носоглотку, до скрещения обоих зрительных нервов непосредственно около гипофиза? Можно предположить, что скрещение нервов является тем аппаратом, который воспринимает более тонкие, невоспринимаемые обычным зрением колебания. Мои опыты в этом направлении (посредством указанного Йога-сутрой сосредоточения на нёбе) действительно вызвали самопроизвольное появление удивительных видений. Но достигнутый успех этим и ограничился, несмотря на трудные упражнения в течение нескольких лет, до тех пор пока я не получил от моего учителя точных указаний, как развить зрение без помощи глаз. Оказалось, что сосредоточение должно быть не на нёбе, а на Аджна-чакре — центре тонкого вещества посередине между бровями. Это было напряженное обучение. Учитель придавал самое большое значение регулярности (соотношению интервалов и ритма) упражнений, так же как и исполнению правил воздержания в жизни, но больше всего проверке моих видений. Первое, чему я должен был научиться, это различать действительные и выдуманые образы тонкой ма-

терии. Так, например, каждый день я должен был производить следующий эксперимент: моя жена ставила вечером на определенное место какой-нибудь предмет (вазу, статуэтку и т.п.), а я должен был на другое утро из другой комнаты «видеть» этот предмет с закрытыми глазами. Эту задачу я решал ежедневно на протяжении двух лет, значит не меньше семисот раз, и почти каждый раз, за исключением малого числа промахов, я видел правильно. Моего учителя я видел каждый день: это вполне подтверждалось свидетельством моей жены и ее подруги, ясновидящей с давнего времени. Затем я научил этой технике моего друга Ф. и его сестру Е., и они достигли той же степени развития, так что могли точно видеть учителя, как это делали мы. Мой друг даже смог нарисовать портрет учителя. Через три года я был в состоянии видеть картины на любом расстоянии, хотя лишь на несколько мгновений. Учитель мне объявил, что теперь я смогу видеть, принимая мысленно его послания. Он передал для пробы мне и моей жене отдельно одно и то же послание, мы его записали каждый отдельно, затем сравнили: текст совпадал. Мне были даны и другие доказательства моей способности к телепатическому восприятию. Но мне все же казалось, что я двигаюсь вперед слишком медленно. Мои теоретические изучения йоги указывали мне на новые возможности. И я попробовал расширить мои упражнения, которые мне показались слишком простыми и даже примитивными. Я вбил себе в голову, что правильному развитию «третьего глаза» непременно должен предшествовать пробуждение силы Кундалини и поэтому я расширял все больше технику дыхания (пранаяму). Я пришел к убеждению, что скорее и лучше смогу добиться результатов, если буду работать не с Аджной, а с Муладхарой (с центром в копчике). Но это было роковой ошибкой, потому что с этой поры все покатилось вниз: я потерял все способности, все видения. Мои бесконечные изменения в упражнениях окончательно расстроили ритм. Я часто спрашивал об этом учителя и просил у него совета, но всегда получал ответ: «Ты меня правильно слышишь, но должен упражняться только так, как я тебе сказал». Но я не мог повернуть обратно. Напряженно и с максимальным сосредоточением делал я дальнейшие неудачные опыты. Порой на несколько дней я проводил старую технику, но затем мое мучительное желание исследователя толкало все к новым отступлениям и попыткам усовершенствования. Так продолжалось несколько лет. Хотя я потерял все видения, как будто их и не бывало, но зато я собрал богатые знания в теоретических областях Йоги. Я изучил Тантру (индусская оккультная традиция). В течение моих мучительных попыток самому найти правильный путь, я надумал испытать учителя и то наставление, которое он дал мне раньше. В Румынии у меня была подруга молодости, ясновидящая, которая уже много лет назад имела такие же видения, а также знала моего учителя и могла возобновить с ним контакт. Она мне предложила, чтобы я написал моему учителю письмо на санскрите (которого не знала), и она это письмо покажет учителю. Я так и сделал, будучи уверен, что моя знакомая, выступающая в роли посредницы, не сможет его прочитать. Кроме того, она уже значительное время лежала в больнице в румынском провинциальном городке, так что не могла бы показать мое письмо санскритологу. Значит, «обман» тут не был возможен. Ответ был получен вовремя. Написан он был по-русски: «Заметь, не Муладхара, а Аджна». Я спрашивал учителя, на чем я должен сосредотачиваться, на Муладхаре или на Аджне. В остальном его указания вполне совпадали с теми, что и раньше. Но и это меня не убедило. Я продолжал эксперименты. В 1937 году я познакомился со Свами Шиванандой

Сарасвати. На мои вопросы относительно правильной техники медитации, он ответил мне то же: «В центре Аджна», но я просил его разрешения продолжать мои упражнения в Муладхаре, начатой, в конце концов, согласился. Спустя год я обратился к нему и спросил, не лучше было бы снова перейти к упражнениям в Аджне? Он мне ответил: «Ты достиг достаточных успехов в концентрации на Муладхаре чакре. Не делай частых перемен». Так прошло еще десять лет. Между тем, после десятилетней концентрации на Муладхаре, я получил опять видения, но развить их я был не в состоянии. Тогда мне пришло в голову испробовать технику моего учителя на других. В продолжение нескольких месяцев у трех человек, упражнявшихся независимо один от другого, появились одни и те же переживания и видения. Они видели лицо учителя и получали с ним контакт. Это побудило меня отказаться от моих опытов с другими центрами и опять начать сначала упражнения по технике, указанной мне учителем.

Таким образом, после 23 лет работы по собственному усмотрению, я вернулся к упражнениям, которые уже давно перестал практиковать. Конечно, в продолжение этого долгого времени я собрал богатый практически материал, но замечательно то, что я установил, что в моих экспериментах правильным было только указание моего учителя. И мне стало ясно, что глаз учителя, как лучистый взгляд, никогда не терял меня из виду и всегда невидимо руководил мной. И когда я во второй раз вернулся к нему, как блудный сын, я услышал его голос: «Ты не потерял это время. Ты продвинулся значительно вперед».

2. «Третий глаз»

В чем состоит техника зрения без помощи глаз? При этом феномене дело не в том, как я уже сказал, что получается раздражение зрительного нерва, или точнее, не только в нем, так как указание в Йога-сутрах (1.35) — это концентрации мыслей на нёбе или, точнее, пересечении зрительных нервов (узел «хиазма оптикум») — совершенно конкретно. Значит, должен быть другой центр, раздражение которого имеет решающее значение для вызывания восприятия видений. Мой учитель не поощрил меня к продолжению концентрации мысли на нёбе, в которой я долгое время упражнялся перед тем, как получил его указания. Он мне рекомендовал совсем другую технику. В жамтом виде формула этой техники звучит на санскрите очень таинственно: «Ом мани мэ самхита, кхамаджнатам раджа сиддха», т.е. «Облака от меня (с моей стороны) правильной бездеятельностью согнаны в одно место, небо очищено для достижения господства». Что означают эти слова? Какие облака и какое «небо»? Что это не физические облака и не физическое небо, ясно из того, что эти облака «правильной бездеятельностью» с моей стороны должны быть «согнаны в одно место», т.е. они находятся в какой-то связи со мною. А слово «небо» — санскритское слово «кха» означает, во первых, отверстие человеческого тела (таких отверстий, по индусским воззрениям, всего 9: глаза, ноздри, рот и т.д.). Таким образом, такое толкование не подходит. Затем «кха» означает «воздушное пространство», «эфир», и его можно перевести просто как «небо», но и это значение не кажется исчерпывающим. Свами Шивананда Сарасвати приводит на этот счет замечательное высказывание древних индусских йогов, которое заслуживает внимания. Оно гласит: «Упражняю-

щийся в Йоге, который в состоянии увидеть свое собственное отражение в небе, может узнать, успешны ли его начинания».

Йоги, которые в совершенстве овладели искусством концентрации, говорят: «При ясном солнечном свете твердым взором ищи свое отражение в небе; как только увидишь его хоть на одно мгновение, ты готов и скоро увидишь на небе Бога. Тот, кто каждый день видит на небе свою тень, достигает долголетия. Смерть никогда не застанет его врасплох. Когда видение тени становится совершенным, упражняющийся в Йоге достигает успеха и приходит к победе. Он становится господином праны, и для него больше не существует никаких препятствий».

Техника проста и не требует многих лет практики. Некоторые достигали этого в течение одной-двух недель. «На восходе солнца станьте так, чтобы тело бросало тень на землю, лицом к своей тени, и на некоторое время обратите пристальный взгляд на область шеи, а затем на небо. Если вы при этом увидите на небе свою тень в полный рост, то это очень хороший признак. Тень ответит на ваши вопросы. Если же вы ее не увидите, продолжайте упражняться до тех пор, пока не получится. Упражняться можно и при лунном свете» («Практические уроки йоги», с. 219-220). Даже если эта практика легка и сулит такие заманчивые перспективы, лично мне она кажется потерей времени и труда; в книге я надеюсь показать, что эти, а в равной мере и другие указания древних йогов и истинная техника, скрыты под причудливо привлекательными формулами! Поэтому возвратимся к нашему слову «кха». Еще одно его значение—место между бровями. Здесь находится, как показывают многие изображения индусских богов, вертикально поставленный глаз, который дает йогу все волшебные силы, включая дар «божественного зрения» (дивья дришти) без помощи глаз телесных. В книге «Сатчакра Нирупана Тантра» этот центр упоминается как глаз мудрости (джнана чакра), который «подобен пламени большой лампы». В ней говорится (стр. 37): «Когда йогин во внутреннем сосредоточении удаляет свое сознание от опоры (внешнего мира) и пробуждает его, он видит на этом месте светящуюся искру, а затем яркое пламя, которое похоже на сияющее утреннее солнце между небом и землей». Согласно мистическому учению йогов, именно в этом пламени «мыслится», т.е. находится посредством воображения, «третий глаз». Так говорится в «Шива-Йоге»: «Мысли центр между бровями в образе пламени масляной лампы и посреди него - глаз мудрости». По сути, это инструмент не только постижения философских или религиозных истин, но и всякого постижения, всякого познания вообще.

Поэтому «Джнана чакра» означает «глаз знания» именно в широчайшем смысле слова, т.е. «глаз всеведения», которому открыты не только все настоящее, но в такой же степени прошлое и будущее. В книге «Трипура Саму-сайя» мы читаем: «У практикующего медитацию (в этом центре между бровями) возникает воспоминание о совершенном им в прошлых воплощениях, а также способность ясновидения и яснослышания». Современные йоги согласны с этим. В своей «Автобиографии йога» Парамхамса Йогананда называет этот центр «всеведущим духовным глазом» или «тысячелистным лотосом света». А Свами Шивананда говорит: «Точно так, как проходят лучи света через стекло, или рентгеновские лучи через непрозрачные предметы, йог с помощью своего внутреннего духовного глаза может видеть предметы за толстой стеной, знать содержание письма в запечатанном конверте или находить скрытые сокровища под землей». Этот духовный глаз — глаз интуиции, Дивья Дришта, или Джнана чакра. Что этот «третий глаз», называемый также

глазом Шивы, может видеть неограниченно в пространстве, было уже доказано практическими опытами, и не сводится только к теоретическим соображениям. Остается обосновать, как этот третий глаз преодолевает время, т. е. действует в четвертом измерении. Сам факт не нуждается в дальнейших доказательствах. Так как этот «глаз» стоит вне действия пространства и времени, сфера его действия также лежит вне трех измерений пространства, т. е. по крайней мере, в четвертом измерении. Поэтому он должен быть не ограничен временем, или, по выражению древних йогов, «Трикаладжна», что значит «знающий три времени» — прошлое, настоящее и будущее, или всеведущий. При этом надо особенно подчеркнуть, что, как показывают практические опыты древних времен — свидетельства тогдашних ясновидящих, а также эксперименты наших дней, способность восприятия и острота зрения посредством этого «глаза» никак не зависят от расстояния и времени. Это, разумеется, противоречит привычным нам учениям о механизме восприятия. Как известно, сила массы уменьшается пропорционально квадрату ее расстояния, так что на известном расстоянии сильнейшие излучения останавливаются экранами определенной толщины (например, гамма-лучи — железным экраном толщиной в один фут, космические лучи — свинцовым экраном до двух метров толщиной). Лучи же, которые воспринимаются «третьим глазом», называемые также лучами Шарпантье или Н-лучами, не уменьшают своей силы ни на каком расстоянии и не останавливаются никакими материальными преградами. Это указывает на их более тонкую материальную природу. Они не только не ограничиваются пространством, но и не зависимы от него.

Эти заключения подтверждаются на практике, т. к., хотя восприятие картины давно прошедших времен или будущего требует высокой степени развития «третьего глаза» и не всегда поддается проверке, то восприятие нынешних событий не уступает в точности и остроте наблюдению очевидца. В зависимости от степени открытости третьего глаза, различают четыре ступени: на самой низкой стоят видения необыкновенных вещей. Видны причудливые, привлекательные картины, не продукты большой фантазии, а вполне нормальные явления, образы или части их в диковинном освещении, необыкновенных оттенков цветов, как правило, без связи с направлением мысли видящего. Естественно, возникает предположение, что эти видения являются галлюцинацией. Но разве действительность — грубая материальность, разве действительность — только то, что воспринимается ограниченными пятью чувствами? Если, как это мы показывали выше, рамки восприятия наших чувств могут расширяться до неопределенной степени, где тогда граница и критерий «истинно воспринимаемого»? Наша западная психология чувствует себя растерянной перед этими «нереальными», и все же воспринимаемыми вещами, а наша школярская, едва вышедшая из пеленок наука более чем склонна отнести такие причудливые явления в ничего не говорящую и противоречивую рубрику «галлюцинации». Что же говорит об этом индийская психология? Йоги говорят о так называемом Манас-чакре, или центре мышления, который символически изображается в виде шестилепесткового лотоса; он описывается, как центр восприятия с шестью нервными каналами, или стволами. Из них пять — это каналы наших нормальных чувственных восприятий — зрения, слуха, вкуса, обоняния, осязания, а шестой канал, или Свамхаба Нади, служит проводником для таких проявляющихся изнутри впечатлений, как сны и галлюцинации. На первый взгляд удивляет сочетание здоровых

(сны) и нездоровых (галлюцинации) восприятий, но это сочетание далеко не случайно. Шестой лепесток Манас-чакры связан с «Тысячелепестковым Лотосом Света», который считается местопребыванием нашего духа — Дживатмы, тогда как Манас-чакра (сенсориум) есть центр нашего бодрствующего сознания. Этот факт безмерно важен, т. к. в то время как наше бодрствующее сознание воспринимает ощущение пяти органов чувств через пять нервных путей (пять лепестков этой чакры), то должно же это сознание во время сна, когда наши чувства не функционируют, проводить картины сна или «фантастические образы» через шестой канал, т. е. прямо из «Тысячелепесткового Лотоса» к «третьему глазу». Когда пять внешних органов чувств во сне или как-нибудь иначе отключены, то начинает работать именно шестой лепесток цветка Манас-чакры: он разрастается, становится большим и сильным, начинаются сновидения, а в бодрствующем же состоянии появляются так называемые галлюцинации, или, правильнее говоря, необыкновенные вещи.

Такова голая теория: убедительным ее практическим доказательством стала, не осознавая этого, наша собственная западная наука, в лице психологов Дональда Хебба и Вудберна Герона. Потому что их подопытные студенты были не галлюцинирующими больными, а вполне нормальными здоровыми молодыми людьми, с искусственно выключенными на некоторое время пятью органами чувств. Эту целенаправленную релаксацию — телесную и психическую ученые неправильно сравнили с ленью. Более того, подопытные этих двух исследователей все же что-то делали (они сначала думали о своих проблемах), и только когда вынужденная изолированность внешних чувств прогрессировала в достаточной степени, они стали видеть «доисторических зверей, желтокожих дикарей, бивни мамонта» и т.д. Все это, благодаря наивности исследователей, было принято за «побочные последствия лени». Видения студентов являются типичным симптомом того, что шестой лепесток начал постепенно функционировать и проводить зачатки впечатлений «третьего глаза». Если бы вместо продемонстрированной неадекватной оценки эти упражнения были систематически и собственно научно продолжены и углублены, то можно было бы получить данные, открывающие новые перспективы в этом направлении, и наша наука обогатилась бы новыми возможностями исследования и познания.

Во всяком случае, мы имеем доказательство того, что так называемые галлюцинации возникают без участия органов чувств. Такое же доказательство дает и наука индийских йогов, утверждающая, что человек, если ему временно удается отключить (Пратьяхара) свои чувства, приходит в состояние, в котором он открыт трансцендентному восприятию.

Каждое правильное сосредоточение (концентрация) мыслей служит более или менее этой цели — оно отклоняет (оттягивает) внимание духа от внешних пяти чувств, выключает их, способствуя раскрытию «шестого лепестка цветка». Первым непосредственным последствием этой практики, в контексте вышеизложенного, является совершенно понятное и объяснимое явление — сновидения становятся богаче по содержанию, яснее, логичнее и живее. Даже если не видят снов, или видят их очень редко, то уже после первых дней таких упражнений появляются сновидения, которые хорошо запоминаются. В течение следующих месяцев у упражняющегося появляются картины, видения и образы в бодрствующем состоянии (во время отключения чувств при сосредоточении). Это не болезненные явления, они также нормальны, как наши мысли,

которые, впрочем, как мы это позже увидим, тоже образуются таким же образом, а не создаются нашим умом, как это принято считать: умом они лишь только регистрируются. Они приходят и уходят неизменно откуда и куда. Это чуждые тела, которые получают от нас силу, окраску и толчок, подобно снежному кому, толкаемому играющими, становящемуся громадным или распадающемуся на мелкие комья. Мысли временно захватывают власть над нашим сознанием, как неожиданные постояльцы гостиницы, чтобы потом опять уйти. Кто в этом сомневается, пусть сядет поудобнее, расслабит тело и сознание и даст свободу мыслям, не ограничивая их и не прерывая. Через несколько минут он убедится в том, что его сознание регистрирует неожиданные, удивительные, абсурдные, иногда даже отвратительные мысли, которые он никак не может объяснить ни своим прошлым, ни своим воспитанием, ни общим направлением своего мышления. Ему станет неприятно и он постарается прерывать эти мысли. Но сам опыт заслуживает того, чтобы его провести.

Вторая ступень видений достигается, когда упражняющийся начинает упреждать свои переживания первой ступени. Это проявляется в том, что видения первой ступени — «необыкновенные вещи» — оказываются совсем нормальными, т. е. они будут узнаваться, как знакомые предметы или явления, только под непривычным углом зрения, подобно разветвленной молнии, которая всегда движется по линии наименьшего сопротивления, причем это направление не обязательно прямолинейно. Этим, очевидно, объясняется факт, что хотя картины второй ступени и представляют желаемый предмет, передают они его подробности всегда иначе, чем ожидается. Это обстоятельство подчеркивает, что тут вопрос идет не о самовнушении или воображении, а о самой реальности.

Как правило, все так, как в действительности, но видится как-то иначе; дом часто видим с угла или крыши, т. е. так, как нам его при наших наблюдениях никогда не приходилось наблюдать. Другой особенностью этой второй ступени является собственное движение видений, подобно фильму или ландшафту при слабом освещении, в сумерки, ночью. Это происходит потому, что эти картины первоначально смутны, как выцветшие фотографии, и становятся четче и светлее только при дальнейших опытах. Но их собственное движение и жизнь независимы от воли наблюдателя, потому что они не являются плодом его фантазии. Кроме того, они имеют еще одну поразительную особенность: они дают ответ на непосредственно поставленный вопрос. Стоит подумать во время видения о любой его подробности, как она сейчас же проявляется на картине, причем она появляется иногда немного раньше, чем вы осознаете свой вопрос. Это опять-таки доказывает «вневременный» характер духовных «лучей». Кроме того, с удивлением убеждаешься, что эти «лучи» проникают через все препятствия, для них не существует преград. Это значит, что упражняющийся не достиг еще необходимой степени развития! Картины этой ступени относятся большей частью к настоящему или к совсем недавнему прошлому, реже — к более отдаленному прошлому и совсем редко — к будущему. Они могут быть также мыслеформами других лиц, в особенности, если предметы сосредоточения являются религиозным символом или чем-либо подобным, на котором концентрируются мысли тысяч людей. Ясно одно: эти картины не являются плодом фантазии упражняющегося, которая, будучи годами, направлена на данный символ, даст стократно более слабое и неживое проявление, нежели настоящее восприятие описанных двух стадий.

На третьей ступени видения развиваются до полной ясности и красоты и ни в чем не уступают картинам, воспринимаемым нашим физическим зрением. Но длятся они короткое мгновение и немедленно гаснут, причем в продолжение целой минуты «догорают», как электрическая лампочка после выключения тока. Это догорание — типичный признак третьей ступени, так же как и характерное сверкание, сияние картин. Материя тонкой субстанции сияющая, вот почему оккультисты старых времен и называли ее «астральным светом». В отличие от видений первой и второй ступеней, которые полны слабого света и продолжительное время проходят в постоянном движении мимо нашего внутреннего «глаза», видения третьей ступени вспыхивают внезапно, в полной силе и вызывают ощущение, как будто вылетаешь из собственного тела, или как будто волосы встали дыбом. Это чувство экстаза продолжается во время всего видения и гаснет постепенно, оставляя раскаленный след. Надо себя приучить, чтобы в дальнейшем это особенное ощущение (иногда это мурашки по спине) не мешало по возможности продлить восприятие.

Описанные три ступени видений (даршана) развиваются одна из другой и представляют, по мере медленного увеличения ясности, подлинные картины мира тонкой субстанции, этого отражения нашей грубой материальной сферы (физического плана). Они более или менее легко могут быть достигнуты всеми людьми, которые достаточно упражняются и используют правильную технику. Женщинам это дается легче, благодаря их большей уравновешенности. В особенности же способны к видениям слепые, вследствие их более сильного стремления к свету и их постоянного желания видимого. Каждый, кто наделен сознанием, может обладать этим даром «второго зрения», и его успехи зависят, в конце концов, от проявленного терпения, выдержки и способности к сосредоточению.

Четвертая ступень — это ступень Мастера. И если регулировка сознания этой духовной подзорной трубы и установка на определенном объекте, как на фокусе, являлась типичным признаком трех первых ступеней, то четвертая ступень характеризуется пространственным восприятием. Это восприятие одновременно во все стороны и отовсюду, которое при совершенном овладении делает человека адептом, т.е. «тем, которому нечему больше учиться», т.к. он видит все, на что он пожелает направить свой духовный взор. Ему не надо больше рыться в книгах, чтобы учиться на опыте и знаниях других, ему не надо делать логических выводов из опыта других, к чему принуждены обыкновенные смертные, ограниченные их восприятием границ пространства, времени и т. п., ничто не остается скрытым от «третьего глаза» адепта.

Приведем как пример начального состояния на этой ступени личное переживание Парамахамсы Йогананды из его книги «Автобиография Йога»: «Из легких, словно каким-то насосом был вытянут весь воздух; тело, оставаясь деятельным, оказалось погруженным в абсолютный покой. За этим последовало экстатическое расширение моего сознания. Я мог видеть на много миль вокруг, например, я ясно видел на другом берегу Ганга, слева от меня, за храмом, все окрестности Дакшинесвара. Стены всех построек были светящиеся и прозрачные, и сквозь них я видел, как двигались люди на далеких полях. Я был бездыханным, и тело мое удивительно спокойно, хотя я свободно мог делать движения руками и ногами. Несколько минут я умышленно делал попытки закрыть глаза и открыть их снова — и в том, и другом

случае я видел все окрестности Дакшинесвара. Мое тело казалось сделанным из эфирной субстанции, готовым к парению в воздухе, вполне сознавая все, что вокруг. Я осмотрелся и сделал несколько шагов, не прерывая этого блаженного видения».

Совершенство же на этой ступени описывает Эванс Вене: «Великий йог наблюдает посредством ясновидения суть бытия самих существ так, как это невозможно ученому даже с помощью новейшей исследовательской техники. Он описывает природу самых далеких солнц, планет и туманностей, которые до сих пор остались за пределами досягаемости любого телескопа. Столь же всемогущ он в наблюдениях физиологических процессов своего собственного тела, и ему не нужны вскрытия мертвых и вивисекция для установления присутствия ядов и носителей болезни. Ему, который признает лишь дух как создателя и владыку тела и любых материальных соединений, не нужны никакие лекарства и препараты. Ему не нужны машины, чтобы преодолеть и подчинить себе воздух, воду и землю; он может оставить свое грубое физическое тело и быстрее света достичь любой части земли или в космическом пространстве скользить к другим мирам».

3. Духовная «стрельба из лука»

«Возьми величайшее оружие Упанишад, как лук, Вложи стрелу, заостренную путем медитации, затем натяни свой нацеленный на Брахмана лук, И попади, о дорогой, как в цель, в Вечное». (Мундака-Упанишада)

Эти мистические слова Упанишад часто цитируются йогами для того, чтобы образно представить технику медитации и экстаза, причем следующий стих представляет собой явный комментарий: «Как лук — Ом, как стрела — Душа, как цель — Брахман: выбери великую цель и достигни ее, как стрела попадает в цель». Но в этих словах скрыто значительно большее, чем просто мистическое погружение в Бога. Мы не должны забывать, что словом «Упанишады» обозначают «тексты, которые раскрывают тайный смысл Вед». В обычном толковании Упанишад, как предмета для медитации, направленной на слияние с Брахманом, и как символического ее описания, нет ничего таинственного, т. к. все Упанишады говорят об этом просто и ясно. Также и объяснения йогов не свидетельствуют о большем, как, например, видно из слов Свами Шивананды Сарасвати: «Представь себе Ом как лук, принцип мышления как стрелу и Брахмана — как мишень. Целься с большой внимательностью в эту цель, и как только стрела сольется с мишенью, ты будешь единым с Брахманом» («Практические уроки Йоги»).

Остается открытым вопрос, как это сделать? Иоген Харриган авторитетно утверждает: «Для восточного азиата эти таинственные слова прозрачны и близки. Нас же они оставляют в полной беспомощности. Не остается ничего другого, как копать дальше, пытаюсь добраться до сути. С давних пор, даже для нас, европейцев, больше не является тайной, что японские искусства указывают своими внутренними формами на общий корень — буддизм. Это относится и к искусству разведения цветов и к мастерству владения мечом. Таким образом, в первую очередь все эти искусства требуют в качестве первой предпосылки духовного самообладания, в котором и происходит их самовоспитание, в зависимости от характера данного искусства; это духов-

ное самообладание является неотъемлемой особенностью буддизма и определяет специфику монашеского пути. Речь здесь идет не просто о буддизме в неясно выраженной умозрительной форме, который известен в Европе по многочисленным опубликованным текстам; и не просто известен, но якобы доступен для понимания. Нет, здесь говорится о Дхьяна-буддизме, который в Японии называют Дзен. В этой разновидности буддизма главным является не умозрение, а непосредственный опыт постижения того, что, являясь безначальной основой сущего, не есть продукт нашего ума и даже не может быть всецело удостоверено посредством специальных опытов, полных скрытого значения. Ради этих решающих опытов Дзен-буддизм прокладывает пути, которые благодаря методическому углублению в себя, в глубочайшие основы души ведут к Неназываемому, Безначальному и Непостижимому; более того — к слиянию с ним. И если мы говорим о «стрельбе из лука», то это ведет к совершенно предварительному и, может быть, заведомо неточному определению: духовные упражнения, благодаря которым техника обычной стрельбы из лука стала искусством, являются мистическими упражнениями. В таком случае та стрельба из лука, которая нам известна, не может иметь только внешний смысл: это не просто стрельба из лука, но достижение чего-то внутреннего в самом себе».

Следующие нижеперечисленные искусства символизируют ступени духовного развития (ступени Йоги) путем медитации, приблизительно в таком порядке:

«*Сценическое искусство*» — искусство смотреть на себя, как актера в драме жизни (*Лила*) (*Яма* и *Нияма* — этическое развитие йога).

«*Мастерство мена*» — как искусство защищать себя от травм и болей (*Асана* — господство над телом).

Затем идет «*искусство цветов*» — как искусство разведения и ухода за духовными «цветами лотоса» в теле тонкой материи (*Пранаяма* — техника дыхания).

«*Чайная церемония*» — искусство наслаждения, квинтэссенцией мудрости («чаем»), не будучи отвлеченным от этого прислуживающими гейшами (обманами чувств) (*Пратьяхара* — отвлечение чувств).

«*Рисование тушью*» — как искусство придавать образ собственным мысленным картинам (*Дхарана* — концентрация мыслей).

«*Стрельба излука*» — как искусство познания истины, как мишени для попадания принципа мышления представленного в образе стрелы (*Дхьяна* — медитация), которая, в конце концов, ведет к слиянию с целью (*Самадхи* — соединение, совершенство). Но сама техника «стрельбы излука», как таковая, этим еще не объясняется, так что, как говорит Харриган, «остается копать дальше», т. е. рассмотреть точный, оригинальный текст Упанишад, который, вероятно, лежит в основе практики Дзен-буддизма. Отвлечемся от второго стиха, где нам прямо навязывается резко выраженное мистическое толкование текста. Попробуем, сосредоточившись только на первом стихе, установить, нет ли тут скрытого тайного смысла, как это часто бывает с древнеиндийскими текстами. Буквально первый стих означает: «взяв «великое оружие — лук» (намек на тайное учение Упанишад), наложи стрелу, которая заострена преданностью (упаза) и направлена на духовную установку (бхава) и, натягивая (напрягая) его сознанием, именно это познай (видхи) как вечную цель». Этот перевод

кажется на первый взгляд еще запуганнее. Но, при ближайшем рассмотрении, мы получаем более глубокое представление о точной технике

Во -первых, слово «Упанишады» значит «упоминание о тайном учении» - это сразу подтверждает наше положение, что дело идет о внутреннем. Затем «упаза» означает нечто большее, чем просто медитация. Это слово происходит от корня «упа-аз» — «сидеть возле, сидеть в ожидании, обращать внимание, почитать, уважать, принимать» и т. д. Это точное описание первой ступени медитации (тратака), которая имеет целью как можно больше заостренную духовную установку (бхава) направить на объект медитации и поддерживать во все время медитации. «Айямя» — значит не только «напрягая, натягивая», но скорее «оттягивая назад» и, таким образом, выражение «Айямя тад бхава гатеначетаза» — «натягивая (оттягивая назад) стрелу с помощью заостренного сознания (бхава)» - даст нам объяснение тайны, как это будет показано ниже. Когда вы смотрите некоторое время исключительно на какой-нибудь предмет, то ваше сознание находится около этого предмета. Это чувство, как будто духовные щупальца протянулись до наблюдаемого объекта. А теперь закройте глаза. Сейчас же щупальца втянутся, как будто сознание оттянуто, возвращено обратно в верхушку носа. Если опять открыть глаза, сознание опять отходит, закрыть — опять возвращается в верхушку носа: следовательно, сознание перемещается вместе со взглядом.

Теперь сделаем еще один опыт: вслед за наблюдением предмета закроем глаза и некоторое время будем мысленно созерцать этот предмет. Тогда сознание стремится удержать его местонахождение, и посредине головы ощущается внятное чувство давления. Но это продолжается не долго. Через короткое время внезапно вы чувствуете, как будто ваш взгляд, а с ним вместе и сознание, опять направлены вовне. Сознание странствует, таким образом, в этих двух направлениях, но, до тех пор пока мы на чем-нибудь концентрируемся в верхушке носа, оно движется во внутрь и создает давление; это давление возникает точно на том месте, где находится гипофиз (чуть выше середины условной линии, которая связывает оба отверстия уха). Но едва сознание перенесется через этот центр еще дальше внутрь головы (к шишковидной железе), как происходит «выстрел» внутренним взглядом — «пуск стрелы». Таким образом, мы нашли тайну духовной «стрельбы из лука».

Процесс раскладывается на следующие части:

1. **Берется лук.** Так как «лук» означает слог ОМ, то предварительное повторение этого слога возбуждает (даже при шепоте) всю область гипофиза. Дальше будет показано, почему это необходимо. Повторение слога ОМ при правильном выговаривании (а-о-у-м-м -м, как один звук, и уже от «а» начинающийся жужжанием) создает необходимое сосредоточение духа, а потом, как сказано выше, возбуждает всю область гипофиза.

2. **Накладывается стрела.** Так как «стрела» означает принцип мышления (Дух или собственно Я, Атман), это означает выбор определенного объекта, как «мишени».

3. **Нацеливание в мишень.** Это уже объясненная Тратака или «упаза» — преданность объекту; цель вызывает духовную (эйдетическую) установку (бхава), направленность чувства на представление предмета.

4. **Натягивание лука.** Оттягивание стрелы на тетиве в противоположную цели сторону, при том, что наконечник стрелы неизменно обращен к объекту

— т.е. движение сознания (стрелы) к центру движения (выгибу лука) —внутри головы. Это напряжение (натягивание) происходит исключительно благодаря соблюдению упомянутой эйдетической установки (*бхава гатена*), путем все большего погружения в чувство объекта. Когда это натягивание (концентрация) достигает высшей точки, происходит отпускание стрелы (выстрел), т.е. разряжение напряжения стрелы (т. е. сознания), которая теперь летит в сторону мишени (объекта). Стрелок смотрит на цель в ожидании попадания, на которое он больше не сможет повлиять, т. е. он больше не держит стрелу (не концентрирует больше свое мышление): он наблюдает, попала ли стрела в цель, в центр мишени (видение объекта) или около цели (видение не того, чего желалось, а «необыкновенных вещей»), или упала на землю (отсутствие видений). В последнем случае он должен «наложить новую стрелу» (начать концентрировать сначала). Поэтому в оригинале сказано «распознай» или «обрати внимание» (видхи), а не просто «попади» (санскритское слово было бы «видия», а не «видхи»), так как после пуска стрелы ничего больше сделать нельзя, остается только наблюдать, не отклонил ли ветер (другое направление мысли) летящую стрелу так, что она не попала в цель.

Таким образом, подразумевается наблюдение цели, т. е. любого объекта, относящегося к медитации, типичным признаком которой является именно то, что она не обязательно направлена на Брахмана. Надо сказать, что в оригинальных текстах в первом стихе слово «Брахман» отсутствует. Если сравнить предлагаемую разгадку тайны духовной «стрельбы из лука» с санскритской формулой, которую в свое время я получил от учителя, то, к нашему удивлению, мы найдем, что они одинаковы. Ибо краткая санскритская формула состоит из двух частей: первая часть упоминает о «напряжении», причем облака (мысли) через правильную сдержанность (оттягивание, отход назад) сознания согнаны в одно место (центр), т.е. имеется в виду напряжение «лука» через концентрацию: во второй части говорится об «уменьшении напряжения» («пуск стрелы» в медитации), причем небо (кха), т. е. место между бровями, или верхушка носа, должно быть наблюдаемо (наблюдение за мишенью) для достижения господства (овладеть искусством «стрельбы из лука»).

Из физиологии головного мозга известно, что посередине между бровями находится лобная пазуха, т. е. пустое пространство, где нет никакого центра. И все же все индийские тексты единогласно говорят, что Бхрумадхья Дришти — зрение посредством «третьего глаза» — осуществляется именно через место посередине между бровями. С одной стороны утверждается, что это «глаз мудрости», который мыслится пламенем масляной лампы и центра между бровями; с другой стороны, тот же текст говорит: «Центр между бровями есть клубень — стебель (надаканда), который вызывает собственный голос». Согласно этому, центр не должен был бы находиться впереди на лбу, но в непосредственной близости от резонатора голоса, или, по крайней мере, должен был бы ощущаться при разговоре. Намек о правильном положении (действительном месте) «третьего глаза» дает нам, что удивительно, наша собственная западная наука: «Вспомним изображающие людей изваяния, оставшиеся от первобытных времен. Низшие типы, прежде всего, лобоглазные. Этот глаз на лбу был характерным органом тех времен. Это не был обыкновенный зрительный орган, потому что высшие животные имели тогда, как и позже, кроме этого глаза, также и два хорошо развитых обычных глаза. Значит, это мог быть орган, какого-то чувства, которого поздней-

шие люди и звери лишились, или, лучше сказать, этот орган остался в рудиментарном состоянии, как заглушённая головным мозгом шишковидная железа. Головной мозг является местом нахождения интеллекта, который, как механизм, структурирует облик мира, в котором мы существуем. Как показывает сравнительный анализ эволюции строения черепа, наш мозг больше, чем у человека каменного века, хотя он, так же, как и млекопитающее третичного периода, отличался крупным мозгом. При очень маленьком мозге животные имели развитый черепной глаз. Если головной мозг служит местонахождением интеллекта, то в процессе развития он все больше принимал на себя функции затухающего органа, и, вероятнее всего, «третий глаз» служил для ясновидения и привлечения добычи («Герцог Эдгар» Памирская). Это может служить дальнейшим научным доказательством, что наше стремление вернуть человеку путем развития шишковидной железы («третьего глаза»), утерянного им при одностороннем развитии интеллекта, качества ясновидения и магической силы является совсем нормальным желанием. Наша задача состоит лишь в том, чтобы осуществить это в гармонии с интеллектом. Практический путь к этому нормальному и гармоническому развитию указывается во второй части этой книги.

Часть 2 ПРАКТИКА

1. Время

Практике духовной «стрельбы из лука» должны предшествовать подготовительные упражнения: положение тела (сидение), дыхание и прочее. Важен также выбор подходящего времени, что следует из нижеследующих факторов.

Как было показано в теоретической части, духовная «стрельба из лука» производится таким образом, что представление, или, лучше сказать, внутренняя установка на объект направляется во внутренность головы (гипофиз), а из этого места дальше к «третьему глазу» (шишковидная железа). Ибо практикование духовного познания, имеющее целью на символическом языке Упанишад «попадание в мишень», может произойти только тогда, когда установлен внутренний духовный контакт, тонкосубстанциональное соединение между объектом («мишень») и «третьим глазом».

Это происходит не только, когда видишь объект без помощи глаз, но и, собственно говоря, при каждом естественном чувственном восприятии, с той разницей, что в последнем случае будет затронута вибрациями только периферия шишковидной железы, тогда как в первом случае «тысячелепестковый цветок» сам будет частично затронут на одно мгновение и в дальнейшем должен быть приведен к раскрытию.

Продвижение впечатлений вовнутрь, называемое на мистическом языке Йоги «блужданием», обычно происходит автоматически и испытывает при сосредоточении огромное усиление, которое, как уже показано, в области гипофиза воспринимается как физически ощущаемое давление. Даже при более продолжительном рассматривании предмета, без какого-либо сосредоточения мысли, чувствуется, если на одно мгновение закрыть глаза, легкое давление в

этой области, которое значительно увеличивается, если в это время что-либо пожелать (например, чтобы предмет был убран с этого места). В сказанном каждый может убедиться немедленно. Возбуждение области гипофиза (в йоге гипофиз считается центром воли) происходит при каждом взгляде на окружающее нас, при каждом проявлении воли и тем сильнее, чем ближе к вечеру. Вследствие этого дневные впечатления в известном смысле переносятся в сонное состояние. Уже было показано, что «шестой лепесток цветка» является центром мышления (Манас-чакра) и он тем сильнее возбуждается и развивается с течением времени, чем больше мы сосредотачиваемся на чем-либо, блокируя при этом другие виды впечатлений. Но, так как этот «шестой лепесток цветка» является проводником наших восприятий в связи с «тысячелепестковым логосом», или с «третьим глазом, во сне, когда исключены другие чувства, вследствие этого возникают представления совсем особого рода, которые существенно отличаются от «нормальных» сновидений, в то время как дневные впечатления отлагаются в Манас-чакре (центре мышления), а во сне «догорают» и тем самым вызывают причудливые и странные сновидения. К этим «тривиальным» сновидениям, по мере развития «шестого лепестка цветка» (через йогические упражнения концентрации и медитации), постепенно, хотя и медленно, примешиваются вторгающиеся восприятия из «третьего глаза», какими бы короткими и слабыми они ни были вначале.

Результатом являются так называемые «вещи сны», интуитивное внушение в состоянии бодрствования, желаемое видение в подходящем состоянии медитации, и, в конце концов, в болезненном состоянии — так называемая галлюцинация. Но все три вида — тождественные явления. Они появляются вследствие деятельности частично и временно открывающегося «третьего глаза» и возрастающего влияния «шестого лепестка цветка».

Как далее утверждает учение йогов, «третий глаз» открывается во сне, когда спящий совсем не видит сновидений. Но мы об этом упоминаем не потому, что наше сознание, стоящее на якоре в Манас-чакре, во сне остается включенным. Вся задача практики йоги в данном случае состоит в том, чтобы перенести наше сознание из центра мышления в «третий глаз». Таким образом мы достигаем высшей ступени (ступени Мастера), тогда как на первых трех ступенях сознание находится в Манас-чакре с частичным включением «третьего глаза». Из этого следует, что чем ближе к ночи, тем легче и полнее может быть активирован «третий глаз». Таким образом, самым подходящим временем для этих упражнений является, собственно говоря, ночь, или, по меньшей мере, вечер, а раннее утро, напротив, самое неподходящее время, кроме как для того, чтобы провести специальные опыты для приведения центра мышления и центра воли в бодрствующее состояние; так сказать, чтобы «стряхнуть» с них сон.

Ночью (перед тем, как заснуть, так как после сна центр мышления вялый) можно достичь появления «картин, видимых без помощи глаз», уже через несколько минут простым «смотрением в ха» (кхамаджнатам — наблюдением «неба»); утром для той же цели (после пробуждения) надо до одного-двух часов интенсивного сосредоточения.

Следующие примеры из записей в моем дневнике доказывают это: «Оказалось, что неясные тени, появляющиеся в темноте перед закрытыми глазами, это начало видений, которые при достижении необходимого сосредоточения начинают получать очертания и, как одиночные предметы при освеще-

нии местности, постепенно выступают из темноты». «Видения появляются, если взглянуть в темноту перед глазами, и то, что при этом начинает исподволь очерчиваться, попробовать отделить одно от другого.

Эти видения появляются по желанию (видения второй ступени), но всегда в момент полного самозабвения (лайя)».

«Сегодня утром, при интенсивном сосредоточении на Аджне (место между бровями) с ощущением переноса напряжения в место гипофиза, не появилось ничего, несмотря на одночасовую медитацию. Но через простой взгляд в место между бровями, каждый раз, когда сознание освобождалось от напряжения сосредоточения, видения появлялись совсем ясно (видения третьей ступени): части ландшафта, листья тополей перед нашим домом». «Вчера, перед тем как заснуть, простой взгляд в темноту перед закрытыми глазами дал через 1-2 минуты целый ряд неясных видений».

Конечно, не каждый взгляд в темноту перед глазами дает без всякого упражнения такие видения. Для этого нужна интенсивная тренировка. Но нас в этот момент интересует факт, что даже у тех, кто опытен в этом искусстве, легкость успеха в основном зависит оттого, в котором часу дня или ночи проводятся опыты.

Вообще же можно установить, что в такой же мере, как напряжение сознания в течение дня (от момента пробуждения до крепкого сна без сновидений) все более активно передается извне от каждого объекта наблюдения через гипофиз внутрь шишковидной железы (т. е. кха «бродит»), так же меняется и вид сосредоточения, необходимого для каждого видения. Можно сказать, что сознание всегда и непрерывно невольно реализует феномен «стрельбы излука». Так как наблюдение вещей внешнего мира представляет «закладывание стрелы» и «нацеливание», сосредоточение на этих вещах — «натягивание лука», а молчаливое размышление о проблемах дня, ожидающих разрешения — «пуск стрелы». Последнее уточняет механизм «попадания в центр мишени». В связи с этим, также и сосредоточение при сознательной «стрельбе излука» подвержено известным переменам при наших упражнениях: хотя каждый раз все элементы техники («закладывание стрелы» и «нацеливание», «натягивание лука» и «пускстрелы») должны быть налицо, тем не менее, смотря по обстоятельствам, каждый элемент играет особую роль в зависимости от времени суток, так что рано утром будет «нацеливание» (траатака и мандуки мудра), около полудня — преимущественно «натягивание» (самбхави мудра), а вечером от захода солнца до засыпания — практически только «пуск стрелы» (кхечари мудра), который производится только что описанным взглядом в темноту перед закрытыми глазами (кхамаджнатам).

Кроме того, каждое время суток имеет свои преимущества и недостатки, которые должен учитывать каждый практикующий, когда он выбирает подходящее время для упражнений. Но необходимым требованием является придерживаться раз и навсегда выбранного времени; нельзя менять это время, и надо упражняться всегда в один и тот же час: иначе теряется весь ритм. Это необходимая предпосылка.

Йоги особенно ценят время восхода и захода солнца, так как в это время природа в человеке, так же как и внешний мир, излучает глубокое спокойствие и сосредоточенность, которые чувствуются даже в шуме большого города. Из этих двух времен дня для нас, жителей Запада — предпочтительнее заход солнца, также и потому, что мы, вследствие развития нашей цивилизации, привыкли к другому распределению времени, чем индусы.

Рано утром, не говоря уже о восходе солнца, особенно весной, летом и осенью, мы вряд ли имеем возможность поддерживать наш центр мышления достаточно бодрым для глубокого сосредоточения. Конечно, каждый читатель свободен выбирать свое собственное время, но он должен помнить его и в дальнейшем уже не менять.

Вернемся к нашей «стрельбе из лука». Если, как было сказано выше, во сне — и особенно во сне без сновидений — «третий глаз» открывается сам собой вследствие постоянного брожения сознания, то из этого должно следовать, что наши упражнения в «стрельбе из лука», которые развивают в повышенной мере «шестой лепесток цветка» и, таким образом, благоприятствуют перенесению впечатлений от третьего глаза к Манас-чакре (центру сознания), могут существенно повлиять на содержание наших снов. Практический опыт учит нас, что это действительно так: первое непосредственное следствие этих духовных упражнений — особенно активная и сильная жизнь сновидений. Сновидения получают с первого же дня упражнений чрезвычайную, почти жизненную остроту, логичность и полную связанность, которые в обыденной жизни никогда до тех пор не наблюдались и не переживались. Можно говорить о замечательной, единственной в своем роде памяти сновидений, которая связывает многие сны один с другим, а также с действительностью. Следующий пример может это проиллюстрировать: «Я вижу себя в группе людей, которые осматривают с горящими факелами подземные пещеры. В каждой пещере лежат завернутые в белую материю забальзамированные мертвые тела, как мумии, и слабый приятный запах мирры чувствуется в воздухе. Один из группы говорит, что это базилика св. Петра в Риме... Днем мне встречается одна из учениц, которая хорошо знает Рим и посещала эту базилику много раз. Я спрашиваю ее, знает ли она что-либо о катакомбах или подземных пещерах под базиликой, и получаю отрицательный ответ. На следующее утро эта дама торопливо и возбужденно пришла ко мне и протянула мне газету, в которой говорилось, что при раскопках фундамента церкви св. Петра в Риме, в день моего сна, были обнаружены подземные ходы, которые вели к древнеримскому кладбищу и ниже его к еще более древнему египетскому кладбищу с набальзамированными мумиями» (из моего дневника). Такие или подобные «сны» нередки у каждого серьезно практикующегося, так что возможное возражение, что это «совпадение», совсем неубедительно, так как я никогда не был в Риме и не имею там друга, который мог бы мне передать сообщение по телефону, если бы он участвовал в раскопках.

Таким же образом я часто посещал во сне Париж, не бывая там никогда в действительности, и наблюдал такие подробности, которые мне, как это вполне возможно доказать, никто сообщить, не мог, и которые я впоследствии, к моему удивлению, вновь открыл в фильме об этом городе. Таким образом, подтвердилась достоверность моих «посещений» Парижа. Я думаю, со мной будет солидарен каждый, который идет по этому пути достаточно долго, т.к. главное для нас именно этот опыт, а не какие угодно возражения скептиков. Наша способность «зрения без помощи глаз» развивается, таким образом, из наших сновидений. По их яркости, их логической связанности и их живой реальности, можно оценивать результаты и эффективность упражнений. Этот факт позволяет осуществить точную и полезную проверку известных искусных приемов и тонкостей, особенно когда уп-

ражнения практикуются непосредственно перед засыпанием. Благодаря этой проверке можно было, например, установить, что утверждение некоторых йогических текстов о том, что существует связь между луной, как символом, и «третьим глазом», оказывается более основанной на соображении и рассуждении, чем на действительных соответствиях. С солнцем же положение обратное: созерцание (мысленное) солнечного диска во время медитации тотчас и существенно влияет на сновидения, делает их сенситивными, тогда как такая же медитация на лунный серп не приводит к чувствительному оживлению сновидений, а дает заметные симптомы сомнамбулизма, особенно, если провести эту медитацию в полнолуние. О влиянии упражнений на сновидения поговорим позже.

Резюмируя, надо еще раз подчеркнуть, что время, выбранное для упражнений, играет роль, которую нельзя недооценивать, т. к. успех в искусстве «духовной стрельбы из лука» в существенной мере зависит от этого. Часто практикующий годами без пользы мучает себя упражнениями, и ему не приходит на ум, что выбранное для этого время не отвечает его личным предрасположениям, а поэтому нет и успеха.

2. Дыхание

Дыхание во время упражнений и, как мы сейчас увидим, непосредственно перед упражнениями, является следующим важным фактором, может быть даже самым важным из всех. Оно создает физическую предпосылку для удачного упражнения, для осуществления отдельных искусственных приемов, обусловленных временем дня, короче, для более легкого функционирования «лука». Когда обыкновенный стрелок из лука становится в положение для стрельбы, он сосредотачивается, натягивает для пробы свой лук, чтобы испытать его силу сжатия и эластичность тетивы. Так и умственный стрелок из лука должен собрать свои внутренние силы и, прежде всего, проверить свою духовную «упругость». Ибо весь успех зависит единственно и только лишь от его способности ослабить свое напряжение («пустить стрелу»), а это зависит опять-таки от размаха его сосредоточения («натяжение лука»). Этому в первую очередь содействует особая техника дыхания. Она, собственно, является главным инструментом (органом чувств) йоги, так как дыхание самым тесным образом связано с концентрацией мыслей: если мы, например, сосредотачиваемся на каком-нибудь шуме на улице, дыхание мгновенно останавливается, и наоборот, когда мы сдерживаем дыхание, блуждающие до тех пор вокруг мысли сходятся в одном направлении. Этот факт еще в древние времена позволил йогам выработать две основные йогические техники: Раджа-йогу и Хатха-йогу. В то время как первый путь, исходя из духовного и абстрактного, имеет целью овладеть физическим телом, а таким образом и дыханием, второй путь стремится через дыхательную технику поставить под контроль мысли, а, в конечном счете — дух. Так как истинная Йога содержит в себе оба элемента — Раджа и Хатха, то было бы неразумно, или, по меньшей мере, непрактично (как это часто бывает) закрыть себе эту возможность облегчения всей работы.

Читатель убедится в этом сам на следующих примерах из практики: «Сегодня — новое явление, которое, правда, уже часто наблюдалось в последнее время. Видения еще неясные, но с движением и со следами свечения (начало

третьей ступени) начинают вырисовываться и выстраиваются в почти непрерывную полосу, когда без предварительного сосредоточения взгляд созерцательно обращается на кха. При этом дыхание должно быть почти незаметным. Даже если после нескольких секунд ритмического дыхания поддерживать его непрерывный режим, видения начинаются без всякого напряжения, сосредоточения и т.п. Подтверждается феномен, что при концентрации на место между бровями появляются видения, если начинать с непрерывного дыхания и переходить к незаметному дыханию. Те же видения появляются даже только от ритмического дыхания (через область Аджна). Если совсем без сосредоточения (без концентрации на кха) просто поддерживать некоторое время непрерывное дыхание, со временем наступает медитативное состояние, и дыхание переходит в незаметное, появляется начало видений (принцип Хатха-йоги).

И наоборот, если без специального сосредоточения, просто приложить усилие, чтобы задержать в уме определенный образ, сперва начинается непрерывное дыхание, которое потом переходит в незаметное. Появляется поток легко светящихся видений (принцип Раджа-йоги).

«Рано утром, в продолжение получаса упражнялся в ослабленном дыхании, которое само собой стало непрерывным. Начали появляться неясные видения, которые следовали одно за другим, как в калейдоскопе. Между прочим, появились неясные очертания Бенареса, которые я желал видеть. Нашу проверку через сновидения (испытание сном) недвусмысленно подтверждает это поразительное влияние дыхания на создание видений: подтверждается, что практика незаметного дыхания перед засыпанием, вместо созерцания солнечного диска, дает замечательные сны» (из дневника).

Так как дыхание при этих упражнениях играет такую важную, попросту решающую роль, напомним вкратце, что надо понимать под непрерывным и что — под незаметным дыханием. Существует целый ряд дыхательных упражнений. И если, например, взять только главные, то все они могут рассматриваться, как следующие одна за другой ступени одного и того же упражнения (см. мою книгу «Великая тайна — скрытая сторона упражнений Йоги»).

Для наших целей будет достаточно овладеть лишь только последним упражнением этого рода, так называемым «кевали». Это двойное упражнение, которое состоит из непрерывного и незаметного дыхания. Хотя можно было бы в каждом из этих способов дыхания упражняться отдельно — в первом, или бхрамари («как пчела» — непрерывное дыхание) и во втором, мурча («оглушительный, дурманящий, анестезирующий» — незаметное дыхание), но даже и это не особенно существенно. Ибо второе автоматически сменяет первое, как только оно (непрерывное дыхание) достигает необходимого размаха во время упражнения.

В чем же состоит техника кевали? Мы начинаем с предварительного упражнения, которое действует успокаивающе на все тело, особенно на нервную систему. Оно называется по-индусски «телаш юкта» («связанное с ритмом»). Ритмическое дыхательное упражнение (предварительное) делается так. Сесть прямо (голова, шея, спина - на одной вертикали) и дышать равномерно протяжным дыханием: вдох и выдох одинаковой продолжительности — 3 или 4 секунды. При этом значительно помогает, если представить себе эти дыхательные движения как можно более плавными и ритмическими, наподобие раскачивающегося маятника: например, как если бы этот маятник проходил через тело или через определенную его точку (место посередине между бровями, например), внутрь и обратно

наружу. Сама продолжительность дыхательных упражнений, собственно, не играет роли: важна только регулярность, размах (т. е. равная продолжительность вдыхания и выдыхания). Через некоторое время, не прерывая упражнений, надо увеличить время размаха (продолжительность вдыхания и выдыхания) последовательно с 3 секунд до 4, с 4 до 5, с 5 до 6 и т.д. Как показывает практика, даже это предварительное упражнение способствует появлению образов посредством «зрения без помощи глаз». Когда в упражнении будет достигнута ступень, на которой дальнейшее удлинение вдыхания и выдыхания станет утомительным, переходят к дыхательному упражнению кевали — главному упражнению. Овладев телаш юкта, попробуйте по возможности сглаживать переходы от вдыхания к выдыханию и обратно, так чтобы дыхание стало практически непрерывным. Хотя главной целью при этом является именно устранение границ между вдыханием и выдыханием, все же сама собой вдыханию остается пауза (когда легкие наполнены воздухом). Это первая часть упражнения — непрерывное дыхание. Когда это дыхание установится, оно постепенно переходит во вторую часть — в незаметное дыхание, при котором пауза наступает без воздуха в легких. В первой части этого упражнения упражняющемуся кажется, что его легкие постоянно наполнены воздухом, причем он только иногда выдыхает, чтобы набрать новый воздух. Вторая же часть (которая автоматически и сразу получается из первой, как только будет достигнута граница емкости — задержание дыхания) производит впечатление, как будто дыхание вообще прекратилось, настолько оно незаметно.

Кевали является главным оружием духовного «стрелка из лука», он посредством этих особенных способов дыхания может повлиять на обе составные части своей техники и усилить их, а именно, на сосредоточение («натягивание лука») — посредством первой части упражнения, и на медитацию («пуска стрелы») — посредством второй части упражнения, незаметного дыхания. Ведь так же, как сосредоточение идет всегда рука об руку с непрерывным дыханием (так, что одно вызывает другое), так же и медитация и незаметное дыхание теснейшим образом связаны между собой. Так что тот, кто хочет стать мастером в «стрельбе из лука», должен попробовать овладеть этим кевали.

Это дыхательное упражнение имеет еще один значительный эффект: оно таким образом влияет на сердечную деятельность, что со временем над сердцем устанавливается полный контроль упражняющегося. Практика подтверждает сказанное. «Если сосредоточиться на желании видеть через место между бровями, дыхание само собой становится непрерывным. При увеличении времени этого упражнения процесс дыхания замедляется, как при вдыхании, так и при выдыхании, причем сами собой возникают паузы, точнее говоря, дыхание все более замедляется и становится все менее заметным. Биение сердца замедляется» (из дневника).

Но важнейшей особенностью кевали, его второй части (незаметное дыхание), является пратьяхара (воздержание чувств) — возможность изолировать внешние впечатления, так что сознание может сосредоточиться без всякого отклонения на любом объекте: «Час дня. Через пять минут сосредоточения на гипофизе (с сильным чувством давления посредине головы) появилось яркое видение третьей ступени — сияющее лицо (особенно глаза), которое через несколько секунд угасло. Даже разговор с моей женой, в соседней комнате, этому не помешал. Дыхание было незаметным». «Если сразу начать с незаметного дыхания и при этом смотреть в место между бровями (юхамаджнатам), дыхание не возвращается к непрерывной стадии, появляются паузы дыхания, а затем наступает почти полное прекращение

дыхательной деятельности и (вечером) видения — шум и шорохи при этом не мешают». «При сосредоточении, связанном с кевали, сознание как бы затуманено так, что даже внезапный или сильный шум не вызывает шока, как это бывает обыкновенно при погружении в объект» (из дневника).

Парамахамса Йогананда говорит о кевали: «Это научный метод сосредоточения и медитации. Он учит выключать нервные токи из проводников чувств. Кевали показывает, как изолировать свое сознание и нервную силу от пяти проводников чувств и, таким образом, сделать невозможным чувственные восприятия. Этот метод лучше, чем опыт медитации только посредством принципа мышления, т. к. он нейтрализует отвлекающее воздействие пяти проводников чувств не только на принцип мышления, но и на жизненную силу». (Из одного письма Свами).

«Затуманивание» (выключение) чувств посредством способа дыхания кевали ведет при совершенном овладении этой техникой к полному выдыханию даже остатков воздуха из легких и обусловленному этим выключению чувств, с одной стороны, и к четвертой ступени экстатических видений (ступени мастера) — с другой. Это иллюстрируется вышеприведенным описанием Йоганандой его экстатического переживания, при котором у него все время было чувство, как будто из легких, словно насосом, убран весь воздух.

3. Положение тела

Есть еще один важный фактор, который часто упускают из виду или, по крайней мере, недооценивают, хотя он почти так же существенен, как дыхание, — это положение тела, или поза (асана). Этот раздел йоги составляет отдельную отрасль знания; его необходимо принимать во внимание; даже не потому, что этим успокаивается тело или принцип мышления (как об этом говорят все книги по йоге, можно сосредоточиться на объекте даже в том случае, если чувствуется недомогание или боль), а скорее потому, что неправильная поза иногда может свести на нет наши усилия.

Мы постараемся объяснить это. В чем, в конце концов, состоит техника дыхания — Пранаяма, о которой мы только что говорили? Не только в удлинении процесса дыхания, т. к. прана представляет собой нечто большее, чем дыхание. Она является жизненной энергией, которая поддерживает жизнь в теле и стимулирует деятельность не только легких, но и сердца, и всех других органов. Пранаяма вызывает, вследствие этого, активизацию функции жизненной энергии (см. «Великая тайна»), которая всегда поляризована в теле как «солнечное дыхание» (правая, заряженная положительным магнетизмом половина тела) и «лунное дыхание» (левая, отрицательно заряженная половина тела).

Каждый человек может в этом легко убедиться: если внимательно наблюдать за своим дыханием, он обнаружит, что дыхание всегда свободно течет только через одну сторону носа, тогда как другая в это время более или менее «затянута», причем это положение меняется регулярно каждые два часа. Одна (левая) сторона тела черпает жизненную энергию из «всего», а другая (правая) распределяет эту энергию по всему телу.

Пока оба жизненных течения находятся в равновесии — человек здоров, но если баланс нарушится — он заболевает. Эта древняя теория, которая, впрочем, служит основой ставшей теперь модной древнекитайской методики иглотерапии,

легко может быть доказана на опыте и является исходной точкой всего учения о положении тела (Асана) в йоге: не только кровообращение направляется по правильному пути (и это чрезвычайно важно), но эти магнетические течения должны быть соединены между собой правильным образом и, прежде всего, целая магнетическая цепь должна оставаться замкнутой. Если бы дело касалось только задержания кровотока в определенных частях тела и органах, например, в коленях при сидячем положении «лотос» или в поджелудочной железе при «позе рыбы» (см. «Великая тайна»), то остался бы без объяснения целый ряд не менее важных эффектов и, сверх того, при этом не играло бы роли положение ног.

Прежде всего, а в нашем опыте «стрельбы из лука» даже исключительно, дело идет о совместном включении этих течений, благодаря которому можно длительное время и без всякого дискомфорта сидеть прямо и устойчиво. Патанджали в своей Йога-сугре (II, 43) говорит о результате овладения практикой сидения: «Этим достигается освобождение от связанности противоположностями (двандва)». Слово двандва означает пару противоположностей, как тепло-холод, боль—блаженство и т.д. Так как такие противоположности сильно ощущаются в теле только при нарушении равновесия между двумя названными магнетическими течениями, из этого стиха Патанджали недвусмысленно следует ясное требование восстановить равновесие обоих течений, которые прежде перекрывались двандва. Это можно однозначно доказать на практических примерах.

Прежде всего, вопрос о том, какие сидячие позы при «стрельбе из лука» эффективнее. Восточные народы предпочитают — и правильно, как вы это сейчас увидите — сидение со скрещенными ногами: «турецкую» позу (как у нас сидят портные), позу «лотоса» (иногда это называют позой Будды, «совершенной» позой) и т.д. Наоборот, западные жители чувствуют себя комфортно, только сидя на кресле или стуле. Бесспорно, лучшее из сидений — это падмасана, поза «лотоса», т.к. при нем возможно полное совключение магнетических течений в ногах и в руках, а, кроме того:

1. Вся нижняя половина тела (до пахового изгиба) практически выключена.

2. Достигается самая большая концентрация магнетического потенциала в руках и ногах, которые соприкасаются друг с другом (пальцы рук иногда смыкаются, образуя кольцо). Но так как поза «лотоса» очень трудна и требует, по меньшей мере, полгода, а то и год упражнений в ней (и даже тогда европейцу трудно находиться в ней достаточно долго), можно, если вопрос только в том, чтобы был перекрыт ток, принять позу горакшасана, при которой обе подошвы ног и обе ладони держатся вместе (хотя, на практике это иногда дает отрицательный результат). Концентрация магнетических токов очень быстро вызывает заметный жар в основании и в канале позвоночника и это -безошибочный признак правильного совключения токов.

«Когда всматриваешься в сияющее солнце в гипофизе и при этом остаешься в позе «лотоса», вскоре чувствуется внутренний жар в основании позвоночника (Муладхара), который потом доходит до затылка. При переходе в позу горакшасана или если просто вытянуть ноги, этот жар прекращается. Он возвращается, если снова перейти в позу «лотоса». Утром в половине шестого, при сидении в падмасане, и «всматриваясь в Ом» (см. следующую главу), я почувствовал внутренний жар в Муладхаре, ас прибавлением медитации на солнце в кха этот жар распространился по всему телу и вызвал сильное чувство тепла и пот. Но стоило вытянуть ноги — и этот жар исчезал, хотя упражнение продол-

жалось. В позе горакшасана появились следы жара, и он достиг прежней силы при переходе в позу «лотоса» (из моего дневника). Хотя при продолжительном упражнении в горакшасане со временем также вызывается жар, но этот жар значительно слабее. Это показывает, что эту позу надо считать неполноценной. Поэтому рекомендуется не горакшасана, но, как подготовка к падмасане, облегченная поза «лотоса», или муктасана. Она исполняется в двух вариантах:

1. Классическая муктасана, при которой лодыжки лежат одна на другой.
2. Так называемая яджнавалкья, при которой лодыжки лежат одна около другой.

Так как обе эти позы легки, первый вариант служит в качестве первоначального упражнения для перехода к позе «лотоса», а второй вариант яджнавалкья — как первая ступень к муктасане. Чтобы легче усовершенствоваться в позе «лотоса», надо в одном и том же упражнении начинать с яджнавалкья (когда ноги соприкасаются) и переходить к муктасане (облегченная поза лотоса).

Поза муктасана: «Сегодня утром в муктасане сосредоточение на солнце со знаком Ом (середина между бровями) проводилось в продолжение 20 минут. Почувствовались слабые признаки тепла, они стали еще сильнее при дыхании «кузнечные меха» (см. далее), и распространились по всему телу. Когда же я вытянул ноги, положив их крест-накрест с руками на коленях, ощущение теплоты уменьшилась. Также и в муктасане. Переход к позе «лотоса» опять увеличил жар, и он струился с шеи и лица. Возвращение к муктасане уменьшило жар и вернуло его к копчику. Это повторялось при каждой перемене этих поз».

Поза яджнавалкья: «В полдень кхамаджнатам (ожидающее созерцание темноты перед глазами) в течение четверти часа с незаметным дыханием в позе яджнавалкья. Никаких видений, но сильный жар. В полдень сосредоточение на желании вызвать из памяти в сознание знакомое лицо. Через несколько минут оно появилось в видении, подвижное и смеющееся, с ним так же и другие менее ясные картины» (из дневника).

Таким образом, доказывается пригодность этой позы. Относительно обыкновенной позы «портного» (по-турецки) — о ней не может быть и речи, так как в этой позе сидят не прямо (голова, шея, спина не на вертикальной оси). Кроме того, жар в позвоночном столбе, разливающийся в позе «лотоса», при переходе к позе «портного» исчезает, тогда как в муктасане и яджнавалкья этот жар только ослабляется. При обыкновенной европейской позе на стуле или в кресле (которая, впрочем, известна у буддистов как поза майтрейи) тоже остается в силе правило: магнетический круг должен быть замкнут, ноги должны лежать крест-накрест (т.е. не должны просто стоять рядом). Следующие примеры показывают это: «Я сидел на стуле и испробовал различные положения ног. Видения являются главным образом при сидении с ногами крест-накрест и с руками на коленях.

Тратака (см. следующую главу) и сосредоточение на объекте вызвали целый ряд подвижных видений, и даже начало светящихся и догорающих (видения третьей ступени). Я сидел при этом в позе майтрейи с голеньями крест-накрест. Если ставил ноги параллельно — видения прекращались» (из моего дневника).

На положение рук надо обращать внимание, т. к. оно влияет через магнетическое переклечение, на дыхание, а также на сосредоточение. Это лучше всего видно из практических примеров: «Определилось, что положение рук влияет на продолжительность сосредоточения. Так, например, сознание, уже достигшее фазы медитации, возвращается к сосредоточению с непрерывным дыханием,

если руки положить на колени (чинмудра). Если руки сложить, медитация возобновляется. В то время как положение рук с ладонями на коленях в позе «лотоса» вызывает непрерывное дыхание с сосредоточением, т. е. увеличение продолжительности паузы с воздухом в легких, то если положить руки на подошвы ног (накрест или прямо), тут же появляется пауза без воздуха» (из моего дневника).

Резюмируя, я хочу еще раз указать на то, что мой учитель особенно рекомендовал сидение в позе майтрейи со скрещенными голеньями и с руками на коленях. Мы достигли последнего и самого важного раздела нашего исследования - самой практики. Мы установили, что активизация «третьего глаза» не представляет собой болезненного развития и не способствует заболеванию, а является вполне нормальным развитием органов, которыми мы владели миллионы лет тому назад, но в течение этого огромного времени запустили и таким образом достигли вместо более полного гармоничного развития — хилости соответствующих органов и потери связанных с ними способностей. Мы открыли, далее, что целенаправленное развитие этих органов (гипофиза и шишковидной железы, вначале незначительное и медленное, впоследствии начинает происходить автоматически. Наше стремление поставить под контроль это развитие и ускорить его приводит к единственно логическому и абсолютно необходимому заключению: развитие «третьего глаза» действительно приводит к желанному результату гармонического развития указанных духовных способностей без вреда для ума. Остается открытым вопрос, как технически осуществить это развитие. Во-вторых, хорошо было бы знать, за какое время можно достичь полного развития центра воли и «третьего глаза», применяя предложенную нами специальную технику для ускорения их активизации, так как именно в этом состоит наша цель.

Согласно учению йогов и в соответствии с новейшими биологическими исследованиями, для реконструкции нашего мозга в этом направлении необходимо около одного миллиона лет. Для сокращения же срока этого процесса йоги указывают на специальную процедуру, которая должна лежать в основе каждого духовного, а не только мистического усилия - так называемую «мантру», или «заклинание». Слою «заклинание», конечно, не может дать точного смысла слова «мантра», да и вообще при переводе индийской терминологии на новые языки можно достичь только приблизительной точности, да и то иногда смысл так и остается неясным или превратным. Слово «мантра» нельзя перевести как «молитва», а переводя ее как «заклинание» (волшебное изречение) мы как будто уходим в сторону идолопоклонства или волшебства. Этимологически «мантра» значит: «тра» — защита, «ман» — посредством мышления, т. е. духовная формула, которая предохраняет от «злых сил». Это значение простирается от высшей духовности возвышенной философии Божественного до глубочайших бездн «черной магии». Также как природная сила (электричество, атомная энергия и т. п.) может быть благотворной или смертоносной, в зависимости от наших добрых намерений или злого умысла, так же и сила мантры может принести благодать или ввергнуть в преступление. Но не звучит ли ребячески в наш просвещенный век, что с помощью «заклинания», или как бы мы его ни назвали, можно преодолеть такой громадный период времени, как один миллион лет? И все же утверждение древнего мудреца, что через этот период в один миллион лет можно перескочить, повторив одну мантру 12 миллионов раз, не так бессмысленно, как это выглядит на первый взгляд.

Согласно учению йоги каждая мантра содержит, кроме сосредоточенного мышления, которое составляет ее сущность, еще и тайную силу, скрытую в

самой существенной части мантры, в так называемом биджа (т. е. семени), и путем многократного повторения мантры эта тайная сила извлекается и может быть использована. Величайший и могущественнейший из всех биджа (а значит, из всех мантр) есть священный слог ОМ. В нем, как в каждом биджа, есть носовое М (напевание, жужжание), или гудящее М-М-М-М, которое по этому учению как раз и содержит в себе силу мантры.

Как это возможно? Взглянем на слог ОМ сначала только как на звук, который имеет предназначение блокировать влияние извне, чтобы обратиться к собственным внутренним процессам. Выговаривают этот слог как АОУмм, но как звук, в котором ни А, ни О, ни У отдельно не слышны, а гудящее М должно сопровождать произнесение всего слога с самого начала. В этом «гудящем М» (в биджа обычно выговариваемое как гортанное «нг») в слове «Ганг») лежит все решение задачи. Напевность, гудение, жужжание приводит в колебание, через мягкое нёбо, всю область гипофиза, а звучание М — целую область кха (от середины между бровями до шишковидной железы). К этому надо прибавить еще глубокое и становящееся все сильнее сосредоточение мысли. Это сосредоточение мысли, в соединении с М-м-м колебанием, активизирует сперва гипофиз, как центр юли, а затем и шишковидную железу, все, усиливая активизацию, вплоть до раскрытия ее, как «третьего глаза». По общему биогенетическому закону, сперва возникает необходимость функции, и только затем возникает соответствующий орган, и наоборот, если функция будет пренебрегаться, то и орган захиреет. Поэтому необходимо снова разбудить эту функцию в теле, для того чтобы этим опять автоматически вызвать развитие шишковидной железы. Целесообразнее всего это можно сделать, повторяя ОМ - биджа в соединении с сосредоточением на желании видеть кха. Повторять эту мантру можно и не вслух, достаточно это делать мысленно, только надо при каждом повторении напевного (жужжащего, гудящего) М подчеркивать это прикосновением корня языка к мягкому нёбу и, таким образом, обеспечивать вибрации (колебания) всей области кха. Это упражнение называется набха мудра и гласит: «Где бы не находился йог, что бы он ни делал, всегда он должен держать язык (корень языка) вверх (к мягкому нёбу) и всегда задерживать дыхание» (Гхеранда-Самхита, III, 2).

«Задерживать дыхание», как объяснено выше, есть требование концентрации мышления, которое всегда связано с задержанием дыхания (с воздухом) и усиливается через повторение ОМ - мантры: «Повторение этого ОМ и размышление о его значении — есть путь» (Йогасутра, 1,28). Древнеиндийские мудрецы знали тайны обмена веществ, деятельности желез внутренней секреции и гормональных желез, которые наша наука открыла только в прошлом столетии. Они знали, кроме того, также о роли, которую играют эти железы, (подчиненные тонкосубстанциональным центрам -чакрам) в установлении гармонии «телесного», «душевного» и «божественного» («духовного»). По этому учению у человека, упражняющегося по способу, указанному выше, происходит духовный обмен веществ. Вибрации мантры возбуждают через головные центры (гипофиз и шишковидную железу) остальные центры тела (чакры), физические корни которых это соответствующие железы: щитовидная, загрудная (тимус), поджелудочная, надпочечная, половая и копчиковая. Так возникает тонкосубстанциальный обмен веществ, соответствующий грубосубстанциальному обмену, вызванному физическим обменом веществ. Тонкосубстанциальный обмен координируется, главным образом, гипофизом через все эти «станции духовного» — чакры (цветы лотоса и мистические круги), кото-

рых в человеке всего двенадцать (семь при движении вниз, т.е. при нисхождении, и пять при движении вверх, т.е. при восхождении). Такое обращение тонких энергий (которое, между прочим, при продолжении упражнений чувствуется и физически, как заметный внутренний жар в позвоночном столбе) через 12 мест, как мы уже показали, соответствует одному году нормального развития, так что 1 миллион лет может быть на практике заменен таким же числом этих обращений. Из этого следует, что 12 000 000 повторений мантры биджа производит такое действие, которое действительно может значительно сократить страшно долгий период времени в миллион лет. Ибо повторение звука Ом по описанному способу продолжается всего две с половиной секунды, так что 12 000 000 таких повторений займут всего 8 333 и 1/3 дней, или около 23-х лет. А если для упражнений выделить больше времени, то этот срок еще более сократится: при 8-часовом упражнении в день он будет не более трех лет. Но кто, кроме индийских йогов и западных монахов, которые могут посвятить все свое время своим духовным занятиям, сможет ждать 23 года, или выделить в день 8 часов для упражнений?

Из этого следует: что надо попробовать сократить еще более общее время (8 333 и 1/3), но не путем более продолжительных дневных упражнений, а посредством увеличения напряжения. Для этой цели послужит известная нам техника духовной стрельбы излука, которую нам остается изучить и на практике. Эта техника распадается на три части:

1. «Накладывание стрелы» и «прицеливание» (тратака).
2. «Натягивание лука» (самбхави мудра).
3. «Пускстрелы» (кхечари мудра).

Рассмотрим их по порядку.

4. «Накладывание стрелы» и «прицеливание» (тратака)

«Наложи стрелу, заостренную преданностью (самопожертвованием)», - гласит текст Упанишад. Что значит «преданностью»?

Во-первых, «стрела» — принцип мышления — посредством медитации (т.е. посредством систематических упражнений в «стрельбе излука») не «заостряется» уже потому, что в продолжительной «стрельбе» затупится. Значит, тут речь идет не о простом повторении упражнений, которые должны «отточить» стрелу, т. е. принцип мышления.

Во-вторых, об остроте стрелы обычно заботятся перед стрельбой. Объяснение дает слово в оригинале «упаза» — «присутствие сидя в ожидании». Когда в индийском тексте имеется в виду медитация, употребляется слово «дхьяна» или, по крайней мере, какая-нибудь производная от корня «дхи» (дхья). Понятие же упаза удачнее всего переводится как «эйдетическая установка». Посмотрим, каким образом эта «эйдетическая установка» может «заострить стрелу» принципа мышления. Греческое слово «эйдос» значит «образ». Значит, «эйдетическая установка» — это установка на образ, который сначала должен обрести существование в воображении. Надо, следовательно, сначала иметь «образ» (пластическое изображение желаемого объекта, которое переходит в наши видения); он представляется, как правило, всегда иначе, чем мы его представляем.

Положим, что мы хотели в нашем видении увидеть определенного человека. Мы ставим перед собой его портрет. Что же дальше? В большинстве книг реко-

мендуется сконцентрироваться так называемым «центральный взглядом» на середине между бровями портрета и смотреть не мигая. Таким образом, мы можем видеть сразу целое лицо, чего иначе, если мы будем переводить взор с одного глаза портрета на другой глаз, на рот, ухо и т.д., никогда не случится. Помимо того, фиксирование взора должно происходить без мигания. Другими словами, мы должны неподвижно и не мигая смотреть в одну точку — середину межбровья того, кто изображен на портрете, не обращая внимания на слезы, которые уже через 1-2 минуты этого взгляда без мигания начнут затуманивать ясность нашего зрения. Но это ничего, говорят нам, при небольшой практике эти слезы исчезнут. Но это совершенно неверно. Во-первых, так как смешивается причина со следствием, во-вторых, необходимо делать совсем обратное. Надо именно перевести взгляд с одной части образа на другую. Потому что не концентрация мыслей развивается посредством немигающего взора, как это рекомендуется в некоторых индийских книгах по йоге, а наоборот: когда концентрация мыслей достигает известной ступени, взор без мигания происходит сам собой, и тогда без всяких упражнений можно смотреть по полчаса и больше. В-третьих, это упражнение называется по-индийски «тратака» («от «три» — предохранять и «ат» — блуждание, отклонение), т. е. «блуждание» (ат-ака) взгляда (по объекту), чтобы избежать всякого «отклонения» (тра). Если бы это было «предохранение от блуждания», то слово было бы не «тратака», а наоборот — «атаката». Это блуждание взгляда необходимо и неизбежно, так как взгляд и мысли задерживаются самое большее несколько секунд на какой-либо подробности образа. В последующее мгновение взгляд уже ускользает, а за ним и мысли — от этой способности как раз и надо избавиться. Это происходит постоянно в нашей жизни, когда мы желаем на чем-нибудь сосредоточиться, но это ничуть не подвигает нас вперед в смысле способности к концентрации.

Значительно целесообразнее будет, при концентрации на чем-либо, использовать эту удивительную особенность взгляда и тесно связанного с ним мышления, в том смысле, чтобы смотреть на отдельные подробности образа только столько времени (несколько секунд), сколько необходимо взгляду для восприятия и фиксации, а затем сейчас же переходить к другой детали и таким образом не дать взгляду и мышлению возможности прервать поток мысленных форм в концентрации (правильнее сказать — в медитации). Это и надо понимать под тратакой. Это скольжение взгляда имеет целью нечто более важное, чем только непрерывное сосредоточение. Так как тратака не есть еще сосредоточение, а только подготовка к нему: это только «накладывание стрелы» и «прицеливание».

Сосредоточение представляет «натягивание лука», но «прицеливание» предполагает, что наконец стрелы, несмотря на дрожание рук, остается наведенным на центр мишени: принцип мышления («стрела») должен быть постоянно наведен на центр объекта («мишень»), несмотря на начальное отклонение от него конечника стрелы. Сравнение со стрельбой из лука было бы еще более удачным, если бы мы прибавили беглое рассматривание (изучение) «мишени», так как тратака, как упражнение, имеет две части: первая часть его есть вышеупомянутое «блуждание» (отклонение взгляда) — изучение мишени, тогда как вторая часть делается с закрытыми глазами. Это и есть прицеливание в центр мишени, осуществляемое в продолжение всей стрельбы из лука и даже после пуска стрелы как ожидание попадания в цель. Точно так же, как при нацеливании глаз направлен не на всю мишень или на ее отдельные части, а только на ее центр -

эта вторая часть тратики означает уже не дальнейшее блуждание принципа мышления с закрытыми глазами, а всепоглощающую направленность сознания на центр объекта. Это удастся, если стрела «заострена».

При созерцании объекта речь идет не о созерцании с целью запомнить отдельные его части, чтобы можно было себе представить этот объект с закрытыми глазами, а в том единственном смысле, чтобы приобрести «чувство» к этому объекту, эйдетическую установку к нему, настоящее стремление («жажду его видеть»), короче говоря, «преданность» к нему. Эта «преданность» хотя и является лишь подготовкой к сосредоточению, проходит золотой нитью через всю технику; чем сильнее эта полная «преданность» (установка), тем «острее стрела» сознания и тем легче «натягивание лука», которое должно производиться только одной этой «преданностью» (упаза или бхава) и тем вернее «попадание в центр мишени». Таким образом, эта установка «сидение там, в ожидании» (упаза) и есть движущая сила всей «стрельбы из лука». Успех ее или неудача зависит от преданности: если упражняющемуся не удастся разбудить в себе правильное (т. е. настоящее) эйдетическое чувство к выбранному объекту, потому ли что объект «ничего не говорит ему» и он не может поэтому почувствовать контакта с ним, или по другой причине — стрела не попадает в центр мишени (или вообще в цель), а попадает куда-либо в другое место, или просто падает на землю.

Но довольно теории! Прежде чем выбрать объект, надо принять меры предосторожности — сделать «крест пространства Буддха»: мы садимся в известную асану (позу) и посылаем во все стороны — вперед, назад, вправо, влево, вверх и вниз - мысль примирения (умиротворения), мира, доброжелательства, приблизительно так: «да будут все существа счастливы, да будут все существа мирны, да будут все существа блаженны». Чем чаще мы это делаем, тем лучше будет нам. Позже мы узнаем, что открытый «глаз» перебрасывает настоящий мост к тому, что видно этим «глазом»: мысли воздействуют на объект видений и если объект сильнее, чем мы, тем сильнее будет его реакция. Поэтому надо остерегаться посылать мысли ненависти или низких желаний покорения (властвования), угнетения и т. п., ибо «что посеешь, то и пожнешь». Эта гармоническая установка ко всему окружающему создает себе самому хорошую защиту, так как она отбрасывает подобные дурные мысли других: каждая мысль есть материальная сущность, которая имеет форму, цвет и вес.

Итак, выбираем объект. Самое лучшее — это взять солнечный круг со знаком Ом. Только сам круг (солнечный или лунный) не мог бы дать нашему взору возможности «блуждания» и поставил бы под вопрос исполнение тратики. Поэтому вырежьте из золотой бумаги круг и приклейте на голубой фон, который должен представлять небо. На этот круг приклейте знак слога Ом и, если захотите, золотые лучи вокруг солнца. Это не ребячество, а очень ценная помощь для глаз, как вы в этом сейчас же убедитесь. Сядьте перед этим «солнечным кругом» и посмотрите на него 2-3 секунды и прежде еще, чем ваш взгляд соскользнет, начните блуждание взора: сначала на лучи, потом на знак Ом, затем опять к солнечному кругу, лучам и так около 2-3 минут. Затем закройте глаза: вы увидите в темноте, перед вашими закрытыми глазами, след солнечного круга, который медленно гаснет. Этого следа не было бы, если бы не было бы фона и нам пришлось бы, как делают слепые, прямо сосредоточиться на представлении солнца. Некоторые индусские книги рекомендуют действительное смотрение на солнце. Но это от незнания факта, что небо (кха) в индусских писаниях не есть

физическое небо, а место в голове, выше «неба». Поэтому смотрение на солнце в этом месте должно быть только воображаемым. Созерцание нарисованного солнечного круга оставляет в области гипофиза ясно ощущаемое чувство давления, которое показывает, что центр гипофиза (Аджна-чакра) активирован («стрела наложена на тетиву»). Если этого чувства нет, как это часто случается ранним утром, когда сознание еще не совсем бодро (не совсем проснувшееся), то нет смысла продолжать попытки. Лучшее средство для активизации гипофиза это мундаки мудра — «печать лягушки»: корень языка прикладывается к мягкому небу и трется несколько раз, сейчас же вызывая желаемое чувство. Это положение языка (нам оно известно из набха мудра) всегда рекомендуется при дыхательных упражнениях и при сосредоточении.

5. «Натягивание лука» (самбхави мудра)

«Натяни лук сознанием, направленным на духовную установку» — гласит формула. Духовная установка (бхава) — это преданность объекту, которая добыта через тратку и является единственной упругостью, с помощью которой натягивается тетива лука. Это «натягивание лука» представляет важнейшую часть «стрельбы» — концентрацию. Однако появляется вопрос, на что надо концентрироваться: на объект, т. е. представление о нем в сознании (на внешнюю его форму), или на центр, в котором показывается эта форма, значит, прежде всего, на середину межбровья (центр гипофиза), или на другое место в голове, например на темя, где, как считают индусы, находится «отверстие Брахмы» — «Врата Нирваны».

Такие вопросы сбивают с толку начинающего, и нужны годы, десятки лет, даже вся человеческая жизнь, пока не поймешь, что все эти вопросы лишние. Ибо, если концентрация правильна, тогда сам принцип мышления находит правильный путь и правильный центр. А когда она правильна? Тогда, когда она самопроизвольно разовьется из предыдущей ступени, т. е. из тратки, из преданности объекту, одним словом, если концентрироваться на «чувство объекта». Текст ясно говорит о том, что «натягивание лука» происходит с сознанием, направленным на духовную установку. Но что же значит концентрация на «чувство объекта»? Если это сосредоточение мыслей, то не должно ли это означать, что наши мысли должны быть сконцентрированы на объекте, другими словами, мы сами должны сосредоточиться на наших мыслях об этом объекте? Ведь в книгах по йоге пишут, что надо владеть мыслями, концентрировать их, и в конце логического развития отстранить? Но такие требования находятся (это, может быть, удивит читателя) только в западных книгах по йоге. Их нет в индийских оригиналах, в писаниях. Термин «сосредоточение мыслей» (концентрация) есть в западных или написанных индийцами для запада книгах: в санскритских текстах соответствующего выражения нет. То, что в западных книгах называется концентрацией по недостатку эквивалента, по-индийски звучит как «дхарна», т. е. «удерживание», или «задерживание», или «упорствование». Дхарна относится не к нашим мыслям (которые не принадлежат нашему существу, а скорее являются «гостями» нашего сознания), а к нашей «станции мышления» (читта). Она представляется индийцам как море, а наши мысли — это лишь волны на поверхности этого моря, вызванные «ударами ветра». Эти «удары ветра» — наши желания или желания других людей, если

мы держим себя «открытыми» для них. И так, дхарна значит удержание субстанции мышления, но не удержание волн. Отсюда вытекает нецелесообразность и недостаточность концентрации, т. е. «задержание мыслей», как это преподносится и практикуется на Западе. Читта (сознание) задерживается именно в состоянии, которое в нем возникает при определенной мысли, но не самой мысли. А каково это состояние? Это чувство объекта, которое возникает при его созерцании, как желание его понять, охватить. Другими словами, сосредотачиваться надо на чувстве идеи, а не на самой идее.

Теперь нам понятно, почему должна быть развита «преданность объекту»: чем сильнее эта преданность (эйдетическая установка) или, как она обыкновенно называется упаза, или бхава, тем сильнее след, тем более ясно «чувство объекта» остается в нашем сознании. Значит, сосредотачиваемся мы не на представлении или внешней форме объекта, а на желании увидеть этот объект в темноте перед глазами. Потому что чувство есть не что иное, как «внутреннее ощущение», т. е. «зрение» объекта без помощи глаз, а желание его увидеть это включение центра воли (гипофиза). Из этого следует окончательная формула: надо смотреть как будто в чувство объекта, как если бы мы могли в этом чувстве усмотреть сам объект. При этом надо стараться задерживать это чувство как можно дольше.

В нашем практическом примере с солнечным кругом со знаком ОМ, концентрация является усилием ощутить чувство этого круга (чувство, что солнце находится в середине межбровья), связанное с желанием действительно увидеть этот круг (сначала без, а потом со знаком ОМ). Практически это сводится к созерцанию, направленному в середину межбровья (брухмадхья дришти), что можно делать, не скашивая глаза. Слово мадхья означает «сквозь», отсюда все значение: «смотреть сквозь середину между бровями». Это созерцание «сквозь середину между бровями» содействует получению тотчас «чувства» гипофиза и заменяет практику мундаки мудры. Удивительно, но факт, что как бы сильно мы ни концентрировались на точке межбровья, мы чувствуем не это место, а именно область гипофиза. Оба эти вспомогательных средства: прижатие корня языка к мягкому нёбу (мундаки мудра) и концентрация на чувстве середины между бровями (брухмадхья дришти), необходимы только утром, для того чтобы вызвать ощущение давления в области гипофиза, днем же и особенно вечером, это чувство приходит тотчас. Единственное средство, нужное для достижения концентрации («натяжение лука»), есть само созерцание в чувстве объекта с желанием его увидеть. Это, таким образом, не представление, а лишь ожидание. Помогают себе при этом тем, что страстно желают и ожидают увидеть отдельные части или весь объект, как будто их «высветили» из темноты перед глазами. Объект, на котором сосредотачивались таким образом — удивительный факт! — начинает двигаться вовнутрь головы, совершенно так же, как стрела при натягивании тетивы лука движется в направлении, обратном выстрелу. При этом упражняющийся одновременно замечает, что его дыхание произвольно замирает. Это постоянно сопровождающее концентрацию (дхарану) явление, и оно совершенно нормально, так что в этом случае нечего беспокоиться. Если этого не происходит, значит с концентрацией что-то неладно. Когда дыхание останавливается, надо лишь попытаться, не мешая концентрации, сгладить переходы от дыхания к выдыханию и обратно.

Возникает вопрос, как долго надо сосредотачиваться? Учение йоги утверждает, что раскрытие центра требует непрерывной дхараны (удержание принци-

па мышления) в продолжение двух часов. Поэтому продолжительность упражнений зависит от времени, в продолжение которого принцип мышления (сознания) удерживается на объекте, а так же и от способности продвигающегося. Но тут действует еще один закон, похожий, впрочем, на закон электродинамики: мощность тока пропорциональна квадрату его напряжения. Это значит, что если вместо двух часов непрерывно концентрироваться только один час, то мощность будет не половина, а половина в квадрате, т.е. $1/4$ первоначальной; при получасе, т. е. при четверти предписанных двух часов $-1/4$ в квадрате, или $1/16$ мощности и т. д. Значит упражняться по полчаса надо 16 дней.

Таким образом, получаем таблицу зависимости общего времени от продолжительности ежедневных упражнений:

При двух часах в день — 1 день

При часе в день — 4 дня

При получасе в день — 16 дней

При 20 мин. в день — 36 дней

При 15 мин. в день — 64 дня

При 10 мин. в день — 144 дня

При 6,3 мин. в день — 365 дней (1 год) и т. д.

Формула тут следующая: $D = (120/T)$ или $T = 120/D$, где T —продолжительность ежедневного упражнения, D — число дней до полного или частичного открытия центра (в нашем случае открытия «третьего глаза»). Эти числа, конечно, только приблизительны. Ибо наша способность к концентрации растет (не так, как в случае материальных сил) и сокращает необходимый срок. Но таблица наша все же полезна, т. к. она приблизительно показывает соотношение между прилагаемым усилием и результатом, и хотя она несколько охладит наш пыл, все же она показывает срок, когда можно с большей или меньшей положительностью ожидать результата, конечно, если наше прилежание будет поддерживаться, а не падать. Срок этот скромнее, если его сравнить с 23 годами, необходимыми для повторения мантры Ом. Как мы сказали, концентрация должна быть направлена на объект в продолжение всего упражнения. При этом нам очень поможет простая, но полезная уловка: при каждом последующем упражнении надо представлять себе, что солнце светит все ярче. Успех этого упражнения, само собой разумеется, не означает еще полного открытия «третьего глаза». Это всего лишь первый проблеск успеха, если не считать истинно признака — живого и острого видения ночью после первой концентрации. Пока это только видения первой ступени, «необыкновенные вещи»). Но как бы ободряюще ни действовало все это на упражняющегося, это еще не признак, что надо переходить к упражнению следующих ступеней. Самое большее — это время от времени можно попробовать, не появятся ли видения второй ступени, или желаемые объекты.

«Если при концентрации сознания, так сказать, «нажать всей тяжестью» на желание увидеть объект в темноте перед закрытыми глазами, появляется, при малейшем воспоминании об этом, видение соответствующей вещи: так появились передняя сторона моего дома, часть улицы перед балконом, тополя, дома и уходящая вдаль улица. Погружение в темноту перед закрытыми глазами дало опять множество видений в движении, хотя и не частых. При беглой мысли о моих стенных часах я увидел их и час, который они показывали. Когда же открыл глаза, то убедился, что час был таким же, как и в видении» (из моего дневника).

Концентрируясь на солнечный круг, особенно со знаком ОМ, получаем еще одно подтверждение, что упражнение оказывает влияние — это внутренний жар в позвоночнике, о котором мы уже говорили, как о признаке пробуждения мистической силы Кундалини (так поэтически это называется в индийских писаниях). Этот жар постепенно поднимается по каналу позвоночника вверх. Этим открываются все центры, а, в конце концов, также и «третий глаз», или «тысячелепестковый лотос», как будто настоящий цветок, который в разгар зимы расцветает в теплице и раскрывается. Для того чтобы эти горячие волны не мешали упражнению, рекомендуется выполнить определенное дыхательное упражнение, известное под названием «кузнечные меха» (бхастрика).

Упражнение бхастрика: сидеть прямо (голова, шея, спина на одной вертикали), дышать диафрагмой без напряжения подобно воздушному насосу и около 20 раз быстро менять вдыхание и выдыхание. Затем вдохнуть медленно и глубоко, задержать как можно дольше дыхание и медленно выдохнуть. Все упражнение повторить три раза, каждый раз с сосредоточением мысли на копчике, потом на солнечном сплетении (вернее, на позвоночнике на высоте его) и на впадине шеи (т.е. на позвоночнике на ее высоте). При каждом повторении этого дыхательного упражнения замечается, что жар, сконцентрированный в определенном месте, поднимается к следующему пункту (т.е. от копчика к солнечному сплетению, от него до впадины шеи и выше). Эти три упражнения делаются во время концентрации на солнечном круге. Со временем часто показываются различные отрывки видений первой, иногда, второй степени, например, собственное лицо и т.д.

Чтобы уверенно продвигаться вперед, необходимо упражнения с людьми и пейзажами начинать не раньше, чем появится видение светлого и лучистого, мерцающего как настоящий язык пламени. Это видение так же остро, как при нормальном восприятии физическими глазами, что свидетельствует о начале третьей степени. Оно является каждому упражняющемуся несколько раз и указывает на момент, в который он может начать высшую ступень духовной «стрельбы из лука» — кхечари мудра (блуждание в кха, «пуск стрелы»). Это именно тот огненный язык, который должен быть «проглочен», т.е. через отверстие в мягком небе приведен до шишковидной железы. Этот процесс был многими понят грубоматериально, а именно, что физический язык путем определенных манипуляций прячется в глотку: йоги этим будто бы побеждают голод, жажду, болезни и смерть и могут быть погребены заживо, оставаясь совершенно невредимыми. Иногда вместо этого пламени появляется видение лучистого света.

При концентрации на чувстве гипофиза удается теперь немного ослабить давление (концентрационное) — тогда появляются светлые видения, например, ясно горящее пламя свечи, мерцание. «Однажды во время сильной концентрации на желание видеть, на одно мгновение в середине между бровями появилось видение пламени свечи, но светлое и отчетливое. Появляются видения от созерцания солнца в середине межбровья. Сегодня во время одной такой концентрации на солнце внезапно появилось светлое видение пламени, как будто кто-то держал пламя перед глазами» (из моего дневника).

Это видение появляется даже утром, хотя утро — самое неподходящее время для таких упражнений. «При усилении задержать солнце во время утренней концентрации, сейчас же наступило непрерывное дыхание, затем незаметное дыхание, и на второй стадии появилось множество неясных видений в крас-

ках, а однажды прямое светлое пламя. Сегодня утром созерцание на солнце в кха сейчас же вызвало внутренний жар в копчике. Этот жар продолжался во все время медитации (с незаметным дыханием), но исчез при переходе к задержанию солнечного круга (дхарана), с непрерывным дыханием. Зато появилось очень ясное и светлое, даже осязаемое видение пламени свечи, которая мерцала во все стороны» (из моего дневника). Приведенные примеры из моей записной книжки ясно показывают, что это видение пламени не совпадает с воображаемым, так как оно появляется совсем неожиданно и при этом пламя такое яркое и сияющее, что перебивает все остальные видения.

6. «Пуск стрелы» (кхечари мудра)

«Познай вечную цель» — в этих словах вся тайна последнего действия — «разрешение выстрела». Стрелок из лука после того, как он пустил стрелу, неотрывно смотрит ей вслед, попадет ли он в центр мишени. Точно так же и духовный «стрелок из лука» после разрядки напряжения сознания («пуск стрелы») неотрывно смотрит на свой объект. В то время как обычный стрелок из лука после пуска стрелы не может больше изменить ее полет (единственное, что еще может его изменить — это порыв ветра), духовный «стрелок из лука» вполне может такие «порывы ветра», которые возникают в его сознании, поставить под свой контроль. Этот контроль не должен быть новой концентрацией, которая подобно новому выстрелу выпустила бы новую «стрелу», и не концентрацией вообще, так как таковая бы вызвала новое «натягивание лука». То, что «пускает стрелу», напротив, это ослабление «тетивы лука» (напряжения мышления), но в то же время не пассивное сидение на определенном месте. «Познай цель» — гласит формула. Не следует допускать другой мысли («порыв ветра»), так как каждая такая мысль тотчас же отклоняет «стрелу» от ее направления в сторону этой мысли. Это значит, что стрела вместо центра мишени (объекта) попадает в новую цель — в эту случайную мысль.

С другой стороны, это состояние «познания цели» не должно быть активным подавлением других отвлекающих моментов. Другими словами, продолжительность и эффективность этого «познания цели» непосредственно зависит от размаха «натягивания лука» — концентрации. Но так как всякая сила вызывает сопротивление внешнего окружения (в нашем случае: утомление принципа мышления), получается, по общему закону линии отбегания, минимальная кривая утомления, которая одновременно обеспечивает максимум мощности. Сообразно с этим максимум отстоит на $3/4$ длины кривой от исходного пункта, и общая длина кривой тем меньше, чем круче ее подъем. На практике из этого следует, что при скором разбеге, например, в случае (1) с пунктом кульминации (максимумом) уже через 45 секунд мощность еще скорее (через еще 15 сек.) упадет до нуля, причем максимум составит самое большее 10 секунд, а общая продолжительность — 1 минуту. Если же, напротив, разбег до пункта кульминации, как в случае (2) с общей продолжительностью 20 минут (это продолжительность, которая рекомендуется для таких упражнений), занимает 15 минут, то и максимум увеличивается соответственно в 20 раз, т. е. до 3 и $1/3$ минут. Но так как «третий глаз» открывается только при этом максимуме, то само собой разумеется, что длина этого максимума, так же как и длина «разбега упражнения», играют реша-

ющую роль. Этим объясняется то обстоятельство, что чем сильнее напряжение во время концентрации, тем короче, вопреки ожиданию, ее эффект, т.е. видение. Важное практическое наблюдение из этого гласит: чем спокойнее (менее напряженная) концентрация, тем больше видения. Как это понимать? Ведь концентрация — дхарана — есть «натягивание лука», так как же она может быть не напряженной? Здесь нам помогает, как это было и до сих пор, понятие «дхарана» (именно поэтому мы постоянно прибегаем к индийской терминологии). Дхарана значит «удержание принципа мышления», и только по скудности нашего западного словаря мы ее переводим как «концентрация», а под этим понятием мы всегда понимаем известное напряжение, натиск мышления, в то время как «удержание» есть не что иное, как «прислонение», «облегчение», «прижимание» к объекту давлением собственной тяжести с минимумом усилия. Другими словами, «дхарана» обозначает именно то, что мы сейчас имеем в виду, говоря о законе линии обтекания или кривой максимума мощности. Это еще одно доказательство того, что древние мудрецы отлично разбирались в современных основах механики. Принцип мышления должен, так сказать, нажимать на объект только «своим собственным весом», ни больше, ни меньше. Если он будет нажимать слишком сильно, то кривая мощности сокращается; если же он будет нажимать слишком слабо, то кривая станет слишком плоской и успех замедлится. Это секрет концентрации. Разница между «расслаблением» концентрации и действительным расслаблением, а точнее, медитацией (как расслабление лука после стрельбы), заключена только в дыхании: чем сильнее мы пробуем задержать объект, его внутренний образ, тем более замедляется вдох, пока не достигнет максимума, а затем процесс переходит в противоположный и замедляется выдох. Так включается медитация (созерцательность, смотрение на объект в кха); из этого следует, что для углубления концентрации необходимо удлинить вдох, а для углубления медитации — выдох. Когда же, наконец, дыхание так уменьшится, что станет совсем незаметным, появляются видения от первой до высшей — четвертой ступени, причем дыхание все убывает и на четвертой ступени (временно) прекращается, сходит на нет. В связи с этим в момент видения совершенно прекращается осознание себя, и человек совершенно забывает о себе. Это состояние называется лайя (прекращение) и относится как к дыханию, так и к осознанию себя. Но есть еще одна существенная разница между концентрацией и медитацией, которая удачно характеризуется сравнением с техникой стрельбы из лука. Это касается направления внимания. Если при концентрации сознание направлено на середину межбровья, и вследствие этого появилось ощущение, как будто предмет (объект) оттягивается, (т. е. скорее не объект, а чувство его, внутренний образ) все глубже внутрь головы, так, как оттягивается стрела в обратном выстреле направлении, то во время медитации надо направлять внимание на «третий глаз». При этом появляется ощущение, как будто внутренний взор направляется на середину межбровья.

Этот факт, в котором каждый может убедиться, дал повод к неправильно-му толкованию этой техники — бессмысленному скашиванию глаз к середине межбровья или кончику носа. Читатель должен ясно понять, что направление внутреннего взора на место в межбровье должно вызвать только перенесение взгляда внутрь, а совсем не скашивание глаз, так же как созерцание, направленное в «третий глаз» (в центр головы, где при концентрации чувствуется тяжесть), посылает сейчас же взгляд опять вперед — в межбровье. Имен-

но в таком двойном смысле надо понимать все указания оригинальных источников относительно пресловутого созерцания на верхушке носа (скорее на корень носа — места, где заканчивается плоскость лба) или межбровье (бхрумадхья дришти).

Теперь возникает вопрос: если это направление зора в двойном смысле уже осуществлено, то когда надо переходить ко второй части, т. е. к непосредственному сосредоточению на середине межбровья во время медитации? Другими словами: когда от концентрации надо переходить к медитации? Этот переход происходит сам собой: в момент, когда при концентрации объект пересекает локализованное в гипофизе ощущение давления, образ (или чувство) объекта движется извне по направлению к центру головы — и сразу чувствуется, что вместе с внутренним взглядом также и объект возвращается через межбровье в свое первоначальное положение. Это символически представляется пуском стрелы, которая теперь уже летит по направлению к мишени. Читатель может произвести следующий опыт: сконцентрироваться на центре головы на один момент, а затем отклонить свое внимание совсем немного от этого центра в направлении шишковидной железы (назад). Он сейчас же почувствует, как его зор «выстрелит» вперед в середину межбровья.

Существует, следовательно, две автоматически вытекающие одна за другой ступени концентрации:

1. Концентрация в собственном смысле, как удержание (дхарана) принципа мышления на объекте. Эта ступень всегда характеризуется непрерывным дыханием (удлинением вдыхания и пауза с воздухом в легких) и направлением внимания на середину межбровья. Этим производится «натягивание лука».

2. Собственно медитация (дхьяна), как созерцание объекта в середине межбровья. Оно всегда сопровождается незаметным дыханием (удлинением выдыхания и паузой дыхания без воздуха в легких) и направлением внимания на «третий глаз» — место в середине головы, где появляется давление при концентрации. Этим производится «пуск стрелы».

Так как эти две ступени сменяются автоматически, а также, поскольку при каждом прерывании медитации («полет стрелы») новыми мыслями («порыв ветра») мышление возвращается к своему прежнему направлению, надо быть внимательным и не смешивать эти различные ступени. Например, нельзя проводить первую ступень с незаметным, а вторую с непрерывным дыханием; нельзя и концентрацию направлять на «третий глаз», а медитацию — прямо на середину межбровья.

Из всего изложенного выводим окончательную методику (технику) «зрения без помощи глаз».

А Рекомендуется (хотя это и не относится непосредственно к «зрению без помощи глаз»), в качестве подготовки упражняться 20-30 дней, как описано в первой части, в достижении «небесного благоухания» или «небесного вкуса».

Ибо успех хотя бы в одном из этих упражнений дает сильную уверенность, старание в упражнениях и выдержку, а, кроме того, формируется предствление о правильной концентрации.

Б. Когда вы овладеете дыхательными упражнениями и положением тела, начинайте с тракти на солнечном круге (на бумаге): через 2-3 минуты созерцания закрывайте глаза и желайте увидеть этот солнечный круг (лучше, если

на нем будет знак Ом) в темноте перед закрытыми глазами, стремясь удержать его также в мыслях. Положение языка — корнем языка к мягкому нёбу, и постоянное повторение звука Ом (духовно).

В. После того как покажутся «необыкновенные вещи» и даже ответы на заданные вопросы (но лучше только после появления видения пламени), можно начинать с портретами людей: определить знакомого или родственника, с которым вы чувствуете сильный духовный контакт, или известную личность, которую вы часто видели и сохранили о ней «чувство», и делать тратаку на портрете этого человека в продолжение нескольких минут. После того как при созерцании деталей портрета вы получите «чувство» этого человека как бы «присоединенным» к вам (т.е. сможете удерживать в вашем сознании), закройте глаза и концентрируйтесь на желании удержать это чувство, или «внутренний образ» в темноте перед закрытыми глазами. Затем этот объект, а с ним и «чувство», начнет движение вовнутрь головы: при этом не следует насильно удерживать объект в середине межбровья — чувство объекта есть единственное, на что должен быть направлен ваш принцип мышления. Дыхание должно быть непрерывным, руки лучше всего держать на коленях.

Г. Когда вы почувствуете, что объект при его «блуждании в кха» (от середины межбровья до центра головы) приближается к середине головы, тогда сложите руки (на коленях, на полу, на подоле) и пробуйте «всмотреться» в «чувство» объекта, как будто он находится на том месте, где при концентрации была «тяжесть» (давление). Как только внутренний взор снова «выстрелит» в середину межбровья, созерцайте объект в «третьем глазу», хотя взор и направлен на середину межбровья. Дыхание должно быть незаметным. Единственное, что нам нужно, это ожидание видения объекта в «третьем глазу» (в середине межбровья).

Д. Когда вы «забудете себя» в этом созерцании, появится видение объекта или части его, которое, в зависимости от степени вашего развития, или углубляется, или медленно гаснет, оставляя тлеющий след. Единственное, что нам нужно на этой стадии — это упражнение.

Е. После достаточно продолжительной практики, особенно если удастся один и тот же объект «взять» повторно, следует начать упражняться в том, чтобы отправить «стрелу», не «натягивая лука» (т.е. как метатель ножей). При этом, исходя прямо из «третьего глаза» (шишковидная железа) или из середины межбровья, смотрят в «родничок» на макушке головы, так как оттуда взгляд автоматически переводится в середину межбровья.

Таким образом, начинаем медитации прямо с «третьего глаза». В заключение еще несколько примеров из практики, которые поясняют, какие возможности дает «зрение без помощи глаз»: «Концентрация на середине межбровья — сперва желание (без тратаки) увидеть определенный объект; затем чувство центра; затем концентрация на цветке лотоса (вместо солнечного круга) и, в конце концов, на желанный объект, без особого труда дала видение его в движении, и, кроме того, множество других видений. Концентрация сопровождалась продолжительным жаром в копчике — 1 час. Сегодня вполне яркое видение третьей ступени: красивое лицо в натуральную величину, немного наклоненное, почти лежащее на щеке, с подвижными веками, медленно угасшее. Начал тратаку на стенную карту, чтобы получить давление в центре головы и через 1-2 мин. перенес сознание в этот центр головы — прямо с медитацией и незаметным дыханием. Видение появилось через 5 мин.» (из дневника).

Но все же мы рекомендуем сначала смотреть в середину межбровья, в результате чего концентрация переносится в «третий глаз», чтобы затем направить взгляд в «третий глаз» и этим опять возвратить его в середину межбровья. Другими словами, надо «третьим глазом» смотреть в середину межбровья. При этом дыхание должно сделаться незаметным. Через несколько минут начинается видение «необыкновенных вещей». Когда они появятся, не надо прерывать упражнения — дайте видению развиваться и за «необыкновенными вещами» появятся видения по желанию, которые потом переходят в светящиеся видения «третьего глаза» (третьей ступени). Так как каждое явление оставляет свой отпечаток в тонкосубстанциональном мире (Акаше), который никогда не стирается (так наз. хроника Акаши), то для исследователя открывается неистощимый источник для изучения.

Следует несколько опытов из дневника моей лучшей ученицы г-жи Габриель Ф. «Время от 12 до 1:15 ночи, эйдетическая концентрация на объекте в середине межбровья (затем в кха) то же самое — в «третьем глазе». Еще раз, как накануне, концентрация на знаменитую аудиенцию, которую Гете получил у Наполеона в Эрфурте в присутствии Талейрана. Накануне я видела только Наполеона. Теперь я увидела Гете, который стоял перед сидящим Наполеоном и разговаривал с ним. Талейрана не было видно (историки спорят — был ли он во время беседы или нет).

«Сегодня получен пакет открыток с видами Палестины. Время от 00:30 до 1:14. Положила кончики пальцев на конверт. Дыхание «мятник». Концентрация на желании видеть долину Иерихона, место храма Соломона и Иерусалим... Видела не долину Иерихона, а долину Аллаха, развалины храма Соломона, но не как на открытке, а более фронтально, и Иерусалим — не репродукцию в журнале, а внутренний город с оживленным движением на улицах».

«Время от 1 до 1:45 ночи. Эйдетически концентрировалась на желании увидеть что-либо из дворца императора Юстиниана, на развалинах которого на берегу Мраморного моря я часто сидела и мечтала. Если можно, то и самого Юстиниана... Мне кажется, будто я нахожусь в галерее, открытой на море, с мозаическими стенами, фонтаном, креслами; мужская фигура в короткой белой тунике, узкая темная борода, волосы стянуты золотым обручем, острые глаза, среднего роста, воодушевленный вид... Видела город с моря, суда в гавани, ступени лестницы, ведущие к громадному храму. Высокая фигура, но не физическая, а как бы прозрачная, сверхъестественные глаза, громадные, светящиеся...» (из дневника).

Размер этой книги не позволяет привести еще дальнейшие, в высшей степени интересные вещи такого рода. Обращаю внимание, что заметки этой ученицы относятся к точным опытам. Для того чтобы подчеркнуть магические возможности этой практики, а именно телепатию, ясновидение, телекинез, лечение на расстоянии и т. п., приведу еще два примера: Одно время в Берлине я брал уроки пения у одного оперного певца Б. В очередной мой визит на многократный звонок в дверь никто не ответил, дверь была закрыта. Очень удивленный его непунктуальностью, я раздумывал, что могло быть тому причиной? В этот момент я увидел своим внутренним зрением нечто удивительное: это была большая, в старом стиле обставленная комната с высокими окнами, ярко освещенная лучами солнца. Там лежал незнакомый мне старик. Он уже давно умер и сильный запах разложения стоял в комнате. Это видение меня каким-то

образом потрясло, хотя я не знал ни места, ни личности умершего. Так как, очевидно, урок мой откладывался, я решил уйти. Но не успел я отойти, как увидел шедшего навстречу Б. с очень расстроенным лицом. «Дорогой г. Сахаров, прошу меня извинить, но со мной произошло нечто ужасное: мой отец, который в полном уединении живет в старом городе, и которого я посещал раз в две недели, не открыл мне дверь, когда я пришел его навестить. Я вызвал полицию, и двери взломали. Выяснилось, что старик умер уже около двух недель назад. Представьте себе: он лежал на полу, на солнце, и от жары совсем разложился. Меня до сих пор преследует запах...»

Одна дама, которая уже 20 лет не может заснуть без снотворного, которое она принимает в огромных количествах (6-7 таблеток), пожаловалась мне, что даже это количество не помогает ей заснуть. Я посоветовал ей обратиться к специалисту-невропатологу, который ранее лечил ее гипнозом. Но дама сказала, что она уже и это испробовала два раза, но без успеха, т. к. гипноз на нее не действует. Я сказал ей, чтобы она шла домой и в 11 часов вечера подумала обо мне. В 11 часов я сосредоточился на ней в продолжение 1-2 часа с пожеланием, чтобы она спокойно и глубоко заснула... На следующее утро она мне позвонила радостная и довольная: хотя она все же, вопреки моему запрету, приняла полтаблетки, но не это, конечно, на нее подействовало. Неожиданно она спокойно заснула и спала всю ночь — в первый раз за 20 лет без снотворного... После еще двух опытов она совсем отказалась от лекарства и прекрасно спит.

7. Совершенный «лучник»

«Лучший из упражняющихся, дух которого постиг дхьяну, лучший из видящих, способен быстро отправиться в путь в другом теле; всезнающий, всевидящий, делающий всем существам добро, познавший смысл всех писаний, провозглашая единое учение, появляется он, известный великими, необыкновенными силами, долгоживущий и способный дать возникнуть вещам трех миров, сохранять их или дать им исчезнуть» (Сатчакра Нирупана Тантра).

До сих пор я описывал технику духовной «стрельбы из лука», главным образом, первых трех ступеней, которые доступны каждому человеку. Только бегло я очертил четвертую и последнюю ступень, совершенное овладение которой ведет к мастерству. Мое изложение было бы неполным, если бы я не описал и эту ступень — ступень мастера. Именно она завершает развитие, возлагает венец на продвигающегося.

В мистических школах восточной традиции во всех подробностях перечисляются и описываются все ступени духовной практики, хотя в туманных (таинственных) выражениях, и поэтому нужна глубокая проницательность, чтобы разгадать тайны, которые и сообщаются только посвященным. Этим объясняется факт, почему этот предмет, даже в индийских книгах недавнего издания, излагается весьма запуганно и даже противоречиво. Требовательный и образованный читатель нередко от них отказывается, как от «ненаучных» и даже «нелепых», а много о себе воображающий, не долго думая, пробует их самое меньшее дополнить, а то и улучшить. Поэтому теперь появилось так много «специалистов» по «стрельбе из лука», но на практике Истинных Мастеров нет.

Чтобы практиковать духовный путь, ученик должен подчинить себя строгой этической дисциплине, которая охватывает в основном четыре добродетели: *виека* — распознавание, *вайратья* — отсутствие страстей, *самсампатти* — праведное поведение и *мумукшаттва* — стремление к спасению, к избавлению. Конечно, здесь не имеется в виду распознавание в смысле успеха в жизни, и преодоление элементарных страстей (как ревность, ненависть, мстительность и т.д.); духовный ученик скорее должен уметь распознавать различие между реальным и нереальным, между добром и злом, между вечным и преходящим. Из этой первой способности следуют все другие качества, как непривязанность ко всему тому, что нереально, злонамеренно и преходяще, равно как и праведное поведение. Последнее делится на шесть частей: спокойствие мыслей (*шама*), самообладание (*дама*), спокойствие в действиях (*упарати*), терпение (*титикша*), доверие или уверенность (*шраддха*) и целенаправленное внимание (*самадхана*), и, наконец, воля к освобождению, не в смысле отказа, а отречение от мира, и во внутреннем освобождении от светскости. Это последнее качество, которое является результатом предыдущих, указывает на то, что духовно ищущий достоин посвящения. Без этой духовной подготовки он не найдет своего Учителя, обыщи он хоть целый свет. А если же он обладает ею, то ему не надо никуда идти. Учитель сам придет к нему, так как уже ждет своего ученика за долгие годы до того, как человек в первый раз примет решение искать своего Учителя.

Предпосылки духовного ожидания непреложны из века в век, они так же неизменны, как законы природы. С другой стороны, от ученика не ждут совершенства, он должен только искренне стараться развить в себе необходимые духовные качества. Но даже и не достигнув еще в этом совершенства, он уже может заниматься духовными упражнениями, например, медитацией на грубоматериальном объекте. Так начинается его духовная практика. Через несколько месяцев этой грубоматериальной медитации (*стхула дхьяна*) приходят первые видения — «необыкновенные вещи», и только приблизительно через год — видение Учителя. Сперва появляются его лучистые, все затмевающие глаза, а после дальнейших упражнений ученик видит Учителя лицом к лицу. Внимательный и поднаторевший в мистике читатель заметит в этом проявление великого космического закона — закон аналогии. Этот важнейший из всех таинственных законов может быть сформулирован так: центры малых кругов вращаются вокруг центра большого круга. Так, например, дни и ночи от новолуния до полнолуния образуют «светлую» половину месяца («день луны»), а дни и ночи от полнолуния до новолуния — «темную» половину месяца («ночь луны»). Точно также образуются 6 месяцев, когда солнце идет на север — «день года» и 6 месяцев, когда солнце идет на юг — «ночь года». Несколько десятилетий жизни человека также составляют «день», а приблизительно такое же время пребывания с другой стороны — «ночь» данной инкарнации, и т.д. В нашем случае отдельные ступени развития завершенной сферы подлежат тем же законам, что и подразделы отдельной ступени. Так повторяется (в большом цикле) на каждой ступени мистического развития тот же ряд отдельных моментов, как их образуют уровни медитации на соответствующей ступени развития. Если медитация, как таковая, содержит четыре ступени: «накладывание стрелы» и «нацеливание» (*траатака*), «натягивание лука» (*самбхави мудра*), «пуск стрелы» (*икечари мудра*) и ожидание

попадания или «созерцание цели» (лакшьями видхи), то и упражнения четырех ступеней развития от ученика до Учителя в основе своей идентичны с означенными выше ступенями. То же самое и с видениями: видения соответствующей медитации наступают в том же порядке, как они развивались в отдельности через относящиеся к ним упражнения в медитации. Хотя, смотря по обстоятельствам, перевешивает главная тенденция господствующего момента, все же основное соотношение всегда остается тем же. Это важное обстоятельство позволяет нам с математической уверенностью вывести основной характер четвертой ступени (Учителя) из общего характера относящихся к ней ступени медитации, т.е. установить следующие соответствия.

1. Первая ступень медитации — грубоматериальная, и ее видения это «необыкновенные вещи». Мистик первой ступени также занимается погружением в грубоматериальные объекты (стхула дхьяна), и результат его созерцания (самадхи) называется «созерцание сомнением» (савитарка), т. к. он не может идентифицировать объект, который является в видениях. Если же он может идентифицировать объект, то это созерцание называется «созерцание без сомнения» (нирвитарка).

2. Вторая ступень медитации — концентрация (самбхави мудра), сопровождается непрерывным дыханием. Ее видения — это «ответы на задуманное» (прагьяджнана), и они также созерцаются с «раздумьем» (савичара), так как нельзя еще установить, относятся ли эти видения к прошлому, настоящему или будущему и чем они вызваны: своими или чужими мыслями. Но, когда с этим «раздумьем» покончено, как это показывает анализ результатов упражнений, то это созерцание называется тогда «созерцание без раздумья» (нирвичара), поскольку оно, как мы уже видели, проникает через все препятствия пространства и времени. Как подчеркивает Патанджали («Йога Сутра» 1,49), знание, полученное таким образом, «есть знание высшего порядка, ибо раскрывает то, что не раскрывается через свидетельства или умозаключения».

И все же, хотя это знание не «последняя», завершающая ступень истины, оно содержит в себе истину или из прошлого, или из будущего, а не только из настоящего. Оно принадлежит к тонкоматериальной, безвременной сфере, и необходима более высокая следующая ступень для того, чтобы это познание могло быть сопоставлено с реальным настоящим (или другим желанием). В этом проявляется закон, на который часто не обращают внимания «ясновидящие», и согласно которому видения развивают «сверху вниз», т.е. от духовного к физическому, а не наоборот. Если практика второй ступени медитации состояла в созерцании светящегося объекта — сияющее солнце, то ей аналогичная практика на второй ступени мистического развития, а именно дхотар дхьяна — медитация на лучистом свете, в котором показывается объект первой ступени. И, подобно второй ступени медитации, которая вызывает через созерцание лучистого света сильный жар в позвоночнике и во всем теле, через эту медитацию возникает «огонь змеи» (Кундалини) — аллегорическое обозначение проникновения космической жизненной силы (праны) в тонкоматериальные каналы и центры, в «цветки лотоса» (чакры), которые этим мистическим «огнем» пробуждаются к расцвету и раскрытию. Поэтому упражнения на второй ступени развития требуют настоящих занятий Йогой, в основном Хатха-йогой.

3. Когда этот мистический «огонь змеи» достигает межбровья, духовному взору мистика открывается «Божество Кундалини» в образе языка пламени, и не аллегорически, а на самом деле перед его закрытыми глазами появляется

настоящее пылающее пламя. Этот момент обозначает третью ступень медитации, а также и третью ступень мистика. Теперь ученик начинает медитировать на «точке» (бинду дхьяна). Что значит эта «точка»? Индийское слово «бинду» означает «капля» и указывает на капельную форму огня. Это знаменитая кхечари мудра, в которой под видимостью «языкоглотания» подразумевается «введение языка пламени» в отверстие макушки головы (кха) — между гипофизом и шишковидной железой. В переносном смысле это «небесное пространство» над небом, между серединой межбровья и задней частью головы — затылком. Это «введение языка пламени» есть созерцание, которое в йоге называется «созерцание с упоением» (сенендам) и дает упражняющемуся полное познание объекта — «подлинное восприятие прямо перед глазами» так же как и блаженство. Ибо тайна йогических сил — это способность видеть объект обладания в своем «третьем глазу», в полной ясности формы, цвета и излучения (на этой ступени показанное в астральном свете во всем блеске красок, является с последующим угасанием). Как объясняет Агни-йога: «Каждое ясное видение объекта в нашем третьем глазу делает его для нас почти осязаемым. Когда образ предмета вызывается в полном совершенстве линий и цветов, на него можно непосредственно воздействовать. Им можно владеть независимо от расстояния, подчинять своей власти что угодно, от обыкновенных предметов до далеких планет» («Агни-йога, Иерархия», 90). Так, видение свернувшейся золотой змеи и пламени в муладхаре (копчике) вызывает самопроизвольное пробуждение силы Кундалини, которое в светлом сиянии мгновенно поднимается к голове и поочередно открывает все чакры. Это ведет к видению шишковидной железы другого человека или любого числа людей и устанавливает над ними полный контроль, так что все мысли, которые передает им йог, они переживают как полный обман чувств, сходный с гипнотическим внушением. Например, видение солнечного сплетения человека дает точную картину внутренней структуры его тела (как рентгеновский снимок) и т.д. Читатель может найти много других сведений о приложении этой способности в 3-й главе «Йога Сутры» Патанджали, где описывается еще много других сил, получаемых путем видений. Также и в тантрах, особенно в трипунасана самукайя, есть описания сил, связанные с каждой чакрой, которые можно развить (отсылаю читателя к этим описаниям).

4. Полное раскрытие всех психических сил йога все же еще не высшая ступень. Патанджали, который считает эти силы «прибавкой» (упазаринх) к Самадхи, говорит: «Отрешение даже от этих возможностей уничтожает само себя зла, что открывает путь к кайвалье» («Йога Сутра» III, 51). Под освобождением (кайвалья) йога понимает полное освобождение духа (пуруши) от материи (пракрити), полное возвращение божественного совершенства. Поэтому четвертая ступень развития должна вести к этой высокой цели.

Вернемся опять к четырем ступеням медитации — на этот раз только к последнему их этапу, который по закону аналогии должен определить основной характер четвертой ступени развития. Собственно говоря, все силы (сиддхи) принадлежат к труднопознаваемой четвертой ступени медитации — «созерцанию цели» (лакшьям видхи), ибо они возникают в момент полного самозабвения (лайя), слияния «сознания» с целью. Мундака-Упанишада говорит об этом: «ОМ-лук, «Я» (Атман) — стрела, а Брахман — цель. Со вниманием попади в нее и стань, как стрела, един с ней» (II, 24).

Таким образом, четвертая ступень развития характеризуется, прежде всего, этим — «стань единством стрелы и мишени». Затем на этой ступени самопроизвольно, без каких бы то ни было упражнений, возникнут все силы. Если мы теперь рассмотрим вопрос с другого конца, то у мудреца Гхеранды (см. «Великая тайна») находим только две медитации: грубосубстанциональную и тонкосубстанциональную, причем он все же указывает на двойной характер последней, как созерцание «Великого божества Кундалини» и «Брахмана как точки». Он говорит: «Если благодаря большой удаче у кого-нибудь пробудится Кундалини, то он будет двигаться вперед вместе с «Я» (атман) из тела через отверстие (на высоте глаз) и странствовать на царском пути, но не может быть видимым вследствие своей большой подвижности». «Йога достигают любого успеха в медитации (Дхьяна-йога) через самбхави мудру. Это таинственная тонкосубстанциональная медитация (сукши дхьяна), которая трудно достижима даже для Богов» (Там же, IV, 18-20). Это явление «Божества Кундалини» как пылающего огненного языка мы уже пережили на третьей ступени. Значит, объектом медитации четвертой ступени должно быть созерцание «Брахмана как точки» (бинду). С другой стороны, Гхеранда в третьей главе говорит: «Через самбхави мудру достигни познание себя (атма пратьякша), созерцая бинду как Брахмана и соединив с ним сознание (манас). Поставь свое Я среди носа и кха среди твоего Я. Таким образом, твое Я, созерцая кха, не позволит ничему тебе помешать. Так всегда, полный блаженства, человек входит в экстаз (самадхи)». Итак, это медитация четвертой ступени: внутри головы (между гипофизом и шишковидной железой), где раньше (через самбхави мудру) появилось видение пламенного языка, «поставь свое Я», т. е. концентрируйся на чувстве Я (оно возникает всегда в этом месте), как если бы это Я было едино с этим пламенем (бинду, как нам известно, не есть точка, а капля, имеющая форму пламени).

Так как с одной стороны бинду (на третьей ступени медитации) должно быть теперь созерцаемо как Брахман, и надо соединить с ним наше сознание, а с другой стороны, как говорится в этой же Упанишаде через две строфы, этот Брахман — «пылающий» (архиманти), тоньше, чем самое тонкое, и в него должна попасть (стрела Я)». Последствием этой самой тонкой из всех медитаций является познание собственного Я, или атмана пратьякша, как утверждает Гхеранда. А Патанджали прибавляет к этому: «Через погружение (самьяма), в отличие между душою (саттва) и Я (пуруша), достигается всемогущество и всезнание» («всемогущество» здесь значит «полное господство над всеми существами и состояниями»). Эта форма Самадхи называется «направленное на сознание самого себя» (асмита — от формы глагола асми, т.е. «Я есмь») и является способом созерцания на этой четвертой ступени мистического развития. Но и она не является высшей. Даже полученное из нее «просветление» («преображение» — пратибха), которое дает силы самопроизвольно, без каких бы то ни было упражнений, хотя и является высоким достижением по сравнению с предыдущими ступенями, как небо, все же не есть окончательное освобождение (кайвалья).

Полное освобождение приходит, как мы видели, уже после достижения самого высокого — вайратья — отрешения от всех этих сил и состояний, как «существований в форме». Тогда мистик достигает четвертой ступени посвящения (парамаханса) и становится адептом (дживанмукта) — «освобожденным при жизни». Это освобождение происходит путем самой высокой формы Самадхи, называемой «Облако добродетели» (дхарма менга), кото-

рая возникает из этого совершенного познания, не ждущего ничего для себя, «когда, — как говорит Патанджали в заключительной части своего труда о йоге, — с бесконечности знания спадают все покровы и все нечистое познаваемое оказывается ничтожным». Об открытии «третьего глаза» в основном тексте («Гхеранда Самхите», I, 34-35) говорится: «Правым большим пальцем три область лба, этим упражнением будет удалена слизь. Нади будут очищены, и возникнет божественное прозрение (ясновидение). В этом надо упражняться ежедневно после пробуждения, после еды и в конце дня». Слизь, очевидно, тонкосубстанциональной природы, и покрывает центр ясновидения, так что этим массажем (вернее сказать, «магнетическим лечением, процедурой») может быть устранена.

Существует метод магнетического воздействия, который приводит к открытию этого центра. На лоб человека выше бровей кладут оба больших пальца так, что они образуют как бы второй ряд бровей. Этими пальцами поглаживают лоб от середины вдоль бровей. Остальные пальцы держатся растопыренными по бокам головы, так, что мизинцы лежат за ушными отверстиями. Если подопытный чувствителен, то через некоторое время магнетизирования он получит видения (см. «Великая тайна»).

Для того чтобы открыть «третий глаз», нужно (абсолютно необходимо) уметь чувствовать место шишковидной железы. При этом поступают следующим образом: концентрируются на середине межбровья, в результате чего появляется чувство не этого места, а (что примечательно) как раз «чувство третьего глаза» (центра головы). Поэтому всюду в йоге предписывают: «концентрируйся на месте между бровями», что часто понимают неправильно и в результате начинают скашивать глаза. Чтобы устранить эту ошибку, некоторые учителя йоги нажимают на это место у ученика острием. Тогда ученик невольно концентрируется на месте боли и чувствует свой «третий глаз». Так было при посвящении Шри Рамакришны. «Третий глаз», Глаз Шивы, Око мудрости (джнана чакшу), «Обиталище души» (Декарт), «Сновидческое око» (Шопенгауэр), шишковидная железа (гландула пинеалис) находится в центре головного мозга и лишь проектируется в межбровное пространство.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Искусство накопления энергии

Солнечное сплетение — это своего рода мозг живота, а Аджна-сплетение, которое находится между бровями, образует духовный центр и представляет собой, так сказать, внутренний глаз интуиции. Его нельзя сопоставить с телесным глазом, хотя он и может помочь телесному зрению в материальном плане, но на самом деле является духовным оком, посредством которого вы сможете, предугадывая, смотреть в мире мыслей и ощущений.

Можно ли энергетизировать оба эти центра, наполнить их положительной силой? Обратимся сначала к Аджна-центру. Все индийские мудрецы согласны относительно тех благ, которые приносит с собой пробуждение Адж-

ны. Цитируем: «Это великий свет, который хранится в тайне во всех священных писаниях; при помощи погружения в него йог получает необычные духовные силы. Йог, который постоянно погружен в созерцание Аджна-лотоса (центра), освобождается от могучих уз желаний и радуется в сознании счастья. Значение погружения в этот лотос нельзя полностью описать словами». Но эта рекомендация пригодна для йогов, которые в течение дня часами могут предаваться таким упражнениям; мы же, европейцы, как люди очень занятые и торопящиеся, не можем, конечно, тратить большое количество времени, чтобы прийти к желаемому успеху. Точно так же на наш образ жизни влияют климат, питание, традиции и окружение, столь разнящиеся от индийских. Поэтому мы нуждаемся в других методах. Есть прекрасная возможность с помощью соответствующих упражнений в сосредоточении прийти к поразительным результатам, если делать эти упражнения в гомеопатических дозах, причем результат тем лучше, чем умереннее их применение.

Упражнение для энергетизации Аджна-сплетения

Сядьте удобнее (не прислоняясь к спинке) на стул, лучше на табуретку. Спина должна быть как можно более прямой и в вертикальном положении. Теперь, закрыв глаза, вдохните как можно более бесшумно и медленно через нос и дайте дыханию так наполнить вашу грудную клетку, чтобы она поднялась. Во время вдоха говорите себе: «Я вдыхаю силу и покой». Задержите дыхание примерно на пять секунд, и представьте себе, как средняя точка между вашими бровями пронизывается светом. Все зависит оттого, насколько ярко представить себе красивое, теплое, золотисто-желтое свечение в Аджде. Если вам действительно удастся хотя бы в течение двух-трех секунд создать в Аджде нечто вроде ощущения света, то эти две-три секунды дадут вам на многие часы в течение дня исключительное спокойствие и уверенность во всех ваших действиях. Мрачные сомнения, страстные и разрушающие ощущения и волны мыслей будут погашены в течение всего дня. Аджна-сплетение, в известном смысле слова, походит на магнит, который сглаживает, «успокаивает» магнитофонную запись, а при надлежащем воздействии может стереть ее вообще. Особенно сильно Аджна действует на сознание. Здесь поможет следующее сравнение. Благодаря привычке постоянно повторять и возобновлять те ил и иные переходы мыслей и чувственные представления наше подсознание, подвергнувшись этому впечатлению, «наговаривается» аналогично тому, как «наговаривают» магнитофонную ленту, производя на ней запись. Уже упоминалось, что Аджна-центр походит на магнит, и как магнит может стереть запись на ленте, так и Аджна может погасить в сознании отрицательные картины, «раздражающие места». Для ослепительной световой энергии, которая может быть пробуждена в Аджна-чакре, такие низменные аффекты, как чувство страха, навязчивые представления и т. п., становятся только смутной игрой теней, бледнеющих перед силой Аджна-сплетения.

При этом упражнении важно не напрягаться телесно, но производить его в уме, в представлении. Когда вы будете сопровождать приведенное выше утверждение «Я вдыхаю силу и покой» представлением о световом ощущении в Аджде, вы, несомненно, почувствуете изменение в своем сознании, и после тридцати-сорока дней занятий (упражнение рекомендуется делать дважды в день, но каж-

дый раз не более трех минут) почувствуете глубокое душевное успокоение, которое проявится в возрастающей нервной силе. После трех месяцев упражнений с Аджна-центром обратитесь к солнечному сплетению и ю. Как вы знаете, каждое разочарование, каждая неприятность действуют на желудок. В таких ситуациях вы ощущаете в области желудка тупое давление, которое замечается, например, при гастритном воспалении или других возбужденных состояниях. Очень чувствительные люди могут даже ощутить, что им как бы давят кулаком на желудочную впадину. Все волны чувств и ощущений проходят через солнечное сплетение, и душевное малейшее раздражение, прежде всего критика и придирки, действует на него немедленно. Это воздействие всегда вредно, так как в этом случае солнечное сплетение (Манипура-чакра) не может направлять достаточный поток силы в вегетативную нервную систему. Поэтому, по крайней мере, в течение трех месяцев необходимо ежедневно делать это упражнение от трех до пяти минут.

Упражнение для энергетизации солнечного сплетения

Это упражнение можно делать не только расслабься лежа, но и на улице во время утренней прогулки, во время занятий, просто на ходу или сидя дома в удобном кресле. Вдыхайте очень медленно через нос и мысленно произносите: «Я вдыхаю вместе с праной силу, здоровье и счастье вниз, к солнечному сплетению». После этих слов медленно выдохните и постарайтесь ощутить, что теперь действительно ваше солнечное сплетение наполнилось силой, здоровьем и радостью. При выполнении этого упражнения важно делать его скорее мысленно, нежели физическим образом. Упражнение следует повторять несколько раз в день, а вообще для него ограничений не существует. Можно повторять его сколь угодно часто, пока оно не укоренится глубоко в вашем подсознании. Вы спросите: из чего будет видно, что мое подсознание действительно реагирует на это упражнение? Вы заметите это, когда в ваши мысли войдет все более возрастающая окрыленность, которая будет выражаться в повышенном физическом и психическом тоне. Со временем вы придете к тому, что невольно будете вышеописанным образом обращаться к солнечному сплетению в так называемые «пустые моменты», «провалы», во время которых вы чувствуете себя усталым и невеселым, или же ваш мозг отказывается работать. Если, например, после неприятного разговора с начальником вы чувствуете себя в напряженном состоянии, или же ваши нервы перевозбуждены по какой-либо другой причине, то отстраните все мысли и картины, вызвавшие вашу печаль, и займитесь следующим упражнением.

Упражнение для душевного успокоения

В возможно более непринужденной позе — лежа, сидя или стоя, это безразлично — расслабьте тело, затем по возможности напрягите грудь и плечо вдохните через нос, но так, чтобы в движении находился только живот. Удерживайте в этом положении грудную клетку по возможности неподвижно. Теперь сложите обе руки вместе и положите их на солнечное сплетение, выше

желудка. Поместите расслабленный язык у нижних зубов, задержите воздух на пять секунд и затем выталкивайте его через плотно, как для свиста, сложенные губы, маленькими порциями через каждые три-пять секунд, так, чтобы после каждого резкого выдоха воздух задерживался. Когда воздух полностью выйдет из легких, опять сделайте глубокий вдох и, сделав задержку на пять секунд, снова выдыхайте воздух маленькими порциями. Повторите упражнение от трех до пяти раз. Это упражнение является отличным средством от бессонницы, нервного перенапряжения, тревоги и других душевных недугов. В заключение главы мы хотим дать вам еще три упражнения, которые окажут крайне благотворное влияние на всю вашу нервную систему.

Упражнение для нервов

Станьте прямо, вытяните руки вперед, затем, вдыхая воздух, медленно сгибайте руки, приближая кисти к плечам. При движении рук сжимайте кулаки и одновременно напрягайте мускулы так, чтобы, когда сжатые кулаки достигнут плеч, вы почувствовали дрожь. Это движение должно завершиться по окончании вдоха. Затем вытяните руки со сжатыми кулаками резко вперед и быстро верните их к плечам. Повторите это движение три-четыре раза, не выдыхая. Затем опустите руки, расслабив их, и медленно выдохните. Эффективность этого упражнения зависит от того, насколько быстро сгибать и разгибать руки. Важно, чтобы эти движения не были судорожными. В особенности задержка дыхания должна всегда происходить ненамеренно, т.е. не следует задерживать дыхание так, чтобы кровь прилиwała к голове.

Упражнение, согревающее дыхание

Когда вы зябнете или в какой-либо части тела чувствуете неприятный холод, например на улице, то ускорьте шаг и начните считать от одного до семи. На счет «раз» начните вдыхать воздух и при счете «семь» - закончите. Теперь задержите дыхание на четыре секунды и затем медленно выдыхайте через губы, сложенные как для свиста. Выдох должен длиться тоже семь секунд. Когда вы, таким образом, сделаете несколько вдохов и выдохов, начните сжимать кулаки — все крепче и крепче. При этом нужно напрячь мышцы рук, и задержать дыхание, пока продолжается это напряжение мускулов. При выдохе снова расслабьте мускулы. Вскоре вы заметите, что через все ваше тело пройдет жар. Он будет тем сильнее, чем отчетливее вы представите, что вошедшее дыхание проходит через все тело до пальцев ног и кончиков пальцев рук. При утомлении, чрезмерной усталости, раздражительности, нервном напряжении или тоске очень помогает следующее упражнение.

Упражнение, укрепляющее дыхание

Лягте на спину, под голову желательно ничего не подкладывать. Лежать нужно на не слишком мягком, лучше лечь на ковер или на подстилку. Затем раскиньте ступни на двадцать-тридцать сантиметров друг от друга. Руки

положите так, чтобы они не касались туловища и этим не нарушался, в соответствии с законом магнетизма, равномерный жизненный ток в вашем теле. При этом упражнении необходимо, прежде всего, как можно глубже выдохнуть. На выдохе сделайте задержку на три-пять секунд, но лишь пока вы не почувствуете дискомфорта. Затем вдохните так, чтобы давление воздуха перешло из груди в живот и обратно. При следующем выдохе скажите вполголоса: «Теперь из моего тела и из моего духа уходит вся слабость и нечистота». Снова сделайте паузу на выдохе и при вдохе говорите себе: «Я вдыхаю с праной новую силу, радость и жизнь. Все мое тело, моя душа, мой дух будут теперь проникнуты силой». Это упражнение можно часто практиковать днем, оно очень полезно перед началом работы, перед прогулкой или же утром после пробуждения. Как бы вы ни были возбуждены, утомлены, взвинчены или расстроены, как только вы начнете это упражнение, вы почувствуете себя полностью умиротворенным. Появление жизненной электрической силы успокоит нервную систему, и благодаря нормализовавшемуся кровообращению вы почувствуете, что настроение значительно улучшилось.

Гарма Ч. Чанг
(перевод)

УЧЕНИЯ ТИБЕТСКОЙ ЙОГИ



Об авторе

Еще в молодости Гарма Ч. Чанг стал учеником буддийского ламы, жившего в одном из районов Китая, недалеко от Тибета. Пройдя у него обучение, Гарма Ч. Чанг сначала отправился в Тибет для совершения практики, где провел восемь лет в различных тибетских монастырях, затем — на запад для получения светского образования. В то время, когда он учился, Китай вторгся в Тибет, что навсегда закрыло для него эту страну. Оставшись на западе, он написал и перевел много замечательных и полезных книг по тибетскому буддизму. Многие его книги так же трудно достать на тибетском, как и в переводе на английский.

ВВЕДЕНИЕ

Если дать определение мистицизму в его широком смысле как «доктрина, согласно которой познание «Бога», или духовной истины, достигается посредством прямой интуиции», то Тибетский Тантризм также можно рассматривать как форму мистицизма. Проблема здесь, конечно, в том, в каком смысле понимать термины «познание», «Бог», «духовная истина» и «интуиция». Внимательный анализ использования этих слов немедленно вынесет на поверхность все разнообразие сложных концепций, стоящих за ними, и окажется, что для них нет каких-то четких, общепринятых значений. Несмотря на кажущуюся схожесть различных форм мистицизма, между ними существует огромная разница. Но для того чтобы подробно описать эти различия, требуется глубокое понимание всех этих систем, а также личный опыт в каждой из них, что подтверждается всеми мистиками. Эти требования действительно сложны, если не невозможны, чтобы кто-то их мог выполнить в настоящее время. Поэтому целью автора является не критическое исследование Тибетского Тантризма в противовес другим формам мистицизма, а ознакомление читателя с некоторыми важными текстами, которые до сих пор не были доступны ни на одном из европейских языков.

Уместно будет сказать несколько слов об основной доктрине Тибетского Тантризма и фундаментальном принципе, лежащем в основе практики данной системы. Кратко можно изложить это следующим образом: «Божественное Состояние Будды вездесуще, но самым быстрым путем к познанию этой истины является путь обнаружения его в своем собственном механизме телаума». Посредством духовных упражнений и использования тантрических техник — таких, например, как Шесть Йог, — можно добиться скорого постижения на личном опыте того, что тело, ум и «объективный мир» — все это является проявлением Божественного Состояния Будды. Сансара есть Нирвана, люди — проявления Божественного, «нечистые» страсти-желания — выра-

жения Пяти Истинных Будд¹, Просветление или Освобождение достигается не искоренением человеческих страстей и желаний, а через отождествление, идентификацию их с трансцендентной Мудростью. Таким образом, в основе доктрины Тибетского Тантризма находится рассмотрение механизма телума человека как соответствующего, если не идентичного, механизму телума Будды. Дух и практика всех Тантрических Йог соответственно направлены на раскрытие и развитие этого основного положения.

Теперь в качестве иллюстраций этой основной доктрины рассмотрим две краеугольные тантрические практики — Йогу Восхождения и Йогу Завершения. В практике Йоги Восхождения йогин обучается тому, как визуализировать и таким образом отождествлять внешний мир с Мандалами, свое тело — с Телом покровительствующего ему Будды, нервную систему — с тремя Каналами и надидеяными Чакрами, различные виды секреции — с бинду положительными и отрицательными элементами, свою устремленность и энергию — с Праной Мудрости и «Светом»... В практике Йоги Завершения прежде всего он обучается растворению всей своей Энергии-Мысли² в Исконном Свете — Дхармакайе, находящемся и до начала практики сокрытом «в» Центре Сердечной Чакры, с тем, чтобы затем из него заново спроецировать Тело Формы (Рупакайя) и таким образом привнести Состояние Будды в свои бесчисленные действия.

Также следует здесь упомянуть очень важную теорию, лежащую в основе всей практики Тибетских Йог, именуемую «Тождественность Праны и Ума»³. Тантризм рассматривает мир как состоящий из противоположных, противостоящих друг другу элементов и отношений: ноумен и феномен, потенциальность и проявление, причина и следствие, Нирвана и Сансара... Прана и Ум. Каждая из этих пар противоположностей, хотя и кажется антитетической, на самом деле являет собой неразрывное единство. Если человек может постичь в полной мере один член пары противоположностей и овладеть им, он автоматически достигает познания и овладения вторым. Таким образом, тот, кто постиг, что сущностью ума является Трансцендентная Мудрость, одновременно достигнет осознания того, что прана являет собой неистощимую энергию и действие Состояния Будды.

Нет необходимости излагать здесь все многочисленные аспекты данной доктрины, но одному из них следует уделить некоторое внимание. Речь идет о «взаимосвязи ума и праны».

Определенный тип ума, или ментальной активности, неизменно сопровождается праной соответствующей характеристики, либо трансцендентной, либо приближенной к земному плану. Например, определенное настроение, чувство или мысль всегда сопровождаются праной соответствующих признаков и ритма, что отражается в феномене дыхания. Так, в состоянии гнева возникают не только присущие ему чувства и мысли, но и дыхание становится резким и «жестким». А в состоянии спокойной сосредоточенности на решении той или иной интеллектуальной проблемы мысли и дыхание наполняются таким же покоем. Когда концентрация особенно глубока, как, например, при решении очень сложной задачи, происходит бессознательная задержка дыхания. Если человек находится в состоянии гнева, зависти, гордости, стыда, любви, вожделения, высокомерия и т.д., тут же он может ощутить в себе именно эту, соответствующую данному настроению, «прану» или «воз-

дух». В состоянии глубокого Самадхи нет никаких мыслей, поэтому нет и осязаемого дыхания. Во время первого мгновения Просветления, когда происходит трансформация обычного сознания, и прана изменяется самым коренным образом.

Таким образом, каждое настроение, мысль и чувство — будь они просты или сложны, «тонки» или «грубы» — сопровождаются соответствующей или ответной праной. На высоких ступенях практики Дхьяны происходит замедление циркуляции крови почти до остановки, осязаемое дыхание также приостанавливается, и йогин переживает некую степень просветления в состоянии ума, полностью свободном от всех мыслей. И тогда происходит не только изменение сознания, но также изменения и физиологические функции тела.

Основываясь на принципе «Тождественности Праны и Ума», Тибетский Тантризм предлагает два Пути, или вида, Йоги, которые оба ведут к той же трансцендентной цели. Первый именуется Путем Освобождения или «Йогой Ума», второй — Путем Мастерства или «Энергетической Йогой». Первый Путь во многом подобен Чань (Дзэн) - Буддизму, поскольку акцент в нем делается на наблюдении и культивировании Исконного Ума при минимуме обрядности и йогической подготовки. Второй Путь представляет собой ряд сложных йогических практик, требующих большого напряжения и известных как Йога Восхождения и Йога Завершения.

Три фрагмента, представленные в первой части данной книги, в которых речь идет о Махамудре, относятся к первой группе. Они, как читатель сам сможет увидеть, удивительно схожи с идеями Дзэн-Буддизма. Шесть Йог Наропы относятся ко второй группе и являются синтезом Йоги Восхождения и Йоги Завершения с акцентом на второй.

Если мы посмотрим на Шесть Йог точки зрения их значения, то из них к первичным, основным относятся Йога Мистического Тепла и Йога Иллюзорного Тела, остальные же четыре — Йога Сновидений, Йога Света, Йога Бардо и Йога Трансформации — являются как бы ответвлениями от них. Однако для тех, кто интересуется изучением «бессознательных» и «сверхсознательных» состояний, Йога Сновидений и Йога Света могут оказаться более важными, поскольку в них содержится основная информация поданной теме.

Для того чтобы у читателя было более полное общее представление о Шести Йогах, в переводе дается краткое изложение простого, но ясного текста Введения в них Ламы Драши Намджхала. Поскольку на данный момент переводчик не имеет доступа к оригинальным тибетским текстам, три фрагмента по Махамудре и «Шесть Йог» Драши Намджхала переведены с китайских вариантов текста, недавно обнаруженных в буддийских источниках в Гонконге и на Тайване⁴.

Все диакритические знаки в латинизированных тибетских и санскритских словах были в тексте опущены, поскольку они лишь отвлекают внимание читателя, а также не являются необходимыми для специалистов, которые, сразу без труда смогут узнать оригинальные тибетские и буддийские слова. Но в примечаниях и в глоссарии эти диакритические знаки проставлены с целью более легкого узнавания важнейших терминов. Для того чтобы читателям, мало знакомым с данной темой, было легче ориентироваться, в глоссарии даются определения и пояснения к нескольким десяткам наиболее часто употребляемых терминов, встречающихся в тексте.

Переводчик снимает с себя всякую ответственность перед теми читателями, которые захотят тут же поэкспериментировать с этими Шестью Йогами. Простое чтение этих текстов никогда не сможет заменить живого Гуру, от которого серьезный ищущий Просветления вначале должен получить посвящение и указания, прежде чем сможет начать саму практику. Для серьезно настроенных учеников эта книга может служить не более чем источником информации, указателем на его Пути.

Переводчик, опасаясь того, что эти важные учения могут оказаться потерянными в своей собственной стране, находящейся под гнетом тирании, нарушил традицию и, сделав их перевод на английский язык, открыл доступ к этим ранее «тщательно охраняемым» источникам в надежде, что они окажут помощь тем, кто стремится к Истине.

Гарма Ч. Чанг

ПРИМЕЧАНИЯ

1. Пять Исконных Будд: Вайрочана, Акшобхья, Ратнасамбхавя, Амитабха, Амогасиддхи. Они представляют идею преобразования (сублимации) состояний неведения, ненависти, гордости, вожделения и зависти. Ошибочно их еще называют «Пять Дхьяни Будд», поскольку они присутствуют в пяти частях Мандалы, символизирующей врожденную природу Будды в самом человеке.

2. Энергия-Мысль, или Прана-Ум: согласно Тантризму, прана — это то, что действует: энергия, а ум — то, что познает: сознание, это два аспекта единой сущности, неразрывные и взаимозависимые. См. объяснения к «Тождественности Ума и Праны» в следующем абзаце Введения.

3. Даваемые здесь толкования цитируются с небольшими изменениями из текста переводчика «Комментарии Йогина» в книге Эванс-Венца «Тибетская Йога и Тайные Доктрины», 2-е издание, изд-во Оксфорд Юниверсити Пресс, 1958 г.

4. Китайский перевод «Шести Йог» Драши Намджхала был сделан Манг Кунгом, «Песни Махамудры» — Фа Тсуном; «Молитвы Махамудры» — Гармой Ч. Чангом, «Основ Махамудры» — преподобным Ламой Конг Ка, гуру Г.Ч.Чанга.

Часть I
УЧЕНИЯ МАХАМУДРЫ
ПЕСНЬ МАХАМУДРЫ¹ ТИЛОПЫ

Махамудра вне всех слов
И символов, но тебе, Наропа,
Искреннему и преданному, передам это.
Пустота не нуждается в опоре,
Махамудра покоится на Ничто.
Не совершая никаких усилий,
Но, оставаясь раскованным и естественным,
Можно разорвать оковы
И так достичь Освобождения.
Если видишь Ничто, глядя в пространство,
Если умом наблюдаешь ум,
Устраняются различия
И достигаешь состояния Будды.
Облака, плывущие по небу,
Не имеют ни корней, ни дома.
Не имеют их и мысли, проплывающие в уме.
Как только наступает видение подлинной природы ума,
Двойственное восприятие прекращается.
В Пространстве возникают формы и цвета,
Но ни черным, ни белым оно не окрашено.
Из изначальной природы ума появляются все вещи, но ум
Не запятнан ни добродетелями, ни пороками.
Тьма веков не способна затмить
Сияющего света солнца; долгие кальпы
Самсары никогда не смогут скрыть
Лучезарного света Ума.
Хотя для объяснения Пустоты используются слова,
Пустота, как таковая, не может быть выражена.
Хотя мы говорим «ум — это Ясный Свет»,
Он вне всяких символов и слов.
Хотя по сути своей ум пустотен,
Он охватывает и содержит в себе все.
Ничего не делай с телом, лишь расслабься,
Плотно сомкни уста и оставайся безмолвным,
Устрани из ума все мысли, ни о чем не думай.
Подобно полому бамбуку
Пусть расслабит тело.
Ничего «не отдавая» и «ничего» не «принимая»,
Останови свой ум.
Махамудра подобна уму, ни за что не цепляющемуся.

Выполняя эту практику, со временем достигнешь состояния Будды.
Практика Мантры и Парамиты,
Объяснения Сутр и Предписаний,
Учения различных школ и писаний
Не приведут
К постижению Изначальной Истины.
Ибо если ум, охваченный желанием,
Стремится к цели, он только затмевает Свет.
Тот, кто исполняет Тантрические Заповеди,
Но при этом продолжает разделять, тот предаёт
Сам дух Самайи².
Прекрати любую активность, отбрось
Все желания, пусть мысли вздымаются и падают, исчезая
Подобно волнам океана.
Тот, кто никогда ни за что не цепляется,
Не нарушает Принципы Неразличения,
Тот верен Заповедям Тантры.
Тот, кто отбросил любые желания,
Не стремится ни к тому, ни к этому,
Тот постигает истинное значение
Священных Писаний.
В Махамудре сжигаются все грехи,
В Махамудре обретаешь Освобождение
От оков этого мира.
Это высочайший светоч Дхармы,
И те, кто не верит этому, — глупцы,
Вечно барахтающиеся
В трясине печали и страданий.
Стремясь к Освобождению,
Доверься Гуру.
Если твой ум получает его благословение —
До Освобождения уже недалеко.
Увы, все в этом мире бессмысленно,
Все — лишь семена печали.
Неглубокие учения порождают только действия;
Следуй лишь великим учениям.
Выйти за рамки двойственности —
Вот Царственный Путь;
Преодолеть рассеянность —
Вот Высшая Практика;
Путь Не-деяния —
Вот Путь всех Будд;
Тот, кто следует по этому Пути,
Достигает состояния Будды.
Мир этот преходящ и бременен,
Подобно иллюзиям и снам,
Он лишен всякой субстанции.
Отрекись от него, оставь своих близких,

Разруби все пути похоти и ненависти
И медитируй в лесах и в горах.
Если без всякого усилия сможешь
Пребывать в «естественном состоянии»,
Вскоре придешь к Махамудре
И достигнешь Недостижимого.
Разруби корни дерева —
И листья увянут;
Отсеки корни ума —
И Сансара падет.
Свет любой лампы
В мгновение рассеет
Тьму долгих кальп;
Ясный Свет ума
В одно мгновение уничтожит
Пелену неведения.
Тот, кто цепляется за ум, не видит
Ту Истину, которая находится за пределами ума.
Тот, кто устремлен к практике Дхармы,
Не обнаружит Истину, которая находится за пределами практики.
Чтобы познать то, что за пределами практики и ума,
Необходимо отсечь корни ума
И остаться «нагим». Лишь так можно уйти
От всякой двойственности и обрести покой.
Не отдавай, не принимай, —
Но оставайся естественным,
Ибо Махамудра за пределами
Любого приятия и неприятия.
Поскольку Алайа³ не рождено,
Никто не может запятнать или затмить его;
Пребывание в царстве «Нерожденного»
Растворит все явления
В Дхармате⁴; и личная воля
И гордость уйдут в Ничто.
Высшее Понимание превосходит
Все, и то, и это. Высшее Действие
Включает в себя великое Мастерство
Без всякой привязанности.
Высшее Достижение — в постижении
Имманентности без всякой надежды.
Вначале йогин ощущает, что его ум
Низвергается, как водопад;
В середине пути, подобно Ганге
Он спокоен и тих,
В конце — это огромный безбрежный океан,
В котором Свет Сына
И Свет Матери⁵ сливаются Воедино.

ПРИМЕЧАНИЯ

1. «Песнь Махамудры», известная на тибетском языке как «Пхиг Чен Ганга Ма», является очень южным текстом Махамудры, составленным Тилопой и переданным им Наропе на берегу реки Ганги.

2. Под Самайей здесь подразумеваются Заповеди Самайи, т.е. заветы, которые йогин должен соблюдать во время выполнения своей практики. Сюда входят четырнадцать основных Наставлений и восемьдесят дополнительных Правил.

3. Алая: Алая-Сознание (определение см. в глоссарии).

4. Дхармата: сущность или природа Дхармы; природа, лежащая в основе всех вещей, реальности и т.д.

5. Свет Матери и Свет Сына: Свет Матери — Исконный свет, или Дхармакайя, существует во все времена, но непосвященный не способен постичь его. Свет Сына — это не Свет, отличный от Света Матери и отдельный от него. Свет Сына — это постижение Света Матери на Пути. Такая терминология используется последующим причинам: 1) без Исконного Света Матери никакая Реализация невозможна, подобно тому, как без матери не может быть и сына; 2) Свет Матери всегда завершен, неизменен, совершенен, в то время как свет Сына может меняться в различные периоды Пути.

МОЛИТВА МАХАМУДРЫ¹ КАРМАПЫ РАНГДЖАНГА ДОРДЖЕ

(1)

В Мандале я созерцаю Гуру, Йидам и Святые Существа,
Во всех сторонах света и во все времена я вижу всех Будд и Бодхисаттв.
С глубокой искренностью я молю вас:
Благословите мои добрые намерения,
Чтобы обрел я Высшее Достижение!

(2)

Добрые дела ума и тела
И добродетель всех живых существ —
Все это как чистые и ясные потоки со Снежных Гор.
Свободно стекать они могут в море
Четырех Тел состояния Будды².

(3)

В течение всех своих грядущих жизней
Пусть не услышу я таких слов, как «Боль» и «грех».
Пусть буду я всегда
Щедро делиться радостью и добром
В бескрайнем море Дхармы.

- (10) Да буду я всегда исполнен веры, усердия и мудрости,
Да встречу я хороших Гуру и получу их наставленья.
Пусть никогда я не столкнусь с препятствиями
В практике, но буду вечно наслаждаться
Дхармой во всех своих грядущих жизнях.
- (5) Пусть Разумные и Священные Суждения³
Дадут мне свободу от неведения; пусть
Суть наставлений рассеет все сомнения и тьму.
Благодаря свету медитации
Да увижу я ясно Истину
И зажгу Свет Трех Мудростей!
- (6) Правило таково, что две Истины⁴ находятся за пределами
Воззрений и позитивных, и негативных;
Путь есть духовная подготовка,
Превосходящая как возрастание, так и убывание;
Достижение Цели — это Две Пользы⁵,
Превосходящие и Сансару, и Нирвану.
Да буду я всегда встречать эти истинные
Учения во всех моих грядущих жизнях!
- (7) Сущность Ума — пустота и сияние —
Подлинный Источник Два - в - Одном.
Резчик алмаза — Махамудра
Дарует Очищение. Уходят
Неведение и пороки, —
Временные Наваждения.
Да достигну я безупречной Дхармакайи —
Плода Очищения.
- (8) Идея Махамудры — не добавлять
К природе Ума ничего. Осознавать
Эту Идею, не отвлекаясь ни на что —
Вот Сущность Практики. Из всех практик
Высшей является именно эта. Да постигну я
Учение этих Идей и Практики.
- (9) Все формы — лишь проявление ума;
Ум по своей природе — не-ум и пустота.
Хотя он пуст, нельзя сказать, что он не существует,
Но проявляется во всех вещах.
Да буду я вечно соблюдать эту Истину
И да достигну я Цели.

- (10)
Пребывая в заблуждении, все проявления, которые пустотны по сути,
Мы рассматриваем как реальные объекты,
Внешние по отношению к нам;
Мы считаем самоосознание
Своим подлинным Я.
Из-за этих Двух Привязанностей⁶
Человек блуждает в Сансаре.
О, да разрублю я
Корень этой слепоты!
- (11)
«Ничто реально не существует!» Ибо даже
Будда не видит существования.
«Все, что есть, не является пустым!» Ибо Нирвана
И Сансара действительно реальны.
О, этот удивительный Срединный Путь Двух-в-Одном —
И не в гармонии, и не в конфликте.
Да осознаю я ум, свободный от двойственности.
- (12)
Никто не может описать То, сказав «Вот это — То!»
Никто не может отвергнуть То, сказав «Это — не То!»
Это не-бытие подлинной Дхармы,
Которая превосходит пределы Сознания —
Да постигну я Его
Во всей глубине!
- (13)
Не видя Это, человек блуждает в Сансаре;
Видя Это, он — Будда, другого Будды нет.
В конечной Истине нет ни того, ни этого.
Да постигну я суть Дхармы —
Источник и Значение всего!
- (14)
Проявление есть ум;
Но и Пустотность — также ум.
Просветление есть ум,
Но и слепота — ум также.
И появление, и исчезновение вещей —
Все также происходит лишь в твоём уме.
Да познаю я, что все и вся
Присуще лишь уму!
- (15)
Незапятнанный чрезмерной практикой и усилиями,
Свободный от мирских влияний и всего, что отвлекает,
Да буду пребывать я в покое природного состояния ума,
И изучать утонченное учение практики Ума.

- (16)
Сильные и слабые, чистые и мутные
Волны потока мыслей постепенно угасают.
Беспрепятственно и спокойно течет река ума.
Свободный от сонливости и отвлечений
Да войду я в непоколебимый океан Самадхи!
- (17)
Часто я размышляю о неподвластном размышлениям
Уме, ясно постигая Истину, которая непостижима.
Да отброшу я навеки двойственность «да» и «нет»
И тогда наверняка увижу подлинное свое лицо!
- (18)
Наблюдая за внешними объектами, я нахожу лишь свой ум;
Наблюдая за умом — я нахожу лишь Пустоту;
Наблюдая сразу и объекты, и свой ум,
Я освобождаюсь от Двух Привязанностей.
Да познаю я истинную природу Просветленного Ума!
- (19)
Поскольку То превосходит ум,
Его называют Великим Символом;
Поскольку То освобождает от крайностей,
Его называют Великим Срединным Путем;
Поскольку То включает в себя все,
Его называют Великим Совершенством;
Да достигну я понимания того, что познание одного — это познание всего!
- (20)
Когда отсутствуют привязанности, Великое
Блаженство постоянно возникает.
Свободный от привязанностей лучезарный Свет
Растворяет все препятствия и тени.
Да буду неустанно выполнять я эту Практику не-усилия,
Которая свободна, превосходит мысли и
Опирается лишь на саму себя.
- (21)
Жажда экстаза и приятных переживаний
Растворяется сама по себе;
Замешательство и злые мысли самоочищаются в Дхармадхату;
Обычный ум не принимает и не отвергает,
Нет ни потери, ни обретений;
Да буду вечно осознавать я природу Дхармы —
Эту истину, что за пределами всяких слов.
- (22)
Не осознавая того, что их истинная природа
Идентична природе Будды,
Живые существа без конца блуждают в Сансаре.

Ко всем, кто отягощен печалью,
Кто страдает от бесконечной боли,
Да буду вечно испытывать я жалость
Через великое и искреннее сострадание!

(23)

Когда такое сострадание возникает, тогда великая Пустота
Предстает во всей своей ясности.
Этому чистому высшему Пути, который есть Два-в-Одном,
Да буду следовать я день и ночь.

(24)

Да буду я использовать ясновидение и другие
Способности, обретенные через медитацию,
Для пробуждения живых существ
К служению всем Буддам и их Чистым Землям.
Пусть как можно быстрее осуществлю я великие желания Просветленных
И достигну высшего и совершенного состояния Будды.

(25)

Велика сила всех добродетелей Вселенной,
Велика сила Будды и Сострадания Бодхисаттв.
Благодаря поддержке этой высшей силы
И направляющему Свету Дхармы
Да исполнятся все мои добрые намерения
И желания всех существ.

ПРИМЕЧАНИЯ

1. Текст «Молитвы Махамудры» используется ламами Кагью. Автором его является Кармапа Рангджанга Дордже. (1284-1339 г. н.э.).

2. Четыре Тела Будды: Тело Преображения, Тело Вознаграждения, Тело Дхармы и Тело Универсальной Сущности.

3. Священные и Разумные Суждения: два верных пути к нахождению Истины, т.е. через изучение Священных писаний и через правильные интеллектуальные рассуждения.

4. Две Истины: обычная земная Истина как правильные интеллектуальные допущения и Трансцендентная Истина как непосредственное постижение.

5. Две Пользы: формы поведения, несущие пользу себе или другим.

6. Две Привязанности: привязанность к внутреннему «я» и привязанность к внешним объектам.

ОСНОВЫ ПРАКТИКИ МАХАМУДРЫ В ИЗЛОЖЕНИИ ПРЕПОДОБНОГО ЛАМЫ КОНГ КА

Для того, чтобы практиковать Махамудру, прежде всего следует получить посвящение у опытного Гуру. Цель такого посвящения в Махамудру — помочь ученику осознать просветляющую Пустоту его ума. Только после постижения этого «лишенного содержания» Осознания ученик может правильно практиковать Махамудру. До той поры ему будет трудно избежать вовлечения в разделение всего на субъект и объект и привести свой ум к состоянию недвойственности и непривязанности. Для того чтобы углубить это Осознание просветляющей Пустоты, ученик должен регулярно практиковать согласно указаниям, изложенным ниже.

Тот, кто способен пребывать своим умом в чистом Самоосознании, не отвлекаясь ни на что иное, сможет добиться всего. Для того чтобы практиковать Махамудру, он должен отказаться от дуалистического мировоззрения, отбросить привычные мысли о «приятии» и «неприятии», стремясь к достижению такого состояния, в котором Самадхи и повседневная деятельность становятся одним. Пока же он не достиг этого, он должен вначале уделить первостепенное внимание медитации покоя, а затем, в качестве дополнительной практики, прилагать свое осознание Махамудры ко всем своим повседневным действиям.

Практика Махамудры предполагает развитие равновесия, расслабления и естественности.

Первое подразумевает достижение равновесия тела, речи и ума. Путь Махамудры к достижению равновесия тела — это его расслабление, к равновесию речи — замедление дыхания. А достижение равновесия ума означает не цепляться ни за что и ни на что не полагаться, не иметь ни в чем опоры.

Это высший путь к достижению контроля над телом, дыханием [праной] и умом.

Достичь расслабления — это значит снять напряжение ума, оставив все как есть, отбросив все идеи и мысли. Когда тело и ум человека становятся расслабленными, он может без всяких усилий оставаться в естественном состоянии, которое само по себе недвойственно и неподвластно отвлекающим факторам.

Достичь естественности — значит не «принимать» и не «удерживать» ничего, иными словами, йогин не совершает ни малейшего усилия какого бы то ни было рода. Он позволяет уму и мыслям либо остановиться, либо течь самим по себе, ни помогая, ни сдерживая их. Практиковать естественность — значит не совершать усилий и быть спонтанным.

Вышесказанное можно обобщить следующим образом. Суть равновесия — не цепляться. Суть расслабления — не удерживать. Суть естественности — не совершать усилий.

ПЯТЬ АНАЛОГИЙ В ОПИСАНИИ ПЕРЕЖИВАНИЯ МАХАМУДРЫ

Существует пять аналогий, с помощью которых можно описать переживание Махамудры:

Сфера — обширная, как бесконечное пространство.

Осознание — всемогущее, как великая земля.

Ум — непоколебимый, как гора.

Самореализованное Осознание — ясное и яркое, подобное светильнику.

Кристалльно чистое сознание — предельно ясное и свободное от всех дуалистических мыслей.

Переживание Махамудры можно также описать следующим образом.

Подобно безоблачному небу внутренняя сфера безгранична и свободна от всяческих препятствий.

Подобно глади океана ум устойчив, непоколебим и свободен от дуалистических мыслей. Подобно яркой лампе в безветренную ночь сознание стабильно, ясно и лучезарно.

Для того чтобы практиковать Махамудру, держи расслабленным как ум, так и тело, но без особого усердия делай это; отбросив все сомнения и волнения, оставайся в равновесии.

Практикуя Махамудру, все, с чем ты сталкиваешься, отождествляй с «Нерожденной Пустотой» и оставайся естественным и расслабленным.

Сохранять тело расслабленным не значит полностью отказаться от всех видов деятельности. Действия должны осуществляться, но плавно, расслабленно и спонтанно.

Сохранять ум расслабленным не значит сделать его нечувствительным или тупым. Следует стремиться повышать и оттачивать его способность к ясному осознанию.

Отождествлять все с Нерожденной Пустотой означает для достигшего Самосознания и способного удерживать это состояние, что он должен теперь попытаться позволить всему, с чем он сталкивается вовне и что испытывает внутри, достичь освобождения в Пустоте.

ПЯТЬ ПУТЕЙ ОТХОДА ОТ МАХАМУДРЫ

(1)

Человек может неверно истолковывать понятие Пустоты как устранение и добродетелей, и пороков, если он не знает, что существование и Пустота, по сути, идентичны и включают в себя все моральные истины и законы. Такое неверное понимание является отходом от Идеи Махамудры. С другой стороны, если у человека есть какое-то понимание этой истины, но он не может непосредственно постичь ее на собственном опыте, о нем говорят, что он сбился с пути Махамудры.

(2)

Если человек не знает, что практика Махамудры [Путь] не отличается по сути от достижения цели Махамудры [Плод] и что все чудесные обретения

содержатся уже в самой практике, он склонен считать, что вначале идет практика, а реализация следует за ней и что таким образом Просветление является плодом практики. На повседневном, обычном уровне это, вероятно, верно, но с точки зрения Махамудры о таком человеке говорят, что он сбился с Пути.

(3)

Если человек может с искренним усердием совершать усилия в практике Махамудры, но не обладает непоколебимой верой в само учение, он склонен лелеять «тайную» надежду, что однажды встретит учение, превосходящее даже Махамудру. Это тоже является признаком отхода от Махамудры.

(4)

Тот, кто не знает, что исцеление и исцеленное являются по сути одним, тот склонен придерживаться идеи, что практика Дхармы [средство исцеления] и желания-страсти [исцеленное или то, что должно быть исцелено] являются абсолютно отличными друг от друга понятиями. Это также отход от Идеи Махамудры.

(5)

В практике Махамудры со стороны йогина всегда существует тенденция делать слишком много корректив. Тот, кто обнаружит, что постоянно пытается исправить какие-то погрешности, тот наверняка сбился с Пути.

ТРИ ОСНОВНЫХ ВИДА ПЕРЕЖИВАНИЙ МАХАМУДРЫ

Выполнение медитативной практики приводит к трем основным видам переживаний. Это Блаженство, Озарение и Недвойственность.

(1)

При переживании Блаженства некоторые люди могут ощутить, как огромный восторг охватывает тело, и этот восторг не ослабевает даже при неблагоприятных обстоятельствах, таких, как слишком сильная жара или холод.

Другие могут почувствовать, что и тело, и ум исчезают, а сами они наполняются невероятной радостью — так что часто они начинают громко смеяться. Иные практикующие могут почувствовать себя исполненными вдохновения и энтузиазма либо ощутить безграничный покой, удовлетворенность и счастье.

Экстаз может быть таким интенсивным и глубоким, что человек перестает осознавать смену дня и ночи.

(2)

Переживая состояние Недвойственности, многие могут почувствовать, что все вещи стали пустотными, либо они могут увидеть пустотную природу мира; другие начинают воспринимать все вещи как лишённые самосущности или начинают ощущать, что и тело, и ум на самом деле не обладают существованием; иногда достигают подлинного постижения Пустоты [Шуньяты].

Ни одно из вышеописанных переживаний не может рассматриваться как совершенное и конечное, и не нужно привязываться ни к одному из них. Самым важным и безошибочным является переживание Недвойственности.

Переживание же Озарения и Блаженства может привести к заблуждениям и даже может оказаться вредным.

Самым глубинным из всех устных наставлений по Махамудре является следующее:

Отбрось все привязанности, не цепляйся ни за что — и суть тут же предстанет пред тобою.

Ядро практики Махамудры составляют два положения — несовершенство усилия и невнесение корректив. Однако следует четко понимать, что подразумевается под невнесением поправок. Джетсун Миларепа дал ясное объяснение этого принципа: «Следует знать три вещи относительно практики невнесения поправок. Если не вносятся поправки относительно блуждающих мыслей, а также желаний и страстей — человек попадает в низшие царства. Если не делаются поправки относительно Блаженства, Озарения и Недвойственности — человек попадет в Три Царства Сансары¹. Только относительно имманентного Ума не требуется никаких поправок».

В течение всего дня, во время медитации и после нее следует пытаться не терять «Суть». Другими словами, следует стараться привносить опыт медитации во все виды повседневной деятельности.

Вполне понятно, что человек может отвлекаться во время выполнения повседневных обязанностей, забывая, таким образом, «Суть», но он должен постоянно пытаться возвращать Осознание, и если ему удастся это сделать, «Суть» тут же проявится снова.

Следует стремиться к тому, чтобы не терять Самоосознание в течение дня или ночи. Чрезвычайно важно практиковать Махамудру во время сна и в сновидениях. Тот, кто не способен выполнять это должным образом, должен отойти от всякой деятельности и практиковать медитацию Махамудры непрерывно в течение пяти или шести дней, затем, прежде чем продолжить, следует сделать отдых на один день. Не следует отчаиваться, если не удастся удерживать Осознание в течение целого дня. Необходимо упорно и постоянно стремиться к этому. Тот, кто сумеет достичь этого, несомненно, расширит пределы своего Осознания и постижения Реальности.

КАК КУЛЬТИВИРОВАТЬ МАХАМУДРУ В НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ УСЛОВИЯХ

После того как человек пришел к постижению «Сути», он должен перейти к практике так называемых «все использующих упражнений». То есть он должен использовать некоторые определенные условия с целью достижения Реализации.

(1)

Использовать все отвлечения и мысли, основанные на дуалистическом различении, с целью достижения Реализации. Это подразумевает не наблюдение за природой дуалистических мыслей, не медитацию на Пустоте и не осознание отвлечения, имеется в виду сохранение «ясного Осознания» — квинтэссенции дуалистических мыслей — предельно живым. Это Осознание являет собой естественное состояние Махамудры. Если поначалу человек испытывает большие трудности, он должен попытаться преодолеть их, а отвлекающие мысли сделать частью своего Пути.

(10)

Использовать желания-страсти с целью достижения Реализации. Иногда следует намеренно вызвать в себе такие желания и страсти, как похоть, ревность, ненависть и т.д., а затем наблюдать за ними в самой их глубине. Не нужно ни следовать им, ни отбрасывать их или вносить какие-то поправки — следует просто оставаться в расслабленном и естественном состоянии ясного осознания. Находясь в глубоком сне, вы должны пытаться объединить Осознание с бессознательным без всякого напряжения. Это лучший путь преобразования бессознательного в «Свет».

(3)

Использовать появляющихся призраков и демонов с целью достижения Реализации. Всякий раз, когда бы ни появился ужасающий призрак, следует практиковать медитацию Махамудры применительно к страхам. Не пытайтесь рассеять страх, а наблюдайте за ним с полной ясностью и без напряжения. Если в процессе этого наблюдения призрак исчезает, следует попытаться вызвать еще более жуткие призраки и вновь применить метод Махамудры.

(4)

Использовать сострадание и печаль с целью достижения Реализации. Поскольку при окончательном анализе наша жизнь и жизнь в Сансаре оказываются страданием, попробуйте испытать глубокое сострадание ко всем живым существам. При размышлении о человеческих страданиях возникает чувство глубокого сострадания; и в тот самый момент, когда это чувство сострадания появляется, следует практиковать медитацию Махамудры применительно к нему. При этом будут возрастать как Мудрость, так и Сострадание.

(5)

Использовать болезнь с целью достижения Реализации. Когда вы больны, вам следует практиковать медитацию Махамудры применительно к болезни. Также следует с особым вниманием наблюдать за сутью, как больного, так и болезни, устранив, таким образом, дуальность субъекта и объекта.

(6)

Использовать смерть с целью достижения Реализации. Тот, кто практикует Махамудру согласно правильным указаниям, не будет испытывать замешательства или ужаса при наступлении смерти. Он сможет без страха верно распознать все видения и переживания, которые имеют место в процессе умирания. Будучи свободным от привязанности и каких-либо ожиданий, он сможет объединить Свет Матери и Свет Сына² в одно великое целое.

ОШИБКИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ПРАКТИКИ МАХАМУДРЫ

(1)

Если практика Махамудры сводится лишь к усилию добиться стабилизации ума, деятельность всех шести видов сознания практикующего будет заторможена или затуманена. Этот тип практики называется «замерзшим льдом» и являет собой неблагоприятную тенденцию, которую следует всячески избегать.

(2)

Тот, кто пренебрегает ясным «Осознанием», придерживаясь лишь Недвойственности, не увидит и не услышит ничего, столкнувшись с видимыми и осязаемыми объектами, звуками, запахами... Это ошибка, связанная с состоянием инертности.

(3)

Когда последняя мысль ушла, а следующая еще не возникла — это непосредственное мгновение настоящего является собой чрезвычайно удивительную вещь, если человек может пребывать в нем; но если он делает это без ясного осознания, он все равно впадает в ошибку инертности.

(4)

Тот, кто способен поддерживать ясное Осознание, но думает, что в этом и состоит вся Махамудра, также впадает в ошибку.

(5)

Если человек культивирует лишь «Блаженство», «Озарение» и «Недвойственность», не практикуя при этом «наблюдение ума с глубоким проникновением», это не может еще считаться должной практикой Махамудры.

(6)

Тот, у кого развивается неприязнь к проявлениям внешнего мира, скорее всего, сошел с верного пути Махамудры.

(7)

О том, кто сосредотачивается на своем Осознании и культивирует Ум просветляющей Пустоты, говорят, что он практикует Махамудру верно. Однако эта «концентрация-усилие» имеет тенденцию снижать ту спонтанность и ту свободу, без которых трудно достичь раскрытия и неограниченного освобождения Ума. Поэтому нельзя забывать о практике «расслабленности», «неограниченности» и «спонтанности».

* * *

[Вопрос:]

Что же тогда является верной практикой Махамудры?

[Ответ:]

Ум в его обычном состоянии сам по себе является практикой. Это, значит, позволить обычному уму оставаться в своем обычном естественном состоянии. Если же к этому уму добавляется или отнимается что-либо, тогда ум перестает быть обычным, а появляется то, что называется «умом-объектом». Не совершать ни малейшего усилия для выполнения практики, не иметь ни малейшего намерения и в то же время не отвлекаться ни на единое мгновение — это значит практиковать естественный ум должным образом. Таким образом, пока вы в состоянии удерживать свое Само-осознание, чем бы вы ни были заняты, — вы практикуете Махамудру.

ПРИМЕЧАНИЯ

1. Три Царства: Царство Желания, Формы и Бесформенности. Эти Царства включают три основных типа живых существ Самсары. Все живые существа в Царстве Желания имеют сильные желания-страсти (клеша), в Царстве Формы желания-страсти слабее, в Царстве Бесформенности — еще слабее. Царства Формы и Бесформенности состоят из так называемых Двадцати Четырех Небес. Для того чтобы получить рождение там, человек должен достичь определенных Дхьян и Самадхи, но все эти Небеса и Дхьяны, согласно Буддизму, имеют самсарическую природу и сами по себе привести к Освобождению не могут. Согласно учению Махамудры, те, кто цепляется за Блаженство Самадхи, будут рождены на Небесах Желания, те, кто цепляется за Озарение, будут рождены на Небесах Формы, те же, кто цепляется за Невдвойственность, получают рождение на Небесах Бесформенности.

2. См. прим. 5 к «Песне Махамудры».



Часть II

ВВЕДЕНИЕ В ШЕСТЬ ЙОГ НАРОПЫ

КРАТКОЕ ИЗЛОЖЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ В ГЛУБИННЫЙ ПУТЬ ШЕСТИ ЙОГ НАРОПЫ

КРАТКОЕ ИЗЛОЖЕНИЕ ДРАШИ НАМДЖХАЛА

Поклон Гуру Дордже-Чангу

Тождественность ноумена и феномена — Это реальность Дхармы.

Единство Мастерства и Мудрости -Дарует Путь Блаженства-Пустоты.

Тождественность всех форм и Пустоты — Плод Трикайи¹.

Ваджрадхаре², который указывает Путь — Мой поклон.

Успокоившему тело, речь и ум, Мастеру трех Йог³,

Обретшему Высшее Достижение⁴ Тампоне⁵, несравненному Гуру

Мой искренний поклон.

Блаженная Пустотность Йоги Тепла⁶ — Это суть магической игры.

Йога Иллюзорного Тела и Сновидений — Это Суть Света.

В царстве Бардо⁷ достичь Трикайи — Это выше рождения в Чистой Земле Будды.

Всем Гуру линии передачи, Освоившим все эти йог,

Мой искренний поклон. Суть Наставлений⁸ этих Шести Йог⁹

Излагается здесь для помощи тем, кто способен.

О, Властелин Тайн¹⁰ и Господин Дакинъ,

Молю Тебя — направь нас Своим благословением.

Это Учение дается для тех, кто отрекся от мира и стремится к достижению состояния Будды уже в этой жизни. Для того чтобы помочь способным практикующим, посвятившим себя Двум Йогам¹², быстро достичь Трикайи, дается это изложение квинтэссенции Учения Глубинного Пути. Вначале мы кратко рассмотрим основополагающие принципы практики [Шести Йог]; затем мы обсудим различные виды практики в деталях, и, наконец, будет дан краткий комментарий к результату практики, или к Достижению.

Главные принципы этой [Тантрической] практики основаны на понимании [соотношения между «человеческим телом» и «Телом Состояния Будды»]. Поэтому следует понять природу энергий [пран], психических нервов [нади] и секретов [бинду], а также всех функций физического тела. В общем, йогин должен знать строение Ваджра-Тела, состоящего из Шести Элементов¹³, — то, как оно было создано, о его существовании и распаде. Подробно он должен знать, как функционируют нади, праны и бинду, четко понимать природу ума и то, какие различные формы он способен принимать. Ему необходимо знать о том, что все вещи являются проекцией Алая-Сознания¹⁴ в его грубых, тонких и тончайших проявлениях. Под грубым проявлением подразумевается целостная тотальность Семи видов Сознания¹⁵; тонкое проявление

указывает на восемьдесят видов отвлекающих мыслей¹⁶; самое же тонкое означает стадии «Открытия», «Роста» и «Достижения»¹⁷.

Следует также ознакомиться с теорией относительно того, как и почему эти три феномена возникают и исчезают. Кроме того, следует иметь четкое представление об основных тантрических принципах Основы, Пути и Достижения¹⁸: желания-страсти, подлежащие трансформации, Путь, по которому следует идти, и Великая Мудрость, которую предстоит постичь. Все это должно быть очень тщательно изучено, после чего — глубоко обдуманно.

ПРАКТИКА ШЕСТИ ЙОГ

Прежде чем заняться основной практикой Шести Йог, необходимо выполнить некоторые предварительные условия. Сюда входят основные виды медитации (на преходящей природе жизни, страданиях в Самсаре, трудностях получения благоприятного рождения, в котором можно практиковать Дхарму, на решительном отречении от этой жизни, доброте и сострадании ко всем людям, а также на беспредельном Уме-Бодхи), постижение великой Цели и клятва привести все живые существа к состоянию Будды. Только посредством этих практик возможно закладывание прочного фундамента Дхармы. Затем йогин может перейти к предварительной Тантрической практике, как описано ниже.

Для освобождения от мирских привязанностей и закладывания прочного фундамента последующей медитативной практики высоких ступеней Шести Йогученик должен вначале получить четыре полных посвящения Демчога¹⁹ и практиковать Йогу Восхождения²⁰ до тех пор, пока не достигнет уровня определенной стабильности. Для того чтобы преодолеть инертность и лень, он должен медитировать насмерть; для того чтобы преодолеть все препятствия на Пути — молиться Буддам и пробуждать Ум-Бодхи; для обеспечения достаточных средств на пути Дхармы ему необходимо подавать милостыню и совершать подношения Мандале; для очищения от последствий грехов и дурных проступков он должен совершить покаяние и выполнять повторение Мантры Ваджрасаттвы и, наконец, для того, чтобы получить Благословения, ему необходимо практиковать Гуру-Йогу. Каждая из этих предварительных практик может быть выполнена за период от пяти до семи дней. Указания к их проведению и ритуалы описаны в других книгах.

Основная практика Шести Йог представляет собой указания по:

1. Йоге Думо, или Йоге Тепла — Основе Пути.
2. Йоге Иллюзорного Тела — Опоре Пути.
3. Йоге Сновидений — Критерию Пути.
4. Йоге Света — Сути Пути.
5. Йоге Бардо — тому, с чем сталкиваешься на Пути.
6. Йоге Трансформации (или Переноса Сознания) — Ядру Пути.

1. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ ДУМО, ИЛИ ЙОГЕ ТЕПЛА

А. Предварительная практика

Основная практика Йоги Тепла состоит из пяти последовательных этапов:

- (1) Визуализация Пустотности Тела.

- (2) Визуализация основных Психических Нервов, или Нади.
- (3) Дыхательные упражнения [Вазы].
- (4) Манипуляции с Бинду.
- (5) Упражнения с телом.

(1) Визуализация Пустотности Тела

В первую очередь йогин должен обратиться с молитвой к своему гуру, с тем чтобы увеличение Телла Думо было успешным и стабильным. Ему необходимо принять «Семиричную позу Будды Вайрочаны»: скрестить ноги в позе Лотоса, поместить одну руку на другую на уровне ниже пупка, выпрямить спину, чтобы она была прямой, подобно стреле, слегка наклонить шею, чтобы «сжать» горло, язык упереть в небо, глаза сфокусировать на кончике носа. Затем йогин визуализирует свое тело как тело Покровителя Будды, но пустое внутри, подобно воздушному шару. От головы до пальцев ног — только пустота. Если он не может визуализировать пустым все тело целиком, он может представлять его таковым по частям. Например, визуализировать пустотность головы, шеи, рук, груди и т.д., пока не получится общее четкое представление. Затем йогину необходимо визуализировать свое тело разных размеров — маленьким, как горчичное зерно, или громадным, как вся Вселенная, но все время пустым внутри. Требуется практиковать эту технику с огромным старанием, пока не появится предельно четкое видение пустого тела.

(2) Визуализация основных Психических Нервов, или Нади

Когда видение пустотности тела станет отчетливым, йогин может перейти к визуализации Центрального Канала, находящегося в центре тела. Причем верхняя часть Канала доходит до макушки головы, затем, изгибаясь, спускается к межбровью, нижняя часть канала доходит до точки, находящейся на расстоянии четырех пальцев ниже пупка; толщина Канала равна толщине бечевки, цвет его — белый снаружи и красный внутри. Йогин должен также визуализировать два других Канала, а именно — Правый и Левый [Рома и Джунма]. Их толщина равна толщине стрелы; Правый Канал — красного цвета с легким белым оттенком, а Левый — наоборот. Эти два Канала тянутся параллельно Центральному, но на расстоянии около полудюйма (1,3 см) от него. Их верхние части также доходят до макушки головы, а затем спускаются к обеим ноздрям. Все три Канала являются полыми внутри, прямыми, четкими и прозрачными. В некоторых наставлениях говорится, что Центральный Канал равен по толщине стреле, а два других — стеблю [пшеницы]; что Правый и Левый Каналы следует визуализировать как кишки козы — старой и дряхлой; что Центральный Канал следует визуализировать имеющим голубой цвет, Правый — красный, а Левый — белый; в других источниках говорится, что все три Канала белые снаружи и красные внутри. Хотя эти указания отличаются друг от друга, для своей практики можно выбрать любое из них.

В некоторых источниках имеется дополнительное указание, что верхняя часть Центрального Канала доходит до Врат Чистоты²¹, а нижняя тянется вниз к отверстию в половом органе. Но я думаю, что все же лучше придерживаться указаний, изложенных выше.

Когда эти три Канала²² видятся отчетливо и ясно, йогин может перейти к визуализации Четырех Чакр²³ в голове, горле, груди и пупке соответственно. Пупочная Чakra также имеет название «Центр Трансформации»,

и от нее отходят вверх шестьдесят четыре нади, подобно спицам перевернутого зонта. Сердечная Чакра также называется «Центром Дхармы», и от нее вниз, подобно спицам зонта, отходят восемь нади. Горловая Чакра называется «Центром Наслаждения», и от нее вверх отходят шестнадцать нади. От Головной Чакры, «Центра Великой Радости», тянутся вниз тридцать две нади. Все четыре Чакры связаны с Центральным Каналом, или лучше сказать, что они отходят от него подобно спицам, отходящим от рукоятки зонта. От конца каждой нади ко всем частям тела тянутся многочисленные тонкие «нервы», образуя неисчислимое множество плексусов, или сплетений. Все эти многочисленные полые нади внутри красного цвета, снаружи — белого. Некоторые утверждают, что они либо красные, либо желтые. Другие говорят, что Горловой и Пупочный Центры красного цвета, Сердечный Центр — белого, а Головной — зеленого. Однако для практики можно выбрать любой вариант. Если трудно отчетливо визуализировать их все сразу, следует вначале визуализировать их по частям. Но очень важно, чтобы визуализируемая картина была предельно отчетливой [особенно три основные нади, или Канала, и Четыре Чакры]. В некоторых источниках указывается, что к этим Четырем Чакрам следует добавить Теменную Чакру и Сакральную Чакру, что, таким образом, составит всего шесть чакр. Некоторые говорят, что можно визуализировать все 72000 нади, находящихся в теле. Но я думаю, что можно обойтись без этих дополнительных Чакр и нади.

(3) Дыхательные Упражнения Вазы

Лучшее время для выполнения Дыхания Вазы — когда поток воздуха равномерно проходит через обе ноздри. Если через одну ноздрю проходит больше воздуха, чем через другую, следует лечь на этот бок и большим пальцем закрыть эту ноздрю, принуждая воздух проходить через другую. После некоторого количества вдохов-выдохов поток воздуха будет проходить равномерно через обе ноздри.

Теперь следует сесть, закрыть пальцем левую ноздрю и сделать длинный выдох через правую. Затем [после вдоха] сделать короткий выдох, после него — длинный и мягкий. Выполнив это трижды, следует сделать то же с левой ноздрей и, наконец, с обеими ноздрями сразу.

Выдыхая, йогин должен удалять вместе с воздухом все препятствия, грехи и болезни тела. Тем, кто ранее никогда не практиковал это упражнение, лучше зажимать ноздрю указательным пальцем одноименной руки во время выдоха. Совершая дыхание через обе ноздри, йогин может поместить оба кулака на колени. После каждого выдоха он должен глубоко вдохнуть и, прежде чем выдохнуть, слегка наклонить голову. Это упражнение называется «Дыхание Девяти Поток»», и его следует выполнять лишь один или два раза в начале медитации. Если практиковать его очень интенсивно, это может вызвать головную боль и нарушения дыхания. Но иногда, если возникает потребность, можно выполнить его и во время медитации.

А теперь — главная практика Дыхания Вазы.

Сесть, как указано выше, выпрямив спину. Под ягодичы положить подушку или сложенное одеяло толщиной примерно три дюйма (7,5 см). Затем сделать длинный и легкий вдох, как бы вжимая воздух в область ниже пупка, и вместе с воздухом проглотить слюну. После этого слегка сократить мышцы сфинктера и удерживать воздух в Пупочной Чакре.

Когда йогин обретет способность опускать воздух вниз легко и свободно, он может начать сжимать мышцы сфинктера сильнее, чем прежде, не двигая при этом брюшными мышцами. Этот прием — опускание и сжатие верхнего воздуха, поднятие нижнего воздуха и смешивание их в Пупочном Центре так, что нижняя часть живота выдувается и принимает форму вазы или кувшина, — именно по этой причине называется «Дыхательным Упражнением Вазы».

Когда йогин больше не может удерживать воздух, он должен сделать очень короткий вдох для уменьшения напряжения, а после этого произвести три волнообразных движения животом и постараться еще раз удержать воздух, насколько возможно. Когда он больше не в состоянии делать это, он должен слегка поднять голову и выдохнуть воздух как можно медленнее. Эти четыре процесса называются «вдох», «наполнение», «растворение» и «выброс» (или, еще более точно, «выстреливание»).

Выполнять Дыхание Вазы следует с некоторыми визуализациями. Так, во время вдоха следует визуализировать праны Пяти Элементов пяти различных цветов, которые втягиваются в ноздри с расстояния около десяти дюймов (25 см) от носа; во время «наполнения» следует визуализировать воздух, опускающийся по обоим Каналам (и при этом как бы надувающий кишечник козы) и затем проходящий через место пересечения, входя в Центральный Канал и оставаясь в нем; во время фазы «растворения» следует визуализировать воздух, циркулирующий [внутри] Центрального Канала; и, наконец, выполняя «выброс», следует визуализировать Тиг Ле²⁴, символизирующую собой Сущность Праны-Ума²⁵, вырывающейся через Центральный Канал и Головную Чакру. Однако эту визуализацию фазы «выбрасывания» следует выполнять лишь один раз в самом начале медитации, т.к. слишком частое ее повторение может привести к неприятным последствиям.

Как утверждают некоторые Гуру, во время процесса «выброса» следует представлять, как воздух выходит из тела через точку между бровями. Согласно другим наставлениям, праны Пяти Элементов должны визуализироваться как пятицветные лучи света, исходящие из многочисленных крошечных молний [дорджей] треугольной формы. Эти крошечные дорджи входят в тело, проявляются и остаются в нем во время процессов вдоха, выдоха и задержки соответственно. Некоторые утверждают, что во время процесса растворения следует вначале визуализировать, как воздух заполняет Центральный Канал, Четыре Чакры и, наконец, все нади тела в целом; но другие критикуют этот метод как приводящий к утечке воздуха из тела.

Не рекомендуется начинать практику с этого интенсивного вида Дыхания Вазы, поскольку, несмотря на то что от этого можно получить какие-то временные переживания, в конечном итоге польза будет небольшая; кроме того, практикующий столкнется с многочисленными [другими] трудностями. Поэтому начинающему не рекомендуется практиковать интенсивный вариант Дыхания Вазы; лучше всего ему выполнять мягкую практику Дыхания, что принесет ему громадную пользу и минимум или вообще никаких неприятных последствий. Также большой совет новичку — не практиковать никакой из интенсивных видов Дыхания Вазы, пока он не достигнет мастерства в мягких упражнениях. Мягкие упражнения Дыхания Вазы — это задержка воздуха на короткое время, выдыхание его, прежде чем начнет ощущаться какое-то напряжение, затем сразу же следует сделать следующий вдох и опять

задержать воздух. Этот процесс следует повторять восемь-десять раз, выполнив один полный цикл. После этого нужно немного отдохнуть, прежде чем повторить упражнение. Пытаться продлевать период задержки дыхания следует мягко и постепенно; никогда не следует дышать через рот, также при выполнении практики нужно всячески избегать задымленных и других неблагоприятных для дыхания мест.

Если практикующий в состоянии задерживать дыхание без напряжения в течение двух минут, считается, что он выполнил минимальное требование на пути к овладению пранами; задержка в четыре минуты считается средним показателем; в шесть и более минут составляет уже высшее требование.

Следует сказать несколько слов о [предварительных] признаках вхождения пран в Центральный Канал. Это происходит, когда в какой-то момент во время медитации воздух начинает течь плавно и равномерно через обе ноздри, затем дыхание становится предельно легким и, наконец, прекращается совсем. Однако это явление может также наблюдаться и при падении или утечке праны. В первом случае человек ощущает, что его ум затуманивается, становится сонливым; во втором — он не может добиться ясной, отчетливой визуализации. Но при вхождении пран в Центральный Канал эти явления не наблюдаются. Об этом большом различии следует постоянно помнить.

(4) Манипуляции с Бинду

Йогин должен визуализировать маленькую каплю [подобную капле росы], размером с небольшую горошинку, искрящуюся, но прозрачную, в точке между бровями. Необходимо размышлять об этой капле [Тиг Ле, или бинду], как о воплощении его собственного ума, и визуализировать ее до тех пор, пока она не будет видна предельно ясно. Затем, выполняя вдох, как описано выше, практикующий должен визуализировать, как Тиг Ле поднимается из межбровья к верхней части Центрального Канала; во время фазы задержки он должен полностью сконцентрироваться на ней. Выдыхая, необходимо представить, как Тиг Ле стекает обратно в точку между бровями. Прodelать это следует несколько раз. Затем нужно сделать глубокий вдох и с усилием направить воздух в Пупочный Центр. Одновременно следует представить, что Тиг Ле падает в Пупочный Центр через Центральный Канал подобно тому, как маленький железный шарик летит вниз через трубу; сопровождаемый характерным грохотом; после этого, задержав дыхание, нужно сконцентрироваться на Тиг Ле в Пупочном Центре. Во время выдоха Тиг Ле снова возвращается в Головной Центр через Центральный Канал.

[Для стабилизации и совершенствования в этой медитации] йогин должен вначале визуализировать Тиг Ле, падающей только в Горловой Центр, пока видение не станет предельно отчетливым без всякого усилия с его стороны. И, наконец, он может приступить к визуализации Тиг Ле, падающей вначале в Сердечный, а затем в пупочный Центр.

После овладения этой практикой йогин может перейти к концентрации на Тиг Ле в определенной Чакре [особенно Пупочном Центре], выполняя упражнения Дыхания Вазы от пяти до семи раз. Следует заметить, что во время вдоха Тиг Ле падает в нижние Чакры, во время задержки дыхания она остается в центральной Чакре, а во время выдоха возвращается в точку между бровями. В конце каждой медитации следует сконцентрироваться на этом Центре.

(5) Упражнения с телом

Именно посредством упражнений с телом многие узлы в нади устраняются. Они улучшают протекание пран и Тиг Ле в нади, а также способствуют восстановлению поврежденных нади, пран и Тиг Ле. Поэтому йогин должен изучать и практиковать различные упражнения для тела, описанные в тантрических текстах, — это чрезвычайно важно. Особое внимание следует уделять праеитике Шести Вращательных Упражнений Наропы — основному упражнению Йоги Тепла, — как в начале, так и в конце медитации. Для особых целей йоги ну также следует выполнять другие упражнения, которые можно найти в моей книге «Красная Книга Йоги Тепла». [В настоящее время эту работу нельзя достать ни на тибетском языке, ни в английском переводе.] Итак, для создания прочного фундамента Йоги Тепла следует обратить особое внимание на следующие практики.

Сесть на пол со скрещенными ногами, подложив под ягодичы высокую подушку и привязав пояс из хлопка для закрепления талии и коленей с целью стабилизации позы на период медитации.

Приняв «Семиричную Позу Вайрочаны», как было описано выше, йогин может теперь начать выполнение упражнения Дыхания Вазы, но не следует делать эту практику в полдень или в полночь, на полный желудок или при сильном голоде. Самое лучшее время, — когда воздух придыхании равномерно проходит через обе ноздри²⁶. Поэтому следует начинать практику тогда, когда дыхание только начинает проходить через обе ноздри. Основной упор в визуализации следует делать на видение огня Думо в точке пересечения Трех Каналов ниже пупка. Этот огонь Думо имеет форму тибетского слога А. [Также это может быть пламя овальной или миндалевидной формы с узким и тонким языком, сходящимся в точку, что напоминает изогнутую иглу или тонкий штопор] Огонь этот красно-коричневого цвета, очень горячий и колеблющийся, способен вызвать сильное тепло и ощущение блаженства во всех нади тела.

Выполняя «вдох» и «наполнение», йогин должен представлять, как воздух течет вниз по Правому и Левому Каналам, и, подобно мехам, раздувает огонь Думо до невероятного жара; во время фазы «растворения» йогин должен думать о том, что все праны тела собираются у огня Думо и испаряются в нем. Во время выдоха [или «выброса»] Думо по Центральному Каналу поднимается вверх.

Огонь Думо является основой Йоги Тепла, поэтому его следует визуализировать предельно отчетливо, с тем, чтобы это тепло действительно появилось. [Если практикующий надеется достичь существенного прогресса], он должен добиться очень четкой и устойчивой визуализации Думо. Вначале яркий язык пламени Думо не стоит визуализировать большего размера, чем толщина пальца; затем постепенно он увеличится до размеров двух, трех и четырех пальцев. Этот яркий язык пламени Думо по форме тонкий и длинный напоминает изогнутую иглу или длинный волос щетины борова; он также обладает всеми характеристиками Четырех Элементов — прочностью земли, влажностью воды, теплом огня и подвижностью воздуха; но все же его главная отличительная черта — сильный жар, способный испарять праны и вызывать Блаженство.

Йогин, который выполняет вышеизложенные указания, сможет заложить прочную основу Йоги Думо и производить Тепло и Блаженство. Некоторые утверждают, что, выполняя практику Йоги Тепла, йогин должен также визуализировать четыре биджа-слога²⁷ в Четырех Чакрах. Этот процесс описан в «Тантрах Хеваджры» и «Демчог», но его нет в большинстве работ по Шести Йогам.

Б. Практика высших этапов

Все вышеизложенные указания были даны относительно предварительной, или элементарной, практики. Сейчас же мы рассмотрим практику более высоких этапов с акцентом на следующих моментах:

- (1) Как усилить Думо, или Тепло.
- (2) Как усилить Блаженство.
- (3) Как углубить Недвойственность.
- (4) Как усовершенствовать Самадхи Блаженства-Пустоты.
- (5) Как преодолеть препятствия на пути практики Думо.

(1) Как усилить Думо, или Тепло

Для того чтобы усилить Тепло, йогин должен удлинить язык огня Думо до размеров восьми пальцев, но концентрироваться при этом необходимо, на самом первоначальном Думо - источнике, из которого исходит язык пламени. Затем он может визуализировать язык огня, поднимающийся к Сердечному, Горловому или даже Головному Центру. Некоторые говорят о том, что не следует визуализировать Думо выше Горловой Чакры, но, поскольку нас сейчас интересует выработка более интенсивного тепла, такая практика будет правильной. Йогин может также распространить Думо во все нади — большие и малые, длинные и короткие — по всему телу. Таким образом, все тело станет ярким огненным шаром. В конце медитации весь огонь должен быть собран обратно в основное Думо.

Если, выполняя эту практику, йогин все еще не в состоянии производить Тепло или Тепло возникает только в какой-то одной части тела, он может испробовать следующее упражнение.

Сев со скрещенными ногами, руками обхватить колени, затем сделать задержку Дыхания Вазы, одновременно многократно вращая нижнюю часть живота поочередно по часовой стрелке и против; массировать тело, особенно более холодные участки, а также выполнить другие упражнения для тела с целью усиления тепла. Все это должно выполняться на задержке дыхания. Визуализация сильного огня, бушующего во всем теле, также поможет усилить Тепло, но самое главное — медитировать на огонь Думо, сияющий в Центральном Канале... Хотя интенсивные упражнения, такие, как Дыхание Ваз, движения тела и т.д., способны быстро вызвать выработку тепла, тепло, полученное таким образом, не может быть стабильным и оставаться на очень долгое время. Поэтому польза от этих мер невелика. Но если йогин способен вырабатывать тепло - Думо постепенно и стабильно, это тепло не будет уменьшаться, и польза будет неизмеримо велика.

Даже если погода крайне холодная, йогин не должен носить меховую одежду, когда же очень жарко, ему не следует ходить обнаженным. Ему не стоит приближаться слишком близко к огню, пребывать на горячем солнце, дуть в большую трубу или дышать через рот. Ему необходимо также практиковать «Устойчивое Дыхание Вазы»²⁸, принимать доброкачественную и питательную пищу и тщательно охранять свою Тиг Ле.

Если интенсивное тепло само вырабатывается в определенной части тела, во всем теле или между плотью и кожей, йогин должен знать, что это является признаком внезапного возжигания Огня-праны. Но поскольку это тепло не является устойчивым и вскоре исчезнет, ему следует не обращать на него

внимание, необходимо лишь сконцентрироваться на Думо в Пупочном Центре и попытаться ввести праны в Центральный Канал.

Если йогин ощущает блаженное, или «экстатическое», тепло в пупочном Центре, которое постепенно усиливается и начинает распространяться по всему телу, он должен знать, что это есть истинное тепло Думо, которое в огромной степени увеличивает выработку красных и белых Тиг Ле.

Если йогин выполняет все эти указания, но все равно ему не удастся выработать Думо, он должен делать больше упражнений с телом, таких, как «Шесть Движений Наропы» и т.д., как описано в других местах.

(2) Как усилить Блаженство

Сесть на землю, пяtku левой стопы [прижатой к паху] поместить под мышцы сфинктера [для предотвращения утечки Тиг Ле]. Затем визуализировать белую Тиг Ле в форме перевернутого тибетского слога ХАМ размером с горошину, белоснежного цвета, круглую, сияющую лучезарным светом и расположенную в Головном Центре. Также следует визуализировать огонь Думо в Пупочном Центре — верхняя часть его языка тонка, подобно игле, но чрезвычайно горяча, — который начинает производить жар внутри Центрального Канала; в результате этого белая Тиг Ле Головного Центра начинает таять и по каплям стекать вниз. Благодаря этому таянию Тиг Ле возникает огромное Блаженство. Выполняя эту практику, вызывающую Блаженство, йогину необходимо вдыхать воздух с тем, чтобы раздуть тепло-Думо под пупком, которое, в свою очередь, будет растапливать белую Тиг Ле в Головном Центре, в результате чего ее капли непрерывно [и неистощимо] будут падать в Горловой Центр, откуда распространяются по всем нади тела. Таким образом, возникнет огромное блаженство и интенсивное тепло, охватывающие все тело. Затем каплющий поток Тиг Ле распространится вниз к Пупочному Центру, что вызовет еще большее блаженство...

Если эта визуализация производит лишь слабое блаженство, следует уделить особое внимание следующей практике.

Огонь Думо, тонкий, как игла, удлинить вверх от Пупочного Центра к Головному, касаясь белой Тиг Ле, растапливая ее и заставляя распространяться через нади Головного Центра; одновременно представляя, что от этого возникает еще более сильное блаженство, после чего на короткое время необходимо сконцентрироваться на этом переживании блаженства. Так йогин может визуализировать Тиг Ле, падающую по каплям вниз и распространяющуюся по всем Четырем Чакрам.

После этого выполняется «обратное упражнение», при котором визуализируется Тиг Ле, возвращающаяся в Головную Чакру Оба процесса — опускание и подъем Тиг Ле — следует практиковать почаще. Кроме того, йогин может визуализировать белую Тиг Ле и Думо, сливающиеся в одно целое и распространяющиеся по всему телу через бесчисленные нади, что приводит к возникновению глубокого блаженства. Когда истекающая капля белая Тиг Ле опускается на огонь Думо, последний сжимается до своего первоначального размера; когда же белая Тиг Ле поднимается вверх, Думо следует за ней в Головной Центр.

Во время выполнения «растворения» и на выдохе позвоночник должен быть полностью выпрямлен, а сливающиеся Тиг Ле должны быть распро-

странены по всему телу посредством соответствующих движений тела. Если, выполняя эту практику, йогину все же не удастся вызвать Блаженство, он должен визуализировать нижнюю часть Центрального Канала, тянущегося до половых органов, и медитировать на Чакре Великого Блаженства и на ее тридцати двух нади. Далее он визуализирует белую Тиг Ле, постоянно тающую и падающую по каплям в этот орган и распространяющуюся через его нади, и в результате появляется глубокое блаженство. Затем следует выполнить дополнительное обратное упражнение, когда Тиг Ле поднимается к высшим Чакрам...

Если и после этих мер не удастся вызвать Великое Блаженство, можно применить Мудру Матери-Мудрости, когда визуализируется сексуальный акт с Дакини при одновременном использовании дыхания для разжигания огня Думо, растапливания белой Тиг Ле и так далее. В обычной повседневной практике используются Четыре Чакры, и только для увеличения Блаженства следует добавить Чакру Великого Блаженства [Сакральный Центр] и применить, если это необходимо, Мудру Матери-Мудрости. Если при этом йогин не в состоянии удержать Тиг Ле, ему следует с усилием поднять вверх нижние праны, сократить мышцы сфинктера, визуализировать Тиг Ле, поднимающуюся в Головной Центр... и выполнить другие обратные действия... После этого ему следует сразу же несколько раз выполнить соответствующие упражнения, для того чтобы Тиг Ле распространилась по всему телу, а затем в течение некоторого времени медитировать на Просветленную Сущность Ума.

Теперь необходимо сделать некоторые комментарии относительно переживания Блаженства. Если говорить, в общем, переживания Блаженства можно разделить на четыре категории:

(а) Если йогин чувствует, что все его тело стало мягким и гладким, если он ощущает восторг и удовольствие, касаясь чего-либо, это указывает на то, что он «приручил» многие нади в теле. Поэтому этот вид блаженства называется Блаженством Нади.

(б) Если чувство тонкого удовольствия ощущается в определенной части тела — подобно тому ощущению, когда человек чешет зудящее место, но это чувство мимолетно и вскоре исчезает, то говорят, что йогин переживает Блаженство Праны.

(в) Если ощущение тепла и экстаза возникает одновременно во всем теле или в определенной его части, то это блаженство, вызванное увеличением красной Тиг Ле.

(г) Если ощущение блаженства подобно «похотливому» блаженству полового акта — интенсивному и пронизывающему все тело, — то это блаженство, вызываемое огнем Думо, растапливающим Тиг Ле, по степени интенсивности его можно разделить на следующие три группы:

(I) Если блаженство и вожделение настолько интенсивны, что очень трудно удержать Тиг Ле, это называется «Мужским Блаженством».

(II) Если блаженство и вожделение интенсивны, но не настолько, как в первом случае, и йогину легче удерживать Тиг Ле под контролем, это считается «Женским Блаженством».

(III) Если блаженство и вожделение не так сильны, как в первых двух случаях, и йогин очень легко контролирует Тиг Ле, это называется «Блаженством Среднего Рода».

Следует иметь в виду, что, хотя все эти виды блаженства возникают в результате таяния Тиг Ле под воздействием огня Думо, они не являются Великим Блаженством, возникающим тогда, когда праны входят в Центральный Канал и растворяются в нем, что мы будем детально обсуждать ниже. Поскольку удержание Тиг Ле во время переживания экстаза имеет первостепенное значение, следует дать некоторые комментарии. Если говорить, в общем, большинство практикующих обычно способно удерживать Тиг Ле, если они могут ясно и отчетливо визуализировать Три Нади и Четыре Чакры с помощью определенных упражнений, таких, например, как «Шесть Движений Наропы» и т.д. Но есть практики, чьи Тиг Ле очень непостоянны и трудно поддаются контролю, так что когда они выполняют упражнения по усилению блаженства, им трудно удержать поток Тиг Ле. В этом случае следует практиковать специальные упражнения, направленные на достижение контроля над этим потоком, такие, как «Движения Тифа», «Слон», «Черепеха» и «Лев», так как они способствуют удержанию, втягиванию и распространению Тиг Ле...

(3) Как углубить Недвойственность

Как указывают Гуру, для того чтобы усилить переживание Недвойственности, йогин должен с огромным вниманием наблюдать природу Блаженства, вырабатываемого Думо, а также природу ума и его проявлений. Он должен пытаться увидеть пустотную природу всех вещей и оставаться в изначальном, исконном состоянии как можно дольше. Практикуя Йогу Блаженства, ему необходимо пытаться соединить Блаженство с Шуньятой [Пустотой]. Это является общим принципом практики Недвойственности. Для тех, кто уже постиг Шуньяту и Сущность Ума, этих нескольких слов будет вполне достаточно, для тех же, кто еще не достиг этого, следует добавить следующее. Для того, чтобы глубже постичь Недвойственность, йогину следует посвящать этому от половины до двух третей времени каждой медитации. Ему не нужно визуализировать ни нади, ни Тиг Ле, ему необходимо выполнять упражнения Дыхания Вазы и т.п., а также сконцентрироваться на наблюдении Пустоты. Если йогин добился уже какой-то стабильности в Самадхи, он должен применить это достижение к совершенствованию наблюдения Шуньяты; если же нет, то вначале ему следует добиться стабильности в Самадхи посредством пранаям [упражнения контроля над дыханием] или других мер, поскольку, если его Самадхи неустойчиво, он не в состоянии добиться успешного наблюдения Ума и достичь состояния Недвойственности. После этого йогин должен применить метод так называемого «внезапного расслабления и внезапной алертности» для достижения еще более глубокого состояния Самадхи и таким образом добиться более проникновенного, чем прежде, наблюдения природы и игры ума. Тогда он достигнет осознания того, что непостижимая Сущность Ума являет собой Просветляющую Пустоту-Тотальность, которая вне всяких концептуализаций, и что все проявления и постоянно меняющиеся мысли сами по себе пустотны, и таким образом навсегда освободится от всех сомнений и страхов. Необходимо также наблюдать за тем, как мыслительные процессы возникают, остаются на какое-то время и исчезают, и прочувствовать механизм всех этих процессов всем своим существом.

Кроме того, чрезвычайно полезной будет практика отождествления Пустоты со звуком, с проявленными формами и Озарением.

Третья часть каждого периода медитации должна быть посвящена выполнению «мягкого варианта» Дыхания Вазы и Махамудре. После медитации йогину необходимо попытаться удерживать Осознание и отождествлять все свои переживания с Путем. Конкретное описание этой практики можно найти в моей книге «Всестороннее исследование по медитации Махамудры».²⁹

(4) Как усовершенствовать Самадхи Блаженства-Пустоты

Теперь я дам краткое изложение того, как усовершенствовать Самадхи Блаженства-Пустоты.

Практика этого Самадхи [Йоги Завершения]—это соединение своего опыта постижения Шуньяты с Четырьмя Блаженствами, производимыми Думо. Практика с использованием пран, нади и Тиг Ле, приводящая к растворению ума в переживании Блаженства-Пустоты, является самым быстрым путем к Освобождению и Просветлению. Но вначале следует достичь устойчивого Блаженства, с тем чтобы можно было почувствовать его вкус, а затем наблюдать и отождествить его с Шуньятой самым глубинным образом. Например, когда тающая Тиг Ле распространяется по Головной Чакре, возникает Первое Блаженство. В это время йогин должен погрузить свой ум прямо в это Блаженство, соединив его с самопросветляющей Пустотой или так называемым «Переживанием Махамудры Блаженства-Пустоты Двух-в-Одном», не допуская ни малейшего отвлечения. Благодаря этой практике большинство грубых форм отвлекающих мыслей будет устранено. Когда Тиг Ле опустится в Горловой Центр и распространится по нему, возникнет Высшее Блаженство, и, если йогин затем сконцентрируется на Горловом Центре, будучи погруженным в Самадхи Блаженства-Пустоты, большинство тонких форм отвлекающих мыслей будет устранено. Когда Тиг Ле опустится в Сердечный Центр и распространится по нему, возникнет Третье, или Запредельное, Блаженство; после этого йогин должен сконцентрироваться на Сердечном Центре в Самадхи Блаженства-Пустоты, и таким образом будут устранены все отвлекающие мысли. Когда Тиг Ле опустится в Пупочную Чакру... возникнет Исконное Блаженство.

Вышеописанный процесс являет собой процесс Нисхождения [или опускания]. После него йогин должен перейти к практике процесса Восхождения [или подъема], который является обратным предыдущему... Из Пупочного Центра Тиг Ле поднимается в Сердечный, Горловой и Головной Центры, после чего возникает Великое Исконное Блаженство.

В конце этой медитации йогину необходимо забыть обо всех нади и Чакрах и несколько раз выполнить мягкий вариант Дыхания Вазы, концентрируясь на Махамудре и Думо. В повседневной жизни йогин должен также пытаться в какой-то степени удерживать переживания Блаженства-Пустоты и использовать все, с чем он сталкивается, для достижения этой цели.

Если концентрироваться на какой-то Чакре, праны автоматически соберутся в этом же месте. Если йогин может сконцентрировать праны в Чакрах,

Тиг Ле также станет устойчивой, и тогда возникнет Четвертое Блаженство-Мудрость³⁰.

Здесь следует прояснить один чрезвычайно важный момент. Эти виды Блаженства, возникающие при таянии Тиг Ле под воздействием тепла Думо, могут привести только к «Соответственным», а не «Действительным» Четырем Блаженствам-Мудростям. Но если благодаря настойчивой практике йо-

гин добивается удержания и стабилизации этих переживаний Блаженства-Пустоты, то он в конечном итоге введет праны в Центральный Канал... и тогда возникнут «Действительные» Четыре Блаженства. Если йогин сможет узнать их и отождествить с просветляющей пустотной Сущностью Ума, то тогда возникнут Четыре Блаженства-Мудрости.

«Соответственная» Мудрость, которая еще окрашена в некоторой степени концепциями субъект-объект или дуалистическими идеями — это то, что возникает на начальном этапе наблюдения Шуньяты. Настоящая Мудрость — это истинная Мудрость, свободная от всякого дуализма...

Четыре Блаженства, возникающие во время практики Йоги Думо, настолько обширны и глубоки по масштабу и интенсивности, что никакие слова не могут описать их. Когда йогин достигает этого состояния, то говорят, что он достиг Самадхи Блаженства-Пустоты. Поэтому Думо по праву является основой всех Тантрических практик. Слово «Думо» означает «свирепая женщина, способная разрушить все желания и страсти», а также его можно перевести как «тот, кто порождает просветляющую Мудрость Пустоты». Думо, таким образом, являет собой Огонь Трансцендентной Мудрости, сжигающий все неведения и пороки.

Йогин также должен быть знаком с четырьмя разновидностями Думо:

(а) Внешнее Думо: Думо Йоги Восхождения, способное уничтожить любое зло и устранить все препятствия.

(б) Внутреннее Думо: Думо Праны Жизни, способное излечить четыреста четыре вида заболеваний.

(в) Тайное Думо: Думо расплавления и нисхождения, способное уничтожить все желания-страсти.

(г) Трансцендентное Думо: Думо Недвойственности, способное породить Исконную Мудрость.

(5) Как преодолеть препятствия на пути практики Думо. Основные препятствия в практике Йоги Думо — это те четыре препятствия, которые являются общими для всех практикующих — болезнь, перерывы в практике, желания-страсти и смерть. Но нельзя поддаваться их воздействию, нужно продолжать «борьбу» с огромной настойчивостью и мужеством. Есть и специфические для практики Думо трудности. Вот их описание.

На самой начальной стадии, когда нади в теле еще не взяты под контроль, йогин будет сталкиваться со многими трудностями физического характера. Ему будут досаждать различного рода заболевания и боли, потеря сил или ощущение сильной слабости. Если у него есть какая-то хроническая болезнь, в это время она может усугубиться. Поскольку на начальной стадии праны еще не находятся под полным контролем, при задержке дыхания йогин сталкивается и с [другими] затруднениями. Поскольку Тиг Ле в этот период практики еще не распространились по всему телу, ум не может функционировать ясно и четко, и, следовательно, переживание будет незначительным. Атак как концентрация еще неустойчива, будет возникать много отвлекающих мыслей, и в результате практикующий может попасть в заблуждение относительно правильной практики и правильного мышления. К тому же, если человек не знает, как правильно выполнять практику, возникнут большие затруднения с праной, нади и бинду. Все эти препятствия будут мешать йогину в его практике Думо. Средство здесь простое: настойчивость и мужество. В это

время йогин должен медитировать на страданиях Самсары, переходящем характере жизни и т.д. с целью пробуждения глубокого духа отречения. Он должен усилить свою устремленность к обретению Ваджра-Тела Двух-в-Одном, Совершенного Состояния Будды, будучи исполненным решимости преодолеть все страдания и недоработки без единой мысли об отступлении. Также ему следует читать биографии выдающихся Гуру и Мудрецов для укрепления своей решимости и мужества. Он должен быть уверен в том, что бесстрашие и упорство способны помочь ему преодолеть все препятствия на Пути.

С другой же стороны, если йогин придерживается чрезмерно аскетического образа жизни, у него не будет сил для продолжения практики Думо. В результате у него может исчезнуть желание практиковать дальше, и он может остановиться на полпути. Если это случилось, он должен хорошо отдохнуть, питаясь добротной, питательной пищей для восстановления сил и здоровья.

Если йогину удалось «приручить» праны и нади, то, выполняя практику Думо, он почувствует, как все его тело становится очень гладким и мягким; [в Пулочном Центре] будет образовываться сильное тепло, а Тиг Ле станет подвижной и изменчивой... Все это даст ему ощущение глубокого блаженства и силы. Но результатом будет то, что Тиг Ле значительно увеличатся, и пропорционально им возрастет и вожделение. В это критическое время следует быть предельно осторожным и всячески стремиться сохранить свою

Тиг Ле. Если йогин ослабит свои усилия, возникнет опасность потери Тиг Ле, что может случиться на определенных стадиях сна, медитации или даже во время бодрствования. Потеря Тиг Ле является «смертельным ударом» в Йоге Думо, поэтому следует с предельным старанием пытаться сохранить ее. Йогин должен строго соблюдать все заповеди и медитировать на нечистоте человеческого тела и т.д., с тем, чтобы преодолеть вожделение. Глубокое наблюдение природы этого желания также поможет преодолеть его.

Вообще потеря Тиг Ле наносит вред всем медитативным практикам, но для практики Йоги Думо она всегда является просто фатальной. Если практикующий теряет свою Тиг Ле, он не сможет получить никакой пользы от какой бы то ни было формы медитации. Поэтому следует прилагать все усилия для сохранения этой жизненной силы, включая выполнение специальных упражнений, предназначенных для ее удержания и стабилизации.

Когда йогин добивается каких-то успехов в практике Думо и достигает некоторых положительных переживаний Блаженства, Озарения и Недвойственности, наряду с другими достижениями [у него возникает сильное желание] рассказать другим людям о своем опыте, но если он сделает это, он может потерять все эти достижения и переживания, после чего ему будет уже очень трудно обрести их вновь. Кроме того, если он нарушает Дисциплину Самайи [Тантрические Заповеди], он также потеряет все обретенные во время выполнения практики достижения и переживания. Если же это произойдет, он должен размышлять о том, что все эти переживания, включая самые ценные, являются иллюзорными — не имеют самосущности, подобно радуге — не цепляясь за них, он должен медитировать на истине Шуньяты. Ему нужно раскаться в том, что он не сохранил в тайне свои внутренние переживания, и принять твердое решение никогда в будущем не рассказывать о них никому, кроме своего Гуру. Если же практикующий нарушил какие-то из правил Самайи, необходимо покаяться и прибегнуть к повторению Мантры

Ваджрасаттвы, а также обратиться к своему Гуру с просьбой о новом посвящении или к Покровителю Будде с молитвой и просить о повторной инициации. Йогину следует с предельной искренностью отречься от всей мирской славы, гордости, привязанностей и принять твердое решение совершенствовать свою медитацию, как подобает истинному йогину.

Если человек следует основным учениям Дхармы и выполняет практику в соответствии с этими наставлениями, на его пути не должно быть слишком много препятствий. Однако те, кто обладает небольшими способностями, и те, кто выполняет практику слишком рьяно, столкнутся со многими затруднениями относительно праны, нади и бинду. О том, как преодолеть их, можно узнать из моей книги «Красная Книга Йоги Телла».

Те, кто занялся Йогой Думо в качестве регулярной и постоянной практики, должны всегда придерживаться особых правил. Для сохранения тепла во время каждой медитации необходимо выполнять дыхательные упражнения хотя бы по нескольку раз и постоянно визуализировать огонь Думо. Йогин не должен бояться [ни жары, ни] холода; даже в самый жгучий мороз ему не нужно надевать меховую или слишком теплую одежду, как и в самую жаркую погоду ему не стоит ходить обнаженным. Также не следует задувать свечу или огонь и принимать очень холодную пищу или напитки.

Для того чтобы удержать состояние блаженства, йогину требуется прилагать все усилия к сохранению своей Тиг Ле; ни при каких обстоятельствах не допуская ее потери. Не следует употреблять в пищу имбирь, перец, чеснок, испорченную рыбу или мясо, а также слишком кислую, соленую или жирную пищу. Он не должен приближаться слишком близко к огню и находиться под палящим солнцем, сидеть на голой земле без подстилки, ходить босиком, спать днем, а также заниматься чем-либо, вызывающим сильное потоотделение. Для поддержания глубокой медитации лучше всего жить в уединении и отказываться от всякой бессмысленной деятельности.

Переживания и достижения практики Йоги Думо. Поскольку способности и Карма каждого человека очень индивидуальны, трудно дать общее описание всего разнообразия переживаний и достижений, обретаемых посредством Йоги Думо. Один человек может добиться многих достижений, но при этом испытать мало переживаний, у другого может быть все наоборот. Также трудно предсказать точную последовательность различных переживаний, через которые может пройти йогин. Тем не менее, ниже мы вкратце обсудим некоторые самые важные результаты Йоги Думо. Ранее мы уже рассмотрели признаки или переживания, указывающие на горение огня Думо и на то, что прана взята под контроль; теперь мы обсудим другой существенный момент, а именно — переживания, которые человек испытывает при концентрации Праны-Ума в разных Чакрах.

[Согласно Доктрине тантры], нади каждой из Пяти Чакр принимают различные формы специфического ключевого слога [биджи] каждой Чакры. Пять ключевых слогов, или если точнее — пять различных форм, принимаемых нади, являются символами или «выражением» пяти главных страстей-желаний человека, а именно — вожделения, ненависти, неведения, гордости и зависти. Итак, в процессе практики Думо, когда йогин концентрируется на этих Чакрах, его Прана-Ум также собирается в этих местах. Концентрация Праны-Ума на этих ключевых слогах спонтанно вызовет к жизни те страсти-желания, которые эти

биджи представляют. В результате йогин будет переживать все эти страсти, такие как вождление, ненависть, сомнение, гордость и т.д., которые будут возникать независимо от его воли. Начнут появляться всевозможные отвлекающие и беспокоящие мысли и болезни, мешающие его устремленности. Из-за средоточения Праны-Ума в Чакрах у йогина могут возникнуть различные иллюзорные видения в снах, в медитации или даже в бодрствующем состоянии. Чтобы преодолеть все эти препятствия, ему следует обратиться к молитве, покаяться, развивать Ум-Бодхи, укреплять свой дух отречения и наблюдать Шуньяту. Также ему следует выполнять упражнения с телом, чтобы добиться объединения узлов нади в различных Чакрах. Йогин должен знать, что все эти препятствия на самом деле являются для него помощью, а также хорошим знаком его устремленности, указывающим на то, что он делает определенные успехи на своем Пути. Так что ему следует поздравить себя и с радостью принять этот вызов.

Если праны и нади взяты под контроль, если йогин способен удержать и собрать праны Пяти Элементов из мест их обычной дислокации и ввести их в Центральный Канал, можно будет наблюдать появление Пяти Признаков Ночи — дыма, миража, свечения светлячка, света лампы и света Нерожденной Пустоты; затем, если йогин продолжает удерживать Пять Пран, появятся Пять Признаков Дня — лунный свет, солнечный свет, «свет молнии», свет радуги и свет солнца и луны вместе. В некоторых случаях можно будет наблюдать появление многих точек или пятнышек света. Все вместе это составляет так называемые «Десять Признаков».

Если чистая сущность пран, нади [?] и бинду сможет быть собрана в Пяти Чакрах, в результате возникнут белая, красная, голубая, желтая и зеленая Чистые Земли Будды. Если же Прана-Ум сможет быть собрана в тайных нади [?], также появятся и двадцать четыре тайных святых места³¹, Йидамы, Дакини и Хранители³²...

Тот, кто сможет овладеть полным контролем над Пятью Пранами и удерживать их в соответствующих им Чакрах, добьется следующих достижений: тело его станет крепким, кожа гладкой, лицо лучезарным и сияющим здоровьем, он будет все время полон энергии, и даже высокая, толстая стена не сможет стать ему преградой.

Тот, кто сможет собрать и удержать красную и белую Тиг Ле в Центральном Канале, обретет следующие три блага. Он сможет:

(1) излучать потоки света из своего тела, а также стоять в лучах [солнца], не отбрасывая тени;

(2) заставить свое тело исчезнуть;

(3) совершать различные чудеса.

Тот, кто обретет способность привести Прану-Ум и чистую Сущность Пяти Элементов в Центральный Канал, сможет:

(1) превращать камни в золото;

(2) ходить по воде и не тонуть;

(3) входить в огонь и не сгорать;

(4) растапливать снежные горы своим телом Думо;

(5) оказаться в любой отдаленной точке космоса за несколько секунд;

(6) летать по небу и проходить через камни и горы...

Масштаб и глубина перечисленных выше достижений могут быть различны и зависят от степени мастерства в овладении Праной-Умом. Как долго

сохранятся чудесные способности, также зависит от этого; если йогин не в состоянии удержать Прану-Ум, эти достижения также исчезнут.

Благодаря тому, что нади и Тиг Ле очищены, йогин способен творить всевозможные чудеса; поскольку Тиг Ле стабилизирована и поднята [в верхние Чакры], йогин способен остановить текущую реку; поскольку Прана-Ум сконцентрирован, он может гипнотизировать людей своим пристальным взглядом; поскольку Элемент Огня находится под контролем, йогин способен остановить движение солнца...; силой нади он может материализовать богатство и бесчисленное количество драгоценностей; силой праны он может притягивать к себе людей, а силой Тиг Ле он может притягивать нечеловеческие существа [дэвов, призраков и демонов]...

Хотя йогин обретает все эти достижения и блага, он должен знать, что все они иллюзорны, подобно радуге, и не имеют самосущности. Ему не следует поддаваться тщеславию из-за этих способностей, он должен пытаться преодолеть Восемь Мирских Обретений³³ и сконцентрироваться, не допуская отвлечения, на самопросветляющей Махамудре, ибо это единственный путь ускорить достижение Реализации...

Если говорить кратко, практика Йоги Думо дает человеку возможность постичь нерожденную Мудрость Махамудры, обрести свободу от всех привязанностей и неведения, разрубить все самсарические нади-узлы, трансформировать все самсарические нади в нади Мудрости, очистить все кармические праны и трансформировать их в свободные от всех преград Праны Мудрости, очистить все загрязненные Тиг Ле и трансформировать их в Тиг Ле Блаженства и обрести Радужное Тело Двух-в-Одном Совершенного Состояния Будды.

2. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ ИЛЛЮЗОРНОГО ТЕЛА

Прежде всего, йогину необходимо в полной мере выполнить все предварительные практики, такие как медитации на скоротечности жизни, страданиях Самсары, отречении, Сострадании, Уме-Бодхи и т.д.; затем во время каждой медитации третью ее часть нужно посвящать практике Думо. Ему следует напоминать самому себе, что в Йоге Иллюзорного Тела, которую он сейчас практикует, он стремится к обретению Самбхогакайи [величественного и божественного Тела] Состояния Будды на благо всех живых существ. Необходимо также обращаться с молитвой о помощи и благословении к красному Самбхогакайя Гуру и его супруге [Юм]³⁴, пребывающим в Горловом Центре...; размышлять о том, что все объекты внешнего мира—дома, города, горы, реки, люди, животные, все органы и чувства тела — являются лишь проявлениями ума, находящегося в заблуждении, и не имеют истинного существования или самосущности; они подобны волшебству, миражам, снам, пузырям на воде, теням и росе... ибо на самом деле они не существуют. Йогину следует размышлять и о том, что все вещи, которые возникают в определенной зависимости друг от друга [пратитья-самутпада], подобно эху и его отражениям, не имеют никакой реальной субстанции. Затем, продолжая размышлять об эхе и отражениях, следует перейти к тому, что все дхармы так же мимолетны и преходящи, как роса или пузыри на воде, вслед за этим нужно визуализировать исчезновение капель росы по мере того, как солнце под-

нимаются над горизонтом, и исчезновение пузырей под воздействием текущей воды... Практикующему необходимо постичь, что ничто не остается неизменным даже на долю секунды, что все дхармы подобны радуге, красивой, но нереальной, и что скоро они превратятся в ничто... Иными словами, ему следует медитировать на Майе и Пустоте. Даже после этой медитации нужно продолжать наблюдать истину и игру Майи, до тех пор пока не удастся искоренить все глубоко укоренившиеся привязанности.

[Описанная выше практика является основой или подготовительным этапом Йоги Иллюзорного Тела.] Теперь мы рассмотрим саму практику, разделив ее на две части:

- (1) Практика Нечистого Иллюзорного Тела;
- (2) Практика Чистого Иллюзорного Тела.

(1) Наставления по практике Нечистого Иллюзорного Тела

Стоя перед зеркалом, наблюдайте отражение собственного тела, глядя на него в течение некоторого времени, и размышляйте о том, что видимый в зеркале образ создан сочетанием различных факторов — зеркала, тела, света, пространства и т.д. — при определенных условиях. Он являет собой объект взаимозависимого проявления [пратитья-самутпада], не обладающий какой-либо самосущностью, видимый, но пустотный. Затем наблюдайте внешний вид отраженного образа, включая одежду и украшения... Подумайте о том, удовлетворены вы им или нет... Теперь напустите на себя гнев, учините драку с самим собой — и посмотрите, воздействует ли это на вас... Выполняя эту практику, вы обнаружите, что все удовольствия и неудовольствия иллюзорны и субъективны, созданы умом самого человека, и таким образом ваши привязанности значительно уменьшатся.

Для выполнения медитации на эхе вам следует отправиться в такое место, где оно образуется. Затем громко прокричите много приятных и неприятных слов, восхваляя или браня себя — и наблюдайте за реакцией удовольствия или неудовольствия. Практикуя таким образом, в скором времени вы достигнете осознания того, что все слова, приятные или неприятные, иллюзорны, как само эхо. Если вы будете успешно практиковать эту медитацию, вы станете скоро равнодушны как к похвале, так обвинениям, и вы достигнете Освобождения... До тех пор пока вы не сможете одинаково относиться к удовольствию и неудовольствию, радости и боли, приобретению и потере... вы должны продолжать медитировать на иллюзорности в тихом спокойном месте или в уединении. После этого вы можете отправиться в деревню или город, с тем, чтобы практиковать среди людей и в гуще активности. Если вы обнаружите, что вы все еще с удовлетворением или недовольством реагируете на приятные и неприятные вещи, вам следует вернуться в уединение и продолжить практику...

(2) Наставления по практике Чистого Иллюзорного Тела

Во многих книгах, содержащих указания по Шести Йогам, нет достаточного объяснения медитации на Покровителе Будде [Йидам]. Хотя и принимается тот факт, что вначале следует практиковать и достичь результатов в Йоге Восхождения, прежде чем можно будет приступить к Йоге Завершения, в настоящее время тибетцы редко совершают такое усилие. [И это прискорбно], поскольку визуализация себя в виде Покровителя Будды является и ос-

новой для Йоги Завершения, и средством к обретению совершенной Самбхогакайи в состоянии Бардо. Поэтому ниже излагается практика визуализации себя в образе Покровителя Будды, относящаяся к Йоге Восхождения.

Возьмите очень четкое изображение Покровителя Будды, положите его [под углом] между двумя зеркалами и наблюдайте иллюзорность трех образов. Используйте изображение как опору для визуализации до тех пор, пока Покровитель Будда не будет виден внутренним взором так же четко, как образ возлюбленной в уме влюбленного. Рекомендуется визуализировать сразу весь образ целиком и удерживать его максимально долго. Через некоторое время видение станет менее четким, и тогда следует визуализировать определенную часть тела, пока она не станет предельно отчетливой. Начать нужно с головы и лица, затем перейти к шее, туловищу, конечностям — пока все тело целиком не станет очень четким и ясным.

Подобно тому, как человек, долгое время наблюдавший танцы, может легко вообразить себя в качестве танцующего, так и тот, кто внимательно рассматривает изображение, также может визуализировать его легко и отчетливо. Такой устойчивой и ясной визуализации можно добиться только посредством постоянной, регулярной практики. Прерывание является фатальным для достижения успеха в этом упражнении.

Те, кто достиг совершенства в этой практике, могут видеть визуализированное изображение даже отчетливее, чем само изображение, которое они использовали; те же, чьи достижения не так высоки, видят внутренний образ намного хуже...

У тех, кто выполняет практику слишком упорно, будет множество отвлекающих мыслей; если же выполнять практику без всяких усилий, вяло, начнет одолевать сонливость. Поэтому нужно научиться приспосабливаться к различным условиям и следовать срединным путем.

Когда внутреннее видение себя в виде Покровителя Будды станет предельно четким и устойчивым, йогин должен сделать еще один шаг и перейти к отождествлению видения с Пустотой. Визуализация, не подкрепленная идеей Шуньяты [Пустоты], является в лучшем случае хорошим воображением. Даже медитация на иллюзорности Тела Покровителя Будды — без непосредственного постижения Пустоты — может привести в лучшем случае лишь к относительному, а не конечному Достижению. С другой стороны, тот, кто познал Пустоту, может сразу же достичь осознания того, что видение Покровителя Будды является спроецированной ментальной иллюзией, не обладающей никакой субстанцией. Он видит, что видимый образ являет собой саму Пустоту, и что нет необходимости отождествлять его с Пустотой...

Выполняя медитацию, йогину необходимо добиться поглощения образа Покровителя Будды самопросветляющей Пустотой и не допускать при этом никаких отвлечений. После медитации он должен стараться удержать Осознание и отождествлять его со всем, с чем он сталкивается...

Если говорить кратко, видение Покровителя Будды, как оно проецируется в практике Йоги Восхождения, являет собой выражение Истины Проявленной Пустоты и символ иллюзорности, лишенный какой-либо субстанции или сущности. Если использовать сравнения, то это можно сравнить с магическим призраком, с отражением луны в воде, с тенью, лишенной плоти и костей, с ежесекундно меняющимся миражом, со сном, являющимся проекцией ума, с эхом, рожденным от взаимозависимого проявления, с фантомом, не имеющим

сущности, с облаком, постоянно меняющим свою форму, с радугой, красивой и яркой, но лишенной сущности, с молнией, быстро появляющейся и исчезающей, с пузырем, внезапно надувающимся и лопающимся, с отражением в зеркале, отчетливым и ясным, но также лишенным сущности. Когда йогин сможет добиться устойчивого видения Покровителя Будды и удерживать его с легкостью и комфортом, ему следует начать расширять Тело Йидама до размеров космоса, уменьшать его до размера крохотного горчичного зернышка, а также увеличивать количество тел путем удвоения от одного до миллионов. Затем нужно вобрать все эти формы трансформации в первоначальное Тело и некоторое время медитировать на нем. В повседневной жизни он должен отождествлять все свои переживания с Царством Будды, дома и города — с Мандалой, окружающий мир — с Чистой Землей Будды, всех людей — с Буддами и Бодхисаттвами. Необходимо попытаться воспринимать все звуки как звуки воспевания мантр, все мысли как игру Дхармакаи, все объекты желаний и наслаждения как подношение Буддам. Таким образом, можно очистить все проявления Самсары и добиться их слияния с Самопросветляющей Пустотой.

Для того чтобы раскрыть Четыре Пустоты или Четыре Блаженства, йогин должен вначале ввести праны в Центральный Канал, после, чего, из Четвертой, или Исконной, Пустоты появится Иллюзорное Тело, созданное из Праны-Ума. Чтобы добиться этого, во время задержки Дыхания Вазы, в Сердечном Центре следует визуализировать ХУМ голубого цвета, являющийся собой символ Праны-Ума и испускающий пятицветные лучи. Таким образом, праны будут введены в Центральный Канал, и по очереди начнут возникать знаки огня, миража и т.д., ... а также Огни Открытия, Роста и Достижения. Тем временем ХУМ также растворяется в Великом Свете. Затем йогину следует погрузиться в Самадхи Света на максимально возможный период времени. И, наконец, когда он выйдет из состояния Самадхи, ему необходимо осуществить проекцию Иллюзорного Тела Покровителя Будды посредством Праны-Ума.

Тот, кому трудно выполнять все эти процессы надлежащим образом, должен вначале сконцентрироваться на слоге ХУМ голубого цвета, выполняя задержку Дыхания Вазы, и практиковать Процесс Растворения этого дыхания.

Общий обзор практики Иллюзорного Тела

Все вещи [дхармы] как в Самсаре, так и в Нирване лишены самостоятельной природы и поэтому иллюзорны. Но привязанность, замешательство, дуалистические мысли живых существ приводят к тому, что вещи начинают казаться реальными. Для того чтобы устранить эту привязанность и замешательство, следует наблюдать пустотную природу всех дхарм и познавать истину о Майе³⁵. Это является общим принципом иллюзорности. основополагающий принцип практики Йоги Иллюзорного Тела в тантрах можно суммировать следующим образом.

В пределах грубого кармического тела человека пребывает чистая сущность Тела Будды, скрытая привязанностями и замешательством человека. Посредством практики Самадхи Йоги Иллюзорного Тела эти привязанности и замешательство постепенно будут устранены, и может быть постигнута Мудрость просветляющей Пустоты. В результате этого самсарические праны, нади и бинду очищаются, и человеческое тело трансформируется в подобное радуге Иллюзорное Тело Состояния Будды.

Ядро йогической практики Иллюзорного Тела составляет раскрытие Исконного Света и его последовательных проекций Иллюзорного Тела через Прану-Ум... Во время выполнения этой практики йогин обретет прочное ощущение того, что ничего на самом деле не существует. И это переживание будет продолжать углубляться до достижения полного Просветления.

3. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ СНОВИДЕНИЙ

Распознавание сна является основой практики Йоги Сновидений. Чтобы достичь этого, следует вначале устранить все факторы, которые затуманивают ясное Осознание. Главные причины, мешающие ясному Осознанию, а также «противоядия» к ним перечисляются ниже.

(1)

Тот, кто нарушает Тантрические Заповеди, не сможет распознавать сны. В этом случае йогину следует покаяться в своих проступках и практиковать Мантру Ваджрасаттвы³⁶, с тем чтобы очиститься от грехов и восстановить Заповеди Самайи. Также он должен попытаться получить новое посвящение либо у своего Гуру, либо посредством молитвы³⁷.

(2)

Тому, кто имеет малую веру в своего Гуру и в Тантрические учения, будет трудно распознавать сны; в этом случае следует попытаться укрепить свою веру.

(3)

Тот, кто жаден и склонен к материальным приобретениям, не сможет распознавать сны; в этом случае следует отказаться от своих материальных накоплений и отбросить привязанность к этой жизни.

(4)

Тот, кто теряет свою Тиг Ле или загрязняет свое тело³⁸, не в состоянии распознавать сны; поэтому следует всеми силами пытаться сохранить Тиг Ле и избегать общения с нечистыми людьми, избегать нечистой пищи и нечистых мест. Если все же приходится входить в контакт с ними, следует прибегнуть к очищающим обрядам.

(5)

Тот, чей ум полон отвлекающих мыслей, или у кого нет сильной устремленности, не может распознавать сны. В этом случае йогину следует жить в одиночестве и попытаться укрепить свою уверенность и устремленность к Цели.

(6)

Если постоянно в течение дня думать о том, что все, что человек видит, слышит, к чему прикасается..., является сном, то это намного увеличит шансы на распознавание снов ночью.

Прежде чем начать практику Йоги Сна, следует вначале завершить выполнение общих предварительных практик. Затем посвятить одну треть каждой медитации — Думо, две трети — визуализации биджа-слов в Горловом Центре, что является хорошим приемом для генерирования снов. Вначале обратитесь к Гуру, пребывающему в Горловой Чакре, с молитвой помочь в распознавании снов ночью, затем визуализируйте четырехлепестковый лотос в Горло-

вой Чакре, в его центре — белый ОМ, на его переднем лепестке А голубого цвета, на правом лепестке НУ желтого цвета, на заднем лепестке ТА красного цвета и на левом лепестке РА зеленого цвета, все очень ярко и отчетливо.

Можно упростить этот процесс, визуализируя только красный ОМ в центре Горловой Чакры и выполняя максимально возможную задержку Дыхания Вазы; или же можно мысленно с каждым циклом дыхания произносить нараспев ОМ. Некоторые утверждают, что это следует выполнять только во время сна. Это неверно, поскольку, если выполнять эту практику в качестве основной медитации днем, Прана-Ум сконцентрируется в Горловой Чакре быстро и легко, и таким образом снов будет больше и они будут ярче. К тому же эта практика будет способствовать вхождению праны в Центральный Канал и раскрытию Четырех Пустот.

Находясь в бодрствующем состоянии, йогин должен постоянно думать о том, что все, что он видит, слышит, к чему прикасается, о чем думает и по отношению к чему действует, — все является сном. Также ему следует избегать слишком жирной пищи, переедания и не истощать себя изнурительной деятельностью. Короче говоря, он должен попытаться совместить силу праны, крепкой воли и других методов, с тем чтобы обрести способность распознавать сны.

Главным методом распознавания снов является введение пран в Центральный Канал с целью раскрытия Четырех Пустот. Когда это произойдет, йогин должен идентифицировать их одну за другой, а затем подождать возникновения снов и попытаться распознать их. Подробное изложение этой практики будет дано ниже.

Лучшим временем наблюдения снов является период с начала рассвета до полного восхода солнца, поскольку в это время пища полностью усвоена, организм отдохнул, сонливость не такая сильная, а ум относительно ясен. Но те, чей сон неглубок, могут выполнять эту практику и в ночное время. Йогину необходимо использовать тонкое одеяло, высокую подушку и лежать на боку. Прежде чем заснуть, он должен укрепить свою уверенность в успехе и решимость распознать сны, по меньшей мере, семь или двадцать один раз. Он может в течение некоторого времени визуализировать четыре ключевых слога в Горловом Центре, а затем сконцентрироваться на одном слоге ОМ красного цвета, одновременно без напряжения выполняя задержку Дыхания Вазы. Следует избегать длительного и непрерывного сна, вместо этого лучше попытаться спать небольшими периодами. Каждый раз, проснувшись, йогину следует проанализировать — удалось ли ему распознать сны, пока он спал. Если нет, следует прибегнуть к искренней молитве, прежде чем наступит новый сон.

Если после всего этого йогин все еще не способен распознавать сны, он должен сесть и начать рассматривать предметы, находящиеся в комнате — стулья, стол, кровать, картины, одежду... думая о том, что все это он видит во сне. С этим чувством следует заснуть снова.

Тот, кто не может распознавать сны из-за чрезмерной сонливости, должен визуализировать сверкающий красный ОМ в Горловом Центре, излучающий свет, который заполняет все тело и комнату, или сверкающую Тиг Ле белого цвета в межбровье. Тот, у кого сон некрепкий, должен визуализировать голубую ХУМ или голубое Тиг Ле в Тайном Центре...

Тот, кто усердно выполнял все вышеизложенные указания и все еще не в состоянии распознавать сны, должен удалиться в уединенное место и, сняв с себя всю одежду, начать прыгать, танцевать, бегать нагим и кричать: «Это сон! Сон!» Ему также следует отправиться к краю отвесной скалы, посмотреть в пропасть и проделать то же самое. Если и после этого он не сможет распознавать сны, он должен устыдиться и обратиться со страстной молитвой к своему Гуру и Покровителю Будде. Затем ему следует визуализировать в Горловом Центре [круг из] острых лезвий, вращающихся со все увеличивающейся скоростью, двигающихся по всему телу подобно циркулярной пиле, раздробляя его на кусочки и мельчайшие частички, и предложить их Буддам и голодным существам. После этого можно приступить к медитации Махамудры, не допуская при этом никаких дуалистических мыслей...

Тот, кому лишь иногда и только на мгновение удается распознавать сны, найдет эту практику неэффективной. Особенно это относится к внезапному пробуждению сразу же после распознавания сна. В этом случае йогин должен постоянно напоминать себе об этой тенденции, всячески усиливая свое желание оставаться в состоянии сновидения. Даже если он проснулся, ему не следует сразу же открывать глаза, а необходимо попытаться продолжить сон либо сконцентрироваться на Сердечном или Тайном Центре.

Йогин должен провести тщательный анализ с целью обнаружения причин быстрого пробуждения от снов, — если все дело в повышенном напряжении, ему следует больше расслабиться; если причина в шуме — спать в более тихом месте; если в холоде или жаре, необходимо увеличить или, наоборот, уменьшить количество одежды, и так далее. В некоторых наставлениях говорится о том, что помогает практика визуализации себя сидящим между красной и белой Тиг Ле — положительное и отрицательной силами. Утверждается также, что полезна визуализация голубого ХУМ в Горловом Центре во время задержки Дыхания Вазы... Говоря кратко, йогин должен попытаться найти причины того, почему ему не удается распознавать сны, а затем принять соответствующие меры. Например, если вас одолевает сонливость, визуализируйте красную или белую Тиг Ле, излучающую яркий свет, в Горловом Центре или в межбровье; если легко просыпаетесь или сон недостаточно крепкий, визуализируйте голубую или черную Тиг Ле в Сердечном или Сакральном Центре; если сны нечеткие, визуализируйте в Горловом Центре красную Тиг Ле, излучающую яркий свет, заполняющий все над вами телом...

Если йогину снится страшный сон, ему следует принять меры против необоснованного страха, говоря самому себе: «Это сон. Как может огонь или вода поглотить меня во сне? Как может этот зверь или демон и т.п. навредить мне?» Удерживая это осознание, он должен пройти через огонь или по воде, или превратить себя в огромный огненный шар, летящий прямо в сердце ужасающему демону или зверю, и сжечь его дотла...

Йогин, который способен достаточно хорошо распознавать сны и чей успех устойчив, может перейти к практике Трансформации Снов. То есть, находясь в состоянии Сновидения, он должен попытаться превратить свое тело в тело птицы, тигра, льва, брахмана, царя, в дом, камень, лес... или во что он пожелает. Если он достиг стабилизации в этой практике, он может перейти к превращению своего тела в Тело Покровителя Будды в различных формах

— сидящее или стоящее, большое или маленькое и так далее. Также он может пытаться превращать предметы, которые он видит в снах, в другие самые различные объекты: например, животное — в человека, воду — в огонь, землю — в космос, одно — во множество, множество — в одно... Необходимо научиться проявлять во сне сверхъестественные различные способности, такие, как извержение огня из верхней части тела или воды из нижней части тела, хождение по солнцу и луне, а также научиться заполнять миллионами или миллиардами своих тел всю вселенную...

Одна из главных целей практики Йоги Сновидений — помочь человеку достичь осознания Иллюзорного Тела в состоянии Бардо и в этой жизни. Для этого следует вначале распознать Четыре Пустоты Сна³⁹, затем из Четвертой, или Исконной Пустоты йогин мгновенно совершает проекцию Иллюзорного Тела Покровителя Будды, созданного Праной-Умом, в Мандалу, после чего снова растворяет Мандалу и Покровителя Будду в великой Пустоте. Таков, вкратце, процесс Восхождения и Растворения, практикуемый в Йоге Сновидений. После этого йогину следует практиковать Путешествие в Чистые Земли Будды согласно изложенным ниже указаниям.

Визуализировать себя Покровителем Буддой, затем мгновенно, со скоростью падающей звезды перенестись на Небеса Индры или какие-то другие Самсарические Небеса; прежде чем вернуться обратно, хорошенько рассмотреть это место. Когда достигнута стабилизация, следует совершить путешествие в одну из Чистых Земель Будды, таких, как Чистая Земля Вайрочаны, Амитабхи и т.п. Это также совершается в течение доли секунды. Достигнув Чистой Земли Будды, йогин должен совершить поклон, сделать подношение Будде и выслушать Его проповедь...

В самом начале практики видения и переживания еще нечеткие, но следует твердо верить в то, что видимое во сне является истинной Чистой Землей, ибо и Самсара, и Нирвана являются собой в конечном итоге всего лишь сны; если выполнять практику таким образом, видения будут становиться все яснее и четче...

Если возникает вопрос: есть ли какая-либо разница между практиками Йоги Иллюзорного Тела и Йоги Сновидения, то можно ответить, что в основе своей они сходны, но Йога Сна должна рассматриваться как дополнение к Йоге Иллюзорного Тела. Одна из них предназначена для генерирования Иллюзорного Тела, другая развивает и совершенствует этот процесс. Также следует знать о том, что Иллюзорное Тело, которое возникает из Света в состоянии бодрствования, намного глубже и тоньше, чем Тело снов. Но оба вида Йоги должны практиковаться в качестве дополнения друг к другу, ибо, таким образом, временная привязанность, проявленная в дихотомии состояний Сна и Бодрствования, может быть в конечном итоге преодолена. Совмещение практик этих двух Йог может способствовать очищению привычных Самсарических мыслей, постижению того, что все вещи являются проявлением ума, а сам ум лишен какой бы то ни было самосущности подобно снам; познанию того, что и Самсара, и Нирвана являются лишь миражами, ничего не связывающими и ничего не освобождающими; очищению от всех грубых и тонких, чистых и нечистых привязанностей и, наконец, раскрытию подобной волшебству Самбхогакайи состояния Будды.

4. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ СВЕТА

Как распознать Свет

Шаги, предпринимаемые при выполнении предварительной практики, устраняющей все препятствия и обеспечивающей все благоприятные условия для распознавания Света, идентичны тем шагам, которые предусмотрены в практике Йоги Сновидений. Но, кроме того, йогину следует принимать доброкачественную и питательную пищу, делать массаж тела, жить в тихом месте, сохранять свою Тиг Ле и быть все время мягким и расслабленным. Третью часть каждого периода медитации он должен посвящать практике Думо, две трети — практике Йоги Света. В начале практики необходимо визуализировать Ваджрадхару голубого цвета с супругой в Сердечном Центре и молить Его о раскрытии Исконного Света; затем следует визуализировать голубой ХУМ в Сердечной Чакре и выполнять задержку Дыхания Вазы либо мысленно нараспев повторять ХУМ... пока весь внешний мир не растворится в теле йогина, тело — в ХУМ, ХУМ — в Наде⁴⁰, а Нада — в великой Пустоте. Йогину следует медитировать на Пустоте и задерживать дыхание. Выходя из этого Самадхи, необходимо снова визуализировать Иллюзорное Тело Покровителя Будды и так далее...

Некоторые утверждают, что эта практика должна выполняться только ночью, что неверно, ибо если практиковать это в течение дня, можно намного увеличить шансы овладения контролем над Праной-Умом и добиться стабилизации в раскрытии Света. Благодаря этому распознать Свет во время сна будет намного легче. Кроме того, во время медитации огромная польза будет от одновременной задержки дыхания. Распознать Свет посредством других методов очень сложно, и в этом случае невозможно будет удержать Свет на продолжительное время... Тот, кто следует указаниям этой практики, обязательно добьется введения пран в Центральный Канал и раскрытия Четырех Пустот... Это, следовательно, самая важная практика Йоги Света.

Удержание Света во время сна.

Тот, кто способен раскрыть по очереди все Четыре Пустоты посредством собирания пран в Центральном Канале в дневное время, может добиться этого и во время сна, если он сконцентрируется на ХУМ в Сердечном Центре непосредственно перед тем, как заснуть.

Лучшее время для «удержания» Света — не [в середине] ночи, когда сон очень глубокий, а на рассвете, или когда сон некрепкий; лучшая же поза — лежа на боку, согнув колени.

Два основных момента практики Йоги Света — визуализация пяти ключевых слов на пяти лепестках лотоса в Сердечном Центре и задержка дыхания.

Перед тем как заснуть, йогину следует [снова и снова] двадцать один раз размышлять о том, что он должен распознать Исконный Свет, когда он появится после стадий Открытия, Роста и Достижения. Затем он визуализирует свое тело растворяющимся в ХУМ, а ХУМ — в Свете и концентрируется на нем. Когда он начинает ощущать легкую сонливость, он концентрируется на А; при ощущении средней сонливости — на НУ; при сильной сонливости — на ТА, когда он чувствует, что почти засыпает, он концентрируется на РА и, засыпая [или впадая в бессознательное состояние], на ХУМ.

Вначале йогину может показаться трудной визуализация двух последних слогов, поскольку сразу после концентрации на первых трех велика тенденция к засыпанию; но посредством регулярной практики он постепенно добьется этого. Тому, кто не в состоянии оставаться осознующим в бессознательном состоянии сна, будет трудно упорно практиковаться в дневное время с целью обретения большей силы Самадхи. А обретение большей силы Самадхи, в свою очередь, дает возможность оставаться осознующим в бессознательном состоянии и в какой-то степени увидеть Свет...

В некоторых указаниях по этой Йоге говорится, что если человек все равно не может распознать Свет, то он должен отказаться от сна на три дня и три ночи, а затем попробовать еще раз...

Тот, кто способен раскрыть по очереди Четыре Света или Пустоты, т.е. Свет Открытия, Роста, Достижения и Исконный Свет, может устранить как грубые, так и тонкие Самсарические мысли и выйти за пределы дуалистического ума. И тогда он лицом к лицу увидит Истинный Свет Сна, прозрачный и ясный, как безоблачное небо. Это высшее переживание, или Совершенный Свет. Вторым после него является то, что мы можем назвать «средним» переживанием, или «меньшим» Светом, при котором, хотя йогин и не может распознать по очереди Четыре Пустоты или устранить все Самсарические проявления, он может преодолеть сильную сонливость и четко различить прозрачную Просветляющую Пустотность. Далее идет «низшее» переживание, при котором йогин не может распознать ни «совершенный», ни «меньший» Свет, но достигает ясного и прозрачного ума в состоянии сна до появления сновидений... Это называется переживанием «соответственного Света».

Если во время практики, выполненной днем, йогин достигает стабильного Самадхи, эта сила сохраняется в течение как дня, так и ночи, включая состояния сна и сновидения. В этом случае йогин не будет [как правило] видеть снов, а если будет, он сможет сразу же их распознать. Но некоторые Гуру говорят, что это есть не Свет Сна, а лишь переживание Самадхи в состоянии сна. Это, возможно, так, но если йогин сможет практиковать таким образом, он реально повысит свои шансы на обретение способности распознавать Свет и скоро сможет увидеть «меньший» Свет.

Хотя существует много методов удержания Света, вышеизложенных указаний достаточно для данной цели; йогин же может следовать тому определенному методу, который действительно помогает ему...

Комментарии к Четырем Пустотам.

Четыре Пустоты, Четыре Света, или Четыре Блаженства, составляют ядро переживания Йоги Света. Они достигаются путем собирания пран в Центральном Канале во время дневной практики в состоянии бодрствования. Тот, кто в состоянии сделать это, должен концентрироваться главным образом на Четвертой Пустоте, или Исконном Свете. Метод распознавания этих Четырех Пустот состоит в следующем.

Во время ночной практики Йоги Света йогину нужно вначале сконцентрироваться на слоге А одного из лепестков лотоса в Сердечном Центре. Посредством этой практики праны Пяти Элементов соберутся в Центральном Канале и по очереди начнут появляться знаки дыма, миража, света светлячка и т.д. Когда йогин почувствует сонливость, он должен сконцентрироваться на НУ, и при этом будет собрано еще больше пран, грубые дуалистические мыс-

ли растворятся, и появится Изначальная Пустота, или Свет Открытия. При этом у йогина возникнет ощущение, будто он видит яркий лунный свет в безоблачном небе. Когда сонливость усилится, йогин должен сконцентрироваться на слоге ТА, при этом будет собрано еще больше пран, все тонкие дуалистические мысли растворятся — и появится Вторая, или Предельная, Пустота, еще именуемая Светом Роста, теперь у йогина возникнут ощущения, будто он видит солнечный свет в безоблачном небе. При очень сильной сонливости он должен сконцентрироваться на слоге РА, при этом будут собраны все праны, большинство самых тонких дуалистических мыслей растворится, и появится Третья, или Великая, Пустота, именуемая еще Светом Достижения, теперь у йогина возникнет ощущение, что он видит тьму, окутывающую собой все на глубоком безоблачном небесном своде. И, наконец, когда йогин засыпает [или входит в бессознательное состояние], удерживая концентрацию на слоге ХУМ, все праны Достижения и все самые тонкие дуалистические мысли растворяются, появляется Четвертая, или Тотальная, Пустота, еще именуемая Исконным Светом; и у йогина появляется ощущение, что он видит небесный свод на рассвете, при этом все Три «Примеси» солнца, луны и сумерек покинут его... Это Четыре Пустоты или Света Сна, которые йогин должен распознать и практиковать.

Вначале йогин может не распознать все эти Четыре Пустоты, но путем регулярной и настойчивой практики он, в конце концов, добьется этого. Те, кто еще не достиг мастерства в «удержании» Четырех Пустот, должны практиковать Йогу во время неглубокого сна; те же, кто достиг его, должны выполнять практику в период глубокого сна. Тот, кто еще не обладает умением «удерживать» Свет обычным путем, не сможет сделать этого и обратным процессом, т.е. начиная с Исконного Света, удерживать сначала Третий, Второй, а затем Изначальный Свет. Поэтому обычный процесс составляет основу и очень важен.

Если йогин вынужден выйти из Самадхи Света путем возбуждения праны, он должен сконцентрироваться на ХУМ в Сердечной Чакре, с тем чтобы восстановить устойчивость Самадхи. Если это не помогает, ему следует попытаться медитировать на «меньшем» Свете. Если он вынужден выйти из «меньшего» Света, ему следует попытаться выполнить практику Иллюзорного Тела Сновидения. Но чтобы сделать это должным образом, он должен уметь собирать праны в Центральном Канале и добиваться раскрытия Четырех Пустот во время дневной практики. Только когда йогин достигнет этой стадии, он сможет полностью удерживать Свет и ночью. Менее продвинутые йоги могут распознать Первый или Второй Свет, но добиться этого с Третьим и Исконным Светом будет для них чрезвычайно сложно.

Если перед тем, как лечь спать, йогин вызывает в себе очень сильное желание удержать Свет и при этом концентрируется в Сердечном Центре на слоге ХУМ, который излучает яркий свет, заполняющий все тело, ему, скорее всего, удастся увидеть «меньший» Свет. В состоянии неглубокого, некрепкого сна без сновидений он увидит природу Ума как проявляющуюся и в то же время пустую — абсолютно прозрачную. Сознание его будет ясно, как будто он находится в состоянии бодрствования. И, тем не менее, он не сможет устранить отвлекающие мысли. Иногда вместе со снами может возникать также и его просветляющее Осознание. Если это случается, следует продолжать концентрироваться на ХУМ и попытаться удержать просветляющее

Осознание, с тем чтобы добиться стабилизации Света. Тот, кто не в состоянии распознать Свет во время глубокого сна, не должен отчаиваться, ему следует попытаться снова достичь осознания — и постепенно ему удастся это. Если из-за возбуждения праны возникнут какие-то сны, необходимо отождествить эти видения с Покровителем Буддой и Его Мандалой, а затем попытаться еще раз растворить их в великой Пустоте...

Следует знать, что «меньший» Свет не является истинным Светом Сна. Истинный Свет Сна — это Четвертый, или Исконный, Свет, свободный от всех отвлечений и дуалистических мыслей, в то время как первый является лишь поверхностным Светом, смешанным с дуалистическими мыслями и отвлечениями. Но если йогин сможет стабилизировать и укрепить этот «меньший» Свет, он, в конце концов, добьется успеха в удержании Исконного Света. В настоящее время многие йоги в Тибете могут достигать лишь состояния удержания «соответствующего» Света; даже те, кто способен хорошо выполнять практику, могут удерживать лишь «меньший» Свет. Поэтому чрезвычайно важно знать эту разницу...

Комментарии к Трем Основным Светам

Свет, согласно учению Тантры, можно классифицировать на следующие три группы:

- (1) Свет Начала;
- (2) Свет Пути;
- (3) Свет Осуществления.

Свет Начала или Реальности — это Исконный Свет, существующий во все времена, независимо от того, осознается он или нет. Свет Сна и Свет Смерти относятся к этой группе.

Свет Пути — это прямое постижение Шуньяты, или Четырех Светов, или Пустот, которые раскрываются при вхождении пран в Центральный Канал. Его также можно назвать Мудростью Недвойственности, отражающей постижение Нерожденной Пустоты, которая превосходит дуализм субъекта и объекта...

Свет Осуществления — это постижение Конечного Света Двух-в-Одном, полное и совершенное Просветленное Состояние Будды. Свет Сна также можно разделить на различные группы. Свет, распознаваемый в глубоком сне без «встречи с объектом», именуется Светом Глубокого Сна; Свет, распознаваемый с грубыми и тонкими объектами, именуется «меньшим» Светом Сна и так далее.

Как уже указывалось при описании Йоги Сна, йогин должен определить, обладает ли он уверенностью и способностью для овладения Бардо. Он должен спросить самого себя: «Смогу ли я, когда наступит время, овладеть Светом Смерти, находясь на данном уровне Реализации?» Если йогин в состоянии овладеть Четырьмя Пустотами Сна, он может быть уверен, что во время смерти сумеет распознать Четыре Пустоты. Смерть для него является очень благоприятным этапом на Пути.

Таким образом, посредством практики этой Йоги Света будет достигнуто очищение Самсарических привязанностей и двойственного восприятия и будет постигнута Самопросветляющая Мудрость. С помощью Огня Мудрости Исконного Света можно уничтожить все нечистые мысли, соединить воедино

Свет Сына и Свет Матери и объять все и вся в великой тотальности Врожденного Света... И тогда йогин достигнет совершенства Дхармакайи и Рупакайи⁴¹ и до окончания Самсары сможет без малейших усилий помогать всем живым существам бесчисленным множеством путей.

5. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ БАРДО

Феномен смерти

Для того чтобы практиковать Йогу Бардо, следует вначале хорошо понять основные принципы Бардо. Информацию об этом можно найти в других источниках. Следует познакомиться по данной теме с тем, что представляют различные Сутры и Тантры.

Я лишь вкратце опишу феномен смерти:

(1)

Когда Скандха Формы⁴² начинает растворяться, человек ощущает слабость, вплоть до сильного истощения. Когда начинает растворяться элемент Земли, тело иссушается; когда растворяется орган зрения, человек не в состоянии двигать глазами или ясно видеть; когда же начинает растворяться элемент Мудрости Великого Зеркала⁴³, ум затуманивается и оупляется...

(2)

Когда начинает растворяться Скандха Чувства, человек ощущает вялость и онемение; когда растворяется элемент Воды, все секреты в теле прекращаются; когда растворяется орган слуха, человек перестает слышать; когда же рассеивается элемент Мудрости Равенства, человек перестает различать радость и страдание.

(3)

Когда начинает растворяться Скандха Восприятия, человек перестает видеть какие-либо внешние объекты; когда растворяется элемент Огня, пищеварение прекращается; когда процесс рассеивания начинает затрагивать нос, верхняя прана замедляется и становится неровной; когда растворяется обоняние, человек перестает различать запахи; когда же рассеивается элемент Мудрости Наблюдения, умирающий теряет способность узнавать родственников, стоящих вокруг него.

(4)

Когда растворяется Скандха Действия, человек не может делать ничего; когда растворяется элемент праны, Десять Пран возвращаются туда, откуда они пришли; когда растворяется орган вкуса, язык укорачивается и утолщается; когда этот процесс затрагивает чувство вкуса, человек перестает различать вкусы, когда растворяется элемент Мудрости Действия, человек не может ни действовать, ни изъяслять свою волю.

Согласно другим Писаниям, процесс смерти выглядит следующим образом:

(1)

Когда элемент Земли растворяется в Воде, внешним признаком этого является то, что человек теряет способность двигать своим телом, ощущая

при этом, что он теряет всякую опору и вот-вот потеряет сознание. Ему хочется закричать: «Пожалуйста, помогите мне встать!» Внутренним признаком этого этапа является то, что сознание становится подобно вихреобразным клубам дыма.

(2)

Когда Вода [элемент] растворяется в Огне, внешним признаком является прекращение всех видов секреций; внутренний признак — сознание проявляется в виде двигающихся миражей, и все тридцать три дуалистические мысли гнева⁴⁴ угасают.

(3)

Когда Огонь [элемент] растворяется в пране, внешним признаком является резкое снижение тепла тела, пальцы рук и ног немеют и холодеют; внутренний признак — сознание проявляется в виде тусклого огня свечения светлячка, и сорок дуалистических мыслей вожделения угасают.

(4)

Когда прана растворяется в сознании, внешним признаком этого является то, что вдохи умирающего становятся очень короткими, а выдохи — очень длинными. Внутренний признак — сознание проявляется в виде ясного и устойчивого света лампы, и все семь дуалистических мыслей неведения угасают.

Согласно Писаниям, эти признаки смерти могут появляться один за другим или все сразу, в зависимости от индивидуальных особенностей человека. Когда тонкие элементы растворятся, у умирающего будут следующие переживания:

(1)

Когда сознание растворится в Свете Открытия, он увидит свет, подобный лунному свету в безоблачном небе.

(2)

Когда Свет Открытия растворится в Свете Роста, он увидит полоску красно-голубого света, подобную утренней заре.

(3)

Когда Свет Роста растворится в Свете Достижения, он ощутит полную темноту и потеряет сознание.

(4)

Это бессознательное состояние вновь растворится в Свете и появится прозрачная, ясная Чистота, подобная безоблачному рассветному небу, без каких-либо даже легких «примесей» предыдущих трех состояний. Это есть истинный Свет Смерти, или Исконный Свет...

Когда различные элементы растворятся один за другим, элемент праны окончательно растворится в сознании в Сердечном Центре. Тогда произойдет нисхождение белой Тиг Ле в Головном Центре, подъем красной Тиг Ле в Пупочном Центре, и обе соединятся в Сердце. Когда красная и белая Тиг Ле полностью сольются, появится Свет Смерти. Каждое живое существо в Шести Локах [Мирах] видит Свет Смерти в конце каждой жизни, но, к сожалению, не может распознать и удержать его...

Появление Бардо

Затем, в обратном порядке, из Света Смерти начнут по очереди появляться Свет Достижения, Роста и Открытия. Когда дремавшая до сих пор прана начнет двигаться, появится Свет Достижения; и сразу же за ним последуют Свет Роста и Свет Открытия. Затем появятся восемьдесят дуалистических мыслей, и в результате возникнут все иллюзорные проявления Бардо...

Часто возникает вопрос: «Как выглядит тело и лицо пребывающего в Бардо?» Согласно братьям Асанга, они принимают форму будущего воплощения. Но другие утверждают, что они становятся похожими на тело и лицо прошлого воплощения. Однако, согласно Наставникам Преемственной Цепи, на начальных стадиях Бардо лицо и тело пребывающего в Бардо напоминают его лицо и тело в предыдущем воплощении, затем постепенно они меняются и на последних стадиях Бардо принимают вид предстоящей инкарнации. Эта теория не только разумна, но и согласуется с Писаниями. Многие Сутры ясно указывают на существование в состоянии Бардо «Тела Привычки», имеющего форму предыдущего воплощения. О том же говорится в великом «Комментарии к Калачакра Тантре». Этот момент будет более понятен нам, если в качестве примера мы возьмем сны. В них, благодаря привычным представлениям, мы не меняем ни лицо, ни тело. Точно так же привычные представления человека будут продолжать удерживать его форму в раннем Бардо, и только на последних стадиях, когда привычные представления предыдущей жизни рассеются, появится новая форма тела, идентичная с формой тела предстоящей инкарнации. Пребывающий в Бардо обладает всеми органами в полном составе, и он может беспрепятственно путешествовать куда угодно, кроме того места, где ему предстоит воплотиться вновь. Он обладает некоторыми самсарическими сверхспособностями, питается ароматами пищи и может видеть своих собратьев по пребыванию в Бардо.

Если пребывающему в Бардо предстоит родиться в мире несчастий и бедности, он будет видеть кромешную тьму или черную, дождливую ночь... Если он должен родиться в счастливом окружении, он видит белый свет, яркий, подобно луне...

В другом Писании сказано: «Те, кому суждено родиться в Аду, будут видеть все вещи окрашенными в черно-коричневые тона, подобно обугленному дереву; те, кому суждено родиться в мире Голодных Духов, будут видеть все в дымчатых тонах; те, кому суждены Небеса, будут видеть золотистый свет; те, кому предстоит родиться на Небесах Формы (Рупадхату), будут видеть белое..., и те, кто будет рожден на Небесах Без Формы (Арупадхату), не будут иметь переживания Бардо — сразу же после смерти они воплотятся на Небесах Без Формы.

... Однако указывается, что те живые существа на Небесах Без Формы, которым суждено родиться в низших мирах, будут вновь иметь переживание Бардо... Когда элемент Земли приходит в волнение, пребывающий в Бардо слышит громовые раскаты взрывов; когда в волнение приходит элемент Воды, он слышит шум бушующих волн океана; элемент Огня — шум горящего леса, элемент Ветра — завывание урагана...

Три Тлетворные Страсти — похоть, ненависть и неведение — приводят к тому, что у пребывающего в Бардо начинаются различного рода ужасающие видения в белых, красных и черных тонах — его привычные понятия, в осно-

ве которых лежит заблуждение, проецируются в виде страшных привидений и демонов, приближающихся к нему с намерением причинить зло.

Утверждается, что пребывающий в Бардо обладает следующими качествами:

- (1) Его тело не оказывает сопротивления и не отбрасывает тень; за долю секунды он может перемещаться на огромные расстояния.
- (2) Живые существа в других мирах не могут видеть его действия.
- (3) Он обладает ясновидением и телепатическими способностями.
- (4) Он не видит ни солнца, ни луны, ни звезд.
- (5) Он видит, как Исконный Дух⁴⁵ подробно записывает все его хорошие и дурные поступки, совершенные в прошлой жизни.
- (6) Хотя он видит пищу, он не может насладиться ею, если она не предложена либо не предназначена ему.

Несмотря на все вышеизложенные описания, трудно принять их как незыблемые и четко определенные принципы, поскольку Карма отдельных индивидуумов не бывает одинаковой, и проявления также бывают очень различны. Во многом состояние Бардо схоже с состоянием Сновидения, также неустойчиво и неопределенно.

Максимальная продолжительность существования в Бардо составляет семь дней, но если в течение этого времени пребывающий в Бардо не воплощается, он «умирает» или впадает в забытие, с тем чтобы немедленно родиться вновь во втором Бардо. Этот процесс может повторяться семь раз — в общей сложности сорок девять дней.

Пребывающий в Бардо начинает испытывать любовь к тому месту, где ему предстоит родиться, сразу же, как только он видит его. Тот, кто будет рожден во влаге или тепле, будет привлечен парами и запахами. Тот, кто будет рожден в форме червя или яйца, ощутит огромное вожделение и исполнится ненавистью к обоим своим родителям при виде их сексуального акта. Тот, кому предстоит родиться мужчиной, полюбит свою мать и возненавидит отца, и [женщина] наоборот. Как только это вожделение и ненависть возникнут, пребывающий в Бардо немедленно впадет в забытие и, не осознавая этого, родится в новом теле...

Тот, кто будет рожден в одном из небесных миров, увидит великолепные дворцы с ангелами как мужского, так и женского пола, и он ощутит желание по отношению к ним...

Тот, кому суждено родиться в мирах, где царит несчастье, будет иметь много ужасающих видений и всеми силами будет пытаться избежать их. Если он найдет убежище в пещере, яме или на дереве, он родится животным; если в железном доме — то родится в Аду...

Когда пребывающий в Бардо умирает, он также проходит через четыре стадии процесса растворения, т.е. угасания пран в Свете Открытия, Роста, Достижения и в Исконном Свете. Затем начинается обратный процесс — от Исконного Света к Достижению, Росту, Открытию, к восьмидесяти дуалистическим мыслям, к элементам праны, огня..., пока не завершится «укомплектование» механизма тела-ума.

Возможности Бардо

Во время наступления смерти, когда Свет Сына и Свет Матери сливаются воедино, все тонкие дуалистические мысли угасают. И тогда йогин, достигший полного мастерства как в Йоге Восхождения, так и в Йоге Завершения, может сразу же обрести совершенное Состояние Будды и все его преимущества. Тот, кто достиг средней степени мастерства, но способен практиковать высшую Махамудру днем и ночью, может также удерживать Свет Смерти, а затем, когда начнут появляться видения Бардо, использовать их с целью достижения Реализации...

Некоторые утверждают, что даже при небольшой подготовке и незначительных достижениях можно достичь реализации Дхармакайи в момент смерти, а Самбхогакайи и Нирманакайи — в состоянии Бардо. Но это утверждение безосновательно и противоречит тому, что сказано в Писаниях. Те, кто делает такие заявления, не осознают того факта, что удержать Свет, даже на короткое время, чрезвычайно трудно; а затем остаться незатронутым ужасающими и приводящими в замешательство видениями Бардо, используя их как средство совершенствования, — еще труднее. Это ясно демонстрирует тот факт, что даже нам, живым, чрезвычайно сложно достичь распознавания Света Сна и Сновидений здесь и сейчас. Даже если мы можем распознать Свет и Сновидения, мы не в состоянии прочно удерживать их, а также мы не можем достичь полного контроля над снами и трансформировать их по собственному желанию...

Но эта критика вышеизложенного утверждения не подразумевает отрицание того факта, что те, кто подготавливает себя и выполняет практику при жизни в теле, получают от этого большую пользу во время смерти и в Бардо. Все проявления этого мира являются фактически проявлением Бардо, во время как все виды Самсарического существования — формами существования Бардо.

Период между рождением и смертью можно назвать «Бардо Жизни и Смерти», период между засыпанием и пробуждением — «Бардо Сновидения», между смертью и новым рождением — собственно «Бардо». В этих трех Бардо следует выделить в качестве практики следующие виды Йоги: Йога Думо и Йога Иллюзорного Тела, Йога Света и Йога Сновидений, а также Йога Бардо и Йога Трансформации соответственно.

Как в состоянии сна, так и в состоянии бодрствования йогин должен размышлять о том, что все, что он видит, слышит, к чему прикасается и по отношению к чему действует — все это находится в состоянии Бардо. Следует знать, что регулярное и настойчивое выполнение этого указания является великолепной подготовкой для Бардо.

Многие Гуру заявляли: «Практикуя Йогу Бардо, нельзя ни на секунду забывать полученных инструкций, даже если за тобой гонятся семь разъярен-

ных тибетских собак. С приближением смерти следует предложить все свое имущество Трем Драгоценностям⁴⁶, оказывать щедрую помощь нуждающимся, отказаться от всех привязанностей, строго соблюдать Заповеди Самайи и искренне покаяться во всех проступках и грехах... Также нужно постараться получить повторную инициацию у своего Гуру или у Будды, с тем, чтобы восстановить Заповеди Самайи, если когда-либо они были нарушены. Следует искренне молиться своему Гуру и Покровителю Будде, прося о помощи в удержании Света Смерти и Иллюзорного Тела в Бардо, а также попросить своих духовных друзей напоминать обо всех необходимых указаниях, когда будешь на смертном одре».

Йогин, достигший наибольшего мастерства, должен во время смерти практиковать Йогу Растворения и сконцентрироваться на Самопросветляющей Сущности, с тем, чтобы соединить ее со Светом Смерти; затем из Света он должен попытаться вывести созданные Праной-Умом Совершенные Самбохакайю и Нирманакайю.

Те йоги, которые обрели высокое мастерство и достигли Четвертой Стадии Махамудры, могут с уверенностью соединить воедино Свет Матери и Свет Сына во время смерти. Тогда все связи Кармического тела, ума и проявлений будут уничтожены и могут быть достигнуты все преимущества Состояния Будды. Умы их обретут форму Дхармакайи, тела станут Телами Мудрости, а их Землей будет Земля Совершенства и Чистоты.

Те йоги, которые достигли среднего уровня мастерства, должны выполнять практику так же, как те, которые достигли высших ступеней Йоги. Если они добьются успеха в этом, они обойдут стадию Бардо и достигнут более высокой стадии на Пути — Бхуми. Если им это не удастся, они должны всем сердцем молиться о том, чтобы родиться в Чистой Земле Будды и следовать учению Йоги Трансформации...

Те йоги, которые находятся на низших ступенях мастерства, не способные удерживать ни Свет Смерти, ни Иллюзорное Тело, должны всеми силами пытаться развивать свою способность к осознанию и с непоколебимой верой и пониманием выполнять все указания, с тем чтобы должным образом принять вызов смерти и Бардо. Тот, кто не сможет воспользоваться благоприятной возможностью смерти и Бардо для достижения Освобождения, будет вынужден под воздействием Кармы еще раз принять рождение в Самсаре. Для того чтобы избежать этого, следует выполнить следующие наставления.

Когда пребывающий в Бардо окажется в месте, которое наиболее привлекательно для него, он должен визуализировать его в виде Мандалы Покровителя Будды. Когда он станет свидетелем сексуального акта между мужчиной и женщиной и в нем возникнет вожделение и ненависть, он должен войти в состояние осознания и подумать о том, что это Третья Инициация Будды-Отца и Будды-Матери. Он должен принять их переживания как переживания Блаженства-Пустоты и увидеть, что и вожделение, и ненависть иллюзорны и пустотны.

Таким образом, уделив особое внимание Шуньяте, он может навечно освободиться от Самсары. Если пребывающий в Бардо сможет успешно реализовать все это и избежать повторного рождения в первые семь дней, у него не будет трудностей с достижением этого и в течение следующих семи дней, и позднее. Он получит рождение в Чистой Земле Покровителя Будды и завер-

шит свои этапы на Пути. Если пребывающий в Бардо желает получить рождение в Чистой Земле Будды, он должен развивать в себе сильное желание перевоплотиться там. Это крайне важно. Затем ему следует применить указания по Йоге Трансформации — и через долю секунды он будет рожден в Чистой Земле...

Кратко суммировать преимущества, даваемые Йогой Бардо, можно следующим образом:

- 1) Реализации Дхармакайи можно достичь во время умирания;
- 2) Самбхогакайи — в Бардо;
- 3) Нирманакайи — во время нового воплощения.

Это также именуется Путем, который ведет к достижению Трикайи Будды.

6. НАСТАВЛЕНИЯ ПО ЙОГЕ ТРАНСФОРМАЦИИ

(Переноса сознания)

Йога Трансформации — это учение, предназначенное для перенесения сознания в Чистую Землю Будды или в более высокие сферы рождения. Для тех достигших мастерства йогов, которые могут удерживать Свет Смерти и Иллюзорное Тело Бардо, эта Йога не является необходимой. Но для тех, кто еще не достиг высших ступеней, она чрезвычайно важна. Тот, кто овладел Йогой Восхождения и в некоторой степени пранами и нади, а также идеей Махамудры, более всего подходит для практики этой Йоги. Остальные должны, по крайней мере, развивать в себе глубокую веру в это учение и закон Кармы, а также досконально понять значение и процесс этой практики. Также им необходимо достичь достаточного мастерства в удержании Дыхания Вазы в практике Йоги Думо, о которой речь шла выше.

Как практиковать Йогу Трансформации.

Визуализацию и упражнения Йоги Трансформации следует практиковать следующим образом.

В Теле Йидама [свое тело в виде Покровителя Будды] визуализировать Центральный Канал и восемь слогов ХУМ, каждый из которых закрывает один из восьми входов тела, с тем чтобы сознание не могло проникнуть наружу через эти Врата⁴⁷ ... Затем визуализировать Покровителя Будду, сидящего на небесах перед вами и над вами, а также слог ХУМ голубого цвета, излучающий пятицветный свет. Затем выполнить поддержку Дыхания Вазы и использовать эту силу для резкого и быстрого поднятия ХУМ по Центральному Каналу к Вратам Чистоты [крохотное отверстие в центре макушки головы], одновременно громко выкрикнув «ХИК!» для усиления мощи подъема. Теперь на секунду задержать ХУМ у Врат Чистоты, после чего мягко и тихо произнести «ГХА!», с тем, чтобы опустить его обратно в Сердечный Центр. Повторить семь раз, затем сделать перерыв и начать все заново. После нескольких повторений, семикратно выкрикнув «ХИК!», вывести [подобно выстрелу] ХУМ из тела и ввести его в Сердце Покровителя Будды на небесах. Затем мягко и тихо семь раз подряд повторить «ГХА!», одновременно возвращая ХУМ в свой Сердечный Центр. Тот, кто будет проделывать это четыре раза в день, через несколько дней сможет наблюдать у себя следующее. Макушка головы будет сильно чесаться и «гореть», а в ее центре образуется

выпуклость, из которой будет выделяться желтоватая жидкость... Следует знать, что эти симптомы являются верными признаками успешной практики. После этого Йогин должен прекратить выполнение этого упражнения, повторяя его лишь один-два раза в месяц, но он должен снова и снова давать клятву добиться рождения в Чистой Земле Будды, укрепляя всеми силами свою убежденность и стремление попасть туда.

Применение Йоги Трансформации

Когда появляются все признаки смерти и уже ничего нельзя сделать для продления жизни, следует применить Йогу Трансформации. Тот, кто делает это до того, как должен умереть, совершает великий грех и будет наказан за это... Техника этой Йоги во время наступления смерти такова же, как и описанная выше, за исключением того, что верхняя часть Центрального Канала и Врата Чистоты должны визуализироваться невероятно большими и не имеющими никаких препятствий. Теперь следует визуализировать ХУМ в Сердечном Центре и, собрав всю свою силу, выкрикнуть «ХИК!» В то же мгновение ХУМ устремляется из Центрального Канала через Врата Чистоты в Сердце Покровителя Будды на небесах перед йогиним и в долю секунды достигает его. Если в это мгновение вы почувствуете, что все становится очень темным, прана изливается наружу, а макушка головы очень чешется или болит — знайте, что это верный признак того, что вы готовы покинуть тело и очутиться в Чистой Земле Будды. Если такие признаки отсутствуют, опустите ХУМ обратно, отдохните и сделайте еще одну попытку. Когда эти признаки появятся, продолжайте выкрикивать «ХИК» от 21 до 25 раз — и вы, несомненно, получите рождение в Чистой Земле.

Друзья, родственники, люди, ухаживающие за умирающим, также должны в критическое время помочь ему, напоминая указания по Йоге Трансформации, укрепляя его убежденность и веру и молясь за него... Те, у кого не было возможности практиковать эту Йогу при жизни, могут попытаться выполнять следующее:

С приближением смерти молиться, совершать подношения, каяться, раскрывая все свои желания перед Буддами. Пробуждать Ум-Бодхи, отбросить все дурные мысли и отказаться от всех привязанностей. Лечь на правый бок лицом на запад, согнув колени и поместив левую ногу на правую. Правая рука находится под правой щекой, левая — на левой ноге. Затем, пробудив в себе сильное желание, получить рождение в Чистой Земле Будды, начать выполнять указания по Йоге Трансформации. Тот, кто не знаком с ними, должен получить наставления от того, кто сведущ в них. Если такого человека не удалось найти, следует просто сконцентрироваться на Сердце Покровителя Будды, стоящего перед вами и над вами в Небесах, и двадцать один раз выкрикнуть «ХИК», устремив, таким образом, свое сознание в сердце Будды...

Если кто-либо будет мягко растирать голову умирающего, повторяя при этом «сМанЛха» — одно из имен Будды, — явятся Восемь Бодхисаттв и сопроводят сознание умершего в Западный Рай Будды Амитабхи... Тот, кто увидит умирающее животное, должен повторять слово «Ратнакута» — еще одно имя Будды — и сознание этого животного получит рождение в более высоких сферах...

Тех, кто не может достичь реализации Света Смерти и Иллюзорного Тела Бардо, но кто обращается к Йоге Трансформации с тем, чтобы получить рож-

дение в более высоких мирах, можно разделить на три группы. Высокоодаренные йоги, которые воплощаются в Чистой Земле Будды, могут легко достичь там Конечного Просветления; йоги среднего уровня могут воплощаться в месте, где царствуют Дхарма и Ваджраяна, и, таким образом, через несколько жизней они также смогут достичь Состояния Будды; йоги низшего уровня могут посредством этой Йоги избежать великих страданий смерти и страха Бардо, а также воплотиться в счастливом месте, и в конечном итоге они тоже добьются Освобождения...

ЭПИЛОГ

Тот, кто практикует это глубокое учение Шести Йог, не должен никогда довольствоваться мелкими приятными переживаниями, обретаемыми в медитации. Он должен со старанием и прилежанием выполнять практику до конца жизни... Если ему не хватает решительности и настойчивости, ему необходимо медитировать на бренности жизни и страданиях Самсары... Если он эгоистичен и корыстен — на Сострадании, доброжелательности и Уме-Бодхи... Практикуя Шесть Йог, никогда нельзя отказываться от основной практики Дхармы, такой, как повторение молитвы «Обретение Убежища», медитаций на Сострадание и Уме-Бодхи, покаяния, простираний, подношений и так далее... Эта практика должна выполняться, по крайней мере, 1-2 раза в день. Что касается основных медитаций Шести Йог, их следует практиковать 4-6 раз в день — после пробуждения, выполняя Йоги Думо и Иллюзорного Тела, а во время сна — Йоги Света и Сновидений.

Тот, кто не овладел Йогой Думо, не может ни заставить прану войти, остаться и раствориться в Центральном Канале, ни добиться раскрытия Четырех Пустот или Четырех Блаженств, ни спроецировать Иллюзорное Тело из Света. И, как следствие этого, он не может практиковать Йогу Сновидений и Йогу Бардо должным образом... Поэтому Думо считается самой важной практикой Шести Йог.

Так что йогин должен отводить, по меньшей мере, от половины до трети своего времени практике Думо, даже если основное внимание он уделяет другим йогам. Время от времени он должен также практиковать Йоги Бардо и Трансформации, с тем чтобы не забыть их...

РАЗЛИЧНЫЕ СВЯЗИ ШЕСТИ ЙОГ

[Поскольку Тантризм основан на идее тождественности Самсары и Нирваны, сублимации страстей-желаний и раскрытии Исконной Трикайи], практика Шести Йог может, таким образом, быть «связана» или «соединена» с тремя страстями-желаниями и Трикайей Будды многочисленными путями. Практика Йоги Думо и Йоги Иллюзорного Тела в состоянии бодрствования может быть «связана» с элементом вождения, Йоги Света и Йоги Сновидений — с неведением, Йоги Бардо и Иллюзорного Тела [?] — с ненавистью.

Оказаться поглощенным Исконным Светом — это означает соединение с Дхармакайей, проецировать из Света Иллюзорное Тело, созданное Праной-

Умом — объединение с Самбхогакайей, растворить грубые элементы тела в Центральном Канале и преобразовать их в Мандалу — связь с Нирманакайей... Оказаться поглощенным Исконным Светом во время наступления смерти — означает соединение с Дхармакайей, проецировать Иллюзорное Тело в состоянии Бардо — объединение с Самбхогакайей, и воплощаться в различных местах и формах — связь с Нирманакайей.

И снова:

Сон соотносится с Дхармакайей, сновидение соответствует Самбхогакайе, а бодрствование — Нирманакайе...

Существует много других путей «соединения» или «связывания» Шести Йог с Трикайей и страстями-желаниями, но вышеизложенные данные вполне достаточны для того, чтобы проиллюстрировать общий принцип.

... Те, кто овладел обеими Йогами — Восхождения и Завершения, и кто стремится к достижению Совершенного Состояния Будды в этой жизни, должны практиковать «Тайное Действие». Однако в настоящее время в Тибете очень немного йогов, способных на это. Поэтому нет необходимости более подробно освещать эту тему здесь. Те, кто заинтересован в обретении знаний об этом, должны обратиться к другим источникам. Согласно Гуру, принадлежащим к Традиции, Передаваемой Шепотом, тот, кто практикует эти «Тайные Действия», должен не только в совершенстве овладеть Йогами Восхождения и Завершения, но также практиковать само «действие» в соответствии с Заповедями Хиняны и Махаяны. Ему не следует произносить никаких мирских речей, необходимо часто посещать кладбища, леса, отдаленные горы и другие пустынные места, для того чтобы практиковать Тантрические подношения и действия. Подобно раненому зверю, ум его свободен от какого бы то ни было интереса к этому миру; подобно льву, он бродит повсюду без всякого страха. Он действует подобно ветру в небесах и не дорожит этой жизнью. Его ум свободен от объектов, подобно Пустоте; действия его, свободные от двойственности, напоминают действия безумного...

ДОСТИЖЕНИЯ ШЕСТИ ЙОГ

Существует два вида достижений, которые можно надеяться обрести путем практики Шести Йог — мирские и трансцендентные. Первый вид включает в себя (А) Четыре Выполнения и (Б) Восемь Сиддх [достижений].

Мирские достижения

Четыре Выполнения:

- (1) Обретение способности предотвращать бедствия и несчастья для себя и других.
- (2) Обретение способности увеличивать достижения и удачу.
- (3) Способность притягивать желаемые вещи.
- (4) Способность преодолевать любое зло и любые препятствия.

Восемь Сиддх:

- (1) Обретение «таинственного меча», способного выполнять все желания.
- (2) Обретение «магических пилюль», обладающих чудодейственной силой исцеления.
- (3) Обретение «чудесного бальзама», наделяющего ясновидением.
- (4) Способность быстрого передвижения.
- (5) Обретение «магического эликсира», превращающего старость в молодость.

- (6) Способность общаться с богинями.
- (7) Способность прятать свое тело среди толпы.
- (8) Способность проходить через стены, камни и горы...

Эти мирские достижения могут быть обретены путем одной лишь практики Йоги Восхождения, но Трансцендентное, или Высшее, Достижение обретается только посредством совместной практики Йоги Восхождения и Йоги Завершения...

Трансцендентное Достижение

Сейчас мы вкратце рассмотрим различные стадии Трансцендентного Достижения. Существуют четыре стадии на этом Пути:

(1)

Тот, кто вступил на Путь и укрепился в практике и переживаниях обеих Йог, считается достигшим первой стадии — Стадии Подготовки Всего Необходимого.

(2)

О том, кто может проводить Прану-Ум в Центральной Канал и вызывать Четыре Нисходящие Блаженства» путем опускания чистого элемента Праны-Ума, имеет прямое переживание Блаженства-Пустоты, бесконечно увеличивает мирские достижения, связанные с праной и нади, о нем говорят, что он достиг второй стадии — Стадии Предвкушения.

(3)

Тот, кто может поднимать чистый элемент Тиг Ле через Центральный Канал, вызывать «Четыре Восходящих Блаженства», добиваться стабилизации Тиг Ле в Головном Центре, устранять по очереди все узлы, связывающие Центральный Канал..., расчищать все препятствия в Шести Чакрах и устранять одна за другой двадцать одну тысячу шестьсот кармических пран, считается достигшим третьей или четвертой стадий, которые включают в себя Стадии Начального Просветления и Дальнейшего Просветления, то есть с Первой [стадии] Бхуми до Двенадцатой.

(4)

Тот, кто может очищать самые тонкие праны, нади и бинду, трансформировать физическое тело в Радужное Тело, очищать тридцать две нади и восемьдесят дуалистических мыслей — добиваясь, таким образом, раскрытия тридцати двух чудесных признаков и восьмидесяти великолепных форм Тела Будды, — считается достигшим Совершенного Состояния Будды Тринадцатой Бхуми Ваджрадхары. Поскольку Его Прана-Ум имеет природу Мудрости, и поскольку слоги А и ХАМ⁴⁸ находятся в совершенном слиянии, Он достигает конечной Самбхогакайи Двух-в-Одном Состояния Будды. То в Нем, что выражает отсутствие дифференциации Сострадания и Пустоты, именуется Дхармакайей; то в Нем, что выражает бесконечное Блаженство и Славу, именуется Самбхогакайей, а то, что выражает бесконечные формы и действия, производимые на благо всех живых существ, именуется Нирманакайей. Идентичность, или единство, этих Тел называется Дхармадхату [Тотальностью]. С помощью этих Четырех Тел Он приведет в движение Колесо Дхармы, с тем чтобы дать освобождение всем живым существам до конца Сансары..

ПРИМЕЧАНИЯ

1. Трикайя: Три Тела Будды, т.е. Дхармакайя — Тело Реальности; Самбхогакайя — Тело Блаженства и Нирманакайя — Тело Трансформации. Дхармакайя представляет собой то, что изначально является нерожденным, трансцендентным, вне всяких признаков и неподвластно никакому описанию. Самбхогакайя — это божественное проявление Дхармакайи — Тело Величия и Славы, обнаруживаемое только в пределах Чистой Земли Будды. Нирманакайя — Тело Трансформации, воплощающееся в различных мирах во благо всех живых существ.

2. Ваджрадхара: согласно традиции Тибетского Тантризма, Будда Ваджрадхара считается первым Буддой, изложившим все Тантрические учения.

3. Три Йоги: скорее всего речь идет о Йогах, направленных на овладение контроля над телом, речью и умом.

4. Высшее Достижение: полное Просветление или Состояние Будды.

5. Гампопа: главный ученик Миларепы, великого ученого и йогина XII века, который занимался, в том числе, распространением учения Кагью в Тибете.

6. Думо (санскр.: Чандали): «мистический» огонь, или жар, образующийся в Пупочном Центре во время практики Йоги Тепла.

7. Бардо: промежуточное состояние между смертью и новым рождением. Согласно буддизму, это очень важное состояние, которое не только дает прекрасную возможность достижения Освобождения и Просветления, но и является собой как бы перекресток для пребывающего в нем. Его судьба во многом определяется Бардо. См. раздел по Йоге Бардо.

8. Суть Наставлений: можно перевести также как «Ключевые Наставления», которые содержит суть Тантрического учения, передаваемого от Гуру к ученику, обычно в очень простой, точной, но практической форме.

9. Шесть Йог: Йоги Тепла Думо, Иллюзорного Тела, Сновидений, Света, Бардо и Трансформации (Переноса Сознания).

10. Властелин Тайн: одно из имен Ваджрадхары; некоторые утверждают, что это одно из имен Ваджрапани.

11. Дакини (букв.: небесные путешественницы): Тантрические Богини, охраняющие Тантрическую Доктрину и служащие ей. Они не обязательно являются просветленными существами; существует много так называемых Земных Дакини, которые все еще связаны с Самсарой.

12. Две Йоги: В Ануттара Тантру («Высшая Тантра») входят две главные практики — Йога Восхождения и Йога Завершения. Первая Йога, название которой еще можно перевести как «Йога Развития или Сотворения», является подготовкой ко второй и главное внимание в ней уделяется практикам концентрации и визуализации. Она включает следующие этапы:

(1) Визуализация всех объектов и своего тела растворяющимися в великой Пустоте.

(2) Визуализация в Пустоте биджа-семени, трансформирующегося в тело практикующего, в образе Покровителя Будды.

(3) Визуализация Тела Покровителя Будды во всей его целостности, включая Три Основных Канала и Четыре Чакры.

(4) Визуализация Мандалы и отождествление всех проявлений с Состоянием Будды.

(5) Повторение мантры Покровителя Будды и применение особой визуализации для особых йогических целей.

(6) Визуализация всех объектов, включая Тело Покровителя Будды, растворяющимися в бидже Сердечной Чакры, а затем растворение биджи в великой Пустоте.

(7) Из Пустоты заново проецируются Покровитель Будда и Мандала.

В этой Йоге главное внимание уделяется визуализациям и основным видам йогической тренировки, с тем чтобы заложить прочный фундамент для практики Йоги Завершения. Но поскольку все это выполняется с сознательным усилием посредством «обыденного ума», этот процесс нельзя считать трансцендентным по природе; он предназначен лишь в качестве предварительной практики для подготовки к более высокому Йогам. Йога Завершения являет собой высшую практику Тантрической Йоги, главная цель которой — ввести кармические праны в Центральный Канал и трансформировать их в Свет Мудрости, достигнув, таким образом, реализации Дхармакайи. Затем йогин обучается тому, как произвести Самбхогакайю и Нирманакайю из Дхармакайи. В Йоге Завершения главными являются две Йоги — Тепла и Иллюзорного Тела, остальные — Йоги Света, Сновидения, Бардо и Трансформации — вспомогательные.

13. Шесть Элементов: земля, вода, огонь, воздух, пространство и сознание.

14. Алая-Сознание, или Сознание-«хранилище» — то, что сохраняет или «запасает» все воспоминания и привычки. Оно также именуется Фундаментальным Сознанием, Изначальным Сознанием, Сознанием Созревающей Кармы и так далее. Как Йогачара, так и Тантрический Буддизм особо подчеркивают важность и необходимость изучения этого Сознания. Когда йогин достигает Состояния Будды, оно трансформируется в так называемую «Мудрость Великого Зеркала».

15. Семь видов Сознания: Сознание видения, слышания, обоняния, осязания, вкуса, распознавания (ума) и привязанности-эго. Эти семь вместе с Алайей составляют восемь видов сознания.

16. Восемьдесят видов отвлекающих мыслей: Из-за того, что в настоящее время нет соответствующих тибетских справочных изданий, переводчику не удалось дать точное определение этим «восемьдесяти видам отвлекающих мыслей».

17. Открытое, Рост и Достижение. Это три стадии, на которых последовательно возникают Три Пустоты и одно за другим во время процесса «Растворения Праны-Ума» утихают восемьдесят дуальностей и Желаний-Страстей. Это может произойти перед сном, во время смерти и при вхождении праны в Центральный Канал. См. раздел по Йоге Света.

18. Основа, Путь и Достижение. Эти три термина часто используются в Тибетских Тантрических текстах. Основа подразумевает основополагающие принципы Тантрического Буддизма; Путь — это практика или путь действия, находящийся в полном согласии с принципами «Основы»; и Достижение, или «Плод» — это полная реализация принципов «Основы». Так, например, Основа Шести Йог покоится на убеждении, что исконная природа Будды, без

которой никакая практика не могла бы обеспечить достижение Трикайи Состояния Будды, находится в механизме тела-ума самого человека. Основа, таким образом, является причиной, семенем или потенциалом Трикайи во всех живых существах; Путь Шести Йог — это практика, разработанная в рамках этого основного принципа; и Достижение — это полная реализация Трикайи.

19. Демчог (санскр.: Самвара): важное тантрическое божество Матери Тантры.

20. Йога Восхождения: см. прим. 12.

21. Врата Чистоты (санскр.: Брахмарандра): скрытое «отверстие» на макушке головы. Это единственные Врата, или выход, через которые сознание человека может покидать тело и затем рождаться в Чистой Земле Будды.

22. Три Канала: Центральный, Правый и Левый Каналы. Это три главных мистических Канала, или нади, в теле. Все они расположены в центральной части тела, пролегая параллельно друг другу. Утверждается, что Правый Канал соотносится с солнечной системой, Левый — с лунной системой, а Центральный — с единством солнца и луны. Правый и Левый Каналы считаются Самсарическими, а Центральный — ведущим к Нирване. Отчетливая визуализация этих трех Каналов является одной из предпосылок к успешной практике Шести Йог.

23. Четыре Чакры (Т.Т.: рТса. хХхор. бШи.), или Четыре Центра, расположены в голове, горле, груди и пупке соответственно и связаны с Центральным Каналом. Головная Чакра также называется Центром Великого Блаженства; Горловая Чакра — Центром Наслаждения; Сердечная Чакра — Центром Дхармы и Пупочная Чакра — Центром Трансформации.

24. Тиг Ле означает «капля» или «точка», в тантрических текстах символизирует «эссенцию» жизненной энергии, а именно — мужскую сперму и женскую «кровь». В более широком смысле Тиг Ле обозначает все виды секретов в теле, особенно относящиеся к эндокринной системе. Тиг Ле также является эквивалентом Ума-Бодхи, когда этот термин используется в Тантрическом смысле.

25. Прана-Ум: см. Введение и прим. 2 к нему.

26. Закрывая пальцем левую ноздрю и вдыхая через правую, а затем, наоборот — закрывая правую и вдыхая через левую, можно скоро обнаружить, что через одну из ноздрей воздух протекает более свободно, чем через другую. Согласно «Тантрической физиологии», в пределах каждых двадцати четырех часов существует всего шесть периодов, в течение которых воздух проходит равномерно через обе ноздри. Утверждается, что это происходит благодаря чередованию «смены праны» в Пупочной Чакре. Принимая во внимание время и силу потоков воздуха через ноздри, йогин способен предсказать много важных событий, влияющих на него самого и на мир в целом. Это искусство подробно и полно излагается в книге Кармапы Рангджанг Дордже «Глубинное внутреннее значение» [в настоящее время перевода этой книги нет), а также в других источниках.

27. Биджа-слоги (означающее «семья») являют собой сущность или основные символы того или иного божества, Чакры, элемента и т.д. Считается, что путем работы с биджа-слогом можно пробудить тот элемент, который он представляет, или овладеть им.

28. Устойчивое Дыхание Вазы: мягкий тип Дыхания Вазы, основной чертой которого является постоянное, но мягкое давление на нижнюю часть брюшной полости.

29. Суть практики Махамудры ясно изложена в Части 1, особенно в тексте «Основы Практики Махамудры» Ламы Конг Ка, который фактически является ядром устных наставлений по Махамудре. Книга Драши Намджала «Всестороннее Исследование по Медитации Махамудры» представляет собой очень объемный и научный труд, который до сих пор не был переведен ни на один из европейских языков. Главная цель этой работы — изложение теоретической основы Махамудры в свете Праджняпарамиты.

30. Четыре Блаженства-Мудрости, или Четыре Мудрости Блаженства-Пустоты: в Буддизме Махаяны в целом часто фигурирует «Мудрость Пустоты», но «Мудрость Блаженства», похоже, имеет исключительно Тантрическое происхождение. В Шести Йогах «Четыре Пустоты» и «Четыре Блаженства» также, похоже, взаимозаменяемы.

31. Это так называемые «двадцать четыре места встречи» Дакини и йогов-тантристов в Индии.

32. Йидам: Покровитель Будда, выбираемый для ученика Гуру во время посвящения, которому ученик молится и на которого всецело полагается. В Йоге Восхождения йогин визуализирует свое тело в виде тела Покровителя Будды — который фактически является опорой йогина во всех его йогических практиках. Дакини означает «небесные странницы» — это Тантрические богини, играющие исключительно важную роль во всех Тантрических действиях. Хранители — это Тантрические боги или духи, которые охраняют Учение, направляют йогов и служат им.

33. Восемь Мирских Обретений, или Восемь Мирских Ветров: восемь «ветров» или влияний, раздувающих страсти, т.е. потери, обретения; позор, восхваление; осмеяние, похвала; печаль, радость.

34. Юм.: Мать Будда.

35. Майя: иллюзии или заблуждения. Доктрина Майи провозглашает, что все проявления, которые мы переживаем, иллюзорны, вводят в заблуждение и не имеют истинной сущности.

36. Мантра Ваджрасаттвы: известная и важная Мантра, состоящая из ста слогов. Ее главная функция — очищение от грехов и устранение всех духовных препятствий. Почти все тибетские Ламы читают эту Мантру в своих ежедневных молитвах.

37. Если нет опытного Гуру, йогин может обратиться с молитвой прямо к Будде и получить Посвящение от Будды через визуализацию и молитвы.

38. Если йогин-тантрист вступает в контакт не с теми людьми и вещами или посещает «нечистые» места, он подвергает себя опасности загрязнения, что является препятствием на его Пути.

39. Четыре Пустоты Сна: четыре последовательных процесса раскрытия Пустоты, происходящие непосредственно перед сном или после него. Это Изначальная Пустота, Предельная Пустота, Высшая Пустота и Исконная Пустота. Различия между этими четырьмя Пустотами состоят в степени их ясности или «основательности».

40. При растворении слога ХУМ последняя маленькая видимая точка, остающаяся в «процессе растворения» ХУМ после исчезновения Тиг Ле (Тхиг.

Ле.), известна как «Нада». «Нада» — это также самопорожденный мистический звук, образующийся без соприкосновения одного с другим.

41. Рупакайя: Тело Формы, относящееся и к Божественному Телу (Самбхогакайя), и к Телу Преображения (Нирманакайя) Состояния Будды.

42. Скандха Формы (букв.: Совокупность Формы), относится ко всей материи, объектам или к чему бы то ни было, состоящему из различных элементов. «Пять Скандх» — очень часто используемый в буддийской литературе термин, первоначально выражал идею, опровергающую абсолютное существование, неделимое эго, самосущность и т.д.

43. Мудрость Великого Зеркала: этот термин не следует принимать здесь буквально, поскольку нельзя сказать, что обычные живые существа обладают какой-либо из Пяти Мудростей Состояния Будды, описанных в этом разделе. Почему же употребляется это выражение? Согласно буддизму Йогачары, когда йогин достигает Состояния Будды, его пять Сознаний (Видения, Слышания, Обоняния, Вкуса, Осязания) становятся Мудростью Свершения или Деятельности; его ум, или Шестое Сознание, становится Мудростью Наблюдения; его Эго-Сознание, Седьмое — Мудростью Равенства; а его Восьмое, Алая-Сознание становится Мудростью Великого Зеркала.

44. Здесь опять же, не имея тибетских справочных изданий, переводчик затрудняется дать точное определение данным терминам.

45. Исконный Дух, или Исконный Призрак: фактически это проекция собственного сознания, преобразованная в форму духа, записывающего все добрые и дурные поступки человека и предоставляющего эти данные Богу Смерти (Яма).

46. Три Драгоценности: Будда, Дхарма и Сангха.

47. Восемь Врат: два уха, два глаза, нос, рот, анус и половой орган.

48. А является биджей Пупочного Центра, символизирующей позитивный элемент; ХАМ — биджей Головного Центра, символизирующее негативный элемент. Эти две биджи еще называются красной и белой Тиг Ле или Умом-Бодхи.

ГЛОССАРИЙ

Алай-Сознание — Сознание- «хранилище», где содержатся «семена» всех ментальных впечатлений. Оно поддерживает формирование привычек. Память и обучение являются возможными именно благодаря этому Сознанию. Алай является основой или «корнем» других видов Сознания и рассматривается некоторыми школами Махаяны как «Изначальное» или «Универсальное» Сознание.

Бардо — промежуточное состояние между смертью и новым рождением.

Биджа в значении «семя» — особый звук или слог, якобы являющий собой сущность божества, какого-либо принципа, Чакры и т.п.

Бинду (букв. «капля» или «точка») — В Тибетском Тантризме Бинду или Тиг Ле обычно относится к сущности витальной энергии тела, особенно мужского семени. В «Тантрической физиологии» Тиг Ле связывается с секреторной эндокринной системы.

Бодхи — относящееся к Будде, или то, что связано с Состоянием Будды.

Бодхисаттва — человек, стремящийся к достижению Просветления и спасению всех живых существ: человек, стремящийся к Состоянию Будды и совершающий альтруистические поступки, просветленное существо; последователь учения Махаяны. Дакини — богиня или божество женского рода в Тантризме. Думо — «мистический огонь», образующийся в Пупочном Центре посредством практики Йоги Тепла.

Дхарма — в Буддизме этот термин имеет три основных значения:

- 1) буддийская доктрина или учение;
- 2) объект, бытие или материя;
- 3) принципы или законы.

Дхармакайя — «Тело Истины» или «Реальное» Тело Будды, которое бесформенно, вездесуще, пустотно и всепроникающе.

Дхьяна — эквивалент Самадхи, которое, согласно буддийской доктрине, являет собой ряд состояний чистого сосредоточения.

Дэвы — боги, ангелы, небесные существа.

Йоги Восхождения и Завершения — две основные практики Йоги Тибетского Тантризма. Йога Восхождения — это «Йога Роста и Творения»; Йога Завершения — это «Йога Высшего Достижения». См. Введение.

Майя — доктрина, в основе которой лежит идея того, что все явления и переживания в проявленной вселенной лишены самосущности и являют собой иллюзию или магическую игру.

Мандала — означает «круг» или «центр». Мандала представляет собой геометрическую диаграмму, символизирующую мир Тантрических Будд. Это тот «центр» или царство, в котором обитают все Тантрические божества.

Махамудра (букв. «Великий Символ») — учение, ведущее к постижению Изначального Ума, или Дхармакайи: практические указания к медитации на Шуньяте (Пустоте).

Нади — «психические нервы», передающие витальную энергию; мистические «каналы» в теле йогина.

Нирвана — состояние конечного Освобождения.

Нирманакайя — Тело Трансформации Будды, воплощающееся в многочисленных формах в различных мирах.

Опыт и Реализация [осознание]. Опыт означает неполное и несовершенное, однако истинное мистическое переживание, которого йогин достигает посредством медитации; Реализация — это полное, ясное и совершенное мистическое переживание.

Парамиты — духовные действия Бодхисаттвы; альтруистические поступки на благо других, позволяющие человеку достичь состояния Совершенного Просветления.

Прана — этот термин имеет много значений, таких как «воздух», «дыхание», «энергия», «витальная сила» и т.д. В данном тексте он обычно означает либо 1) дыхание, либо 2) «воздух» или потоки энергии в теле.

Прана-Ум — согласно Тибетскому Тантризму, ум и прана являются двумя аспектами одной сущности — их никогда не следует рассматривать как две отдельные вещи. Ум — это то, что осознано, прана — это энергия действия, поддерживающая это осознание. Тот, кто овладевает умом, автоматически овладевает праной, и наоборот.

Самадхи — букв. означает «сложение», «соединение» или «сочетание», т.е. «чистое» состояние сосредоточения, в котором ум и наблюдаемый объект сливаются в одно целое.

Самбхогакайя — Божественное Тело Будды, Тело Блаженства, проявленное в Чистой Земле и видимое только просветленными Бодхисаттвами.

Сансара — доктрина перевоплощения; непрерывный круг рождения и смерти.

Тантры — священные Писания Тантризма.

Тиг Ле (Т.Т.: Тхиг. Ле.; санскр.: Бинду) — источник жизненности, физической энергии, т.е. семя, секреции эндокринной системы и т.д.

Трикайя — Три Тела Состояния Будды: Дхармакайя — Тело Истины; Самбхогакайя — Божественное Тело или Тело Блаженства; Нирманакайя — Тело Трансформации или Воплощенное Тело.

Ум-Бодхи (санскр.: Бодхичитта) — устремленность к Состоянию Будды, «мысль о Просветлении», постижение имманентной реальности, великое сострадание. Клятва служить на благо всех живых существ и помочь им достичь спасения. В Тантризме этот термин используется для обозначения Тиг Ле — семени и эндокринных секретов, и таким образом подразумевается его скрытая связь с Мудростью и Состраданием.

Центральный Канал — главный Канал, ведущий к Нирване и расположенный в центре «Тела Йогина». Все виды энергии и все мысли, относящиеся к Самсаре, должны быть преобразованы в трансцендентную Мудрость и Силу в этом канале.

Чакра — в тантрической физиологии психический центр, или центр соединения нади.

Шуньята — Пустота или Пустотность; доктрина, в основе которой лежит идея того, что все, имеющее место в мире явлений, лишено самосущности или субстанции, что все лишь кажется существующим, таковым не являясь; доктрина, отрицающая все представления, основанные на идее существования или несуществования, бытия или небытия.

СТОСЛОВАЯ МАНТРА ВАДЖРАСАТТВЫ



Читающего Сто Слогов не поражают недуги, муки,
 преждевременная гибель.
 Читающего Сто Слогов не окружают нищета, несчастья, горе,
 беды...
 Любой, кто к долголетию стремится,
 Пусть Сто Слогов непрестанно молвит...
 Те Сто Слогов читая постоянно,
 тупой дурак добудет разуменье,
 злодей узреет Бхагавана Будду,
 а горемыка — неизменное везенье,
 исчезнут и тоска и шаткость.
 Стосложная очистит худшего злодея,
 и в этой, и в грядущих жизнях
 ему быть Властелином Мироздания.
 И, наконец, в невозмутимости свободы,
 Читающий достигнет Состояния Будды.

**АУМ ВАДЖРАСАТТВА САМАЙА / МАНУ ПАЛАЙА / ВАДЖРА-
 САТТВА ТЕНО-ПА ТИШТА ДРИДХО МЕ БХАВА/ СУТО ШЬИА МЕ
 БХАВА / СУПО ШЬЕ МЕ БХАВА / АНУРАКТО МЕ БХАВА/ САРВА
 СИДДХИ МЕ ПРАЙАТСА / САРВА КАРМА СУЧО МЕ / ЧИТТАМ
 ШРИЙАМ КУРУ ХУМ / ХАХАХАХАХО БХАГАВАН / САРВА ТАТХА-
 ГАТА ВАДЖРА / МА МЕ МУНЧА / ВАДЖРА БХАВА МАХА САМАЙА
 САТТВА / АХ ХУМ ПХАТ!**

Мантра	Комментарий
От (А-У-М)	Три буквы, соответствующие Телу, Речи и Мысли Будды
VAJRASATVA SAMAYA MANU PALAYA	Буду соблюдать обет Ваджрасаттвы
VAJRASATVA TVE NO-PA TISHTHA	Да буду я защищен тобою Буду пребывать в состоянии Ваджрасаттвы
DRIDHO ME BHAVA	Пребуди со мной неизменно Буду тверд по природе
SUTOSHYOMEBHAVA	Благоволи ко мне Буду радостен по природе

SUPO SHYO ME BHAVA	Благостен будь ко мне Буду по природе распахнут
A NU RAKTO ME BHAVA	Благорасположен будь ко мне Буду любящим по природе
SARVASIDDHIMME PRAXATSTSHA	Даруй мне все сиддхи Да обрету все сиддхи
SARVA KARMA SUTSAME	Сделай добрыми все мои действия Да проясню до конца свою карму
TSITTAM SHRIYAM KURU	Сделай прекраснейшим мой ум Да осуществлю блеск мысли
HUM	Семенной слог, представляющий изначальное осознание
НАНАНАНАНО:	Проявлю Пять Мудростей
BHAGAVANA	Благословенный или Одаренный трансцендентный Разрушитель, Он разрушил все заблуждения ума и вышел за пределы этого мира
SARVATATHAGATA	Все Такошествующие
VAJRA MA ME MUNCHS	Не отрину ваджрность
A	Проявлю семя Ваджрной Мысли
VAJRIBHAVA	Существо ваджрной природы Буду ваджрным по природе
MAHA SAMAYA SATVA	Держатель великой клятвы
a:	Проявляет семя Ваджрной Речи, означает нерожденность всех дхарм
Hum	Символизирует блаженное состояние чистого сознания Ваджрасаттвы Согласно сочинению «Ваджрное Острие» смысл таков: «Что есть слог Hum? Разрушая возникающие страдания, убивает яд мантрой. Убив, разрушает узы Сансары. Именно такой слог Hum следует понимать как высший»
PHAT	Все клеши и внешние препятствия разрушаются этим звуком. Проясняя Мудрость Недвойственности Блаженства и шуньяты, разрушает противоречия. PHAT побеждает врагов, друзей и всех других

Читая мантру, не обязательно знать ее смысл, тем более что есть мантры, и их большинство, которые перевести невозможно. Поэтому мантры читают на их родном языке, на санскрите, священном языке Пробужденных. Тем не менее приведем вариант расшифровки данной мантры.

Во втором столбце дан комментарий трех лам и значение мантры из текста «Метод созерцания и чтения мантры Ваджрасаттвы, называемый «Лунный свет, очищающий жар грехов, несчастий, омрачений и падений». Ваджрасаттва (санскр.) — буквально «Алмазное, т.е. неразрушимое существо». Саттва — сущее, существо, живое «Сознание неуничтожимо».

Бхагаван сказал: Ваджрой зовут, поскольку нерушим; Саттвой — поскольку он объединяет три бытия, в силу такого обоснования его зовут Ваджрасаттвой. Он исполнен аромата великой мудрости, и поэтому его зовут Махасаттвой. Вследствие того, что он всегда держится своего обета, его зовут Самая-саттвой.

Ежедневно положено повторять стослоговую мантру не менее двадцати одного раза. Оптимальный ритм, реализующий парамиту усердие, это 100 раз в день.

Если ситуация неблагоприятна для созерцания, то рекомендуется повторять краткую мантру - OM VAJRASATVANUM (АУМ ВАДЖРАСАТТВА ХУМ), польза будет та же, что и от повторения стослоговой мантры.

Но Учителя всегда подчеркивают, что повторение мантры с созерцанием во много раз эффективнее, чем просто повторение мантры. Неспешное повторение мантры, ее «умное бормотание» может сопровождаться одним из трех видов представлений:

Нектар и свет, исходящий из Ваджрасаттвы на вашей макушке, входит в вас и падает на живые существа, которые вы поместили предварительно в своем сердце, и устраняет все ваши и их клеши. Клеши, как грязная вода, удаляются из пор и отверстий нижней части тела.

Когда все клеши удалены, вы представляете себя как чистейший сверкающий кристалл.

Нектар и свет удаляют клеши как пену и гной, выходящие изо рта, глаз и ушей. И снова вы становитесь подобными кристаллу.

Свет и нектар разрушают клеши подобно тому, как свет рассеивает тьму. «Грязная вода» не может просто так исчезнуть или испоганить некий «нижний» мир. Она, как и все, состоит из махабути, чье конечное превращение — Чистые махабути или Пять Мудростей и, наконец, Ясный Свет. Подобное «безотходное доусвоение» наших клеш осуществляют особые существа, для которых грязная вода клеш привычная пища, которую они могут «переварить» — поглощая осадочные махабути, они сразу превращают их в Свет.

Созерцание Ваджрасаттвы может структурироваться разными способами. В Комментарии мы рассмотрели его с позиции четырех сил и трех стадий. Если созерцать Ваджрасаттву ежедневно, то практику можно рассматривать как сменяющие друг друга четыре посвящения, последовательно реализующие Четыре Тела Будды. При этом на каждое посвящение надо произносить стослоговую мантру не менее семи раз.

Первое — это посвящение сосуда, очищает тело и укореняет семя Явленного Тела — нирманакайи. Нектар наполняет тело йогина, очищая от физических загрязнений, выходящих из нижней части тела.

Второе — тайное посвящение, очищающее речь и дарующее силу достижения Тела Блаженства — самбхогакайи. Свет и нектар постепенно наполняют вас и поднимаются вверх, изгоняя речевые загрязнения речи через верхние отверстия тела.

Третье — посвящение мудрости, избавляет от препятствий ума, зарождает потенцию Совершенного Тела Истины — дхармакайи. Нектар наполняет тело и уничтожает спутанность ума, расплавляя его как черное яйцо у сердца, преображая его в кристальный сосуд с семенем дхармакайи.

Четвертое — посвящение проповеди, очищает все клеши одновременно — и тела, и речи, и ума, зарождает возможность реализации Тело Собственной Природы — свабхавикаайя.

Хотя и пишется об этапах созерцания, в реальности созерцание происходит все сразу и по частям одновременно.

В конце созерцания Ваджрасаттва обращается к вам: «О сын Рода! Твои грехи-скверны и все нарушения обетов, очистив, удаляю!» Так сказав, (Он) входит в меня и мои три двери становятся нераздельными с Телом, Речью и Мыслью Ваджрасаттвы».

В этот момент происходит следующее. На сердце есть неуничтожимая особая, внепространственная и вневременная точка-бинду(тиб. thig-le), ей соответствует наиболее тонкая форма сознания — читта (тиб. sems) и наиболее тонкий вид энергии — ваю (тиб. dung). Они есть ваши внутренние тело, мысль и речь соответственно. Именно в них растворяется входящий в вас в конце созерцания Ваджрасаттва. Ощувив этот момент, надо как можно дольше продолжать в таком состоянии, не оставляя понимания, что все происходящее есть Шуньята.

* * *

Перевод текста, примечания и комментарий В.М.Монтлевича. Публикация подготовлена на основании устных наставлений Б.Д.Дандарона (1914-1974), аграмба-ламы Ц.Гатавона, ширетуя Иволгинского дацана Цыбена Цыбенова, ламы Дхарма Доди (1900-1993). Использованные переводы садхан Ваджрасаттвы, в разное время исполнили ученики Дандарона: О.Ф.Волкова, В.Н.Пупышев, А.М.Донец, В.М.Монтлевич.

Книги «Ритм Плюс» 2005 года

БОЦУЛА В.В. «Тайцзицюань - Путь к Великому Совершенству. Основы»

Дао — это вечный поток познания и единственная реальность в нашем изменчивом мире. Единственным условием на этом Пути является принятие зрелого решения достичь Великий Предел. Дао — не мифический образ древних созерцателей, это вполне реальное состояние гармонии ума, энергии и тела, которое можно обрести через практику традиционных учений Востока.

МОМОТ В.В. «Мистическое искусство ниндзя»

Ниндзюцу — окутанное покровом тайны, иногда вполне зловещей, искусство японских воинов-ниндзя — на самом деле теснейшим образом связано со многими эзотерическими учениями Тибета, Китая и Японии и представляет собой стройную систему духовного, психоэнергетического и физического развития личности. Эта система тайного знания и самораскрытия по значимости и масштабам во многом превосходит другие известные системы боевых искусств. Многие предложенные в книге упражнения по гармонизации и оздоровлению тела и развитию интуиции, предчувствия, телепатических способностей и т.д. просты и действенны.

МОМОТ В.В. «Традиционное оружие ниндзя. Вводный курс»

Эта книга — попытка системно изложить основы практического владения традиционным оружием ниндзя в той форме, в которой это искусство дошло до нас, и в тех пределах, которые возможно изложить без искажений на бумаге. При написании этой работы автор постарался избежать способа изложения материала «обо всем и ни о чем», когда авторы сами, возможно, этого не желая, не только не проясняют вопросы, на которые хотят ответить, но и ещё больше запутывают читателей. Автор искренне надеется, что эта книга поможет сделать новый шаг на пути к мастерству всем, кто стремится постичь искусство ниндзюцу во всей его полноте и многогранности.

ШЕРЕКИН П.П. «Кэйдзёдзюцу. Японская полицейская система палочного боя»

В книге раскрывается японская техника владения короткой палкой кэйдзёдзюцу, адаптированная к современным условиям. Отличительной особенностью является описание оригинальных боевых техник и комплексов, являющихся ноу-хау данной школы и основанных на базовых элементах ханбодзюцу, дзёдзюцу, иайдо, кендо. Книга предназначена для специалистов кобудо, инструкторов спецподразделений вооруженных сил и сил правопорядка, а также тренеров-преподавателей спортивных школ и охранных агентств.

ЧЭНЬ ЮЛЯН «Тайцзицюань стиль Чэнь»

Предлагаемая книга в полной мере освещает боевой аспект тайцзицюань школы Чэнь, а также содержит информацию об истории развития стиля, основных теоретических и психофизических постулатах этого боевого искусства.

Книги «Ритм Плюс» 2006 года

АЛИ-ГИРЕЙ «Кровь и небо шаманов. Часть 1. К истоку традиций»

Эта книга о шаманах разных народов мира, объективно представляющая положительные и отрицательные стороны шаманской культуры. В книге прослежены глубокие связи шаманства с процессом становления общечеловеческой цивилизации, начиная с древнейших корней. Представленная работа — своеобразная энциклопедия шаманства, написанная отчасти изнутри. Ее автор — представитель шаманской культуры. В книге рассмотрены факты и гипотезы, связанные с историей, этнографией, религиозными взглядами, мистической культурой, антропологией, палеопсихологией, архаичной медициной и магическими техниками отдельных народов мира, практиковавших разновидности шаманства и шаманизма.

КАПТЕН Ю.Л. «Основы медитации». Вводный практический курс

Книга кандидата биологических наук Ю. Л. Каптена посвящена древнему искусству медитации — одному из важнейших аспектов религиозной и мистической практики в истории человечества культуры. Изложено практической частью, более 25 упражнений, предшествует теоретический раздел, содержащий сравнительные исследования элементов медитативной практики в различных религиозных течениях, а также эзотерических концепций о сущности человека и его связи с Космосом. Все упражнения, приводимые по принципу от простого к сложному, снабжены подробным описанием и комментариями.

КАПТЕН Ю.Л. «Целительная ходьба и походка силь» . «Кармическое исцеление»

В этот сборник вошли две работы Ю.Л. Каптена, посвященные самоисцелению человека. «Целительная ходьба» — результат творческого подхода автора к системам цигун и йоги. В этих древних практиках автор нашел рациональное зерно для всех, уделяя большее внимание на динамический и дыхательный процессы, беря во внимание тот факт, что каждому из нас ежедневно приходится проходить пешком минимум несколько сот метров. Почему бы не сделать эти метры волшебным, омолаживающим лекарством для нашего организма? Вторая часть книги — «Кармическое исцеление», в увлекательной и общедоступной форме посвящена причинно-следственной связи между болезнью и здоровьем. Краеугольным камнем здоровья, по мнению автора, является очищение души — единственный путь для реального исцеления. А мантры и молитвы помогут тем, кто стремится к духовному Просветлению.

КИМ ЛИ КВАН «Хапкидо. Путь сосредоточения жизненной энергии»

Школа хапкидо, созданная в середине прошлого столетия мастером Чхве Енсолем, сочетает в себе жесткую ударную технику, приемы классической корейской «высокой ноги» и мягкое искусство айкидзюцу. В книге подробно описаны история, принципы, ударные, бросковые и болевые приемы, а также формы и методы тренировки.

МИЯМОТО МУСАСИ. Книга пяти колец / ДЖОН Ф. ГИЛБИ. Секреты боевых искусств мира.

Эта книга — новая редакция популярного в среде поклонников единоборств сборника, в который вошли два произведения, разделенных веками, но объединенных общей идеей поиска Истины на Пути воина: «Книга Пяти колец» Миямото Мусаси и «Секретные боевые искусства мира» Дж. Ф. Гилби. В новой редакции первая книга сборника — «Горин-но сё» — подверглась довольно значительным изменениям в тексте перевода, дополнена большим количеством впервые публикуемых иллюстраций, имеющих непосредственное отношение к автору — легендарному мастеру меча, искусному художнику и скульптору, мастеру чайной церемонии и величайшему воину — Миямото Мусаси. Также приводится духовное завещание мастера — «Одокудо».

В новую редакцию «Секретных боевых искусств мира» вошли несколько глав, не опубликованных в ранней версии сборника, а также заново отредактирован перевод текста. Язык книги стал более живым и ясным.

Книга предназначена всем, кто хочет усвоить философию боя, изучить стратегию и тактику и просто обогатить свою жизнь, став на Путь Воина, следуя заветам мастеров прошлого и настоящего.

ЦАЙ ПА. «Система методов недирективного подхода в психотерапии. Руководство по косвенной психотерапии»

Впервые в истории психотерапии создана комплексная система методов недирективной психотерапии, позволяющая эффективно проводить лечение больных с различными нозоформами. В монографии описаны механизмы взаимодействия терапевтических факторов гипноза, иглы и асаны. «Тройственный союз» системы методов функционирует на взаимомодулирующем системном пространстве энергетического информационного поля сознания и тела.

МОМОГ ВВ «Анатомия жизни и смерти. Жизненно важные точки на теле человека»

Новая книга В. Момота - это уникальный, не имеющий аналогов в мире единоборств, подробный атлас-справочник болевых точек на теле человека. В ней представлен материал по истории развития юсэйдзюцу, отрывки из уникальных древних трактатов, таблицы точек различных систем Китая и Японии, Теоретические сведения по анатомии и физиологии человека, способы поражения и реанимации.

Указано подробное анатомическое расположение 64 основных точек, направление и угол оптимального воздействия, последствия различных по силе и интенсивности методов удара или надавливания. В приложении приведены таблицы точек около 30 старинных школ японских боевых искусств из редкой книги «последнего ниндзя» Фудзиты Сэйко «Кэмпо гокуи Саккацухо мэйкай», испытавшего свои знания в годы Второй мировой войны, в том числе и на американских военнопленных, а также методы реанимации катсу по учебнику Ямады Ко, известнейшего специалиста дзюдо и дзюдзюцу, проводившего эксперименты на добровольцах в 60-е годы XX века.

МИЩЕНКО ВА, «Спортивные бальные танцы для начинающих»

Уникальное издание, не имеющее аналогов на территории СНГ. Авторы сделали настоящий переворот в обучении бальным танцам. 8 основных танцев стандартной и латиноамериканской программы (Самба, Румба, Ча-ча, Джайв, Вальс, Венский вальс, Квикстеп, Танго) расписаны в максимально доступной форме.

Книга написана как самоучитель, поэтому научиться танцевать основные фигуры может каждый даже без тренера. Книга стала настольной для всех, кто уже занимается танцами или только начал танцевать.

Самоучитель отличается лёгкостью изложения и простотой в обучении. В книге представлены схемы более 140 фигур, на CD 146 видеороликов.

С помощью этой книги и CD-диска Вы сможете получить начальный уровень подготовки, как по европейской, так и по латиноамериканской программе. Авторы проведут Вас за руку от первых неуверенных шагов по паркету до уровня, когда Вы сможете непринуждённо станцевать понравившийся Вам танец, а видеоматериал на CD-диске сделает Ваш процесс обучения более понятным, лёгким и приятным.

Книги «Ритм Плюс» 2007 года

АЛЕКСАНДЕР А.И. « Китайская астрология»

В этой книге представлены характеристики двенадцатилетнего цикла лунного китайского календаря в контексте пяти стихий.

Общий гороскоп содержит всестороннее психологическое описание каждого человеческого типа, соответствующего знакам китайского астрологического цикла. Кроме того, читатели смогут узнать о том, какое влияние на характер оказывает не только год, но и час рождения, а также о том, какую пищу лучше употреблять рожденным под определенным знаком, какие органы у них наиболее уязвимы, и многое другое.

Особое внимание уделено сочетаемости знаков, а также взаимовлияниям года рождения по китайскому календарю и месяцу рождения по зодиакальному солнечному календарю. Книга снабжена наглядными таблицами и иллюстрациями.

В данной работе использованы материалы из следующих изданий: «Нетрадиционная астрология» (М.: Присцельс) книги I и II, К. Обье «Астрологический китайский гороскоп», Гамул А В. «Звезды и судьбы», Ф. Сакоян и Л. Эккер «Большой учебник астрологии», а также «Китайская астрология» (Пекин, 1932).

АЛИ-ГИРЕЙ. «Кровь и небо шаманов. Часть 2. Открывая глубины»

«Открывая глубины» — вторая часть шеститомной монографии Али-Гирея «Кровь и Небо шаманов», посвященной многогранной шаманской культуре. В представленной книге продолжен обзор и анализ древнейших следов шаманских культов, показано влияние архаичного шаманского мифотворчества на эпическую и религиозную культуру отдельных регионов Древней Европы, античного

Средиземноморья и Западной Сибири, рассматриваются спорные гипотезы, исторические и археологические данные о предполагаемом существовании на севере Евразии легендарных духовных центров исчезнувших цивилизаций. Прослеживаются история и культурные пласты некогда мощного угро-финского и германско-скандинавского шаманизма.

ПЕМЕ КУНГА «Тибетская медицина»

Тысячи лет формировались духовные и целительские традиции Востока, мудрецы прошлого и настоящего смогли преумножить их, сохранить и передать нам, чтобы использовать этот опыт во благо всех живых существ. Тибетская медицина вобрала в себя все наилучшее, что только могла реализовать просветленная мысль Будд и Учителей Тибета в нашем человеческом измерении. Автор книги излагает свой многолетний опыт в практике лечения методом моксы, дает объяснения по пульсодиагностике и раскрывает базовые принципы теории тибетской медицины.

ПРИТЧИ (Ведические притчи. Буддийские притчи. Притчи дзэн-будизма. Притчи Индии. Суфийские притчи. Притчи Руми. Притчи о вере)

Духовное наследие Земли огромно. Оно включает в себя мифы, легенды и притчи, которые давно стали частью европейской культуры, минуя разногласия религий и философий. В собранных здесь притчах различных времен и народов прослеживаются пути развития духовной мысли человечества и осуществляется проникновение в глубинную суть вещей. Ибо, как сказал Мастер: «Политическую историю народов разделить можно, духовную — нет!»

МОМОТ В.В. «Разминка и растяжка в боевых искусствах»

Эта книга предназначена для тех читателей, кто хотел бы в максимально короткие сроки добиться реального увеличения гибкости и подвижности суставов, улучшить общее состояние организма, приобрести более высокую степень выносливости, точности и легкости выполняемых движений. Комплексы упражнений, описанные в книге, представляют собой древние, проверенные веками методы, использованные в Тогакурэ ю ниндзюцу для того, чтобы предельно расширить возможности человеческого тела, подготовить его к нагрузкам, связанным со специфической деятельностью средневековых ниндзя. Кроме того, в приложении представлены статические и динамические комплексы по развитию гибкости в каратэ, йоге, а также способы растяжки актеров китайской оперы (Сишюй Угун). Книга рассчитана на широкий круг читателей — как начинающих, так и опытных спортсменов.

МОМОТ В.В. «От ниндзюцу к нинпо: основы будзинкан тайдзюцу»

Книга посвящена технике рукопашного боя в стиле ниндзя. Однако техника составляет лишь часть материала, который может заинтересовать читателей в этой работе. В новой книге широко освещается вопрос ниндзюцу в контексте многочисленных ошибок и неточностей, допускаемых отечественными авторами, пишущими о ниндзюцу. Обращаем внимание читателей также на то, что 90% текстового и иллюстративного материала в этой книге никогда до этого времени не публиковалось на русском языке, за исключением нескольких страниц на сайте «Будзинкан Украина додзё» (www.ninpo.org.ua) и закрытой учебной программы для самостоятельного изучения, проводимого в рамках нашей организации.

МОМОТ В.В. «Тогакурэ ю нинпо тайдзюцу и бикендзюцу»

В книге представлена полная история школы, ярко иллюстрированная фотографиями из музея ниндзя «Тогакурэ ю нинпо сирёкан»; рассмотрена тактика и стратегия ниндзя Тогакурэ, а также способы её воплощения на практике: методы уходов и уклонов от ударов холодным оружием; использование ослепляющих смесей и ручных когтей; маскировка в траве и на деревьях; эффективная боевая техника без оружия и секретными видами оружия ниндзя: сюрикэн, сюко, ниндзя-то, мэцубуси и т.д.

Книга содержит более 1000 фотографий, терминологию на японском и русском языках, скрупулезное описание каждой техники из обширного арсенала ниндзя не только с точки зрения выполнения физических движений, но и в аспекте манипулирования сознанием противника.

Серия «Наследие ниндзя» является логическим продолжением темы, начатой в книге автора «От ниндзюу к нинпо: основы Будзинкан тайдзюу», и подробно рассматривает шесть традиционных стилей будо и нинпо, входящих в систему Будзинкан. Каждому стилю посвящена отдельная книга.

В серию вошли: 1.Гёкко рю косидзюу; 2.Кото рю копподзюу; 3.Синдэн Фудо рю дакэнтай дзюу; 4.Такаги ёсин рю дзютайдзюу; 6.Кукисиндэн рю дакэнтайдзюу и дзюттэдзюу (в 2-х тт.); 6.Тогакурэ рю нинпо тайдзюу и бикэндзюу.

ШЕРЕКИН П.П. «Нож в самозащите»

Новая книга П.П. Шерекина «Нож в самозащите» — это принципиально новый подход к технике ножевого боя. Известный специалист-практик, ветеран спецназа МВД мастер традиционных японских боевых искусств впервые делится своим, более чем тридцатилетним, опытом с читателями.

Авторская система «Феникс» — это искусство, которое не просто может спасти вам жизнь в опасной ситуации. Предложенные в книге приемы гуманны по своей природе. Они позволяют действовать строго в рамках необходимой обороны, но, в свою очередь, эффективны и действенны от начала и до конца.

ЮЙ КАН (перевод и комментарий) «Дао Дэ Цзин и годяньские списки «Ао-цзы»

В настоящем издании впервые публикуются в виде книги оригинальный семантико-поэтический перевод канонической версии даосского канона «Дао дэ цзин» (версия Ван Би) и дословный перевод древнейшей из его версий — так называемых годяньских списков «Лао-цзы» с параллелями из версии Ван Би.

Годяньские списки «Лао-цзы» издаются в переводе на русский язык впервые.

В приложения включён ряд авторских текстов переводчика: «Посвящение Дао», «Письма об у-вэе» и «Заповеди Мастера У».

ПЕМЕ КУНГА «Лечение огнем в тибетской медицине»

Целебная сила огня очевидна, и этим не могли не воспользоваться наши предки. Если для приготовления лекарств надо иметь, как минимум, огромное разнообразие сырья, технологии изготовления, методики приема и т.д., то огненная терапия выглядит намного проще. Но, несмотря на простоту, леченные огнем (теплом) являются очень эффективным методом терапии и, что очень важно, это самодостаточный метод, не требующий дополнительных условий.

Книги «Ритм Плюс» 2008 года

ЦЗЯН ЖУНЦЯО «Багуачжан» (перевод с китайского С.Березнюк)

Восточные единоборства, как и 10 - 15 лет назад, до сих пор популярны в широких кругах практикующих. Огромный личный вклад в развитие китайских боевых искусств на территории СНГ внёс Станислав Березнюк в качестве переводчика книг китайских авторов.

Эта книга открывает серию «Переводы С.Березнюка», в которую войдут переводы трудов по восточным единоборствам с китайского и английского языков. Книга Цзяна Жунцяо «Багуачжан» дополнена в приложениях комментариями и пояснениями С. Березнюка, а также его переводами статей ведущих китайских практикующих багуачжан.

КАПТЕН Ю.Л. «Основы медитации - 2. Развитие внутреннего опыта»

Новая книга Ю. Л. Каптена — продолжение известного бестселлера «Основы медитации: вводный практический курс». Теория и практика медитации здесь освещаются на значительно более глубоком уровне, поэтому данная работа имеет самостоятельное значение и рекомендуется всем, кто хочет развить и усовершенствовать свои занятия медитацией. Возможности духовной эволюции человека, раскрытые автором в сжатой форме, позволяют ответить на многие волнующие вопросы и устранить немало проблем в понимании целей и задач духовной практики.

МОМОТ В. В. «Гёкко рю косидзюцу»

Книга посвящена древнейшему документально подтвержденному стилю будзюцу и ниндзюцу местности Ига, имеющему более чем тысячелетнюю историю, который послужил основой для других видов и стилей боевых искусств вообще и нескольких стилей ниндзя тайдзюцу в частности (Ига рю, Хакуун рю, Тогакурэ рю, Кото рю, Гикан Рю, Гёкусин рю и др.).

Сегодня Гёкко рю косидзюцу — это основа обучения в Будзинкан додзё. В новой книге впервые подробно рассматриваются все теоретические и практические стороны стиля: полная история и дэнкэй (линия передачи учения), принципы и теория, а также полный технический арсенал (мокуроку) стиля «Яшмового тигра» (Гёкко рю). Книга не имеет аналогов в мире по объему информации и иллюстративному материалу (более пятисот фотографий). Все имена, названия, философские принципы и термины в книге дублируются на русском и японском (кандзи) языках (более 1000 иероглифов). Книга предназначена для практикующих систему Будзинкан сокэ Хацуми Масааки, а также для всех, серьезно интересующихся традиционными японскими боевыми искусствами.

ПЕМЕ КУНГА «Точечный массаж в тибетской медицине»

Методы тибетского точечного массажа можно использовать не только в практической медицине, но и для самолечения. Уникальность тибетской медицины состоит в том, что это очень понятная и человеколюбивая система врачевания, основанная на духовных традициях тибетского буддизма и учения Бон. Любой желающий может освоить эту традицию и применять тибетскую медицину на благо людей и намного улучшить личное здоровье и качество жизни в целом. Книга рассчитана на широкий круг читателей, все методики, предложенные автором, адаптированы для регионов Украины и России и проверены на личном опыте.

САФРОНОВ А.Г. «Психопрактики в мистических традициях от архаики до современности»

В книге произведено комплексное, ретроспективное исследование феномена психопрактик: их целей, методов, философских обоснований, эволюции и взаимодействия с другими формами духовной жизни. В работе впервые рассмотрены различия в религиозных, оккультных и эзотерических психопрактиках. Показано, что психопрактики являются неотъемлемым культурным феноменом, присущим человечеству на всех этапах его развития. Особое внимание уделено психопрактикам, представленным в современном мире. В работе рассмотрены такие вопросы, как место измененных состояний сознания в культуре и религии, роль религии в формировании и поддержании социотипа, культурное значение эзотерических психопрактик. Выявлены философские и религиозные корни современной психотерапии, а также протекающие в ней религиозные процессы.

Книга может быть интересна как для теоретиков — специалистов-культурологов, религиоведов, психологов, так и для практиков в соответствующей сфере, а также для всех, кто интересуется эзотерикой и нетрадиционной психологией.

У ТУНАНЬ «Тайцзицюань. Научно изложенное национальное боевое искусство»

У Туаня иногда называют «Мафусайлом китайских боевых искусств», так как этот мастер прожил более ста лет. Монгол по национальности, он родился в конце XIX века в семье потомственных военных, благодаря связям родителей при императорском дворе получил военное, гражданское и медицинское образование у лучших учителей того времени. После буржуазно-демократической революции он занимался как преподаванием гуманитарных предметов в школах и вузах, так и практикой боевых искусств. Эта книга была издана в 1928 году и объединила классические знания о тайцзицюань и новые для того времени подходы к их преподаванию.

Эта книга фактически была самым первым учебником тайцзицюань, предназначенным для широкой публики, и во многом определила направления изучения и преподавания тайцзицюань на весь грядущий XX век. Приложение содержит большое количество материалов о развитии стиля с момента выхода этой книги и до наших дней.

ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА «РИТМ-ПЛЮС»

www.ritmplus.com



Наши книги можно заказать:

г. Харьков

тел. + 38 (063) 59-777-99;

e-mail: sport-press@rambler.ru

г. Киев

тел. (044) 242-61-56; e-mail: servic57@i.com.ua

г. Донецк

тел. (062) 345-63-08; e-mail: moiseenko@skif.net

«Книга – почтой» г. Харьков

тел. + 38 (063) 59-777-99; e-mail: post@ritmplus.com

Приглашаем к сотрудничеству авторов, литературных агентов, оптовых и мелкооптовых покупателей.

тел. + 38 (063) 59-777-99;

e-mail: sport-press@rambler.ru; www.ritmplus.com

Видання для дозвілля

Яснобачення

(збірник)

Укладач: Мирянин В.Д.

Оригінал-макет: Юрова В.Ю.

Відповідальний за випуск: Коваленко О.В.

У цей збірник увійшли твори: «Яснобачення», «Як розвивають яснобачення», «Труднощі в яснобаченні» Ч. Ледбітера, «Відкриття третього ока» Б. Сахарова, «Вчення тибетської йоги» Гарма Ч. Чанга й текст «Стослоговой мантри Ваджрасаттви».

Інтерес читачів до даної теми зовсім не випадковий. Кожен, «хто намагається на шляху», зіштовхується з феноменом яснобачення в том або іншому випадку. У когось це викликає страх, а хтось робить передчасні висновки про випадково побачення, не підозрюючи що у світі ілюзії немає нічого справжнього.

Ця книга, до деякої міри, допоможе розібратися читачам у даній темі. Методики, вправи та різні ради, наведені в цих роботах, не втратили свого значення й у наші дні.

Підписано до друку 05.03.06. Формат 60x84 1/16
Папір южнжово-журнальний. Гарнітура «Newton»,
друк офсет. Ум. друк. арк. 12,78

Доп. наклад 500 пр. Замовлення №17/05
Издательство «СИМ», Харків, пер. Лопанський, За.
Надруковано у друкарні ООО Фірма «СІМ»,
61012, Харків, пров. Лопанський, За.

В эту книгу включены работы Чарльза Ледбитера, Бориса Сахарова и Гармы Ч. Чанга, в которых освещены процессы развития способности ясновидения у человека. Работы, представленные в данном сборнике, не потеряли своего значения за давностью, так как в них представлены действительные методики, практики, советы и упражнения по развитию ясновидения.

Для широкого круга читателей.



ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА РИТМ ПЛЮС
www.ritmplus.com
e-mail: post@ritmplus.com

ISBN 966-8549-19-9



9 789668 1549199