



Ева Руди Янсен



ПОЮЩИЕ ЧАШИ

*Практическое руководство
по применению*



*Посвящается Амиабха
Властелину Медитации и Интуиции*

ПОЮЩИЕ ЧАШИ

ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО ПО ПРИМЕНЕНИЮ

Ева Руди Янсен



Москва — Санкт-Петербург
«ДИЛЯ»

ББК 53.55

P 83

SINGING BOWLS

A PRACTICAL HANDBOOK OF INSTRUCTION AND USE

by Eva Rudi Jansen

E-mail: info@binkeykok.com

www.binkeykok.com

Все права защищены

*Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена
в какой бы то ни было форме без письменного разрешения
правообладателей.*

*Данная книга не является учебником по медицине, все рекомендации,
приведенные в ней, следует использовать только после согласования
с лечащим врачом.*

Руди Янсен Е.

P83 Поющие чаши. Практическое руководство по применению/ Пер. с англ. — СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2009. — 96 с.

ISBN 978-5-88503-321-3

Часто люди полагают, что физическое и духовное воздействие поющих чаш — это дело внушения, или что нужно, в некотором роде, «поверить» в них, чтобы испытать их влияние, однако при этом никто не скажет, что вы должны поверить в музыку, чтобы услышать ее. Звук — это физическое явление, и восприятие звука происходит согласно принципам, объяснимым физическими и биологическими понятиями.

Приводится информация о применении звука во время медитации, лечения, об особенностях и предназначении звенящих блюдец, тибетских колокольчиков и дордже.

© Binkey Kok Publications BV, Havelte,
Holland, 1992, fourteenth printing 2004

© Перевод «Издательство «ДИЛЯ», 2005

© «ДИЛЯ», 2009

ISBN 978-5-88503-321-3

Содержание

Введение	7
Часть 1. Знакомство	13
Встреча Востока и Запада	14
Мастера звука	18
Пояснения	25
Часть 2. История	27
Происхождение вещей	28
Звонящие камни и чаши-фонтаны	32
Поющие чаши, потиры, посуда... ..	35
Часть 3. Действие поющих чаш	41
Внешние характеристики	42
Звук есть форма	45
Природная гармония	47
Синхронизация и внутренний массаж	50
Шаманизм и мозговые волны	52
Часть 4. Практика	55
Индивидуальный звук всегда уникален	56
Способ выбора	59
Инструменты	63
Указатели в волшебной стране	67
Открытое сердце и открытый разум	74
Терапевтическое применение	75
Часть 5. Звонящие блюда, колокола и дордже	77
Звонящие блюда	78
Колокола и дордже	84
Заключение	93

Введение

Путешествие длиною в тысячи миль
начинается с одного шага.

Лао Цзы
(Дао Де Цзин)



Большая металлическая чаша увесисто лежит в моей руке. Я тихо ударяю по ее краю войлочным молотком. Гудящий поющий звук окутывает меня. Глубокие пульсирующие полутона постепенно переходят в волнообразные обертоны. Я ударяю по чаше снова и снова. Чем больше ударов я делаю, тем больше наполняется звуком комната, в которой я сижу. Звук умиротворяет меня, постепенно я теряю чувство времени и места. Я живу в звуке, и звук живет во мне.

Звук поющей чаши воздействует подобным образом на большое число людей, и число их растет. Феномен «поющих чаш» (или, как их еще иногда называют «тибетских колоколов») становится все более широко известен. Увеличивается количество людей, знакомящихся с удивительным поющим звуком этих чаш на концертах и при прослушивании кассет и пластинок, которые уже начали выпускать. Многие идут дальше, проявляя свой интерес, приобретают чаши сами.

Вместе с растущей известностью поющих чаш появляется тайна зарождения их звучания и его истинного предназначения. Те немногие специалисты, которые хорошо знакомы с тибетскими поющими чашами, имеют различные мнения по этому вопросу. Они работают с чашами многие годы, путешествуют по Гималаям, детально изу-

чают происхождение уникальных звуков. По некоторым вопросам им удастся достигнуть согласия, по другим их мнения полностью расходятся. Как же, в таком случае, может разгадать эту тайну не умудренный опытом любитель поющих чаш, очарованный их звуком и интересующийся его происхождением и применением?

После многих месяцев исследований и обсуждений с немногочисленными специалистами, которых мне удалось найти в Нидерландах, я пришла к окончательному выводу: каждый сам для себя должен найти ответы. Наиболее важным фактором здесь является и будет являться непосредственная работа со звуком. В этой книге я попытаюсь соединить воедино различные мнения о поющих чашах. Однако при этом невозможно избежать неразрешенных вопросов. Кроме того, я сделаю попытку более глубоко объяснить феномен звука — как его воздействие в общем, так и воздействие звука поющих чаш в частности. Часто люди полагают, что физическое и духовное воздействие поющих чаш — это дело внушения, или что вы должны, в некотором роде, «поверить» в них, чтобы испытать их влияние, однако при этом никто не скажет, что вы должны поверить в музыку, чтобы услышать ее. Звук — это физическое явление, и восприятие звука происходит согласно принципам, объяснимым физическими и биологическими понятиями. Это значит, что можно точно описать, как звук работает, почему происходит так, а не иначе, и как осуществляется воздействие звука. Эти законы природы и составляют ту загадку, которая за всем и стоит и которую каждая религия пытается объяснить по-своему. Поразительно, что различные объяснения часто основаны на схожих фундаментальных принципах, подкрепленных иногда последними научными открытиями. Тем



не менее, даже законы природы содержат в себе секретное ядро. Секреты хорошо себя охраняют и со временем открываются только тем людям, которые готовы найти свой собственный путь в лабиринте загадок и откровений. Указателями на этом пути будут служить собственный опыт и интуиция людей.

Я не утверждаю, что эта книга дает полную картину или что она является «конечной истиной». В лучшем случае, она представляет собой краткое изложение мнений, идей и явлений. Однако я очень надеюсь, что моя книга станет для читателя неким проводником, особенно та ее часть, которая рассказывает о практической стороне поиска поющей чаши лично для себя и близкого знакомства с ней.

Информация о применении звука во время медитации, лечения и молитвы дополнена главой об особенностях и предназначении звенящих тарелочек, тибетских колокольчиков и дордже.

Источники идей, утверждений и информации, использованные в книге, не всегда указаны в самом тексте. Это сделано не из-за отсутствия уважения, а для избежания большого количества отвлекающих подробностей и простоты прочтения текста. Однако я хочу высказать признательность и благодарность тем людям, которые предоставили наиболее важный материал. Каждый по-своему, они были моими учителями, и не только при написании этой книги, но и на всем пути моей жизни.

Йошка Соос, венгерский шаман, живущий в Антверпене, познакомил меня с поющими чашами десять лет



назад. С тех пор он не переставал учить меня. Он рассказал мне о шаманизме и шаманском применении звука и поющих чаш. Он — единственный человек из числа моих знакомых (по крайней мере, до первого издания данной книги), которого посвятили в некоторые секреты поющих чаш тибетские монахи. Позднее я познакомилась с господином Фунцог Вангьялом из лондонской организации «Tibet Foundation», который подтвердил все то, что я уже успела узнать о применении чаш в ритуальных медитациях и молитвах.

Впервые я встретила **Дриеса Лангевельда**, главного редактора журнала «BRES», когда приступила к написанию этой книги. Он оказался исключительно образованным учителем в этой сфере. Он поделился со мной своими обширными познаниями о происхождении, истории и применении поющих чаш, своими идеями о поющих чашах и научил некоторым особенным способам их применения.

Ханс де Бэк — звукотерапевт, мой друг и коллега в изучении звука и написании данной книги. Он передал мне свои знания и опыт о поющих чашах и звенящих блюдах.

Дэнни Бехер и **Луиза Борстлап** открыли институт звука и формы и в течение многих лет проводили исследования о связи между ними. Они позволили мне использовать их богатые знания о терапевтическом применении поющих чаш и удивительном мире вибраций.

Эрик Бруйин, писатель, исследователь Тибета, эксперт по буддизму, с энтузиазмом разрешил мне привести отрывок из его книги «Тантра, Йога и Медитация».

Издательская компания «Sirius and Siderius» щедро разрешила мне использовать удивительную историю о «Мастере звука», рассказанную исследователем Алек-



сандрой Дэвид-Нил в ее книге «Тибет, земля разбойников, жрецов и демонов».

Маргот Коол и **Коосье Ван дер Колк**, являющиеся членами центра по изучение тибетско-буддийских традиций и медитации в Институте Майтрейя (традиция Гелугпа), поделились важными данными о назначении и применении тибетских колоколов.

Лама Гаванг из тибетско-буддийского центра «Karma Deleg Chohpel Ling», традиция Кагбю, показал мне истинное значение ламаистского использования колоколов и дордже: таб-шераб.

И, наконец, **Бинки Кок**, поклонник поющих чаш, который привозит их из Тибета, зажег меня энтузиазмом и предоставил возможность поэкспериментировать в его сокровищнице, чтобы я сама могла применить на практике все то, что узнала от всех остальных.

Все мои учителя пришли к согласию по одному вопросу: вы всегда можете говорить о звуке, но в конечном итоге настоящий путь к его познанию — личный опыт взаимодействия с ним: сначала к самому звуку, а затем к его сущности, где, в центре лабиринта, предстоит открыть много-много миров, и вы сможете узнать их все, если научитесь различать звуки поющих чаш — слушайте внимательно!



Часть 1

Знакомство

Нет ничего в этом мире, что бы не говорило с нами.
Все и вся постоянно раскрывают свою природу,
характер и тайны. Чем больше мы раскрываем
наши внутренние чувства, тем больше можем
мы понимать голос всего.

Хозрат Инайят Хан
(Музыка и мистицизм)



Встреча Востока и Запада

Раньше путешествие за границу было привилегией, в основном, купцов, солдат, миссионеров, антропологов и богатых людей, ищущих приключений; приблизительно в таком порядке. Они возвращались домой с рассказами, окрашенными их собственными взглядами на мир. Таким образом, многие годы люди, живущие в иностранных землях, обычно описывались как «варвары, дикари, язычники», а их взгляды на жизнь, философия и религия часто получали такие ярлыки, как «суеверие», «идолопоклонничество», иногда даже «ребячество». Однако были путешественники, научившиеся уважать убеждения народов, которых встречали на своем пути. Некоторые из них, как например, француженка Александра Дэвид-Нил, принявшая буддизм, перенимали их убеждения как основополагающие принципы своих собственных жизней. Однако такие люди были скорее исключением, чем правилом.

В 1960-е годы произошли значительные изменения. Новая молодежная культура распространилась из Калифорнии по всему западному миру в виде движения хиппи, выступавшего за права молодежи, духовное развитие, мир на земле и новый образ жизни. С такими героями, как «Битлз», указывающими дорогу, люди начали обращать внимание на Восток и даже путешествовать туда. Они ездили на Восток не с сумками, полными денег, и не в поисках материального богатства, а в

поисках новых духовных ценностей, добираясь бесплатно на попутном транспорте.

Восток и Запад встретились в долинах Индии и горах Непала. На этот раз жители Востока стали учителями, а жители Запада — робкими любопытными учениками. Представители западной цивилизации осознали, что нашли не только новые способы мышления и новые духовные пути, но столкнулись с неизвестным миром звука. Возможно, что значимость и применение звука, обычные для Востока, были когда-то известны и на Западе, но они были либо полностью уничтожены во времена друидов в Европе или индейцев в Америке, либо в современное время были вытеснены жесткими правилами рационального мышления. Одним из «феноменов звука», открытым «духовными туристами» на юге Гималаев и постепенно появившимся в Европе и США, стали поющие чаши. Это были круглые металлические чаши различного размера, некоторые отполированные, другие матовые, золотого или иногда почти черного цвета. Они всегда издавали удивительные поющие звуки, когда по ним похлопывали, ударяли или натирали. Многие люди могли познакомиться с этими звуками так, как это описывает Бинки Кок:

«Я регулярно путешествовал на Дальний Восток в течение последних 20 лет. Около десяти или двенадцати лет назад я увидел бронзовую чашу, которую продавал тибетец, у которого я иногда покупал украшения. Я спросил его, что это за предмет. Он сказал, что это “поющая чаша”. Это было впервые, когда я услышал о них. Он постучал по чаше ногтем, и я услышал знакомый и в то же время абсолютно неведомый звук. Я загорелся и захотел такую чашу. Тибетец не был готов



продать свою чашу, но через день или два он раздобыл для меня другую. Он отказался рассказать, откуда она появилась. Как только ты начинаешь расспрашивать, тебе говорят, что чаши — это просто столовая посуда или домашняя утварь».

Этот случай, когда чашу продал кому-то тибетец, исключителен. Я никогда не слышала о ком-либо, встречавшем или купившем поющую чашу в Тибете. Это не означает, что они там не существуют. Тибетский торговец, продавший чашу, может лишь указывать на то, что поющие чаши также поступают и из Тибета. Если это именно так, то они могли появиться на Западе в результате китайского вторжения в Тибет в 1951 г. Изначально китайцы оставили лам и их монастыри в относительном покое. Но затем они начали систематически разрушать монастыри и тысячи тибетских монахов были убиты, а большая часть оставшихся в живых бежали из страны. Говорят, что более 90% тибетских монастырей и храмов сравняли с землей.

Очевидно, что монахи не могли многое унести с собой, когда спасались от китайцев, и позднее они пребывали в ужасной нищете и были вынуждены продавать часть своей собственности, которую смогли вынести из Тибета. Таким образом материальные ценности религиозной культуры лам появились на рыночных прилавках Непала и Северной Индии. Возможно, что чаши, известные сейчас на Западе как поющие, были среди этих ценностей. Вопрос о том, принадлежали ли эти чаши первоначально к поющим чашам, будет обсуждаться далее в этой книге. Опыт Йошки Сооса, кажется, доказывает, что эти чаши, в общем-то, подлинные. В начале 1980-х годов он посетил ламаистский монас-

тырь в Англии для лечения. Ламы, встретившие его, выслушали его, изучили его гороскоп и посоветовали приобщиться к звуку, если он хочет ускорить свое духовное развитие.

«Они провели меня в маленькую комнату, и там были чаши. Я слушал их. Затем они подарили мне несколько чаш. Мне не нужно было продолжать лечение. Я лишь должен был услышать свой путь, погружаясь в звуки. Я делал это очень внимательно, не принуждая себя к этому. Постепенно это пришло ко мне, вся вселенная открылась передо мною. Среди самих лам эти чаши используются только в тайных ритуалах и теми, кто является признанными мастерами звука. Они применяют поющие чаши тайно и только для себя, не открыто, и даже не для других монахов. Строго запрещено рассказывать о ритуалах или поющих чашах. Это связано с тем, что знание звука несет в себе великую силу. Оно позволяет путешествовать не двигаясь. Оно дает возможность входить в контакт с планетами и их духами, с подземным королевством Аггарта и Шамбалой — центром земли, где обитают Бессмертные. Если вы спросите у ламы о поющей чаше в его руках и правда ли, что они используются для психических, психологических и физических воздействий, он улыбнется и ответит: “Возможно”».

Мастера звука

Тайны сами себя хранят. Если случай Йошки Сооса не единичен, если существуют «мастера звука», работающие с поющими чашами за закрытыми дверьми в других тибетских монастырях, они, очевидно, хорошо хранят свои тайны; по крайней мере, в отношении поющих чаш. О мастерах звука есть свидетельства и других очевидцев. Например, в своей книге «Тантра, йога и медитация: тибетский путь к просвещенности» Эрик Бруйин описывает символическое построение оркестра в тибетском храме следующим образом:

«...Звуки, издаваемые музыкальными инструментами, составляют точную копию внутренних звуков, которые можно обнаружить в теле в состоянии полного покоя. Если выключить звуки внешнего мира, можно услышать шум циркулирующей крови, а затем и ритм сердцебиения. Обладая способностью направлять концентрацию внутрь в течение долгого времени, опытные монахи и йоги способны четко определять в собственных телах едва уловимые вибрации, порождаемые органическими процессами. Особенности, которые они слышат, описываются с большой точностью в тибетской эстетике музыки. В этих текстах описываются поющие, ударные, глухие, звонкие, звенящие, жалующиеся и трубные звуки. Музыкальные звуки, являющиеся точным воспроизведением этих органических звуков, изда-



ются инструментами, составляющими оркестр храма: шуршание представлено звуком раковин, дробь — маленькими барабанами, глухие ударные — большими барабанами, лязгающие — цимбалами, звяканье — колокольчиками, скрип — звуком гобоя».

В 1983 году группа голландских актеров и музыкантов совместно организовала проект, в котором звуки тела, такие как биение сердца и циркуляция крови, были преувеличенно представлены в театральном действе. Это было «звуковое путешествие по телу». Эрик, присутствовавший на том представлении, отметил насколько точно тибетские монахи воспроизводили звуки тела. Он комментирует: «То, что я услышал, было в точности звуком оркестра тибетского храма».

Александра Дэвид-Нил описывает другой удивительный случай со звуком в своей книге «Тибет, земля разбойников, жрецов и демонов». Когда она вошла в храм монастыря религии Бон в Тимоне, проходящая там служба была грубо прервана. Пока лама был занят с кийлхорой, волшебной диаграммой, и священными пирожными, называемыми тормас, один из носильщиков вошел в храм, явно показывая, что он не был впечатлен священными ритуалами. Монахи приказали ему удалиться. Протестуя и грубо ругаясь, он оскорбил лам своими выкриками о том, что тормас были всего лишь выпечены из хлебного теста.

«...Затем, по мере того как человек проходил вперед, *бонпо*¹ схватил *чанг*², стоявший рядом с ним, и взмахнул им. Пространство наполнилось странным диким звуком и волнами вибрации, пронзившими мои уши. Неуважительный крестьянин завопил и отшатнулся



с поднятыми руками, как будто он защищался от чего-то угрожающего.

— Вон, — вновь повторил лама.

Остальные носильщики схватили своего товарища и выбежали из храма весьма взволнованные.

Бонг! Бонг! Продолжал звучать барабан. Бонпо, невозмутимый, вернулся на свое место, уселся перед кийлхорой и продолжил тихое монотонное пение.

Что произошло? Я не заметила ничего, кроме того необычного звука. Я вышла и расспросила носильщиков. Нарушитель спокойствия, прервавший священный ритуал, растерял всю свою напускную храбрость.

— Это была змея, вам говорю, — сказал он, кивая другим, сидящим вокруг него. — Огненная змея появилась из чанга.

— Что? Вы действительно видели огненную змею? — спросила я. — Поэтому вы отшатнулись?

— А вы разве не видели? Она выползла из чанга, когда лама ударил по нему.

— Вам, должно быть, почудилось. Я ничего не видела.

— Мы не видели змею, но мы видели вспышки света, мелькнувшие из чанга, — вставили другие носильщики.

В самом деле, они стали свидетелями чуда. Только я, недостойная иностранка, была слепа...»

Александра решила извиниться перед ламой, и он принял ее извинения дружелюбно.

«... Обязательства вежливости были выполнены. Бонпо молчал. Я должна была уходить, но я была заинтригована странным звуком, который слышала, и необычайным видением, представшим перед деревенскими



жителями. Неумышленно я посмотрела на чанг, с которого и началась эта фантаσμαгория. Лама легко прочитал мои мысли.

— Хотите снова услышать звук? — спросил он насмешливо.

— Да, Кучог, я бы очень этого хотела, если не возражаете. У инструмента весьма удивительный звук. Вы позволите мне вновь его услышать?

— Вы сами можете сыграть на нем, — ответил он и протянул мне чанг.

— Я никогда не пробовала, — ответила я.

Конечно, произведенный мною звук не был похож на тот, что я слышала чуть раньше.

— У меня нет вашего умения, Кучог, — сказала я ламе, возвращая ему инструмент. — Ни одной огненной змеи не вышло из вашего чанга.

Бонпо посмотрел на меня вопросительно. Притворился он, что ничего не понял, или действительно не понял?

— Да, — продолжала я, — грубиян, кричавший на вас, утверждает, что он видел огненную змею, исходящую из чанга и пытавшуюся напасть на него. Другие видели не то вспышки, не то искры.

— Это сила *цзунга*³, которую я излучаю, — выразительно заявил лама. Говоря более мягко, он продолжил. — Звук создает формы и существа... звук вдыхает в них жизнь.

Я думаю, он цитировал из какого-то текста. Я отметила, что люди в Индии, *чиролпа*⁴, также делали подобные высказывания.

Я надеялась, что, говоря это, я подтолкну его объяснить свою точку зрения и рассказать о том религиозном пути, которым он следовал, и я продолжила:



— Однако некоторые люди верят, что сила мысли превосходит силу звука.

— Есть ламы, которые верят в это, — ответил бонпо. — У каждого своя точка зрения. Пути деятельности различны. Я — мастер звука. Звуком я могу убить живущего и вернуть к жизни умершего...

— Кучог, эти две вещи, жизнь и смерть, они на самом деле существуют как две противоположности, полностью отличаются друг от друга?

— Вы *дзоченпа*⁵? — спросил он.

— Один из моих учителей был дзоченпа, — ответила я уклончиво.

После этого бонпо замолчал. Я хотела возобновить разговор о вопросе жизни и смерти и узнать, какова его точка зрения по этому вопросу, но его молчание не очень способствовало этому. Следовало ли мне понимать его молчание как вежливую форму показать мне, что пора уходить?

Но затем лама пробормотал что-то неразборчивое, взял чонг и заставил его прозвучать несколько раз.

Это было прекрасно! Вместо того, чтобы услышать ужасающий звук, произведенный им ранее, или разноголосые звуки, сделанные мной, я услышала мелодичный перезвон серебряных колокольчиков. Как это возможно? Был ли этот бонпо просто артистом, покинувшим внешний мир, и каждый ли может при достаточной практике научиться достигать таких различных эффектов на таком примитивном инструменте, как чанг, или должна я признать, что он был *мастером звука*, как он гордо заявил? Мое желание возобновить с бонпо разговор возросло. Смогу ли я заставить его объяснить тайну чанга?..»



К сожалению для Александры разговор оборвался на этом месте, но она смогла продолжить беседу на следующий день, пригласив ламу выпить чаю вместе. Беседа началась с вежливых расспросов ламы об Индии.

«Я контролировала себя и старалась удовлетворить его любопытство, надеясь, что у меня появится возможность самой задавать вопросы. Возможность появилась, когда он рассказывал о *дубтобах*⁶ Индии.

— Нет необходимости ехать в Индию, чтобы встретить людей с такими способностями, — сказала я ему. — Я верю, что вы сами доказали мне это вчера вечером. Индусы также почитают Тибет как священную землю великих и мудрых людей, и они верят, что волшебники, живущие в Тибете, сильнее их волшебников.

— Возможно, — ответил бонпо. — Я никогда не был в Индии. Вы думаете о чанге, не так ли? Почему вы придаете значение чему-то такому незначительному? У звука есть другие загадки.

Звуки издают все существа и предметы, даже те, у которых, как кажется, нет души. Каждое существо и предмет обладают своим собственным звуком, но этот звук меняется, в зависимости от состояния существа или предмета, издающего звук в тот или иной момент. Как это происходит? Любой предмет — это скопление атомов (*рдул фра*), которые танцуют и издают звук при движении.

Говорят, что вначале ветер создал *гьятамы*⁷, основу нашего мира, вязальным движением. Движение ветра было мелодичным, это был звук, сочетавший форму и суть материи для создания целого. Первые гьятамы пели, и из них появились формы⁸, которые в свою очередь



создали другие формы с помощью силы звука, который они издавали. Это относится не только к прошлому, но справедливо и сегодня. Каждый атом непрерывно поет свою песню, постоянно создавая грубые и изящные материи. И так же как существуют созидательные звуки, есть и разрушительные звуки, которые разрушают материи. Каждый, способный производить оба звука, способен создавать и разрушать по желанию⁹. Дубтоб, способный издавать основной разрушающий звук, лежащий в корне всех разрушительных звуков, может уничтожить этот мир и все миры богов, вплоть до мира *Тридцать Три*, о котором говорят буддисты.

После этого объяснения он попрощался, высказав пожелание, чтобы следующий день был прекрасным и у меня было успешное путешествие. Его объяснение этой достаточно сомнительной теории было, несомненно, интересно, но оно все же не объяснило то, что я назвала “тайной чанга”».

Александра Дэвид-Нил считала эти теории непонятными, но рассказ ламы был пересказан по-разному во всех частях мира, и его объяснение о движущихся атомах, издающих звуки, удивительно близко соприкасается с теориями современной атомной физики....

Пояснения

В нижеследующих пояснениях я даю объяснения только тех слов, которые необходимы для полного понимания текста.

1. *Бонпо* — Последователь религии Бон.

2. *Чанг* — музыкальный инструмент, особенно часто используемый бонпо. Он похож на цимбалы, края которых вогнуты внутрь, а в центре имется язык. На нем играют с помощью этого языка, направляя чанг вверх, как перевернутый колокол.

3. *Цзунг* — что-то, что хватает и крепко держит. Волшебная формула. Санскритский эквивалент: *дхарани тантра*.

4. *Чиролпа* — чужаки; люди, не являющиеся буддистами, последователи другой веры. Здесь это относится к индусам-браминам.

5. *Дзоченпа* — человек, принадлежащий к секте Дзоченпа: «великое свершение». Самая молодая тибетская секта.

6. *Дубтоб* — тот, кто обладает сверхъестественными силами. Тибетский эквивалент санскритского *Сиддха* или *Сиддхи Пуруша*.

7. *Гьятамы* — тибетские мифы говорят о создании мира, в которых «ветер» — это не ветер в нашем понимании, но движение первых форм — гьятам. Ламаисты изображают эти гьятамы в виде двух дордже крест-



накрест, в то время как бонпо представляют их в виде свастики — символа движения.

8. *Гья* — материя, субстанция.

9. Это значит, что звук, который может разрушить основной принцип сотворенного мира, является основным тонким звуком, из которого происходят все другие разрушительные звуки.

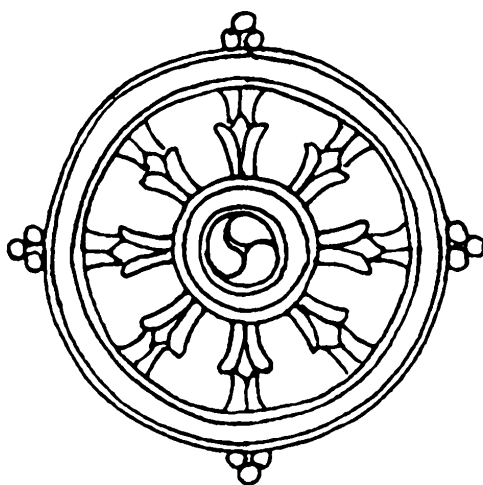


Часть 2

История

«Ты разве так не думаешь, Пух?»
«Думаю *что?*» — сказал Пух, открывая глаза.
«Музыка и жизнь?..»
«Сумма одного целого», — сказал Пух.

Бенджамин Хофф
(Дао Пуха)



Происхождение вещей

Концепция звука как среды, способной передавать человеческий дух в различные состояния сознания, стара как само человечество. Эта концепция встречается везде и всегда, и не только у человека, но и у животных. Бессловесные звуки передают сообщения, сопровождаемые состояниями в диапазоне от напряжения до расслабления, от чувства тревоги до чувства полного благополучия. Животные с помощью звуков способны привлекать или отпугивать друг друга, успокаивать или предупреждать об опасности. Человек ничем не отличается от животных. Каждая мать знакома с подобными явлениями по общению с новорожденным младенцем: она мгновенно отвечает на детский плач, и ее мягкое тихое пение успокаивает малыша.

Это не «открытие»; это явление природы, которое может использовать каждый, способный издавать звуки.

Что действительно может считаться открытием, так это то, что некоторые люди, как и некоторые животные, могут издавать звуки, используя не только голосовые связки. Прежде всего, тело издает множество других звуков: звуки сердцебиения, циркуляции крови, пищеварения. Предметы вокруг тела также могут звучать, либо самостоятельно, либо при использовании человеком. Их можно уронить, встряхнуть, по ним можно ударить, их можно потереть друг о друга. Каждый из этих звуков обладает своим особым воздействием;



от звуков вы можете покрыться гусиной кожей или же испытать что-то приятное. Они вызывают ощущения и образы.

По всему свету мифы о мироздании признают звук источником всех видимых и невидимых вещей. Звук присутствует во всех предметах. Обладая своим собственным звуком, все созданные предметы также поют свою песню. Рассказ ламы в книге Александры Дэвид-Нил яркий тому пример.

Понимание того, что человек является частью целого, поиск путей, направленных на то, чтобы остаться в соприкосновении с этим целым был выражен уже в ранних культурных традициях через использование звука. Такие традиции встречаются в шаманизме, который, вероятно, представляет собой самую древнюю религию на земле. Сам шаманизм уже отдален от фундаментального принципа, согласно которому каждый человек способен на абсолютно полное общение с окружающим миром, так же как и со сверхъестественным. Несмотря на это, шаман еще способен на подобное общение, которого остальные люди самостоятельно достичь не могут. Шаман также может восстановить общение после его временного прерывания. Чтобы добиться этого, шаман использует звук. Сначала с помощью барабана и собственного голоса, затем используя трещотку и ветровые инструменты. В качестве первой из «Шести шаманских аксиом» Йошка Соос подчеркивает: «Звук — главная составляющая». До того как шаман единолично начал использовать звук, отделяя таким образом применение звука от других имеющихся у человека возможностей, каждый член группы (клана, племени) играл равную роль в ритуале. Позднее шаман, врачеватель и чародей, стал главенствовать в этих ритуалах. Цель



ритуала заключалась в том, чтобы дать возможность каждому человеку испытать свое существование, выразить свои чувства и занять свое место в цепи, соединяющей первых мистических существ с его предками и последующими поколениями. С помощью пения, танца и игры на барабане шаман устанавливал связь с окружающим пространством, сообществом, миром природы. Он соприкасался со своим внутренним пространством, его содержимым, а также с видимым и невидимым миром вне его. Он задабривал богов, демонов, предков и живых духов. Он собирал свою силу воедино и выражал свой эротизм.

На самом деле мы и сейчас говорим «настроиться», подразумевая, что хотим установить доверительную форму общения. И если этого общения не происходит, то нет и звуковой связи.

При становлении этих тонко настроенных взаимоотношений (с богами, например) люди, имеющие к этому определенный талант, начали выполнять определенные задачи. Помимо выполнения своих ежедневных обязанностей, они стали играть роль лидеров, шаманов или шутов. Постепенно их освободили от повседневных работ, и они смогли полностью посвящать себя своим особым задачам. Таким образом они стали избранными, значимыми, и появление священства стало следующим естественным шагом. Впоследствии они стали особо посвященными жрецами, которые должны были учиться в течение многих лет, проходить многочисленные испытания, выступая только в роли посредников. Священник перестал быть обычным человеком среди людей, он стал вне и выше остальных, с единоличным правом представлять бога на земле, когда то необходимо, и даже отождествлять себя с ним.



Так же, как всегда существовали первооткрыватели, путешествовавшие по миру, чтобы увидеть все своими глазами, так всегда были люди, которые всего лишь пытаются следовать своим собственным ощущениям и стараются установить свои связи между внутренним и внешним мирами. Многих из них сожгли как еретиков или предали смерти другим способом.

Мы живем в эпоху, названную «эрой Водолея» и характеризующую огромным стремлением избавиться от всеобщей тирании. Все большее число людей понимают, что они сами несут ответственность за свою жизнь. Они не позволяют послушно навязывать себе внешние обстоятельства откуда-то сверху. Они ищут внутреннее общение с мирами внутри и вокруг себя, с «Космосом» — обычно используемый термин. Им больше не требуется вмешательство священников, докторов или докторов-священников: шаманов. Поэтому уделяется большое внимание различным способам и средствам, с помощью которых человек может восстановить внутреннее общение. Поэтому возрастает интерес к основополагающему способу его достижения, то есть звуку.

Звонящие камни и чаши-фонтаны

В Азии обычай использования звучащих предметов — очень древний. Например, у китайских императоров было право обладать самыми прекрасными «звонящими камнями» — это твердые камни, такие как жадеит, которые при соударении издают звонящий звук. Первые великие императоры правили с 2000 г. до н. э. Сохранились летописи, указывающие, что около 1600 г. до н. э. в Китае уже существовала культура Бронзового века, а археологические находки на северо-востоке Таиланда доказывают, что бронзу там начали использовать двумя тысячелетиями раньше. Подобные находки говорят лишь о том, что предметы из бронзы уже изготавливались в этот период, но пока не найдены более древние образцы культуры, невозможно утверждать, когда впервые в истории начали работать с бронзой.

Очевидно, что к VI в. до н. э. китайцы были далеко впереди в производстве металлических сплавов и обработке металлов, из которых изготавливались идеально настроенные колокола. Трудно предположить, сколько из этих колоколов были сделаны до указанного периода, пока более ранние находки не расскажут нам больше. Однако понятно, что ни одна культура не может внезапно, в течение одного дня, изго-



товить настроенный колокол весом более 50 кг, не говоря уже о колоколах, способных издавать два разных чистых тона, в зависимости от того, в какой час ударить. Этому должен предшествовать некоторый опыт.

Изучение звука и воздействий его вибраций было настолько развито в V в. до н. э., что уже в это время начали изготавливать так называемые «чаши-фонтаны». Это бронзовые чаши особых форм и размеров. Когда такая чаша наполнена необходимым количеством воды и ручки по краям чаши определенным образом натираются ладонями, поднимается фонтан воды и издается гудящий звук.

Чаши все еще используются в Японии, например в храмах, в качестве колоколов без языка. Они изготавливаются из сплавов черных металлов и издают короткий, достаточно «сухой» звук. Поющий звук сплавов различных металлов широко использовался для изготовления множества гонгов, найденных в Азии. Открытие, что металлические предметы издают звуки, было сделано по всему миру, и маленькие металлические чаши в виде черепа были известны еще в 1100 г. до н. э. При ударе по «лбу» такой чаши около носовой кости и по «виску» на краю чаши издаются два четких тона интервалом большой терции. Это ни в коем случае не совпадение. В искусстве пения гармоник (то есть при издавании более высокого тона над определенной основной нотой используют разные резонирующие полости головы и тела) было доказано, что сохраняется интервал большой терции. Изготовители чаш в виде черепа еще раньше открыли эту особенность в форме черепа; расстояние между носовой и височной



костями образует большую терцию. Такие чаши являются самыми древними предметами, которые можно назвать «поющими чашами».



Поющие чаши, потиры, посуда...

По караванным маршрутам в Азии не только перевозились товары для торговли, но также распространялись знания и религия. Шаманы путешествовали на юг через Монголию, буддисты из Индии пересекали Гималаи на север. Шаманизм и буддизм встретились в Тибете. Первоначальной религией Тибета была шамано-анимистическая религия Бон.

В VII в. н. э. известный король Сронгтсен (или Сронг Бцан) Гампо женился на двух принцессах, одной из Непала и другой из Китая. Обе женщины были преданными буддистками. Постепенно развились два новых направления: ламаизм, являющийся по существу буддизмом, но подвергшимся влиянию религии Бон, и религия Бон, которая сейчас является чем-то вроде шаманистской ветви буддизма.

Обе ветви тибетского буддизма широко применяют звук в своих ритуалах и медитациях.

Но если вы спросите путешественника по Гималаям, слышал ли он когда-либо поющие чаши в монастырях, или спросите у тибетца, использовались ли чаши, которые мы знаем как поющие чаши, в качестве поющих чаш, ответ практически всегда будет отрицательный.

Существуют круглые металлические чаши на фотографиях внутреннего убранства храмов, и они выглядят точно так же, как наши поющие чаши; но очевидно, что они используются как посуда. Путешественники,



возвращающиеся из Непала, рассказывают о металлических чашах золотого цвета, используемых в качестве столовой посуды.

Но если это только посуда для дароприношений и столовые чаши, почему они звучат? И кто сделал их такими? Существуют различные мнения об изготовителях поющих чаш, но они все восходят к периоду шаманских традиций.

Прежде всего, существуют сведения о странствующих кузнецах, которые также относятся к этому периоду. Но по своему собственному почину изготовили кузнецы чаши, или они получали заказы на их изготовление? Были ли заказчиками монахи, имевшие необходимые знания для определения пропорционального соотношения различных металлов? Сплавы металлов изготавливались путем очень специфического процесса, который современные технологии пока не могут воспроизвести.

Существует также теория, что монахи сами работали с металлом и изготавливали чаши. Но тогда почему жители Непала используют их для пищи? Никто никогда не видел чаши, полученные древним способом ламами или странствующими кузнецами. Чаши изготавливают и в наше время, но они отливаются и старый сплав больше не используется.

Согласно традиции, чаши изготавливаются из семи металлов: один металл для каждой из планет:

Золото	—	Солнце
Серебро	—	Луна
Ртуть	—	Меркурий
Медь	—	Венера
Железо	—	Марс
Олово	—	Юпитер
Свинец	—	Сатурн



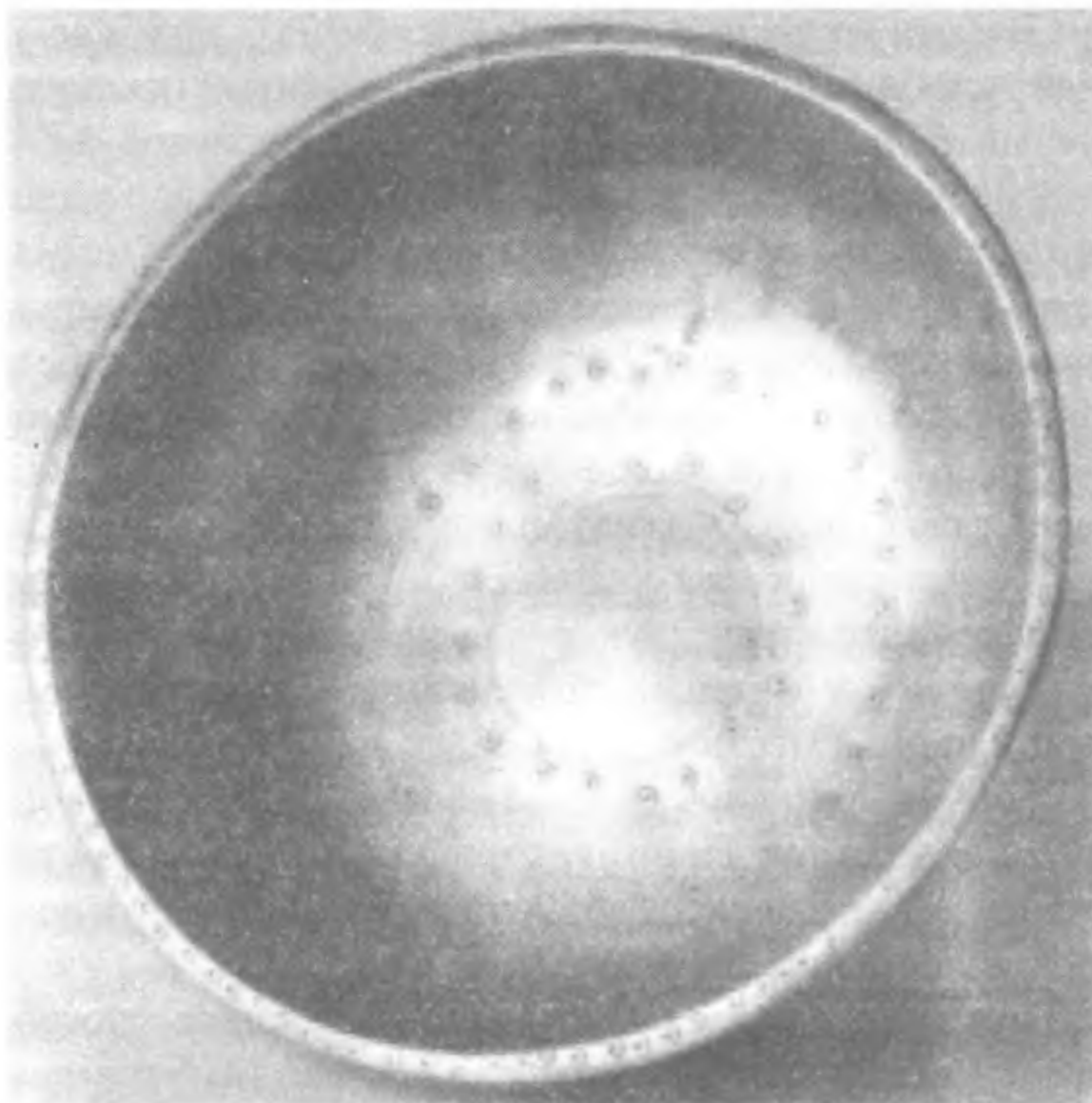
Все эти металлы издают свой особенный звук, включая гармониками, а вместе эти звуки образуют исключительные поющие звуки чаш. Пропорциональное соотношение различных металлов меняется в каждой чаше, и кажется, что не все чаши сделаны из всех семи металлов. Иногда используется большее количество металлов, иногда меньшее. Говорят, что в настоящей тибетской чаше больше серебра и олова, что придает ей монотонный антрацитовый отблеск, в то время как непальские чаши обладают знакомым золотым блеском.

Однако различия в составе сплавов могут объясняться и тем, что странствующие кузнецы не носили с собой сырьевые металлы, но использовали доступные в той или иной местности.

Горы и плато «крыши мира» богаче железной рудой, чем глиноземом. Поэтому столовая посуда на протяжении долгого периода времени изготавливалась в основном из металла или дерева.

Мы лишь можем попытаться восстановить способ, использовавшийся для изготовления чаш, это было приблизительно так: жидкий металл выливали на плоский камень и оставляли остывать в форме металлической тарелки. Затем с помощью молотка этой тарелке придавали форму чаши, создавая такое максимальное давление на металл, чтобы он не дал трещину.

Надписи, рисунки и другие узоры, которыми иногда украшали чаши, затем выдалбливали на металле. Вероятно, заказчик мог запросить чашу с особым звуком или другими качествами. Предполагалось изготовить несколько чаш, которые звучали более или менее одинаково, но были значительные различия в звуковом балансе и гармониках. Покупатель мог сделать выбор из предложенных чаш, причем все были хорошего качества.



Это может объяснить, почему и сейчас находится в использовании так много чаш, хотя в течение последних сорока лет они не производятся традиционным способом.

Другое объяснение состоит в том, что многие поющие чаши являлись жертвенными, что было вполне обычно в тибетских монастырях. Тот факт, что у них особый звук, объясняется тем, что дар, преподнесенный в чаше, должен быть гармоничным во всех отношениях. В связи с этим чаши должны обладать чистым звучанием, даже если они никогда не звучат громко.



Однако это не означает, что чаши не использовались как столовая посуда. Возможно, что сплавы чаш давали гомеопатические дозы необходимых человеку минералов во время потребления пищи. Например, родившая женщина питалась из этих чаш в течение месяца. Но если чаши изготавливались странствующими кузнецами и шаманами и если они использовались в монастырях за закрытыми дверями, то есть причины молчать о шаманском звуковом применении и отвечать на расспросы: «Я не знаю» или раздавать их как столовую посуду. Буддизм является доминирующей религией в Гималаях, где чаши встречаются и в «официальных» буддийских ритуалах. Никто открыто не признает, что данные предметы имеют практическое применение в шаманских ритуалах. В течение многих столетий даже люди в христианских государствах должны были скрывать, что они все еще проводят дохристианские ритуалы. Но каждому нужна посуда, чтобы ты мог всегда открыто купить ее и выставлять напоказ в своем доме, готовую к использованию. Вне зависимости от того, для чего чаши куплены в действительности.

Может быть множество причин, почему чаши не изготавливались в течение последних сорока лет описанным способом. Столовую металлическую посуду трудно чистить. Там, где чаши использовались с этой целью, они были заменены фарфором и глиняной посудой, привезенной из Китая. Если чаши использовались для жертвенных ритуалов, то китайское вторжение в Тибет стало причиной для прекращения их. После того как многие монастыри были разрушены, спрос на жертвенные чаши исчез.

Таким образом исчезла необходимость в новых чашах. Существующий спрос могут удовлетворить имеющиеся



чаши. Но при возрастающем экспорте, особенно в США, встает вопрос о том, как долго это продлится. Если спрос на новые чаши будет расти (и чем больше западные торговцы находят чаш, тем больше коммерческий спрос на новые поставки от местных торговцев), то чаши больше не будут больше изготавливать традиционным способом. Странствующие кузнецы, кажется, исчезли. Данные им знания умирают вместе с ними.

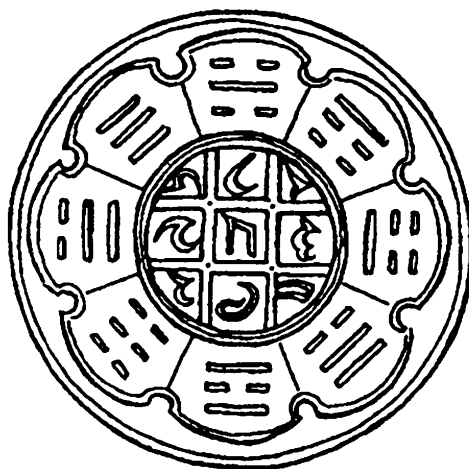


Часть 3

Действие поющих чаш

Каждый атом постоянно поет песню,
и этот тон создает более изящные и плотные формы
большей или меньшей плотности.

Лама Говинда



Внешние характеристики

Когда вы сравниваете несколько поющих чаш, поставленных в ряд, становится очевидным, что существует множество разных форм и звуков. Большинство чаш золотого цвета. Они круглые, но соотношение их окружности и глубины различно. Встречаются неглубокие широкие чаши малого или среднего диаметра. Есть круглые и более глубокие. Бывают чаши с малым или широким основанием, а также чаши с абсолютно плоским основанием и низкими прямыми краями. Существуют чаши с подставками, что придает им форму потира. Обычно они очень маленькие и достаточно редко встречаются. Чаши с так называемым «бутылочным» основанием, вогнутым внутрь чаши, в основном изготавливаются в Индии. Они довольно тонкие, издают звук, непохожий на звук чаш, относящихся к гималайским.

Толщина и цвет использованного материала меняется от чаши к чаше. Тонкие чаши сияющего золотого цвета, круглые и маленькие, обычно относятся к японским чашам. Часто они издают чистый звук, похожий на звон колокольчика.

Звук зависит от формы чаши и толщины металла. Цвет не влияет на звук. Встречаются чаши с остатками тусклого черного слоя лака, обычно на внешней стороне. Этот слой намеренно оставлен и не влияет на звук. Но если вы приобретете матовую чашу и отполируете ее, то звук может измениться. Полируя чашу, вы убираете тонкий слой материала, и толщина металла необратимо изменена.



Большинство чаш так или иначе украшены, например, узорами из колец, звезд, точек или листьев. Иногда надписи делались на внешней стороне. Обычно это девангирская письменность, используемая в Непале, и надпись означает имя владельца. Иногда надписи бывают тибетскими, и они также указывают имя владельца или название церемонии, для которой чаша использовалась. Девангирские надписи говорят о том, что чаши были сделаны в Непале и лишь известны как тибетские, потому что беженцы из Тибета, живущие в Непале, зарабатывали себе на жизнь своим традиционным промыслом — торговлей. Они торговали не только товарами, привезенными с собой, но и предметами, найденными в принявшей их стране.



В любом случае возможно, что чаши с девангирскими надписями появились в Непале.

Некоторые украшенные чаши представляют собой «чаши-календари»; например, рисунок может быть лунным или юпитерианским календарем. Точное назначение таких чаш-календарей в настоящее время неизвестно, но возможно, что звук чаши и движение нескольких капель воды в ней обозначали, какие небесные силы были представлены в тот день и какой день самый подходящий для использования чаши: она будет «петь» лучше всего в свой астрологически благоприятный день.

Особые знания и чувства, по которым прогнозировалось воздействие небесных тел и которые использовались во многих ситуациях, были развиты и в других странах. Например, египетская культура до сих пор представляет собой лишь частично разгаданную головоломку. Кельтские друиды также обладали подобными знаниями и чувствительностью. Возможно, с помощью поющих чаш удастся возродить эти потерянные знания.

Однако если у вас есть своя поющая чаша, будет трудно, а наверное, и невозможно установить, является ли она чашей-календарем (не говоря уже о составлении прогнозов, основанных на изображенных на чаше знаках) и с какой планетой связан календарь.

Некоторые чаши, особенно с выгравированными узорами из колец, звезд или листьев, могут использоваться как китайские чаши-фонтаны. Когда они наполнены водой до выгравированного кольца и подвергаются воздействию вибрации при ударе или натирании, один или более фонтанов могут подняться над чашей. Если на поверхности воды появляется форма звезды, которая потом поднимается фонтаном в центре чаши, то такую чашу называют чашей-звездой.

Звук есть форма

Удивительные явления, описанные на предыдущих страницах, имеют ясное объяснение.

Звук есть вибрация, а вибрация — музыка в трехмерном пространстве. Ханс Дженни сделал великолепные фотографии форм звука в воде. Чладни рассыпал ровные песчинки (или железные опилки) на листе стекла или металла и заставлял лист вибрировать, нанося по нему удары скрипичным смычком. Песчинки мгновенно выстраивались в красивый геометрический узор. Когда удар наносили в другом месте металлического листа, появлялась другая фигура.

Когда поверхность подвергается воздействию (тонкий лист стекла или металла или поверхность воды), вибрации распространяются ко всем направлениям одинаково. Так как волны вибрации одинаковым образом производятся, они одинаковы во всех направлениях, по которым расходятся. Когда две или более таких волн сталкиваются, они гасят друг друга. Место, где они встречаются, называются точкой столкновения.

Песок, лежащий на колеблющемся листе, приводится в движение под воздействием вибрации. Он собирается в местах, где нет вибрации — точках столкновения, — и таким образом появляется узор. Он похож на двухмерный узор на плоской поверхности, но в действительности у песка трехмерная форма. Вибрационные волны расходятся по всем направлениям — не только



по колеблющейся плоскости. Трехмерная форма звука видна в воде. Вода — среда, в которой легко можно вызвать вибрации, и эти вибрации распространяются на большом пространстве. Вы можете вызвать вибрации у чаши, полной воды, натирая ее и ударяя по ее краю; колебания будут распространяться на поверхности во всех направлениях. Если вибрации станут сильнее из-за продолжительного натирания или особого нанесения ударов по чаше, волны встречаются одна с другой таким образом, что они начинают в прямом смысле поднимать одна другую. Частички иногда поднимаются на несколько сантиметров над поверхностью воды. Таким образом могут появиться один или более фонтанчиков из маленьких сверкающих капелек.

Природная гармония

Каким бы образом люди в Гималаях ни использовали чаши, одно очевидно: западные люди часто находятся под особым воздействием, впервые сталкиваясь с их звуком. Означает ли это, что мы не можем удовлетворить нашу потребность в звуке всем богатством звука, имеющимся в нашей западной культуре? Или нужно поставить вопрос следующим образом: в чем, в конечном счете, состоит различие между звуками поющих чаш и звуками нашей музыкальной традиции?

«Музыка» — это не случайное явление. Как раз наоборот: все в конечном итоге может быть возведено к музыке. Вся вселенная и все, что в ней существует, состоят из частей, связанных друг с другом наподобие музыкальных гармоник. Другими словами, из всех теоретически возможных связей и соотношений наименьшие известные частички, так же, как и наибольшие видимые части, всегда выбирают пропорции и связи, соответствующие интервалам, слышимым в музыке. Даже эти интервалы выбираются не случайно — из всех теоретически возможных нот выбранные ноты имеют определенное соотношение. Например, если вы тронете струну на каком-либо музыкальном инструменте и затем будете пальцем скользить по струне, постепенно укорачивая свободно вибрирующую часть, в теории возможно, что вы услышите рост высоты звука. Вообще-то



слышимые ноты всегда меняются по правильно расположенным интервалам. Другими словам, вся вселенная, или говоря проще, все в природе, располагается в музыкальных правильных соотношениях, так же как музыка.

Когда струна колеблется, она издает свой основной тон, но, кроме того, она издает полный спектр резонирующих гармоник, включающих в себя целые тона и полутона с постоянно уменьшающимися интервалами. В западной музыке намного меньше внимания уделяется этим гармоникам, чем на Востоке. Колокола, гонги, цимбалы, так же как появившиеся в Азии чаши, издают гораздо больше гармоник, чем музыкальные инструменты, используемые на Западе.

Ряды гармоник резонируют на естественных интервалах, встречающихся повсюду в природе. Они не всегда кажутся нам гармоничными. В «музыке», основанной на одновременном звучании разных основных нот (аккордах), европейцы используют октавную систему. Частота колебаний высокой ноты ми вдвое больше частоты колебаний ближайшей низкой ми. Они звучат «похоже», и это относится ко всем остальным нотам — фа, соль, ля, си, до и ре — и их полутонам.

Наиболее гармоничным интервалом для нашего слуха является квинта — две ноты, расположенные друг от друга на расстоянии пяти нот. Есть большая квинта с интервалом в три целых тона и одного полутона, а также малая квинта, состоящая из интервала в два целых тона и два полутона. Начиная с ми и продолжая перебирать большие квинты, мы достигнем следующей ноты ми через двенадцать квинт. Эти двенадцать квинт называются «кругом квинт». В круге квинт располагаются восемь нот ми, включая первую и последнюю из



них. Это означает, что круг состоит из семи октав. Однако если сосчитать частоту колебаний в цифрах, то окажется, что семь восходящих кругов квинт вместе имеют частоту 129,75 (существует разница в 1,5 в частоте колебаний между нижней и высокой нотами в квинте). Но достаточно о наших идеальных интервалах!

В XVI в. принц Китая пришел к следующему решению: при настройке инструментов интервалы были искусственно уменьшены. Столетие спустя И. С. Бах сочинил «Хорошо темперированный клавир», первое длинное европейское произведение, основанное на этом новом принципе.

С тех времен мы слушаем музыку с интервалами, длина волны которых короче природной длины. Рациональное мышление наложило ограничение на звук.

Гонги и поющие чаши ломают эти искусственные препятствия. Естественная вибрация интервалов может быть легко услышана. Звук отличается. Он по-другому воздействует на нас. Иногда свободно распространяющиеся звуки кажутся негармоничными для слуха европейского человека. Более точно будет описать их как «многогармоничные». Звук вмещает в себя больше едва уловимых различий, чем вы можете услышать в подсчитанных интервалах хорошо темперированной октавы.

Синхронизация и внутренний массаж

Звук создает, и звук согласует.

Существует третий аспект, который также важен для понимания воздействия поющих чаш и причин применения их в терапевтических целях.

Этот аспект относится к особенности предметов, совершающих практически одинаковые движения, способных двигаться абсолютно синхронно. Кристиан Гюйгенс, голландский ученый XVII в., отметил, что когда два маятника были поставлены рядом друг с другом, они начинали качаться в одном темпе. Подобным же образом два волновых движения, которые почти, но не полностью одинаковы, меняются и становятся все более похожи, пока не станут абсолютно одинаковы. Это явление получило название «коллективного согласования фаз» или синхронизации. Женщинам это явление знакомо в связи с их менструальным циклом. Подруги или сестры, живущие в одном доме, часто имеют одинаковый менструальный цикл.

Многие люди отмечают, что их дух затронут, когда они слушают живые звуки поющих чаш. Это чувство слабее, когда звук воспроизводится с помощью записи. Иногда звук вселяет чувство огромного пространства и полного покоя. Эти и другие ощущения не являются плодом воображения или «всеры», как некоторые люди, не испытавшие это явление, имеют обыкновение заявлять.



Кроме того, ощущение физического благополучия после принятия «звуковой ванны» поющих чаш является не только результатом расслабления.

Мы уже знаем, что вода является идеальным передатчиком вибраций. Ударив по чаше, вы можете почувствовать, что окружающий воздух также начинает вибрировать. Люди, никогда не слышавшие о поющих чашах и не знающие, что такое частота колебаний, также испытывают это, когда подносят руку к поющей чаше.

Мощные вибрации быстро распространяются по нашему телу, которое более чем на 80% состоит из воды, и делают всем нашим клеткам легкий внутренний массаж. Психотерапевты используют внутренний массаж, применяя сверхзвуковые волны.

Что подразумевается под «унификацией фаз»? Человеческое тело — это живой организм вибраций и волн. Здоровый орган хорошо настроен, то есть он вибрирует на своей частоте, в то время как частота колебаний больного органа нарушена.

Поющие чаши (так же как гонги и колокола) воссоздают первоначальную гармоничную частоту колебаний и побуждают тело восстановить свою собственную природную частоту, заставляя его вибрировать со своей частотой так, чтобы когда они синхронизируются, тело могло вибрировать самостоятельно. Пробужденное и охваченное вибрациями поющих чаш тело способно настроиться на собственную частоту.

Шаманизм и мозговые волны

В шаманской традиции звук считается одним из способов вхождения в другие миры и реальности. В прошлом доступ к другой реальности был хорошо охраняем и мог быть доступен после долгого периода обучения, медитации и особых церемоний. В наше время все учения и информация о том, что йоги и шаманы делали в состоянии транса, обычно считаются необъяснимыми секретами, чудесами или даже ловкими трюками, основанными на искусном внушении и иногда на суеверии и доверчивости наблюдателей.

В последние десять или двадцать лет многое изменилось. Поиск внутреннего «я» или «внутреннего пути» привел людей к поиску вне учений христианской церкви. Указатели, оставленные Иисусом Христом, стали размытыми от потока догмы и литургических дискуссий. Путь материалистического мышления ведет, кажется, в «тупик», к «химической смерти» окружающей среды.

Христианские молитвы были заменены восточными техниками медитации, и мантры заняли место молитв. Иногда необходимо перенять новые подходы, чтобы вспомнить и признать старые принципы. Согласно Йошке Соос, вторая и третья шаманские аксиомы заключаются в следующем: «Секрет всех знаний и знание всех секретов лежат в нас самих».

В сущности, в каждой религии звук используется для перемещения духа в другую среду, где существует



большая восприимчивость того, что, в общем-то, безымянно и вследствие этого имеет множество разных имен: интуиция, свет, Бог...

Суфийский мастер Хозрат Инайят Хан, который, прежде чем посвятить себя долгу духовного лидера, был известным музыкантом, сказал, что музыка не только придает людям силу, но может довести их до экстаза. Он говорил, что мистики на протяжении веков любили музыку больше всего остального. Суфисты всегда рассматривали музыку как источник вдохновения для своих медитаций и считали, что медитация с музыкой более плодотворна, чем медитация без нее.

Измерение электромагнитных волн мозга продемонстрировало, что существуют четко узнаваемые длины волн, каждая из которых связана с разными состояниями сознания.

Мы знаем, что в нормальном состоянии мозг излучает бета-волны. В состоянии медитации и спокойного сознания в мозгу действуют альфа-волны. В состоянии «полусна» образуются тета-волны и только в состоянии глубокого сна активизируются дельта-волны.

Также возможно записать волны, образуемые поющими чашами. Было установлено, что среди моделей волн различных поющих чаш есть измеримая волновая модель, эквивалентная альфа-волнам, излучаемым мозгом. Эти чаши, в частности, вселяют чувство глубокого расслабления и «расширенного внутреннего пространства».

Информация из мозга передается через нейтроны, нервные клетки с длинными ответвлениями, связанными для передачи нервных импульсов. Для данной передачи используется электрохимическая способность клеток передавать быстрые коммуникационные волны.



Каждый из десяти миллиардов нейронов в человеческом мозгу может установить 100 000 000 связей. В действительности, человеческий мозг обладает безграничным потенциалом. Возможно, что свободно распространяющиеся вибрации поющих чаш стимулируют нейтроны создавать больше связей. Если так, то это может означать, что сознание в прямом смысле увеличивается.

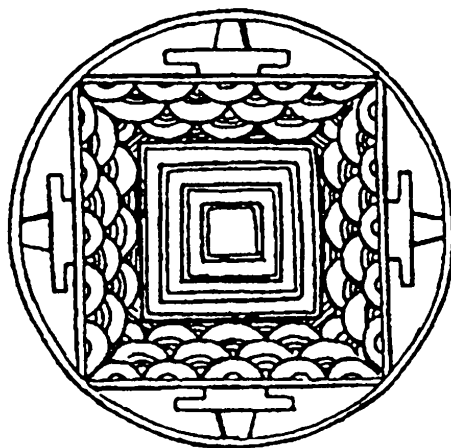


Часть 4

Практика

Даже тот, чья жизнь коренится в знании,
действует согласно своей природе,
потому что каждый ведет себя
согласно своему характеру.
Чего тогда могут люди достичь притеснением?

Бхагавад-Гита 111. 33



Индивидуальный звук всегда уникален

Прочитав первые главы книги, вы, возможно, подумали, что необходимо много знаний, чтобы найти хорошую поющую чашу. Или вы, возможно, потратили много времени в поисках чаши с исключительными надписями, потому что такая чаша наверняка будет издавать лучший звук.

На практике люди иногда предоставляют принимать решение кому-то другому. Они даже могут сказать продавцу чаш: «Найдите что-нибудь для меня, желательно хорошо подходящую пару».

Конечно, выбор можно делать и так. Но эти люди подходят к проблеме с другой стороны. Каждый, работающий с чашами, нравится ему или нет, прибегает к путешествию в себя, к своему опыту, своей гармонии или чему-то подобному.

Таким образом, самый естественный путь состоит в том, что люди ищут свою чашу. В конце концов, каждый вибрирует со своей собственной частотой и найдет свою чашу, слушая ее не головой, а сердцем и чувством. Даже люди со слабым слухом могут наслаждаться поющими чашами. Вибрации настолько осязаемы, что они проникают прямо в вас, и ощущение не уменьшается, если вы не можете слышать звук. Данная особенность ярко выражена в жертвенных чашах; несмотря на то, что они никогда не звучат, их волновая модель должна быть



гармоничной, чтобы дары богам были преподнесены гармонично.

В таком случае, нет необходимости беспокоиться о поиске чаши, которая была очевидно сделана как поющая. Хотя некоторые чаши обладают прекрасным звуком, но на самом-то деле важна не «красота» звука. Встречаются чаши, которые звучат нестройно для западного слуха, они, тем не менее, обладают удивительным освобождающим эффектом. Именно такие чаши обычно ищут звукотерапевты. Каждый, кто ищет свою поющую чашу, прежде всего ищет чашу, которая «затронет» его. Он ищет чашу, которая заставит его глубоко вздохнуть и вселит в него теплое чувство, растекающееся по всему телу. Он чувствует, что звук уносит его, и именно это привлекает его. Сами почувствуйте. Не полагайтесь на суждения другого о чаше.

Каждый человек представляет собой уникальный звучащий инструмент и заставит чашу резонировать по-разному. Поэтому одна и та же чаша будет иначе резонировать для разных людей. К тому же, человек меняется каждое мгновение, как физически, так и духовно, поэтому одна и та же чаша будет звучать по-разному в различных ситуациях. Для некоторых людей высокие ноты резонируют дольше, с другими высокие ноты быстро затухают, а низкие звучат дольше.

Не стоит начинать с поисков «красивых» чаш или «ужасных» звуков в обычном значении слова. Не ищите что-либо исключительное. Звук каждой чаши уникален вне зависимости от того, издается ли он маленькой непривлекательной чашей или великолепной чашей размером с современную ножную ванну.

Различие лишь в том, что если вы купите вторую чашу, то ваш «собственный звук» будет стоить дороже.



Поющие чаши обычно продаются на вес. Нет смысла приводить цены, так как они зависят от продавца чаш, и, в любом случае, цены меняются с течением времени. Оценка чаш по весу означает, что большие чаши будут стоить дороже.

Способ выбора

Существует несколько путей выбора поющей чаши. Некоторые люди понимают, нравится ли им чаша или нет, услышав ее звучание всего лишь раз. Они способны прийти к интуитивному решению очень быстро.

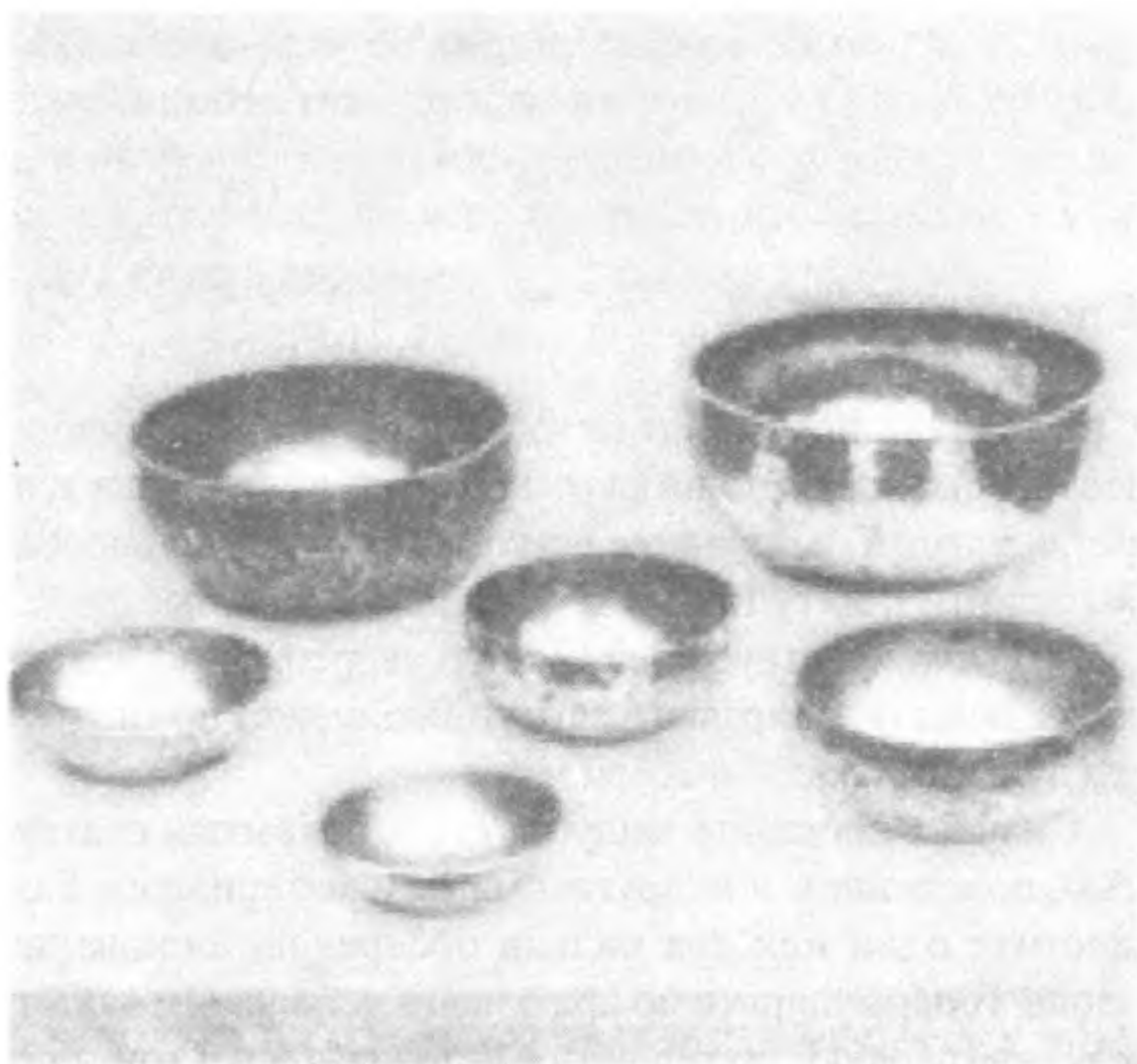
Тот, кто чувствует себя менее уверенно, но все же хочет решить, опираясь на интуицию, может применить следующий способ выбора чаши.

Сначала поставьте чашу на стол, покрытый скатертью, полотенцем или другим мягким материалом. Разместите один или два пальца посередине основания чаши. Теперь ударьте по краю чаши небольшим молотком, дайте звуку прозвучать и вслушайтесь в тон и резонанс чаши.

Если вам покажется, что чаша приглашает вас к близкому знакомству, поместите чашу на ладони. Вытяните руку так, чтобы вам было легко держать чашу перед собой. Снова ударьте по чаше и дайте звуку прозвучать.

Затем, ударив по чаше, медленно приблизьте ее к себе. Разместите чашу около живота, чуть ниже пупка. Вновь ударьте по чаше. Очень важно, чтобы вы слушали звук не ушами, но направили бы все свое внимание на свое тело. Что вы чувствуете? Какие сигналы подает организм как отражение вибраций чаши?

Не торопитесь. Даже если есть самая незначительная отрицательная реакция, то это не подходящая для вас чаша на этот момент. Это не суждение относительно



качества чаши или о вас. Просто это означает, что вы не гармонируете с этой чашей.

Если же неприятия нет, ударьте по чаше еще раз и поднимайте ее к сердцу. Затем остановитесь и, ударив по чаше, позвольте ей резонировать. Вновь проверьте реакцию организма.

Если отрицательные ощущения отсутствуют, повторите процесс, удерживая резонирующую чашу под вашим слегка выдающимся подбородком, и затем поднимите ее к основанию носа.

Если вы приложите усилия познакомиться с чашей таким образом, у вас есть хороший шанс найти чашу, которая гармонизировала бы с вами и вашим телом.



Если ваше тело сильно отвергает чашу, вы, возможно, даже почувствуете тошноту, то будет лучше вообще забыть об идее работать с поющими чашами. Это не подразумевает плохие, хорошие или двойственные суждения. Это лишь означает, что есть различия между людьми и тем, по каким путям они ходят.

Если когда-либо вы захотите купить вторую или третью поющую чашу, или даже больше, не избавляйтесь от тех, которые у вас уже есть, если, конечно, у вас их не слишком много. Но к тому времени вы в любом случае уже научитесь выбирать чашу. Нет необходимости приобретать десятки чаш, сильно отличающихся в размерах. Невозможно собрать «оркестр поющих чаш» с мелодичным и гармоничным звучанием, с которым мы знакомы на Западе.

Чистый текущий звук поющих чаш создает гармонию, которая отличается от той, к которой мы привыкли. Ударяя по двум или трем чашам по очереди, вы можете открыть абсолютно новые гармоник и аккорды, и вы физически почувствуете, притягивают ли они вас.



Инструменты

Поющие чаши издают звуки разными способами. Первое, что вам необходимо, это «бита для гонга». Размер биты зависит от чаши. Нет каких-либо четких указаний в данном вопросе.

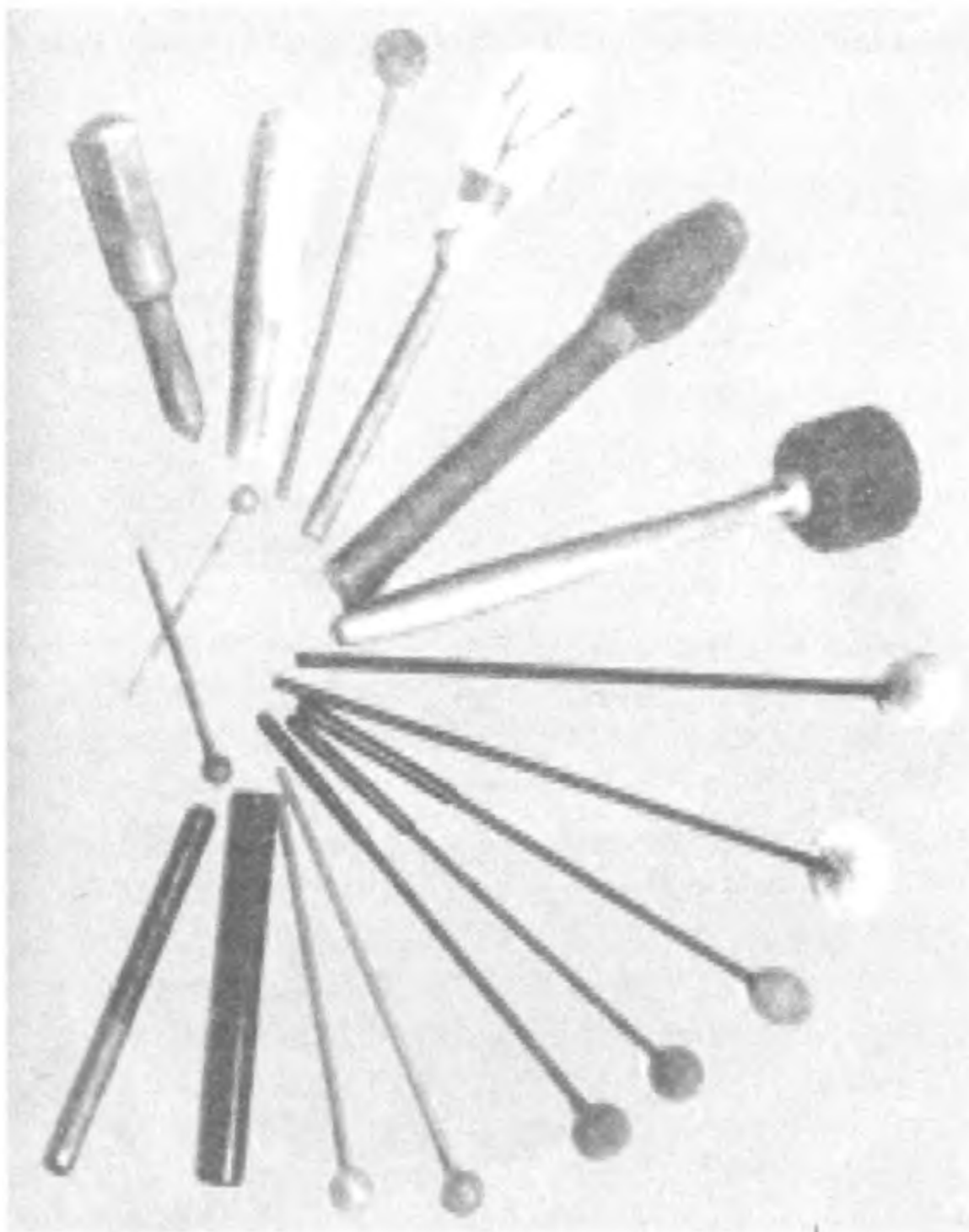
«Биты для гонга» представляют собой молоточки для ударных музыкальных инструментов, покрытые войлоком или шерстью. Это вопрос проб или ошибок, так как у каждой чаши особые требования. Одни чаши звучат лучше с мягким молоточком, другим больше подходит жесткая бита.

Как правило, большая бита извлекает полное богатство звука из большой чаши, в то время как для маленьких чаш лучше использовать биты поменьше. В действительности, для любой чаши могут применяться различные биты. Каждая бита извлекает свой звук из целого ряда основных нот и гармоник. Помимо обычных бит для гонга, покрытых войлоком, шерстью, пробкой, веревкой, или деревянных молоточков, вы можете использовать свои руки в качестве ударного инструмента — ребро ладони, пальцы, ногти...

Если вам нравится экспериментировать, в качестве биты вы можете использовать все что угодно. Можно использовать только один молоточек или попробовать работать одновременно с двумя одинаковой формы. Предоставив свободу своей изобретательности и любви к

игре на поющих чашах, вы сделаете множество удивительных открытий.

Другой способ извлечения звука из поющей чаши состоит в трении твердой палочки о край чаши. Это производит такой же эффект, как трение влажного пальца по краю хрусталя. Слышен полный поющий тон, ста-





новящийся постепенно громче. По мнению некоторых специалистов, шаманы в Гималаях использовали чаши таким образом для получения поющего звука. Лучше всего тереть круглой палочкой или битой из твердого дерева. Чем меньше палочка, тем выше тон. Таким образом, лучше использовать тонкую палочку для маленьких чаш с высоким тоном.

Чрезвычайно трудно работать на больших чашах с помощью тонкой палочки. Вибрация по краю большой





чаши может быть настолько сильной, что палочка начинает «плясать», что приводит к неприятному грохочущему звуку.

Вы можете избежать подобного грохота несколькими способами. Можно жестко и равномерно нажимать на край чаши при перемещении биты, чтобы избежать ее подпрыгивания. Также можно использовать более толстую биту. Пестик от большой деревянной ступы очень хорошо подошел бы. В конце концов, существует и другая техника. Она заключается в трении палочки в одном определенном месте на ободке чаши. Часто легче использовать этот способ для получения поющего тона из действительно большой поющей чаши.

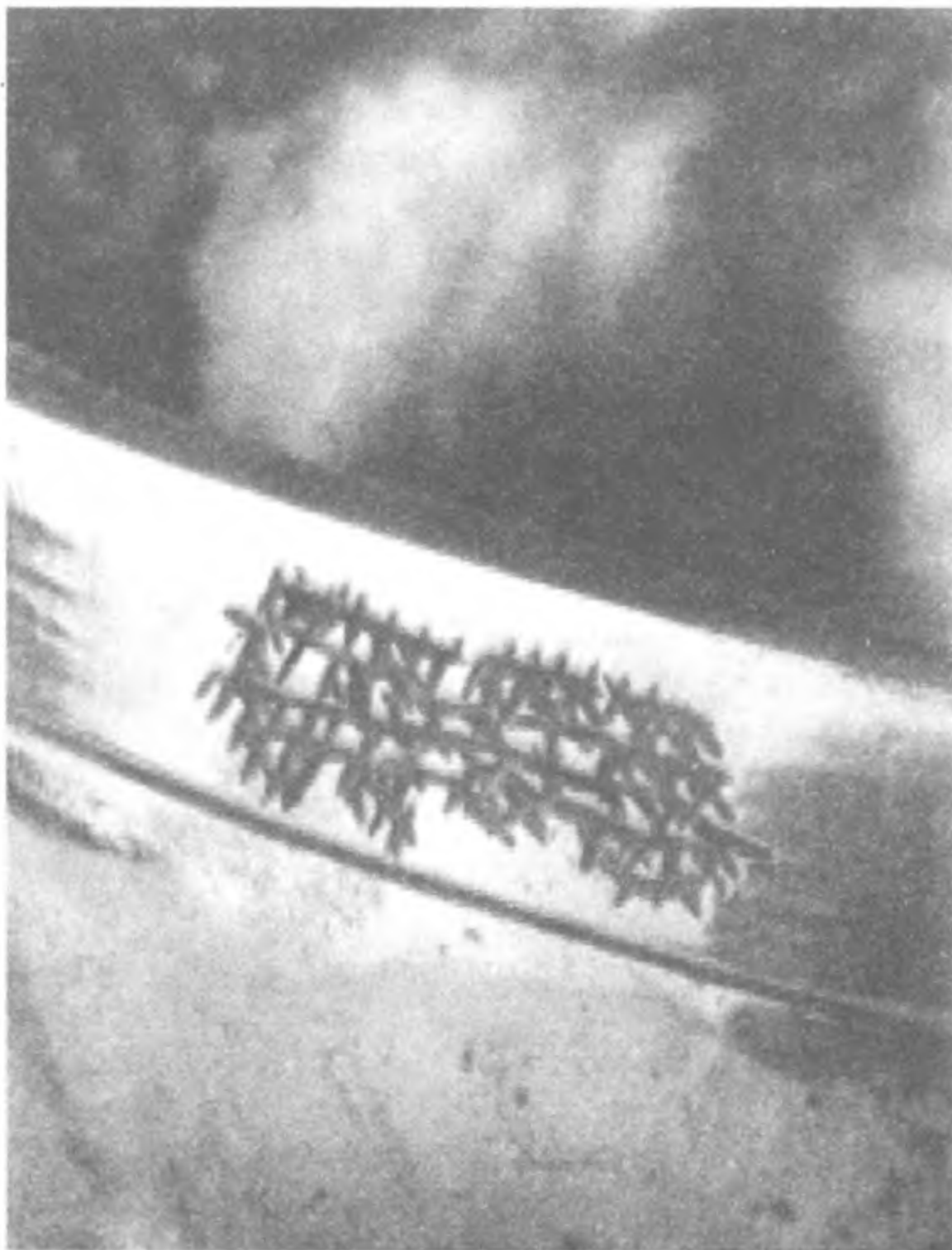
Во всех этих способах большое влияние на звук и высоту тона оказывают сила давления на палочку и скорость трения палочки о чашу.

Проникновенный поющий звук, создаваемый при натирании чаши, появляется вследствие того, что подчеркивается и развивается одна из гармоник. Чтобы избежать неприятного звука соприкосновения дерева с металлом, многие владельцы поющих чаш покрывают пленкой те части палочки, которые непосредственно соприкасаются с чашей. Эта пленка должна быть прочной и гладкой, чтобы выдерживать трение и смягчать резкие звуки.

Этот краткий перечень способов работы с чашами показывает, что возможно все. Многие люди сами делают палочки для своих чаш. Я видела палочки, сделанные из фланели, обернутой вокруг жесткой веревки, палочки из длинного куса войлока, сваренного в крахмале и затем плотно обернутого вокруг деревянной палочки. Другие трущие палочки были покрыты



внутренней камерой велосипедного колеса или сделаны из деревянной ручки от кастрюли. Я лично иногда использую вилку из нового дерева, которая при осторожном применении извлекает удивительные чистые высокие тона из некоторых моих чаш.



Указатели в волшебной стране

Каждый владелец поющей чаши имеет доступ к волшебной стране огромного разнообразия. Так много предстоит открыть, со многим поэкспериментировать, услышать, поработать с чашей и со своим внутренним «я».

Путь во внутренний мир для вас открыт.

Более года у меня была лишь одна чаша, и она доставляла мне большое удовольствие: все, что мне было нужно. Я постоянно открывала что-то новое и должна была усваивать все, что узнавала. Я до сих пор не знаю всех тех возможностей, которые может дать эта чаша.

Тем не менее можно установить некоторые указательные знаки в этой волшебной стране, которые покажут каким путем следовать, несмотря на то, что каждый путь представляет собой сугубо личный опыт. Далее вы найдете некоторые способы работы с поющими чашами и раскрытия их возможностей шаг за шагом.

Слушание

Слушание чаши начинается просто. Сядьте и расслабьтесь. Держите чашу на ладони или поставьте ее перед собой на жесткую подушку или кусок мягкой материи. Дайте звуку прозвучать. Вслушайтесь в звук с закрытыми глазами. Начните с познания звука как единого целого. После того как звук чаши станет вам хорошо знаком, вы можете начать слушать его аналитически.



Чтобы различать высоту нот, познать и понять природу каждого тона, необходимо помнить, что у каждого звука есть форма и длина волны. Слушая, попробуйте распознавать ритм различных тонов. Вибрирует ли полутон быстрее или медленнее, чем преобладающая основная нота? Легко ли они гармонируют друг с другом, например, один ровно в два или три раза быстрее другого, или же разницу между ними измерить труднее: например, в определенный промежуток времени один совершает пять колебаний к трем другого?

Концентрируйтесь на одном тоне, при необходимости сопровождая его движением руки или всего тела. Так можно познать не только различные тона, но и различные волновые модели у одной чаши.

Однако звуки распространяются не только волнами в виде прямой линии, но также могут иметь трехмерную форму. Примерами могут служить расширяющаяся рябь от брошенного в стоячую воду камня и внутренние спирали водоворота. Вы можете открыть эти формы звука, если будете слушать не только ушами, но и всем телом.

Вы можете держать чашу на разном расстоянии от себя или даже ставить ее на разные части тела и слушать.

Когда вы испробуете все это, полезно прекратить анализировать и дать звуку чаши существовать как целое. Даже когда звук исчез, вы можете продолжать слушать его внутренним слухом. Куда исчез звук? Что вы слышите в текущей тишине? Каков звук вашего собственного тела? Вашей сущности? Тишины?

Ощущение

Существует несколько способов почувствовать звук. Разместив чашу около себя или на своем теле, вы по-

чувствуете вибрации, распространяющиеся по телу. У одной чаши может быть волновая модель из длинных волн, у другой — звук, излучающий меньшие, ограниченные вибрации, а третья чаша может оставить впечатление, как будто звук проходит прямо через ваше тело. Если вы ляжете и расслабитесь, поставите чашу попеременно на разные части тела, такие как живот, грудь или даже голову, вы почувствуете воздействие звука всеми возможными способами. Сидя на стуле, вы можете ставить чашу на ступни, колени и бедра. Таким образом, вы испытаете разные физические ощущения и различные звуки.

При работе с большими чашами можно почувствовать вибрации, приблизив руку к краю чаши, где вы ощутите поток теплого воздушного излучения. Когда вы научитесь чувствовать такие вибрации, вы можете попытаться ощутить формы целого звука вокруг и внутри чаши. Другой способ почувствовать звуковые вибрации и впитать их в себя состоит в том, чтобы погладить рукой по чаше сразу после того, как по ней ударили.

Также можно дотрагиваться до вибрирующей чаши языком или губами. С закрытыми глазами, не касаясь чаши, вы можете попробовать ощутить, где звук колеблется сильнее всего и какие чувства при этом возникают в разных частях тела: чувство освобождения, расслабления, гармонии или возбуждения.

После этих упражнений и концентрации на восприятии звука телом может быть полезно вернуться к чистому звуку и дать ему звучать, при этом ни о чем не думая и ничего не анализируя. Делайте в точности то, что делает чаша: наполните воздух движением. Выдыхайте с силой. Сделайте несколько глубоких спокойных вдохов. Опыт и понимание приходят к нам, когда мы способны отпускать...



Помещая рот около края поющей чаши и артикулируя гласные звуки описанным выше способом, вы можете формировать разные гармоник. Для этого держите рот под прямым углом к месту нанесения удара по краю чаши. Опять же это путь проб и ошибок. Данная техника не только озвучивает новый аспект звука чаши, но также обладает внутренним эффектом. Вибрации отражаются в полостях тела, особенно в голове, горле и груди, что позволяет почувствовать звук физически.

Каждый, научившийся петь гармоник, может попробовать петь вслух на тон выше чаши, а затем и над чашей. Выпевая гармоник над чашей, вы обнаружите, что они вдруг станут резонировать внутри чаши, и звук чаши будет отражаться в вашем теле. Практически невозможно описать это ощущение, когда тело и звук как бы сливаются в одно вибрирующее целое...

Наблюдения

Вы можете четко увидеть вибрации по краю чаши, по которой ударили. Наблюдая это движение, вы увидите разные вибрации одновременно и сможете узнать что-то новое о форме звука. С помощью пробных упражнений вы сможете лучше настроиться на звук, воспринимать модели вибраций вне их слышимого спектра, даже когда звук прекратится. Звук чаши может быть настолько «вживлен» в ваше тело, что вы сможете воспринимать вибрации чаши, просто смотря на нее и даже не касаясь.

Каждый, кто настолько сильно станет связан со звуком, сможет, через некоторое время, развить внутренний опыт взаимоотношений между формой и звуком и даже видеть образы геометрических форм: форма звука отпечатывается непосредственно на внутренней стороне

сетчатки глаз. Для такого способа не нужны видимые глазом посредники — вода, песок или стекло, наглядно показывающие форму звука.

Гармоники

Особенное чувство можно испытать, используя технику, при которой гармоники чаши резонируют сильнее в вашей ротовой полости. Когда вы поете одну ноту, вы можете издавать гармоники, выпевая последовательно гласные буквы на одной ноте. Таким образом, ваша ротовая полость и язык принимают по очереди форму каждой гласной.

Переходя от «а» к «о» или от «е» к «о» на одном дыхании или просто выпевая такие слова, как «мой» на одном выдохе, вы можете издавать гармоники: сначала мягко и не спеша, а с опытом более четко.

Вода

Самый простой способ открывать что-то новое с чашей — наполнить ее водой. Начинайте с малого количества воды, постепенно добавляя. Если есть кольца по окружности внутри чаши, то, возможно, они указывают, на сколько нужно наполнить чашу водой, чтобы достигнуть желаемого результата. Но опять же открытия совершаются путем экспериментов.

Постепенно добавляя воду в чашу, вы увидите, какой эффект вода оказывает на звук. Сначала вращайте чашу, чтобы вода в ней тоже вращалась, затем ударьте или потрите край чаши. Посмотрите на узоры воды в чаше. Это может оказаться чаша-фонтан.

Несколько чаш вместе

Вы можете узнать о некоторых аспектах чаши так, как это описано выше. Если у вас есть несколько чаш,



очевидно, что вы совершите больше открытий. Я бы хотела отметить здесь следующее: самое большое открытие заключается в познании того, как чаши звучат все вместе.





Какой звук они издают, когда по ним ударяют одновременно: можно ли различить звуки, контрастируют ли они друг с другом, гармонируют ли они? Не гасят ли они друг друга (так же, как волны) или они образуют сочетания, создавая новые звуки (связи фаз)?

При внимательном прослушивании можно установить волновые модели, которые образуются при столкновении двух звуков. Некоторые чаши на первый взгляд издают одинаковый звук, но вы тут же чувствуете различие между ними. При внимательном прослушивании различие может быть установлено. Оно может содержаться в слышимых колебаниях и гармониках.

Взаимодействие чаш друг с другом может быть различным. Примером могут служить чаши приблизительно одного размера, которые при соприкосновении друг с другом создают такие сильные гармоника, что слышны все возможные тона, которые могут звучать при получении гармоник с помощью рта, расположенного точно между двумя близко поставленными друг к другу чашами.

Я была свидетельницей по-настоящему примечательной модели согласованной вибрации двух чаш, когда большую из двух положили вверх дном, а вторую поставили на эту чашу дном вниз. Когда меньшую чашу слегка повернули, она начала вращаться самостоятельно и две чаши вместе издавали странный свистящий, скользящий тон.

Открытое сердце и открытый разум

Стоит повторить, что чаши могут открыть доступ к пространству безграничных возможностей, как при экспериментировании с ними, так и через их внутреннее воздействие. Это не означает, что необходимо путешествовать по этому пространству во всех возможных направлениях. Поющая чаша — это нечто, от чего мы должны получать удовольствие без каких-либо скрытых мотивов. Преждевременные представления в возможных ощущениях будут лишь препятствием тому, что происходит в действительности. Если вы нетерпеливы в поисках чего-то нового, то открытий придется ждать намного дольше.

Это означает, что тот, кто ожидает что-то от звука, сделает самые большие открытия, ничего не ожидая. Открытое сердце и открытый разум — самые надежные указатели на пути во внутренние миры звука и самого себя. Когда вы слышите или чувствуете что-то, в любой форме, важно отметить это ощущение, прочувствовать и затем отпустить. Не придавайте этому большое значение. Не делайте каких-либо определенных выводов. Помните, что каждый подвержен изменениям, вследствие чего оказывает воздействие на звук разным образом. Многие из пережитых вами явлений повторятся. Если нет, то вы, по крайней мере, насладитесь ими без привязывания к ним, оставаясь открытым для других ощущений.

Терапевтическое применение

Поющие чаши оказывают воздействие на людей. В связи с этим они все чаще используются в терапевтических целях. Мы можем лишь предполагать, что по этому поводу сказали бы истинные изготовители чаш, кто бы они ни были. Хотя наш «целостный» образ мышления не делает различия между телом и духом, нам все же трудно не разделять их и не брать во внимание аналитический процесс мышления, к которому мы привыкли. С другой стороны, шаманский подход к единству души и тела был совсем другим. Это был подход, основанный не на интеллектуальных или устоявшихся знаниях, а на не сформулированных и чистых идеях. Это был природный подход, найденный по наитию. Мы не можем мыслить подобным образом в настоящее время; и нам не стоит стремиться делать это так, как они. Все, что мы можем сделать, это идти своим путем, участвуя в то же время на старых традициях.

Каждый, кто чувствует желание работать с поющими чашами для пользы других (в качестве звукотерапевтов или в сочетании с другими техниками); каждый, кто следует своей дорогой откровений в звуке и его воздействиях на душу и тело, может узнать о различных способах работы у практикующих звукотерапевтов, при лечении у них.

Каждый, интересующийся звуком, но не желающий иметь свою собственную чашу, может сам убедиться,



что лечение звуком или прослушивание концерта могут быть хорошим введением в работу со звуком.

Звукотерапевты иногда проводят семинары, на которых более глубоко рассматриваются восприятие звука и способы воздействия звуком. На этих занятиях встречаются единомышленники, способные работать вместе на пути познания. Совместно они делают новые открытия и ставят новые эксперименты.

Те, кто чувствует в себе уверенность, могут попробовать использовать свои знания по отношению к членам семьи и друзьям. Для учебного процесса важно выбрать желающих, которые готовы рассказать вам все, что испытывают на каждой стадии. Таким образом будущий терапевт может оценить, что происходит и какие эффекты достигаются. В будущем, когда «настоящие» пациенты будут у вас лечиться, не всегда будет можно спросить, что происходит и ощущается. Многие люди не способны описать свои ощущения и предпочитают усваивать их молча. Поэтому исследования и практика так же важны в звукотерапии, как и в любой другой терапевтической технике.



Часть 5

Звонящие блюда, колокола и дордже

«Прощай, — сказал мне Лис. — Вот мой секрет,
он очень прост: зорко одно лишь сердце.
Самого главного глазами не увидишь».

Антуан де Сент-Экзюпери
(Маленький Принц)



Звонящие блюда

Если вы посетите концерт поющих чаш, то столкнетесь с проникновенным поющим звуком звонящих блюдец.

Как поющие чаши, эти маленькие цимбалы, обычно привязанные к концам веревочки или кожаного шнура, являются ритуальными артефактами. Они используются в буддийских и шаманских обрядах. Точно неизвестно, кто первый начал их использовать, но установлено, что обычно они изготавливались из семи металлов, так же, как и поющие чаши. В звонящих блюдах железо заменено метеоритным веществом, «небесный металл» добывается из фрагментов метеоритов и придает инструменту жемчужный блеск. К сожалению, метеорит — необработанный материал, доступный в весьма ограниченном количестве по природе своей, поэтому не все звонящие блюда содержат данный металл. Готовый сплав выливают в форму и полученные изделия шлифуют до придания им нужной формы и чистого звука.

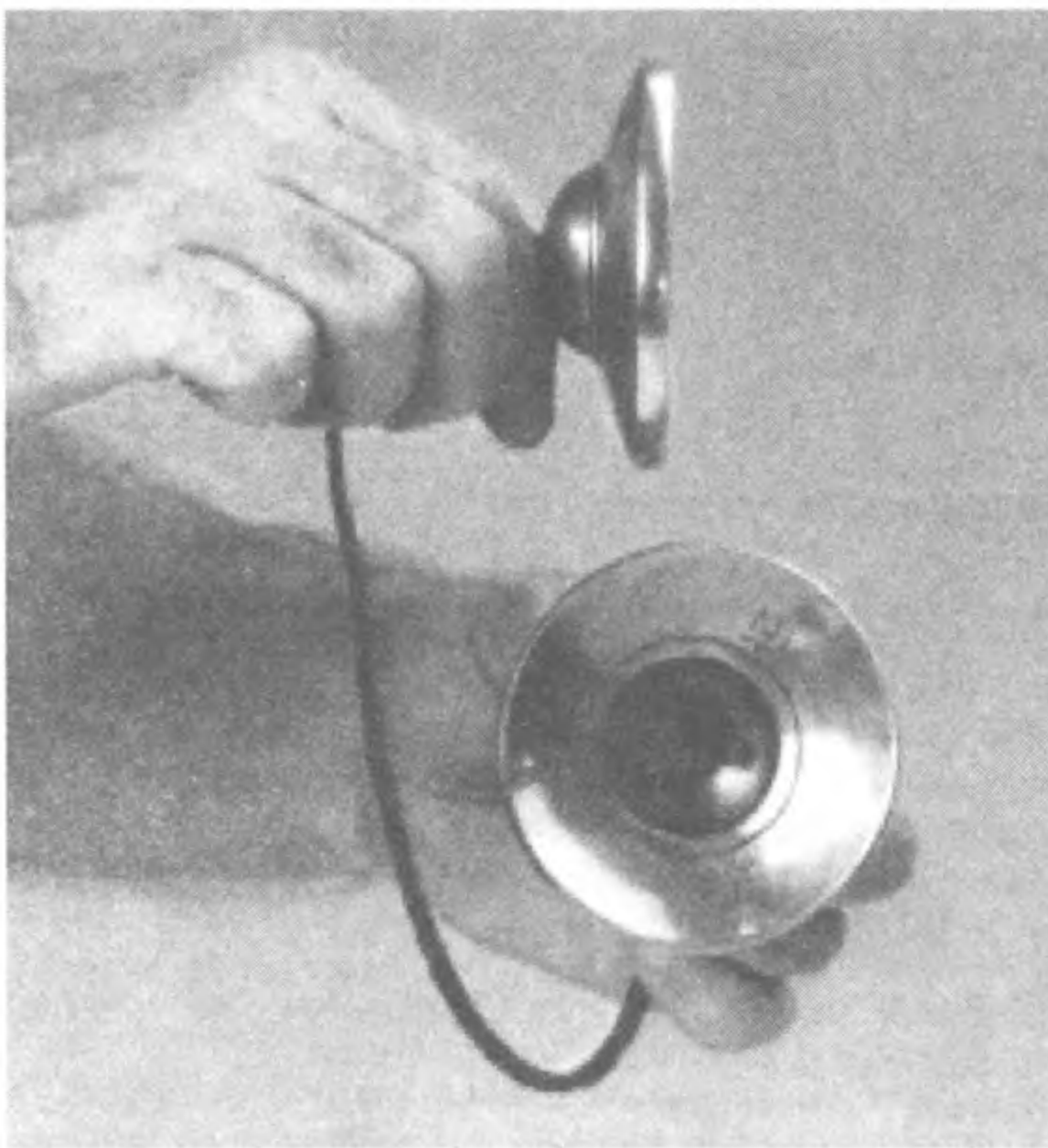
Звонящие блюда бывают разных размеров и обладают своим индивидуальным звучанием. Многие из них гладкие, но есть и украшенные блюда с изображениями драконов и восьми символов счастья, Аштамангалов.

Применение в медитации

Звук звонящих блюдец — это как вызов. Он возвращает человека к действительности. Блюда используются для обозначения начала и окончания медитации. В начале

вы отпускаете все, кроме чистого момента «здесь и сейчас»; в конце вы должны проснуться физически и духовно в «здесь и сейчас» материальной реальности.

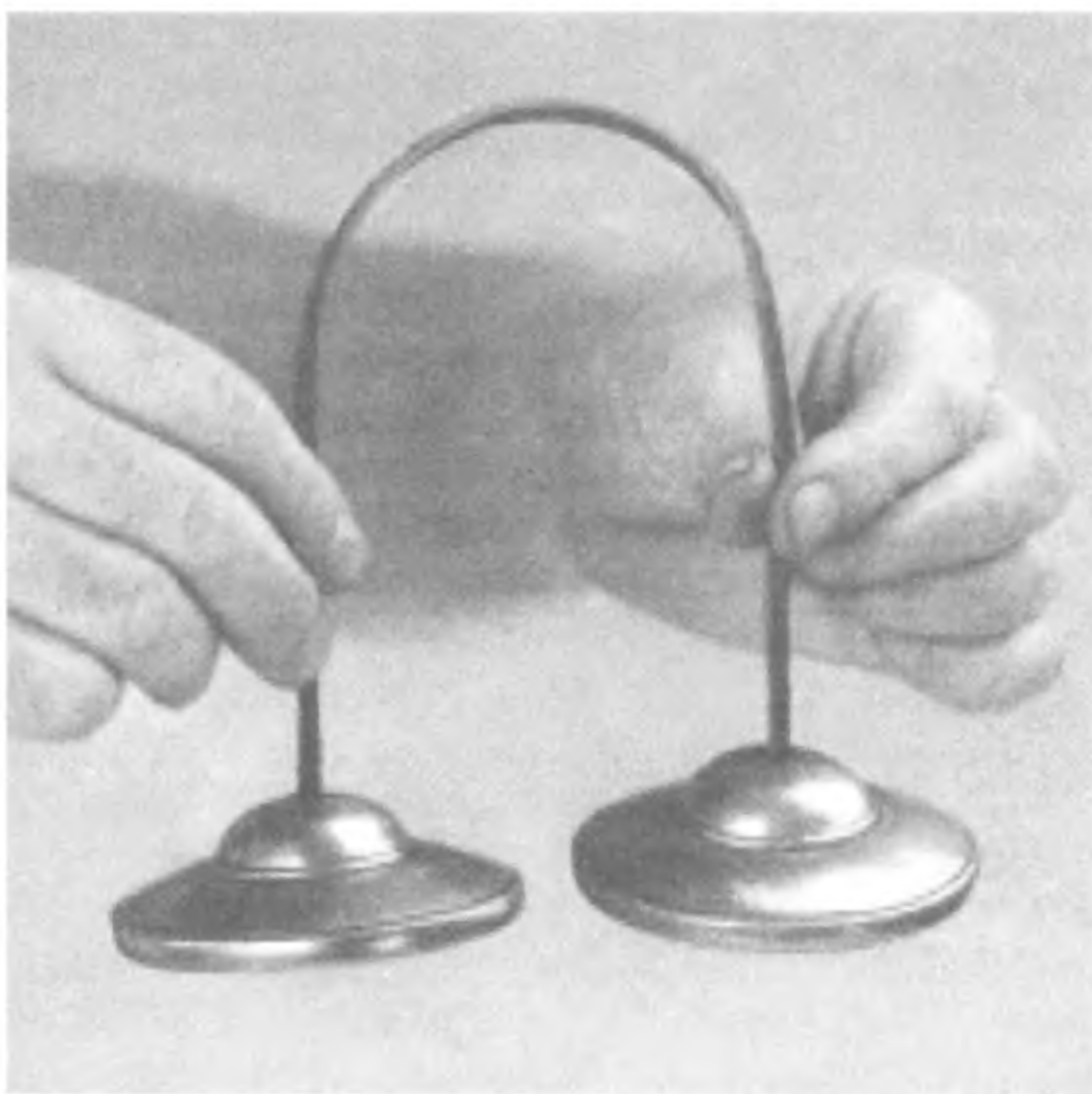
В ритуалах тибетской буддийской медитации блюда используются по-разному. Один из способов заключается в вызове: Будду, в одном из его состояний, божество или дух призывают этим звуком, который также является и подношением вызываемому существу.



Звонящие блюда должны быть расположены под правильным углом друг к другу, чтобы добиться звучного, проникающего эффекта



Другое применение встречается в медитативных упражнениях. Также как учитель Дзен возвращает учеников, сошедших с пути в медитации, в «здесь и сейчас», ударяя их по плечу бамбуковой палкой, учитель в тибетских монастырях возвращает заблудившихся учеников звуком блюдец, звеня ими перед глазами учеников и размещая блюда перпендикулярно друг к другу. Блюда разными своими сторонам издают разные звуки, а в



Если звенящие блюда свисают горизонтально, на одном уровне, каждое из них производит мягкий, светлый поющий звук. Эти звуки можно извлечь твердым деревянным или металлическим прутом

таком положении получается громкий пронизывающий звук. Не только потерявшиеся ученики, но и все присутствующие мгновенно возвращаются в центр своей медитации.

Ритуальное использование

Особым образом способность блюдец возвращать в здравый ум и твердую память используется в ритуальном обряде, известном как «Церемония голодных духов». Очень мало известно об этом ритуале. Ханс де Бэк описывает его следующим образом:

«У одного необычного духовного учителя были звенящие блюдца. После его смерти они хранятся в специальной маленькой коробочке. Они состоят из одного блюдца на веревочке, сплетенной из серебряных, коралловых и бирюзовых нитей, и с костью на другом конце (обычно принадлежавшей умершему владельцу), которой ударяют по блюдцу.

Церемония проходит так: определенное количество монахов (4, 7 или 12) идут к берегу озера. Они поют гармоника и звенят блюдами два или три раза. Так они призывают дух владельца. Не разрешается иметь прямой визуальный контакт с духом. Поэтому на головы монахов накинута специальные капюшоны, так что они могут видеть лишь поверхность воды и отражения в ней.

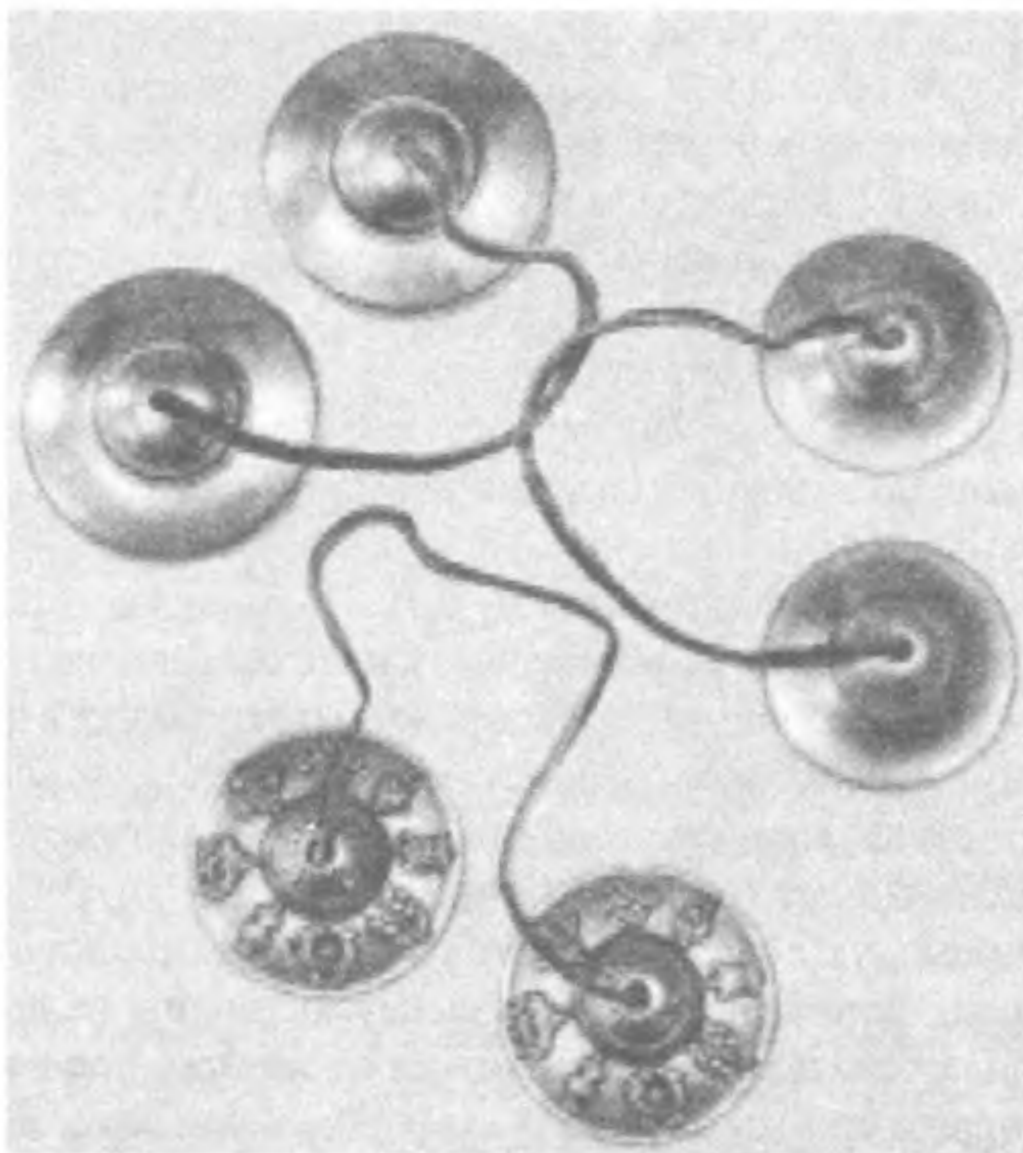
Дух, вероятно, вызывается для особого духовного напутствия, которое позволит монахам взглянуть на их проблемы в другой плоскости.

Когда дух хочет закончить связь, монахи поют гармоника, колебания которых вызывают волны на воде. Волна позволяет духу отделиться от земного уровня, к которому он был вызван».



Терапевтическое использование

Хотя мы не описали специфическое терапевтическое применение поющих чаш, нужно сделать исключение для особенного использования чистого и очищающего звука звенящих блюдец. Сейчас мы знаем достаточно много об аурах и что может быть сделано для ауры. Когда наше тело из плоти и крови повреждено, мы знаем, что мы можем сделать сами или к кому обратиться за помощью. Но человек состоит не только из физического тела и ауры. У него есть несколько тел. Одно из них называется эфирным телом. Оно расположено вокруг тела над поверхностью кожи, и многие люди спо-





собны увидеть белые неясные очертания, немного большие, чем физическое тело.

Эфирное тело действует как универсальный информационный фильтр. Другими словами, вся внешняя информация любого рода принимается этим телом и передается в нужное место. Таким образом все, что приходит извне, правильно поглощается, и мы можем реагировать должным образом. Обладая целым эфирным телом, человек может справиться со всем, что с ним происходит, и может ответить соответствующе. Он обладает большой сопротивляемостью к панике. Когда есть слабые места или пустоты в эфирном теле, реакции человека к внешним раздражителям могут значительно измениться. Они становятся медленнее и неадекватными, и человек больше подвержен панике.

Пустоты в эфирном теле появляются вследствие употребления наркотиков (включая и так называемые легкие наркотики) и определенных аллопатических медицинских препаратов, таких как антибиотики. Эфирное тело имеет способность к восстановлению, но если пустоты обширны, данная способность слабеет и требуется длительный период времени, чтобы тело полностью излечилось. Звук, и в частности звук звенящих блюдец, может в значительной степени способствовать восстановлению. Подобное звуковое лечение может быстро помочь сформировать новую сеть связывающих нитей, чтобы пустоты легче и быстрее восстанавливались.

Лечение при помощи звенящих блюдец основано на очищающем воздействии их звука. При издавании звуков звенящими блюдами в четырех углах комнаты энергия, присутствующая в комнате, растворяется в вибрациях звука и комната становится более «открытой» и нейтральной.

Колокола и дордже

Колокол — инструмент духов и богов, как и звенящие блюда. В шаманизме колокола используются для вызова духов: их звук представляет собой воздух, сферу обитания звуков. В буддийских молитвенных службах колокол звучит в тот момент, когда статуя Будды, в честь которого совершается ритуал, находится в комнате. Звук колокола рассматривается как дар Будде.

Колокола изготавливаются из бронзы, часто с добавлением серебра; звук частично зависит от количества серебра в колоколе. Выбор звука — вопрос очень личный. Как сказал мне лама: «Ты должна следовать за чувством собственного сердца».

Любой, кто считает колокол лишь инструментом звука, теряет его огромное значение в тибетской традиции, обычно в символическом союзе с дордже.

Чтобы понять это, мы, прежде всего, должны немного больше узнать о буддизме.

Буддийская философия основана на «Четырех священных истинах»:

- 1) человек страдает, потому что он привязан к земному существованию;
- 2) причинами страданий являются желания, ненависть и невежество;
- 3) страдания можно облегчить;
- 4) это может быть достигнуто разрушением его причин.

Каждый человек может достигнуть просветления, если будет следовать правильным путем.

Каждая буддийская школа принадлежит к одному из трех основных движений: Хинаяна, Махаяна и Ваджраяна или Тантраяна. В Махаяне и Тантраяне признано, что полное спасение может быть достигнуто лишь тогда, когда каждое живое существо будет просвещено. Каждый, ищущий просвещения, делает это во имя всех живых существ. Ламы — живые просвещенные указатели на этом пути. Изображения Будды (принципы просвещения), абстрактный бодхисаттва (физические стороны помощи и сострадания) и боги (одушевление всех сторон человеческой природы) способствуют этому. Они сопровождаются многообразием символических предметов.





Сочетание порядка и мудрости составляет основной принцип тантризма. Порядок рассматривает как сострадание, мудрость — как сущность, способная постигнуть пустоту. Термин «пустота» означает, что ничто не существует само по себе. Все, что мы ощущаем, существует лишь потому, что есть нечто, являющееся причиной этому.

Колокол (санскрит: ганта; тибетский: дрил бу) и алмазный скипетр или молния (санскрит: ваджра; тибетский: дордже) являются символами мудрости и порядка. Дордже символизирует пустоту, мужское начало, средство спасения. Колокол символизирует пустоту, женское начало, мудрость. Когда они встречаются, достигается внутреннее таинственное единство.

Во время групповой молитвы, дароприношения и садханы (индивидуального способа самореализации) колокол и дордже используются в ритуальных движениях, мудрах. Когда человек, совершающий ритуал, хочет выразить внутреннее мистическое единство, он скрещивает руки на уровне сердца в позе махамудра, выражающей состояние, в котором воплощается наиболее полное просветление (*маха* — большой, *му* — пустота мудрости, *дра* — все).

В Тибете махамудра обычно называется «таб шераб». В тантрической традиции дордже и колокол являются инструментами ламы, потому что только лама с высоким уровнем развития способностей постоянно находится в таб-шераб, и только лама может перенести это состояние на другие живые существа. Это происходит только тогда, когда ученик прошел достаточное количество посвящений на пути к просветлению и может использовать свои собственные колокол и дордже. Считается, что простое держание в руках связанных предметов не имеет какого-либо эффекта: эффект достигается,

лишь когда сердце способно усвоить символическое значение и имеет место для этого.

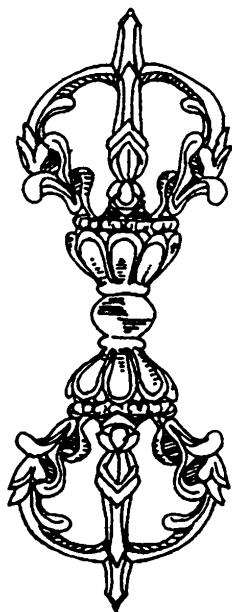
Каждый, кто связан с чистым звуком колокола и приобрел его для использования в медитации, по крайней мере, может попробовать усвоить это символическое значение. Пустота символизируется его звуком. Этот звук — не независимый объект, он издается, только когда есть колокол, язык и тот, кто их сталкивает. Из этого столкновения появляется звук. Таким образом, звук создается из пустоты и затем исчезает в пустоте. Вот упражнение, которое вы можете проделать с колоколом:





освободите свой разум, все, что в нем есть, исчезает. Когда ваш разум максимально пуст, пробейте в колокол. Слушайте, как извлекается звук, как он резонирует и как, в конце концов, затухает...

Колокол и дордже являются только внешними символами внутреннего состояния, но их внешнее строение также символично; у каждой части — свое значение. Эти значения вкратце пересказаны на следующих страницах. Для более подробного знакомства с этими аспектами обратитесь к «Книге Будды», которая включает в себя полное исследование пяти «семей Будды».



Дордже

В так называемой «мирной» дордже концы спиц соединяются; в «злой» дордже спицы расходятся. У ритуальных предметов, таких как колокол, кинжал и топор, ручки заканчиваются головками дордже; у каждой дордже две головки; существуют также двойные дордже с четырьмя головками, но они редки и встречаются только на картинках. Верхняя часть дордже представляет мужское начало; нижняя часть — женское начало.

Сверху вниз мы видим следующие особенности:

Соединяющиеся пять спиц, символизирующие пять абстрактных Будд, представляют собой пять форм мистической мудрости. Четыре боковые спицы выходят из открытой пасти морского чудовища и символизируют освобождение из круга превращений.

Ниже расположено полушарие с восемью лепестками лотоса, представляющих восемь Бодхисаттв.

Центр дордже — шар, символ синтеза, в котором все заключено. Нижняя половина дордже представляет собой зеркальное отражение верхней части. Восемь лепестков Лотоса символизируют восемь дакинь (богинь) Бодхисаттв, а пять спиц — пять Буддадакинь, или «матерей».



Колокол

Ручка колокола представляет собой головку дордже, стоящую на диске луны. Ниже расположено лицо.

По одному из мнений, это лицо богини или женского Бодхисаттвы, Праянапарамита, воплощение полной абстрактной мудрости; согласно другому мнению, это лицо Виарокана, воплощение универсальной истины, Дхармы.



Рассматривая внешнюю часть колокола сверху, вы увидите мандалу.

От центра вниз расположены следующие элементы: круг из восьми лепестков лотоса, которые образуют мандалу голоса богов с заклинанием пяти джинов, написанных на лепестках. Ниже по окружности колокола идет декоративная полоса, на которой обычно изображают дордже.

Ближе к краю колокола изображены ровно 51 дордже, которые представляют 51 маленькую неизвестность, которую можно разрешить с помощью колокола.

Звук мантры колокола звучит «Ом», что символизирует идеал и считается звуком тела, голоса и духа Будды, так же как и голосом всех богов вместе.



Иконография

В богатой иконографии Махаяны и Тантраяны дордже и колокола являются обычными изображениями. Дордже часто встречается без колокола с другими атрибутами, но колокол очень редко можно встретить без дордже. Например, Будда Амитабха в тантрическом союзе

со своим женским партнером использует колокол и чашу подаяний, в которой дает почки дерева ашока, как символ беззаботно счастливого блаженства внутреннего рая Сукхавати, властелин которого — Ами табха.

Будда Амогхасиддхи использует колокол и меч, символическое средство уничтожения невежества на картинах, где он изображен в тантристском союзе со своей Тарой.

На некоторых картинах изображен Вайрокана с колоколом и дармачакрой (колесом истины).

Вайрокана, которого можно встретить в качестве подлинного Будды, называют Вайрадара, когда он изображен в классической махамудре с колоколом и дордже.

Встречают картины с Вайрасаттвой, на которых он изображен с колоколом и дордже в другой позе. В Непале этот Будда изображен как первоначальный Будда, появившийся ранее других, «властелин, созданный из самого себя». В Тибете его называют «Дордже Семпа», и он является сущностью тела всех Будд. Дордже и колокол символизируют идеальное сострадание и совершенную мудрость, а его молитва — абсолютная радость. Он изображен на предыдущей странице.

Лама за работой

Случай увидеть ламу за работой с дордже и колоколом исключителен. Это описывается словами, полными удивления и уважения, во многих книгах о Тибете и тибетском буддизме. Мне представился подобный случай, когда я навещала ламу Гаванг в Лелистаде, Нидерланды. Его великолепные колокол и дордже, украшенные бирюзой, лежали перед ним на садовом столике под солнцем. Лама Гаванг объяснял мне, что он делал.

— Колокол — женское начало; дордже — мужское начало. Но женское сердце направлено вправо, а мужское



сердце направлено влево; поэтому мы размещаем дордже слева, а колокол справа перед собой.

Когда лама выполняет ритуал для себя, лицо на колоколе повернуто к нему, но когда ритуал предназначен для других, он разворачивает колокол лицом к другим.

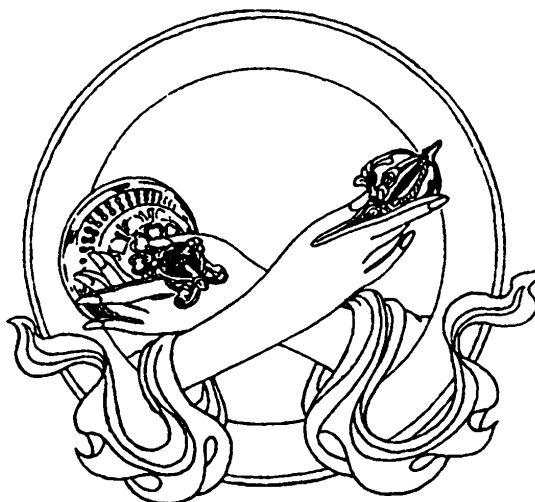
Сначала берется дордже правой рукой, мужской рукой, а затем берется колокол левой рукой, женской рукой. Руки ламы описывали красиво очерченные дуги, дордже и колокол постоянно перемещались в легкой плывущей манере.

Лама объяснял: «Движения рук символизируют действия богов в танце». Мое внимание было полностью приковано к этому танцу, но движения прекратились раньше, чем я успела их хорошенько рассмотреть.

Лама скрестил руки на груди с легкой спокойной улыбкой. Он сказал:

— Дордже нужно держать немного выше, чем колокол. Это таб-шераб. Таб уменьшает собственное «я», шераб очищает его. Когда эго уходит, исчезают и страдания. Достигать этого — работа ламы; задача учеников медитировать и брать силы от эго.

Лама — проводник. Тилопа, основатель нашего ордена Кагьюпа, говорил своим ученикам: «Я показал вам как идти к Будде. Но идти вы должны сами».



Заключение

Только звук —
но затем был вечер
летнего дождя.

Исса
(японский поэт)



. В чаше блестит вода.

Сначала я легко ударяю по краю чаши, затем немного сильнее. Сначала медленно, но затем все быстрее и быстрее...

Вода в чаше покрывается рябью в форме правильного узора «елочкой»; тот же, бесконечное число раз повторенный удар, выгравированный на боковой стороне чаши.

Вдруг чудо повторяется снова. Капли воды взлетают в четырех местах, выше и выше, пока круглые серебряные капли не распыляются на несколько сантиметров над краем чаши и затем падают в чашу с чистым брызгающим звуком, сопровождающим знакомое пение чаши — со сверкающим звуком.

Я не знаю, откуда появилась эта чаша, когда она была изготовлена, кем и почему. Даже после долгого изучения я этого не знаю. Я не знаю, намеревался ли творец создать эти восхитительные эффекты, когда придавал форму чаше ударами молотка, следы которого до сих пор видны, и когда он выгравировал рисунки и накладывал матовый черный слой лака, наполовину содранного.

Возможно, он рассмеялся бы от недоумения, увидев, что я делаю. Возможно, он был бы счастлив, что его изделие до сих пор используется. Возможно, он подумал бы, что я глупа, потому что, очевидно, что я не понимаю. Но зачем мне об этом беспокоиться?

Что действительно важно, так это звук...

Фирма «ДИЛЯ»

приглашает к сотрудничеству книготорговые организации,
а также на конкурсной основе авторов и правообладателей.

Москва: тел. (495) 651-05-65 (многоканальный)

Санкт-Петербург: тел./факс (812) 378-39-29

107082, Россия, Москва, Рубцовская набережная, д. 3, стр. 4

www.dilya.ru

E-mail: dilya2@list.ru (Москва)

spb@dilya.ru (Санкт-Петербург)

Уважаемые читатели!

*Книги «Издательства «ДИЛЯ» вы можете приобрести
наложенным платежом, прислав вашу заявку по адресам:*

198095, СПб., Митрофаньевское шоссе, д. 18, литера Ж,

ООО «Фирма «Диля».

E-mail. post@dilya.ru

190000, СПб., а/я 333, «Невский Почтовый Дом», тел. (812) 434-91-39

E-mail: nevpost@yandex.ru

Почтовый каталог книг «Издательства «ДИЛЯ» высылается бесплатно.

Просьба не забывать указывать свой почтовый адрес, фамилию и имя

Руди Янсен Е.

ПОЮЩИЕ ЧАШИ

Практическое руководство по применению

Ответственный за выпуск	<i>С. С. Раимов</i>
Ведущий редактор	<i>Т. В. Ананченко</i>
Художественный редактор	<i>И. Н. Фатуллаев</i>
Корректор	<i>Л. Г. Алёшичева</i>
Оформление	<i>К. Б. Муганлинский</i>

Подписано в печать 19.05.09. Гарнитура Times.

Формат 84x108 1/32. Усл. печ. л. 5,04. Печать офсетная.

Доп. тираж 3000 экз. Заказ № 1489-2.

ООО «Издательство «ДИЛЯ»

198095, Санкт-Петербург, Митрофаньевское ш., д. 18 лит. «Ж»

Отпечатано по технологии СtР

в ИПК ООО «Ленинградское издательство»

195009, Санкт-Петербург, ул. Арсенальная, д. 21/1.

Телефон/факс: (812) 495-56-10