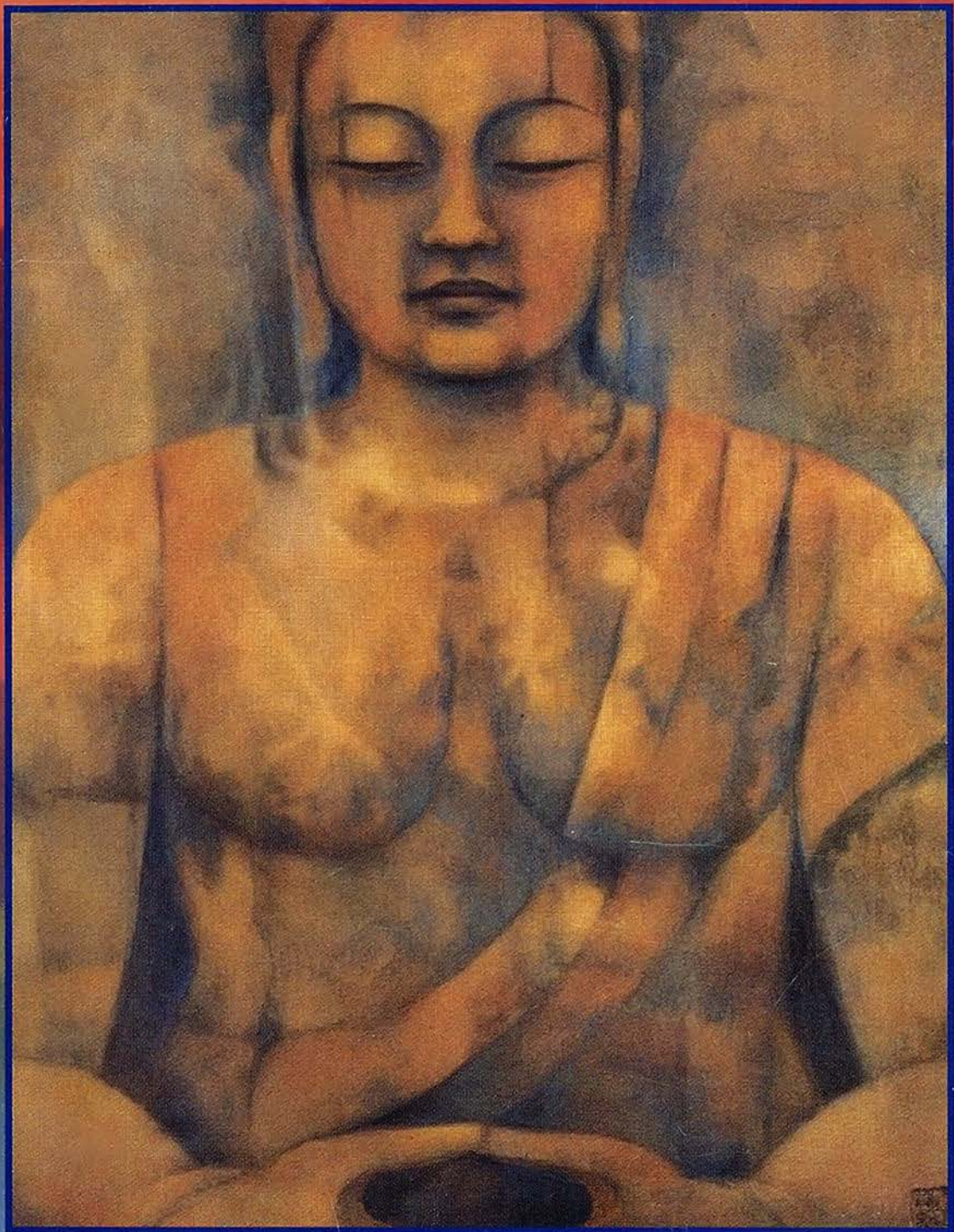


Ден Мин Дао



Медитации Дао
на каждый день

В современном западном мире тысячи людей изучают Дао для того, чтобы получить ответы, которые они не могут отыскать в своей культуре. Многим людям, ступившим на путь духовного развития, недостает попутчика. Книга «Медитации Дао на каждый день» станет для вас таким попутчиком. Она откроет вам высоту и глубину духовной жизни.

В своей книге «Медитации Дао на каждый день» Денг Минг-Дао призывает нас самостоятельно исследовать жизнь. Так человек приобретает подлинный опыт. Поэтому Денг Минг-Дао настоятельно рекомендует людям медитировать. Гораздо лучше оторваться от безжизненных священных писаний и обратиться прямо к Дао, как оно есть. Людям нужно осознать уникальность своего времени, избавиться от оков отживших форм практики и приспособить технику к своим нынешним потребностям.

ПРЕДИСЛОВИЕ

В наше время люди активно интересуются даосизмом. Повсюду, начиная книгами по искусству и заканчивая философскими трактатами, мы видим ссылки на даосизм. Сейчас искусству тай-цзи цюань учат в учебных заведениях. Духовные искатели изучают даосизм и медитируют. Ученые признают, что даосизм оказал значительное влияние на дзен буддизм (именно даосизм придал дзен буддизму черты, отличающие его от индийского буддизма). Нам хорошо известно о том, что такие китайские классические поэты, как Ли По и Ту Фу, сознательно включали в свои произведения даосские темы, и каждое крупное здание в Китае даже в наше время проектируют согласно даосским принципам фэн-шуй.

Читатель может решить, что в последние триста лет не написано ни одной стоящей книги о даосизме, и его можно понять, ведь книги Дао де Цзин, И Цзин и Чжуан-Цзы в наше время столь популярны, так часто переводятся и издаются, что их можно отыскать почти в любом книжном магазине. Все эти книги были написаны во времена династии Чжоу. Прочие труды представляют собой трудные для понимания алхимические тексты, ученые описания или руководства в таких узких областях, как сексология, физические упражнения или мифы и предания.

Читатели, интересующиеся даосизмом, наверняка видели большую часть этих книг, и все же журнальные статьи, вопросы на лекциях и путаница, возникающая у людей в отношении даосских принципов, показывает нам, что основная часть литературы о даосизме недостаточно эффективно помогает внедрять даосские принципы в повседневную жизнь. И это не удиви-

тельно. Как правило, переводчики сами не обучались даосизму, поэтому их переводы зачастую грешат абстрактными терминами широкого толкования. Если читатели хотят развиваться, прочитав популярные книги о даосизме, перед ними открывается не очень широкий ряд возможностей.

Нам не хватает книги для тех, кто пытается в современном мире жить согласно принципам даосизма. Такая книга должна передавать традиционный даосский дух лирического мистицизма, при этом следует учитывать западное мироощущение. Даосизм сохранил столь большое влияние на китайскую культуру (и поныне он пронизывает обыденную жизнь азиатских народов) потому, что он связывает великим множеством нитей разные проявления восточной культуры. Когда книги о даосизме переводят на языки западных народов, изречения кажутся читателям эксцентричными, чуждыми, экзотическими и таинственными. То, что по-английски звучит причудливо, в китайском варианте совершенно просто. Можно ли увидеть Дао в повседневной жизни, не взирая на место и культуру? Наша книга «Медитации Дао на каждый день» покажет читателям Дао в обычной жизни. Книга, которую вы держите в руках, написана не о традиционном даосизме. В ней Дао показано в повседневных, обычных вещах, событиях и явлениях.

Для того чтобы избежать туманных эзотерических терминов, в этой книге вовсе не используются такие слова, как *даосизм*, *даос*, а также многие другие китайские слова. Уступку сделали только слову «Дао». Для разнообразия в книге также используется синоним слова «Дао»: *Путь*. К Дао не следует относиться как к исключительно ученому, метафизическому термину.

Традиционный даосизм часто был непонятен, неясен, и на переводах даосских текстов отражался этот подход иносказаний и намеков. Но читатели смогут применить простое и понятное послание книги «Медитации Дао на каждый день» в своей обыденной жизни.

Дао изначально предполагает, что человек, занимающийся внутренним развитием, со временем может начать воздействовать на окружающих. Это очень важная черта практики Дао. Люди, практикующие Дао, сталкиваясь с неприятными сторонами жизни, в первую очередь стремятся сохранить свое сокровенное естество, что явно противоречит ментальности современных людей. Например, если мы подходим к реке и видим, что она очень широка, то строим через нее мост. Если кто-то нападает на нас, мы приписываем эти действия его дурному характеру и просим кого-то обуздать обидчика. Если мы хотим изучить что-то далекое, то быстро преодолеваем расстояние до желанного объекта, чтобы исследовать его.

Подход тех, кто практикует Дао, совсем другой. Не то чтобы они никогда не строили мосты, не боролись с агрессорами и не исследовали дальние страны, просто они неизменно учитывают и другие стороны событий и явлений. Подойдя к реке, они спросят себе, так ли важно строить через нее мост. Может быть, есть какая-то иная причина их неудовлетворенности своим положением? А вдруг постройка моста лишит равновесия ситуацию в обществе, природе, экономике и даже эстетике?

Если на человека, практикующего Дао, кто-то нападает, он задается вопросом о том, не спровоцировал ли он обидчика на враждебные действия. Можно ли было в таком случае предотвратить нападение? Разумеется, он станет защищаться, но даже в таком случае

его самозащита будет опираться на длительную уединенную духовную практику и не будет представлять собой ожесточенную агрессию, направленную на внешний объект.

Люди, которые практикуют Дао, хотят познать себя прежде, чем начать исследовать более далекие понятия. Они полагают, что внешний мир познается только через внутреннюю точку зрения. Поэтому они занимаются самопознанием перед тем, как начать пытаться познавать других.

Саморазвитие – вот основа познание Дао. Во внешнем мире можно получить проблеск Дао, и все же люди должны оттачивать свою чувствительность для того, чтобы постигать шедевры.

Книга «Медитации Дао на каждый день» приглашает вас каждый день ступать по духовному пути, практиковать Дао. Если вы преуспеете на духовном пути, тогда книги и попутчики исчезнут, и вы станете повсюду видеть чудеса Дао.



1 января / Начало

*Пришла пора отправляться в дорогу,
Все признаки сулят нам добрый путь.*

Поначалу мы полны радужных надежд. Мы готовимся к новому путешествию. Возможно, мы ожидаем в будущем увидеть в пути удивительные вещи; весь ваш путь заключен в этом первом миге: оптимизм, вера, решимость, невинность.

Для того чтобы начать, мы должны принять решение. Мы каждый день принимаем решение практиковать саморазвитие. Мы должны установить крепкую связь со своим внутренним миром. Внешние вещи и явления не имеют никакого значения. Одинокие и незащищенные, мы вступаем на тернистый путь жизни. Поэтому мы должны сами что-то предпринять, преобразить себя в средство переживания сокровенной духовной сути жизни.

Когда мы примем это решение, все станет само приходить к нам. Благоприятные знаки это не суеверие, а подтверждение, ответ нам. Говорят, что, если человек решает молиться камню с большой преданностью, тогда оживает даже камень. Точно так же, когда мы решаем заняться своим духовным развитием, тогда даже горы и долины пульсируют в унисон с нашим безупречным намерением.

2 января / Омовение

*Умойтесь днем,
Смойте свои сновидения.
Защитите своих внутренних богов
И проясните сокровенный дух.*

Каждая практика начинается с очищения. Первым делом мы начинаем мыть свое тело, но не для того, чтобы выразить телу свое отвращение, а чтобы очистить его. Чистое тело помогает нам ощутить божественность.

Мы смываем свои сновидения и тем самым говорим, что мы должны развеять иллюзии и тревоги не только жизни во сне, но и жизни в бодрствовании. Вся жизнь представляет собой сновидение, и не потому, что ее нет, а потому, что каждый из нас придает ей собственный смысл. Мы должны избавиться от такой привычки.

Умываясь, мы естественным образом смотрим в себя. Согласно одному поверью, в теле обитают тридцать шесть тысяч богов и богинь. Если мы постоянно едим плохую пищу, отравляем себя, позволяем грязи и мусору скапливаться рядом с нами или внутри нас, тогда эти боги брезгливо отворачиваются от нас.

И все же в конечном итоге мы должны превзойти этих божеств в храмах наших тел и обратиться к вселенскому Единству. После того как мы очистились от омрачающих нас слоев грязи, телесных недугов и заблуждений, мы должны приготовиться освободиться даже от самих богов, чтобы достичь внутреннего единства.

3 января / Преданность

*Выпрямите извилистый путь
И научите прямой путь течь.
Наберите воду, огонь и свет.
Сведите мир в единую точку.*

Если у нас есть преданность (абсолютная вера в свой духовный путь и приверженность только ему), тогда сама наша решимость будет естественным образом придавать нам сил ступать по пути. Перед нами возникает все меньше препятствий. Наш путь, прежде извилистый, становится прямым. И не важно, что пытаются мешать нам достичь своей цели, мы все равно не остановимся в испуге.

Правильная преданность это не только способность удерживать направление пути. Она включает в себя стойкость. Наши тела, сердца, сила духа – все это следует сосредоточить на том, что мы хотим добиться. Мы сможем воспитать в себе абсолютную преданность, только если объединим все свои внутренние составляющие. Теперь нам все близко, все распахивает перед нами свои двери. Поэтому говорят, что мир подобен единой точке, ведь наша преданность столь велика, что вне нее просто совсем ничего не остается.

4 января / *Отражение*

*Луна над водой.
Сидите в уединении.*

Если вода спокойна, тогда луна будет четко отражаться в ней. Если мы сможем обрести безмятежность, то будем в совершенстве отражать божественность. Но если мы ушли с головой в суету ежедневной рутины, если мы стараемся навязать свое миропонимание естественному ходу вещей, если мы позволяем себе относиться к жизни эгоцентрично, тогда на поверхности нашего озера появляется рябь. И в таком случае мы уже не можем воспринимать Дао.

Не нужно пытаться успокоиться усилием. Подлинная безмятежность легко возникает в минуту уединения, когда мы позволяем своему уму прийти в состояние равновесия. Вода стремится обрести свой естественный уровень – точно так же ум притягивается к святости. Грязная вода станет чистой, если ее не мутить – точно так же ум станет чистым, если позволить ему успокоиться.

Ни вода, ни луна не делают никаких усилий для того, чтобы отражать. Таким образом, медитация станет естественной и непосредственной.

5 января / Звук

*Ветер в пещере:
Движение в покое.
Сила в тишине.*

В пещере все внешние звуки заглушаются камнями и землей, но тогда мы получаем возможность слышать биение своих сердец, свое дыхание. Точно так же, созерцательная безмятежность отключает нас от шума мирской суеты, но позволяет нам слышать тонкие вибрации нашей жизни.

Если человек слушает не ушами, а естеством, то может воспринимать тонкие звуки. Проникнув в звук, мы входим в обитель высшей чистоты. Поэтому многие религиозные традиции предписывают читать молитвы в качестве подготовки к медитации. Религиозные люди понимают, что тот, кто повторяет строки молитвы, погружаясь в звук, приходит к святости.

Глубочайший звук это тишина. Такое утверждение может показаться парадоксальным, только если считать безмолвие отсутствием признаков жизни. Но для созерцателя тишина это звук, объединенный со всеми его противоположностями. Это одновременно звук и беззвучие, и медитация приобретает большую силу именно благодаря соединению этих понятий.

6 января / Возникновение

*Ночью льет дождь, гремит гроза.
Рост сопровождается потрясениями.
Выражение и продолжительность
Появляются в первый миг.*

Ничто не может вечно быть неподвижным. Зимние бури могут что-то разрушить, но они также пробивают для жизни новый путь. Если что-то сметается ветром жизни, в том нет ничего дурного. Новые существа должны получить возможность возникнуть и пойти по своему жизненному пути.

Рост сопровождается потрясениями. Когда росток ломает скорлупу и пробивается на поверхность земли, происходит выброс жизненной силы, которая долго накаливалась в семени. Нам кажется, что росток возник неожиданно, но он появился как следствие невидимых и тонких процессов.

Когда молодое растение тянется ввысь над землей, в нем уже есть образец взрослого растения, согласно которому он превратится в огромное дерево. Для удачного роста ему нужны правильные условия и подходящее время года, и все же ничто не может повлиять на врожденную природу семени. Растение просто в полной мере реализовывает свое предназначение. Поэтому, когда росток только еще показался над поверхностью земли, мы уже можем судить о том, каким будет растение, когда достигнет зрелости.

7 января / Невозмутимость

*Студеный ветер сковал гору,
Колет холодом стволы деревьев.
На ветвях застыли капли дождя.
На землю падают драгоценные камни.*

Зимой деревья сбрасывают листья. Некоторые деревья даже падают во время бурь, но основная их часть стоит терпеливо, принимая свою судьбу.

Деревья стойко терпят дождь, снег, ветер и холод. Они покрываются ожерельем из блестящих дождевых капель, сияющих льдинок или коронами снега, но не обращают на все это никакого внимания. Они не беспокоятся, когда такое роскошное чудо срывается и падает на землю. Деревья просто стоят и ждут, и стороннему наблюдателю кажется, будто сила роста дремлет в них, а между тем внутри деревьев незаметно кипит работа, и скоро на ветвях появятся почки.

Деревья невозмутимы, они верны своей внутренней природе. Так они набирают силу, которая позволяет им устоять против превратностей судьбы, против искушений жизни. Ни радости, ни горести не изменят подлинную природу деревьев. Мы должны уподобляться деревьям. В нашей жизни возникают то белые, черные полосы, но мы должны сохранять невозмутимость в обоих случаях. Не важно, каково нам приходится, мы все равно должны быть верными своему сокровенному естеству.

8 января / Работа

*Дровосек работает в любую погоду.
Рубя дрова, он одновременно
Действует и бездействует.*

Даже когда валит снег, дровосек должен рубить дрова. Если он перестанет работать, тогда его родня и он сам будут мерзнуть, и все люди, которые зависят от его заработка, умрут от голода. Но дровосек учитывает времена года. Он уже успел как следует потрудиться и сложил чурбаки во дворе дома. Когда ударят первые морозы, он станет пилить чурбаки на топку. Зимой его труд кажется необременительным, потому что он проявил смекалку в предыдущие времена года.

Когда он рубит дрова, то должен ставить чурбаки на колоду и заносить над головой топор. Но дровосеку следует расщеплять чурбаки вдоль волокон, при этом топор должен падать под собственным весом. Если дровосек попытается расщеплять чурбаки против волокон, то лишь зря растратит свои силы. Если он будет с усилием бить по чурбаку, из такой работы тоже ничего хорошего не выйдет.

Мы можем уподобиться дровосеку. Мы будем благоденствовать, если сможем работать, приспособиваясь к обстоятельствам жизни. Что касается времени и метода, то подлинный труд это уже полдела, поскольку вы умеете так направить свою работу, что она будет выполняться сама собой.

9 января / Оптимизм

*Синее небо проясняется,
Голые ветви что-то сулят нам.
Зимой случаются солнечные дни.
В зрелости порой возвращается детство.*

Зимой природа кажется нам дремлющей. Кажется, что дождю или снегу нет конца, ночи бесконечно долгие. Затем однажды небо проясняется, небо становится ясно-синим. Теплеет, от земли поднимается туман, воздух приятно пахнет водой, глиной и мхом. Люди покупают новый садовый инвентарь, хотя ветви деревьев еще серые и безлистые. Люди преисполнены оптимизма, так как они знают о том, что скоро холодам придет конец.

В зрелом возрасте мы часто воспринимаем ответственность с отвращением. С какой стати нам копать землю, если погода не благоволит нам? Мы считаем деятельность лишь обязательством и противимся своей судьбе. Но мы обретаем гармонию, когда работаем в подходящее время. Когда мы что-то делаем в добрый час, наши труды вознаграждаются сполна.

Один старик вышел на пенсию и начал разбивать фруктовый сад. Все смеялись над ним. Зачем ему сажать деревья? Ему говорили, что ему никогда не доведется полакомиться плодами этого сада. Но старик не смутился, он все равно ухаживал за саженцами. В конечном итоге, он все же увидел, как расцвел его сад, и отведал его плоды. Все мы нуждаемся в таком оптимизме, в детской невинности и надежде.

10 января / Горе

*Ночь, крошечная тьма,
Всполох искры.
Пожар.*

Горе приходит к нам в недобрый час. Оно накрывает нас с головой, и нам остается только принять его. Горе меняет наш образ жизни, наш стиль работы, даже наши мысли. Хотя мы склонны сетовать на свое горе, в таком поведении все же мало пользы. Мы не можем сказать, что какие-то силы природы таили злобу против нас, хотя нам, возможно, в самом деле пришлось несладко. Глупо утверждать, что горе спутало наши планы. В один миг бедствие смело саму основу нашей жизни.

У горя естественный характер, это не проклятие богов и не наказание. Горе представляет собой результат взаимодействия разных сил: землетрясение вызвано сдвигами земной коры, ураганы образуются ветром и дождем, даже пожар начинается от случайной искры. «За что?» – всплескиваем мы руками, осознавая страшную беду, но мы должны сохранять бесстрастное смирение, не позволяя суеверию охватить нас. Никакие боги не спускаются на землю, чтобы сеять смерть и разрушения.

Горести могут также глубоко преобразить нас, но придет и им конец. Мы должны хранить свои убеждения и помнить о своих целях. Нам самим решать, оставаться пеплом или возродиться из него фениксом.

11 января / Исцеление

*Огонь гаснет.
Вода ищет свой уровень.*

Вас пугает ситуация, но она изменится. Ничто не может сохраняться вечно. Лесной пожар обречен на угасание, бушующее море сменится штилем. Природные события сами уравниваются, стремясь к противоположности, и этот процесс уравнивания есть суть всякого исцеления.

Такой процесс занимает некоторое время. Если событие не очень значимо, тогда для исправления ситуации потребуются небольшие усилия. Если же событие имеет большую важность, тогда на установление полного равновесия могут уйти целые недели, годы, даже жизни. В отсутствии перекосов в жизни не было бы движения. Именно нарушения равновесия постоянно меняют жизнь. Если бы на земле воцарилось полное равновесие, жизнь уподобилась бы затхлomu пруду. Вся жизнь – непрерывные процессы разрушения и исцеления, эти процессы вечны.

Даже в ужасной ситуации мудрецы сохраняют спокойствие. Они знают, что могут заболеть, столкнуться с каким-то бедствием или переживать собственный гнев, но за черной полосой жизни всегда следует полоса белая.

12 января / Формование

Гончар вращает свой круг.

*От центрирования до законченного кувшина
Форма проявляется с уменьшением вариантов;
Мягкость переходит в твердость.*

Когда гончар начинает лепить кувшин, он берет горсть глины, сминает ее в единый грубый кусок, а потом бросает на гончарный круг. Кусок глины еще не отцентрирован, гончар внимательно формует его, и глина превращается в гладкий цилиндр. Круг вращается, а гончар добавляет к глине воду или выдавливают из нее лишнюю воду. Сначала цилиндр превращается в полу ю башню, а затем в приземистый гриб. Гончар несколько раз поднимает и опускает форму, а затем опускает одну руку внутрь цилиндра, одновременно второй рукой поднимая стены будущего кувшина. Он не может слишком долго формовать кувшин, иначе глина «устанет», и кувшин перекосится. Гончар придает кувшину задуманную форму, а потом отставляет его в сторону. На следующий день глина станет более твердой, и гончар перевернет кувшин и приделает ему дно. На кувшине вырежут орнамент. В конечном итоге кувшин подвергнут обжигу, и лишь затем на него нанесут рисунки, изменить форму кувшина тогда уже невозможно.

Так мы формируем все ситуации жизни. Мы должны «мять глину» своей жизни и разбавлять ее, постигая природу вещей. Когда мы формируем ситуацию, то должны понимать, какую именно форму хотим придать ей. Чем ближе конечный миг, тем более четкой становится ситуация. Красота или уродство, удача или неудача – все это становится результатом формирования собственной жизни.

13 января / Погруженность

*Малиновые лучи падают на тени сосен.
Солнце садится в океан.
Оно утонуло в океане, и наступила ночь,
Когда померкнет луна, наступит день.*

Мы считаем погруженность чем-то неподвижным. Но подлинная погруженность это вовлеченность в развитие жизни без колебаний и противоречий. В природе нет отчуждения, в ней все взаимосвязано.

Только люди отстраняются от жизни. Мы создаем цивилизации, строим личные планы, проявляем мелкие эмоции. Мы отчуждены от процесса жизни, хотя и жаждем любви, дружбы, понимания, общения. Мы постоянно мешаем самим себе, задавая вопросы, занимаемся самоутверждением, когда это неуместно, и позволяем ненависти и гордости исказить наше мировосприятие. Мы сами отсекаем себя от жизни.

Природа течет в постоянном потоке. Нам нужно отпустить себя, погрузиться в поток природы, стать с ней единым целым. Если мы будем гармонизировать со всем сущим, то достигнем успеха. Тогда мы будем осознавать причинно-следственную связь событий, как мы знаем, что днем светит солнце, а ночью – луна, и наша жизнь будет упорядочена.

14 января / Положение

*Цапля стоит уединенно в голубой дельте,
Белая цапля неподвижна часами.
Всплеск рыбы! Клюв врывается в воду;
Добыча схвачена.*

Люди часто спрашивают, как практиковать Дао. Это столь же легко и естественно, как цапле стоять в воде. Птица движется, когда должна двигаться. И она неподвижна, когда вокруг царит тишина.

Секрет безмятежности цапли заключается в бдительности, в созерцательном состоянии. Цапля не просто дремлет или спит, она знает ясный покой. Она стоит неподвижно в потоке воды, смотрит на мир невозмутимо и сохраняет осознанность. Когда Дао приносит цапле то, в чем она нуждается, она пользуется возможностью без колебаний и размышлений. Затем цапля возвращается в состояние покоя, не смущая себя и окружающий мир. Если бы она не нашла правильное положение в потоке воды и не проявила терпение, то и не достигла бы успеха.

Поступки в жизни можно разделить на две категории: установка своего положения и выжидание. Если мы не находимся в правильном месте в правильное время, то не можем пользоваться всеми благоприятными возможностями, которые жизнь предлагает нам. Почти все идет нам на пользу, если поступок согласуется со временем и местом. Когда жизнь предлагает возможность, мы должны быть готовы воспользоваться ею без колебаний. Положение без осознанности бесполезно. Если у нас есть и положение, и осознанность, мы не ошибаемся.

15 января / Время

*Река струится цельным потоком
По выверенному руслу.
Исток, русло, устье.
Можно ли их разделить?*

Мы каждый день сталкиваемся с трудностями. Мы должны исследовать прошлое, реалистически смотреть на настоящее и планировать будущее.

Люди, которые верят в то, что жизнь в «стародавние времена» была лучше, порой не могут увидеть реалии настоящего. Люди, которые живут лишь одним днем, зачастую не учитывают как предыдущие события, так и последствия своих поступков. Люди, которые живут только ради награды, которая маячит где-то впереди, часто сковывают себя слишком большим количеством запретов. Размышления о прошлом, настоящем и будущем – бесполезны, но в конечном итоге все эти три явления следует правильно уравновесить и гармонизировать.

Мы должны понять, как на нас действует прошлое, мы должны обогащать свое настоящее яркими переживаниями, мы должны каждый день посвящать часть своих сил построению будущего. Говорят, что реку нельзя поделить на части, вот так и нам следует воспринимать свою жизнь, когда мы решаем, чему ее посвятить.

16 января / Обычность

Зонт, свет, ландшафт, небо —

У святости нет языка.

Все священное заключено в обычных вещах.

Духовность можно описать, только сравнивая ее с обычными вещами. Одно священное писание описывает божественность как «защищающий зонт». Другая книга говорит о том, что бог это свет. Предполагается, что рай находится на небе, и даже аскеты, отрекшиеся от секса, при описании просветления приводят эротические образы. Для описания божественности людям приходится прибегать к иносказанию.

Люди даже придумали эзотерические языки, которые вводят нас в заблуждение. Священные термины всегда кажутся бессмысленными тем, кто не посвящен в их значение. После того как человек научился читать священные слова, он получает доступ к их смыслу. Мы уже не интересуемся образами, поскольку обрели истину, на которую указывали эти слова.

Когда вы покупаете какой-то прибор, к которому прилагается техническая документация, то сначала читаете руководство, но вы не благоговеее перед ним. То же самое верно в отношении духовных достижений. Когда вы достигли просветления, наставления становятся второстепенными. Если вы стали просветленным, то не считаете его чем-то особенным. Если вы считаете Дао чем-то необычайным, оно остается для вас неизвестным. Тогда для вас это миф, фантазия. Но стоит вам постичь Дао, и оно уже принадлежит вам, становится частью вашей обыденной жизни.

17 января / Сотрудничество

*Сотрудничество с другими людьми.
Понимание, переживание, крепость уз.
Узнайте, когда нужно вести,
а когда — следовать.*

Когда мы входим в какое-то человеческое сообщество, то должны постепенно становиться органической составной частью организации. Наши взаимоотношения будут влиять на всех членов группы. Мы должны осторожно влиять на коллектив, а он будет оказывать влияние на нас.

Для того чтобы влиять на других людей, нужно понимание. Мы должны знать, когда действовать, а когда оставаться пассивным, когда другие люди восприимчивы к нашим словам, а когда они не станут слушать нас. Разумеется, для этого нужен опыт, и необходимо принимать участие в очень многих отношениях, чтобы развивать правильную чувствительность. Иногда мы будем переживать разочарование, а иногда добиваться успеха, но в любом случае решающую роль играет стойкость. Если мы успешны, то должны не только полагаться на харизму, но и работать для того, чтобы полностью реализовать то, что решила совершить группа.

Подлинное руководство есть сочетание предприимчивости и смирения. Лучший руководитель незаметен: он управляет людьми, но не привлекает к себе внимание. Если община развивается, руководитель доволен. Не следует воздавать ему особые почести, ведь он будет сполна вознагражден, когда люди поймут, что они достигли успеха благодаря его тонкому влиянию.

18 января / Спектр

*Чистый свет содержит все цвета,
Поэтому в нем нет оттенков.
Цвета проявляются,
Только когда нарушено единство.*

Когда мы видим, как чистый солнечный свет изливается на нас, его излучение столь яркое, что мы не можем разглядеть в его источнике оттенки. Но когда свет падает на прозрачные крылья стрекозы, или когда он пронизывает туман, или даже когда он освещает нашу кожу, то распадается на миллионы крошечных радуг. Мир взрывается разными цветами, потому что очень много поверхностей и структур преломляют свет в бесконечных измерениях, которые частично совпадают и перекрывают друг друга.

Это же верно в отношении Дао. В своем чистом состоянии оно объемлет все сущее и ничего не показывает. Как чистый свет содержит в себе все цвета, но не проявляет ни один из них, так же и все существование изначально едино в Дао. Когда Дао входит в мир, оно рассыпается на великое множество вещей. Мы говорим, что все вещи существуют в Дао, но в действительности они представляют собой лишь преломления великого Дао.

Цветной свет, соединенный в единое целое, снова становится чистым и ясным. Люди Дао говорят о возвращении. Они соединяют все сферы своей жизни и объединяют все категории в единое целое.

19 января / Инициатива

*Давайте не будем смущаться
Калейдоскопической реальностью.
Станем же действовать мудро и смело,
И давайте не будем умножать смущение.*

Мир это калейдоскоп реальностей, и все же мы не можем позволить этому вихрю унести нас прочь. Если мы дадим слабину, то заблудимся и утратим подлинный центр, из которого исходит все понимание. Мы должны что-то предпринимать, но при этом действовать правильно.

Поступок следует совершать под руководством разума и опыта. Мы учимся у учителей, но должны испытывать на собственном опыте то, чему мы учимся. Недостаточно просто медитировать, мало лишь набираться теоретических познаний. Для того чтобы стать мудрыми, нам нужно все.

Только когда мудрость, мужество, согласованность действий и упорство сочетаются, человек обретает основу. Действие должно быть завершенным. Оно должно сгореть дотла, не оставив старых следов и ответвлений. Действие, которое оставляет на своем пути разрушение, обиду или беспорядок, дурное. В таком случае побуждения недостаточно, и мы не достигаем Дао.

20 января / Счастье

*Давайте не будем слушать
недобросовестных жрецов,
Которые эксплуатируют страх смерти
И обещают блаженство освобождения.
Если мы по-настоящему счастливы,
Тогда им нечего предложить нам.*

Одни жрецы приобретают сторонников, запугивая людей. Они страшат людей смертью, принуждая их к добропорядочному поведению и стремлению попасть в рай. А другие жрецы перетягивают людей на свою сторону несбыточными обещаниями. Если вы недовольны чем-то, они обещают вам блаженство. Если вы переживаете неудачи, они обещают вам успех. Если вы одиноки, они обещают вам широкий круг общения.

Но если вы не боитесь смерти, если вы счастливы, тогда что смогут предложить вам такие жрецы? Духовность это составная часть обычной жизни, а не прерогатива человека особой профессии. Подлинная духовность это освобождение, и не просто от искаженного мировосприятия, но и неправильного понимания религии. Если мы освобождаемся от страха смерти, если уверенно вступаем на путь здоровья, если стараемся постичь жизнь, то переживаем счастье и не нуждаемся в ложных учителях.

21 января / *Мастерство*

*Цитра, шахматы, книга, живопись, меч —
Таковы символы классического мастерства.*

Когда-то жил на свете странник, который не стремился к славе. Он далеко не раз мог остановиться, но продолжал искать учителей, которые могли помочь ему достичь мастерства в пяти искусствах: цитре, шахматах, книге, живописи и мече.

На цитре он музицировал, выражая свою душу. Шахматы развивали разум и умение правильно отзываться на действия других людей. Книги давали ему академическое образование. Живопись помогала ему постигать красоту и чувствительность. Меч для него был средством оздоровления и самозащиты.

Однажды маленький мальчик спросил этого странника, что тот станет делать, если потеряет свои пять вещей. Сначала странник испугался, но скоро понял, что цитра не сможет играть сама, что шахматная доска — пустяк без игроков, что книге нужен читатель, что кисточка не может сама захватывать краску и наносить ее на холст, а меч не может покинуть ножны без руки человека. Он осознал, что развивался не только для постижения разных искусств. Странник ступал по своему пути к сокровенной сути своего естества.

22 января / Общение

*Движение, предметы, речь и слова –
Мы общаемся посредством грубых символов.
Мы называем их объектами,
Но не можем избежать своего воззрения.*

Мы не можем общаться прямо от ума к уму, поэтому для нас недопонимание остается вечной трудностью. Движение, знаки, разговор и написанное слово – все это трудно правильно понять из-за неверного истолкования. Десять очевидцев одного события не могут прийти к согласию ни по одному вопросу. В колоде карт, которую разложил цирковой фокусник, каждый зритель разглядит что-то свое. Поэтому мы все время пребываем в тюрьме своей субъективности.

Люди Дао всегда признают, что мы не знаем абсолютную истину в мире, она для нас неясна, неоднозначна. Одни называют истину поэзией, тогда как другие – искусством. Но дело в том, что всякое общение относительно. Люди, практикующие Дао, практичны. Они знают, что слова несовершенны, поэтому не считают их очень важными, ведь символ не тождествен реальности.

23 января / Обновление

*Город на холме,
За ним – девственная земля.
Вспаханное под пар поле –
Вот секрет плодородия.*

В городе мы видим свидетельства существования миллионов людей в окнах, дверях и множестве этажей каждого здания. Мы видим славу и величие цивилизации. Но не важно, восторг какой силы испытывают люди, следующие Дао, при виде города, они все равно понимают, что нужно уединяться в природе.

В сельской местности они обретают свободу, которая восстанавливает их силы. Они видят новые возможности и могут странствовать без ограничений, налагаемых обществом. В прошлом первопроходцы обозревали широкую прерию и мечтали о тех временах, когда человек будет господствовать над природой. Теперь мы изменили свое воззрение и понимаем, что должны сохранять девственную природу ради собственного выживания.

Нам нужно какое-то время «оставаться под паром». Если вы не можете покинуть город, то просто каждый день отводите себе время для того, чтобы погружаться в себя. Еще лучше, если вы можете гулять в поле или в горах. Но ни один из нас не сможет сохранять «плодородие» своего естества без обновления.

24 января / Смех

*Узкие улочки горной деревушки,
Залитые солнцем белые стены хижин.
Лазурное море.
Детский смех.*

Не важно, как вы зарабатываете себе на хлеб и на скольких языках вы говорите. Культуры и правительства часто переживают закат – это пустяки, поскольку превыше всего детский смех. В веселье взрослых может звучать ревность, угроза, насильственность, жестокость или глупость, но когда вы видите возню играющих детей, то созерцаете идеал простого и чистого действия. У детей нет убеждений и идеологий, они в своей невинности получают удовольствие от самой жизни.

Мы, взрослые, цепляемся за свои застарелые комплексы, за свою тревожность, нас отягощают мысли об ответственности. Мы слышим, как развлекаются дети, и вздыхаем об утраченном детстве. Мы уже не можем снова стать детьми, но можем обрести довольство в детском оптимизме. Детская радость может осветить своими лучами и нас с вами.

Мы часто торопим своих детей расставаться с детством. Для них гораздо важнее полностью проживать каждый год своей жизни. Пусть они познают то, что подходит их возрасту, позвольте им играть. А когда ваши дети превратятся в подростков, помогите им легче перенести этот переходный период. Тогда их смех будет всегда вселять в нас радость и надежду.

25 января / Бесплезность

Старое дерево

*Слишком волокнисто для пилы лесоруба,
Оно слишком кривое для рубанка плотника.
Это дерево переживает весь лес.*

Лесорубы радуются при виде стройного леса. Если деревья трудно рубить, если они кривые и не могут стать кабинетной мебелью, и если они излишне пористы, чтобы стать каминными дровами, их оставляют в покое. Люди рубят полезные деревья и не трогают деревья бесполезные.

То же самое верно в отношении людей. Сильных мужчин призывают на военную службу, а красивых используют для любовных усад. Выживает тот, кто лишен особой привлекательности. Его оставляют в покое.

А если мы скромны? Люди могут игнорировать нас, но нам не следует считать себя никчемными. Мы не должны принимать за чистую монету суждения людей, нам следует жить естественно. У нас есть недостатки, но мы должны оценивать их, а потом использовать для саморазвития. Но не нужно тратить силы на важничанье, мы можем развивать лучшие стороны своей личности. Если вас считают бесполезным, это не причина для отчаяния, а благоприятная возможность. Теперь в нашу жизнь никто не будет вмешиваться, и мы сможем выразить свою индивидуальность.

26 января / *Восхищение*

*Образы на алтаре
Или в воображении.
Мы молимся им,
Но отвечают ли они нам?*

Мудрецы говорят, что очень важно восхищаться, поэтому мы кланяемся алтарям, возлагаем на них подношения. Нас учат видеть в медитации богов и молить их наделить нас силой и знаниями. Мы делаем это искренне, и вдруг мастера говорят нам, что нет никаких богов, и мы смущаемся.

Статуя на алтаре это просто кусок дерева, но наша потребность в благоговении реальна. Внутренний бог может оказаться лишь игрой воображения, но наша жажда концентрироваться реальна. Описания рая похожи на догадки и предположения, но суть этих притч реальна. Каждый бог представляет собой определенную философию и сторону психики. Мы устанавливаем связь с глубокими сферами своей психики.

Нам становится не по себе при мысли о том, что мы поклоняемся пустым символам. Нас учат признавать только то, что можно пощупать, принимать лишь материальные вещи. Мы сомневаемся в действительности поклонения символам и удивляемся, когда благоговение вызывает в нас преобразование. Но поклонение воздействует на наши чувства и мысли. Когда мудрецы говорят, что богов нет, они подразумевают, что ключ к пониманию всего сущего находится внутри нас. Внешнее поклонение это просто способ указать на наш внутренний подлинный источник освобождения.

27 января / Праздник

*Праздник это костер посреди зимы.
От него воспламеняется огонь дружбы,
Им укрепляется общество.*

В прошлом праздник был способом сплочения общества, как и в наши дни. Независимо от того, собираемся мы на культурное мероприятие, совершаем групповые обряды или даже просто идем в гости к друзьям, все нам нужно собираться и подтверждать значимость нашей группы.

Радость, которую мы переживаем, необходима как обществу, так и ее членам. Сплочение группы не должно диктоваться определенным человеком, оно должно стать общим делом. Для создания хорошего общества необходимо участие всех его членов. Общество заботится о своих членах и реализует то, что человек в одиночку сделать не сможет.

Как и любая другая человеческая деятельность, праздник подвержен воздействию интриг и политики, происков циников. От такого влияния трудно избавиться, потому что группа не может по-настоящему объединиться. Единственный способ смягчить ущерб заключается в том, чтобы направить все усилия общества на достижение единой цели, мудро выбирать своих вождей, а этим вождям быть как можно более просвещенными.

28 января / *Ответственность*

*Отец без отца Сталкивается с трудностью.
Мастер без мастера опасен.*

Мы смотрим на родителей, учителей с надеждой и доверием. Они дают нам наставления, учат нас и подсказывают, как поступать в неясной ситуации. В конечном итоге они должны научить нас принимать решения самостоятельно, на основании мудрости, которую они помогли нам развить.

Но всегда можно сделать ошибку. Какой человек будет прав все время? Промах, допущенный в неблагоприятный момент, может смутить нас, нанести нам психологическую травму и даже вызвать большую беду. Грубые слова, произнесенные в присутствии маленького ребенка, когда он особенно восприимчив, принесут трудности, которые придется разрешать многие годы. Поэтому нам нужны заботливые родители, подлинные мастера, добродетельные политики. Тогда люди, имеющие над нами власть, не злоупотребят своим положением. В прошлом даже у царей были мудрые советники. Каждый человек, который собирается взойти на высокую ступень общественной лестницы, должен прислушиваться к мудрым людям.

В любом случае кто-то должен быть на вершине. Давайте призывать не богов, а здравый смысл. Лучший учитель – жизненный опыт. Поэтому мудрецы постоянно путешествуют и испытывают себя в самых разных обстоятельствах. Только так они смогут утвердиться в своих воззрениях и исправить свои недостатки.

29 января / Шрамы

*В сухой глине отметины исчезают,
Только когда глина снова становится мягкой.
Шрамы на нас исчезают,
Только когда мы становимся внутренне мяг-
кими.*

Всю жизнь, особенно в юности, в нас возникает много шрамов. Одни шрамы возникают от насилия, жестокости, изнасилования или военных действий, другие – из-за плохого воспитания. Третьи нанесены унижениями и неудачами. Четвертые появились в результате несчастного случая. Эти шрамы будут мучить нас до тех пор, пока мы не выздоровеем.

Классические священные писания призывают нас освободиться от своей похоти и грехов. Но шрамы, которые нанесены нам не по нашей вине, мешают нам духовно развиваться. К сожалению, часто легче избавиться от дурной привычки, чем оправиться от последствий чьей-то жестокости. Единственный выход – саморазвитие. Врачи и священники могут помочь нам лишь наставлениями. Только мы сами способны по-настоящему исцелиться. Для этого мы должны применить множество методов, много путешествовать, стараться преодолевать свои личные страхи. И возможно, важнее всего пытаться ставить перед собой как можно больше новых задач. Если мы не будем вести себя подобным образом, тогда каждая трудность будет мешать нам устанавливать подлинную связь с Дао.

30 января / Секс

*Ночной ливень
Будит любовников
И затопляет долину.*

Секс – естественное явление, зачем стыдиться его?

Эта сфера человеческой жизни кажется простой, но она представляет собой великий вызов в наши сложные времена. Сексу навязывают слишком много дополнительных значений. Религии велят смирять половое влечение, аскеты вовсе отвергают секс, романтики прославляют его, эрудиты сплетают вокруг секса разные теории, а эротоманы извращают половую жизнь. Все это не имеет ничего общего с сексом. Подобные воззрения возникают из-за фанатизма и подавления своих чувств и желаний. Можем ли мы сделать половую любовь открытой и здоровой сферой нашей жизни?

Сексом не следует злоупотреблять для манипуляции людьми и достижения своих корыстных целей. Половая жизнь не должна становиться основой для наших личных комплексов и заблуждений.

Сексуальность это откровенное проявление глубин своей личности, и мы должны быть уверенными в том, что выражаем себя здоровым образом. Секс это нечто таинственное, священное. Зачастую он представляет собой глубокие взаимоотношения людей. Оба партнера будут нести ответственность за то, что получится в результате такого союза, в том числе и за беременность. Здесь можно сказать так: что посеешь, то и пожнешь.

31 января / *Ориентация*

*Планеты вращаются вокруг солнца.
Формы вращаются вокруг ума.*

Большинство людей обладают глубоко индивидуальными чертами личности – таковы наши формы, так мы проявляем себя в мире. Если мы не будем внимательными, то смутимся при виде всех этих сложностей. Мы не должны отрицать ни одну из своих частей, нам следует упорядочивать их. Все наши стороны благодатны, просто каждую из них нужно поместить на свое место.

Люди, которые практикуют Дао, понимают, что своеобразная личность доставляет хлопоты, только если какие-то ее стороны вытесняют прочие. Тогда человек становится неуравновешенным. Если все стороны постоянно меняются местами, значит их можно уравновесить. Словно планеты, наши чувства, инстинкты и эмоции должны постоянно упорядоченно вращаться. Тогда все вещи занимают свои места, и мы избегаем ненужных трудностей.

Солнце находится в центре нашей солнечной системы – точно так же, мудрый ум должен находиться в центре нашей самобытной личности. Если наш ум крепок, тогда различные стороны нашей жизни будут проявляться в отведенное им время, и мы никогда не сойдем с правильного пути.

1 февраля / *Вездесущность*

*Дао повсюду.
Оно всегда совершенно очевидно.*

Слово «Дао» придумали в Китае, оно выражает мировосприятие этой страны. Данный термин связан с поэтическим воззрением на жизнь через культуру сельского хозяйства, он соединяет мистицизм и прагматизм. Но в наше время большинство людей даже в Китае не понимают старинные слова. Наше сельское хозяйство механизировано. Наша поэзия написана на компьютере. Но разве Дао становится из-за этого неистинным? Нет, Дао все равно остается здесь, и если мы хотим следовать Дао, то должны полагаться не на старое миропонимание, а на прямое переживание. Мыслители нашего времени нуждаются в интересных современных воззрениях.

Если практика Дао в самом деле столь универсальна, как утверждают мастера, значит Дао можно практиковать в любой ситуации, причем людям всех национальностей. Ни время, ни место, ни культура не должны мешать искреннему искателю. Дао окружает нас; нам нужно лишь наставничество и понимание для того, чтобы соединиться с ним.

Дао это не нечто таинственное и отвлеченное, оно пребывает прямо здесь. Мастера напоминают нам об этом. Для них все (чтение священных писаний, посещение театра, медитация и собирание коровьих лепешек на лугу) есть Дао. Если мастера осознают Дао в мире реактивных самолетов и электроники, значит и мы тоже постигнем главное послание Дао. Люди, которые достигли просветления, могут и вовсе никогда не сказать об этом, и все же они будут вести себя спонтанно в согласии с Дао.

2 февраля / *Защита*

*Демонов, входящих в ваш круг,
Неприменно вытолкните из него.*

Не важно, входите вы в контору, школу, храм, тюрьму или просто на улицу, все равно в обществе есть «дно», населенное демонами. Эти люди алчны, насильственны, им присущ цинизм и садистские наклонности. Они не только бессовестно обманывают людей, но и получают при этом удовольствие. Им нравится смотреть на страдания других людей.

Сострадание – высочайшее человеческое качество, но оно бесполезно в борьбе. Золотая статуя почитаемого бога драгоценна для вас, но вы не сможете воспользоваться ею как оружием. Каждой добродетели нужно воздавать почести в надлежащей ситуации, в битве вам поможет лишь меч.

Независимо от того, переживаете вы физическую или умственную агрессию, вы должны быть готовы. Лучше всего к битве готовиться, старательно изучая искусство самообороны. Вы не станете жестоким, но сможете постоять за себя. Если на вас никто не нападет, я буду рад за вас. Но тренировки все равно помогут вам избавиться от страхов. В бою даже искусный боец не может быть уверенным, что останется живым. Но он полон решимости вступить в бой, что само по себе уже большая победа над злом.

3 февраля / Увлеченность

*Добыча проходит мимо тигра,
А он порой просто смотрит на нее,
Но иногда тигр решительно прыгает.
В любом случае он никогда не колеблется.*

Жизнь представляет собой череду вариантов. Если мы не реализуем свои способности, если не пользуемся благоприятными возможностями, то не можем гармонизировать с сокровенной природой жизни.

То же самое касается тигра. Он отзывается на любую возникающую ситуацию. Если он видит добычу, но не готов в этот момент охотиться, то отпускает ее. Но это не значит, что тигр колебался. Он сознательно позволил добыче уйти, поэтому радикально отличается от человека, который упускает возможность, так как у него замедленная реакция и очень скромные способности. Когда тигр голоден, он бросается в погоню за ней, не колеблясь ни секунды. Он не задумывается о нравственности, не чувствует вину, не создает себе психологические трудности. Никакая идеология не загрязняет чистоту его действия. Это действие, исполненное подлинной грации, называют бездействием.

Такова увлеченность. Вы должны увлекаться каждой возникающей у вас ситуацией, вы принимаете ее. Вы можете изменить обстоятельства и расслабиться, вы можете добавить к ней что-то от себя, или вы можете сознательно позволить ситуации разрешиться самой. Что бы вы ни делали, не нужно быть равнодушным к жизни. Искренняя увлеченность всеми своими ситуациями – вот самый верный путь к счастью, радости, успеху и глубокому пониманию Дао.

4 февраля / Применение

*Воздушный змей использует силу ветра.
Он выражает наше намерение,
Но не может изменить ветер.*

Человек может заставить воздушный змей нырять, поворачивать и парить. Искусный мастер может даже построить боевой воздушный змей и заставить его атаковать чужой воздушный змей, пока он не упадет на землю, порванный в клочья. Очень весело запускать змея, чувствуя его гигантскую силу. Иногда ветер так силен, что вам кажется, будто он вот-вот свалит вас. Пользуясь силами природы, вы приобретаете огромную силу.

Вот пример правильного применения Дао. Мы используем силы природы. Это значит, что принимаем их образ действия, а затем находим способ заимствовать их силу. Это не значит, что мы пытаемся изменить или ограничить явления. Если ветер не дует на нашего воздушного змея так, как нам хочется, мы все равно не можем изменить направление воздушного потока. Мы можем лишь заимствовать его энергию. В результате сочетания инициативы и сил природы возникает подлинная гармония.

5 февраля / Преимущество

*Отдаленные горные склоны, далекие облака —
Все события приходят издалека.
Тот, кто выше других, получает
преимущество:
Он может легко предсказывать будущее.*

Многие суеверные люди нередко утверждают, что люди, следующие Дао, владеют волшебством. Это пустые поверья. Превосходство это просто вопрос использования своих лучших способностей и умение оказаться в правильном положении. Например, мудрый человек, который живет высоко в горах и не опьяняет себя вином, чувственными удовольствиями, игрой интеллекта, который не подрывает свое здоровье и не жадничает, сможет лучше видеть события на расстоянии, чем тот, кто живет в запертой комнате и всматривается сквозь мутное окно в мир.

Буря случается не вдруг. Непогода ухудшается на протяжении многих часов, а иногда и дней. Путешественники появляются перед вами не внезапно, вы видите их издалека. Предвидеть грядущие события можно, когда вы стоите на возвышении. Поэтому некоторым кажется, что последователи Дао владеют волшебством.

6 февраля / Разлад

*Когда птицы летают слишком высоко,
Их песня звучит не в унисон.*

Иногда мы понимаем, что утратили согласие с окружением. Все валится у нас из рук, и мы чувствуем смущение. Иногда такое настроение сохраняется в течение дня, а иногда и неделями. Если у нас появляются такие чувства, мы не едины с Дао, или (выражаясь метафорически) Дао утекло.

Идеал это постоянное соприкосновение с Дао. Иногда мы будем переживать неудачу и разрыв с внешними источниками. Мы можем также лишиться единства с Дао из-за своих ошибок, когда мы поступаем неосознанно. Когда случаются такие минуты, мы подобны птицам, песня которых превращается в нестройный гвалт: мы погрязли в дисгармонии.

Если мы будем сохранять терпение, то обычно у нас будет получаться благополучно выходить из кризиса. Мы должны приложить усилия и устранить застой, как только нам представится такая возможность. Независимо от того, ждем мы или действуем, мы должны всегда пытаться снова привести ситуацию в равновесие, чтобы мы смогли воссоединиться с Дао.

Когда мы поймем, что снова установили связь с Дао, мы почувствуем, что воскресли. Мы снова ступаем по пути, снова устремлены к своей цели. Но мы должны извлекать урок из каждого случая разлада с Дао. Иногда достаточно не позволять повторяться подобным случаям, а иногда достаточно теплить в себе надежду в будущем, когда нам придется несладко. Если мы знаем Дао, то будет постоянно постигать его. Мы не утратим веру, даже в периоды разлада с Дао.

7 февраля / *Приспособление*

Небо объяло горизонт.

*Не важно, что горизонт неровен,
Небо неизменно соответствует этой линии.*

Где бы вы ни были, небо повсюду плотно прилегает к горизонту. Небо неизменно соответствует линии горизонта. Изменения ни в небе, ни на земле не влияют на приспособление неба к земле. В небе появляются облака, наступает ночь, на земле возвышаются горы и растут деревья. На горизонте поднимаются дома, но небо не утрачивает связь с линией горизонта.

Не важно, в какие обстоятельства жизни мы попадаем, мы должны в полной мере приспособливаться к ним независимо от того, считаем ситуацию хорошей или скверной. Сопrotивляться бесполезно. Вместо этого мы должны постараться понять свою ситуацию. Например, если человек возглавил сообщество людей, он должен приспособить свою позицию к взглядам этих людей. Успешный руководитель ясно формулирует задачи и приоритеты группы, соединяет людей. Быть текучим и постоянно приспособливаться к обстоятельствам жизни – вот один из секретов Дао.

Мы часто считаем ландшафт передним планом, а небо – задним планом. Небо всегда остается фоном, поэтому оно может очертить линию переднего плана. Если мы будем воображать себя фоном, то также сможем обрести совершенное согласие с жизнью. Однако такое приспособление – вовсе не пассивность, а просто соответствие. Небо выступает фоном, поэтому оно выше земли. То же самое верно в отношении нас с вами. Если мы умеем приспособливаться, то в конечном итоге возвышаемся.

8 февраля / Тревожность

*Тревожность это одержимость,
Ее растворяет сострадание.*

Тревожность это широко распространенный недуг. Возможно, ее вызывает сама природа нашей высокоразвитой цивилизации. Может быть, это показатель нашего духовного падения. Каким бы ни был источник наших тревог, мы понимаем, что тревога вредна. Это рак эмоций, нас мучают какие-то навязчивые мысли. Тревожность пожирает наше тело и ум.

Не годится говорить: «Не думай о своей трудности». Так вы станете тревожиться еще больше. Лучше продолжать идти своим путем, меняя то, что вы в силах изменить, а прочее растворяя состраданием. В мире инфантильных людей, полных пороков, в мире расовой дискриминации, бедности и богатства, жестокости и мировых войн невозможно разрешить личные трудности каждого человека. Если вы сами заботитесь о себе и настроены доброжелательно к людям, которых встречаете, этого уже достаточно.

Когда вы сталкиваетесь с какой-то трудностью, разрешите ее, если это в ваших силах. Приложите все усилия, на которые способны, а потом отвернитесь от этого явления и забудьте о нем.

9 февраля / Подсознание

Рай и ад – Наше подсознание.

Медитация иногда приоткрывает для нас лучистые сферы подсознания. Когда у нас случаются такие проблески, к нам спонтанно приходят необычные мысли, в нас возникает осознанность. Мы постигаем истины, которые прежде были окутаны для нас мраком неведения, и мы воспринимаем события, которые раньше были слишком далеки от нас. Но ни один человек никогда не становился сверхчеловеком благодаря медитации. Люди просто открывали свои скрытые способности. В нас заключено все на свете, и нам следует лишь открыть свои сокровища. Поэтому люди говорят, что рай находится внутри человека.

Некоторые психологические травмы прошлого порой продолжают преследовать нас. Не так просто изжить последствия ударов судьбы. Мы развиваемся духовно и старательно ступаем по новому пути, устанавливая на нем отношения с другими людьми, и все же раны прошлого возвращаются к нам в нашей памяти и сновидениях. Это не демоны из другого мира, не кармические проявления наших предыдущих рождений, а шрамы в нашем подсознании. И не важно, насколько усердно мы пытаемся духовно развиваться, все равно день за днем мы страдаем от душевной боли. Поэтому люди говорят, что ад находится внутри человека.

Мы – поле сражения добра и зла. И не нужно всматриваться за границы нашего мира. Нам нужно лишь понять то, что находится в нас. Нам нужно успокоить душевную боль и психологические травмы. В нас заключена сила, которая поможет нам превозмочь обиды. Если вы обратитесь к своим внутренним силам, то постигнете саму божественность.

10 февраля / Решимость

*Следы на песке Быстро смываем море.
Таков прибрежный ум.*

Гуляя по пляжу, мы дышим свежим воздухом, слушаем шум волн, чувствуем, как осыпается под нашими ногами песок. Тонкая песчаная полоска между океаном и береговой зеленью – прекрасное место, позволяющее постичь ум мудрости. Между песком и водой установилось балансирующее равновесие, точно такое же равновесие существует между безмятежными и активными сторонами ума. Песок постоянно омывается морскими волнами, и мы должны точно так же освободить свой ум от остаточных впечатлений.

Мы позволяем мыслям, обидам и сомнениям из прошлого проникать в настоящее, поэтому переживаем внутренний конфликт. Мы не должны позволять тени прошлого задерживаться в нас. Для этого нужно быть внимательным. Достичь цельности не легко, но если вы добьетесь успеха, тогда ваша жизнь будет совершенной. Встречая вызовы каждого дня, мы достигаем состояния чистого берега, который омывается морскими волнами.

11 февраля / Прогулка

*Тропа у ручья,
Благоухающая сосна.
Каменистая красная земля,
Отвесная скала.*

Прогулка может послужить прекрасным метафорическим примером духовной жизни. Иногда мы, просто бродя на лоне природы, в буквальном смысле совершаем лучший поступок. Когда человек гуляет в лесу или поднимается в горы, его тело, ум, дух – все это обретает чудесное единство. Походы укрепляют ноги, увеличивают выносливость, усиливают кровообращение и успокаивают ум. Человек удаляется от безумия общества и получает возможность учиться у природы.

Из пораженной эрозией земли торчат корни деревьев, среди них лежит погибший олень. В небе летят ласточки, высоко над землей парят соколы. Ручей серебрится в лучах солнца. На голых ветвях деревьев набухли почки. Серая скала треснула, поползла и развалилась на части. Упавшее дерево. Одинокое облако. Ветви сливового дерева мелко дрожат, словно смеются. У тропы лежит куча камней – кто сложил их туда. И даже если мы не узнаем о том, кто это сделал, интересно узнать причину появления камней.

В каждой картине мира можно найти тысячи смыслов, если только мы откроемся и увидим священное писание ландшафта.

12 февраля / *Выдержка*

*Невидимые линии.
Рыбак чинит свою сеть,
Он почти поймал рыбу.*

Если рыбак не починит сеть, тогда она будет ничемной. Только когда рыбак содержит в полном порядке свои сети и лодку, когда он изучает повадки рыбы и состояние водоема, тогда рыбалка становится простой формальностью. В таком случае рыба попадает в руки рыбака, словно ее направляют к нему невидимые линии.

Когда нам кажется, что ничто не может вдохновить нас, важно помнить о необходимости сохранять выдержку. Наша работа может быть тяжелой и нудной, домашняя работа может превратиться в рутину, и мы поймем, что наши цели очень далеки. Но мы все равно должны сохранять выдержку. Тогда мы будем уверенно ступать к своим целям в сложное время.

Для того чтобы вкусить плод выдержки, необходима зрелость и опытность. Нам нужно развивать в себе терпение, уметь планировать и ждать. Мы крепнем, даже когда обстоятельства кажутся нам неблагоприятными. Мы не отвергаем ничего из того, что встретили на своем пути. Если мы будем реализовывать свои планы и в хорошие, и в скверные времена, то в конечном итоге осуществим свои намерения столь же неизбежно, сколь рыба попадает в сеть рыбака.

13 февраля / *Потягивание*

*Когда мы молоды, жизнь мягкая.
Стоит нам постареть,
И жизнь становится ломкой.*

Потягивание в буквальном и переносном смысле представляет собой необходимую составляющую жизни.

Физически полезное упражнение потягивания затрагивает все части тела. Сначала вы расслабляете суставы и сухожилия, чтобы последующие движения не были болезненными. Затем вы последовательно растягиваете тело, начиная с крупных мышц на ногах и спине и заканчивая небольшими тонкими мышцами на пальцах. Сочетайте потягивание с дыханием. Потягивайтесь плавно. Когда вы тянетесь в одном направлении, всегда учитывайте, что вам нужно потянуться и в противоположном направлении. Если вы будете выполнять это упражнение, то станете более гибким.

В переносном смысле потягивание развивает «растяжку», «гибкость» личного роста. Молодое растение нежное и хрупкое, а старое растение окостенело, одревенело, и его легко сломать. Таким образом, мягкость это жизнь, а жесткость – смерть. Чем больше в вас гибкости, тем лучше ваше душевное и физическое здоровье.

14 февраля / *Круговорот*

*Духовность берет начало в пахе,
Поднимается по спине
И возвращается в пупок.*

Духовность – не просто мыслительный процесс, но и выражение энергии. У этой энергии физический источник, она укоренена в основных химических веществах тела. Саморазвитие очищает эту энергию и направляет ее на достижение духовных высот. Поэтому для последователя Дао просветление это психофизическое достижение. Для него просветление скорее состояния бытия, чем просто интеллектуальное понимание.

Когда энергия пробуждена после особых упражнений и медитаций, последователь Дао учится поднимать эту энергию. Сила зарождается в пахе и поднимается по позвоночнику. По пути она питает почки, нервы и кровеносные сосуды. Протекая через основание черепа, энергия питает нервную систему и нижние слои мозга. Достигнув темени, река энергии открывает все подсознание человека. Далее она начинает ниспадать вниз, питая глаза, чувства, важнейшие для жизни органы. Энергия волнами нисходит к пупку и возвращает нас к нашему изначальному чистому состоянию. Отсюда она возвращается в пах, готовая совершить очередной круговорот. Все существование зависит от связи между физической материей и самыми тонкими уровнями сознания, поэтому последователь Дао также применяет все части тела, ума и духа для духовного развития.

15 февраля / Организация

*Обычай и творчество —
Вот два полюса действия.*

Мы поступаем мудро, если каждый день составляем планы. Когда человек ставит себе цели и составляет список первоочередных дел дня, он может быть уверен в том, что каждый день его жизни будет полноценным, что ни одна минута не будет потрачена им впустую.

Последователи Дао, планируя что-то, учитывают обычаи. Они исследуют природу, изучают невидимые линии судьбы. Они воображают схему всей своей жизни и поэтому добиваются полного успеха. Каждый день они приспособливают к целям мастера временные шаблоны и тем самым направляют свою жизнь с уверенностью и благодатью. Именно эта способность определять шаблоны, неизвестные обычно человеку, и управлять ими, придают последователю Дао такое большое значение.

Когда случаются непредсказуемые события, последователи Дао умеют импровизировать. Если обстоятельства жизни против них, они сразу же меняются. Для того чтобы избежать смущения, они все равно определяют схемы ситуации и создают новые схемы, уподобляясь шахматистам за игровой доской. Спонтанное создание новых схем — вот высшее искусство.

16 февраля / Непостоянство

*С моря дует сильный ветер,
Валит деревья и разбивает камни,
И все же он не может дуть целый день.
Человеческая работа длится еще меньше.*

Когда на землю с моря налетает буря, на землю падает целый водопад дождя в вихре ветра. Трепещут листья, ломаются ветви, и даже твердый гранит ломается на куски. Яростные бури длятся целыми днями, но, несмотря на огромную силу шторма, непогода не может продолжаться вечно.

Если небесная работа не может длиться целый день, то человеческая работа должна длиться еще меньше. Правительства с трудом удерживаются из года в год, законы общества постоянно нарушаются, семья разрушается, личные отношения заканчиваются, и карьера человека прерывается. В наше время даже всемирно известные памятники культуры ветшают и разрушаются по причине загрязнения атмосферы. На свете нет ничего вечного. Все мы прекрасно знаем о том, что ни один результат человеческой деятельности не сохраняется вечно.

Все наши дела временны. Они исходят из первоначальных сил, из потока естественных событий, и исчезают согласно ситуации. Лучше всего осознать скоротечную природу явлений и работать с ними. Понимание мимолетной природы может стать лучшим достижением.

17 февраля / Знания

*Жизнь это красота,
Ужас и знания.*

В практике Дао главное – искать знания. Все усилия к саморазвитию призваны сделать нас хорошим искателем знаний. Иногда мы обретаем далеко не самые приятные знания. Мы познаем мир и получаем проблески подлинного вида жизни, и нам трудно вынести это переживание. Поэтому духовное развитие проходит медленно.

Все живые существа боятся. В жизни много страданий, все мы испытываем боль. Ужасы жизни преследуют нас, нападают на нас, оставляют на нас уродливые шрамы. Чтобы защитить себя, мы любимся красотами, собираем коллекции разных вещей, влюбляемся и пытаемся сделать что-то в своей жизни поистине вечным. Мы считаем красоту единственным достойным явлением в жизни, но она не может закрыть нам глаза на бедствия, насилие, несчастные случаи и несправедливость.

Приобретая знания, мы растворяем свои страхи. Если бы нам показали всю истину, мы не смогли бы вынести ее. Нас делают людьми как приятные, так и ужасные проявления жизни. Когда мы, обрета знания, понимаем, что они грозят показать нам наши недостатки, то понимаем, что еще не готовы исправиться. Затем снова опускается занавес, и мы сидим в медитации перед ним, пытаюсь подготовиться к тому моменту, когда мы наберемся смелости сорвать занавес.

18 февраля / *Смерть*

*Смерть —
Противоположность времени.*

Мы отзываемся о смерти иносказательно. Мы придаем ей некий смысл и придумываем истории о том, что случится с нами, но в действительности мы ничего не знаем о смерти. Когда человек умирает, мы не можем видеть ничего за пределами трупa. Смерть неведома нам, она таинственна. В этой области бытия время утрачивает всякий смысл. Все законы физики перестают действовать. Смерть это противоположность времени.

Что же погибает? Тело не погибает, так как оно просто распадается на составляющие его воду и химические элементы. Это преобразование, а не разрушение. А ум? Он перестает действовать или переходит в другое измерение? Мы не знаем об этом.

Что умирает? В человеке ничего не погибает в том смысле, что весь он целиком испаряется из существования. Умирает только личность, отождествление с группой частей, которые мы называем человеком. Каждый человек играет какую-то роль, словно шаман, надевший несколько роб и увешанный бесчисленными фетишами, наделенными каким-то значением. Просто с нас спадает одежда, мы лишаемся украшений. Умирает только наше человеческое значение. Под «одеждой» остается нечто подлинное. Когда мы понимаем это, смерть не страшит нас.

19 февраля / *Взаимодействие*

*Мы делаем жизнь реальной,
Проецируя на нее свои мысли.*

Весь объективный мир не имеет для нас никакого значения до тех пор, пока мы не начинаем взаимодействовать с ним. Например, если мы каждый день проходим мимо валуна, но не замечаем его, тогда камень не имеет для нас никакого значения. Если мы решаем сделать этот камень священным, чтобы молиться ему много лет, тогда он приобретаем огромное значение. Для стороннего наблюдателя, который не знает о дополнительном значении камня, он по-прежнему будет просто еще одним придорожным валуном. В любом случае камень был просто камнем. И лишь вмешательство человека придало ему некий смысл.

Неправильно считать смысл, который мы придаем чему-то, самым конкретным материальным объектом. Нам не следует путать эти два понятия. Если наше восприятие реальности субъективно, то некоторые философские школы советуют нам считать все в жизни нереальным. На их фоне последователи Дао утверждают, что мы все равно должны взаимодействовать с миром. Если мы не проявляем инициативу и не работаем с данным явлением проецирования значения и получения его эха, тогда мы попадем в состояние летаргии, и для нас мир вовсе не будет существовать. Если мы будем помнить о том, что значение, которым мы наделяем объекты, субъективно, то избежим ошибок.

20 февраля / Красота

*Лиловые розы
Возрождают свой аромат.
Священная заря рассвета
Открывает свою душу.*

Даже по дороге в ад вы улыбаетесь при виде полевых цветов. Они нежные, хрупкие, недолговечные. Никто не может изменить природу цветов. На самом деле, вы можете легко уничтожить цветы, но все равно не победите их, ведь вы не в силах принудить их подчиниться вашей воле.

Картина цветочного луга вызывает в нас побуждение защитить, любоваться, оберегать. Этот мир слишком уродлив и жесток. В нем должно быть нечто хрупкое, о чем нам следует заботиться. Заботясь о цветах, мы поднимаемся над грубостью и устремляемся к тонкости. Возлагая цветы на храмовый алтарь, мы предлагаем высокий дар. Деньги слишком отвратительны, а еда слишком прозаична. Только у цветов незапятнанная репутация. Протягивая букет цветов, мы дарим чистоту.

Нежность цветов вызывает милосердие, сострадание и понимание. У них очень хрупкая красота, и от этого они становятся для нас еще милее. Сама жизнь мимолетна. Мы должны находить время для того, чтобы любоваться красотой посреди временных явлений.

21 февраля / Нонконформизм

*Мир сияет мишурой,
И лишь я скромн.
Другие люди стремятся к достижениям,
Я же ступаю по одинокому пути.*

Последователь Дао не может быть конформистом. Мирские люди считают наше поведение неадекватным, противообщественным, безответственным, необъяснимым, чужаковатым и порой даже возмутительным. Мы прислушиваемся к своему внутреннему голосу, реализуем свои духовные потребности. Мы не оглядываемся на общественные нормы и интересуемся лишь практикой Дао. Мы не огорчаемся, когда нас никто не понимает, поскольку нас питает источник, которые люди в своем большинстве даже не ощущают. Для саморазвития необходимо осознать духовную жажду и научиться отличать духовные побуждения от инстинктивных потребностей.

Во всех нас есть внутренние голоса, личности, честолюбивые помыслы и различные склонности. Нам необходимо научиться различать эти явления и заставлять голоса смолкнуть ради Дао, если мы хотим достичь истины. Когда человек соприкасается с подлинным Дао, он уже ни в чем не сомневается, и гвалт других людей нисколько не влияет на него. Человек обретает покой, словно он превращается в ребенка, лежащего на груди матери.

22 февраля / Неуравновешенность

Бессонные ночи.

*Ваша пища, мысли, обстоятельства
Мешают исправить ситуацию.*

Когда у вас все валится из рук, когда вы не можете заснуть, когда вам трудно работать или мыслить, вы отделяетесь от Дао. Если вы хотите снова установить связь с Дао, задайте себе три вопроса: 1. Правильно ли я ем? 2. Подконтролен ли мне мой ум? 3. Чувствую ли я себя в безопасности?

Нет ничего предосудительного в том, чтобы обратить внимание на то, что вы едите, когда вы понимаете, что утратили согласие с жизнью. Многие трудности можно уменьшить, улучшив свое физическое состояние, и даже если это не исправит ситуацию, вы сможете эффективнее справляться с затруднениями. Ешьте пищу, богатую питательными веществами. Выясните, какая диета для вас будет наилучшей, ешьте разнообразную еду согласно времени года. Правильное питание гораздо эффективнее лекарств.

Факторы природы вроде погоды, природные и рукотворные катастрофы, а также общественно-экономические трудности могут нарушить наше единство с Дао. Для того чтобы восстановить это единство, постарайтесь контролировать свою среду обитания. Сделайте свой дом уютным прибежищем, наведите порядок на рабочем месте и будьте достаточно независимыми, чтобы справляться с чрезвычайными ситуациями. У мудрых людей всегда есть возможность восстановить равновесие.

23 февраля / Бедствия

*Дерево, окруженное исполинами,
Должно быть стойким, чтобы выжить.*

У каждого из нас выпадают черные полосы жизни. Все валится у нас из рук, люди не понимают нас, и жизненные обстоятельства обращаются против нас. В такой ситуации последователи Дао должны полагаться на свою решимость. Без этого они не могут успешно преодолеть опасности.

Когда случаются бедствия, все решает отношение к своему положению. Одно упорство еще никогда никому не оказало эффективную помощь. Изучите свою ситуацию и попытайтесь действовать надлежащим образом. Если вы видите, что жизнь бросает вам вызов, то можете успокоиться, думая о том, что всякий кризис часто заставляет человека обнаружить и собрать воедино все свои внутренние силы. Вы зачастую можете справляться с более сложными проблемами, чем прежде. Не позволяйте страху сковать вас. Идите на оправданный риск, если в том возникла необходимость. Встречайте опасность, если оказались в безвыходной ситуации. Если вы полностью сосредоточите ум на своем вопросе, то добьетесь успеха.

Если бы дереву не грозили заслонить солнце окружающие деревья, оно не стало бы тянуться к свету. Дерево должно мобилизовать свою внутреннюю силу, чтобы тянуть вверх и в стороны свои ветви. Если дерево огромно, оно стало таким благодаря своим страданиям. Таким образом, бедствия человека могут играть главную роль в развитии его внутренней личности.

24 февраля / *Разделение*

*Трудности невозможно
Разрешить в один миг.
Медленно развяжите узлы.
Разделяйте, чтобы победить.*

Для того чтобы разрешить трудности, нам нужно понять, что они представляют собой: загадку, препятствие или замешательство. Загадку нужно внимательно проанализировать: вы все равно как разматываете моток пряжи, при этом вам нужно проявлять больше терпения, чем в других делах. Препятствия нужно преодолеть. Мы должны использовать силу и выдержку, чтобы разрушить препятствие либо обойти его. Замешательство ставит нас в тупик множеством вариантов решения вопроса. Самые опасные ситуации требуют, чтобы мы использовали все свои способности для того, чтобы разрешить сложную проблему как можно быстрее.

Однако не важно, с какой трудностью мы столкнулись, главное – не считать ее всей своей жизнью. Разбейте свою трудность на мелкие части, с которыми легче справиться. Самые сложные ситуации представляют собой сочетания загадок, препятствий и замешательства. Если мы разобьем проблему на основные части, то легко разрешим ее. Даже самые большие трудности можно преодолеть, если делать это поступательно. Тогда узлы жизни развязываются легко, словно по волшебству.

25 февраля / Взаимность

*Чем глубже вы возноситесь в духе,
Тем дальше вы от мирской жизни.
Если вы заговорите о чудесах Дао,
Лишь немногие станут слушать вас.*

Если вы потратили много времени на самообучение, саморазвитие, то погружаетесь в Дао. При этом вы также входите в мир необычных понятий. Вы переживаете невообразимые явления, получаете знания словно бы ниоткуда. Вы приобретаете способность предвидеть будущие события. И все же, если вы попытаетесь рассказать людям о своем опыте, вас никто не поймет, и никто не поверит вам. Чем дальше вы пойдете по духовному пути, тем дальше будете от мирской суеты. Возможно, вы познаете истину, но поймете, что люди с большей охотой прислушиваются к политикам, актерам и шарлатанам.

Если вас признают последователем Дао, тогда люди, может быть, станут искать вашего общества, но редко среди них будут встречаться те, кто действительно понимают Дао. Некоторые люди используют практику Дао просто как психологическую поддержку. Когда вы будете рассказывать им о чудесах Дао, то всякий раз будете замечать, что говорите словно со стеной. Поэтому люди, познавшие истину, предпочитают молчать.

Почему бы вы ни хранить безмолвие? Наслаждайтесь Дао. Пусть люди считают вас немым. Глубоко в себе вы обретете радость от знания тайн Дао. Если вы встретите человека, который сможет принять у вас знания, то непременно должны поделиться с ним своим опытом. Но если вы просто бродите в толпе чужих людей, то проявите мудрость, если будете молчать.

26 февраля / Страстность

*Люди, которые следуют Дао,
Занимаются практикой страстно.
Им никто ничего не обещает,
И все же их награда прекрасна.*

Среди духовных традиций мира практика Дао не пользуется популярностью. Приверженцы пути Дао бедны и незаметны из-за своей скромности. Другие религии предлагают людям рай, прощение, уют, экстаз, власть и богатство. Дао предлагает только три вещи: крепкое здоровье, ясность среди смущений жизни и освобождение от страха смерти.

Для того чтобы следовать Дао, нужно быть упорным. Если вы не падете духом из-за своей бедности, одиночества и безвестности, то обретете духовную устремленность, которая сохранится до конца ваших дней. Награды придут к вам не скоро, причем они появятся незаметно. Может быть, вы не станете в один миг богатым и влиятельным, но откроете тайный источник жизненной силы. Когда вы вкусите этот источник, все ваши сомнения развеются, и вам будет легче переносить бедность и одиночество.

27 февраля / *Возможность*

*Зеленая птичка летает в ночи.
Сможете ли вы заметить ее?
Сможете ли вы поймать ее?
Будьте преданны Дао как тень.
Двигайтесь без тени.*

Бедствия не могут длиться вечно. Как изменить ситуацию? Посреди трудности вам откроется скромная возможность, если представится благоприятный случай. Вы должны быть достаточно бдительными для того, чтобы различить возможность, достаточно ловкими для того, чтобы воспользоваться возможностью, и достаточно решительными для того, чтобы изменить свое положение. Если вы упустите возможность, то раскаетесь.

Будьте преданны Дао. Ступайте туда, куда оно движется. Как только оно оставило что-то на вашем пути, мгновенно хватайте его дар. Его дары похожи на птицу: если вы попытаетесь поймать маленькую птаху, у вас ничего не получится. Но если вы все время следуете за птицей, если не уступаете ей в скорости, если уподобляетесь ее тени, тогда поймать ее легко.

Однако, когда вы действуете, у вас не должно быть тени. Иначе говоря, после ваших поступков не должно оставаться следов, беспорядка — ничего из того, что позже может повредить вам. Таков один из способов, которым вы можете избежать попадания в скверные ситуации, ведь каждое ваше движение не оставляет следов.

28 февраля / Источник

*Родник жизненной энергии
Берет начало в сокровенной сути тела.
Найдите его и обретите силу.
Направьте энергию, и она заговорит.*

Источник силы находится в нас. Внешние обстоятельства могут мешать вам, и все же настоящее движение начинается только в вас. Этот источник скрыт в каждом человеке, но любой может научиться пользоваться им. Сила поднимается как серебристый родник из центра вашего тела.

Эта сила будет питать ваше физическое тело. Но она может совершать много других дел. Она может наделять вас дарами, начиная сверхъестественными способностями и заканчивая простой безмятежностью. Все зависит от того, как вы решаете направлять свои энергии.

Нельзя сказать, что человек станет просветленным, лишь обретя этот источник силы. Для управления ею нужен опыт, мудрость и образование. Вы можете получить силу из медитаций, но люди с одинаковыми достижениями могут по-разному применять свои способности, как доброжелательно, так и во зло. Если вы нашли источник духовной силы, то обрели большую радость. Вы берете на себя величайшую ответственность, когда решаете, куда вам направить свою энергию.

1 марта / Целибат

*Зимой у животных нет гона.
Сохраняйте Дао,
Оберегая свою сокровенную суть.*

Мы стараемся следовать Дао вселенной, но Дао пребывает и в нас самих. Это не что-то абстрактное и умозрительное. Наше личное Дао представляет собой саму нашу жизненную силу. Эта энергия начинается в физической сфере и простирается на сферу духовную.

Этот источник энергии обладает отчасти и химической природой, я подразумеваю гормоны, нашу еду и генетику. Вся наша духовность берет начало в этих областях. Люди Дао называют такое явление сокровенной сутью. Очень важно сохранять эту суть посредством полового воздержания. Это не значит, что мы должны подавлять свое половое влечение, поскольку оно природное, и подавить его невозможно. Я имею в виду, что сексуальность следует гармонизировать духовностью.

Человек Дао занимается сексом согласно временам года. Зимой следует реже вступать в близость или вовсе отказаться от нее, а весной можно не отказывать себе в половом общении. Молодым нужно ограничиться одним половым актом в три дня, супругам среднего возраста – одним разом в неделю, а людям старшего возраста и того меньше. Весь секрет заключается в том, чтобы не потакать похоти, но и не умерщвлять свою сексуальность. Похоть транжирит наши силы, а подавление убивает тело на его основном уровне. Если вы установите равновесие в половой сфере, тогда ваша жизнь будет счастливой и духовной.

2 марта / Печаль

*Капли дождя падают на цветы сливы.
От слез потемнела земля.
Можно найти прибежище и
переждать непогоду.*

Когда мы печалимся, горечь пропитывает всю картину мира. Мудрые люди говорят, что жизнь это иллюзия, но разве мы меньше от этого страдаем? Давайте порой грустить, эта способность придает нам человечность. Если мы достигнем просветления, если поймем, что вся жизнь есть сновидение, тогда печаль и счастье исчезнут из нашей жизни.

Грустнее всего в жизни свидетельствовать. Переживать собственные муки не так трудно, как видеть страдания других людей, которые попали в могучую хватку злого рока. Справляться со своими трудностями легче, оттого что мы всегда осознаем, что мы можем переживать и другие варианты, вплоть до самого последнего. Однако самую сильную боль мы испытываем, когда не можем помочь другим людям. Самую большую горечь мы ощущаем, когда видим, как безнадежно положение страдающих людей, которых мы очень любим.

Когда мы оказываемся в скверной ситуации, для нас лучше всего не изнывать в тоске. Мы можем изменить ситуацию, начав общаться с другими людьми или переехав в другое место. Если же такие варианты не подходят нам, мы стараемся конструктивно оценить свое положение ради побуждения что-то предпринимать. Печаль скоротечна, как и все остальное. Если мы хотим избавиться от печали, тогда нам нужно лишь изменить свое отношение к ситуации и позволить ей возвратиться в Дао.

3 марта / *Толкование*

Переживания субъективны.

Не бывает ощущений без толкования.

Мы создаем мир и самих себя.

Мы видим истину, лишь когда останавливаемся.

Мир существует, но мы не можем быть по-настоящему едиными с ним в своем обычном состоянии сознания. Наш ум познает мир, делая выводы из сведений, полученных органами восприятия. Все наши познания фильтруются и истолковываются.

Поэтому в действительности нет такого понятия, как объективность или прямое познание мира. Все относительно, потому что всех нас личные таланты и умения. Пока у всех нас будут разные воззрения, пока наше мировосприятие будет основано на чувствах, абсолютная истина не проявится. Познания, полученные личным опытом, могут быть ценными, и все же они несовершенные и временные.

Проблеск внутренней истины можно получить, только если отключить механизм толкования. Если мы сможем остановить деятельность чувств и обособить часть ума, ответственную за фильтрование информации органов чувств, тогда мы на время пресечем непрерывный процесс толкования внешнего мира. В таком случае мы окажемся в нейтральном месте и полностью погрузимся в свой внутренний мир. Мы пребываем в высшем состоянии, без определений и относительности. Это понятие называют *пустотой*, истина включается в себя все сущее.

4 марта / Произношение

*Дождь, капающий с ресниц,
Звучит как поэма природы.
Мы говорим и пишем,
Чтобы выразить себя.*

Знания Дао находятся в той же части ума, что и стихи. Поэтому древние выражали себя стихами. Между Дао и поэзией есть тесная связь.

Когда мы соприкасаемся с Дао, то не произносим академические сведения, просто проявляется сам дух Дао. Старые священные писания служат ярким примером такого явления. Поэтому существует огромное различие между словами ученых и практиков, точно так же речь академиков отличаются от речи поэтов.

На начальных стадиях обучения нам нужно высказывать свои переживания и позволять Дао течь через нас. Последователи Дао часто используют прозу, искусство и даже поэзию в качестве средства для самопознания. Высказывая свой опыт, они лучше постигают стадии, которые переживают. Благодаря такой практике последователь Дао успокаивает и удовлетворяет свой рассудочный ум. Такой процесс стирает интеллектуализм и оставляет подлинное Дао, которое невозможно выразить ни словами, ни образами.

5 марта / Непривязанность

*Песня птицы свободно льется
В синем небе и на зеленых полях.
Если вы чувствуете поток Дао,
Уступите дорогу, не мешайте ему.*

Какие чувства возникают, когда мы видим Дао? Это спонтанное течение, свободный полет. Вам кажется, будто птица взмыла в небо и парит над землей. Вы почувствуете Дао в своей жизни, когда события будут происходить сами собой, в божественном ритме. Вы почувствуете его в своем теле, когда энергия поднимется в вас и наполнит вас экстазом, когда воссияет все ваше естество. Вы почувствуете его в своем духе, когда войдете в состояние такого совершенства и благодати, что сами станете разливаться над страной реальности словно недолговечная песня птицы.

Когда Дао приходит к вам таким образом, парите спонтанно, куда бы оно ни привело вас. Не мешайте Дао и не останавливайте его, потому что тогда вы потерпите неудачу, ощутите отчуждение и сожаление. Не пытайтесь направлять Дао. Позвольте ему течь и просто следуйте за ним. Когда Дао приходит к вам, откладывайте все свои заботы. Пока звучит песня, просто слушайте ее.

6 марта / Восхождение

*Прохладное утро, каменные ступени.
Дорога к храму крута.
Иногда мы можем спотыкаться,
Но мы должны всякий раз подниматься.*

Духовное развитие это ежедневная деятельность. И не важно, чего мы достигли вчера, мы должны продолжать практику. Развитие бывает столь незаметным, что нам кажется, будто наши усилия не приносят результат. Нам трудно вставать рано каждое утро и снова пытаться заразить себя прежним энтузиазмом. И все же именно так мы и должны поступать.

Если нам повезло с наставником, если у нас есть талант, если нам сопутствуют благоприятные обстоятельства нашей жизни, тогда основное внимание мы должны уделять простой ежедневной практике. Ни один человек еще не достиг рая одним прыжком. Люди достигают истины, упорно восходя на духовные вершины, словно совершают странствие к горному храму. Перед вами тысячи ступеней, дорога круто забирает вверх. На восхождение уйдет немало времени, и мы должны получать удовольствие от созерцания живописных видов вдоль пути и думать, что самым прекрасным для нас будет лицезрение вершины горы. Если мы споткнемся, то должны подняться на ноги и снова подниматься по тропе.

Об успехах в духовной жизни судят не по эффектным зрелищам, а по ежедневной практике. Наше восхождение продолжается благодаря железной воле и абсолютной искренности.

7 марта / Периоды

*Рассвет это сияние горизонта,
А сумерки – угасание неба.*

Сутки уравниваются рассветом и сумерками. Когда встает солнце, луна заходит. Когда встает луна, солнце садится. Существование установило для себя такие периоды, потому что без подобных перемен вселенная не сможет набрать силу. Когда солнце достигает высшей точки, оно неизбежно начинает клониться к своей низшей точке. Все события (в том числе наши планы и деятельность) подчиняются этому правилу.

Мы проявляем мудрость, когда познаем периоды жизни, когда осознаем момент поворота любых конкретных обстоятельств, которые влияют на нас. Если мы хотим продлить что-то, то должны присоединить это к новому росту для того, чтобы не прервалась цепочка развития. Если мы хотим разрушить что-то, тогда нам нужно довести это до максимума, потому что все вещи и явления стремятся к закату после того, как достигли зенита.

Люди слишком часто плохо понимают свое место в жизни. Очень важно исследовать и то, что близко, и то, что далеко. Если вы хотите добиться большого прогресса через десять лет, тогда вам следует делать большие успехи каждый год. Если вы хотите делать большие успехи каждый год, тогда вы должны убедиться в том, что каждый день совершаете что-то значительное. Используйте периоды жизни для уравнивания своей жизни, а затем составьте свои планы согласно выбранной модели. Тогда вы не будете опасаться того, что не сможете судить о собственном развитии.

8 марта / *Возвращение*

*Ангелы летят далеко
На фоне лилового небесного свода.
Беспечные ласточки
Снова вьются над гнездом.*

Ласточки знамениты тем, что они невероятно быстро летают, и тем, что невозможно предсказать, куда они повернут в следующую секунду. И все же не важно, насколько далеко они залетают, они все равно возвращаются к своим гнездам.

Очень важно думать о возвращении. Мы должны работать, исследовать жизнь, путешествовать и достигать чего-то в жизни. И не важно, сколько сил мы затрачиваем и как часто путешествуем, поскольку все мы нуждаемся в краеугольном камне, в центре, от которого можно пускаться в путь. Для одних этот центр – родной дом, для других – их сердце.

Люди Дао верят в существование сокровенного духа, в который должен возвратиться каждый из нас. Этот сокровенный дух все менее заметен и понятен для нас из-за образа наших мыслей и сложности цивилизации. Все наше образование, представляющее собой необходимое зло, стало серым пятном на чистой душе. Поэтому возвращение это процесс упрощения, который избавляет нас от лишних трудностей цивилизации. Человек постепенно счищает слои и пробивает себе путь обратно к чистому и невинному внутреннему человеку. Для такой работы нужно много времени, к тому же человеку потребуется грамотное наставничество и саморазвитие для достижения духовности, но пока человек не возвратится в естественное состояние, он не сможет и надеяться стать единым с Дао.

9 марта / *Творчество*

*Разразилась буря,
Тучи заслонили горизонт.
В небе вращается воздух,
Создавая перемены.*

Без движения в этой вселенной ничего не было бы создано. Вращающийся воздух может создавать ветер, дождь, грозу, молнию. Вращающаяся земля позволяет нам видеть день и ночь, все проявления погоды, времена года, наблюдать за тем, как растут цветы. Для творчества нужно движение.

Люди Дао ценят инициативу, но простого упорства недостаточно. Человек нуждается в творчестве. Это значит, что он должен уметь разрешать трудности, придумывать необычные стратегии или сочинять стихи, музыку, рисовать картины. Во всех таких случаях человек обретает согласие с Дао не слепым подражанием, а разумно стремясь к гармонии. Творчество не означает создание каких-то искусственных вещей. Это скорее спонтанное движение в гармонии с Дао, которое будет приносить другим существам жизненную силу, а не горести.

Человек должен достичь высших уровней творчества, тогда он станет столь искусным мастером, что даже забудет о том, что он мастер. Посмотрите на небо и на землю. Разве они думают о том, как им создать погоду, времена года и периоды роста травы? Они просто все время гармонируют с природой, а остальное создается само, без участия их усилий и мыслей. Происходит поистине спонтанное действие. Оно исполнено величайшего мастерства, которого может достичь человек Дао.

10 марта / Освещение

Пламя питает пламя.

Горящая древесина производит пламя. Но когда пламя питает пламя, возникает редкая ситуация, в результате которой вся округа освещается. Два языка пламени соединяются, и вспыхивает свет, более яркий, чем тот, что давал каждый огонь сам по себе.

В обществе это означает, что люди, взаимодействуя друг с другом, достигают более высоких результатов, чем когда они действовали в одиночку. Для такой ситуации нужна гармония, которая создаст идеи, вызовет вдохновение, а также благоприятный момент для роста и действия. Если все факторы хорошо сочетаются, тогда результаты нашей работы будут подобны вспышке огня от слияния двух языков пламени.

Иногда сочетаются всего лишь два человека. Если два человека соединяют свои силы и не жертвуют своей индивидуальностью, а лишь направляют свою энергию на благо общего дела, тогда возникнет замечательная ситуация, которая принесет пользу другим людям, а также поможет развиваться и этим двум членам общества.

Фраза «огонь, питающий огонь» может также обозначать быстрое выгорание всех энергий. Нужно быть внимательным, чтобы не потерять свою личность. Мы хотим соединить свои силы, а не потеряться друг в друге. И не важно, чего можно достичь, объединившись с другими людьми, все равно вы проявите мудрость, помня, что каждый ступает по собственному пути. Каждый самостоятельно узрит высшую истину и обретет награду.

11 марта / *Независимость*

*Зимой на снегу
Одинокому журавлю
Не нужны драгоценные украшения.*

Один журавль, который безмятежно стоит на фоне падающих снежинок, становится образом независимости. Журавлю никто не нужен, ему уютно в своей природной среде, и он способен всю жизнь провести в одиночестве. Его независимость берет начало из самодостаточности.

Журавлю не нужна одежда, дом, богатство, общественное положение. Он доволен жизнью и даже величествен в своей индивидуальности. То же самое верно в отношении нас: нам не нужна роскошная одежда, головокружительная карьера, восхитительный храм, всемирно известный мастер. Мы нуждаемся в том, что далеко от таких внешних понятий.

Какие стороны вашей личности мешают вам? Какие личные качества не позволяют вам быть независимым? Именно ваш характер станет определять ваше саморазвитие, поскольку вы должны опираться на собственные силы. Это не значит, что вы никогда ни с кем не будете встречаться, просто вы будете делать это как человек, который взаимодействует с окружающими только в той степени, в какой в этом есть необходимость. Таким образом, вы никогда не затеряетесь в толпе, и вы никогда не будете бояться одиночества.

12 марта / Развлечения

*Нет конца желаниям ума,
Который то и дело обращается вовне,
Только тот ум, который обращен внутрь,
Найдет обитель безмятежности.*

Складывается впечатление, будто люди никогда не устают искать новые средства возбудить свой ум. Они жаждут развлечений, им нужны каждый день новые, более острые впечатления. Событиям даже не нужно происходить на самом деле – людей вполне устраивают телешоу и компьютерные игры. Они хотят, чтобы звучала более популярная музыка, чтобы на исторических местах устраивали музеи, строили магазины, проводили праздники, чтобы жизнь была напичкана сложными церемониями с образами, музыкой, речами, зваными обедами и выпивкой.

Люди Дао считают всю действительность проекцией нашего ума. Все явления субъективны и относительны. Поэтому неразумно и далее смущать себя. Настоящая реальность проявляется, когда мы отворачиваемся от пестрой мишуры внешнего мира. Мы видим реальность, когда заглядываем в себя, а затем медленно очищаем слои субъективности. И останется не плод объективности, а суть истины, которая поглощает, а не отражает. Если мы погрузимся в эту суть, тогда наш ум оставит привычку создавать возбуждающие ситуации, и мы погрузимся в тишину, в которой обречем совершенство и цельность.

13 марта / *Открытие*

*Поймайте горных духов,
Заставьте их открыть вам свои тайны.
Открытия случаются лишь благодаря усилиям.*

Священные писания говорят, что горы хранят тайны. Многие поколения искателей уходили в горные дебри и встречались там с добрыми и злобными духами. Мы можем сделать великое открытие, но можем и скверно закончить свое странствие, но все мы должны пойти в горы искать ответы на свои вопросы.

Мы должны понять, что писания, говоря о горах, подразумевают неизвестные стороны нашего ума. Медитация это процесс открытия, медленного исследования своей человеческой природы. Странствуя по этой огромной стране, вы можете разрешить свои психологические трудности и найти сокровища, сокрытые в вашей душе. Как и исследование настоящей горы, познание внутреннего мира также небезопасно. В случае неудачи вы обезумеете и станете одержимы. В случае успеха вы найдете сокровища, которые невозможно сравнить больше ни с чем в мире.

Люди спрашивают: «Так ли уж необходима медитация?» Если вы хотите исследовать сокровенные части своего ума и узнать, кто же вы есть на самом деле, то для этого нет более совершенного метода. Мало простых философских размышлений, и психолог не всегда описывает вам полную картину вашей личности. Только глубокая и уединенная медитация поможет вам постичь все. В медитации вы будете делать открытия. Нам нужно лишь войти в свой ум для того, чтобы раскрыть тайны.

14 марта / Утверждение

*Стойте на краю пропасти,
Созерцая тьму.
Крикните в бездну,
И она обязательно ответит вам.*

Пропасть представляет собой нашу человеческую дилемму. При виде ее нам кажется, будто существование слишком беспорядочно, слишком абсурдно. Где здесь порядок? Есть ли та сила, что определяет все на свете? Это важные вопросы. Они настолько значимы, что мы не можем просто уповать на священные писания, а должны провести личное исследование.

Люди Дао сравнивают бездну с долиной. Долина пуста, но вместе с тем производительна, положительна. Пустота долины собирает воду, которая питает растения. Долина позволяет живительным лучам солнца заливать свою поверхность. Своей открытостью она дает приют людям и животным. Пустота не должна пугать вас, ведь она заключает в себе все возможности. Всмотритесь в нее, позовите ее, и не голосом, а всем своим естеством. Если ваш зов будет сильным и искренним, тогда к вам непременно возвратится эхо. Таково утверждение нашего существования: оно говорит, что мы на верном пути. С этим воодушевлением мы можем всю жизнь не прекращать исследования. Тогда пустота перестает пугать, она становится нашим верным спутником.

15 марта / *Накопление*

*Над бушующим морем прояснилось небо,
Золотые лучи нисходят на кости.
Если началось накопление,
Постарайтесь не мешать этому процессу.*

Одна притча рассказывает о набожном рыбаке, у которого скончался отец. Жрец посоветовал ему похоронить отца у входа в морскую пещеру. Море освобождало этот участок лишь раз в сто лет, и семья, которая тогда придет в пещеру, получит большую награду. У рыбака были дурные предчувствия при виде этой удаленной пустыни, и все же он бросил гроб в воды в указанное жрецом время.

Целый месяц рыбака терзали сомнения в правильности такого поступка. В конце концов, он пошел к другому жрецу, и тот из зависти посоветовал рыбаку поднять гроб. Рыбак послушался совета нового жреца. Когда гроб подняли и открыли, рыбак увидел, что на костях отца лежит золото. Это зрелище стало ярким подтверждением начала благоприятного преобразования отца. Рыбак пожалел о том, что поднял гроб, и хотел вернуть его в пещеру, но было слишком поздно. Уже ничего нельзя было исправить.

Духовная практика должна быть непрерывной. Возможно, мы беспокоимся, так как каждый день видим незначительные перемены, но мы должны сохранять терпение до тех пор, пока мы не увидим общую сумму своих усилий. Саморазвитие означает постепенный и поступательный прогресс. Если вы прекратите свое развитие раньше срока, то вам будет еще хуже, чем если бы вы вовсе не пускались в путь.

16 марта / Прорыв

*На ветвях ивы лежит снег,
Отбрасывая холодную тень.
Лебедь летит высоко в синем небе.*

После долгого саморазвития накопленная в нас энергия достигает критического уровня, а затем изливается вовне, трепеща и пульсируя. Без четко выверенной предварительной стадии этот миг высвобождения энергии был бы невозможен. После долгих лет подготовки и переживаний освобождение души будет не просто рассеиванием энергии. Она будет так четко сфокусирована, что поднимет человека в более высокое состояние сознания. Когда возникает наша духовная энергия, она похожа на лебедя, который взмыл с поверхности воды.

Когда вы достигнете этого уровня накопленной энергии, то станете другим человеком. С одной стороны вы можете обрести полный покой в своем достижении. С другой стороны, теперь вы видите остальные возможности, которые вам еще только предстоит изучить.

Вместе с возникновением хороших возможностей появляется потребность в ответственности. Если вы сошли с пути своей жизни для того, чтобы исследовать новые перспективы, то всегда запоминайте расстояние, которое вы покрыли, и не забудьте возвратиться в надлежащее время. Только вы можете решать, как вам строить свою жизнь. Когда ваши крылья окрепнут, вам все равно будет нужно применять мудрость для определения направления полета.

17 марта / Святость

*Каждая душа неприкосновенна,
Любая мысль может быть личной.
Самая главная цель —
Найти исток святости.*

Тело можно умертвить и препарировать, но ум невозможно расчлениить. В наш ум смогут войти другие люди, только когда мы позволим им сделать это. Зло стремится поработить нас физически, эмоционально и ментально, но оно может добиться своей цели только обманом. Поэтому мы должны помнить о святости души. Наши мысли принадлежат только нам. Если мы будем решительны, тогда зло не сможет смутить нас. Люди думают, что кто-то умеет читать чужие мысли, что боги наблюдают за каждым нашим шагом. Мастера, психологи, боги — никто не сможет войти во внутренние врата, если мы сами не захотим впустить их.

Мы можем также познать себя, возвратившись в святость своей души. Эту работу не смогут выполнить за нас другие люди. Святости можно достичь только через воспитание совершенного образа жизни и через непрестанное созерцание. Только мы сможем войти в сокровенную суть своего естества и найти там разгадку тайны жизни.

18 марта / Злой рок

*Если вы остановите время,
То остановите и судьбу.*

Злой рок это сила, которая вмешивается в нашу жизнь, вредит нам в самый неподходящий момент. И все же мы считаем злой рок не чем иным, как следствием собственных поступков. Каждый раз, совершая действие, мы создаем цепочку событий, которые крепко связаны с нами. Чем быстрее мы убегаем от ее звеньев, тем быстрее они бегут вслед за нами. От них нельзя увернуться, и каждое наше действие будет связывать нас.

Здесь главное – время. События прошлого становятся для нас проклятием. Новые люди Дао учатся управлять прошлым, настоящим и будущим. Они узнают, как действуют обстоятельства, и стремятся изменить ситуацию. Развитые люди Дао не позволяют себе манипулировать процессами. Они стирают все свои мнения в отношении прошлого, настоящего и будущего, чтобы уничтожить само понятие судьбы.

Для того чтобы достичь состояния бытия, в котором на настоящее не оказывает влияние прошлое, в котором не определяется будущее, люди Дао должны добиться слияния с Дао. Тогда действует уже не человек, а само Дао. Таким людям не противодействует злой рок, потому что они и есть существование, причинная обусловленность, само Дао.

19 марта / Страх

*Доверьтесь внутренним богам,
Примите их благодеяния.
Иллюзия это граница реальности,
Для того чтобы перейти эту границу,
Нужно постичь страх.*

Во время медитации вы будете встречать богов. Эти боги представляют собой не что иное, как самые святые части вашего ума, это не другие существа. Ваши внутренние боги наделят вас дарами знаний и силы. Принимайте все, что появляется на вашем пути, без сомнений и страха. Вы можете доверять своим богам. Они никогда не предадут вас, потому что вы не можете предать себя.

Такое доверие растворяет страхи и обиды. Вы найдете решение своих внутренних конфликтов. Боги приведут вас к границе самой реальности. По другую сторону границы вы увидите громадную пропасть, высшую природу существования. Но вы сможете перейти эту границу, только если освободитесь от своих страхов и обид.

Все страхи берут начало в нашем чувстве собственной важности. Когда мы стоим на границе реальности, то боимся того, что потеряем свою личность, если прыгнем в пропасть. Мы боимся раствориться. Но мы, прежде всего, появляемся как раз из Дао. Мы и есть Дао. Возвратившись в Дао, мы не исчезаем, а обретаем единство со всей вселенной. На самом деле, мы уже не будем тем, кто мы есть сейчас. Мы станем едиными с Дао. В таком состоянии уже не нужно ничего бояться.

20 марта / Весна

*Небо поделили солнце и луна,
На ветвях груши благоухают цветы.
Земля с вздохом пробуждается.
Странник радуется на своем одиноком пути.*

Наступает пора равноденствия, когда день равен ночи. Этот день знаменует начало весны, увеличение светового дня и оживание замерзшей земли.

Разумеется, этот день представляет лишь миг во времени. Весна уже давно заявила о своих правах, и мы знаем, что скоро придет лето. Времена года будут сменять друг друга по порядку. У времени не бывает остановок, потому что все сущее представляет собой единое целое. Природа сама определяет свой путь, и времена года это результаты ее движения. Мы сами, наблюдая за сменами состояний земли и погоды, называем как-то разные периоды на протяжении всего года.

Но кто сможет позавидовать скоротечным удовольствиям одинокого странника? Давайте выйдем на улицу и насладимся солнечным светом, давайте будем ликовать при виде наступающей весны, давайте будем получать удовольствие от теплеющей земли. Земля все еще кое-где скована коркой льда, но повсюду вокруг нас пробивается трава. Мы пьянеем, созерцая чистую красоту. Мы идем через бесчисленные горы и ручьи, наполняем легкие воздухом лесов, давайте же найдем успокоение в своем единении с природой. В жизни достаточно горестей и неудач. Философские книги часто напоминают нам о скоротечности жизни. Давайте будем наслаждаться обаянием мимолетных явлений, а пессимисты пусть помолчат.

21 марта / Противоположности

*Для пустоты нужна полнота.
Для сжатия нужно расширение.
Для падения нужно восхождение.
Для того чтобы разрушить что-то,
Нужно довести это до крайней точки.
Для того чтобы сохранить что-то,
Нужно сохранять это в срединном положении.*

Мы говорим о противоположностях, и все же эти понятия не вполне антагонистичны. Все противоположности составляют части одного понятия. Словно двухголовая змея, противоположности представляют собой две части одного существа. Они определяют друг друга, как черный цвет определяет цвет белый. Они сменяют друг друга, как мир сменяет войну.

Когда какое-то явление достигает своей крайней точки, она поворачивает к своей противоположности, как темная ночь сменяется рассветом, как суровая зима сменяется яркой весной. Поэтому все, что человек хочет разрушить, нужно просто довести до крайней точки или раздавить, когда это только что появилось. Например, дерево легче всего уничтожить, когда оно слишком велико и готово вот-вот упасть, и когда оно слишком мало, и его можно запросто вырвать с корнями из земли.

Тот же принцип действует, когда человек хочет питать что-то. Вы можете предотвратить разрушение чего-то, приближая это к высшей точке, но не переходя ее. Вы можете взять ветвь старого дерева и привить ее новому растению. Такова мудрость срединного пути. Люди Дао меняют ситуацию, когда она достигает своего максимума. Они обретают вечность, усиленно развивая новую ситуацию, которая только что пустила ростки.

22 марта / Плавание

*Широкая гладь океана полна жизни.
Его бурные воды на бесконечном пространстве
Со всех сторон обнимают ясное небо.
Я плыву по океану в своеобразном
материнском чреве,
Опираясь на его черно-зеленые глубины.
Жители суши никогда не понимают тех, кто
живет у моря.
А люди моря очень похожи на ваше настроение.
Они держат курс, но все же беспомощны.
Их надежды несбыточны, лишь плавание – цель.
Страхи моряка сменяются смирением.*

Дао иногда сравнивают с океаном. Его глубина неизмерима, океан властвует над всеми, кто входит в него. Мы стараемся плавать по океану с помощью хитросплетений своих знаний, направлять курс математическими расчетами и картами, и все же наш разум уступает океанской широте. Юноши тешут себя честолюбивыми замыслами исследовать все, что над и под поверхностью, тогда как старики смирились, поскольку они знают, что нет другого выбора, чем просто принять океан и плавать по воле его волн. Тот, кто принимает океан, получает его поддержку. Люди, которые не покоряются океану, встречают смерть. Поэтому мудрецы говорят, что они плавают по воле волн без страхов и сомнений, уповая на силу Дао.

23 марта / Созвучие

*Благодаря восходам и закатам
Приходят новые времена года.
Дыхание весны колеблет листья.*

Дао пребывает прямо здесь, просто мы не всегда гармонизируем с ним.

Дао идет своим путем, но мы не готовы ступить по нему. Дао знает, куда идет, а мы силимся забыться в забавах. У Дао нет сознания, и все же оно высшее, а мы слушаем навязчивые мысли.

Поэтому главная задача – обратиться к Дао. Мы должны стать совершенным средством, уподобиться арфе, у которой правильно настроены все струны. Если мы не будем совершенными, то как станем гармонизировать с вселенской музыкой? Когда мы станем созвучными Дао, то сможем открыться ему. Мы без колебаний идем туда, куда оно ведет нас. Музыкант выражает свой индивидуальный талант, и все же гармонизирует с ярким великолепием оркестра – вот так и человек Дао должен оставаться человеческим и не терять гармонию с вселенной.

Когда солнечные дни удлиняются, приходит весна. Воздух теплый, и мир радуется. Новое дыхание весны овевает весь мир, и трепещущие листья созвучны весеннему ритму. Подставьте лицо солнечным лучам. Обратитесь к Дао, всем нам следует учиться звучать в унисон с Дао.

24 марта / Расставание

*Мы с тобой соединились навек,
Когда стали попутчиками.
Как жаль, ты все же уходишь.
Небо помрачнело
От горестного известия утраты.*

Иногда нам улыбается удача, и на нашем духовном пути появляется попутчик, но часто нам приходится расставаться. Когда наши друзья решают уйти от нас, нас посещают сомнения, растерянность, а порой и чувство вины. Любой человек может сойти с пути. Не стоит осуждать их.

Вот правило тех людей, которые следуют Дао: идите по пути вместе, пока у вас есть такая возможность, но когда настанет время расстаться, никогда не пытайтесь удерживать своего попутчика.

Может быть, стоит развивать в себе бесстрастие к друзьям? Мудрецы предупреждают нас о вреде привязанности. И все же эмоции делают нас человеческими. Мы можем умозрительно понять, почему должен уйти попутчик, но нам не нужно отрицать чувства, пока мы идем по пути.

25 марта / *Интеллект*

*Ученые, опьяненные словами с их неясным
смыслом,
Сплетают липкую паутину определений.
Они не занимаются даже простой практикой.
Без знаний мир будет более совершенным.*

Многие люди ищут Дао рассудочно. Они наслаждаются тысячами научных определений, ищут простоту во всех религиях мира, проводят ученые лекции для групп людей. Но они достигнут истины быстрее, если станут мыслить из прямого опыта.

Интеллект по своей природе двойственен. Он разделяет жизнь и создает новые связи между понятиями, называя это *смыслом*. Аналитическое мышление ограничено на фоне Дао, которое не рассудочно, не имеет определения, и которое невозможно описать. Большинство людей Дао ученые люди, но они также понимают, что интеллект это не что иное, как один аспект, в котором должен пребывать многосторонний подход к Дао.

Говорят, что необходимо отказаться от образования, и не потому, что мы должны оставаться бессловесными, а потому, что мы должны искать уровень сознания за пределами интеллекта. Мы должны учиться, но не до такой степени, чтобы потерять возможность медитировать и приобретать прямой опыт. Если мы сможем сочетать интеллект и прямое переживание со своим созерцательным умом, тогда нам ничто не будет мешать достигать безмолвного понимания реальности.

26 марта / Воспоминания

*Можно десять лет учиться у мастера,
Пытаясь проверить истинность учения.
Но в конечном итоге узнаешь лишь о том,
Что каждый должен жить самостоятельно.*

Когда человек начинает изучать духовную систему, он слушает множество четких утверждений мастеров. Их не следует принимать на веру, проверяйте каждое их утверждение и убеждайтесь в их правоте прежде, чем вы сможете поверить им. Вам откроют самые разные тайные знания, но вам нужно лишь выяснить, сможете ли вы эффективно применять их в жизни.

У вас будут случаться радостные минуты, и вы поймете, что определенные техники работают даже лучше, чем обещают священные писания. Вы будете делать такие открытия, но также будете осознавать, что жизнь остается такой же тягостной, полной трудностей, как и прежде. Означает ли это, что изучать Дао бесполезно? Нет. Это значит, что вы трудитесь для того, чтобы приобрести мастерство. Вы должны продолжать развиваться и жить самостоятельно до самого конца.

Когда вы оглядываетесь и понимаете, что вы так основательно изучили учение, что оно стало для вас совсем будничным, вы не должны отказываться от него. Пришла пора применить на практике то, что вы познали. Вы должны выразить себя, создавать новые ситуации для себя и других. Только тогда приобретенное мастерство можно будет назвать полезным.

27 марта / Образы

*Звук, запах, вкус, образ, прикосновение, сон.
Вы можете мыслить, не цепляясь за эти формы?
Редко встречается мысль без очертаний.
Знание Дао встречается еще реже.*

Нашему уму нужно прицепиться за какой-то объект для того, чтобы действовать в рамках обычных шаблонов. Если вы хорошо подумаете, то вспомните, что большинство ваших воспоминаний привязано к некому чувственному образу. Мысль о загородной прогулке навеивает аромат. Вы «видите» отношения определенным образом. Мы можем решать математические задачи и сочинять стихи для чтения в кругу друзей, но мы все равно будем думать числами и словами.

Некоторые люди ошибаются, отвергая мышление такого типа, но нам нужно использовать эти шаблоны для того, чтобы жить в обычном мире. Когда мы познаем Дао, тогда уже недостаточно мысли, привязанной к чувственным образам, для того, чтобы обрести полное понимание. Двойственное мышление неприменимо для познания Дао. Но не отказывайтесь от двойственного мышления, пока в мире необходимо обычное поведение.

Когда человек медитирует, он должен использовать часть сознания, которая не цепляется за внешние формы. Сознание такого типа выходит за пределы чувств. Некоторые люди называют такие состояния ума сверхсознанием, самадхи, нирваной или просветлением. Это просто названия. Все поистине важное приводит к этим состояниям, а ярлыки исчезают.

28 марта / Объединение

Будьте безмолвными, чтобы познать абсолют.

*Будьте деятельными, чтобы
познать внешний мир.*

Двойственность исходит из одного истока.

Вся жизнь в своей сути цельна.

В безмолвии человек ищет абсолютное Дао. В этом нет ни красоты, ни уродства. Высшее состояние называют абсолютom, потому что в нем нет противоположностей. На его фоне ничто в этом мире не может быть абсолютным, так как все, что мы познаем, по своей природе относительно.

Поиск абсолюта может стать одной из высших целей, но вы не можете вечно сидеть на своей подушке для медитаций. Вы должны выходить на улицу и изучать жизнь. Так вы постигаете внешнее Дао, то есть ту сторону Дао, которая течет через все существование. Вы должны изучать все, что интересует вас. Вы должны изучить любое ремесло, в котором хотите стать мастером. Любой предмет, вызывающий любопытство, нужно изучить. Любую трудность следует преодолеть. На каждый вопрос необходимо найти ответ. Если вы не сделаете это, то не сможете свободно течь с внешним Дао, ведь каждая неопределенность будет становиться помехой.

Поначалу вам будет казаться, что нет никакой связи между вашей медитацией и внешними явлениями жизни. Но в конечном итоге вы достигнете точки, где сливаются созерцание и мирская деятельность. Вы перестанете беспокоиться о том, живет кто-то духовно или нет. Вы поймете, что любое явление представляет собой часть единого целого.

29 марта / Осмысление

*Мудреца с двусмысленной речью вы
называете великим.
А тех, кто отстаивает дисциплину,
Вы избегаете.
В одном случае вы истолковываете
слова как угодно,
А в другом случае жалеете, что у вас
не нашлось гроша.*

Как жаль, что мы нуждаемся в словах мудрецов. Их речи очень важны в начале нашего духовного пути, но они могут принести нам трудности, потому что их следует истолковывать так, чтобы они были понятны. Слова несовершенны, поэтому каждое поколение переписывает их.

Люди любят двусмысленность, особенно когда дело касается религии. Они могут как угодно истолковывать явления и понятия. Если они недовольны каким-то учением, то придумывают ему другие толкования, поэтому в мире так много школ, общин и духовных учителей.

И не случайно самые уважаемые святые уже мертвы. Они уже не могут исправить наше искаженное толкование их слов, или даже просто ошибиться в чем-то, пошатнув наше благоговение перед ними. Христос, Магомет, Будда, Лао-Цзы – сколько людей по-настоящему преданны мудрости, которую воплощали эти люди? Может быть, мы сделали их просто экранами, на которые проецируем собственные представления?

Очень важно жить рядом с учителем, который исправляет ваши ошибки и учит дисциплине. Но пред-

мет такого обучения не должен быть результатом новой ортодоксии. Ваша цель должна привести вас в состояние независимости. Все учения это просто сноски. Подлинный опыт приобретается в собственной жизни. Тогда даже самые святыя слова это просто слова.

30 марта / Отпадение

*Со скукой я открываю молитвенную книгу,
На главной странице я вижу фотографию
мудреца.*

*Я наблюдаю странные буквы санскрита,
А потом напеваю молитвы.*

Я перебираю четки решительно и вдохновенно.

Иногда человек отпадает от Дао. Он не интересуется практикой, и все становится просто пустой формой. Больше нет духовного блаженства, глубокого понимания, слияния с ритмом вселенной. Вместе этого появляется долг, форма и рутинная дисциплина. Можно пытаться понять причины своего поиска, думать о достижениях прошлого, наполнять новым смыслом свои цели, и все же не чувствовать вдохновение в практике. Что делать?

Иногда можно позволить себе отложить все дела. Если вы гневаетесь, если вы переживаете сильное потрясение или болеете, тогда вам нужно отдыхать. Но если вы дали какой-то обет, если все дело в лени или безразличии, тогда вы должны продолжать практику. Почти в половине случаев будет происходить что-то важное. Остальное время хорошая практика это переживание своих форм. Со временем в вас появится большая решимость.

31 марта / Долговечность

*Созерцайте утром.
Пелите сорняки после обеда.
Радости и труды одного дня
Составляют части всего пути.*

Если все вы хотите достичь духовного просветления, это не трудно сделать. Для среднего человека десять лет под руководством хорошего учителя будут очень благотворными в этом отношении. Вы затратите меньше времени, чем тот, кто хочет стать хорошим музыкантом, атлетом или художником. Вам понадобится еще меньше времени, чем период накопления пенсии. Если вам повезло найти хорошего мастера, тогда вам, возможно, понадобится совсем немного времени для самореализации.

Но что будет после того, как вы достигнете цели? Многие люди так стремятся к самореализации, что забывают о том, для чего они практикуют. Главное – следовать Дао, проявлять бдительность, пока мы не достигнем цели в свое время. Духовная самореализация важна, но это еще не все.

Голодный человек одержим мыслями о еде. Точно так же, духовно голодный человек может думать лишь о самореализации. Тот, у кого есть еда, может поместить ее в правильный контекст. Это же верно в отношении того, кто понимает суть духовного пути. Поэтому люди Дао не считают просветление высшей целью. Для них самореализация это средство, а не цель. Они считают главным образ жизни. Они используют слово «долговечность» не потому, что хотят жить вечно, а потому, что оно символизирует их решимость жить до самой смерти правильно.

1 апреля / Похороны

*Гроб покрыт черной эмалью.
Провожающие нервно курят.
Одни родственники плачут, другие скучают,
Третьи погружены в собственные мысли.
Нанятые плакальщицы плачут невпопад.
Даже в смерти мы не находим гармонию.*

Если вы внимательно взгляните в мертвого человека, то сможете ли увидеть его душу? Остается ли что-то от человека, которого вы знали? Нет. Остается только труп, который даже не кажется вам знакомым. Ушло все, что делает человека живым. Люди уходят на небеса? Души переселяются? Я не знаю. Теории о том, что происходит после смерти, можно просто принимать к сведению.

Похороны предназначены для тех, кто остался. Этот ритуал призван помочь нам справиться с возникшей ситуацией. Иногда меня удивляет то, что люди плачут не столько об умершем человеке, сколько от страха перед собственной кончиной.

На протяжении всей своей жизни мы ищем единение. Мы пытаемся удовлетворить родителей, прилежно вести себя в обществе и со своими учителями, силится любить и жениться, пытаемся изучать вселенную через искусство, музыку и медитацию. И все же в течение всей нашей жизни наши попытки тщетны. Согласие и гармония это мимолетные состояния. Наша решимость определяет их продолжительность и качество. Когда наш ум исчезает, мы можем уже не держаться за связи, которые были нам нужны.

Не ждите, когда смерть разрешит ваши трудности. Предпринимайте что-то, пока вы живы.

2 апреля / Точность

*Рассчитывайте каждое свое движение.
Установите для себя цель и держитесь ее.
Совершенная сосредоточенность означает
Спонтанное течение.*

Для духовной жизни нужны усилия. Нужно быстро реагировать, точно выверять время, быть искусным. Поэтому люди Дао сосредоточиваются на саморазвитии. Они хотят добиться своей цели.

Каждый день ваша жизнь укорачивается на день. Рассчитывайте каждое свое движение. Главное – реализовать то, что вы четко представили себе. Когда вы добьетесь своей цели, то потеряете к ней интерес, и тогда вы сможете обратить внимание на что-то другое. Если вы не погрузитесь в этот вечный процесс действий, то никогда не сможете удовлетворить все стороны души и никогда не достигнете полной самореализации.

Некоторые люди утверждают, будто желаниям нет конца, поэтому мы должны пресечь свое честолюбие. Но такое поведение не принесет нам удовлетворенность. Нам нужно обретать удовлетворенность в том, что мы делаем, чтобы ощущать душевное благополучие. Если мы пресечем свое честолюбие, то никогда ничего не достигнем. Такое поведение оставляет в нас лишь разочарование, неуверенность и робость. Поэтому для того чтобы следовать Дао, мы должны определять свои внутренние стремления и реализовывать их с точностью охотника.

3 апреля / Самоуверенность

*Постигнутая истина придает уверенность.
Мастерство возвращает веру в свои силы.
Смелость мы можем противопоставить
опасности.*

Для укрепления силы развивайте смирение.

С помощью регулярного созерцания мы можем достичь истины. Чем больше у нас опыта, тем яснее наше понимание. Таким образом, мы можем опираться на свои знания. Когда мы практикуем то, что познали, то не только понимаем истину, но и помогаем себе совершать поступки осмысленно. Чем активнее мы делаем это, тем больше верим в свои силы.

Каждое достижение приносит чудесные плоды уверенности. Мы совершаем все более значительные поступки, пока не набираемся смелости, достаточной для того, чтобы проникнуть туда, куда и не помышлял попасть средний человек. Когда мы достигаем этого уровня мастерства, наступает пора как праздновать, так и пребывать в полной бдительности. У нас есть повод для празднования, потому что мы долго и тяжело шли к этому уровню способностей. И нам нужно проявлять бдительность, так как лишь глупые люди замахнутся на вершины, для которых им еще недостает сил. Гордость и страсть приведут их к падению.

Поэтому, чем более совершенным становится человек, тем более осмотрительным ему следует быть. Чем выше его способности, тем тернистее путь. Самые искусные люди Дао находятся среди самых смиренных людей. Скрывая свет до подходящего момента, они избегают более страшной степени гордости: высокомерия.

4 апреля / Практика

Духовный успех достигается ежедневной практикой.

*Если вы практиковали день, значит победили.
Если вы ленились день, значит проиграли.*

Саморазвитие – вот суть духовного достижения. Озарение и способности это не вопрос великих достижений или проблесков просветления. Все это лишь маяки в жизни постоянной деятельности.

Какую бы систему духовности вы ни практиковали, не оставляйте это ни на один день. Если это молитва, молитесь каждый день. Если это медитация, тогда медитируйте каждый день. Если это упражнения, тогда упражняйтесь каждый день. Только тогда вы сможете сказать, что вы занимаетесь поистине духовными вещами.

Такой методический подход самыми разными способами придает вам сил. Во-первых, он дает вам средства для того, чтобы сохранять прогресс, даже если некий день не оказался вдохновляющим или важным. Просто практиковать уже хорошо. Во-вторых, он дает вам веру. Если вы практикуете каждый день, то непременно получите пользу. В-третьих, постоянная практика дает вам удовлетворенность. Разве вы можете сказать себе, что по-настоящему вступили на духовный путь, если не обрели покой?

5 апреля / *Странствие*

*Тело это священный сосуд.
Мы проходим тысячи миль,
А боги всеравно остаются на месте.*

Тело – храм богов. Его следует содержать в чистоте и опрятности, потому что в нем происходят самые священные процессы. Тело священно, загрязнять его не следует. Внутренний мир тела свят, там находятся решения самых сложных вопросов.

В старину священники носили раку, чтобы совершать обряды даже вдали от дома. Их боги находились внутри сосуда, с которым обращались как со святилищем. Люди Дао верят, что боги находятся в них. Поэтому, куда бы они ни пошли, боги следуют внутри них.

Во время странствия, когда люди останавливаются отдохнуть, они открывают не раку, а себя. Они носят чувство *места* в себе. Даже когда люди Дао решают пожить немного на одном месте, они все равно сосредоточены на своей сокровенной святости. Может быть, они могут гораздо быстрее совершить прорыв, потому что идеи ума больше не мешают потоку божественности. Когда люди устанавливают связь со своей внутренней силой, чудесам во время странствия нет конца.

6 апреля / Неизменность

*Яркие солнечные лучи падают на снег: огонь и лед.
Деревья с голыми ветвями индевеют повсюду.
Болота замерзли и стали раем для гусей и
уток.
На своем посту неподвижно сидит сурок.*

Где бы мы ни были, постоянный поток Дао никогда не иссякает. Мы видим смены противоположностей, например наложения солнечных лучей на снег. Мы отмечаем вечные ритмы жизни: речные птицы продолжают жить, хотя весна запаздывает, и от недостатка тепла безлистые деревья стоят в ожидании более теплых дней. Все меняется, все сущее пребывает в постоянном изменении. Мир похож на постоянно вращающееся колесо. Каждая вещь или явление приходит своим чередом.

Сурок сидит неподвижно, хотя времена года меняются, вот так и мы должны смотреть в себя. Между движениями сурок находит время посидеть неподвижно. Повсюду мы видим приметы весны, и мы должны найти время для того, чтобы отметить постоянство внутренней практики.

И не важно, что происходит за нашими пределами, каждый из нас должен укрепить то, что пребывает в его сердце, обрести покой в едином ритме с природой. То, что действительно под кровом родного дома или храма, будет работать повсюду. Только когда мы постигнем такую неизменность, мы узнаем, что наш поиск увенчался успехом.

7 апреля / Ободрение

*В тысяче миль от дома я открываю
молитвенник.*

*Иногда по вечерам я считал чтение
обязанностью,
Но сегодня вечером я обрел в нем душевный
покой.*

Лучше всего сохранять терпение и выдержку. Практика иногда может казаться вам нудной работой. Когда вы далеки от родного дома, вы можете по-новому взглянуть на нее. Мы вырываемся из рамок рутины, и наша практика проявляет свои лучшие стороны. То, что прежде казалось нам тяжелым и скучным, теперь наделяет нас душевным теплом и уютом. Поэтому нужно управлять своими эмоциями и применять дисциплину для того, чтобы ослабить колебания наших побуждений.

В путешествии мы удаляемся от своего обычного окружения, в том числе и от всего, что подавляет и ограничивает нас. Почти все мы переживаем разные страхи, разочарования и травмы, полученные в прошлом. Время и расстояние помогают нас яснее воспринимать все это. Для того чтобы преодолеть свои отрицательности, нужно мужество и инициативность. Как же нам преодолеть их, если наши трудности это как раз страхи и застенчивость? Именно в такое время нам нужен товарищ, который поможет нам, ободрит нас. Друзья могут давать нам наставления и поддержку в опасности. Они не могут жить вместо нас и решать наши личные трудности, но могут просто быть рядом с нами в трудную минуту.

Наша ежедневная практика это способ ободрить себя, чтобы мы не останавливались на духовном пути.

Если же других ободряете именно вы, тогда для вас это замечательный способ проявить сострадание.

8 апреля / Прощание

*Мы расстаемся на перекрестке.
Ты уходишь со своими радостями
и трудностями,
А я остаюсь со своими радостями
и трудностями.
В одиночестве я смотрю на дорогу.
Каждый человек должен идти своим путем.*

Пути людей пересекаются ненадолго, когда они заключают дружбу, но от этого этот период времени не становится менее ценным. Мы должны пользоваться внешней поддержкой и оказывать ее другим людям так, чтобы польза была обеим сторонам. Когда мы что-то берем у кого-то, то должны попытаться воздать ему за добро. Это главное условие. Никто не должен ни на кого опираться или ожидать, что кто-то станет нести его на протяжении всего долгого пути. Дружбя должны идти вместе до тех пор, пока их пути параллельны, ни от кого не завися.

Обязательств здесь быть не должно. Если я могу помочь кому-то что-то сделать, тогда я должен прийти к нему без колебаний или ожидания награды. Если мне нужно чему-то научиться, и мне может помочь мой друг, тогда я должен со смирением принять его содействие. Никто не «владеет» знаниями, ими следует щедро делиться.

Все встречи заканчиваются расставанием. Ничто не длится вечно. Благодаря своей мимолетности жизнь становится более интересной. Каждый человек несет ответственность за себя. Нужно идти по собственному пути.

9 апреля / Дорога домой

*Где было Дао, когда меня не было?
Разве я не следовал ему, когда шел по пути?
По вашему мнению, есть два пути?*

Мы странствуем, а потом возвращаемся домой, и знакомые места предстают перед нами в новом свете. Разве картина мира изменилась, пока нас здесь не было? Во время путешествия мы получили много новых различных переживаний, разве они также не представляют собой Дао? Откуда взялось такое множество различий?

Вы можете утверждать, что гора осталась горой, но ваше отношение к ней изменилось. Если мы ошибочно считаем что-то плотным, постоянным и никогда не относящимся к условиям жизни, тогда нашим трудностям не будет конца. Но если мы всегда помним о том, что все относительно, тогда мы можем жить гораздо активнее.

Нет двух путей, есть лишь один путь. Он так обширен, что мы воспринимаем его как разнообразные части и полагаем, будто пребываем в разных реальностях. Это ложное восприятие. Мы не можем покинуть пределы Дао, не можем превзойти его. Просто меняются наши воззрения, поэтому мы думаем, что оказываемся в разных измерениях. В реке Дао мы подобны мелкой рыбешке, которая никогда не сможет измерить всю глубину и широту океана.

10 апреля / *Воображение*

*Воображение бледно и хрупко.
Сновидения показывают ложную реальность.
Воображение может строить мосты,
А сновидения лишь обманывают.*

Сновидения часто связаны с нашими переживаниями. От ночных кошмаров мы пробуждаемся и вскакиваем в холодном поту. Приятные сны тешат наши заветные желания. Некоторые сновидения исцеляют нас, помогают нашему уму обрести цельность. Не важно, какие сновидения мы видим, все равно в мире бодрствования у них нет объективной реальности.

Воображение это также форма ментальной деятельности. Таков способ проецирования наших мыслей в достоверные образы, которые можно созерцать и которыми можно манипулировать. Мы можем играть со своим воображением, использовать его для вдохновения творческих проекций.

Воображение и сновидения это подобные виды деятельности ума, и все же они различаются на уровне участия сознания. В случае сновидений происходит полное отключение рассудочности. Мы не можем управлять сновидениями. На этом фоне воображение становится средством, с помощью которого мы можем улучшить свою жизнь, изменить ее, придать ей творческий дух. Направляя воображение, мы можем достичь того, о чем даже не мечтали.

11 апреля / *Сосредоточенность*

Воображение, песня и парящий дух.

Разделите их, чтобы познать их

Как части целого.

Соедините их, чтобы постичь тайну единства.

Если ум сосредоточен, он может стать самой большой силой, которая нам известна. И все же большинство из нас потерялось в просторе нашего неведомого ума. Мы играем с его разными сторонами, находим определенные шаблоны, которые нам подвластны, а все остальное остается неведомым. Люди, которые следуют Дао, не поступают так. Они хотят исследовать все измерения ума, чтобы найти всю полноту сознания.

Первые способы исследования связаны с сосредоточенностью ума. Практики сначала выбирают некую сторону ума и делают изыскания посредством ежедневного сосредоточения. Только когда они полностью поняли суть дела, они ступают дальше. Это все равно как учиться. Когда вы впервые увидели предмет, то должны внимательно работать над ним, чтобы получить знания. Такое сосредоточение смешивает явления, как две жидкости смешиваются в одной бутылке. Когда жидкости смешались, их уже не разделишь.

С помощью сосредоточения все различные стороны ума можно соединить в единый сверхсознательный ум. Слух это то же самое, что и зрение. Вкус это то же самое, что и обоняние. Тактильные ощущения это то же самое, что и мысль. Все, что мы представляем собой, едино с духовной энергией, которая пребывает в нас. В таком высоком сосредоточении возникает полный союз, и мы радуемся абсолютному единению со всеми своими проявлениями.

12 апреля / Осознанность

*Внешние глаза
Не могут увидеть себя.
Внутренний глаз
Есть его собственное отражение.*

Когда мы смотрим, то можем видеть самые разные вещи, но глаза не могут увидеть себя без помощи зеркала. Мы не привыкли смотреть в себя. Люди Дао советуют смотреть в себя для того, чтобы достичь самопознания, и все же мы смущаемся, когда используем воззрения, сформированные с помощью своего внешнего зрения.

Не пытайтесь понять себя с помощью своих физических способностей. Загляните в себя внутренним зрением.

На протяжении многих веков люди разных культур говорили о «глазе ума», «внутреннем глазе», «третьем глазе». Все это указывает на то, что можно смотреть в себя. В медитации очень важно постичь свой внутренний мир. Мы должны выйти за пределы мышления, воображения и открыть ту часть ума, которая у большинства людей дремлет. Внутренний глаз расположен в глубине мозга. Когда он открыт, мы можем воспринимать более тонкие переживания, чем физическим зрением. Внутренним глазом мы необязательно «видим» образы. На самом деле, мы достигаем прямой осознанности, которая выходит за пределы образа.

13 апреля / *Обоюдность*

*Руки не только удерживают, но и отдают.
Рот не только вкушает, но и говорит.
Нос не только дышит, но и обоняет.
Глаза не только видят, но и показывают.
Уши не только слышат, но и уравнивают.*

Руки учат нас не быть эгоистичными. Рот учит нас благодарить словами и песнями. Нос учит нас извлекать уроки из окружающей среды. Глаза учат нас демонстрировать сострадание и искренность. Уши учат нас сохранять уравновешенность.

Все наши части как отдают, так и получают. Они действуют на основе принципа обоюдности, который заложен в их природе. Если наши чувства столь благородны, тогда не стоит ли и нам быть благородными?

Глаза религиозного человека показывают его внутреннюю силу духа, которой вы не найдете в глазах обычного человека. Со слов ученых мы знаем, что глаз это довольно простой орган, и все же на своем опыте мы понимаем, что глаза это окна души. Для того чтобы достичь такой же глубины характера, мы должны жить согласно врожденному благородству своей природы. Каждое наше чувство это не просто способность получать информацию, но и средство самовыражения.

14 апреля / *Готовность*

*Нож сохраняет остроту,
Только когда им правильно режут.
Добродетель воина – готовность.
Добродетель мудреца – осознанность.*

В нашей жизни так много конкуренции и вызовов, что человек должен сохранять постоянную готовность для того, чтобы справляться с трудностями каждого дня. Поэтому люди Дао сочетают путь воина и мудреца. Им нужно мужество борца и ясное понимание мудреца. Каждый день они направляют свои силы на поддержание своего характера и саморазвитие. Но как их «нож» сохраняет остроту?

Одна притча повествует об императоре, который наблюдал за своим мясником. Он удивился тому, что мяснику удалось быстро разделить тушу быка без особых усилий, при этом ему не пришлось даже точить нож. Император спросил своего визиря о мастерстве мясника, и визирь объяснил ему, что все искусство мясника заключалось в умении помещать нож строго между волокон мышц, в итоге туша разделялась по естественным линиям. Таким образом, этот искусный мясник точил свой нож раз в год, тогда как обычному мяснику приходилось точить ножи ежедневно.

Из этого примера можно сделать вывод о том, что нам следует отточить свое мастерство, но также очень важно правильно применять свои таланты. Мы должны помнить о том, что нужно действовать вдоль естественных линий жизни. Тогда нам ничего не будет противодействовать.

15 апреля / *Сострадание*

*Стоит вам увидеть лик бога,
И вы уже видите этот лик
У каждого встречного человека.*

У подлинного бога нет лица. У подлинного Дао нет имени. Но мы не можем отождествлять себя с ним до тех пор, пока не поднимемся на высокий уровень интуитивного понимания. До этого момента боги с ликами и Дао без имен больше сто́ят почитания и изучения, нежели иллюзии мира.

Благодаря долгому и искреннему обучению можно увидеть лик бога. Святость не связана с научной объективностью. Здесь главное – глубокое и ясное понимание подлинной природы жизни. Ваше отношение к своему богу будет отличаться от отношения к другому богу. Божественность это отражение вашего понимания. Если ваш опыт отличается от опыта других людей, от этого ваше чувство божественности не становится менее ярким. После того как вы сами все увидите, вы уже не будете сомневаться.

Познание бога – вот источник сострадания в нашей жизни. Мы понимаем, что наша отчужденность от других людей искусственна. Мы не отделены ни от других людей, ни от Дао. Именно наш эгоизм заставляет нас наделять себя индивидуальностью. По сути, прямое восприятие бога это непосредственное постижение высшей универсальности жизни. Если мы позволим ей изменить наш образ мышления, то поймем свое изначальное единство со всем сущим.

Как выглядит бог? Когда вы посмотрите на бога, то станете видеть его лик у каждого человека на своем пути.

16 апреля / *Беззаботность*

*Два гуся построили гнездо в траве у пруда.
У обоих на крыльях пышное оперение.
В воде они находят пищу, моются и играют.
Зачем гусям ученость?*

Животным образование ни к чему. Они уже совершенны, и им не нужны долгие наставления. Они знают, что им следует делать, благодаря инстинктам и примеру сородичей. Дао всегда открыто им. Оно поддерживает животных и дает им пищу. Животным не нужно изучать и постигать Дао, ведь у них нет рассудка, который отделяет их от Дао.

Только человечество постоянно отчуждено от Дао. Поэтому мы нуждаемся в методах восстановления цельности. Если мы сможем избавиться от навязчивого ощущения самости, то сможем познать Дао в беззаботной манере гусей.

«Забудьте об образовании», – говорят люди, которые следуют Дао, но они не добавляют, что вы должны сначала приобрести знания, и уже потом забыть о них. Если вы обременены знаниями, тогда вы должны возвратиться в состояние глубокой интуитивности. Такое поведение будет радикально отличаться от обычного, эгоистичного поведения, когда вы поступаете как угодно, поскольку теперь ваши действия не будут вызывать похоть, одержимость, насилие и привычки. Только благодаря очищению духовной практикой вы обретете глубокую интуицию и свободу.

17 апреля / Отступление

*Деятельность важна, но она истощает.
И она важна лишь на первый взгляд.
Успокаивайтесь в Дао в конце дня.
Возвращение и есть обновление.*

Каждый день наполнен деятельностью. Мы мчимся от одной встречи к другой, делаем самые разные приготовления к будущему. Такие вещи важны, но в жизни есть не только они. Даже когда мы погружены в свои дела, мы должны помнить о том, что все наши действия временны.

Мы не можем позволять своим достижениям отделять нас от всего, что действительно происходит в мире. Нам непременно нужно отступать для того, чтобы осмысливать события дня и собираться для продолжения странствия. Не нужно ходить в храм, священное место или особую комнату. Мы не нуждаемся в сложных ритуалах. Нам нужно лишь просто и естественно погружаться в себя.

Поэтому люди Дао постоянно используют слово «возвращение». Они осознают необходимость деятельности в жизни, но они также отмечают потребность возвращения в Дао. В Дао пребывает исток всего сущего, и в этом истоке человек обретает обновление, необходимое для продолжения жизни. Такое движение вперед-назад между истоком и деятельностью в жизни представляет собой движение всего сущего.

18 апреля / Числа

*«Один» рождает «два», «два» рождает «три»,
А «три» рождает «десять тысяч».
«Сто восемь» составляет один цикл,
Постоянное вращение создает все сущее.*

Почему числа так важны для тех, кто следует Дао? Даже в наше время, когда числа больше уместны в работе финансистов и инженеров, некоторые люди почитают числа из суеверия. Числа создают закрытый замкнутый мир таинств, которые можно исследовать и использовать, если наше понимание мистицизма достаточно глубоко.

Люди Дао подчеркивают важность некоторых чисел. «Один» это единство Дао. «Два» это двойственность. «Три» это неуравновешенность, которая создает движение. «Четыре» это времена года. Пять элементов творят мир. Шесть частей тела представляют собой руки, ноги, голову и туловище. «Семь» это день прибывающей луны в лунном календаре. «Восемь» это число предсказания. «Девять» это число жизни. «Десять» это число небесных циклов.

В году двадцать четыре периода, и у каждого из них своя характеристика. Числа это всего лишь символы, способ людей проецировать порядок на вселенную. Этот язык точнее слов. Но разве Дао говорит? Числами нужно пользоваться, но старайтесь смотреть за пределы языка и чисел, на подлинную реальность, на которую они указывают вам.

19 апреля / Основания

*После завершения
Наступает новое начало.
Для того чтобы набрать силу,
Обновите корень.*

В музыке главным становится самый низкий тон аккорда. Без него невозможно извлечь ни одну ноту. Наши поступки в жизни столь же сложны и разнообразны, как и аккорды. Без основания нет гармонии.

Люди Дао подчеркивают важность циклов. Для этого необходимо достичь глубокого понимания того, что следует делать, когда цикл заканчивается. Начнутся новые циклы. Одни из них будут вызваны старыми циклами, а другие могли прежде просто пребывать на первом плане, теперь же они проявляют себя. Если мы хотим правильно определить эти новые движения, и если мы с самого начала хотим пресечь нежелательные циклы, тогда мы должны пересмотреть свои воззрения на основы.

Каждый человек хочет быть смелым, творческим и оригинальным. Все мы хотим обновлять свою жизнь. Но до тех пор пока мы не начнем постоянно возвращаться к своим основам, у нас не будет возможности парить в небесах. Не забывайте корни. Без них мы никогда не сможем набрать настоящую силу.

20 апреля / *Вызов*

*Вызов становится заявлением,
Поклонение становится признанием.
Когда благословения достигают зрелости,
Человек получает проблеск истока.*

Когда человек молод в Дао, все практики начинаются как внешние процедуры. Иногда трудно понять их значение; мы не знаем, чего ждать. Люди следуют Дао, но не осмеливаются самостоятельно расти и делать открытия, не решаются выйти за рамки сухих предписаний.

Сначала вызов становится чем-то внешним. Вы повторяете его, но в действительности его значение весьма невелико. Вы преклоняете колени перед алтарем, потому что нуждаетесь в предмете сосредоточения. Когда вы понимаете, что подлинное Дао нужно найти в себе, то смещаете фокус внимания. Поднимается ваш дух, и вы учитесь постигать его. Если бы кто-то сказал вам, чего именно вам искать, тогда вы могли бы никогда не увериться в своих переживаниях. Все, что приходит от внешних наставлений, не может быть подлинным Дао.

Проблеск истока не оставляет никаких сомнений.

21 апреля / *Традиция*

*Традиция когда-то была рутинной.
Но теперь традиции нет.
Куда ведет подлинный путь?*

В прошлом люди не сомневались в учении Дао. Тогда существовала живая традиция, и если человек следовал ей, то вполне мог надеяться на то, что он вступит на благой путь. Но в наше время традиционное учение Дао затуманено гражданскими войнами, политическими дразгами, многих мастеров уже давно нет среди нас. Большинство людей стремится к богатству и технологии, и лишь у немногих остается время для практики Дао. Но техногенная жизнь не сделает вас счастливыми.

Мы должны сами открыть Дао. Мы ищем Дао прямо здесь, в настоящем мгновении, и тем самым возвышаем дух традиции, а не просто подражаем ему. Разве можно повторить прошлое? Старых способов уже нет.

Дао для каждого человека означает что-то свое. Можно сказать, что современное Дао ведет в неведомые направления. Мы должны приспособливаться, но быть современным не значит искать поводы для фальсификаций и коротких путей. Если мы нашли подлинный путь современной жизни, то должны пойти по нему с решимостью, свойственной древним людям.

22 апреля / *Ничего не ждать*

*Усердно трудитесь,
Но не помышляйте о выгоде.*

Не следует молиться или медитировать с мыслями о выгоде. Ничего не ждите, тогда награды придут к вам сами собой. Если человек стремится обрести власть и дары, тогда у его практики не будет никаких результатов, и он потеряется в своей одержимости. Молитва ради результатов не приносит благие плоды. Подлинный дух возвышается, только когда вы ничего не ждете от практики.

Книги и учения говорят о результатах медитации, потому что они готовят искателя к переживаниям, которые появятся у него. Очень важно не считать эти писания рекламными проспектами. Это просто описания того, что вы встретите.

Сядьте медитировать и не помышляйте о результатах, тогда вы естественно и спонтанно соединитесь с Дао. Ситуация получается явно парадоксальной. Мы должны знать, чего нам следует ожидать, и все же мы не должны позволять ожиданиям господствовать над нами. Такая позиция кажется безрассудной и неэффективной. Но если вы хотите постичь Дао, тогда это самый быстрый способ войти в середину потока.

23 апреля / *Приятие*

Засуха превращает озера в котлованы пыли.

Легкий дождь становится насмешкой.

*Принимайте все без жалоб,
Работайте со своей судьбой.*

Когда в стране случается засуха, жаловаться бесполезно. Даже когда легкий дождь покрывает влагой потрескавшуюся землю, мы должны принять это. Человек Дао принимает все, что происходит.

Возможно, мы питаем какие-то честолюбивые помыслы, но Дао решает иначе. Может быть, мы составляем планы на будущее, но Дао иначе относится ко времени. Некоторые люди станут плакать от досады и разочарования, но человек Дао хранит безмолвие и по-прежнему практикует.

Приятие не означает фатализм. Вы не обязаны смиряться под ударами обстоятельств. Люди, следующие Дао, не верят в беспомощность. Они верят в действие в рамках сложившихся условий. Например, во время засухи они станут наполнять водой бочки. Это здоровое поведение. Они не станут разбивать сады с цветниками, потому что для них нужно много воды. В таком случае они поступили бы невежественно и эгоистично.

Приятие это динамическое действие. Оно не должно превращаться в инертность, застой и бездействие. Нужно просто определять, какие действия уместны в данный миг, а затем совершать самые полезные действия. Если наши поступки гармонируют с данным мигом и не оставляют следов, значит наше поведение правильное.

24 апреля / Вера

*Несмотря на знания
Мы продолжаем верить.
На небесах нет бога,
И все же в нас бог есть.*

Нет бога в смысле космического отца или матери, которая будет всем обеспечивать своих детей. Также нет и бюрократии не от мира сего, которая станет судить нас. Такие картины описывают не небесный порядок, а просто отражают наши воззрения. Если мы считаем божественность космической семьей, то демонстрируем свой инфантилизм. Если мы считаем божественность высшим правительством, то остаемся вечными жертвами непостижимого чиновничества.

Вера не должна колебаться из-за того, что с нами происходят скверные события или умирают наши любимые. Удача и неудача не в руках богов, бесполезно роптать против них. И вера не нужна для того, чтобы оправдывать некие события и явления. Вера говорит сама за себя. Если мы укрепляем свою веру, то получаем ее награду. Если мы становимся более совершенными людьми, значит у нашей веры есть свой благой плод. Именно мы создаем веру, и именно наши усилия придают нашей вере истинность.

25 апреля / Влияние

*Солнце сияет в центре неба.
Все существа обратились к свету.*

Все существа в жизни зависят от направления развития. В нашем мире все обращено к солнцу: планеты вращаются вокруг него, времена года зависят от него, и наше понимание ночи и дня связано с его восходами и закатами. Солнце влияет на нашу жизнь.

В остальных сферах своей жизни мы не можем делать утверждения, у которых нет центра притяжения. Наша жизнь нуждается в некой структуре, как солнечная система – в планетарной структуре. И тем не менее всякая структура изначально искусственна. Мы считаем солнце центром мира, потому что нам это выгодно. Для других существ, живущих в иной галактике, наше солнце это не более, чем еще одна точка в безграничном космосе. Нет абсолютного шаблона, посредством которого можно назвать что-то неизменным центром. Поэтому все построения, структуры и определения господствующего элемента относительны, субъективны и мимолетны.

Нет центра, кроме нашего сознания. Когда мы смотрим на солнце и россыпь звезд на небе, то должны также считать себя, как наблюдателей, частью этой системы. Как же еще создать определение тому, что мы видим? Сознание это часть явления. Мы и есть центр, и нет абсолютной меры.

26 апреля / Удовлетворение

*Сделайте свои воззрения совершенными.
Упорно добивайтесь честолюбивых целей.
Только так вы сможете изжить
Свои воззрения и амбиции.*

Некоторые люди говорят, что от честолюбия следует избавляться, приравнивая это качество к жадности и похоти. Однако определенные амбиции становятся результатом любопытства и внутреннего желания. Это область личных интересов, как желание узнать о некоем предмете или стремление достичь цели. Если такие желания никому не вредят, тогда их следует реализовывать, а не подавлять.

Многие молодые люди сдерживаются родней, старшими. Иногда на то есть веские причины, но обычно побуждения других людей имеют оттенок страха, невежества, зависти и, по сути, несостоятельны. Никому нельзя мешать вам достигать целей своей жизни.

Реализуйте в полной мере все свои намерения. Но вы должны понимать, что нет ничего вечного. Вы можете достичь своих целей, но потом поймете, что они для вас уже не представляют особой важности. Это значит, что вы изжили свой интерес и теперь можете приступить к чему-то другому. К тому же, ваши амбиции не должны определять вашу жизнь. Вы, прежде всего, человек, а ваши цели просто дополняют ваш личный человеческий поиск. И вы должны понимать, что реализация целей должна в конечном итоге искоренить все ваши страхи. Когда вы доведете до совершенства свои качества, то поймете, что между вами и духовным развитием больше ничего не стоит.

27 апреля / *Привлекательность*

*Павлин распускает свой шикарный хвост,
Лиловые перья сияют в лучах полуденного
солнца.*

*Красота мира это цветное кружение,
Но в центре цветка пребывает ясная тишина.*

Этот мир пребывает в движении. Его природу составляет постоянное изменение, бесконечные перемены. Без нескончаемых перемен в мире воцарился бы застой, потому что мы создали бы границы. Но все границы, на самом деле, искусственны. Жизнь это одно непрерывное выравнивание тьмы, яркости, цвета, звука, благоухания и ощущений.

Самка павлина привлекает самца своим опереньем. Цветок привлекает пчелу ароматом и оттенками. Мы парим над лепестками цветка, мы опьянены его ароматом. Очарованные благоуханием цветка, мы получаем побуждение действовать, прикоснуться, наполнять свой сосуд всей полнотой обещанной радости.

И все же в центре цветка пребывает тишина. Когда танец красоты заканчивается, в наших руках оказывается его кульминация. В жизни нет конца привлекательным предметам. Мы должны делать не больше, чем нам нужно для обретения довольства. Безрассудно пускаться дальше. Мы должны помнить о том, что следует отступать и заглядывать в себя. Только когда мы погружаемся в центр своей души, мы оказываемся в эпицентре вихря и обретаем покой. Тогда вся яркая энергия, и мощная и стремительная, собирается в высший покой.

28 апреля / Наставления

*Поклоняйтесь по совести,
Получайте благодать смиренно.
Наставляйте осознанно,
Ступайте по пути скромно.*

Алтарь это средство. Если мы преклоняемся перед ним и говорим, что совершили дурные поступки, то в действительности мы разговариваем с собой. Если мы благодарим за удачу, то выражаем свою смиренную признательность существованию за благосклонность к нам. Никакая внешняя сила не слушает нас. Алтарь это просто символ. Люди, которые следуют Дао, сосредоточены на осознании себя.

Когда мы отходим от алтаря, то не должны терять самосознание. Нам не следует думать, что символичность поклонения позволяет нам вести себя безнравственно. Мы все равно должны поступать по совести и удерживать людей от скверных поступков, помогать им поступать добродетельно.

Нужно проявить зрелость для того, чтобы понять, что нет никаких богов, и все же вести себя так, словно они существуют. Нужна мудрость для того, чтобы понять, что вы должны сами себя дисциплинировать. Только мудрые люди могут составить свои «божественные законы» и найти в них наставления, как будто заповеди сошли к ним с неба.

29 апреля / Средства

*Пользуйтесь зеркалом в сложные времена.
Вы увидите как трудность, так и ее решение.*

Когда вы попадаете в неблагоприятную обстановку, то должны спросить себя, навлекли ли вы сами на себя беду. Если нынешние трудности стали ожидаемыми результатами событий, который вы сами же и вызвали, тогда нужно одновременно учиться на своих ошибках и искать способ исправить положение. Если трудности вызваны недостатками характера, тогда ситуацию следует разрешить, и недостаток будет устранен.

Самое замечательное в таких ситуациях заключается в том, что решение наших трудностей находится в нас же. Когда мы наблюдаем за борцами на ковре и понимаем, что они превосходят даже собственные способности, то часто говорим, что они погрузились в себя и смогли извлечь из своей глубины нечто необычное. Когда мы пребываем посреди внутренней борьбы, то должны вести себя так же. Нам нужно погрузиться в себя и в полной мере использовать все свои способности для того, чтобы преодолеть препятствия. Таково проявление наших постоянных усилий развиваться.

Сталкиваясь с трудностями, мы получаем все больше силы для того, чтобы совладать с ними. Когда мы одерживаем победу, то получаем еще больше уверенности и способности справляться с будущими затруднениями. Не останавливайте свое саморазвитие, идите прямо на трудности и собирайте все благие плоды успеха.

30 апреля / *Открытость*

*Нет ничего predeterminedного.
Судьба не существует.*

В древних священных писаниях мы часто встречаем идею predeterminedности, но этот термин чисто умозрителен. В прошлом люди использовали этот термин для того, чтобы выразить, насколько привлекательно для нас некое место или время. Но будущее никому не известно.

В космосе нами не управляет никакой кукловод. Лишь мы ответственны за свои поступки. Мы в самом деле можем так глубоко завязнуть в обстоятельствах, что они будут еще долго оказывать влияние на наше будущее. Если мы правильно выстраиваем обстоятельства – например, учреждаем организацию для помощи другим людям, тогда благодать будет пребывать с нами долго. Но если мы никому не помогаем, тогда скверна омрачит наши дни. И все же в обоих случаях наши ситуации становятся результатами наших же поступков. Это не судьба, а просто причинная связь.

Причинная связь имеет отношение к прошлому, будущее здесь не при чем. Все нужно создавать, и именно мы творцы своего будущего.

Люди, которые следуют Дао, ограничивают себя рядом заповедей. Придерживаясь правильного поведения, они сводят к минимуму вероятность возникновения неблагоприятных результатов своих поступков. Они живут в настоящем мгновении и собирают лучшее из того, что может предложить им день. Они понимают, что ничего не predeterminedено, поэтому для них их будущее широко открыто. Такова подлинная открытость жизни.

1 мая / Святилище

*Золотые лучи ласкают голубой залив,
В воздухе сильно пахнет лавром.
Тихие сумерки переходят в крошечную тьму.
Под сенью деревьев скрыт сказочный пруд.*

В этом мире все стремительно меняется, но иногда мы попадаем в тихое место, в котором можем позволить себе побыть в безмятежности. В такие дни хорошо бы отдохнуть от невзгод и горестей мирской жизни и вкусить предложенные плоды. Иногда вы будете созерцать тихую картину заката, когда яркое солнце скрывается за горизонтом, и в воздухе парит чувство смирения. В другой раз вы попадете в тайное место. Скажем, какая-то роща будет манить вас таинственным уютом.

В таких уединенных местах мы можем обретать покой. Безмятежность может быть даже ценной, словно мы замечаем глубокий голос потока, который прежде из-за своей суетливости не слышали. Порой мы, в самом деле, так устаем из-за своих рутинных дел, что забываем отмечать свои потребности по восстановлению сил.

Обновление глубоко оздоравливает нас. В спокойном святилище мы можем набраться сил для того, чтобы снова пуститься в путь.

2 мая / Истинность

*Река обновлена – Вот поистине древние слова.
Созерцайте мимолетную красоту, касайтесь ее.
Пейте из кристально чистого потока.*

Когда мы стоим на берегу реки, то должны понимать, что он постоянно обновляется. Мы можем сказать, что поток стремился вдоль берега задолго до нашего рождения, не меняя свое русло и стаи рыб в своей глубине, но все равно в этот самый миг река уникальна. Для того чтобы постичь реку, нам нужно лишь прямо пережить ее: касаться ее, плавать в ней, созерцать ее, пить из нее. То же самое верно в отношении Дао.

Дао постоянно течет. Оно присутствует с начала времен, и многие люди пережили его, и все же мы должны исследовать его именно сегодня. Прикасайтесь к Дао, плавайте в нем, созерцайте его, пейте из него. Если вы прикоснулись к Дао, то уже не должны сомневаться в нем. И вам не следует думать о необходимости подтверждать истинность Дао каким-нибудь священным писанием.

3 мая / Центр

*Бутон цветка дает лишь обещания.
Затем он осторожно открывается.
Роскошная картина цветения,
воздух благоухает.
Центр достиг самореализации.*

Подлинная красота исходит изнутри. Рассмотрим для примера цветок. Поначалу мы видим всего лишь бутон. Он еще не демонстрирует миру свою доброжелательность, не привлекает пчел и бабочек, пока что не может стать плодом. Только когда бутон открывается, из его центра проявляется красота. И эта красота утонченна, источник цветка источает аромат, выделяет сладкий нектар. Точно так же, наша уникальная красота исходит из нашей глубины.

Наша слава не связана с нашей внешностью и родом занятий. Наши особые качества берут начало в сокровенном истоке. Мы должны постараться открыться и естественным образом расцвести, держась своего центра. Именно оттуда исходят все тайны и силы. Нужно позволить центру раскрыться в свой добрый час.

Цветок проходит стадии (бутон, цветение, угасание, опадение), точно так же каждый из нас пройдет четкие стадии от рождения до смерти. Мы не сохраняем единый характер на протяжении всей жизни. Мы изменяемся и развиваемся. Наша личность распускается и расцветает. До тех пор пока мы не достигнем своего центра, мы не сможем достичь подлинной независимости в своей жизни.

4 мая / Пренебрежение

*Любого бога можно отвергнуть.
Нет выбора, нет преданности.*

Многие мятежные люди решили отвергнуть своих богов. Без такого поступка не будет подлинной преданности святым заповедям. Дело в том, что практика ценная, только если мы принимаем сознательное решение идти по пути, даже осознавая предстоящие трудности. Хорошо, если вы решили быть благочестивым человеком. Также неплохо, если вы решили отвергнуть богов, поскольку так вы обретаете человеческое свойство выбирать. Мы не можем поддерживать религии, утверждающие, что выбора нет.

Метафизический тоталитаризм удушает нашу свободу. Не годится держаться за религию, которая грозит строгим наказанием за утрату веры, поскольку так дрессируют собак, а не учат людей. Духовность велика, только когда она дарует людям полную свободу. Если мы страдаем от каких-то трудностей, это вовсе не святое возмездие, и мы не должны копаться в данных вопросах.

Если вы переживаете жизненный кризис, ваша вера может подвергнуться испытанию. Возможно, вы даже станете укорять своих богов: «Как вы допустили, чтобы со мной случились все эти несчастья?» Но боги – не родители вам и не защитники. Они призваны лишь вдохновлять нас на совершенствование. Боги символизируют высший выбор существования. И не так важно, выбираем мы веру или пренебрежение. Суть заключается в том, что мы всегда можем сделать выбор.

5 мая / Решительность

Отбросьте нерешительность.

Укрепите свои силы.

Сохраняйте решимость.

Думайте о смерти.

Определите свою позицию на сегодняшний день, учитывая нынешнюю ситуацию. Не нарушайте свою решимость реализовать свою судьбу. Не нужно реализовать судьбу, описанную в некой мистической книге. Стройте свою жизнь самостоятельно.

Вы решили ступить по своему жизненному пути, и это замечательно. Без такой решимости вы погибнете. Смерть неизбежна, но пусть она случится не от потери силы воли, а потому, что ваше время вышло. Пока вы будете способны двигаться вперед, используйте свое воображение, чтобы справляться с муками жизни. Преодолейте свои препятствия и реализуйте образ, который вы хотите видеть в себе.

Вы неожиданно познаете счастье. Вы познаете печаль, когда станете свидетелем того, как самое дорогое для вас отмирает. Примите это событие. Такова природа человеческого существования, и у вас нет времени для того, чтобы закрывать этот факт сказками и безрассудными толкованиями.

Каждый день ваша жизнь укорачивается на сутки. Оставшееся время для достижения своих целей становится еще более ценным. Вы должны достичь всего, чего хотите добиться в жизни. Ваша жизнь это творение, которое умирает вместе с вами. Откажитесь от своей личности, тогда вы в конечном итоге сольетесь с Дао. До того момента решительно создавайте поэзию своей жизни.

6 мая / Иносказание

*Духовность это воплощенная поэзия.
Метафизика это воплощенная метафора.*

Все методы для постижения Дао сначала применяют для исследования внешнего мира, а затем для разрешения человеческих дилемм. В прошлом тело рассматривали как микрокосмос вселенной, духовную энергию сравнивали с солнцем, двойственность тела приравнивали к двойственности дня и ночи, привычки животных наделяли внутренней мудростью, а метафизические центры тела воображали как распустившиеся цветы. Даже если применить эти идеи в наше время, мы получим определенные результаты.

Иносказание это способ определить свои мысли. Поэзия часто может дать нам решение трудностей. В медитации люди нередко воображает распустившийся цветок. И все же поэзия это просто ощущения ума, в нас нет распустившегося цветка. Люди принимают объективную реальность и поглощают ее частично как поэзию ума. Без этого не было бы чувства юмора, творчества и духовности. До тех пор пока мы не установим связь со всеми вещами, мы не найдем выход из изоляции, в которой часто оказываемся.

7 мая / Утаивание

*Скрывайте свои знания.
Утаивайте свой талант.
Прикройте свой свет.
Ждите благоприятный момент.*

Если вы можете следовать Дао искусно, тогда скрывайте свои способности. Тайно накапливайте необычные знания и учения, но внешне не демонстрируйте свой поиск.

В незаметности заключается великая мудрость. Не хвалитесь и не пытайтесь показывать свои умения. Не позволяйте себе лишаться равновесия прежде, чем вы в полной мере освоите искусство. Тогда вас не будут просить использовать свои таланты на благо других, если только вы сами по своей воле не предложите свои услуги. Так вы не станете жертвами чужих обид, и вас никто не будет судить. Если вы умеете скрываться, то избегаете внимания и презрения других людей. Вы должны так поступать не для личной выгоды, а для совершенствования своего мастерства.

Знания и умения сами по себе нейтральны. Ими нужно пользоваться, вот и все. Мастерство не следует использовать для самолюбования. Мы не должны позволять себе категоричные заявления об известных нам областях. Гораздо лучше стать более простыми и освободиться от ограничений личности, считающей себя невероятно значительной.

8 мая / Ограничения

*У каждой реки есть берега,
У каждого океана есть побережье.*

Невозможно расширяться бесконечно. Все достигает своих пределов, и мудрые люди всегда пытаются определить эти пределы. Что касается окружающей среды, то они не станут расширять цивилизацию за счет дикой природы. В экономике они не будут практиковать вещизм. В личных отношениях они не будут требовать больше, чем может дать человек. В физических упражнениях они не перенапрягаются. Что касается здоровья, то они не выходят за грань своего возраста. С таким отношением мудрецы могут даже эффективно пользоваться тем, что другие назовут помехой.

Когда человек подходит к какой-то границе, для него разумнее всего внимательно проверить, достанет ли ему сил для того, чтобы переступить линию. Всегда есть неопределенность, и мы должны быть начеку.

Мы также можем обратить ограничения в свою пользу. Мы можем обмануть себя, поскольку знаем ограничения, которые ждут нас впереди. Можно защищать себя ограничениями, как стена оберегает нашу спину во время битвы. Работать легче, когда мы знаем, что мы будем работать ограниченное количество времени. Мы можем воспользоваться возможностями, потому что знаем, что они будут существовать непродолжительное время. Ограничения не всегда нужно считать отрицательностью в своей жизни. Просто такова наша ситуация, и единственное правильное решение заключается в том, чтобы обратить ее в свою пользу.

9 мая / Неуверенность

*Я пнул камень у дороги
И наблюдаю, как он катится.
Хаос становится порядком.*

В этом мире может произойти что угодно. События случаются хаотично. Скажем, вы нечаянно пнули камень на дороге, и он упал с горы. Просто спонтанно произошло столкновение тел. Некоторые люди утверждают, что в этой вселенной нет порядка, они говорят: «Бог не играет в кости». Какая связь между порядком и беспорядком?

Мы можем сказать, что хаос становится порядком. В системе есть своя программа – например, в силе земного притяжения, но внутри констант системы все равно есть свои предпочтения. Можно задуматься о том, означает ли это, что все на свете стремится к хаосу.

Если бы это было так, то все равно вначале должен был царить порядок. Откуда пришел порядок? Можно быть, беспорядок и случайность – присущие вселенной качества, и они каким-то образом стали частью реальности? Люди, которые следуют Дао, говорят, что нет определенного способа решения этого вопроса. Им интереснее принять тот факт, что во вселенной всегда царит неопределенность. Для них присущая жизни неопределенность и есть сердце Дао. Так люди чувствуют в себе высшую человеческую природу.

10 мая / *Борьба*

*Жизни нужен смысл,
Когда мы переживаем борьбу
Между своими желаниями и реальностью.*

У каждого из нас есть собственная личность, которая определяет стиль нашей жизни. Иногда нам везет, но случается, что наши устремления и самые большие надежды сталкиваются с неблагоприятными обстоятельствами жизни. Лишь немногие люди могут сказать, что они исполняют в жизни свои желания. Для большинства людей жизнь это серии противоборств между внутренними желаниями и внешними ограничениями. Как нам защититься от изменчивых внешних обстоятельств?

Цели важны, как и выдержка. Но сам процесс борьбы не менее важен. Рис должен пройти сложный процесс перемалывания для того, чтобы стать мукой. Сталь должна пройти процесс закаливания для того, чтобы стать крепкой. Бедствия закаливают нас. Без них мы не сможем познать подлинный смысл своих достижений. Разумеется, когда что-то случается без борьбы, это не значит, что мы не заслужили что-то.

Музыкант может за день сочинить песню. Художник создаст шедевр несколькими взмахами кисти. Писатель напишет гениальные главы так быстро, словно их кто-то надиктовал ему. Каждый человек может сказать: «Это произошло очень быстро!» Но в действительности прошли многие годы внутренней борьбы прежде, чем талант проявился в полной мере.

11 мая / Значение

*От молнии загорелся храм.
Это божественная ярость или
природное бедствие?*

Один индийский храм, стоявший у моря, сгорел от удара молнии. Небольшая буря стала предвестником яростного урагана, который в конечном итоге опустошил всю страну. Старый храм раскололся от крыши и до фундамента. Часть здания обвалилась. Может быть, этот храм наказали боги? Или здание просто оказалось не в том месте в разгар бури?

Ваши речи показывают ваше отношение к природе, реальности. Боги вмешиваются в дела людей, верите вы в них или нет. Если вы настаиваете на том, что молния, поразившая храм, имела причину, значит вы живете в мире, в котором неопределенность становится побочным результатом неких капризов высших сил. Но если вы признаете этот случай просто природным бедствием, значит вы также признаете хаотичные случаи в своей жизни. Такая точка зрения, конечно же, не препятствует пониманию божественности. Мы просто говорим, что не все в природе управляется небесной бюрократией.

Просто молния рассекла храм. Смысл этого случая (если таковой вообще имеется) определяется каждым человеком. Один человек считает этот случай бедствием, а другой – благом, тогда как третий безразличен к данному событию. В происшествии нет ничего изначального, что определяло бы смысл. Достаточно того, что все мы осознаем то, что случилось.

12 мая / *Признание*

*Спицы небесного колеса
Постоянно вращаются.*

Люди, которые следуют Дао, верят в то, что Дао развивается определенными фазами. Они применяют этот принцип ко всем уровням своих воззрений, начиная космологией и заканчивая уровнями роста своей личности. На макрокосмическом уровне они указывают на вращение звезд как на свидетельство медленного развития. В личной жизни они признают стадии взросления от детства к старости и смерти.

Каждый из нас должен переходить от одной фазы к другой в своем развитии. Если мы слишком долго будем задерживаться на одной стадии, тогда наш рост остановится. Если же мы будем вихрем переноситься от одной фазы к другой, то не получим никакой награды или живое переживание фазы. Такой рост лишит нас равновесия, и нам придется либо возвращаться и начинать все с самого начала, либо терять что-то навсегда. Нужно осознавать мимолетность всех явлений жизни.

Когда мы переживаем различные стадии жизни, для нас очень важно переходить с одного уровня на другой. И еще очень важно сохранять осознанность. Мы должны понимать, что мы оставляем одну часть жизни и переходим в другую ее часть. Иногда мы осознаем эту реальность, когда заканчиваем университет или женимся. В другой раз эти сферы могут оказаться более тонкими. Какой бы ни была причина, важно точно понимать, когда закрывать одну фазу и открывать другую. Поэтому говорят, что человек считает спицы небесного колеса, пока оно вращается – такова мера нашей жизни.

13 мая / Бондарь

*Бондарь аккуратно клепают бочку.
Стружка сияет в полуденном солнце.
Его обручи соединяют части
ароматного дерева.
Налиты силой плечи бондаря.
Бочки не будет, пока он не свяжет все части.*

Бочка не появится, если ее не построит бондарь. До момента ее появления мы видим обработанные куски дерева, стружку, круглое дно и металлические скобы, но самой бочки нет. Мы видим все ее части, но их еще только предстоит собрать в единое целое. То же самое верно в отношении нашей личности. До тех пор пока личность не станет цельной, человек не будет уравновешенным.

Духовная практика может быть внешним порядком, который требуется личности. Такой порядок может сначала быть откровенно сдерживающим, и вы, возможно, даже почувствуете его искусственность, и все же он совершенно необходим. Это средство для достижения цели. Может быть, в конце нам уже не понадобится такая структура, но мы все-таки не достигнем своей цели без средства. Прежде чем мы оставим образ бочки, нам нужно учесть еще один момент. Бочка охватывает лишь одно: пустоту. В нас также царит пустота. Все части нашей личности, какими бы совершенными они ни были, лишь объемлют то, что есть в нас. Всякая духовная практика соединяет нас с целым и одновременно указывает на пустоту центра. Эта пустота – не нигилизм, а открытая возможность погружения в Дао. Только в таком пространстве мы обретем покой.

14 мая / *Расслабление*

Расслабление это полный покой.

Когда вы полностью расслаблены, вас охватывает полный покой. В вашем уме не возникает ни одна мысль, тело не кричит вам о своих трудностях, ваш дух не тревожат воспоминания. Такое всеобъемлющее чувство безмятежности составляет саму суть медитации. Покой ума обновляет силы уставшей души.

Даже если вы не выполняете формальную медитацию, все равно очень полезно какое-то время в день просто тихо сидеть. Такая форма отдыха должна быть такой же регулярной, как и сон ночью. Если вы можете сидеть спокойно и расслабляться, значит вы действительно медитируете. Разнообразные формы сложных техник существуют из-за того, что люди не могут погрузиться в простое состояние покоя. Их умы постоянно мечутся, их тела не ведают покоя, на них тяжким грузом лежат тревоги дня. Люди не могут освободиться, поэтому нуждаются в формальной практике. Но если вы сможете просто сидеть и успокаиваться, то переживете чудесный покой и глубокое чувство удовлетворения и душевного мира.

Следует пытаться возвратиться в расслабленное состояние постоянно. Расслабление нужно потому, что оно обновляет и очищает нас, наполняет нас глубоким чувством безмятежности. Это не ритуал, не религиозные предписания, а замечательное состояние отключения от трудностей. В таком состоянии мы возвращаемся в свое естественное состояние.

15 мая / Видения

*Отбросьте грезы дурмана
И образы самовнушения.
Пронзите взором насквозь все видения,
Чтобы увидеть пустоту.*

Дао не найти с помощью наркотиков или каких-то других внешних средств. Если у вас будут видения, как вы узнаете их смысл? И не важно, насколько они яркие и четкие, все равно их нужно понять для того, чтобы они были полезными. На этом фоне медитация также приносит видения, голоса, чувства и уверенность. Но изначальный философский поиск становится главным условием для подобных переживаний. Созерцатель может мгновенно поместить новые переживания в рамки создавшейся ситуации. Смущения нет, и человек может отличить подлинное от ложного. В конечном итоге даже восприятие медитации может оставить сомнения.

Не все из того, что человек получает во время духовного поиска, подлинно. Некоторые переживания ложны, и необходимо уметь осознать их ошибочность. Форма, которую принимают видения, обязана усложненности вашего ума. Они все еще пребывают на поверхности вашего ума. Если вы хотите получить импульсы от настоящего Дао, то должны знать, что они приходят не как видения. Воспринимая Дао, вы входите в определенное состояние сознания. Люди Дао могут какое-то время потакать духовным видениям, но в конце концов они понимают, что есть нечто более важное, чем бесконечное исследование видений. Главное – превзойти все преграды и обрести ясное понимание вещей. Только достигнув такого состояния, человек может правильно судить о реальности.

16 мая / Суждение

*Осужденный человек смущается перед судьей.
Перо трепещет, выписывая то добро, то зло.
Стоит перу случайно что-то черкнуть,
И его участь в миг решена.*

Есть ли у судей Дао? Они проявляют жестокость, принимают решения на основе случайных законов – разве они могут представлять гуманистическое воззрение Дао? Ответ зависит от контекста. Если вы говорите о Дао с точки зрения пустынников, любящих природу, тогда ответ – нет. Никто не имеет права судить другого. Но если вы говорите об обществе, тогда люди, следующие Дао, принимают необходимость правил среди людей.

Эти законы представляют собой Дао общества. Когда вы живете в мире людей, вдали от природы, то начинаете практиковать двойственный подход. Тогда у таких понятий, как добродетель и милосердие, есть смысл. Суждение это процесс сравнения идей для того, чтобы найти точки соприкосновения или расхождения в Дао общества. Факты следует хорошо изучать. Судьи должны создавать четкие и мудрые законы. То, что пребывает в гармонии, и есть истина.

Точно так же все мы должны изучать обстоятельства своей жизни. Такова ответственность людей. Всеобъемлющее Дао не освободит вас от необходимости принимать решения. Мы одновременно судьи и осужденные.

17 мая / Уязвимость

*Воин считает всех соперниками.
Он видит все уязвимые места
И учится скрывать свои недостатки.
Умудреца нет уязвимых мест.*

Воин полагает, что все люди – потенциальные неприятели. Он оценивает сильные и слабые стороны каждого встречного человека и определяет стратегию поведения. Его не удивляют никакие противоборства. Защита, соревнование, честь и добродетель – вот его принципы.

Он представляет собой оружие. Поэтому воин тренирует свое тело и совершенствует ум. Он знает, что смерть может постичь обычного человека через сотни точек. Что касается его самого, то он стремится устранить как можно больше своих недостатков. В битве он защищает одну или две точки, а остальное внимание уделяет стратегии и нападению. И все же ни один воин не сможет устранить все свои уязвимые точки. Даже у лучшего воина всегда найдется хотя бы одна такая точка. Только на пути мудреца мы устраняем все слабости.

У мудреца нет точек, в которые входит смерть. Итак, мудрец, который совершенен в Дао, выше воина, который просто искусен в Дао. Воин принимает смерть, но не выходит за ее пределы. Мудрец выходит за границы защиты, соревнования, чести и добродетели, и он не боится смерти. Мудрец знает, что ничто не умирает, что жизнь это просто иллюзия. Жизнь есть не что иное, как одно сновидение, перетекающее в другое сновидение.

18 мая / Схоластика

*Океан пребывает в чаше из черепа,
Мы ищем универсальный код в буквах.
Ум подобен цветку на ледяной воде,
Глазу внутри лепестков.*

Интеллект – одно из самых больших трудностей для духовного искателя. Без интеллекта не обойтись, ведь он и в самом деле очень важен, и все же человек не может позволить ему постоянно господствовать. Интеллект следует в полной мере развить прежде, чем он придет в уравновешенное состояние. Прежде этого момента он будет мешать вам, и вы не достигнете высшего духовного успеха.

Таким образом, ученость становится первым важным шагом. Образование это средство приспособления к условному миру, удовлетворения своего любопытства и избежания склонности к суеверию. Не может быть и речи о постижении философских тайн, если человек даже не смог удовлетворить свое любопытство в отношении природы, цивилизации, математики и языка. Но когда человек развил свой ум, он должен все чаще сосредоточиваться на той части ума, которая выходит далеко за пределы учености.

Интеллект использует определения, он распределяет реальность на двойственные категории очень сложным образом. Мы правильно пользуемся интеллектом, когда отправляем его в «свободный полет», развиваем его необычные способности. Мудрец умеет уравновешивать и сочетать.

19 мая / Брак

*Стена пламени, мост слез.
Снежные хлопья на только что
изготовленной цепи.*

Для того чтобы брак был крепким, пара должна вместе переживать невзгоды и трудности. Это все равно как соединять звенья цепи. Железо нужно разогреть до очень высокой температуры, а затем опустить в холодную воду. Брак сочетает жар страсти и любви, а также прохладные времена трагедий, конфликтов и бедствий. Крепкий брак становится подобным стали.

Трудно пройти через всю жизнь в одиночестве. Все мы нуждаемся в поддержке и чувстве принадлежности, которое возникает, когда мы движемся к цели вместе с кем-то другим. Для того чтобы отношения были действенными, изначально должна присутствовать совместимость взглядов на жизнь. Муж и жена непременно должны дружить помимо любовных дел. Только в таких отношениях можно сохранить верность. И все же несмотря на такую силу Дао напоминает нам о необходимости умеренности.

В конечном итоге все отношения имеют временный характер. Ложная привязанность к другому человеку может стать «наркотической». Мы не должны никого привязывать к себе, не должны определять себя какими-то супружескими рамками. Но если жизнь позволяет нам ходить вместе, тогда кто помешает нам стать попутчиками?

Если пришла пора разойтись, значит так тому и быть. Не следует жалеть о расставании. Красота супружеского брака подобна мимолетному совершенству снежных хлопьев.

20 мая / Инакомыслие

Старик сказал:

«Инакомыслие – не предательство.

Подумай, прежде чем мстить в ответ.

Твой нож, завернутый в ткань,

Может оказаться лишь хрупкой костью».

Ни у кого нет высшего авторитета. Люди ищут вождей, священников, гуру, а отшельники полагают, что у кого-то есть точная формула правильной жизни. Но ни у кого нет такой формулы. Никто не может знать вас так же хорошо, как вы сами знаете себя. У мудреца вы можете получить уверенность начального наставления. Вы можете даже потратить десятилетия на обучение у такого необычного человека, но вам никогда не следует жертвовать своим достоинством, независимостью и личностью.

Для жизни нет шаблонного руководства. Существуют правильные пути, хотя они могут отличаться от путей почитаемых старцев. Разнообразие благостно для традиции. Старики слишком часто путают инакомыслие с предательством и наказывают людей за «преступный» взгляд на жизнь. Они уже не соприкасаются с Дао. Может быть, жесткость вызвана их страхами перед надвигающейся смертью. Когда авторитетные люди начинают угнетать окружающих, это признак того, что их дни сочтены.

Одна пословица говорит, что старые мастера похожи на сталь, завернутую в ткань: внешне они мягкие, но внутри еще очень твердые. Все мы надеемся на то, что наши старики будут именно такими. Но старики часто упускают Дао. Сможем ли тогда мы уважать их?

21 мая / Морицины

*Линии на лице, татуировки старости.
Жизнь ставит метки на теле
Как иглы слепой машины.*

Чем старше человек, тем чаще он думает о старости. Мы можем вспомнить свою детскую невинность. Нас удивляет живость молодых и наше собственное чистое лицо, когда мы рассматриваем свои школьные фотографии. Когда мы смотрим в зеркало, то нехотя признаем, что наше лицо стареет. Нам кажется, что от отметин жизни некуда укрыться.

Каждый наш опыт, все наши поступки и мысли откладываются в нас как татуировка на коже. Но мы чаще всего сами решаем, каким будет рисунок нашей «татуировки». Если мы пойдем к специалисту, именно мы будем выбирать рисунок. В жизни мы сами решаем, какие поступки нам совершать. Не нужно идти по жизни в рассеянности, позволять случайностям формировать нас. Это все равно как позволять слепцу наносить на наше тело татуировку. Тогда вы постареете и станете безобразным.

Становимся мы прекрасными или уродливыми, зависит исключительно от нас самих.

22 мая / Досуг

*Птицы щебечут, возвещая скорый дождь.
В сумерках в деревне звучит собачий лай.
Дым поднимается столбом от сосен,
Довольные семьи обедают в золоченых окнах.*

Пульс жизни определяется во впадинах, в интервалах между событиями. Если вы хотите увидеть Дао, то должны различать эти пространства. Для этого необходим досуг, возможность посидеть для созерцания.

Если вы можете найти место для отдыха, то так организуете свою жизнь, что Дао начнет вливаться в вас. В лесу или в горах, или даже в маленькой деревне, где время течет очень медленно и люди чувствительны к природе, можно познавать глубокие и значительные сферы жизни. Только когда у вас есть время для того, чтобы укрепить нерушимую веру, вы можете получить проблеск Дао, в котором пребывает покой и естественное ощущение того, что правильно.

23 мая / Интуиция

*Ястреб не думает во время охоты.
Его не интересуют теории и этика.
Все его поступки естественны.*

Животные живут естественно, в тесном единстве с Дао. Им не нужно размышлять и рассуждать, ведь они никогда не сомневаются в себе. Когда они голодны, то едят. Когда они устают, то спят. Они отзываются на циклы дня согласно интуиции. Они спариваются в надлежащее время года и воспитывают молодняк согласно своему пониманию. Когда приходит пора умереть, они попадают в зубы хищников или становятся жертвами стихии.

На их фоне мы, люди, отделяемся от природы и беспокоимся по этическим соображениям. Наше поведение впадает в крайность: от садизма до морализма. Дао считает все это искусственным, неестественным. Для чего отчуждаться от природы?

Человек Дао предпочитает жить в тесном союзе с Дао, избегая влияния теорий и крайних воззрений. Человек должен сначала внимательно изучить искусство и этику, и все же он должен объять их столь полно, чтобы они ушли в подсознание. Если мы задаемся вопросом о том, *что* хорошо, а *что* плохо, тогда наша реакция слишком замедленна. Необходимо интуитивно делать то, что правильно. Не следует допускать ни форсирования событий, ни сомнений в себе.

24 мая / Скрытность

*Проповедники и священники учат форме Дао.
Суть Дао нельзя растолковать.
Она скрыта,
Ее не постичь обучением.*

Почему религии выдыхаются и угасают? Потому что их создают люди. Как бы то ни было, религия и духовность не синонимичны, хотя они и связаны. Религия это творение людей и культур. Духовность – непосредственное личное отношение с Дао. Религии часто вырождаются в ритуалы, они несовершенны. Когда их творцы угасают, тогда даже самые святые слова постепенно утрачивают силу.

Наши духовные трудности не отличаются в корне от трудностей наших предков, и современные истины все еще пытаются найти прежнюю духовность. Почему? Потому что все истины в конечном итоге указывают на Дао, а Дао всегда существовало скрытно. Мы можем исследовать сферу религии, но когда мы осознаем искажения своего сознания, то войдем в область Дао. Тогда религии уже не будут нужны.

Если бы мы обладали подлинным духовным опытом, тогда было бы глупо пытаться стать религиозным вождем. Так мы только повторили бы прежние ошибки прочих бесчисленных подлинных искателей. Гораздо лучше оставаться безымянным человеком Дао. Так мы избежим противоречий общества.

25 мая / Взгляды

*Море отлиывает медью сквозь сосновую решетку.
Острова склоняются как вассалы
перед синьорами.
Тучи наползают на прибрежные холмы.
Тысячелистник залит солнечным светом.*

Трудно быстро описать во всех подробностях пейзаж. Наши глаза могут сосредоточиться в один момент лишь на одной точке. Сначала мы смотрим на то, что находится перед нами, а потом на то, что далеко от нас. Сначала мы смотрим налево, а потом направо. Если предмет большой, мы не можем охватить его взором целиком, уму приходится соединять его части в один образ. То же самое верно в отношении нашего подхода к Дао.

Дао постоянно, текуче и переменчиво, но его нельзя постичь с одного взгляда. Мы полагаемся на составные образы, которые собираем в своем уме. Для новичка проблески Дао будут случайными и скоротечными. Вы будете время от времени сталкиваться с Дао, видеть его в узких пространствах между событиями. Если вы зрелый практик, то соединяете образы на основе обучения, техники, исследования и самовоспитания. Но даже спустя многие годы невозможно объять всю картину целиком.

Дао можно познать прямо и в полной мере. Для этого нужно пробудить свою духовную силу. Когда это происходит, духовность проявляется как лучистый свет. Ваш ум расширяется и сияет. Этот свет видит все.

26 мая / Незначительность

*Застывшая лава
Покрыла высокую гору.
Дождь и ветер разобьют кору.
В свое время ростки деревьев покажутся
в трещинах.
Спустя миллионы лет кондоры и змеи
поселятся в том лесу.
Могучая скала, испещренные трещинами стены,
Украшенные мхом и лишайниками.
Человек на фоне этих камней столь мал.
Когда вы увидите Дао?
Когда утратите чувство собственной
важности.*

По сравнению с мощными движениями неба и земли, с величием геологических эпох, самые великие деяния человечества не так важны. Мы покоряем высочайшие горы, погружаемся в глубины морей, осмеливаемся пролетать вблизи солнца, но мы даже еще не приблизились к способностям природы. В своем эгоизме мы считаем себя центром вселенной. Мы воображаем, что наша жизнь обладает каким-то смыслом и высоким значением, когда отправляемся в горы, на реку или к звездам. Но это не так. Мы не можем и надеяться обрести подлинный смысл в истории вселенной. Но мы можем стать лучшей частью вселенной.

Если вы хотите познать силу, которая поддерживает синеву неба, жар звезд, крутизну и тишину гор, бег рек и течения океанов, тогда сорвите завесу, которая закрывает от вас Дао.

27 мая / Раболепие

*Дождь не свое время года,
Омывает кроны деревьев.
Удивленные путники недоуменно
смотрят в небо,
Прячась под навесами крыш.*

Люди, которые следуют Дао, изучают времена года и поступают в соответствии с ними. Они создали науку изучения точных способов, в которых развиваются события. Некоторые люди стали столь искусными, что их жизнь считают исполненной волшебства. И все же, когда что-то идет не так, даже эти мудрецы удивляются.

Так обстоит дело с дождем не в свое время года. Ожидается жаркое лето, но день похож на зимний. Что остается кроме того, чтобы принять это событие? Следовать временам года не значит ожидать регулярные и точные явления. Настоящая жизнь всегда будет выходить за рамки наших ожиданий. Природа не прислушивается к человеческим теориям. Наши науки несовершенны в изучении природы.

Человек Дао всегда гибок и восприимчив к обстоятельствам. Даже если он хочет создать что-то личное, то все равно должен поклониться природе. Величайшее искусство это знание того, как отказаться от личных приоритетов для того, чтобы исполнить требования времени.

28 мая / Перевод

*Поместите слово «Дао»
В самое сердце.
Не используйте другие слова.*

Почему так много людей стремятся к чужим верованиям? Почему мы так много переводим иноземных философских трудов? Разумеется, все мы люди, у которых есть сердце и ум, две руки и две ноги. Каждый обладает духовностью, но почему мы должны все время смотреть на границу?

Люди, которые исследуют Дао, спрашивают, обязательно ли быть китайцем для того, чтобы извлечь из практики пользу. В самом деле, часть учения Дао строго китайская. Также верно то, что науку о Дао никогда не перенимали другие народы, как это происходило в отношении буддизма, ислама, индуизма, христианства или иудаизма. Науку о Дао никогда не проповедовали за пределами Пяти Священных Гор Китая. Так люди оберегали себя от грубых атеистов. Но вам нужно не такое Дао.

Подлинное Дао не ограничено ни национальностью, ни религией. Оно выходит далеко за пределы даже самого эрудированного человека, поэтому может принадлежать любому народу или культуре. Потребность постичь Дао универсальна. Люди других стран просто по-разному называют одно и то же явление. Дао это сама суть жизни, поэтому люди всегда могут получить возможность постичь Дао. Его следует найти прямо здесь и сейчас, и это под силу любому искреннему искателю.

29 мая / Вращение

*Иногда мы сходим с ума.
Мы лишаемся веры, надрываем сердца.
Мы не можем ступать по прежнему пути,
Поэтому сходим с него. Наша жизнь
Принимает причудливые черты.*

Жизнь описывает круги. Вы не можете возвратиться через минуту или день. В этом свете невозможно использовать время для своих целей. Жизнь будет продолжаться и без вас, она оставит вас в безнадежном состоянии. Поэтому вы должны придерживаться своего пути и не сбавлять темп.

Не оглядывайтесь и не возвращайтесь. Каждый раз, когда вы принимаете решение, двигайтесь вперед. Если ваш последний шаг привел вас на какую-то территорию, тогда убедитесь в том, что ваш следующий шаг принесет вам пользу. Не оставляйте свое положение до тех пор, пока не убедитесь в том, что получили что-то равное или даже более совершенное.

Нужно задействовать интуицию. В определенные дни мы приближаемся к своим ограничениям и перестаем терпеть свою ситуацию. Когда это происходит, изменитесь без вмешательства суждений, чувства вины, застенчивости и нерешительности. Именно в такие моменты наша жизнь совершает поворот, и тогда начинается ее новая фаза. Мы судим о своем развитии не по расстоянию, а по сформированным линиям и углам.

30 мая / Милость

*Соблюдайте заповеди, но будьте милосердны.
Постепенно погружайтесь в истину,
Пока не отпадет потребность в законе.
Обретите мудрость за пределами добра и зла.*

Один молодой священник возвратился в общину своего детства и обнаружил, что люди в ней стали практиковать гомосексуализм. Он пребывал в нерешительности: с одной стороны, он должен служить людям, но, с другой стороны, его религия запрещает гомосексуализм и осуждает его как великий грех. Получалось, что в любом варианте он станет лицемером. В конечном итоге он решил принимать всех, кто придет к нему, и вместе с тем выполнять предписания религии. Он рассудил, что его самый важный долг – милосердие, поэтому он мог помогать людям, не нарушая свои заповеди. Когда между верованиями возникает противоречия, необходимо отметить для себя самую высокую заповедь.

Нам не следует продавать свои идеалы из эгоистических побуждений. Если мы следуем определенной духовной традиции, это значит, что мы четко соблюдаем ее правила, чтобы постичь суть традиции. Но мы не можем позволить себе быть догматичными. Человеческие законы несовершенны – всегда будут возникать события, не имеющие прецедента. Таким образом, мы должны выйти за пределы правил и опираться на чистую мудрость. Мы должны совершать поступки на основе опыта и интуитивного понимания. Давайте будем цельными, постигая победы и поражения, тогда мы станем совершать правильные поступки интуитивно.

Традиция имеет первостепенное значение. Милосердие важнее традиции. Мудрость важнее милосердия.

31 мая / Настоящее

*Настоящее становится настоящим
Лишь в одном месте и в одно время.*

Когда человек слушает лай собаки, он может вообразить ее эмоцию, боль, реакцию, тревогу. Просто раздается звук из длинного коридора, берет начало в небытии и снова уходит в небытие.

Мы, как эта собака, делаем усилия, но в действительности делать нечего. Если мы глубоко заглянем в свою жизнь, то увидим в ней лишь тонкий слой рукотворного значения над огромным океаном небытия.

Все, что мы делаем, имеет значение только здесь и сейчас. В следующий миг нашего действия не будет. Просто делайте сейчас то, что можете делать, и пусть все остальное придет само собой. Работайте, умывайтесь, медитируйте, ешьте, учитесь, мочитесь, спите, делайте зарядку, разговаривайте, слушайте, прикасайтесь. Умирайте каждую ночь, чтобы каждое утро снова возрождаться к жизни.

1 июня / Сон

*Сон подобен скорому поезду.
Он врывается в длинный черный тоннель,
Разрезая день на красные и черные полосы света.
Я не думаю о локомотиве,
Положив голову на подушку.
Я слушаю рокот судьбы,
Предугадывая грядущие события.
Во сне, как в туннеле,
Кажется, что источник звука ближе.*

Говорят, что, когда вы спите, известный вам мир исчезает. Мир существует потому, что что-то в вас утверждает, что это так. Разве вы, пробудившись, перестаете грезить? Может быть, вы просто видите другой сон?

Для того чтобы уснуть, нужно отпустить себя. Человек, страдающий бессонницей, скажет вам, что сон невозможно вызвать насильно. Но мы так активно отождествляем управление с бодрствованием, что можно предположить, что неуправляемая часть сна равна реальности.

Сон кажется реальным, а затем мы пробуждаемся. Бодрствующая жизнь кажется реальной, и все же нам нужно каждый день освобождаться от нее. Это странное противоречие постоянно наблюдают люди, следующие Дао. Если жизнь это просто переход из одного сновидения в другое, тогда они беспрестанно спрашивают: «А что же поистине реально?»

2 июня / Вина

*У других людей есть недостатки,
И все же обращайтесь внимание на свои изъяны*

У некоторых людей есть привычка винить окружающих. Возможно, у всех нас есть такая слабость. Список козлов отпущения, повинных в наших несчастьях, бесконечен. Родители, общество, учителя, правительство и даже демоны и боги – всем им достается от нас, когда мы сталкиваемся с какой-то трудностью. Если затруднения в самом деле приходят извне, все равно никого винить не следует. Для таких случаев есть четкий вектор действий: нейтрализация их влияния. Если сложность исходит изнутри, тогда и решение также должно прийти изнутри. Прежде чем винить друзей, родственников и учителей за дурные привычки и недостатки, вы должны вспомнить о том, что следует спрашивать только с самого себя.

Столь же ошибочно терять самоуважение, оттого что у вас есть недостатки. Самое главное – видеть свои недостатки и стремиться изжить их. Вы не безнадёжны, потому что стараетесь подняться над своими недостатками. Это предписание предназначено для тех, кто никогда не пытался достичь совершенства. У всех нас есть совершенная суть, особая внутренняя самость. Эта чистота совершенна и свята, поэтому никто не может быть хуже кого-либо.

Все мы живем на этой планете лишь для того, чтобы возвратиться к чистой самости. Когда мы достигаем этого духа, у нас уже нет недостатков, и нам некого винить.

3 июня / Оболочки

*Внешнее – форма,
Внутреннее – мир.
Глубочайшее – душа.*

Мудрецы говорят, что у человека три оболочки. Внешняя оболочка это физическое тело с примитивными инстинктами. Внутренняя оболочка это ум с определениями, рассудочностью и чувством индивидуальности.

И тело, и ум поработощены внешним миром, потому что получают знания из органов чувств. Они не могут узнать ничего «нематериального», у чего нет формы и имени.

В сути каждого человека пребывает душа. Это чистая, непорочная самость. Она не думает в обычном смысле этого слова, не проявляет эгоизм и не пытается поддерживать себя в мире. У тела есть форма, ум многолик, и все же душа не имеет формы, очертаний. На душу невозможно проецировать имена, формулы, числа, идеи. Она чиста, бесформенна и пуста.

Любой человек может научиться осознавать душу. Только тогда вы сможете убедиться в ее присутствии. Когда вы достигнете ее, ваше тело и ум станут неуместными, поскольку теперь вы находитесь в состоянии за пределами чувств и мыслей. Душу называют абсолютной, потому что она выходит за границы всякой относительности.

4 июня / Наслаждение

*Чистое синее небо,
Вода глубоко удовлетворяет как нектар.
Воздух более сладкий, чем лучшие духи.
Солнечные лучи греют замечательного кота.*

Трудно поверить в то, что жизнь бессмысленна. Разве мы не можем стать счастливыми, когда нам предоставляется такая возможность?

В этом мире многое пугает и доставляет страдания. Но если мы принимаем грустные стороны жизни, то должны также принимать и хорошие ее стороны. Если с нами происходит что-то прекрасное, то никому нельзя лишать нас наслаждения. Все мы знаем, что за всяким взлетом следует падение. Для чего дрожать перед будущим? Если мы ведем себя ответственно, тогда нет ничего дурного в том, чтобы наслаждаться всеми прекрасными дарами, которые может предложить нам жизнь.

Посмотрите на кошку, которая в довольстве растянулась на солнце. Она не думает о следующем мгновении, а просто наслаждается настоящим мгновением. Это спокойное состояние поможет ей очиститься, но она все равно сможет поймать мышь, сможет и впредь вести себя как кошка. Но она ни о чем не тревожится, она в полной мере остается такой, какой ей и нужно быть. Кошка ведет себя так, как будто она любимое дитя природы.

5 июня / Неотделимость

*Ствол пуст,
Но ветви живы.
Пустота основательна,
Но десять тысяч вещей разнообразны.
Поэтому странники освобождаются от забот
Исследуют Дао с большой радостью.*

Основа дерева может оказаться полой, и все же ствол способен подниматься на сто футов, чтобы поддерживать буйную зелень. Дао может оказаться полым, но мир обладает великой щедростью. Так происходит из-за того, что нет разделения между пустотой и явлением. Стало быть, Дао невозможно достичь через отрицание мира.

Пустота это часть всей реальности, поэтому она ощутима. Великое Дао пронизывает мир, поэтому его можно изучать в мире. Все проявления Дао можно узнать, странствуя по жизни. Все переживания уместны, потому что каждое из них – от Дао.

Во всей жизни от Дао отделено лишь человеческое эго, поскольку человек ставит себя выше остального. На этом фоне люди, следующие Дао, отказываются от чувства своей важности и стремления к успеху. Они предпочитают следовать Дао в его русле по земле. Они переходят из одного места в другое, интуитивно чувствуя его направление. Они живут в живом потоке Дао, ощущая божественную энергию. Эти странники получили проблески пустоты, которая пребывает в них самих и во всех вещах и явлениях. Они радуются жизни, но никогда не видят ничего больше, чем пустота.

6 июня / Благоприятный момент

*Если наилучшее настроение у вас утром,
Тогда практикуйте Дао утром.*

*Если наилучшее настроение у вас вечером,
Тогда практикуйте Дао вечером.*

Любой благоприятный момент дня следует посвящать практике Дао. Например, на рассвете, когда тихо и свежо, когда ум не загрязнен событиями дня, наступает идеальное время для того, чтобы посвятить себя учению. Утро, время рождения, не следует тратить на быстрый завтрак, жадное поглощение газет и стремительный бег на работу. Гораздо лучше пробудиться от спокойного сна, умыться, выпить чистой воды и наполнить себя восходящей энергией дня.

Если ваш благоприятный момент приходит вечером, здесь появляются два варианта: сумерки, когда день уравнивается с ночью, и полночь, когда мы слышим первый вздох наступающего дня. Ночью мирские заботы отступают на второй план, весь мир погружается во мрак. Ночь – это время восстановления сил, и ее нельзя транжирить на пустые развлечения, невозддержанную сексуальность и слишком долгий сон. Гораздо лучше отдохнуть от забот дня, принять душ и позволить уютному мраку укутать себя.

7 июня / Умирание

*Свинцовые одеяла придавливают ее,
Подушка сдавливает ее исхудалое лицо.*

Дни ее сочтены,

*Глаза слепо уставились в потолок,
Она то и дело механически вздыхает.*

*Шипение аппарата искусственного дыхания —
Странное насилие современного сострадания.*

Что мы делаем, когда умирают люди, которых мы любим, тогда как мы продолжаем жить? Мы можем испытывать искушение проникнуться чувствами несправедливости, печали и страха, но сначала нам следует подумать о тех, кто умирает. Мы должны находиться рядом с ними.

Не позволяйте никому умирать в одиночестве. Не важно, что им предстоит умереть, а вам — жить, все равно сделайте что-то для них, потому что они бессильны. Если у них есть философия, которая примиряет их со смертью, тогда не тратьте слова утешения. Просто посидите рядом с ними. Смерть стоит над ними, но каждая секунда до ее наступления драгоценна.

Смерть не умаляет мгновения жизни. Как бы то ни было, смерть постигнет всех нас. То значение, которое мы придаем каждой минуте жизни, определяет ее качество. Если мы сможем осознать это, тогда ничья жизнь не будет ниспровергаться смертью.

8 июня / Писатель

*Она погрузилась в себя,
Сначала она писала о себе,
Затем коснулась тысяч существ.
Она воплощалась в разных духов,
Писала о радости и боли.*

Один писатель сказал: «Я могу избавиться от всего, написав об этом». Он имел в виду, что процесс воплощения может освободить его от душевной боли.

Писатели создают рассказы потому, что не могут поступать иначе: им нужно выразить что-то из своей глубины. Они слышат голоса, которые неслышны другим людям. Они слушают страстно, и они должны передать то, что услышали.

Люди чувствуют Дао точно так же, как писатели чувствуют нечто уникальное. В процессе слушания таинственных голосов и выражения возникающего при этом изумления проявляется волшебство, подобное совершенству Дао.

9 июня / Суеверие

*Голоса духов очень знакомы,
Они шепчут мне каждый день.
Вы, такие молодые и богатые,
Делаете утверждения очень уверенно.
Я колеблюсь между суеверием и традицией.
Вам не нужно спрашивать.*

Традиция это устная передача ритуалов и обрядов от одного поколения к другому. Суеверие это верование, которое не согласуется с тем, что общество обычно считает подлинным и разумным. Когда традиция и суеверие соединяются, это признак надвигающейся беды. Например, одной женщине как-то раз стали внушать, что нельзя мыть волосы в день рождения любимого человека. Когда она выражала свой протест, ей отвечали: «Не сомневайся!» Спустя много лет она узнала, что в старину в ее стране чистая, ухоженная прическа символизировала траур, поэтому не была уместной в день рождения. То, что было этикетом у прежнего поколения, стало суеверием у другого поколения.

Люди, создававшие традиции и суеверия, часто разрывались между крайностями. Их верования противоречили современным им знаниям и быстро изменяющейся культуре, вызывая сомнения и неуверенность.

Необходимо знать все традиции, если мы не хотим, чтобы они вырождались в суеверия. Подлинная суть всякой традиции примет новую форму, без компромисса с ее истинным характером. В противном случае традиции будут становиться ветхими верованиями стариков.

10 июня / Истина

*У истины есть три уровня:
Опыт, рассудочность и знание.
Остальные притязания следует отвергнуть.*

Первый тип истины – опыт. Вы познали что-то, если пережили это. Ни один человек не сможет переубедить вас.

Второй тип истины обретается рассудочностью. В таком случае истину невозможно сразу же подтвердить, потому что предмет слишком мал (как атомные частицы) или слишком велик (как движение планет во времени), или слишком абстрактен (как идеи). Что-то может быть подлинным, но его истина подтверждается анализом, а не физическим испытанием.

Любой тип этих истины достоверен. Поэтому, хотя истины и превыше лжи, мнений, верований и суеверия, у каждой из них все же есть свои ограничения. Существует третий тип, который отличается от двух других.

Таков путь прямого духовного постижения. Мы прямо переживаем истину, открывая более высокие способности. Медитация дает человеку полное понимание. Мы не сомневаемся и не нуждаемся в других постижениях, это знание выходит за пределы слов, определений и объяснений. По сути, человек должен быть внимательным для того, чтобы не позволять плодам своей медитации попадать в область рассудочности. Для того чтобы избежать сомнений и противоборствующих мнений, последователи Дао держат в тайне свои откровения. Тогда прямое знание принадлежит лишь им.

11 июня / *Доступность*

*Пока солнце восходит
И бьется ваше сердце,
Дао доступно.*

Одни люди полагают, что Дао можно познать только через сказки стариков или туманную поэзию о богах, которые катаются на драконах. Другие утверждают, что сложные ритуалы и пугающие талисманы обязательны для понимания. Это неправда. Для чего ставить чужие переживания превыше собственного опыта? Дао пребывает в каждом из нас. Безграмотность человека обычно мешает ему осознать Дао, но это не значит, что Дао нет или что оно не важно. Дао можно пережить в любой миг.

Солнце светит? Ночь следует за днем? Небо голубое? У вас есть чувства? Тогда вы можете постичь Дао прямо и непосредственно. Не откладывайте, не считайте себя слишком незначительным. Пока вы живы, Дао доступно вам.

12 июня / Направление

*Вы знаете,
Куда движетесь?*

Движение Дао сравнивают с речным потоком. Его обширность сравнивают с океанским простором. Одни люди довольствуются тем, что плавают туда-сюда по течению, но для других такая пассивность невозможна. Мы должны определять направление.

Как ранние исследователи морей, мы понимаем, куда мы хотим двигаться. Именно тогда важно учиться. Мудрость людей, которые путешествовали до нас, подобна карте. Истины в отношении Дао похожи на звезды. Мы определяем свои цели и поступаем так, как считаем нужным. Будущее никогда не бывает определенным, поэтому так важно объективно оценивать ситуацию, когда мы ступаем по духовному пути.

Если вы затрудняетесь принять главное решение и не можете придумать другой способ действия, тогда напишите все хорошие и дурные стороны данной ситуации. Также напишите, что вы хотите сделать. Определите, добьетесь ли вы желанных целей, если будете жить по-прежнему. В противном случае изменитесь независимо от того, как сильно вы исказите маршрут. Некоторые люди никогда не знают, где по жизни они находятся. Такова одна из главных причин их несчастья.

13 июня / Цензура

*Императоры вводят цензорство,
Но чрезмерное подавление вызывает реакцию.
Люди верят в свободу,
Но чрезмерное самовыражение вызывает
реакцию.*

Китайским и римским императорам не нравилось самовыражение людей, и они запрещали это. И не важно, потревожил их портрет или дурные новости, императоры были готовы растерзать неприятного человека без промедления. В наше время развивается демократия, но люди по-прежнему манипулируют СМИ и бранят людей искусства. Чиновники должны быть аккуратными, ведь если людей притеснять, они поднимут восстание.

Художники всегда пытались раздвинуть рамки самовыражения. Они полны желания творить, поэтому силятся столкнуть любое препятствие. Но если они выражают свои таланты среди людей, им не стоит смущать аудиторию. Творцы должны быть внимательными, ведь если эпатировать людей, они могут ответить вам неприязнью.

Итак, существуют две крайности: желания чиновников, которые полагают, что цензура это справедливое средство, и склонности людей творчества, которым кажется, что они должны снести со своего пути все помехи. Люди, следующие Дао, избегают этих крайностей. Они не хотят становиться правителями, потому что столь высокое положение опасно, им придется лицемерить и разочаровывать людей. И они не хотят становиться выдающимися артистами, поскольку и такое положение довольно опасно. Если им приходится

правлять людьми, они делают это из сострадания. Если они творят, то обретают удовлетворение в самовыражении. В любом случае, они избегают всех крайностей, которые уведут их от Дао.

14 июня / Мастер

*Обман случается, когда вы разделены.
Истина проявляется, когда вы цельны.*

*Соединение мужчины и женщины
вызывает свечение.*

Настоящий мастер это совершенный свет.

Все люди по своей природе способны познать высшую истину. Когда сосредоточение, энергия и мысли рассеяны, мы не можем избавиться от невежества. Многообразие и противоречия существования смущают нас, внешний вид сбивает нас с толку.

Нужен ли нам мастер, который готов помочь нам устремиться к познанию истины? Поначалу мы в самом деле нуждаемся в нем. Нечасто мы слышим о том, что человеческий мастер это не что иное, как временное и несовершенное воплощение высшей истины. Без мастера вы не сможете вступить на путь. Если вы никогда не смотрели за человека, то никогда не сможете объять всю жизнь. Только тот мастер, кто представляет собой вашу высшую самость, может правильно ответить на все вопросы.

Когда вы объедините в себе все элементы, обладающие метафорической связью с единством мужчины и женщины, свет рассеет тьму. Все лучи радуги вместе создают белый цвет – точно так же сочетание всех наших проявлений соединяет все противоположности.

15 июня / Всеобщность

*Люди, которые считают свой путь высшим,
Презирает религии окружающих.
Глуп попугай, говорящий о цельности самости.
Многие пути ведут к вершине,
Но на пик нужно нести все свое тело.*

Однажды я встретил женщину, которая всю жизнь была христианкой. У нее было два сына, оба они практиковали йогу. Она была рада тому, что они шли по духовному пути, но сыновья высокомерно полагали, что их верования были выше религии матери, и говорили ей, что она мало делает для духовного освобождения.

Никто не имеет права осуждать духовные верования других людей. Все духовные системы абсолютно равны. Каждый человек должен придерживаться той философии, которая наиболее эффективна для него. Мы должны радоваться, обретая такую систему, и помогать тем, кто интересуется религией, которой мы придерживаемся, но ни один из нас не должен презирать религии окружающих.

Все мы пытаемся взойти на вершину духовной самореализации, на пик ведет много достойных путей. Разумеется, гора со всех ее сторон выглядит по-разному, но ее вершина все равно одна, по какой бы тропе мы ни поднимались к ней.

По какому бы пути вы ни пошли, самое главное – быть преданным ему. Другие люди будут поступать также. Если все мы поднимаемся своим путем и достигаем вершины человеческой духовности, значит мы можем достичь абсолютной цельности в своей жизни.

16 июня / Медитация

Сидите недвижимо, отказавшись от обыденных дел.

Наберитесь энергии из земли,

Получите силу с неба.

Удобрите внутреннее семя.

Пусть оно пустит росток,

Из которого выйдет цветок чистого света.

Пусть ясность откроет ваше темя,

В него вольется божественный свет.

Ваш ум пуст,

Свет пронизывает все ваше тело.

Вы сидите, скрестив ноги, сложив руки,

Как будто пытаетесь обнять лучистый поток,

И ваша кожа становится прозрачной.

Разве может кожаный мешок содержать божественность?

Ваши последние следы сгорают в бесконечном потоке.

Вы возвращаетесь лишь по прошествии неопределенного времени.

Плоть, кровь и кости.

Куда вы ушли?

Может быть, вас вообще здесь не было?

Где поток?

Он не пропал, просто вы еще раз пересекли его.

17 июня / Мудрец

*Древние мудрецы жили в лесах
И странствовали по деревням.
Они открыто делились опытом с людьми,
Не думая о выгоде.*

В древности духовных искателей было больше. Эти мужчины и женщины занимались самосовершенствованием в горах или бродили по лесам и вдоль рек. Когда они приходили в деревню и видели, что могли передать ее жителям свои знания, они открыто делали это. Преподав необходимый урок, они исчезали, понимая, что другие люди последуют за ними. Они не основывали религиозные школы, храмы и философии ради прославления своего имени. Они понимали, что знания не принадлежат им.

В наше время многие люди считают знания товаром, который можно паковать и продавать на рынке. Они стремятся не принести пользу людям, а извлечь выгоду. Например, один известный мне современный мастер просит тысячу долларов за одну технику. Мы живем в мире, где бескорыстная передача знаний уже не считается добродетелью.

Чем больше знаний вы передадите, тем больше пользы принесете себе. И чем больше вы стяжаете, тем меньше приобретете. Будьте сострадательны к окружающим. Зачем бояться открытости?

18 июня / Броня

Спелый плод, свежие листья, живое зерно. Здоровые корни, нежная мякоть, весенняя вода.

Растущее семя питает вашу суть.

Дыхание природы делает вас гибким, но крепким.

Тело мудреца подобно броне.

Мудреца не постигнет смерть.

Люди Дао говорят о трех драгоценностях тела: сути (цзин), дыхании (ци) и духе (шэнь).

Суть (цзин) – это биохимический аспект тела, питаемый пищей и регулируемый качеством гормонов. Поэтому всю еду следует насыщать энергией. Ешьте пищу как можно ближе к ее источнику. Молитесь перед тем, как приступить к еде, поскольку живое все, что вы едите, пусть это растение или животное. Вы должны поглощать их для того, чтобы выжить, но уясните себе, что после своей смерти вы станете пищей для других существ.

Чтобы развивать дыхание, нужно усиленно упражняться. Дисциплинируйте себя. Вы приобретете гибкость в сочетании с крепостью. Вы научитесь избегать небольших физических травм и многих недугов.

Высшее воспитание духа начинается с вопроса о смерти. Мудрецы заглядывают за пределы смерти. Они неизбежно умрут, но они также знают, что ничего не утратят, поскольку никто не обладает телом и умом. Люди, которые следуют Дао, защищают себя и живут духовно, реалистично воспринимая смерть.

19 июня / Святые

*Перейди теплый поток вброд,
К святыне на том берегу реки из золота,
Где хмельная пчела жуужжит священный слог
Над малиновым лотосом.
Фуксиновое манго и подношения специй
Сложены в высокую кучу преданным
служителем.
Тыходишь в хижину из синего камня —
Прохладный черный интерьер умащен
благговониями
И пронизан свечным пламенем.
Обычные люди падают на хрустальный пол.
Страстные буквы возникают в воздухе
И проявляются в сердце.*

Хорошо, что в мире есть святые места. Всем нам полезно отправляться в странствие. В конечном итоге важно не место, а ваши чувства. Посещение мест маловажно, главное — измениться внутренне.

Когда люди посещают святое место, некоторые из них говорят, что духи этого места говорят с ними. Другие вспоминают экзотическое зрелище. Если вы пришли в святые места, то лучше будьте странником, а не туристом. Ступайте со смирением и позвольте своему сердцу переживать то, что вы видите. Так вы обретете подлинное сокровище святыни.

20 июня / Алтарь

*Каждый день я заковываю свое тело в сталь
И кутаюсь в яркие пряди сознания.
Я собираю зрелые плоды и благоухающие цветы,
Возжигаю красные свечи и ароматные палочки,
Готовлю чай, рис и вино.
Я мажу ароматическими маслами
И предлагаю свое сердце и кости
Алтарю, который есть моя наковальня,
Солнце и луна – угли.
Дисциплина – это молот,
А легкие – кузнечные мехи.*

Люди Дао держат дома личные алтари. Набожный человек использует алтарь только для молитв, а скептик считает алтарь чем-то ложным и неискренним. На самом деле, постоянные усилия абсолютно необходимы для тех, кто только что вышел на путь.

Подлинное духовное развитие начинается с обещания того, что вы уже взрастили в себе чистый дух, и вам нужно лишь устранить ментальные препятствия. Таким образом, человек должен работать на физическом и ментальном уровне для того, чтобы достичь самых быстрых результатов. Для таких разнообразных усилий нужен сильный центр. Сосредоточиваясь на алтаре как на основе всех практик, вы будете крепко ступать по своему пути. Тогда внешние действия складываются как подношения за подношениями, и исполненные по обету дела становятся средствами поминовения о своих усилиях. Так ваше тело само становится стальным алтарем, нерушимым монументом духовной устремленности.

21 июня / Солнцестояние

*Когда появляется настоящий свет,
Вся планета обращается к нему лицом.*

Солнечное солнцестояние – пора самого яркого света. Это день громадной силы. Вся планета полностью обращается к лучезарному солнцу.

Эта кульминация не статична, не постоянна. На самом деле, солнцестояние как время кульминации представляет собой лишь едва заметную точку. Нам кажется, будто солнце остановилось. Складывается впечатление, будто его суточное движение почти прекратилось. Вчера солнце все еще достигало этой точки, а завтра оно начнет новую фазу своего круга.

Люди, которые следуют Дао, празднуют этот день для того, чтобы напоминать себе о циклах существования. Они помнят о том, что у всех циклов есть «лево» и «право», верхняя и нижняя часть, зенит и надир. Сегодня день гораздо дольше ночи, и все же ночь будет постепенно увеличиваться. Вся жизнь есть циклы. Вся жизнь – равновесие.

Итак, празднуйте, но не будьте гордыми. Когда вы празднуете высокое достижение, присутствует и антитеза. Точно так же, в горестях не печальтесь. Люди, которые умеют достичь пика любого цикла и остаться в своей славе, самые мудрые.

22 июня / Отречение

*Удовольствие от вина,
Опьянение любовью,
Одержимость работой,
Забота о детях,
Огорчение от старения.*

Когда закончатся страстные желания?

Изначально ничего не было. Мы возвращаемся в пустоту. Все разнообразие обязано игре космических противоположностей. Человеческая жизнь опутана сложностями, и эта разнородность болезненна. Мы сами усугубляем свои трудности собственной похотью и честолубием. Мы опьяняем себя, потакаем чувственным наслаждениям, стремимся к карьерному успеху, тратим десятилетия на воспитание детей. И все это лишь для того, чтобы попасть в стискивающиеся челюсти старости, которые скоро раздавят нас, и у нас не останется ничего, кроме печалей, немощи и слабоумия.

Долг неизбежен, но нам не нужно взваливать на себя дополнительную ответственность. Упрощайте свою жизнь. Откажитесь от возможно большего. Отрекийтесь от ненужных стремлений и желаний. Оставьте позади ловушки богатства и успеха. Обратитесь к божественности. Она приносит удовлетворение, знания и радость.

23 июня / Поклонение

*Вы можете поклоняться богам,
Но не можете поклоняться Дао.*

Красота вашего бога выше любимой, питательнее пиров, ценнее богатства. Она дает более уютное прибежище, нежели дворцы. Правильное поклонение, радостное и экстатичное.

Если у вас ограниченный взгляд на поклонение, тогда вы всегда можете потерять из виду святость. Когда вы находитесь на более раннем уровне развития, то можете в любое время отвернуться от своих богов. Люди, которые следуют Дао, знают о том, что Дао – это не бог на алтаре, поэтому они видят своего бога во всех действиях и никогда не упускают из виду божественность.

Богам можно поклоняться, а Дао поклоняться невозможно. Почему? Потому что боги ведут к добрым вещам и вдохновляют нашу высочайшую преданность. Перед нами возникает величественная картина, и все же она ограничена по сравнению с вечностью Дао. У Дао нет определений, ограничений, личного сознания. Таким образом, поклоняться Дао бессмысленно, поскольку наши усилия потеряются в бесконечном море. Наши молитвы ни на что не направлены, никто не ответит на них. В таком поклонении нет ни красоты, ни славы. Здесь мы не увидим экстатическое единение, поскольку ничего не различается. Дао велико иечно. Все, что ограничено и мало (даже поклонение) исчезает в нем. Если вы вошли в Дао, то стали частью его безграничности.

24 июня / Многообразие

*У богов много лиц,
Но у подлинной божественности нет лица.*

В мире очень много богов. У людей Дао свой пантеон богов. Буддисты, индуисты и люди других религий обладают своим пантеоном. Исламские и иудео-христианские школы монотеистические, но их общины сильно различаются. Люди, которые следуют Дао, признают, что каждый из нас видит божественность по-своему. Так один бог или богов много?

Некоторые люди Дао утверждают, что если существуют боги, значит каждый человек – бог. Вы бог. В небе ничего нет, и никто не живет вместо вас. Во что бы ни верил человек в отношении богов, все это благостно. Но есть нечто за пределами разнообразия богов – и это абсолют.

То, что абсолютно, не имеет формы. Таким образом, Дао безымянно и безлико. Мы не можем считать Дао своим богом, ведь так мы наделим его формой и возвратим в мир, где существует великое множество названных вещей. Мы используем слово «Дао» только для удобства, но в действительности мы ссылаемся на глубокое таинство. До тех пор пока мы будем жить в мире многообразия, мы никогда не будем едины с Дао. Мы достигнем его, только покинув многообразие существования.

25 июня / Воспитание

*Вообразите скульптуру,
Над которой вы работаете каждый день.
Если вы остановитесь, эта красота
Постепенно исчезнет.*

А если бы вы работали над красивой статуей, но ваш материал был плох? Такова прискорбная природа духовных усилий?

Вы никогда не сможете оставить попытки очиститься, усовершенствовать, укрепить свои силы и развить святость, которая пребывает в вас. Если в какой-то день вам удалось добиться особых результатов, прекрасно. Но если вы прекратите усилия, то откатитесь назад. Поэтому вы должны стараться на каждом уровне: физическом, ментальном и духовном. Ваша бдительность никогда не должна ослабевать. Ваша решимость никогда не должна колебаться.

Достигать нечего – вот парадокс. Лишь наши умы убеждают нас в необходимости что-то предпринимать. Мы уже чисты, уже святы. Но мы живем в загрязненном мире. Мы излучаем эгоистические мысли, которые постоянно отделяют нас от подлинного Дао, и мы не можем вечно оставаться в чистом состоянии и по-прежнему действовать в мире. Если вы достигнете более высоких уровней Дао, то будете человеком, в трансе отключившимся от мира, и вы не сможете общаться с другими. Итак, если пытаетесь быть духовным в современном мире, то никогда не должны оставлять старания сохранить в себе чистоту. Когда вы не едины с Дао, вы должны постоянно бороться с нечистотой мира.

26 июня / Невезение

*Невезучий человек – привидение без корней,
У него походка безумного ангела.
Следы наглеца, изгнанного из рая,
Отпечатываются в красной пыли,
Как будто ему мало
Тысяч предыдущих жизней.
Где его сердце? Где его душа?
Если спросите о воле небес,
Вам дадут малозначимый ответ.*

Однажды некий бог совершил самоубийство. В наказание его возвратили на землю, чтобы он страдал как человек.

Когда вы видите людей, которым повезло меньше, чем вам (и не важно, бездомных на улице или просто некрасивых и не пользующихся популярностью), вы можете быть уверенными в том, что они не подобны богу, который слетел назад, на эту безумную планету?

Может быть, они сами повинны в своих неудачах? Вы объясняете их моралью, судьбой, перерождением и космической справедливостью? Даже речи святых не облегчают их страдания, поэтому несправедливо винить их.

Давайте не возвышаться над окружающими, насколько бы явным ни было наше неравенство. Если вы удержались от презрения, это уже хорошо. Если вы считаете всех людей единой семьей, это и есть сострадание.

27 июня / Детство

*Нет. Нет. Нет.
Это портит ребенка.*

Дети – одна из ценных сторон жизни, и все же с ними часто дурно обращаются. Если вы родитель, тогда ваша самая главная задача – воспитывать детей так, чтобы нанести им как можно меньше психологических травм. Очень важно проявлять постоянство, принципиальность и терпение. Наверняка иногда вам придется читать ребенку наставления, чтобы уберечь его от ошибок и дурных поступков. Однако, когда ребенок хочет выразить свое любопытство, индивидуальность или инициативу, вы не должны мешать ему. В таком случае не следует говорить «нет».

Одна легенда рассказывает о воре, который прокрался в рай и стащил персики, которые дают бессмертие. Он возвратился на землю и приготовился съесть их, но тут к нему подошли два маленьких мальчика. Вора поразила их разумность, и он начал забрасывать их вопросами о глубочайшем смысле жизни. Дети ответили на все его вопросы, смеясь. Вор решил поделиться персиками с мальчиками, и все они стали бессмертными.

Если бы любопытство этих мальчиков придушили в раннем детстве, смогли бы они ответить правильно? Если даже этот вор проявил доброту к детям, то разве все мы не способны быть добрыми? И если бы этим детям не дали ни одного шанса, смогли бы они стать бессмертными?

28 июня / Война

*Оружие – это дурное знамение
В руках невежд.*

*Если невозможно не воевать,
То мудрец пользуется оружием неохотно.
Грустнее всего быть бывалым солдатом,
Который был свидетелем зверства людей.*

Если вы возьмете в руки настоящее оружие, то ясно ощутите его характер. Оно просит, чтобы вы воспользовались им. Оружие страшит. Его единственная цель – смерть, и его сила воплощена не только в материале, из которого оно изготовлено, но и в намерениях изготовителей.

Очень жаль, что иногда приходится пользоваться оружием, но иногда это необходимо для того, чтобы выжить. Мудрые прибегают к помощи оружия, только когда у них нет другого выхода. Они никогда не радуются искусству владения оружием и никогда не прославляют войну.

Когда смерть, боль и разрушение касаются того, что вы считаете самым священным, духовная цена огромна. Мы страдаем еще сильнее, когда становимся свидетелями чужих страданий. Сожаление при виде страдающих людей и муки от осознания своей неспособности помочь жертвам невозможно превозмочь. Если вы сами принимаете решение пойти на войну, то переступаете линию. Вы жертвуете идеалами ради выживания и ярости убийства. Это навсегда изменяет вас. Поэтому никто не стремится быть солдатом. Подумайте, прежде чем решить навсегда измениться. На кон вы ставите не просто свою жизнь, но и само человечество.

29 июня / Сила

*Меч никогда не попадет в ножны,
Пока не обагрится кровью.
Хорошего фехтовальщика
Редко увидишь с мечом.*

Много веков назад на одного странника то и дело нападали наемные убийцы. Он был лучшим фехтовальщиком в стране. Люди, пытавшиеся убить его, хотели победить его и благодаря этому прославиться. Несмотря на то, что этот фехтовальщик давным-давно раскаялся в своих убийствах и отрекся от своего звания, его до сих пор считали лучшим в своем деле.

Его враги постоянно нападали на него, а он неизменно побеждал их тем, что подвернется под руку: зонтом, веером, палками. Он не извлекал меч из ножен, так как знал, что меч в его руке сулит неприятелю верную смерть.

Итак, мудрые остаются смиренными для того, чтобы другие не восставали против них. Они избегают конфликта любыми возможными способами. Если они попадают в неприятности, то обороняются в полсилы. Чрезмерное проявление силы указывает на неумеренность.

30 июня / Ось

*Ум вращается в колесах
В пупке, сердце, горле, голове.
Соединяющий ствол – пустота.
Без свободного прохода
Энергия течь не может.*

Люди ищут святость. Им говорят, что святость в них самих. Иногда трудно понять, что мудрецы имеют в виду буквальный смысл. Они видят, что ум существует в других областях тела в дополнение к мозгу. Эти центры, условно действующие в среднем человеке, люди, которые следуют Дао, называют чакрами, или колесами. С помощью медитации человек знакомится с каждой чакрой и учится высвобождать энергию так глубоко, чтобы она стала поистине божественной.

Концепция пустоты – главная для многих философий, в том числе и Дао. Однако иногда она кажется очень абстрактной. Здесь пустота играет важную роль. Путь, соединяющий энергетические центры ума, подобен длинному стволу, который начинается в промежности и заканчивается в темени. Если бы не пустота, то есть свободный проход в этом стволе, священная энергия тела не могла бы вырабатываться.

Все разнообразие нашей жизни есть просто проявление наших умов, выраженных через повороты различных колес в нас. Чем активнее они поворачиваются, тем сложнее обстоятельства и мышление. Но если мы жаждем простоты и покоя, тогда нам нужно отправиться в центр вращающегося ума, где он пуст и неподвижен. Поэтому говорят, что многообразие вызвано вращением колес, все исходит из главной пустоты.

1 июля / Поток

*Если сдвинуть валуны,
Тогда даже река изменит свое направление.*

Если не принимать в расчет временные речные разливы, то и самая могучая река придерживается своего русла. Река течет туда, где находит проход между камнями и скалами. Если реку перегородить, если сдвинуть стены скал, если перевернуть валуны, тогда река потечет по другому руслу. Можно даже заставить ее течь вспять, если несколько изменить наклон земной поверхности.

То же самое верно в отношении нашей жизни. Когда меняются устоявшиеся объекты нашей жизни, меняются и наши обстоятельства. Если мы переедем в другой город, наша жизнь изменится. Если мы разведемся и вступим в брак с другим человеком, наша жизнь будет другой. Если мы устроим торговое предприятие в благоприятной среде, то станем процветать. Если мы купим дом в районе с хорошей экологией, то будем здоровыми. Если мы обзаведемся правильной мебелью, в нашей жизни будет больше удобства. Если мы будем правильно питаться, то увеличим себе срок жизни. Одним словом, люди Дао понимают, что на течение жизни можно влиять, можно до некоторой степени сознательно управлять им, просто корректируя его параметры.

Жизнь — поток энергии. Это воздух, которым мы дышим, сила, которая определяет погоду, совокупная мощь наших умов. Энергия заставляет реки течь, наши сердца биться, небо синеть. Этот поток энергии постоянно движется, согласно определенным законам, которые в силе в настоящее время. Следовательно, управляя главными условиями своей жизни, мы можем изменить этот поток. Мы вольны делать выбор и меняться.

2 июля / Средина

*Люди, которые достигают средины,
Господствуют над целым.*

Сегодня наступил средний день из 365-ти в году. Когда вы достигаете центра чего-либо, то можете господствовать над целым. В шахматах люди, которые достигают середины доски, обычно оказываются в более выгодном положении. Люди, которые во время бури попадают в эпицентр циклона, оказываются в безопасности. Мудры те люди, которые принимают решения, тяготея к середине.

Сегодня по обе стороны от этого дня мы насчитываем по 182 дня. Нет центрального дня в четном количестве дней. Центральный день есть лишь в нечетном количестве дней. Динамично то, что нечетно.

Во всех областях жизни полезно регулировать цели. Определяйте параметры того, чего вы хотите достичь. Тогда вы поймете, когда вы достигли центра, и вам будет легче сохранить свои достижения.

3 июля / Местоположение

*Пустыня: видения.
Тропики: одержимость.
Леса: алхимия.
Горы: аскетизм.*

Во всем мире очень важно место, в котором люди практикуют духовность. В пустынях Ближнего Востока у святых людей были видения. В тропиках чародеи использовали духовные чары. В лесах Европы и Азии алхимики совершенствовали свое искусство. В Гималаях мудрецы укрывались от людей для аскетических практик. Разумеется, такие места предназначались не только для подобных искусств, но то обстоятельство, что некие практики привязаны к этим местам, не случайно. Если вы отправитесь в какое-то из этих мест, то будете по-прежнему ощущать суть, которая вдохновляла поколения.

Таким образом, вы должны быть чуткими к тому месту, где вы живете в мире. Для того чтобы выбрать духовное место, нужна тонкость. Если вам неведомо искусство фэн-шуй, тогда вам лучше пойти в то место, которое, по всеобщему мнению, наиболее благоприятно. Затем сфокусируйтесь на том, что вы видите и чувствуете. Если вы ощущаете явное благополучие, понимаете, что растения и животные в данной области здоровые, что это место не подвержено крайностям погоды, что здесь вы поправите свое здоровье, тогда это место для вас. Поселившись там, вы выздоровеете.

Ничто не бывает вечным. Если вы понимаете, что поток энергии переместился в другое место, что кто-то разрушил атмосферу данной области, тогда поищите новое живое место. Поэтому люди, которые следуют Дао, редко поселяются где-то надолго. Они странствуют из одного места в другое, чтобы постоянно пребывать в потоке Дао.

4 июля / Пламя

*Войдите в пещеру,
В стены которой вплетены нити.
Найдите живое пламя,
Которое горит в крови.*

Мозг это физический орган, вырабатывающий ментальную энергию. Он представляет собой сплетение нитей – клубок с неведомыми и тесными связями. Это масса эмоций, воспоминаний, инстинктов, реакций и мыслей. Все, что попадает в фокус сознания, проходит через темную глубину мозга. Энергия летит быстрее скорости молнии, но все же многие сферы мозга спят, они не используются, а со временем вообще почти атрофируются.

С помощью правильных методов мы можем проникнуть в центр мозга. Говоря образно, эта область похожа на пещеру, в которой течет подземная река. Эту реку можно воспламенить духовной искрой, тогда вся она запылает. Это сияние есть духовная энергия. Ее можно применять для оживления мозга и поддержания наших нормальных ментальных функций.

5 июля / Точка

*Сделайте ум
Одной единственной точкой.*

Ключ к каждому сосредоточению заключается в сосредоточении ума в одной точке. Для этого есть много методов: от пения до слушания священных слов и созерцаний. Но конечный результат одинаков: строго сосредоточить свой ум.

Точка имеет определенное местоположение в пространстве, но у нее нет ни размера, ни формы. Точка отмечает фактическое место во времени – например, точка отправления. Точка это координата для навигации. Точка это господствующий центр, как главная точка перспективы. Точка определяет наше мнение, как точка зрения.

Когда ум направлен в одну точку, он приобретает вышеуказанные свойства. На этом фоне ум, который не сосредоточен, распыляется по широкой сфере. Его мысли разбросаны, его энергия рассеяна, и он не может четко двигаться в каком-то направлении. Он уповает на милость тысяч факторов и легко дезориентируется. В результате возникает смущение, неведение, несчастье и беспомощность. А ум, который хорошо сосредоточен, получает все на свете и, вместе с тем, способен пребывать в полном покое. Мы не сделаем преувеличение, если скажем, что его мир вращается вокруг него. И ему уже не нужно гнаться за тем, что ему мерещится.

6 июля / Художник

*Лицезрение чистого листа –
Вот что ужасает художника.*

Когда художник творит, он уподобляется шаману. Вдохновение возникает как дар. Люди, которые поклоняются Дао, точно такие же. Их осознание Дао – не нечто, что можно ясно сформулировать и чем можно владеть. Дао приходит к ним как дар. Поэтому между искусством и Дао установлен тесный союз, ведь искусство получать такое же, как и искусство выражать.

Художник боится не сотворить искусство – точно так же, человек Дао боится не почувствовать Дао.

Нас часто призывают быть творческими: футболистом на поле, лектором перед аудиторией, музыкантом на сцене, поваром у плиты, родителем при ребенке. Как нам удастся держать этот канал открытым? Одни люди пытаются делать это, поддерживая регулярность в жизни, а другие – постоянной активностью. Все мы различаемся, и нет ни добра, ни зла. Единственное по истине важное дело – чувствовать Дао в своей жизни и поддерживать это чувство как можно дольше. Если вы найдете эти особые вещи, скрытые в вас, то познаете Дао.

7 июля / Забота

*Не ищите добрые дела, которые можно
совершить,
Но если кто-то нуждающийся возникает на
вашем пути,
Не отталкивайте его.
Если вы встретите страдающего человека,
То должны будете помочь ему.*

Какой толк в саморазвитии и мудрости, если все это лишь для себя? Знаниями нужно пользоваться. Если вы можете применить их на благо других, то так и сделайте.

Один человек каждый день молился в храме лишь одному богу, который стоял в целом ряду богов. Наконец, он заметил, что воскуряемые им благовония окутывают и других богов, они тоже получали пользу от его усилий! Тогда он приложил бумагу к палочке, чтобы сладкий дым попадал прямо в нос его богу. В результате он перепачкал лицо бога сажей.

Люди, следующие Дао, верят в использование шестнадцати свойств на благо других людей: милосердия, мягкости, терпения, непривязанности, контроля, искусства, радости, духовной любви, смирения, размышления, покоя, серьезности, усилия, контролируемой эмоции, великодушия и сосредоточения. Когда вам нужно кому-то помочь, воспользуйтесь этими качествами. Заметьте, что самопожертвование не включено в этот список. Вам не нужно губить себя ради блага другого. Ваша единственная обязанность – завершить собственное странствие по личному Дао. Если вы смогли утешить кого-то на вашем пути, значит вы уже сделали максимум.

8 июля / *Победа*

*Можно ли быть воинственным и духовным?
Можно ли победить высшего противника?*

Для того чтобы быть воинственным, нужна дисциплина, мужество и упорство. Это никак не связано с убийством. Людям не удается заглянуть за этот узкий аспект воинства, поэтому они игнорируют остальные прекрасные качества, которые можно приобрести через обучение. Воин – не жестокий убийца. Воин это защитник идеалов, принципов и чести. Воин благороден и возвышен.

У воина по жизни будет много противников, но его высший противник это он сам. В личности бойца много демонов, которых еще только предстоит победить: страх, лень, невежество, эгоизм и многие другие. Не стоит говорить о победе над другими. Полное искоренение собственных недостатков – вот подлинная природа победы. Поэтому очень многие религии изображают на своих иконах воинов. Эти образы не становятся символами господства над другими. Скорее, это символы решимости, в которой мы нуждаемся для того, чтобы победить своих внутренних демонов.

9 июля / Не сдавайтесь

*Вступив на арену,
Не сдавайтесь агрессору.
Сойдя с арены,
Проявляйте сострадание.*

В этом мире господствует соревновательный дух. Дао использует метафору воина, который соревнуется. Воины никогда не сдаются противникам. Они могут отступить, но не проиграть.

Независимо от того, юрист вы, полицейский, пожарник, врач, бизнесмен, спортсмен или еще кто-то из целого ряда бесчисленных профессий, вы соревнуетесь с другими людьми или силами природы. Но есть как правильные, так и неправильные способы борьбы. Избегайте гнева и жадности. Используйте сосредоточение и осознанность.

Между прочим, для духовности мы нуждаемся в сосредоточении и осознанности. Поэтому человек Дао включает в свое обучение путь воина. Как воины, так и мудрецы, превосходят эмоции для того, чтобы совершенствоваться и жить в глубочайшей истине.

Но когда вы покидаете арену, то помните о необходимости быть добрым. Оставьте позади агрессию конкуренции. Вы должны сохранять осознанность, сосредоточенность и расслабиться, но выражаться вы будете иначе. Ваше сострадание не должно колебаться. Поэтому сочетание пути воина с путем Дао представляет собой высший символ гибкости. Человек Дао контролирует крайности вселенной.

10 июля / Поля

*Поклоняйтесь, обрабатывая девять полей:
Диету, лечебные травы, одежду, чтение,
Движение, медитацию, творчество, учение,
И самое главное – сострадание.*

Поклонение это не подчинение некому богу. Весь вопрос в реализации собственных богоподобных качеств. А это делают посредством развития девяти областей:

Диета должна быть умеренной и здоровой, она должна состоять из живых продуктов. Если вы хотите быть крепким, ешьте то, что полно жизни. Учитесь использовать лечебные травы, потому что они возвращают и поддерживают здоровье. Будьте скромны в одежде, носите естественную одежду. То, что вы носите, выражает состояние вашего ума. Чтение включает молитву, пение и, наконец, практику безмолвия. То, что вы говорите, становится реальностью. Тянитесь, двигайтесь, каждый день делайте физические упражнения. Вселенная движется – точно так же должна двигаться энергия в вашем теле. Каждый день медитируйте: утром и вечером (если это возможно). Только тогда вы обретете покой и победите свои дилеммы. Будьте творческим. Так мы развиваем свою душу. Получите хорошее образование и, самое главное, будьте сострадательны.

11 июля / Аскетизм

*Самодисциплина ведет к высоким состояниям,
Только если ее практикуют с пониманием.
Чем яснее цель,
Тем выше результат.*

Мы должны делать различие между целью и слепой дисциплиной. Дело в том, что дисциплина с намерением есть просто средство достижения цели, и тогда она здорова. А у слепой дисциплины нет подлинного намерения, поэтому она фанатична. В прошлом многие духовные люди верили в жесткий аскетизм. Они изнуряли себя, жили в холодных и влажных пещерах, принимали самые неудобные позы, постились опасно долго. И слишком часто такие люди теряли из виду свои цели. Мы должны практиковать крепкую дисциплину, но нам не следует терять из виду свое внутреннее значение.

Аскет живет с ясным пониманием эзотерических практик. Лишь немногие из нас отказываются прикладывать дополнительные усилия, если знают, что обретут какие-то благие плоды. Суть дисциплины и аскезы заключается лишь в том, чтобы прикладывать дополнительные усилия для того, чтобы достичь лучшей жизни.

12 июля / Непосредственность

Вы можете увидеть свое подлинное лицо, когда умываетесь?

Вы можете вспомнить свою подлинную чистоту, когда мочитесь?

Вы можете вспомнить круговороты всех вещей, когда едите?

Вы можете почувствовать вращение неба, когда идете?

Вы счастливы от своих дел, когда работаете?

В ваших словах нет коварства, когда вы говорите?

Вы осознаете свои потребности, когда покупаете?

Вы помогаете страждущим людям, которые испытывают тяготы?

Вы бесстрашны и уравновешенны, столкнувшись со смертью?

Вы стремитесь к гармонии, попав в конфликтную ситуацию?

Вы доброжелательны в кругу семьи?

Вы нежны, но строги, воспитывая детей?

Вы дальновидны и упорны, когда разрешаете трудности?

Вы отдыхаете, закончив работу?

Вы умеете успокаивать свой ум, готовясь к отдыху?

Вы погружаетесь в абсолютную пустоту, когда спите?

13 июля / Поиск

Где пребывает Дао прямо сейчас?
Вы говорите, что оно повсюду вокруг меня,
Но я вижу лишь окрестные виды
И слышу биение собственного сердца.
Вы можете показать мне Дао, не прибегая к
рассуждениям?
Вы можете помочь мне увидеть его здесь и
сейчас?
Вы можете помочь мне почувствовать его без
сомнений,
Когда я коснусь его? Вы утверждаете, что Дао
пребывает за пределами чувств,
Но как мне убедиться в его существовании?
Вы говорите, что Дао находится за границами
определений,
Но как тогда я смогу постичь его?
Трудно понять мир, отношения, цепь собы-
тий, насилие,
Жестокость, наркоманию, политические ре-
прессии и войну.
Если на понимание всего этого нужны годы,
То как мне понять то, что бесцветно, безы-
мянно,
Что не имеет вкуса и запаха, что безмолвно?
Покажите мне Дао! Покажите мне Дао!

Загляните в себя, за пределы физического тела, вы вполне способны на это. Уведите свой ум от органов чувств, и тогда вы откроете новый способ восприятия, с помощью которого вы сможете почувствовать Дао. Если вы станете искать таким образом, то найдете Дао и не усомнитесь в нем.

14 июля / Благодарность

*Когда вы пьете воду,
Помните о ее источнике.*

Если ваше духовное понимание крепко, тогда вы будете постоянно осознавать тонкости жизни. Если вы не перестанете уделять внимание незначительным увеселениям и неважным вещам, то никогда не достигнете глубокого уровня осознанности.

Не только великие религиозные праздники и героические моменты жизни – единственные важные духовные дела. Каждое обычное движение, каждая малая подробность должна стать праздником вашего личного понимания. Ваше самое малозначимое действие должно пользоваться большим уважением.

Одно из основных действий – питье воды. Без этого мы не сможем выжить. Вода очищает и охлаждает нас, она составляет главную часть большинства наших биологических процессов. Но когда мы пьем воду, то осознает ли ее воздействие? Мы думаем о ее источнике?

Если вы духовны, то ничего не считаете само собой разумеющимся. Вы цените каждую обычную вещь и благодарны жизни не только за все хорошее, но и за все плохое.

15 июля / Мандала

*Что я сегодня сделал?
Я попрощался с уходящим другом.
Я ходил на рынок и поел там.
Я гулял, выносил мусор.
Я немного читал, медитировал, спал.
Такова моя мандала.*

Мандала это обычно диаграмма или рисунок, который используют во время медитации. Картину обычно ярко раскрашивают в разные узоры. Созерцатель глубоко погружается в картину. К тому времени, как центр будет достигнут, все эгоистические представления должны раствориться, а глубины ума должны открыться.

У других религий свои способы: пение, обеты, чтение священных писаний, созерцание. Все это также становится их мандалой: объектом поклонения.

Но недостаточно ходить в церковь или храм раз в неделю либо каждое утро недолго читать священную книгу. Разве Дао можно ограничить такими простыми ритуалами? Нет. Мы могли бы полететь далеко в космос, погрузиться в глубочайшие воды, заплывать далеко в вечность, но так и не приблизиться к границам Дао. Поэтому мы должны каждый день искать Дао. Мы должны каждый день спрашивать себя, как Дао проявляет себя для нас. Наши ежедневные поступки и есть наша мандала.

Дао проявляется перед нами в наших мирских делах.

16 июля / Покров

*Наступил рассвет,
Проститутки уже на улице.
Наркоманы ищут по углам смертельное зелье.
Тучные женщины, вспорхнувшие со ступеней,
Проходят мимо человека, убирающего мусор.
Летнее небо затянуто свинцовыми тучами.*

Дао окружает нас, но иногда вес наших дурных привычек, наших скверных обстоятельств, недостатка выражения философии мешает нам. Несмотря на то, что всех людей следует высоко ценить за их человеческую природу, все-таки не каждый из нас одинаково чувствителен к Дао.

Невежество – вот что определяет нашу жизнь. Мы можем выжить в концлагере, но разве все мы не окружены тесными слоями невезения, смущения и эгоизма, которые предстоит растворить?

Дао можно познать с помощью последовательного очищения и воспитания. Это же верно в отношении противоположности. Невежество будет усугубляться, становиться вязким, пока не засияет свет нашей души.

Свет души ярок, но толстые тучи человеческого неведения затемняют его. Что вы делаете для того, чтобы ваша жизнь была более ясной?

17 июля / Сохранение

*Не позволяйте нити падать незаметно для вас.
Не выметайте бездумно сухие листья.
Подумайте, как трудно
Всему этому существовать.*

Бережливость прославляется почти всеми культурами. Практически всех людей учат сохранять и беречь. Люди, которые не транжирят и не становятся скаредами, считаются самими почитаемыми.

Мы можем каждый день осознавать сохранение. Мы должны думать о том, возможно ли повторно использовать то, что мы намерены выбросить. Мы должны задумываться о том, насколько оправданны наши траты. Нам следует убеждаться в том, что мы не тратим понапрасну свое время и силы на пустые дела. И нам нельзя загрязнять окружающую среду мусором, химикатами и отбросами производства.

Невозможно ничего сохранить, если не понимать цельность круговоротов. До тех пор пока мы не вспомним, как ценна вещь, сколько усилий было потрачено на ее создание, мы не сможем оценить ее по достоинству. Если мы не задумаемся о ее правильном преобразовании в следующую фазу (листок опал, цветок увял, озеро высохло), мы не узнаем нашу связь с объектом. Мы тоже часть этих круговоротов, только мы обладаем способностью созерцать. Действовать с благодатью и осознанностью – вот суть того, кто следует Дао.

18 июля / Развитие разума

*Люди полагают, что им не нужно учиться,
Потому что им доступна масса информации.*

*Но знания это больше, чем обладание
информацией.*

Только мудрый человек движется быстро.

В наше время мы имеем доступ к небывало обширным массивам информации. В средневековье несколько томов могли содержать в себе собрание всех известных фактов, тогда какой-нибудь деспот мог угнетать народ, просто закрыв или вовсе уничтожив библиотеку. Теперь нам доступно гораздо больше информации.

Некоторые люди вяло принимают эти горы информации. Им кажется, что им доступно все на свете, что им не нужно ничего изучать.

По сведениям ученых, средний человек использует десять процентов своих ментальных способностей. А гений использует всего лишь пятнадцать процентов. Поэтому мы можем повысить свой интеллектуальный уровень. Для этого мы нуждаемся в образовании, опыте и решимости. Никогда нельзя прекращать обучение, переставать исследовать и путешествовать. Уподобьтесь первопроходцам прошлого. Их достижения всегда будут превышать информацию, которую мы читаем об их путешествиях.

19 июля / Выбор

*Одна сторона реки холодная и туманная,
А другая горячая и сухая.
Просто меняя свое местопребывание,
Вы изменяете свою судьбу.*

Люди, которые следуют Дао, говорят о судьбе. Они считают судьбу жизненным путем, который спонтанно приобретает направление. Они не считают судьбу predetermined событиями. Нет строгого предписания, которое приковывает нас к нашим обстоятельствам.

Люди Дао говорят и о местоположении. В это понятие они вкладывают прямой смысл. По их мнению, данный фактор очень важен. Давайте представим, что вы получили работу далеко от родного города. Вы переезжаете в новый город вместе с семьей. Вы предполагаете, что ваша жизнь изменится? Если вы пошли в другую школу, то получите несколько иное образование. Если вы приобрели другую профессию, то измените и свое мироощущение. Если вы сменили соседей, то станете другим человеком. Каждый ваш выбор меняет вас.

И не важно, мал или велик выбор, все равно вы должны в каждый миг делать новый выбор. Ирония жизни заключается в том, что это путь в одном направлении. Вы не сможете возвратиться, не сможете сделать сравнения, предпочтя иной путь. Итак, только мудрость сможет направить вас.

20 июля / Внешние черты

*У одних людей свирепые черты, но они добрые.
Другие кажутся смиренными, но они злобные.*

*Смотрите за пределы внешних черт
Судите по уму, а не по одежке.*

Без жизненного опыта мы легко поддаемся обману внешних черт. Крупный человек говорит громко, поэтому мы считаем его грубым и воинственным, но он может оказаться очень добрым. Если мы займем по отношению к нему оборонительную позицию, то можем и не заметить его положительные качества. С другой стороны, когда мы встречаем тихую женщину, она кажется нам спокойной. Если же она оказывается стервозной, наша неточность в оценках работает против нас.

Иногда люди точно такие, какими и кажутся. Но порой они просто притворяются. Люди, как и животные, придерживаются разных стратегий выживания. Звери обманывают окружающих своим запахом, движением, цветом. Люди точно такие же. Они делают горы обещаний, но редко выполняют их. Они клянутся в вечной дружбе, но отворачиваются от вас. Мы должны научиться отличать качества личности от внешних черт.

Всегда ставьте себя в наиболее выгодное положение. Используйте жизненный опыт для того, чтобы распутывать хитрости других людей. Именно так и следует поступать с внешними чертами.

21 июля / Неожиданность

Медитируйте, не помышляя о выгоде.

*Не стремитесь реализовывать
честолюбивые планы.*

*Только так вы сможете проявить
внутреннюю силу.*

В конкурирующем мире мы выражаем свои амбиции, недоброжелательность и агрессивность. Мы должны вести себя подобным образом ради выживания. В медитирующем мире мы не можем практиковать такой подход. То, что эффективно работает во вне, не поможет нам внутри.

Когда мы медитируем, то не должны помышлять о выгоде. Если мы будем думать о результатах, то ничего хорошего у нас не получится. И напротив, если мы смирим честолюбие, то очень быстро добьемся хороших результатов. Мои слова могут показаться вам абсурдным мистицизмом, но такова непогрешимая, эмпирическая истина. Если вы ничего не ожидаете, то почувствуете божественность. Если вы будете жадно стремиться исполнить эгоистические желания, то почувствуете разочарование.

Когда ум медитирует для некой выгоды, то создает препятствие для тех самых результатов, которых вы ожидаете. Духовность пребывает далеко за пределами воображений рассудочного ума. Она создается тем аспектом ума, который не является частью обычного мышления. На самом деле, та часть ума, которая приносит духовность, противоположна нашему обычному образу мысли. Поэтому мы можем обрести этот тип духовности, лишь сдерживая свой обычный образ мысли.

22 июля / Невидимость

*Невидимость это лучшее достижение.
Но если это качество попадет в конфликт,
Вы лишитесь своего искусства.*

Когда-то один торговец продавал у дороги проходим лекарства от ревматизма. Этот веселый старик много лет не покидал это место. Но однажды его начал поддевать молодой задира. Старик очень старался избежать драки, но юноша решил, что встретил труса, с которым может делать что угодно. В самом начале драки старик повалил юношу искусным приемом борьбы. Больше старика никто не видел. В решающий момент он продемонстрировал свое превосходство, но так как он выдал свои борцовские качества, ему пришлось исчезнуть.

В этом конкурирующем мире лучше всего быть невидимым. Живите так, чтобы не привлекать к себе внимание. Чрезмерная пышность лишь вызовет враждебность окружающих. Мудрые люди достигают всего, что им нужно, не вызывая зависть или презрение людей. Они приобретают только те качества, которые необходимы для внутренней самореализации.

И все же вам придется время от времени подтверждать свой уровень развития. В такой момент уже нет времени рассуждать о философии и смирении. Действуйте, а затем снова становитесь невидимым.

23 июля / Достижение

*Чем больше вы развиваетесь,
Тем больше вы достигаете.
Зачем сомневаться?*

*Когда расстояние отделяет вас от других,
Они не могут догнать вас.*

В начале обучения вам может показаться, что вы делаете очень мало. Вы сравниваете себя со своими учителями и более совершенными людьми, вот тогда вы можете отчаяться когда-либо достичь их уровня. Но если вы усердны, то непременно чего-то добьетесь.

Одно из самых обнадеживающих обстоятельств заключается в том, что теперь у вас есть то, что никто уже не сможет отнять у вас. У вас есть духовность. Никто больше не сможет получить к ней доступ, и это ценное достижение способно руководить вами. Оно укрепит ваше здоровье и даст вам знания, которые не обретешь обычными средствами. Стоит вам погрузиться в этот источник, и вы уже уверенно ступаете по духовному пути.

Неуверенность не постигнет вас. Кто сможет поспорить с вами? Вы увидели истину сами. Вы подошли к очередному придорожному камню, отдохните немного и порадитесь, а затем продолжите свое странствие.

24 июля / Ясность

*Вы можете увидеть звук?
Вы можете услышать свет?
Вы можете объединить свои чувства?
Вы можете обратиться внутрь?*

Все мы ищем ясность. Забудьте о религиозных аргументах. Забудьте о сложных объяснениях. Всем нам нужна ясность. Все мы питаем отвращение к неведению. Нас смущает неведение, оно приносит нам неудачу и печаль, делает нас несчастными. Если у нас есть ясность, тогда мы можем жить спокойно.

Люди ошибочно предполагают, что духовность приносит вечное счастье, но это не так. Печаль тоже постигает мудрецов, но в отличие от большинства людей ясность ума позволяет им заглянуть за пределы временной эмоции. Они становятся провидцами, поэтому счастье и печаль для них одинаковы.

Настоящая ясность это больше, чем просто эрудированность или мудрость. Ясность проявляется благодаря медитации. Она возникает, когда вы можете объединить все способности ума в яркий сноп света понимания. Трудно говорить об этом, не прибегая к мистическим терминам. Наш язык незнаком с границами духа, потому что лишь немногие из нас когда-либо видели эти границы. Но давайте попытаемся.

Если вы объедините звук с картиной, то создадите свет. Этот свет есть сосредоточенная сила ума. Благодаря этому свету проявляется истина.

25 июля / Презрение

*Почему вы презираете других?
Неужели вы настолько горды?
И не важно, насколько вы сложны,
Всеравно вы выше одних, ниже других.
Все существа ступают по пути,
Все жертвы одного существования,
У всех есть тело, ум и дух.
Никто не может быть лучше своего ближнего.
Помогайте другим, когда вас игнорируют.
Будьте добрыми, когда вас презирают.*

Странствие человечества есть путь от невежества к просветлению.

Души выстраиваются в бесконечный марш из вечности в вечность. Если вы стоите в очень длинной очереди душ, то разве можете сказать, что ваше положение выше, чем у других? Если у очереди нет начала и конца, тогда не важно, какое место вы занимаете. Поэтому глупо взирать свысока на тех, кто позади вас. Теперь они занимают место, которое когда-то занимали вы сами. Если вы не помните об этом, тогда задумайтесь обо всех, кто стоит впереди вас. Вы стремитесь занять их место, поэтому должны прикладывать массу усилий.

В мире много несправедливости, это так. Но не нужно усугублять ситуацию. Когда вы видите, что кому-то повезло меньше, чем вам, сострадайте ему. Когда вы видите, что кто-то достиг большего успеха, чем вы, попытайтесь учиться у него. А остальные чувства излишни.

26 июля / Эволюция

*Органические молекулы –
из космических облаков,
Миллионы лет летят посреди вечности.
Наши корни – в древних организмах,
А наша духовность растет вместе с эволюцией.*

У нас есть все научные основания полагать, что люди развились из примитивных древних молекул. Эти молекулы сформировались из газа, в результате процесса зарождения звезд и планет. Эти звезды и планеты в свою очередь сформировались от первого движения вселенной. Этот изначальный момент вселенной пришел из небытия. Поэтому мы находимся на гребне волны эволюции.

Если духовность это просто функция жизни, край космической волны, тогда куда движется духовность? Мы не знаем. Как и вселенная, духовность все еще расширяется на неведомые территории. Мы можем принять решение сотрудничать с волной или игнорировать свою духовность, тем самым пренебрегая своей человеческой ценностью. Если мы решим увлечься процессом человеческого развития, то поистине собственное, и очень важное, место в эволюции вселенной.

27 июля / Суть

*Когда вы восхищаетесь картиной,
Не нужно исследовать краски.
Когда вы встречаетесь с художником,
Не смотрите на кисть.*

Искать жизнь в механизмах клеток и молекул — все равно как пытаться оценить картину, анализируя краски. В каком-то узком смысле это может представлять интерес, но суть заключается в том, чтобы понять идею, которую содержит в себе картина.

Ради чего копаться в нюансах ситуации? Это все равно как искать гений художника в кистях. Именно ум художника, а не средства, сделал картину такой красивой.

Точно так же, природу жизни невозможно просто понять как взаимосвязь механических сил. Ее можно постичь, только осознав суть за пределами физики, химии, биологии, математики и других научных дисциплин. Мы слишком часто увлекаемся мелочами жизни, поэтому нам не дается познать целое.

Человек никогда не поймет суть жизни до тех пор, пока не перестанет исследовать жизнь в режиме зритель-объект. Сокровенную природу жизни можно постичь, только если полностью слиться с потоком жизни, стать ее неотъемлемой частью.

28 июля / Ловушка

*Возраст покрывают косметикой,
Седину прячут краской,
Уверенность ищут в людях,
Осознанность откладывают на будущее.
Она усердно выполняет свою работу,
Напрягаясь и уставая.
Она сидит на транквилизаторах
И возлагает пустые надежды на своих детей.*

Многие люди позволяют себе попасть в ловушку горестной жизни. Когда мы видим такую картину, то можем подумать: «Какая трагедия!», но на самом деле они сами виноваты. Все мы должны знать, как формируется наша жизнь, потому что нам нужно просто корректировать решения, которые мы принимаем каждый день.

Некоторые люди полагают, что их поступки не важны, или во всем винят обстоятельства, но это не оправдывает их несчастливую жизнь. Болезнь, стресс, развод, дурно воспитанные дети, страх смерти – все это пленяет нас.

Люди Дао не хотят быть жертвами, они тянутся к свободе. Поэтому, несмотря на тяготы пути, они постоянно пытаются расширить рамки своей жизни и отказываются от «нормы», чтобы быть счастливыми.

29 июля / Вариация

*Никогда [?не] выпрыгивай
Из одной ямы дважды*

Все мы стремимся добиться успеха, причем не просто успеха денег, престижа или власти, а успеха в искусстве легко жить. Если у вас есть такое увлечение, как садоводство, значит вы любите смотреть на цветы, за которыми ухаживаете. Если вы школьный учитель, то хотите стать профессионалом в своем предмете. Если вы ученый, то стремитесь достичь результатов в своих экспериментах. Все мы хотим быть успешными.

Но когда вы добиваетесь в чем-то успеха, вам нужно большое мужество для того, чтобы постоянно выходить за свои границы. Это особенно очевидно в таких творческих сферах, как искусство, музыка и литература. Трудно найти благодарную аудиторию. Когда вы находите то, что работает, вам трудно освободиться от этого. Но не важно, в какой области вы держаете, вы не должны держаться за карьеру. Не входите дважды в одну реку. Вы можете и не достичь материального успеха, зато станете успешным на более широком уровне.

Духовность это творчество. Только благодаря творчеству вы сможете обрести силу следовать Дао, сможете придать своей личности духовную форму. Только широкая вариация выборов даст вам возможность следовать постоянно изменяющемуся Дао. Поэтому, когда вы следуете Дао, не цепляйтесь за методы и догмы. Будьте спонтанными.

30 июля / Абсолют

*Они говорят: «Ты бог».
Но все существа – боги.
Они говорят: «Все есть бог».
Тогда для чего эти различия?
Они говорят: «Все есть иллюзия».
Но включает ли она в себя бога?*

Люди Дао заявляют, что нет свидетельства о том, что бог сотворил наш мир. Они не нашли тому эмпирическое доказательство и не могут принять эту идею философски. Они рассуждают так: бог должен быть абсолют, а это означает единство, всемогущество, всеведение и вездесущность. Разумеется, все отдельное не может удовлетворить такие критерии. Если бог существовал и сотворил мир, тогда появились бы два объекта, и бога уже нельзя было бы считать абсолют. А если бы существовал абсолютный бог, тогда ничто не могло бы отделиться от него.

Все есть бог. Мы тоже бог. Но нам не удастся осознать это. Почему? Потому что мы ищем бога вне себя. Все, что вы обнаружили, воспринимается вашими органами чувств извне.

Вы есть бог. Убедиться в этом можно, лишь устранив помехи субъективности, которая мешает вам осознать единство всех вещей.

31 июля / Форма

*Сначала нужна форма.
Затем следует рассеять сомнения и запреты.
В конечном итоге мы радуемся форме,
И выражение становится бесформенным.*

Во всех сферах, в которых вы работаете, в том числе и в духовности, необходимо начинать деятельность с определенных структур, процессов и форм. Несмотря на то, что человек восхищается внешне не требующей усилий виртуозностью мастеров, человек очень долго достигает этого уровня.

Например, рассмотрим танец. Новичок должен постоянно выполнять упражнения, разбирая каждый шаг по отдельности с особым вниманием. В конце концов танцор научится расслабляться. Его шаги станут естественной частью движения. Тогда танец станет выражением радости. Зрелый танцор может танцевать так, что его движения покажутся вам спонтанными, магическими, бесформенными. Так форма сливается с текучестью, грацией, естественностью и красотой.

То же самое верно в отношении духовности. Сначала все ограничения и практики кажутся очень жесткими. В конце концов вы достигаете стадии, когда медитация течет совершенно спонтанно. Каждый день вы становитесь новым, свежим, вы наполняетесь чудесными прозрениями. Красота мира проявляется, сомнения исчезают, и банальность жизни уступает место восторгу и благоговению души. Такова подлинная бесформенность.

1 августа / Иммигрант

Волшебство недействительно в этом новом месте.

*Родная поэзия потеряла свой ритм,
Знакомая еда уступила место экзотике,
Враждебные взгляды заменили любовь.*

*Если вы иммигрант,
Значит вы одиноки среди миллионов людей.*

Иммигранты покидают родные страны по многим причинам, но чаще всего все они надеются обрести лучшую жизнь. Из-за этого они рискуют столкнуться с неуверенностью, эксплуатацией, дискриминацией, враждебностью, бедностью, а иногда даже отрываются от семьи. Люди, которые выживают, развивают внутреннюю решимость, которая поддерживает их, когда они страдают.

Сохранение духовности также важно, как и прочие задачи. Духовность, если не рассматривать ее высшие стадии, имеет определенный культурный контекст. (Определенная духовность берет начало в земле, культуре и времени, поэтому большинство типов магии не будет работать за пределами родины; и есть духовность, которую человек носит в себе; а еще есть редкий тип духовности, которая выходит за пределы времени и пространства.) Иммигранты либо пытаются сохранить родные верования, либо принимают верования новой страны. Первый выбор труден, ведь они живут в культуре, несовместимой с их родными верованиями. Во втором случае иммигранты, желая принять верования новой страны, должны изучить совершенно новую систему. В любом случае иммигранты должны справиться с конфликтом между двумя культурами и достичь духовной стадии, на которой культурные отличия теряют свое значение.

2 августа / Изобилие

Солнце висит в небе.

Изобилие в избытке.

Высший успех

Приходит посреди непостоянства.

Полуденное летнее солнце самое горячее и яркое. Оно символизирует высшую точку, удовлетворение, период абсолютной ясности. Что касается людей, то оно отвечает за сочетание силы и яркости, что и вызывает сияние. Когда приходит пора, изобилию уже ничего нельзя противопоставить.

Период изобилия – пора активных действий. Яркое солнце светит не только на добрые, но и на дурные дела. Поэтому, когда проявляется зло, все добрые люди должны противостоять ему. Вырвите зло с корнями и энергично возвращайте добро.

Изобилие – причина праздника, но люди Дао помнят и о необходимости быть осторожным. В жизни нет ничего постоянного. Поэтому мудрый человек радуется изобилию и готовится к будущим переменам.

3 августа / Закат

*Холодный туман
Затягивает небо серой пеленой,
Ночи наступают раньше.
Каждому человеку известен закат,
Но немногие переступают его границу.*

Несмотря на то, что сейчас лето и нам еще предстоит наслаждаться несколькими теплыми месяцами, мы все же чувствуем, что небо становится более низким. Почти незаметно на деревьях зреют плоды, а ночи удлиняются. Еще рано говорить об осени, но новое время года уже не за горами.

Почему мы никогда не готовимся к закату? Все мы понимаем, что это неизбежно (мы знаем о падении империй, старении героев, утрате снаровки), и все же мы не всегда осознаем приближение заката. Мы часто слишком поздно понимаем, что вступили в период заката, и мы не готовы к нему. Лишь мудрый человек отмечает миг, когда жизнь начинает меняться.

Лето увядает не в один день. Наши действия должны соответствовать временам года. Закат лета постепенен, поэтому наши действия должны протекать в соответствующем ритме. Если мы слишком поторопимся (вроде человека, который замечает первый прохладный ветерок и сразу же одевает зимнее пальто), то всех насмешим. Важно считать закат чем-то естественным и неизбежным. Поэтому мы не должны культивировать эмоции в его отношении. Закат просто происходит, вот и все.

4 августа / Поэзия

*Что угодно может стать темой поэзии:
Чужие стихотворные строки,
Извилистый след духов, мех оленя, старые
ботинки,
Небоскребы из стекла и стали,
Глаза святого с миндальным разрезом,
Крошечные цветы, солнечный свет на белых
стенах,
Синие тени женщины,
Зеленая лужайка со сломанными стеблями
травы.
Что угодно может стать темой поэзии.*

Пишите стихи даже во сне. Пишите стихи, когда идете. Пишите стихи, когда любите. Пишите стихи, когда голосуете. Пишите стихи, когда гневаетесь. Пишите стихи, когда грезите.

Святые со всей серьезностью утверждают, что люди, которые хотят постичь Дао, должны возвращать в себе поэтический дух.

5 августа / Беглец

*Они называют ее бесполезной,
Но при этом призывают к достижениям.*

«Я хочу ребенка».

*Они бранятся друг с другом
И упрекают ее за отчужденность.*

«Мои друзья вволю веселятся».

Они уповают на деньги

И официальные бумаги.

«Я не могу терпеть это каждый день».

Она невинна, а они честолюбивы.

Одна девушка была успевающей студенткой и способной спортсменкой. Ее родня считала, что этого недостаточно. Они заставляли ее тратить все время на обучение и тренировки к следующему соревнованию. В конце концов она не выдержала и убежала. Родственники были уверены в том, что ее похитили.

Во многих семьях девушке внушают, что она ничемна. Стоит ли удивляться тому, что девушка забеременела? Юноше говорят, что он лентяй. Стоит ли удивляться тому, что он восстает, проявляя индивидуальность?

Родители своими неразумными требованиями мешают развитию. Принуждение детей реализовывать родительские амбиции разрушает индивидуальность. Прежде чем родители станут винить своих детей, им в первую очередь следует обратить внимание на воспитание дочери или сына.

6 августа / Собственность

*Маленький мальчик
Ведет сотню уток на озеро
С помощью прутика:
Возбужденное белое облако.*

Маленький мальчик может управлять целой стаей уток, помахивая прутиком. Утки послушно идут на озеро, чтобы поплескаться в грязи. В конечном итоге они, конечно же, закончат свои дни в чьей-то тарелке.

Утки подчиняются прутику, потому что они реализуют свою обусловленность. На самом деле, им не нужно подчиняться прутику и не нужно становиться чьей-то едой. Что касается мальчика, то он выполняет свою работу, но в высшем смысле утки ему не принадлежат. Он проявляет власть над ними, и они слушаются его, и все же ни мальчик, ни утки не понимают, что эти узы иллюзорны.

Собственность — искусственное явление. Какая разница, сколько у вас денег или земли? В принципе, вы не можете ничем владеть.

Вам не принадлежит даже ваше тело. Высшая собственность предполагает абсолютный контроль. Вы никогда не постареете и не попадете в аварию. Вы живете в заимствованной раковине. Почему бы вам не поискать истину, которая пребывает за пределами тела?

7 августа / Хладнокровие

*Возможно, ему придется убить,
Или же он сам погибнет,
Но хладнокровный человек всегда бесстрастен.
Ничто никогда не разрушается,
Ничто никогда не создается.
Все есть бесконечность.*

Большинство людей испытывают отвращение к убийству. Если бы им пришлось убить, они ужаснулись бы, в них случилась бы целая буря чувств. Точно так же, если бы им угрожала смерть, они испугались бы и постарались бы выжить.

Обе эти ситуации включают в себя глубокую привязанность к нашим знаниям и желанию остаться в живых. Обе эти ситуации указывают на изначально ограниченное восприятие мира. Мы предполагаем, что в самом деле кого-то убиваем. Наше тело смертное, но душа вечна. Каждая душа есть не что иное, как часть бесконечной космической души.

Вы можете извлечь из мира бесчисленные души, но количество душ все равно не уменьшится. В мире рождаются бесчисленные души, но общее их количество все равно не увеличивается. На самом деле, ничто не погибает и не рождается. Меняется лишь внешний вид.

Поэтому хладнокровные люди спокойно созерцают преобразования мира. Они не тревожатся из-за разных перемещений явлений. Они знают, что все это просто внешние проявления неопределимой, безграничной и бесконечной реальности.

8 августа / Преддверие

*Ради чего горевать о коконе
После того, как бабочка улетела?*

Смерть это один из немногих неизбежных моментов жизни, и все же мы боимся ее. В своей незрелости мы отрицаем ее присутствие и отказываемся принять ее. В жизни мало вещей и явлений, которые были бы столь очевидны и неизбежны, как смерть.

Смерть – не окончание, а преобразование. Умирает лишь наше отождествление, которое с самого начало было ложным. Смерть это порог этой жизни, за которым есть что-то другое, нечто таинственное. Мы можем быть уверенными в том, что это никоим образом не похоже на нашу жизнь.

Давайте посмотрим на умерших людей. Мы понимаем, что нечто, занимавшее это тело, уже не действует. Это тело – наш друг? Нет. Человек, которого мы знали, ушел от нас. Что толку горевать о пустой раковине?

Смерть очерчивает границы жизни. Внутри этих границ существует структура, на которой основаны решения человека. Когда человек полагает, что его жизнь реализовалась, он может использовать смерть как выход из этого существования.

9 августа / Недвойственность

*Не созерцайте как простая деятельность
Будьте пустотой, созерцающей пустоту.*

Когда человек понимает, что высшая природа этого существования пуста, он осознает, что быть пустотой – единственная медитация. Заметьте, что пустота это не *объект* медитации, ведь если вы считаете созерцателя и объект разными понятиями, то создаете двойственное отношение между самостью и окружением, которое сбивает человека с пути.

В медитации мы ищем единство. Нам нужно то, что выводит нас из нормального, двойственного мировосприятия, которое и составляет корень всех наших трудностей. Поэтому единственная настоящая медитация не внушает нам отношение зрителя и объекта. Любой объект, независимо от того, насколько он свят, все еще питает иллюзию о том, что вне нас есть реальность. Мы пытаемся достичь подлинного внутреннего зрителя, и нет никакого различия между нашей внутренней и внешней реальностью.

Высшая медитация – это осознание того, что мы сами свободны от разграничений, что наше чувство отождествления есть единственный результат двойственного цепляния. Вместе с тем, мы должны понимать, что на самом деле нам нечего созерцать, не о чем размышлять.

10 августа / Просто будьте

*Дао внутри нас, Дао окружает нас.
Можно почувствовать его часть,
Эту часть называют проявлением.
Часть его невидима,
И она называется пустотой.
Пребывать с Дао значит гармонизировать.
Быть отделенным от Дао значит попасть в
беду.
Для того чтобы действовать с Дао, — исследуйте.
Для того чтобы постичь Дао, — безмолвно
смотрите в себя.*

Дао внутри нас, мы и есть Дао. И оно также вне нас, представляя собой всю известную вселенную. Все, что мы можем узнать о себе и нашей вселенной, не может объяснить все, что есть Дао. То, что мы знаем, является просто внешним проявлением Дао.

Высшее Дао называется абсолют. Мы не можем постичь его непосредственно, потому что у него нет определений и ярлыков. Наш нормальный ум неспособен познать то, у чего нет противоположности. И все же именно эта бесцветная бесконечность представляет собой главную реальность этой жизни.

Единственный способ понять Дао заключается в том, чтобы устранить свое чувство отделения от него. По сути, мы должны погрузиться в само таинство. Только тогда мы познаем покой.

11 августа / *Шарлатаны*

Он сидит на троне с высокомерной уверенностью.

Его кожа ярко золотая, а глаза мраморные.

Его губы вымазаны медом, а язык алый.

Он призывает последователей отвергнуть заповеди.

«Все ваши чувства и есть Дао, потакайте же им».

Они визжат, рыдают и безумно танцуют.

«Да! Да! – кричит он. – «Все, что вы делаете, И есть Дао!»

В наши дни слишком много «духовных» шарлатанов. Если вы встретите таких самозванных мастеров, то будьте настороже. Если путь, о котором они говорят, слишком прост, значит он скорее всего ложен. С какой стати духовность должна быть более легкой, чем любая другая сфера жизни? Разве легко стать танцором балета? Разве вы легко освоили свою профессию? Было ли вам просто закончить школу? На все нужно тратить силы.

Не следует думать, что духовным можно стать, если просто сидеть у ног мастера. И все же люди до сих пор становятся жертвами этого верования. Шарлатаны ловко пользуются истерией массовых собраний людей и стадным менталитетом. Учитель скажет вам, что все ваши поступки священны. Но несмотря на все свои речи такой учитель не сможет передать вам Дао.

Дао можно обрести лишь самостоятельно. Трудно найти мастера, а по пути следует идти в одиночку. Нужно работать целыми днями, и в толпе вы ничего не достигнете. Потакание слабостям это не Дао. Подлинного Дао невозможно достичь без понимания и силы.

12 августа / Безразличие

*Для подлинного мастера
Сидеть на троне
Это то же самое,
Что сидеть в грязи.*

Настоящий мастер безразличен к общественным делам. Честолюбие, знание и религия – все это в равной степени неинтересно ему. Почему? Потому что все эти вещи находятся в рамках человеческих определений.

Святой человек выходит за пределы всякого отождествления. Поэтому богатство и бедность, добро и зло, насилие и покой не имеют никакого значения. Двойственность уже не существует для такого человека.

Вы полагаете, что в это трудно поверить? Подлинное просветление происходит из понимания единства всей реальности. Такое понимание ведет к осознанию того, что все вещи в действительности равны. Для мастера развитие и болезнь, рождение и смерть, нравственность и безнравственность – все это в равной степени одинаково.

Мы, обычные люди, ведем себя иначе. Мы создаем категории, защищаем свои территории. Мы ощущаем себя в безопасности только внутри своих границ. Только мастер знает смысл абсолютной свободы.

13 августа / Предубеждение

*Всякая мать считает своего ребенка красивым.
Нет ни одного человека, равнодушного к себе.*

Всем нам знакомо предубеждение. У него множество форм: национализм, шовинизм, провинциализм, расизм. Многие люди выступают против предубеждений. Мы утверждаем, что если мы будем находиться во власти предубеждений, то никогда не сможем узнать друг друга по-настоящему.

Если мы будем рабами чревоугодия, то не сможем проявлять внимание к духовности. Если будем предпочитать усилиям удобство, то никогда не приступим к духовному поиску. До тех пор пока мы будем предпочитать опыту интеллектуальные идеи, мы никогда по-настоящему не поймем Дао. Если мы будем настаивать на существовании личностей, отделенных от остальной вселенной, мы никогда не познаем единство.

Ни одна мать не считает своего ребенка некрасивым, потому что этот ребенок – ее творение. Точно так же, мы создаем себя. Если мы хотим достичь духовной реализации, то должны изжить все предубеждения.

14 августа / Повторение

*Мои молитвенные четки отсчитывают
дни жизни.*

Мне нельзя пропускать ни одной бусины.

Иногда бусина – семя или кость.

А порой она клеща, кровь, сперма, кристалл,

Гнилое дерево, мощи святого, золото,

Стекло, призма, железо, глина,

Глаз, яйцо, коровья лепешка, мячик.

Не важно, какой будет следующая бусина,

Я все равно должен отметить ее.

Повторяйте, повторяйте, повторяйте.

Повторение вызовет уверенность.

Люди редко осознают силу повторения. То, что вы повторяете постоянно, может стать источником уверенности. А то, что вы делаете время от времени, редко становится постоянным. Если крестьяне не каждый день работают в поле, им не стоит ждать хороший урожай. То же самое верно в отношении духовной практики. Это постоянный процесс. Наше развитие может иметь вид синусоиды, но мы должны принимать все фазы своей жизни. Все дни должны быть связаны как бусы на нити.

В жизни вы не знаете, сколько бусин вы уже насчитали и сколько их еще будет. Самое главное – отметить ту бусину, которую вы коснулись именно сейчас и осознать в своем сердце ее духовное значение.

15 августа / Постоянство

*Без всяких трудностей
Можно идти по главной дороге.
Но людям нравится сбиваться с пути,
Поэтому их перспектива туманна.*

Люди постоянно утверждают, что они хотят идти по дороге Дао. По их словам, им нужна лишь самореализация. Но это не правда. Если бы все было именно так, тогда они ступали бы по своей дороге и уже давно достигли бы просветления.

Мгновенная самореализация случается не очень часто, так как люди смущаются. Не каждый человек может следовать Дао постоянно. Не все люди хотят достичь непосредственной самореализации. Когда просветление возникает, мир становится неважным. Некоторые люди все еще хотят исследовать мир, получать удовольствия. В этом нет ничего дурного, если вы знаете, что вы просто играете. В конце концов, неплохо отойти немного в сторону, но необходимо всегда быть осторожным и возвращаться на главную дорогу, не теряя время и почву под ногами.

Поэтому в корне мудрости лежит четкая перспектива. Вам может показаться, что человек Дао уходит от цели, но такой человек точно знает, когда ему возвратиться.

16 августа / Глубина

Утренний свет освещает медитирующего борца.

В его уме уносит волной даже деревянный храм.

Кто бросит вызов океанской глубине?

Жил когда-то на свете борец, который несмотря на свою большую физическую силу, проигрывал почти все свои матчи. Он без конца менял тренеров, но ни один из них не мог научить его выигрывать бой. У парня не было недостатка ни в силе, ни в опыте, но ему не хватало сосредоточенности и уверенности.

Наконец, он пошел советоваться к мастеру медитации, и тот согласился помочь ему. «Твое имя означает Огромный Океан, – объяснил мастер. – Поэтому я дам тебе соответствующую медитацию».

В тот же вечер борец сел в одиночестве в храме и представил себя волной. Постепенно волны увеличивались. Скоро борец превратился в течение. Затем течение превратилось в потоп, в мощную приливную волну. В его уме волна смыла все, даже боги на алтаре и храмовые балки полетели, увлеченные волной.

Перед рассветом парень успокоился в огромном и бесконечном море. В то же утро мастер пришел в храм, чтобы убедиться в успехах борца, и обрадовался. Он знал, что этот борец больше никогда не проиграет.

Люди, которые каждый день воспитывают свой характер, достигают глубины, которой невозможно ничего противопоставить.

17 августа / *Искупление*

*Я медитирую каждый день перед алтарем,
Но я все еще покрыт грехами.*

Несмотря на ежедневные усилия по самосовершенствованию у нас до сих пор много недостатков. Мы устраняем один изъян, но тотчас же замечаем другой. Мы освобождаемся от ненужных дел, только когда находим новые занятия. Почему нам так трудно освободиться? Потому что наш ум есть источник всех трудностей.

Каждый человек, которому достаёт разумности и честолюбия, питает какие-то желания. Мы хотим чего-то добиться. Мы придумываем планы реализации желаний. Не важно, переживаем мы почти инстинктивное стремление к пище или наше желание скрыто общественными мотивами, все равно наш ум никогда не перестает искать удовлетворение. Если у нас есть какое-то желание, мы вцепляемся в объект своего желания. Если нам не удалось что-то удержать, мы сердимся, разочаровываемся и впадаем в депрессию. Если же мы получаем то, что хотим, тогда наше желание становится ещё более сильным.

Эти стремления никогда не прекращаются. Несмотря на то, что мы медитируем, мы все же не можем навсегда устранить эту привычку. Поэтому мы можем искренно молиться перед алтарем, и все же мы должны также признать, что результаты придут не скоро. Человек Дао умеет устранять желания, признавать личные недостатки и спокойно утолять голод ума в отношении внешних удовлетворений.

18 августа / Совершенство

*Герой спускается с горы,
Он лучится силой.
И все же он борется со слабым стариком,
Который быстро швыряет его в грязь.*

В старину юноши и девушки, которые хотели быть необыкновенными, обучались в горах, у одного знаменитого мастера. Вдали от всех смущений общества, пребывая в чистоте, они сидели на горной вершине и не спускались в долину до тех пор, пока не достигали высших способностей.

Такие люди были героями, образцами духовного развития. Но когда они странствовали в мире, им часто встречался старик, которые быстро побеждал их. И в физических турнирах, и в философских дебатах этот чудаковатый странник брал верх даже над самыми великими героями. Почему? Потому что у героя было лишь совершенство, сила молодости, мужество. А у старика был опыт и мудрость.

В мире всегда найдется человек, который сильнее вас. Научитесь признавать стариков, которые мудрее вас, и почитайте их. Знайте, что сами вы не станете великим до тех пор, пока не проживете долгую жизнь.

Самосовершенствование это трудное дело, но не невозможное. Совершенная мудрость – вот что поистине редко.

19 августа / Порядок

*Стройте свою жизнь по кирпичику.
Если вы будете жить в истине,
То снова узрите жизнь истинную.
Если вы будете жить в фантазии,
То снова узрите заблуждение.*

Сегодняшняя добродетель основана на вчерашней добродетели. Поэтому мы должны быть постоянно внимательными к нашим поступкам.

Возьмем для примера бережливых людей. Остатки пищи они бросают в компостную яму. Они чаще едят дома, чем в ресторане. Они не тратят зря воду. Они покупают осторожно. Они не тратят деньги на пустяки. Именно такая забота нам нужна для духовности.

Мы не должны растрачивать свои силы на увеселения. Вместо этого нам следует сосредоточить свои усилия на самых важных вещах. Нам не нужно хватать обрывки информации. Вместо этого нам следует собирать сведения, которые полезны для нашего развития. Нам не следует беспечно лгать, потому что так мы отдалимся от истины, которую ищем.

Есть ли смысл в нашей жизни, зависит от того, как мы упорядочиваем свои ежедневные дела. Мы должны организовывать их так, чтобы они удовлетворяли нас. Только тогда у нашей жизни будет смысл.

20 августа / Ярлыки

Не называйте меня последователем Дао.

Практика Дао представляет собой в высшей степени личное усилие, в котором вы тратите каждую минуту своей жизни синхронно с пульсом вселенной. Вы следуете за текучим и беспрестанно изменяющимся Дао и переживаете великое множество чудес. Вы захотите лишь опустошить себя перед Дао, совершенным зеркалом, открытым каждой мелочи.

Если вы наклеиваете на себя ярлыки, то отделяетесь от Дао. Если вы признаете наименования расы, пола, имени, дружбы, то противопоставляете себя Дао.

Поэтому люди Дао никогда не отождествляют себя с именем Дао. Они не интересуются ярлыками, общественным положением или должностью. У всех нас одинаковые возможности пребывать вместе с Дао.

Отбросьте ярлыки, отбросьте личности, отбросьте соответствие, отбросьте условное обозначение, отбросьте определения, отбросьте имена.

21 августа / Пророки

*У пророков есть свои тайны
И определенные магические способности.*

Я не пророк.

Мне известны лишь обычные вещи.

Таково мое Дао.

Пророки Дао относятся к особой категории. Эти мужчины и женщины – признанные знатоки в области медитации, философии, медицины, фэн-шуй, волшебства, воинского искусства, науки, математики, литературы, живописи, поэзии, скульптуры, истории, музыки и ритуала храмовой службы. Они могут совершать необычные поступки, могут ответить на любой вопрос. Они владеют внушительным количеством необычных искусств.

Это великие люди, да и только.

Люди Дао стремятся достичь совершенства, но они не любят, когда их называют пророками, поскольку эта роль ограничена. Пророк демонстрирует большую ловушку, которая представляет собой искушение чувством собственной важности. Высшая цель следования Дао заключается в том, чтобы выйти за пределы личности. Люди, которые называют себя пророками или даже мастерами, отяжеляют свою личность.

Гораздо лучше вовсе не быть пророком и остерегаться ответственности, ограничений и искушений. Гораздо лучше быть незаметным. Хорошо, если люди считают вас недалеким человеком. Если кто-то станет величать вас неким титулом, то лишь помешает вам. Когда вы видите величайшее чудо своей жизни, меньше всего вы хотите, чтобы кто-то загородил вам свет.

22 августа / Паук

*Ум в центре
Излучает восемь лап,
Сплетая высшую паутину,
Чтобы просеивать Дао.*

Паук это совершенное существо Дао. Его элегантное тело символизирует ум: паук сплетает замечательные нити, и его ноги расположены идеально для того, чтобы перемещаться по паутине. Из своего центра паук внимательно изучает мир.

Поза паука напоминает само Дао. Паук пропускает через себя поток Дао и не мешает ему. Он просто создает форму и ждет, когда Дао принесет ему еду. И паук не лезет туда, где нет для него еды.

Когда паутина закончена, паук не размышляет о противоестественном расширении границ своей паутины. Паук не устраивает войны с соседями, не совершает набеги на другие страны, не пытается полететь на луну, не строит заводы и не пытается никого поработить. Он не силится набраться интеллектуальных знаний. Он просто тот, кто есть, и он всем доволен.

23 августа / Стресс

*Работа приносит нам сильный стресс.
Ответственность очень велика.
Когда я закрываю глаза,
То вижу лишь требования людей ко мне.*

Иногда ответственность может стать столь огромной, что она уже не позволяет вам сохранять душевное равновесие. Ваше внимание путается. Ощущение разочарования ведет к глубокому несчастью. У вас болят внутренности. Вы мало спите, плохо едите и ругаетесь с окружающими.

Мудрецы утверждают, что человечество безрасудно. И они, без сомнения, правы, но слова мудрецов слишком возвышенны, когда мы попрошайничаем в пыли ради выживания. Многие из нас должны сталкиваться с таким давлением, хотя бы ненадолго. Даже если мы попытаемся вырваться из этого безумия, мы все равно не сможем сразу отказаться от общества.

Когда человек переживает стресс, он не может осознавать Дао. Если вы сражаетесь на поле боя или ругаетесь в конторе, или скандалите дома, или вас одолевают гневные мысли, вы не в состоянии быть с Дао. Если у вас так складывается жизнь, тогда вы должны смело решать свои трудности до тех пор, пока не останется единственный выход: отречение от проблем.

Каждое мгновение, когда вы оказываетесь в затруднении, вы далеки от Дао. Лучше всего для вас всегда помнить о том, что ваш стресс – не абсолютная реальность.

24 августа / Тюремное заключение

*Наша субъективность –
Ящик с шипами.*

Мы окружаем себя отражениями своей личности. Мы думаем лишь о себе, а не о Дао. Нас интересует только выживание и удовольствие. Когда мы поймем, что просто окружили себя иллюзиями?

Мы не видим мир таким, какой он есть. Мы игнорируем дилемму своего существования. Мы уподобляемся болванам внутри ящика с шипами. Мы растем вместе со своими иллюзиями, а ящик тем временем становится для нас все меньше. Скоро в нас впиваются шипы эгоизма, но мы так увлечены собой, что не замечаем, что происходит. Мы слишком обожаем себя. Мы ходим гоголем и петушимся. А ящик становится все меньше, меньше.

Некоторым людям удалось выбраться из ящика с шипами, но и они настолько привязаны к нему, что еще долго таскают на себе этот ящик. Этот ящик исчезает, только когда мы постигаем свою подлинную природу.

25 августа / Тело

Я не это хрупкое тело.

Мы не тело. Это изречение может показаться вам старым. Как бы то ни было, на нашей планете больше нет другого объекта, который был бы нам знаком лучше. Почему бы нам ни отождествлять себя с ним?

Что мы можем ощутить в своем теле? Разумеется, оно состоит из вещества, но как мы реализуем волевой акт? Труп тоже ощутим, как и живое существо, и все же никто не спутает живого с мертвым. Что-то таинственное отвечает за различие между живым и безжизненным телом. Что-то оживляет нас.

Именно ум направляет энергию. Но что в уме можно назвать определенным? Ум подобен трепещущему пламени: нигде мы не сможем четко определить его контуры. Чем пристальнее мы изучаем себя, тем более тонкими становятся различия. Все сливается в одну сплошную массу. Мы упрямо цепляемся за ошибочное представление о том, что можно достичь чего-то одними лишь физическими и химическими опытами.

Все это очень смущает меня. Но одно для меня совершенно точно: я не это хрупкое тело.

26 августа / Матрица

*Это хрупкое тело
Есть матрица
Для ума и души.*

Мы не можем позволить себе отрицать свое тело, даже если признаем, что не должны отождествлять себя лишь с ним. На самом деле, когда мы ищем подлинную самость, наше физическое существование проявляется наилучшим образом. Мы можем изменить свою жизнь диетой и гимнастикой, можем ускорить свой поиск, укрепив свое здоровье. Если мы свободны от физических блоков и боли, то можем гораздо лучше определять свою внутреннюю самость.

В поиске ума и души вы проявите мудрость, если поймете, что тело это не подлинная самость, но также следует укреплять тело. Вы не должны отрицать и умерщвлять плоть, поскольку мудрый человек одновременно укрепляет тело и заглядывает за его пределы.

27 августа / *Молодость*

*Вы слишком рано покинули отчий дом.
Пьяные пугают вас, распутники хватают вас.
В чем ценность жизни отшельника?*

Молодые люди нуждаются в сострадании и наставлениях, а не в запутанном мистицизме. Юноши и девушки, послушайте мои наставления:

Помните о том, что вы принадлежите самим себе. Не сдавайте никому свой ум, сердце и тело. Никогда не жертвуйте своим достоинством ради чего-либо. Укрепляйте свое здоровье полноценной едой, гигиеной, физическими упражнениями. Не употребляйте наркотики и алкоголь.

Деньги никогда не будут более значительными, чем ваше тело и ум, но вы должны работать и зарабатывать себе на жизнь. Никогда не надейтесь на то, что вас обеспечит кто-то другой.

Осторожно выбирайте себе друзей, потому что они будут влиять на вас. Найдите учителя, которому вы сможете доверять, который ответит вам на любой вопрос, но никогда не снимайте с себя ответственность за собственную жизнь.

Эмоции преходящи, через них нельзя принимать решения. Каждый день вы должны принимать решения. Все ваши поступки будут неизбежно влиять на вашу жизнь. Прежде чем вы вступите на какой-то путь, внимательно подумайте. Реки очень редко текут вспять.

Познайте зло, но не причиняйте зло себе. Помните о том, что есть выход из заблуждений жизни. Если вы устали от мира, найдите того, кто покажет вам Дао.

28 августа / Цель

Разве бывает лучник без цели?

Недостаточно придерживаться философии Дао. Необходимо действовать. Важны поступки, а не слова. Но просто движение бесполезно. Нужно поставить себе цель.

Краткосрочные цели помогают нам определять каждую стадию нашей жизни. Долгосрочные цели дают нам перспективу и постоянство. Краткосрочные цели помогают нам понять временность жизни и, вместе с тем, учат нас извлекать пользу из этой временности. Долгосрочные цели позволяют нам сосредоточиться на накопленном нами опыте.

Наши цели должны быть абсолютно личными. Никто не знает нас лучше нас самих. Есть лишь одна универсальная цель: благородная смерть без тени сожалений.

29 августа / Утопия

*Они советуют мне молиться миллион раз
О мире во всем мире,
Три раза в день молиться об окончании всех
войн.*

*Практиковать аскетизм ради освобождения
Всех живых существ.*

Но горести мира так и не изжиты.

Время от времени какая-нибудь религиозная группа заявляет, что если все люди станут молиться, тогда они смогут разрешить любую общественную трудность. Религиозные группы утверждают, что духовная практика может остановить войны, голод, болезни, ускорить развитие экономики и устранить перенаселенность земли.

Но лишь личные усилия могут быть духовными. Все, что вы делаете во время ежедневных обрядов, идет во благо лишь вам. Если же проецировать свои идеалы на всю жизнь, они сталкиваются с противоречиями жизни.

Нет утопии, и быть не может. Существует только храброе усилие каждого человека жить духовно в мире, где духовность почти невозможна.

30 августа / Сердце

*Вообразите, что ваше сердце –
открытый лотос.
Из его центра выходит румяный ребенок.
Он чист, невинен и непорочен.*

Одна медитация дает такие наставления:

Вообразите, что ваше сердце – открытый лотос. Из его центра выходит румяный ребенок. Вынесите этого ребенка из своего тела и представьте, будто он (она) плывет над вашей головой. Вы, ребенок, держите солнце в каждой руке, тогда как каждая ваша нога стоит на луне.

Удерживайте этот образ как можно дольше.

Очень трудно вынести из себя ребенка. Когда вы делаете усилия, то понимаете, каким множеством защитных оболочек окружили себя. Вы также понимаете, что вас запятнали ощущения взрослости, зрелости. Иногда вы даже сомневаетесь в том, что сможете вынести из себя чистую и невинную самость. Но именно так и поступает каждый из нас. Все люди должны понять, что румяный ребенок находится в нас, и вынести его наружу. Этот ребенок представляет собой время, когда наши энергии были цельными, когда наши сердца еще не были затронуты двойственностью мира.

31 августа / Диалог

*Я все еще говорю во сне.
Я до сих пор грежу.
Откуда взяться покою,
Если в моем уме так шумно?*

Мы постоянно ведем внутренний диалог – вот источник всех наших трудностей.

Само слово «диалог» означает разговор между двумя сторонами. В нас не мог бы возникнуть внутренний диалог, если бы в уме не было раскола. У каждого человека есть две стороны. Если они не соединятся, мы не сможем обрести цельность, которая необходима для духовности.

Даже после многих лет саморазвития нелегко справиться с буйным умом. Человеку может показаться, что он полностью управляет всеми ситуациями бодрствования, но во время медитации и во сне он встречает лишь бесконечный калейдоскоп. Это знак неполного достижения. Совершенство должно быть абсолютным.

Процесс совершенства долгов, он должен быть методичным. Мы должны прилагать максимум усилий, и все же нам никогда не следует принуждать себя. Вместо того чтобы отсекал неприятные стороны своей личности, мы должны исследовать их. Плохие стороны можно растворить. Такие усилия займут много лет, но постепенно мы изучим свой подсознательный ум и освободимся от борьбы и конфликта.

1 сентября / Крестьяне

*Вот простые люди с округлыми телами,
Их кожа стала бронзовой от летней жары.
Зачем говорить с ними о Дао?
Они едят, когда голодны,
И спят, когда хотят спать.
Даже мудрец с бесконечными метаморфозами
Не может сравняться с ними в простоте.*

Вы хотите познать простоту? Поживите с крестьянами. Их ежедневные дела сочетаются со временами года, эти люди близки к земле, и они не тратят свое время на стремление достичь какой-то должности. Они честны и просты. Они не делят себя на личность и крестьянина.

Горожане вряд ли сравнятся с крестьянином в простоте. Как бы то ни было, простота ценится. Дао превыше всего. Кому нужно знать все цифры после запятой у числа «пи»? Кому нужно выдумывать новую монетарную политику? Кому нужно стремиться попасть в политическую контору? Ничто из этого не составляет человека.

Откажитесь от ненужных вещей.

2 сентября / Сад

*Жара отделяет день от ночи,
Деревья отбрасывают тень на землю.
Зеленые усики, отяжелевшие от бобов,
Опираются на грубые бамбуковые подставки.
Лиловые цветы выглядывают из листьев.
Единственная тыква содержит в себе
Мечту всего мира.*

Очень удобно самостоятельно выращивать еду. Вы близки к земле. Вы пользуетесь простыми вещами: водой, солнечным светом, землей, воздухом и растениями для работы, питания и удовольствия. Вы убираетесь в своем саду, подрезаете деревья. Из года в год вы видите, как сменяют друг друга сезоны, как созревает урожай, как пробиваются на поверхность земли новые всходы. Вы едите эти растения, чтобы жить. Растения не возражают. Когда-нибудь вы возвратитесь в землю и станете пищей для них. Такова жизнь, в ней все слажено.

Люди Дао говорят, что реальность подобна сериям круга в круге: микрокосмос в макрокосмосе. Зачем повсюду искать Дао? Все содержится в семенах тыквы, которая растет в вашем саду.

3 сентября / Дерево

*Вы измеряли свой рост?
Вы использовали геометрию для измерения
конечностей?
Вы пожалели поломанные бурей ветви?
Вы обратили свои листья к солнцу?
Вы ничего не сделали,
И все же человек в своем лукавстве
Не может сравниться с вашим совершенством.*

Когда мы откажемся от искусственного образа жизни и станем естественными? Все достижения человека есть лишь монументы гордыни. Ни одно изобретение человека не усовершенствовало планету. Разве нам нужна Великая Китайская Стена? Разве нам нужны пирамиды Египта? Разве нам нужен Колосс Родосский? Разве нам нужна механизация, сила пара, электричество, ядерная энергия или компьютерная технология? Все наши достижения призваны обеспечить удобство. Мы одержимы вещами и требуем то, что называется цивилизацией.

Мы не нуждаемся во всей этой «сложности» для того, чтобы жить с Дао. Наши общественные дела мешают нам понять это. Мы игнорируем естественный порядок своего тела и ума. Мы так плотно закрываемся, что лишь секс и наркотики могут возбудить нас. Мы горюем из-за своей потерянности и отчужденности. Но ответы прямо у нас под рукой: если вы просто подойдете к дереву и начнете созерцать его, то легко узнаете тайну естественной жизни.

4 сентября / Голубка

*Вчера вечером в комнату влетела голубка.
Какое-то время я пытался помочь ей.
Несколько раз она ударилась головой в панике.
Только когда она оглушила себя,
Я смог спасти ее.
В бумаге была написана следующая цитата
мудреца:
«Человеческая природа была изначально единой,
А мы были цельными.
Стремление обрести цельность
Называется любовью».*

Поздно ночью мое внимание захватил звук ее хлопающих крыльев. Я увидел, что в комнату влетела голубка. Она пыталась вылететь, но потеряла чувство направления. Она металась у потолка. Голубка выглядывала из окна, но не могла преодолеть невидимую преграду из стекла.

Птица не понимала мои намерения, поэтому билась о стены. Я не мог помочь ей, не напугав ее. Разве все существа не связаны? Может быть, и так, но в этом мире любовь и сострадание всегда сопровождаются болью и смущением.

5 сентября / Восприимчивость

*Я хочу сделать себя пустым пространством:
Белые стены окрашены лучами солнца,
Свежий ветерок дует через открытые окна.*

Некоторые дни чрезвычайно текучи, и для нас в равной степени привлекательны все направления. Вместо того чтобы делать что-то искусственное, гораздо лучше полностью очистить себя. Так вы почувствуете более тонкие потоки жизни. Вам следует избегать ошибку действия наобум.

Искусственное действие скорее всего не будет согласовываться с моментами времени. Эту ложную структуру мы создаем из своих мыслей. Такие движения неизбежно оказываются неестественными, в них нет свежего совершенства естественности.

У нас нет душевного покоя. И все же покоя никогда нельзя достичь беспрестанными действиями. У бурной воды нет возможности снова успокоиться. Дерево, которое качается под порывами ветра, никогда не вырастет прямым. Откажитесь от всех ненужных действий. Отбросьте все искусственные поступки. Станьте восприимчивым. Покой, который вы ищете, сразу же возникнет у вас.

6 сентября / Вид

*Длинная река, усиленная ливнем в горах,
Устремляется к морю.*

*Гневные волны разбивают камни,
А кораблям трудно маневрировать.
В этой точке один человек правил целой армией,
А поэты находили вдохновение среди орлиных
гнезд.*

У реки Янцзы возвышается утес. Река сильно сужается в этом месте, и вода вливается в залив, предварительно протиснувшись в узком ущелье. На дне лежат острые камни, и даже в наше время кораблям трудно проходить это место.

Вершина утеса представляет собой Храм Белого Императора, в честь человека древних времен. Многие исторические события произошли там. В средние века один знаменитый стратег мог победить целую армию гораздо меньшими силами. Со временем знаменитые поэты находили вдохновение, созерцая с высоты реку и горы. В наше время высокий утес служит армейским наблюдательным постом.

Некоторые природные места могут дать людям огромную силу, но характер людей определяется тем, используется их сила на войну или мир. Недостаточно бороться за грубое преимущество, местоположение следует выбирать мудро.

7 сентября / Почтение

*Океан чернил в одной капле
Дрожит на кончике моей кисти.
Застыв над белым листом бумаги,
Вселенная ждет своего проявления.*

Все наши поступки следует совершать почтительно, поэтому нам может показаться, что мы должны начинать именно с такой концепции. Но это не так. Почтение приходит только через опыт и заботу. Только когда мы устаем от своей неумеренности, может возникнуть глубокое уважение.

Люди, которые созерцают мир, скоро начинают сильно удивляться. Совершенство звезд, красота гор и ручьев, воодушевляющее качество чистого океана наполняет нас радостными чувствами. Каждый день мы скромно создаем и упорядочиваем свою жизнь. Мы должны быть ответственными, и в то же время нам следует выражать удивление от всего, что мы знаем.

Художник берет в руку белый лист. Он создаст нечто красивое или уродливое? Решимость сделать нечто достойное материала и данного момента времени и есть почтение.

8 сентября / Оживленность

*Крошечная спираль в отвердевшей мембране;
Шмель, шарик из черных и желтых полос,
Белая бабочка, фейерверк радости,
Белые усики в почве.
Плоды груши, дети земли и солнца.*

Если вы когда-либо сомневаетесь в жизни, тогда вам нужно лишь потратить немного времени, ухаживая за садом. Вы увидите широкое разнообразие. Повсюду, куда вы ни глянете, вы увидите стремительные перемены. Лотос пробивается из грязи, червь танцует в луже. Запах свежей земли волнует, вид растущих деревьев радует.

И не важно, насколько ухожен сад, все равно в нем постоянно царит беспорядок. И это прекрасно. Именно так и должно быть. Наша эстетика несовершенна. Наш ум не может постичь многообразие природы. Пусть природа развивается, как хочет. В многообразии – жизнь.

9 сентября / Будьте достойными

*Склонитесь перед алтарем.
Достойны ли вы своего божества?
Вы можете устранить богохульства
И стремиться к постоянному восхищению?*

Не так-то легко поклоняться. Просто ходить в храм один раз в неделю для того, чтобы получить благословение священника, недостаточно. Подлинное поклонение это ежедневный акт смирения перед своим божеством и предложение ему чистого сердца и святых слов.

Однажды в наш город приехал великий святой. Он научил пять тысяч человек простой молитве. С тех пор люди старались спеть сто восемь молитв каждый вечер. Они не могли остановиться, не могли «закончить» практику.

Точно так же следует читать все священные книги. Это означает ежедневную практику. Если вы начали практиковать, то не можете остановиться до самого конца жизни. У вас нет возможности лениться. Свое тело и рот следует содержать в чистоте. Ум должен быть свежим, не увлекайтесь банальностями. Мы должны быть достойны своих божеств.

И не важно, получаем ли мы выгоду от такой практики. Сама преданность уже есть награда. Преданность приносит преображение.

10 сентября / *Терпение*

*Яблоко похоже на драгоценный камень,
Оно красное и зеленое,
У него совершенная форма.
Какой чудесный плод.*

Как-то раз ко мне пришел хозяин фруктового сада. Он каждый год приносит мне корзинку плодов. Мы обедали, и разговор зашел о рыбалке. Он сказал мне, что когда-то с удовольствием рыбачил, но теперь у него нет времени на это занятие. «Я нетерпеливый человек», – признался он.

Я ответил, что считаю его очень терпеливым. Как бы то ни было, не каждый человек может сажать деревья и ухаживать за ними, пока они не принесут сладкие плоды. Он настаивал на том, что его сад просто нуждается в постоянном уходе. «В этом году фрукты немного меньше, – сожалел он. – Я мог бы улучшить урожай, обрезав ветви». Конечно, яблоки были сладкими и вовсе не такими маленькими, как утверждал мой приятель.

Люди Дао утверждают, что все приходит в свое время. Что представляет собой ленивая и усердная работа? Люди Дао просто гармонируют с природой. Для этого нужно терпение. У владельца фруктового сада до сих пор каждый год работники собирают хороший урожай, потому что он позволяет деревьям расти как угодно.

11 сентября / Головоломка

*Что первично:
Переживание или смысл?*

В детстве у меня была такая любимая головоломка: «Что появилось первым: курица или яйцо?» Эта головоломка оказалась такой липкой, что не отпускала меня даже в зрелом возрасте и превратилась в клише, означающем трудную логическую ситуацию.

Возможно, смысл жизни это искусственное понятие. Люди идут на работу, и их занятие становится смыслом их жизни. Люди женятся, заводят детей и заявляют, что для них это самое важное. Если бы человек получил другую работу или женился на другой женщине, если бы он отрекся от мира и стал монахом, разве у его жизни не поменялся бы смысл?

На смысл жизни влияют разные факторы. Инвалид будет жить не так, как тот, кто родился здоровым. А у того, кто родился в богатой, аристократической семье, будет не такое мировоззрение, как у сына бедняка. Азиаты смотрят на жизнь иначе, чем европейцы.

Кто же прав: те, что утверждают, что смысл обязан определениями, или те, что заявляют, что наши обстоятельства определяют смысл?

12 сентября / *Неопределенность*

*Весна приходит в щегольском наряде.
Достигнув осени, человек находит немного
Определенных вещей.
Жизнь таинственна и неоднозначна.
К зиме все кажется удобным.*

В молодости человек совершает героические подвиги. Нам кажется, что мир поддастся под нашим нажимом, что мы оказываем большую услугу человечеству. Мы стремимся исправить общественную несправедливость, найти ответы на мучительные вопросы.

Однажды я пришел к писательнице. Эта женщина была пожилой и слабой, но у нее был острый ум. Я был новичком в писательстве, а она воспитала очень много авторов. Я задавал ей разные вопросы, но она на большинство моих вопросов отвечала: «Да». Это было удобно, потому что окончательного ответа все равно нет.

Когда-то я стремился найти решения на каждый свой вопрос, а теперь я не очень беспокоюсь. Кто прав: ученые или священники? Есть ли добро и зло на метафизическом уровне? В мире один Бог, множество богов или вообще нет никаких богов? На эти вопросы можно дать массу ответов. Сейчас я согласен со своей ситуацией. Пусть будет сотня ответов, но ни один из них не будет совершенно правильным. Достаточно и просто как-то ответить на вопрос.

13 сентября / Искусственность

*Смысл жизни искусственен.
Зачем разрушать вселенную жесткостью?*

Зачем мы делаем выбор? Как бы то ни было, у нас нет абсолютной свободы на любые поступки. Мы понимаем, что скованы своим полом, расой, материальным состоянием, собственной личностью, которую создала генетика и случайные события жизни. Более того, мы понимаем, что у других людей есть свои представления о том, как мы должны поступать, и они еще больше сковывают нас.

Человек, выросший в одной культуре, будет смотреть на жизнь совсем не так, как тот, кто вырос в другой культуре. Они могут оба жить достойно, но непременно будут различаться во многих отношениях. Обретенный ими смысл будет исходить из различных областей жизни. Нельзя сказать, что жизнь одного человека ценнее жизни другого.

Из всех людей, которые жили на земле, был ли один «лучше» другого? Мы видим в своей жизни лишь внешние изменения, но не различия внутреннего смысла.

Всякий смысл жизни искусственен. Он не привязан к богу, семье, самости, если мы сами не решим сделать это. Ничто в жизни не дает нас смысл сам по себе. Именно мы придумываем себе смысл жизни, но в конечном итоге не можем избежать чувства, что все установки надуманы.

Не стоит разрушать вселенную собственными представлениями о ней.

14 сентября / Прорыв

*Поздно летом дыхание неба влажное и горячее.
Оно усыпляет землю.*

*Неожиданно появляются черные тучи,
Над землей проносится волна полярного воздуха.
Желуди падают словно пули.
Прилетел новый ветер.*

Когда воздух горячий и сырой, мы впадаем в дрему. На каждого человека нападает апатия. Когда времена года меняются, свежий воздух прилетает из Арктики. Тучи начинают проливаться дождем, влажный воздух сменяется свежим прохладным ветерком. Ночью небо меняется так быстро, что молния сверкает из сталкивающихся туч, и гром потрясает небо.

То же самое верно в отношении жизни людей. Если небо не может надолго оставаться неподвижным, то как же мы? Если мы разочаровались в жизни, то должны искать выход, который непременно есть. Нет ничего постоянного – разве могут препятствия быть вечными? Мы должны искать возможность изменить ситуацию.

С другой стороны, иногда стагнация вызвана нашей ленью. В таком случае мы должны продемонстрировать инициативу и вызвать прорыв из неблагоприятных обстоятельств.

15 сентября / Очищение

*Дождь ранней осенью смывает с сердца грязь.
Благодарный путник вдыхает свежий воздух.
Далекie горы кажутся более синими
и огромными,
Водопад шумит громче.*

Наступает осень. Воздух становится свежим и бодрящим. Плоды лета собраны. Разгоряченные тела крестьян начинают остывать. В воздухе все больше покоя. Активная деятельность лета заменяется праздниками осени.

Весной всем нам приходилось бороться. Летом мы пировали в великолепном пламени жизни. А теперь мы можем начать отдыхать. Мы видим спелые тыквы, на ветвях висят гроздья золотого винограда, листья понемногу начинают желтеть. Мы ждем, когда же сможем расслабиться.

Пришла пора собирать урожай. Каждая пора посадки и выращивания содержит в себе много неизбежной суеты. Летняя пыль все еще висит в воздухе. Нужно сжечь солому в полях. Мы должны собрать весь урожай, а затем почистить поле. Урожай – также время очищения и накопления.

16 сентября / Мост

*В тучах сияет арка из сновидений:
Мост между небом и землей.
Трудно найти вход на него.*

Легенды рассказывают, что радуга это мост между небом и землей.

Только подумайте, как трудно идти по этому мосту. Мало того, что он очень редко появляется, нам еще трудно найти его. Нам кажется, что он на самом горизонте, но чем быстрее мы движемся к нему, тем быстрее он ускользает от нас. Найти его конец, даже стоять у его основания и созерцать головокружительные высоты, на которых парит арка, еще невероятнее. Если бы мы захотели вступить на этот священный путь, то хватило бы нам легкости и чистоты для того, чтобы пойти по поверхности из капель воды, чтобы обнять богов?

Мой товарищ говорит, что однажды он видел тройную радугу. Это поистине редкостное зрелище! На самом деле, земля, где он видел радугу, наверняка благословлена, и ему повезло, что перед ним раскрылась такая сказочная красота.

Каким же высоким должно быть небо, если ему понадобились три непреодолимых моста!

17 сентября / Возбуждение

*Секс, кофе, вино и сигареты –
Вот тотемы современности.
Возбуждение заменило чувство.*

В современном мире есть такие установки на несчастье:

Вы хотите близость? Занимайтесь сексом.

Вы хотите быть энергичным? Пейте кофе.

Вы хотите быть свободным от запретов? Пейте вино.

Вы хотите быть модным? Курите.

Почему искусственное поведение заменило естественный образ жизни? Потому что люди разучились делать все это без искусственной стимуляции. Разве нельзя искать близость через чувствительность, а энергию через отличное здоровье? Если мы преодолеем эти препятствия, тогда нам не понадобятся заповеди. Мы перестанем притворяться. Только в таком случае Дао расцветет.

18 сентября / Тишина

*Ищите тишину.
Радуйтесь тишине.
Восхищайтесь тишиной.*

По мере того как человек все дальше уходит по своему пути, он все чаще ищет тишину. Она дает ему полное успокоение, в ней он видит исток мира и безмятежности.

Если вы обретете глубокое успокоение, если в вашей душе будет царить мир, тогда ваше сердце возрадуется. Здесь вам не нужно ожесточенно обороняться, в этом месте вы можете быть поистине открытыми. Вы будете переживать блаженство, восторг, восхищение, когда достигнете чего-то чистого и священного.

Как бы то ни было, вы будете наслаждаться тишиной. Мне кажется, что этот покой ускользает от многих людей. Именно в тишине заключается красота Дао.

19 сентября / *Одиночество*

Одиночество не должно превращаться в отчаяние.

Оно может дать вам благоприятную возможность.

Почему люди так одиноки? Потому что они не чувствуют связь с миром и другими существами. Им нужно почувствовать, что их ценят, что они есть часть чего-то, что их окружение нуждается в них. Если ничего такого не происходит, люди чувствуют отчуждение.

Один из самых эффективных способов устранения чувства одиночества – завести жену (мужа) и детей. Этот метод не всегда действенен, и иногда семья лишь усугубляет чувство одиночества. Гораздо лучше быть самодостаточным. Тогда вы не будете страдать от одиночества независимо от того, есть у вас любимый человек или нет.

Некоторые люди утверждают, что самодостаточность это миф. По их словам, человек – общественное животное, и люди не могут радостно жить за пределами общины. Но они не понимают, что такое самодостаточность. Мы имеем в виду связь с самим собой и окружающим космосом.

Дао окружает нас. Тот, кто пребывает с Дао, никогда не чувствует одиночество, он ощущает себя частью круговорота природы. Как вода окружает рыбу, так и Дао окружает нас. Если нам одиноко, то лишь потому, что мы забываем, что мы погружены в Дао. И именно поэтому чувство одиночества может дать вам благоприятную возможность, ведь оно напоминает вам о вашей эгоистической позиции.

20 сентября / Контрапункт

*Сегодня очень жарко.
Из долины жара сползает в океан.
Прохладные осенние дни танцуют
С ложным летом.
Белое в черном, черное в белом.*

Приближалась осень, но сегодня все вдруг переменялось. Сегодня жарче, чем летом. Даже осенью случаются очень теплые дни.

Для человека Дао двойственность жизни разграничена не четко. Эта линия неровная. У дня и ночи нет ясной границы. То же самое верно в отношении переходов времен года. Не бывает простого и ровного перехода от лета к осени. Всегда есть сложность и контрапункт.

Если у природы много масок, то какими же мудрыми мы должны быть для того, чтобы безошибочно следовать ритмам жизни?

21 сентября / Ненасилие

*Мне нравится это озеро,
Чаша небесных слез,
Над которой навис лунный серп,
Освещаая воду и берег.*

*Мне нравятся эти горы,
Острые выступы скал,
Омываемые океанами.
Горы родились в незапамятные времена,*

*Их заливают серебряный свет.
Сова-страж смотрит на меня не моргая,
Позади альпийские леса
Тянутся к далекой луне.*

На земле очень много исследователей и инженеров. Тишину диких чащ нарушает шум туристов. Мы не нуждаемся в их термометрах и пилах. Нам не нужны их мосты и монументы. В контексте Дао это становится насилием над землей из-за человеческих амбиций. Люди терзают землю, как мухи – свежие плоды. Мы должны просто странствовать в этом чудесном мире, не становясь для него обузой.

22 сентября / *Невинность*

Черно-оранжевая бабочка

Радостно порхает.

*Ее крылья похожи на руки монахини:
Сначала они сложены в молитвенной позе,
А затем открыты в жесте подношения.*

Мир скатывается к войне. Политики произносят горячие речи. Армии скапливаются у границы. Кажется, что мир никогда не устает воевать.

Мы должны помнить о невинности жизни. Бабочка живет всего лишь один день. Она рождается в мире только для того, чтобы летать и достичь зрелости. Она не задумывается о своем предназначении. Она не занимается алхимией для того, чтобы продлить свою жизнь. Свою короткую жизнь бабочка проводит счастливо.

Бабочка всегда устремляется ко всему прекрасному. Не важно, солнце это, травинка или лепесток розы, бабочка восхищается красотой.

Даже гневные и безумные люди не трогают бабочку. Почему мы не можем научиться почитать невинность друг друга? Может быть, мы тратим слишком много времени на создание уродства. Во имя практичности и реализма мы помышляем о стратегии, защите, территории, выгоде и пользе. Нам не удастся уподобляться бабочке. Но мы, по крайней мере, можем почитать ее и стараться жить как можно проще.

23 сентября / Признательность

Солнце взошло и закатилось через двенадцать часов.

Мы срывали золотые груши с ветвей.

*Затем мы долго поднимались к старому храму
И делали подношение богам.*

На закате мы мило беседовали.

Полумесяц присоединился к нам.

Журчала вода серебряного ручья.

Мы кипятили ее в глиняном горшке.

Нелегко заварить хороший чай,

Но у этого чайника благородная история:

Однажды ученый обменял на него все свои книги.

*И теперь чайник содержит в себе мудрость
веков.*

Осеннее равноденствие – пора размышлений о жизни. Если мы радуемся обильному урожаю, то выражаем свою благодарность. Если год выдался трудным, мы радуемся тому, что у нас есть, и выражаем решимость в следующий раз добиться успеха. Для признательности жизни не нужно быть богатым. Нужно лишь выражать благодарность красоте мира.

24 сентября / Стиль

*Старик сидит на гранитной ступени.
Он играет на гитаре
Ее струны звучат в унисон с его чувствами.
Для того чтобы открыть свое сердце,
Старику не нужна аудитория.*

*Какой-то мальчик хочет научиться его стилю.
«Стиль? – удивляется старик. –
Мой стиль сделан
Из долгой дороги жизни, огорчений и радости,
Из любви и одиночества, из ужасов войны.
Я пою о рождении ребенка,
И о похоронах родителей и друзей.
Разве я могу показать тебе свой стиль?
Юноша, живи, как хочешь».*

У каждого человек свой стиль жизни. У стариков есть широкий кругозор. У юношей есть активность. Мы можем учиться друг у друга, но не можем обладать тем, что есть у других поколений. У каждого поколения своя ментальность, люди редко переступают ее границы.

25 сентября / Природа

*Моя спина сгорбилась от обучения,
Мои глаза застланы словами.
Я напичкал себя знаниями,
Но все равно не могу сравниться
С совершенством природы.*

Обучение это страсть, которую испытывают многие люди. Люди стремятся к образованию и высоко ценят достижения цивилизации. Мы ходим в библиотеки и музеи. Нас увлекают новые изобретения. И все же, если мы выйдем из окна и увидим дерево во всем его совершенстве, если заглянем в пруд, если последим за кошкой, охраняющей свою территорию, то увидим другую красоту жизни, иную разумность.

Достижения человечества нельзя сравнивать с шедеврами природы. Производным цивилизации недостает уравновешенности и чистоты природы. Слишком часто наши достижения загрязнены нечистыми побуждениями: выгодой, трудностями, желанием славы или просто жадностью. Мы достигаем чего-то, но не можем предвидеть результаты, потому что не способны поместить свои поступки в более широкий контекст.

Природа представляет собой конгломерат противоборствующих сил, зубов и когтей, яда и аромата, грязи и экскрементов, яиц и костей, молнии и лавы. Природа кажется хаотичной, страшной, но она гораздо выше дел нашего общества.

Размышляйте о своих поступках. Какие из них могут сравниться с совершенством природы?

26 сентября / Скромность

*У вас когда-нибудь путались шнурки?
Вам нужно наклониться для того,
Чтобы развязать узел.*

Все мы сталкиваемся с трудностями жизни. Одни ломаются, другие борются. Одни проявляют решительность, другие пускаются на хитрости. Трудности слишком часто подкашивают людей.

Когда люди Дао сталкиваются с трудностью, они ведут себя скромно и действуют согласно ситуации. Они смиренно склоняются и сосредотачиваются на трудности, пока не найдут решение. Они не применяют силу зря. Они исследуют ситуацию и осторожно разрешают ее. Как вы склоняетесь перед спутанным шнурком, так и они склоняются для того, чтобы найти наставление.

Даже скромность может быть ошибочной, если мы небрежны. Некоторые люди становятся столь смиренными, что губят себя. Такой человек талантлив, но его личность расколота, поэтому он не может реализовать свои способности. У скромности должен быть свой предел. Как и все остальное, скромностью следует распоряжаться разумно.

27 сентября / Уборка

Золотой диск задержался у края пурпурной скалы.

*Пожилая женщина подметает ступени храма.
Она заботливо обмывает каждый камень.
Сколько людей задумаются о ее работе?*

На рассвете я пришел в великолепный храм. Его архитектура так высоко выражала человеческий дух, что он казался сокровищем. Поколения молящихся людей оставляли подношения у его алтаря, сотни монахов достигали просветления на его освященном полу, тысячи паломников благословлялись на жизнь и смерть в его почтенных залах.

И все же самое сильное впечатление оставила во мне женщина, которая мыла ступени. Она была полностью сосредоточена на своей работе. Ее преданность была очевидна. Она была в полной мере внимательна. Ее скромное поведение демонстрировало поистине святой дух.

Позднее в тот же день в храм пришли поклоняться богатые люди. По серым камням весело бегали хорошо одетые дети с яркими игрушками в руках. Настоятель храма прошел для совершения церемонии. Монахи прошли с безмолвной молитвой. Сколько человек среди всех, кто шел по ступеням, осознавали молчаливое служение этой женщины?

Необходимо воздавать почести тем, кто преданно ступает по пути.

28 сентября / *Приверженность*

*Девушка играет на струнном инструменте,
Сверчки поют словно монахи.
Я прошел по сухим осенним листьям,
Какой-то юноша просит у меня наставления.*

Человек может далеко зайти на своем пути, но если он встретит новичка, который искренно ищет наставления, то должен незамедлительно помочь ему. Если бы такой новичок пришел ко мне, что я сказал бы ему? Сегодня на прогулке я сказал юноше:

«Начало пути – самая ценная пора. Она может вдохновить на быстрое развитие. Прежде всего, следует решить, что ты пойдешь по пути. Я с самого начала заявил о преданности духовному пути на всю жизнь. Я решил, что стану учиться у мастера семь лет. Прошло много времени, случилось много событий, но преданность сохранилась. Нужна еще и дисциплина. Необходимо сохранять выдержку в трудные времена. Без жизненных трудностей человек никогда не сможет воспитать характер. Приверженность делу и дисциплина – вот ценные слова для людей Дао».

29 сентября / Уверенность

*На прошлой неделе я увидел бабочку.
Сегодня она вернулась с любовником.
Вы летите вместе
По спирали в небе.
Каждый раз ты уверенно
И с радостью возвращаешься!*

Легенды повествуют о бабочках-любовниках. Юноша и девушка любили друг друга так страстно, что даже после смерти их сердца оставались верными друг другу. Из-за их преданности боги превратили этих молодых людей в бабочек, и так воплощение за воплощением, чтобы они могли снова любить друг друга.

Не все люди демонстрируют такую уверенность и веру в отношении того, что они любят.

30 сентября / Улитки

*Три тонких энергетических потока:
Улитки сидят на столбе.
Это великолепное присутствие
Есть сила самой жизни.*

Погрузившись глубоко в медитацию, можно осознать саму жизненную силу. Вы сможете увидеть ее, если научитесь смотреть в себя. Было бы правильно описать ее как электричество, энергию, свет или сознание. Но такие описания не устраивают нас. Вы должны сами увидеть данную силу. Вам нужно прочувствовать и постичь ее самостоятельно.

Пребывать в ее присутствии – все равно как находиться перед чем-то таинственным, шаманским, глубоким. Когда эта сила охватывает вас, все ваши чувства смолкают, и остается лишь восторг. Человек просто восхищается тем, что созерцает. Для нашего сознания мотылька это явление становится мощным пламенем.

Столб энергии поддерживает все стадии нашего роста. Если вы хотите развиваться, вам непременно нужно установить связь с этой внутренней силой. Ваше гармоничное сосуществование с ней придаст вам решимости совершенствовать свое человеческое начало.

1 октября / Уединение

*Передо мной нет потомков,
Позади меня нет предков.
Лишь громада неба и земли
На этом горном откосе.
Небо знает высшую истину,
И все же радость и печаль –
Проявление нашей воли.*

Мы всегда одиноки в этой жизни. Никто не сможет прожить вместо нас. Ни наркотики, ни магические чары не смогут даже на миг вырвать нас из нашей жизни. Мы можем отрицать это, но все бесполезно, так как мы здесь одиноки. К каждому ценному мигу жизни мы относимся так, как хотим.

Советы древних могут помочь нам, но в конечном итоге это всего лишь общие указания. И мысли тех, кто рождается вслед за нами, тоже есть лишь плоды нашей фантазии. Самое главное – чистое бытие. Примите то, что вы есть. Будьте тем, кто вы есть.

Если на небе есть боги, то они, возможно, знают будущее. Как человек, я могу лишь сказать, что будущее еще только предстоит создать. Давайте же сформируем собственное будущее, но при этом оно должно еще быть прекрасным. Степень благородства нашей жизни зависит от нашей воли и совершенства нашей личности. Поэтому не вздыхайте из-за неудач. Радостны вы или печальны, это зависит только от вас.

2 октября / Неясность

Священные писания о Дао неясны.

Почему?

*Потому что авторы заботливо
взрачивают Дао.*

Трудно пройти по пути.

*Ленивый человек озирается кругом
Упорный человек находит богатства.*

Как-то раз один эксцентричный каллиграф сказал: «Когда моя работа нравится обычному человеку, я содрогаюсь. Если же люди полагают, что в моих текстах много тумана, я радуюсь».

Писания о Дао не всегда легко понять. В прошлом часто даже долго учившиеся монахи не могли правильно истолковать священные писания. Поэтому некоторые люди обвиняют людей Дао в излишней скрытности. На самом деле, люди пишут о Дао неясно лишь потому, что они заботливо взращивают его. Они не хотят загрязнить Дао, удовлетворяя любопытство случайных людей. Если бы все люди в мире высоко ценили Дао, тогда знания о нем распространялись бы легко и просто.

По сути, мастера уже раскрыли все тайны. Они объяснили их в священных писаниях. Для нас это все еще тайны только потому, что мы не уделяем время на их внимательное чтение.

Неужели вы не видите в грязи драгоценные камни?

3 октября / Луна

*Серебряный диск, позволь мне
Назвать тебя богиней.
Сегодня, как и всегда,
Твоя форма совершенна.
Ты прекрасна без плаща ночи.
Ты смотришь вниз в высшем великолепии,
Освещающая этот скучный мир.*

Сегодня ночью полнолуние. Королева ночи абсолютно круглая. Она ближе к нам, чем в любое время года. Луна отливает серебром в небе.

Люди празднуют эту ночь по многим причинам. Для одних пришла пора радоваться луне, и они поднимают в ее честь бокалы. Для других пришла пора отдыха и благодарения за урожай.

Лунный праздник женский, это пора поклоняться женщинам. Полная луна символизирует победу холодной тьмы над жарким летом. Мы вспоминаем о равновесии в космосе: свет и тьма, мужчина и женщина, жара и мороз, жесткость и мягкость – все это части общего равновесия.

Если вы женщина, тогда сегодня ночью вам нужно праздновать и поклоняться. Если вы мужчина, тогда пришла пора отойти в сторону и предоставить жене, матери, сестре личное время. Но все мы можем благодарить луну за ее дары и готовиться к холодам.

4 октября / Цельность

*Мне не нравится зрелище
Цыпленка, упакованного в пакет.
У него нет головы и ног.
Шея, сердце, печень —
Все это рассоединено.
Не удивительно, что люди
Чувствуют разобщение.*

Вообще-то, людям нравится видеть целое животное, когда они отправляются за покупками в тех культурах, где люди ценят личные связи и близки к земле. И не стоит удивляться тому, что люди хотят тесных отношений с едой. Они покупают, чистят, варят, а потом съедают пищу с благодарностью. Люди не сентиментальны с едой, но они благодарят существо, которое погибло для того, чтобы дать им жизнь.

В наше время мы не тесно связаны с едой. Мы не видим, как растут злаки, мы едим овощи и фрукты не в сезон. Мы покупаем пищу, приготовленную незнакомым человеком.

Теперь люди очень часто чувствуют отчужденность. Они жалуются на то, что у них нет друзей, нет подлинного опыта. Люди не понимают, кто они. Если даже еда, которую мы едим, не цельна, то как же нам почувствовать цельность в своей жизни?

5 октября / История

*Осенние деревья качаются на рассвете.
Они кажутся лакированными.
Они пустили корни у старого поля боя.
Туманы здесь витают словно привидения.*

До сих пор иногда вы чувствуете подавленность — например, на старых полях боя. Там погибали люди. Их энергия до сих пор вибрирует в этом месте.

Вы можете найти такие места в любой стране. Часто здесь никто ничего не строит, даже когда земля дорогая. Мы говорим, что мы не хотим забывать погибших. Мы утверждаем, что здесь должен стоять мемориал. Другие говорят, что в этом месте эфир столь возмущен, что живые не могут мирно сосуществовать с мертвыми.

Для того чтобы понимать настоящее, нужно знать историю прошлого. Если мы не поймем, чем вызвано наше нынешнее положение, мы никогда не сможем планировать свое будущее. Нам нужно узнать, какие корни до сих пор живы. И нам нужно знать неудачи прошлого, чтобы в следующий раз избежать их.

История не всегда славна. Иногда история печальна, но мы должны принять ее. Жизнь ужасна, и люди дурно поступают друг с другом. Если мы хотим жить ради добра, то должны внимательно изучить свое прошлое.

6 октября / Безмолвие

*Ветер качает бамбук,
Но когда ветер улетает,
Бамбук погружается в безмолвие.
Гуси плавают в прохладном пруду,
Но когда они улетают,
Отражений не остается.
Точно так же,
Когда улетает пыль,
Ум становится безмолвным.*

Мирские дела часто называют пылью. Деятельность мира трудно не только вымести прочь, но и удержать в руках. Возможно, мы ищем созерцательное отстранение, но мир по-прежнему воздействует на наш ум, поэтому мы не можем достичь подлинного безмолвия медитации.

Если мы не станем увлекаться трудностями мира, тогда побуждения со стороны мира исчезнут, и наш ум успокоится. Безмолвный ум способен выйти на высшие уровни существования.

Если вы чувствуете, что у вас возникла такая возможность, реализуйте ее. Но если вы потакаете своим слабостям, а безмолвию ума хотите учиться время от времени, тогда внутренняя тишина будет воцаряться в вас на непродолжительные периоды времени.

7 октября / Мерило

*Дни рождения, годовщины, торжества,
праздники*

*Выступают мерилом успехов на
духовном пути.*

Сколько вам лет? Вы довольны тем, как жили? Сколько времени вы практикуете? Вы можете сказать, что ваша практика не прерывалась? Настала ли сегодня пора праздника? Сколько вы сделали после своего последнего празднования?

Каждый день – веха на пути. Если вы находитесь в самом начале пути, тогда вам лучше всматриваться вперед, в тот день, когда вы сможете оглянуться назад. Если же вы собираетесь устроить праздник, тогда убедитесь в том, что заслужили его.

Люди Дао не празднуют свои дни рождения, не отмечают достижения на пути. Они говорят, что следуют Дао в едином непрерывном потоке, что календарь не интересует их. Большинство людей еще не достигли такого уровня чистой спонтанности. Люди, которые все еще силятся одолеть путь, должны получать вдохновение для реализации духовного пути от мильных камней у дороги.

8 октября / Неделимость

*Когда статуя завершена,
Слишком поздно менять ее руки.
Такая возможность есть лишь
У еще не разделенного куска мрамора.*

Нелегко воспитать ребенка. Нужно постоянно быть для него примером. Иногда важно как ребенку, так и его наставнику понимать, что ребенку не следует поступать, как взрослые. И это не лицемерие, а мудрость.

Один ребенок на все укоры отца отвечал: «А ты ведешь себя именно так». Отец повел сына в храм. Во дворе храма лежали ящики с камфарой и палисандровым деревом. В самом храме стояли разнообразные божества: совсем новые, пахнувшие краской, и старые потертые шедевры.

«Я старше тебя, — сказал отец. — Поэтому я больше похож на этих потрескавшихся богов. У меня есть как достоинства, так и недостатки. Когда статуя треснет, можно будет поменять положение ее рук. Но ты похож на те поленья во дворе. Им еще только предстоит обрести форму. Я не хочу, чтобы ты перенимал мои недостатки. Не подражай мне, не повторяй мои ошибки. Только в таком случае ты станешь более совершенным, чем я».

9 октября / Сосредоточение

*Два шахматиста сидят друг против друга
Без музыки, хора, звука.
Стулья не скрипят,
Аудитория не шумит.
Почему люди медитируют небрежно?*

Когда играют шахматисты-мастера, аудитория хранит торжественное безмолвие. Все понимают, что поставлено на кон. Все знают, что необходимо дать мастерам полную тишину, чтобы они сосредоточились. Но когда нужно медитировать, люди понимают, что уличный шум, невнимательные соседи, неприятные запахи и грязные комнаты не влияют на них. Как бы то ни было, разве медитация – просто ментальная деятельность, оторванная от реального мира?

Если бы так и было, тогда не существовали бы залы для медитации. Если бы так и было, тогда нигде нельзя было бы найти спокойное место. Если бы так и было, тогда люди не стремились бы уединиться в саду. Медитация – это не дополнительная деятельность. Это не просто расслабление и снижение стресса, а способ сосредоточиться на своей человечности.

Если мы хотим преуспеть в медитации, то должны действовать с правильной установкой. Нам нужно место, где воздух свеж, а природа девственна, где нас никто не потревожит. Тогда мы сможем обрести безмятежность. Если мы поймем потребность шахматистов в непрерывном сосредоточении, то научимся уделять пристальное внимание своей медитации.

10 октября / Продолжительность

*Солнце светит полдня,
Луна господствует остальное время суток.
Даже созерцание
Должно иметь свой правильный срок.*

Некоторые монахи медитируют по шестнадцать часов за раз. А некоторые монахи так долго сидят со скрещенными ногами, что у них на ногах появляются мозоли. Отдельные монахи подкладывают что-то под спину, чтобы ровнее сидеть, а бывают и такие, что втыкают в землю палку острым концом вверх, прямо под подбородок, чтобы боль не позволяла им спать. Нам следует восхищаться ими? Может быть это просто болезненная одержимость медитацией?

У медитации есть своя нормальная продолжительность. Люди Дао считают медитацию очень важным, но не исключительным делом. Самое главное – жить, сама жизнь развивает нас. Поэтому медитацию нужно соединить с потоком жизни. Она не должна господствовать над нами.

Но есть и исключение. Иногда человек спонтанно и естественно погружается в медитацию на длительный срок. Эта медитация другого типа. Человек слился с вселенной, и медитация перестала быть деятельностью.

11 октября / Окружающая среда

*Разве можно жить
С постоянным шумом дорожного движения?
С вонью помойки?
С видомзданий, а не гор?
С движением улиц, а не рек?
С ощущением тротуара, а не земли?*

Некоторые мегаполисы славятся своей мощью, историей, цивилизованностью. Но эти центры не могут быть духовными местами. Вам нужно лишь смотреть на них открытыми глазами, открытым сердцем. Разве в них может быть что-то святое?

Уличный шум постоянен. В любое время дня и ночи этот смущающий рев мешает настроиться на тонкие уровни бытия. Воздух не чист, в нем много пыли и копоти. Особенно в жаркую погоду запах гниющей помойки подобен душку проказы. Земля задыхается, закатанная в асфальт, закованная в сталь, засыпанная мусором.

Некоторые люди, живущие в этих местах, начинают интересоваться духовностью. Они хотят знать, можно ли достичь высоких уровней в абсолютно урбанистической обстановке. Ответ таков: нет. Невозможно достичь полной самореализации в городской среде. Самореализация предполагает освоение особых психофизических состояний. Для этого нужна тихая обстановка и погружение в тонкие сферы. Если город ревет, то разве вы услышите божественные песни?

12 октября / Сияние

*Луна сияет в полночь.
Мастер благословляет людей.*

Смирение – хорошее качество, но оно уместно не всегда. Саморазвитие благостно, но иногда и оно неуместно. Почему? Потому что, если человек никогда не помогает другим и не показывает, что можно и в современном мире быть духовным, тогда люди теряют веру. Если люди идут на лекцию духовного мастера, то вовсе не для того, чтобы выслушивать его осуждения в свой адрес.

В прошлом мастера спускались с гор, чтобы люди могли увидеть их. Мастера ходили среди людей и вдохновляли их на саморазвитие. Они помогали первым встречным, а те уже переносили их свет остальным. Саморазвитие, сосредоточение – все это хорошо, но иногда нужно вспоминать о нуждах окружающих.

Когда человек сияет, он уподобляется полуночной луне. Это событие столь яркое, что все, донныне скрытое, начинает ярко лучиться. Именно это происходит, когда мастер выходит к людям. Своим присутствием он освещает и радует всех, кого встречает на своем пути.

13 октября / Учение

*Отдайте то, что выучили.
Поделитесь своим опытом.*

Если вы можете учить людей, то должны без промедления начать наставлять их. Ради чего сдерживать себя? Вы могли бы уже десять раз открыть тайну жизни. Как бы то ни было, люди узнают тайну, только когда делают ее реальной в собственной жизни, а не когда слышат ее.

В прошлом мастера были эгоистичными. Они с большим трудом добывали знания, поэтому и передавали добытые сведения неохотно. К тому же, они боялись, что ученики превзойдут их, поэтому постоянно скрывали какой-то ключ. До чего же глупым было их поведение! Вы должны учить бесстрастно, ничего не утаивая от людей.

Когда вы воспитываете внутреннюю силу, она начинает накапливаться в вас. Но есть и одна странность. Вы не можете вечно сохранять ее. Если вы попытаетесь так поступить, тогда духовная энергия разрушит вас. Но если вы станете делиться своей силой (целить, учить, утешать), тогда она будет возвращаться к вам в увеличенном виде, как родник, который постоянно освежает свои воды. Чем больше вы отдаете, тем больше к вам возвращается. И чем вы бескорыстнее, тем больше обретаете.

14 октября / Завершенность

*Только когда последняя спица
Идеально подошла к колесу,
Можно говорить о завершенности.*

Амбиции, карьера, каждодневное отождествление себя с чем-то – все это похоже на колесо. Разные таланты и глубокие аспекты ума подобны спицам. Сознание это ступица, которая удерживает все. В центре ступицы – пустота, та наша часть, которая открыта вселенской реальности.

К сожалению, мы не всегда бываем цельными. Возможно, ряд возможностей мы упустили еще в молодости. Наверное, все дело в недостатке образования и опыта. Как бы то ни было, мы должны выяснить, чего нам не хватает, а затем постараться восполнить пробел. Когда мы завершим некую свою часть, она уподобится починенной спице колеса. Когда у нас достаточно спиц, мы цельные.

Новое колесо будет вращаться дольше. Если мы стали цельными, то можем сохранять духовную устремленность до самой смерти.

15 октября / Горизонт

*Единая линия тянется из края в край.
Белые облака крепко привязаны к теням.
То, что близко, сначала должно
Появиться на горизонте.
То, что приходит к нам,
Всегда обладает источником.*

Жизни не нужно быть пародией, какую мы видим ее у многих смущенных людей. Люди Дао видят далеко. Жизнь никогда не удивляет их. Все, что происходит в их жизни сегодня, они давно предвидели. Они успевают подготовиться ко всему, что появилось на горизонте. Таких людей называют мудрецами не потому, что у них есть какие-то особые способности, а потому, что они смотрят на мир с более высокой точки зрения.

Люди Дао также понимают, что у каждого явления есть свой источник. Как тени ползают по земле, оттого что между небом и землей летают облака, так и события отбрасывают тень в наш ум. Реакция нашего ума подобна тени от внешнего события.

Мы ясно понимаем такие явления, если стоим там, где они хорошо видны. Нам нужно помнить о необходимости взаимодействовать с ними не только через чувства, но и через созерцание их внешних форм. Если мы будем внимательными, то никогда не смутимся.

16 октября / Слияние

*Положите Солнце в свое сердце.
Положите Луну в свой живот.
Утопите Большой Ковш
Слейтесь с Полярной Звездой.*

В прошлом мы смотрели на свои отношения вертикально: боги были наверху, а люди подчинялись им. Мы ясно видим, что эта точка зрения была отражением феодальных отношений и инфантильных эмоций.

На этом фоне люди Дао заявляют о том, что боги не существуют. Считать это воззрение богохульным значит упускать суть. Люди Дао стремятся обрести цельные отношения с божественностью. Они ищут состояние единства.

Если люди едины с богом, значит между ними нет разделения. А если между ними нет промежутка, тогда они и есть бог, а бог это они сами. Это не означает, что человек способен делать то же, что и боги. Люди достигают состояния бытия и постигают пространство, в котором нет категорий, страхов и неопределенности в отношении божественности.

Поэтому нам порой во время созерцания кажется, будто звезды погрузились в нас. Мы хотим слиться с Дао. По сути, мы становимся Дао, а оно становится нами.

17 октября / Преображение

*Ты обидел меня много лет назад,
Мои раны не затягивались годами.
И вот ты возвратился,
Но я уже не тот, что прежде.*

В прошлом воины поражали соперников в те же точки акупунктуры, которые целители используют для лечения. Один знаменитый воин чуть не погиб в дуэли, в которой его противник нанес ему такие раны. Затем этот воин стал странником и попытался отречься от воинской жизни. Спустя многие годы враг нашел его и снова вызвал на дуэль. Они стали сражаться. Агрессор напал на воина, но тотчас же в изумлении отступил. Воин улыбнулся и сказал: «Я обучался двадцать лет, чтобы устранить свои слабые стороны». Затем он победил агрессора.

Духовность это процесс внутреннего исцеления. Раны прошлого могут стать самыми большими препятствиями для саморазвития, если мы не найдем и не устраним их. Эта задача может потребовать много лет, но мы непременно должны решить ее.

Часто нам наносят раны другие люди, враги. Это тонкий случай. Нашими недругами могут оказаться родители, учителя, любовники, друзья.

Если мы отстранимся от недоброжелателей и преуспеем в своей практике, тогда они не смогут влиять на нас.

18 октября / Движение

*Когда медитация застаивается,
Быстро перемените методы.*

У людей Дао нет одной медитации на всю жизнь. Дао постоянно течет и меняется, то же самое верно в отношении медитации. Это не статичная дисциплина, а прогрессивный путь духовной жизни. У новичков одна медитация, а у опытных практиков – другая. У простых людей простая медитация, а у сложных людей – усложненная.

И не важно, какой вы человек, потому что иногда вы полностью исчерпываете возможности метода. Как бы то ни было, метод – это всего лишь искусственная структура, тогда как подсознание, которым вы пытаетесь управлять, бесконечно и переменчиво. Поэтому, когда метод исчерпан, вы должны воспользоваться другим методом. Иногда нужно перейти на более высокий уровень медитации.

Если вы чувствуете беспокойство, это признак того, что вы еще не достигли полной зрелости на духовном пути. Высшие уровни медитации связаны с абсолютным покоем ума. На этой стадии человек ничего не чувствует и не о чем не беспокоится. Когда медитация застаивается, вам трудно достичь безмолвия. Поэтому вы меняетесь до тех пор, пока однажды беспокойство не уходит естественным образом и не остается лишь безмолвие.

19 октября / *Равновесие*

*Летняя жара выкрасила траву в желтый цвет,
Превратила листья в хрупкую бумагу,
Высушила озера до глиняного дня.
А холодная осень принесла облегчение.
Мягкие дожди размягчили землю.
Иссушенные растения начали растворяться.
Постепенно равновесие восстановилось.*

Во многих культурах есть такое выражение: старик видел много зим. Пожилые люди видели, как сменяют друг друга времена года, их мудрость обязана долгому наблюдению за возникновением и исчезновением жизни.

Если мы дальновидны, то понимаем, что равновесие соответствует развитию природы. Она достигает равновесия, не держась за один уровень. Элементы и времена года сменяют друг друга. Равновесие это не застой, а динамический процесс из многих перемен.

У всего на свете есть свое место. У каждой вещи есть свой сезон. Что бы ни происходило, ради равновесия мы должны постигать новое состояние и учиться гармонизировать с ним. Затем человек достигает возвышенного состояния, которое ничто не может поколебать.

20 октября / Промежуток

*Семь гусей летят стройно над заливом,
Промежутки между ними все время равны,
Все крылья рядом, словно у косяка есть ось.
Сегодня наступил идеальный момент
Между днем вчерашним и завтрашним.*

Каждое утро означает новое начало. Если вчера вы прикладывали к чему-то усилия, но не добились успеха, то сегодня вам дана возможность сделать что-то другое. Если вчера вы побеждали и переживали триумф, тогда сегодня у вас появляется возможность двигаться дальше. Мы слишком часто пробуждаемся, планируем что-то и предполагаем, что мы должны действовать согласно безжизненным предписаниям. Но это не так. Если мы найдем то, что каждый день уникально, тогда в наших поступках возникнет свежесть и полное довольство.

Гуси держат друг с другом совершенную дистанцию для того, чтобы поддерживать динамическое равновесие. Точно так же и нам следует гармонизировать с интервалами между событиями дня. Если мы уподобимся гусям, то будем пребывать в полном согласии с Дао.

Сегодня это пауза между днем вчерашним и завтрашним. То, что вы начали вчера, сегодня можно продолжить или прервать. То, что вы планируете на завтрашний день, можно начать или разрушить сегодня. Каждое утро это новый день. Если мы будем соблюдать этот простой принцип, тогда нам не нужно будет изучать Дао.

21 октября / Сидение

*Сошка сидит на солнце.
Собака сидит на траве.
Черепаша сидит на камне.
Лягушка сидит на кувшинке.
Почему люди не могут быть умными?*

Люди Дао любят указывать на мудрость животных. Когда они видят кошку, которая неподвижно сидит на солнце, или черепаху, которая тянет голову вверх, то говорят, что эти животные медитируют. Они умеют быть неподвижными и сохранять внутреннюю энергию. И они не распыляют свои силы на бесполезную деятельность, а собираются в единое целое, чтобы перезарядить свои батареи.

Люди считают медитацию неким религиозным обрядом, но это не так. Нечто вроде медитации возникает, когда мы спим или погружены в чтение книги, или грезим наяву и теряемся в мыслях и образах. Тогда мы не замечаем, что творится вокруг нас.

И не нужно считать медитацию чем-то необычным. Напротив, медитация это самое чистое и естественное выражение того, что у нас есть. Когда вы смотрите на сидящую кошку или собаку и восхищаетесь естественностью их поведения, задумайтесь о своей жизни. Не медитируйте из-за того, что так задумали в своих планах, или оттого, что этого требует от вас некая философия. Медитируйте, потому что это естественно.

22 октября / *Варианты решения*

*Не бойтесь исследовать,
Ведь без исследований нет открытий.
Не бойтесь частичных решений,
Ведь без проб нет достижений.*

Нерешительность, промедление – дурная привычка. Люди, которые ждут, что все будет совершенным прежде, чем они начнут работать, или которым не нравится компромисс, очень несчастны. Идеальные обстоятельства выпадают нам редко. В каждой ситуации есть неопределенность. Мудры те люди, которые получают пользу от обстоятельств, неясные всем остальным.

Если вы хотите, чтобы все в жизни было совершенным прежде, чем вы совершите поступок, то все равно как хотите достичь конечной точки пути, не странствуя. Для людей Дао сам путь столь же важен, как и его конечная точка. Шаг за шагом – вот мудрость Дао.

Если вы невнимательны, тогда годы промчатся, и вам останется лишь сожалеть об упущенном времени. Если вы ждете, что все будет совершенным согласно вашим планам, тогда вы можете ждать вечно. Если вы работаете вместе с потоком жизни, то обнаружите, что успех приходит благодаря малым достижениям.

23 октября / Рост

*Вращающиеся дверные петли не заржавеют.
Текущая вода никогда не станет тухлой.*

Даже в осень своей жизни вы не можете отказаться от развития. А если откажетесь, то лишь приблизите закат жизни.

Все различные стороны человека (тело, ум и дух) обладают одним интересным качеством: если перестать их тренировать, они перестают развиваться. Поэтому не важно, каких высот вы достигли и сколько вам лет, все равно вы должны постоянно тренировать все свои части.

Мы растем, только когда встречаем вызовы. Мышцы не развиваются без сопротивления. Умственные способности не оттачиваются без критического мышления. Дух не парит, если его не воспитывать. Для того чтобы постоянно обращаться к новым вещам, нужно прикладывать большие усилия, но если вы не станете делать это, то быстро упадете со своих высот.

Мы не можем повернуть вспять процесс старения, но можем замедлить его. Если в нас будет кипеть жизнь, мы не будем сильно переживать из-за старения. Несмотря на то, что старение – естественное явление, иногда практика Дао означает больше, чем идти по пути наименьшего сопротивления. Ради чего соскальзывать в старость, болезни и слабоумие? Бросать вызовы себе это трудный, но действенный путь. Иногда Дао выбирает трудность, а не легкость.

24 октября / Квинтэссенция

*Какая разница между монахом и мужем?
Какая разница между священником и мирянином?
Я признаю, что этот мир полон страданий.
И я радуюсь счастью, когда оно приходит ко мне.
До тех пор пока я буду пребывать с Дао,
Категории будут для меня излишни.*

Духовный человек не должен чувствовать самодовольство. У него столько же возможности достичь просветления, сколько и у обычного человека. Мирянин не должен смотреть свысока на духовно устремленного человека, ведь обыденная жизнь так полна смущений, что нелегко найти духовность. Честно говоря, ни религиозность, ни светскость не станут решающим фактором в деле поиска Дао. Личность лишь определяет путь.

Я стремлюсь жить духовно, потому что так я чувствую полное удовлетворение, а не из страха перед адом, невежеством или страданием.

У жизни есть свои грустные и радостные моменты. Я принимаю все их. В жизни случается пора отчаяния и абсолютной безмятежности. Я ищу именно такие моменты. Они указывают мне путь, по которому в существование приходит великое множество явлений. Я не сравниваю себя с аскетами и священниками. Пусть они живут, как хотят. Я же наслаждаюсь собственной жизнью.

25 октября / Стадии

*До тех пор пока вы не станете набожными,
Вы не сможете приступить к Дао.
До тех пор пока вы не переступите правила,
Вы не сможете найти средину.
До тех пор пока вы не станете творческим,
Вы не сможете обрести Дао.
До тех пор пока дорога не будет вечно
Устремляться вперед,
Вы не будете ступать по подлинному Дао.*

Когда люди вступают на духовный путь, им не терпится выучить правила. Это понятно и даже необходимо. Нам часто нужны строгие правила для того, чтобы сохранять правильное поведение.

Но догматизм – не духовность. Иногда необходимо нарушать правила. Задача заключается в том, чтобы научиться идти против доктрины, чтобы реализовать сам дух доктрины. Лишь в этой точке человек становится зрелым человеком Дао.

Следующая стадия – абсолютное творчество. У вас такая совершенная доктрина, что вам не нужно думать о ней, и все равно все ваши поступки будут спонтанно правильными. Некоторые последующие стадии не записаны, но вы должны сами изучать их.

Люди Дао осознают, что все мы проходим стадии развития. Многие люди оставляют свою духовную общину, когда перерастают ее. Путь Дао так организован, что никто не сможет перерасти его. Вы можете перерасти определенную стадию, но вы тотчас же вступаете на следующую стадию. Таким образом, путь Дао всегда полон жизни.

26 октября / Существование

*Туман уподобляет мир туманной картине.
Даже ближайшие деревья мы видим с трудом.
Но одинокая ворона не перестанет кричать,
Ведь она отказывается быть в этом сновиде-
нии.*

Мудрецы постоянно говорят нам о том, что этот мир есть не что иное, как сон. Когда человек пробуждается туманным утром, серая дымка затягивает горы, долины, деревья и дома. В такой момент мы готовы согласиться с мудрецами.

Мир есть сновидение, из которого нет выхода. А в этом сне кричит ворона. Когда все замерзло в мрачном предрассветном тумане, эта птица продолжает кричать. Возможно, она осознает этот же сон и протестует.

Древние считали внешнюю реальность нереальной. Но есть и внутренняя реальность. Некоторые люди неохотно принимают условия этого существования. У нас есть зрячие глаза, но у нас также есть голос, чтобы опровергнуть экзистенциональное заблуждение.

27 октября / Выправление

*Отклонение даже на толщину волоса от центра
Ведет к ошибке диаметром в сотни миль.*

*Если усилие невелико,
Зачем медлить с выправлением ситуации?*

Многие люди стремятся постичь Дао. Они искренне берут уроки музыки, читают священные писания, изучают иностранные языки, изучают правильное питание, меняют одежду и посещают храмы – и все это в надежде достичь Дао. К сожалению, они промахиваются на толщину волоса. Для пробуждения к Дао нужна прямая передача. Это удивительно, но таков единственный способ пережить знание о Дао.

Книжные знания дают вам глубокие теоретические сведения, но подлинное понимание Дао передается от одного человека к другому, и другого способа нет.

Итак, если у вас есть подлинное понимание Дао, значит вы получили его от кого-то. Если вы встретите того, кто нуждается в этой искре, и если вы можете помочь ему, то так и сделайте. Не будьте эгоистом. Многие люди хотят получить наставления, но им они недоступны. Если вы можете изменить жизнь даже одного человека, то окажете ему огромную услугу.

28 октября / Единство

*Разрушив стены, я окружу себя садом
Если я разрушу дамбу, меня поглотит вода.
Медитация не должна отделяться от жизни.*

Практика Дао призвана устранить все различия между человеком и внешним миром. Лишь для своего удобства мы внутри и вовне вещей клеим ярлыки, субъективные и объективные. На самом деле, только на первых стадиях мы должны говорить о практике Дао. Для подлинного просветления мы должны понять не то, что нам следует практиковать Дао, а то, что мы сами и есть Дао.

Это понимание приходит после устранения ошибочного представления о том, что жизни присуще нечто изначальное, что отделяет нас от Дао. Когда стена разрушена, мы поглощены Дао. Мы и есть Дао.

Мы продолжаем медитировать, поняв эту истину? Да, но наша деятельность уже не изолирована. Она представляет собой часть жизни, естественную как дыхание. Если вы понимаете, что между вами и Дао нет различия, как и между медитацией и «обычной» деятельностью, тогда вы уверенно ступаете по пути, чтобы слиться с Дао воедино.

29 октября / Зрелость

*Бессмертие не порождает мудрость.
Только смертность порождает зрелость.*

В этом мире некоторые люди получили огромный опыт странствий на протяжении нескольких жизней. Эти люди могут дать нам самое доступное понимание бессмертия. И все же некоторые из них безнадежно незрелые. Как бы то ни было, когда жизнь для них становилась слишком трудной, они переходили на новый путь, и на их счастье новый путь всегда был изобильным. К сожалению, зрелость приходит только перед угрозой смерти. Успех приходит только перед угрозой неудачи. Без этого давления мы никогда не стали бы планировать, набираться мудрости. Мы понимаем, что у нас очень мало времени для того, чтобы чего-то достичь, доказать ценность нашего существования, поэтому мы работаем еще активнее. Бессмертные люди никогда не достигнут такого понимания.

Хорошо бы нашим религиозным традициям дать нам постоянный путь на всю жизнь. Мы живем наобум: наша жизнь причудливо сплетена из ошибок и успехов. Религия не всегда позволяет нам осмыслить свою жизнь. Мы должны как можно яснее понимать свой путь.

К развитию нас побуждает смерть. Мы боимся потерпеть неудачу. Мы должны примиряться с этим загадочным, а порой и враждебным миром. Бессмертным людям не нужно думать об этом. Но смертные люди должны доказать себе, что они живут не зря.

30 октября / Старение

*Туман и снег скрывают мир.
Голые деревья покрыты инеем.
Влюбленные смеются у каменного памятника.
Но за его оградой
Женщина в плаще поет погребальную песню.
Старость одинока.
Мне часто снятся люди, которых я похоронил.*

Юноши и девушки, вы когда-нибудь задумывались о старости? А если задумывались, тогда вы должны еще выше ценить свою молодость. Старики, вы когда-нибудь задумывались о прошлом? Разумеется, задумывались. Вы думаете о том, правильно ли вы жили.

До чего же иронична жизнь! В молодости мы не понимаем грусть старости. А в старости мы уже не можем повернуть время вспять. Когда мы полны жизненных сил, нам недостает мудрости. А когда мы приобретаем мудрость, судьба делает нас слишком слабыми.

Я знаю об этом. Секрет Дао заключается в том, чтобы научиться благородно переживать старость. Да, я знаю об этом. Но разве я уже не могу размышлять о мучительности старости?

Стать человеком в полном смысле этого слова значит познать старение.

31 октября / Прорицание

Как прорицание может Выйти за пределы воображения?

Вы осматриваете свою жизнь. Возможно, вы мечтаете влюбиться. Может быть, вы хотите куда-то переехать, чтобы начать новую карьеру. Вы взвешиваете все «за» и «против», размышляя о том, делать ли вам этот шаг.

Люди традиционно обращаются к прорицателям. Но разве прорицание поможет вам? «Потусторонние» силы в самом деле вселят в вас уверенность? Если вы зависите от прорицателей, значит перестаете управлять собственной жизнью. Так вы бежите от ответственности, ведь вы можете сказать, что сама судьба не благоволила вам.

В жизни очень важно воображение. Без него нас уже не назовешь людьми. Для того чтобы развить воображение, нам нужна решительность и способность управлять своей жизнью. До тех пор пока мы не приобретем эти два качества, мы не сможем развить ничего нового в своей жизни. Мы не должны отказываться от своего права решать, как мы будем жить. Мы должны исследовать каждую новую возможность, которая выпадает нам. И мы должны жить мудро и воспитывать свой добродетельный характер.

1 ноября / *Бытие*

Медитация это абсолютное состояние бытия.

Многие люди не понимают медитацию, поэтому они отвергают ее. Даже те люди, которые признают медитацию, иногда недопонимают ее. Одни считают ее расслабляющим упражнением, другие – просто религиозным обрядом. Даже тот факт, что слово «медитация» во многих языках заимствованно, указывает на то, что она представляет собой нечто странное.

Медитация это состояние бытия. Трудно объяснить людям, что медитация это действие, которое спонтанно происходит на всех уровнях жизни человека. Например, рассмотрим установку «созерцайте свой пупок». Если вы будете выполнять эту установку, у вас улучшится пищеварение, будет более полное опорожнение кишечника, усилится сексуальное желание и одновременно способность контролировать его, ускорится циркуляция крови, усилится аппетит, вы станете более уравновешенными и спокойными, постигнете глубокие духовные истины и полностью погрузитесь в блаженное состояние бытия.

Людям трудно признать, что одна единственная деятельность может как улучшить работу пищеварительной системы, так и дать духовное блаженство. Но до тех пор пока медитация будет оставаться чем-то необычным, вряд ли стоит ждать, что она займет в жизни людей почетное место.

2 ноября / Триумф

*Учитесь, чтобы начать
Победите, чтобы завершить.
Отрекитесь, чтобы уйти.*

Какова анатомия любой фазы жизни? Сначала наступает стадия обучения, борьба за мастерство. Затем наступает фаза испытания себя в соревновании. И наконец, вы благородно уходите с поля, поскольку постоянное соревнование – не вечный путь жизни.

Соревнование это всегда большая трудность. Для вас это в самом деле вызов, чтобы вы усовершенствовали себя в полной мере. Воспитывать искусность, не используя его, это все равно как изучать иностранный язык, но никогда не покидать свой дом. Если мы думаем о победе в смысле господства над другими, то развиваем опасный эгоизм. Возможно, победу считают достижением. Например, если вы учитесь плавать, то побеждаете свое невежество и лень. Если вы выходите на борцовский ковер и побеждаете, то берете верх не над другими, а просто совершенствуете себя. Другие участники соревнования вторичны, гораздо важнее для вас знать, где вы находитесь, укрепить свое положение и стремиться к следующим достижениям. Вот подлинный триумф.

Триумф придает душе силу. Но триумф как самоцель портит душу. Если вы достигли вершины, то отрекитесь от соревнования. И начните новое дело. Таков секрет перехода от одной фазы жизни к другой.

3 ноября / Кувшинка

*Дремлющая луковица падает в воду.
Зеленые ростки своим ростом обязаны корням.*

Луковица кувшинки – центр будущего растения. Она содержит в себе все, что нужно для роста. Когда она окажется на воде, то первым делом пустит в глубину множество белых корней. А затем она начнет отращивать красивые зеленые ростки. То же самое верно в отношении жизни. Для того чтобы стать красивыми, нам нужно пустить глубокие корни.

Большинство людей могут признать, что любой человек нуждается в крепком жизненном основании, и все же мы говорим о более литературном толковании. Люди Дао верят в медитацию на всех телесных центрах. Неправильно думать, что духовность ориентирована лишь на мозг. Напротив, необходимо установить глубокую связь с самой своей энергией, которая возникает во всех частях тела. Человек должен общаться со своей сексуальной энергией, которая берет начало в пояснице. Он должен осознавать свои ноги, чтобы стать более уравновешенным. То, что внизу, важно для того, что наверху. Низкая сфера – источник огромной энергии.

Итак, во время медитации сосредоточивайтесь на всех частях тела и ума. Когда вы идете по улице, осознавайте свои ноги. Когда вы что-то делаете, убедитесь в том, что вы прочно соединены с другими. Так вы реализуете все свои способности.

4 ноября / Душа

Музыка потрясла меня до глубины души.

Почему люди полагают, что о душе трудно рассуждать? Они говорят, что душу сложно распознать, и верят в то, что духовность нелегко постичь в обычной жизни. Но мы все время говорим о душе: «Эта картина что-то затронула в моей душе», «У меня с души упал камень», «В этом месте особый дух». Все это указывает на то, что мы, пусть и интуитивно, все-таки ощущаем такое явление, как душа.

Даже те люди, которые не считают себя духовными, все же переживали нечто, связанное с душой. Нам известно о том, что это нечто очень тонкое, особое, трансцендентное, не поддающееся физическим законам. Мы говорим: «Музыка потрясла меня до глубины души».

Подвержена ли ваша душа осуждению, благословению, перерождению? Может быть это наша самая глубокая и самая тонкая человечность? Возможно это сознание, которое может осознавать, чувствовать? Душа мягкая, а не агрессивная? Она не расчетливая, не честолюбивая, не злая? Душа – часть нашей обычной жизни.

5 ноября / Современность

*Почему йоги в наше время умирают?
Почему больше нет бессмертных людей?
Что случилось со всеми волшебниками?
Почему ангелы не прилетают на землю?*

В одной книге, посвященной современным йогам, сообщалось, что ее автор умер в такой-то день. Это противоречит священным писаниям, которые говорят, что дата смерти святых людей неизвестна, что йога увидели последующие поколения, что он даже воскрес!

В наше время все святые люди умирают. Никто не считает их святыми, и сверхъестественные явления больше никого не интересуют. Почему? Потому что люди уже не верят в такие вещи.

Если мы признаем, что в наше время уже нет мистики, то сохраним ли мы духовность? На самом деле, мы можем стать даже еще более духовными, чем прежде. Мы освободились от представления о том, что духовность это нечто необычное, доступное лишь бессмертным йогам. Теперь мы понимаем, что сами можем стать духовными. Высшие уровни понимания изначально доступны каждому человеку. Если мы ищем истину, то обязательно найдем ее. Возможно, мы не будем жить вечно, но мы сможем понять, что означали поступки святых людей прошлого.

6 ноября / Дружба

*По-настоящему связанные люди
Не нуждаются в посредниках.
Когда они снова встречаются спустя много лет,
Их дружба остается такой же настоящей.*

В далеком прошлом жил один молодой богатый чиновник. Его послали в другую страну с дипломатической миссией. Ночью он остановился у реки и вдруг слышал чарующие звуки лютни. Он сам был страстным музыкантом, поэтому взял свою лютню и нашел пастуха, сидящего среди развалин старого дома. В те времена аристократ не общался с простолюдином, но этих людей подружила музыка. Их игра была такой же ровной и естественной, как речной поток.

Раз в год они встречались и играли на лютнях. У них была возможность в остальное время года музицировать с другими людьми, но каждый из них заявлял, что нашел настоящего партнера.

Посол много лет старался вызволить простолюдина из бедности, но тот всякий раз отказывался от его предложений. Он не хотел портить их дружбу деньгами.

Спустя много лет аристократ в очередной раз поехал к развалинам, но его друга не было там. Кто-то сказал ему, что пастух умер от голода. Посол от такой вести впал в отчаяние. Он был богат, но не смог спасти друга. В горести посол сломал свою лютню. «Для кого я буду играть, если умер мой друг?» – воскликнул он.

7 ноября / Мелочи

*Возможно, вы способны на великие поступки,
Но жизнь состоит из мелочей.*

Редко выпадает возможность для великих поступков. Помимо грандиозного нужно знать еще и мало-значимое. Возможно, все мы стремимся к высшим достижениям, чтобы стать героями, но жизнь редко дает нам такую возможность. В основном наши дни состоят из мелочей (банальных медитаций, обычной еды, безыскусных поездок на работу, рутинной уборки в саду), и именно из этих мелочей состоят более значительные события.

У нас редко бывает возможность совершить великий поступок. Величайший момент для гимнаста длится всего лишь один час из всей его жизни. Работы великих художников смотрят непродолжительное время. Лучшее произведение искусного музыканта есть не что иное, как пригоршня звуков в бездонном океане нот. Если мы хотим достичь успеха, то должны обратить внимание на мелочи жизни.

Нам не следует попадать в ловушку, ожидая великие события, позволяя бесчисленным возможностям проходить мимо нас. Люди, которые так поступают, всегда требуют от жизни совершенства. Они жалуются на то, что судьба не благоволит к ним, что мир не признает их величие. Если бы они опустили глаза, то увидели бы у своих ног прекрасные возможности. Если бы они смирились и склонились, то смогли бы поднять лежащие внизу сокровища.

8 ноября / Смелость

*Тот, кто хочет взять в свои руки свою жизнь,
Без смущения возьмет и чужие жизни.*

Однажды в горах странствовали два друга. Один был поэтом, а другой чиновником. Они забрели в глубокое ущелье, на дне которого ревел речной поток. Два берега соединял хрупкий подвесной мостик.

«Давай спустимся и напишем свои имена на скалах другого берега», – предложил чиновник. Поэт отказался. Тогда чиновник в одиночестве смело взошел на мост, перебрался на другой берег и написал на камне красивые иероглифы своего имени. Затем он возвратился к другу.

«Когда-нибудь ты убьешь человека», – предрек поэт.

«Почему ты так говоришь?» – удивился чиновник.

Тот, кто хочет взять в свои руки собственную жизнь, без смущения возьмет и чужие жизни», – объяснил поэт.

Остерегайтесь смельчаков. Возможно, кто-то и в самом деле герой, но такой человек не постесняется подвергнуть опасности жизнь другого человека. Когда на смельчака нападают, он отважно бросается на обидчика. В своем грубом порыве он не осознает тонкие сферы бытия. Жизнь не проста, для ее постижения нужно долго учиться. Возможно, именно поэтому юноши отважны, а старики мудры.

9 ноября / Хамелеон

*Если я не хочу, чтобы меня знали,
То меня никто не сможет узнать.
Лучший актер может отделить роль от себя.
Лучший враль может отделить истину от
фальши.*

Людям кажется, будто они знают вас. Скоро вы начинаете играть навязанную вам роль. Но с какой стати вам вести себя так, чтобы угодить кому-то? Вам следует поступать из своей внутренней осознанности, на основе собственных чувств. Если вы не гармонируете со стадом, это еще лучше.

Мудрецы говорят, что вся жизнь иллюзорна. Путь Дао заключается в том, чтобы использовать этот факт и не позволять жизни подавлять вас. Если вы хотите избегать людей, тогда спрячьтесь за одну из великого множества иллюзий в этом мире. Если вы никогда ни утверждаете, ни отрицаете, тогда люди не смогут составить о вас мнение и оставят вас в покое.

Настоящие мудрецы никогда не принимают четкий вид. И их не вводит в заблуждение внешность. Они знают, что для того чтобы достичь истины, необходимо погрузиться в самую суть.

Итак, если вы хотите прятаться от людей, то укройтесь за ложной внешностью жизни. Если вы хотите познать себя, тогда определяйте ложь в жизни. И все же не отказывайтесь от иллюзорной природы жизни. Используйте ее. Все в этой жизни может способствовать воспитанию мудрости.

10 ноября / Парящий полет

Много лет я практиковал ритуал.

Теперь он мертв.

Много лет я практиковал медитацию.

Теперь она безжизненна.

Остается лишь парящий полет

Летающего змея над океаном.

Когда человек достигает духовной зрелости, он уже не нуждается в ритуальной, формальной медитации. Это не значит, что рутинное занятие никчемно, но когда человек достигает уровня, на котором он полностью усваивает уроки формальной медитации, он может легко импровизировать.

В духовности человек может летать, свободный от обычных ограничений. Представьте себе, что вы стоите на высоком утесе и смотрите на океан. Постепенно ваше тело вытягивается как летающий змей. Вы взлетаете, и перед вами открывается безграничная широта океана и неба. Вы парите словно летающий змей. Это и есть духовная свобода.

Скоро осень перейдет в зиму. У духовных практик есть свои времена года: когда вы впервые изучаете их, они волшебные. Затем они приносят урожай и увядают. Потом приходит новая весна. Учитывайте времена года до тех пор, пока не уподобитесь парящему в небе дракону.

11 ноября / *Радость*

*Ваши духовные практики приносят
вам счастье?*

Похожа ли ваша жизнь на радостную песню?

Во всех разговорах о духовных практиках присутствует один простой факт. Вы должны любить практику. Она должна делать вас счастливым. К сожалению, к духовности примешивается много горечи, вины и страха. Почему мы не можем жить просто для радости?

Практика духовности – не нудная работа. Ее не следует выполнять из страха. Она не для того, чтобы вы вписались в какую-то общественную группу. Она не имеет никакого отношения к общественному положению. Вы преданны святости для радости. Когда вы садитесь на коврик и начинаете медитировать, на ваших губах должна светиться улыбка, радость должна наполнять все ваше существо. Вы идете в храм и служите там не по привычке, а для того, чтобы научиться восхищаться своими богами и радоваться тому, что вы живете на этой планете.

Да, в существовании много горестей. Несчастье составляет часть обширного поля отрицательности. Но у жизни есть и положительные стороны, и духовность – ее лучшая сторона. Итак, мы должны практиковать духовность просто для радости.

12 ноября / Отдых

*Приближается конец года,
Я чувствую огромное облегчение.
Завершение означает отдых.
Отдых означает обновление.
Обновление означает новые начинания.*

Упорство – прекрасная добродетель, но его нельзя практиковать бесконечно долго. Упорство не означает, что вы занимаетесь сизифовым трудом. Оно означает начинание, срединную стадию и окончание, а затем новое начинание. Мы приближаемся к концу года.

Хорошо предвкушать окончание дел. Теперь мы сможем широким взглядом охватить перспективу и создать трамплин для новых свершений. Когда дела заканчиваются, в идеале это должно означать достижение наших целей. Мы должны все дела начинать с ясной целью в голове, иначе в нашей жизни не будет направления движения. Достигнув цели, мы должны радоваться и отдыхать. Нам нужно время для того, чтобы наш ум постиг всю важность свершений. Благодаря отдыху мы обновляемся и строим свой характер, поэтому наше будущее становится более определенным.

13 ноября / Пловец

*Хотя жизнь это сновидение,
Действуйте так, словно она реальна.
Живите легко и просто.*

Возможно, вы понимаете, что жизнь есть не что иное, как сон, и все же это не освобождает вас от ответственности. Может быть, не вы навеяли это сновидение, но вы все равно должны погрузиться в него и действовать в рамках данной фантазии. Вы должны стать продюсером, режиссером и актером спектакля. В противном случае вы будете плыть по воле волн.

Медитация призвана пробудить вас. Немногие люди освоили искусство пребывать в постоянной медитации. Поэтому мы пробуждаемся и грезим, пробуждаемся и грезим. Мгновения просветления подобны моментам, когда пловцы выныривают, чтобы глотнуть воздуха. Они оживляют себя, а затем снова погружаются в воду. Все мы плаваем в океане печали до тех пор, пока не освободимся.

Главная трудность духовности заключается в расколе между подлинным пониманием и горестями обыденной жизни. Наша просветленность сталкивается с внешней нечистотой. Поэтому некоторые новички отчуждаются от общества. Когда же человек получает настоящее духовное озарение, он обходится без этого раскола. Духовные люди могут жить в этом мире, но не позволять ему затрагивать их. Вот самые искусные пловцы.

14 ноября / Пение

*Идет дождь, радостно поют птицы.
Они открывают клювы
И ловят небесный нектар.
Они гармонируют с каплями дождя.*

Вся природа представляет собой песню. Иногда эта песня становится ключом, ее тонкие тона пробуждают душу, волнуют сердце. Сегодня она радостная, полная богатых мелодий, а завтра мы слышим странные, диссонансные ноты.

Каждый человек должен сам решать, как ему петь свою песню жизни. Гармонируем ли мы с жизнью? Может быть, мы намерено выбираем диссонансные ноты?

Возможно, ученик, который впервые встретился с Дао, стремится гармонизировать с ним, но этого мало. Дао дает нам основу, самые широкие возможности. И мы сами решаем, жить с ним в согласии или противостоять ему. Не считайте Дао потоком, в котором мы безвольно плаваем словно безжизненные бревна.

Нет, давайте уподобимся птицам, которые поют, когда Дао изливается на них дождем, которые знают, что делать, когда наступает зима. Птицы летают в небе по своим уникальным путям.

15 ноября / Поддержка

*Золотой карп
Живет подо льдом.
Он не думает о мире, что над ним,
И обретает поддержку
В воде, что под ним.*

Осенние дни становятся все более холодными, пруды начинают затягиваться льдом. Вода становится глубокой, темной и таинственной, но в этих глубинах рыба может пережить наступающую зиму.

Человек может постичь Дао точно так же, как рыба – окружающую воду. Мое Дао отличается от вашего Дао. Мы рождаемся, наделенные индивидуальностью, с разным жизненным опытом и мышлением. Когда Дао входит в нас, оно окрашивается в цвета нашей внутренней личности. Когда оно выходит из нас, то возвращается в свою универсальную природу. Этот процесс постоянен, словно вода, которая проходит через жабры рыбы. Вода питает рыбу – точно так же Дао питает и поддерживает нас. Если мы будем едины с Дао, то уподобимся карпу в пруду. Если же мы отделимся от Дао, то будем беспомощными, как рыба, бьющаяся на берегу.

16 ноября / Бедность

*Бамбуковые палочки для еды скромны,
Они не могут быть серебряными.
Люди готовят на обед бамбук,
Они слишком бедны
И не могут позволить себе мясо.*

Почему старики так тесно сживаются со своим окружением? Потому что предметы, которыми они пользовались, еда, которую они ели, деятельность, которой они занимались – все это составляло их мир, их окружение. Они применяли бамбуковые палочки для еды. Они пользовались виноградной лозой для плетения корзин. Из тыквы они делали бутылки для хранения воды. Ради пропитания они выращивали растения, ухаживали за животными, охотились и ловили рыбу. Их общественная структура строилась с учетом циклов солнца, луны и звезд. Младенцев купали в ближайшей реке. Мертвецов хоронили в той же земле, которая давала еду.

В наше время еду привозят из далеких краев, в виде полуфабрикатов. Мы не имеем никакого понятия о том, откуда появились продукты, которые мы купили. Нам кажется, что главное – удобство и быстрота приготовления еды. Так мы подрываем свое здоровье.

Поэтому хорошо быть простым, скромным человеком. Когда человек беден, он принужден есть то, что достал. Чем ближе мы к земле, к природе, тем больше в нас цельности. Люди Дао никогда не жалуются на то, что они отделены от жизни, потому что они не могут отделиться от нее. Каждый поступок удерживает их в гармоничном единстве с Дао.

17 ноября / Самодостаточность

Будьте самодостаточными, но не отчужденными.

После того как император Китая закрыл границы,

Начались столетия застоя и упадка.

Вся философия Дао учит самодостаточности. Человек должен уметь самостоятельно добиваться всех своих целей. Когда он попадает в дикую местность или в общество, в котором нужно придерживаться этикета, он должен вести себя со спокойным достоинством.

Самодостаточность это не то же самое, что и отчужденность. Это очень важный момент. Когда император Китая закрыл границы, его стране хватило самодостаточности для того, чтобы наслаждаться жизнью в изоляции. Но постепенно китайцы стали переживать застой и упадок.

Такие же трудности могут возникнуть у тех людей, которые из-за своей самодостаточности не могут постичь всю полноту жизни. Люди Дао странствуют по миру. На какое-то время они отделяются от других людей и становятся в полной мере самодостаточными, но они не все время изолированы от общества. Они текут вместе с Дао, пребывают со всем сущим, поэтому не переживают упадок.

18 ноября / Упадок

*Вот идет наложница, одетая в
роскошные шелка,
Мягко покачивая округлыми бедрами.
Она оглядывает лотосы через пенсне.
На ее неподвижном веере застыла стрекоза.*

Как вам узнать, когда в вашей жизни наступит период упадка?

Разумеется, когда сила формы превышает силу вещества. Когда этикет, мораль становится более важным, чем понимание и добродетель. Когда процедура становится более важной, чем творчество. Когда удовлетворение своей похоти становится более важным, чем щедрость. Когда патриотизм становится более важным, чем мудрое управление и просвещенное обращение с другими народами. Когда сам акт поедания пищи становится более важным, чем питательные вещества. Когда шоу становится более важным, чем помощь сирым и убогим. Когда собственный комфорт становится более важным, чем страдание любимых людей. Когда честолюбие становится более важным, чем благожелательность. Когда престиж становится более важным, чем милосердие.

Когда вы чувствуете, что происходит что-то подобное тому, что я перечислил, знайте, что в вашей жизни может наступить период упадка.

19 ноября / *Интенсивность*

*Дао удивительным образом бесцветное,
И все же оно интенсивно.
Оно охватывает вас как приливная волна.*

Старые книги описывают Дао как нечто удивительным образом бесцветное. Что они имеют в виду? Если боги являются вспышками ослепительного света, если разверзается огненная преисподня, тогда почему Дао, которое превыше всего, удивительным образом бесцветное?

Описание бесцветности обязано тому, что Дао пребывает за пределами всех описаний. Когда вы будете переживать Дао, то поймете, что вас охватило нечто совершенно правильное. Но вы не сможете описать свое переживание. На самом деле, чем старательнее мы беремся описывать Дао, тем активнее оно ускользает от нас. Парадоксально, но факт: нечто бесцветное может быть всеобъемлющим.

Вы когда-нибудь играли в соревновательные виды спорта – например, в футбол? Вам казалось, что в пылу борьбы вы не прикладываете усилия, а действуете спонтанно, в составе целого? Это проблеск Дао. Вы пытались описать свой опыт, но у вас ничего не получалось. В другой раз вы, играя в футбол, пытались повторить свое переживание, но все тщетно. Позднее вы понимали, что это мощное переживание, которое помогло вам обыграть соперников, было самим Дао.

20 ноября / Мозаика

*Кафель из жадеита и лазурита,
Художник выкладывает фрески:*

Один сантиметр за раз.

*Каждая частица сама по себе драгоценна,
А вместе они составляют бесценное целое.*

Недалеко от дома, в котором я вырос, жил художник по мозаике. Заказы приходили к нему из всех стран мира. Он также совместно с другими художниками ваял скульптуры. В его ящиках были стеклянные пластины самых разных цветов и форм. Там были красные, синие и желтые пластины. Были в ящиках и глиняные пластины. Отдельные пластины этот художник покрывал золотом и серебром, они роскошно сияли на солнце.

Бог может пребывать в подробностях, но очень важно познать большую картину. Именно в этом моменте так важен пример художника по керамике. Он знал, как должна выглядеть вся картина, и все же ему доставало внимания сосредоточиваться на самых малых деталях. Если вы последуете его примеру, то никогда не будете знать нужду. И вы не потеряете из виду отношения между микрокосмосом и макрокосмосом.

21 ноября / Партнер

*Страсть есть не что иное, как прелюдия
К годам постепенного раскрытия.*

Некоторые люди цепляются за жизнь. Может быть, их любовные романы начинаются с эротической фантазии. В конечном итоге страсть уступает место крепкой дружбе. Не все пары проходят этот период безболезненно. Верные возлюбленные понимают, что незначительные недостатки можно принять и простить.

Зрелая любовь терпелива, бескорыстна, щедра и добра. Для такого человека его любимая становится более важной, чем он сам. В любви мы обретаем цельность, которую невозможно обрести в одиночестве.

Многие мудрецы против романтической любви. Может быть, они никогда не любили или пережили горькое разочарование? Нужно хорошо изучить себя. Если вы предназначены для любви, вы почувствуете это.

В конечном итоге другой человек божественен. С помощью любви можно познать красоту цельности. Без женщины мужчина вял и бесцветен. Без мужчины женщина обладает огромным потенциалом, который не реализуется из-за отсутствия катализатора. Соединяясь, мы обретаем бескорыстие, чистоту, божественность.

22 ноября / Мистицизм

*Все мистические традиции едины.
Они есть семена всех религий.*

Дзен, тантра, каббала, суфизм, мистическое христианство, шаманизм – в мире много религий. Все они мистическим образом общаются с божественностью. Медитация знакома каждой культуре.

Все культуры знают мистическую суть, которую адепт осознает во время медитации, соединяясь с великим космосом. Я называю это великим порядком Дао. Каждая культура дает этому понятию собственное название. Какая разница, как люди называют его? Когда они открывают для себя святость, то называют ее согласно своей истории и культуре, но они всякий раз открывают одно и то же. У жизни есть один божественный источник.

На протяжении многих поколений мистики всех традиций погружались в Дао. Когда они встречаются на невыразимых уровнях, то понимают без слов, что достигли единой сути духовности. И не важно, в какой части мира вы живете, все равно чистые традиции непременно приведут вас к Дао.

23 ноября / Бесцветность

*Какая разница между эротикой и духовностью?
Храмы и любовники одинаково многоцветны.*

Какая разница между эротикой и духовностью? Оба эти явления дают экстаз, помогают выйти за пределы «я». Оба они подвержены влиянию извращений, похоти, садизма, одержимости и безумия. Эротика и духовность – два самых сильных побудителей человечества.

Как и эротика, духовность означает глубокую вовлеченность в многообразие и многоцветность мира. Но есть и более высокий порядок, и в этом состоянии человек есть сама святость. Тогда для вас уже ничего не значат краски мира. Мирские удовольствия уже ничего не значат для вас, как и аскетические удовольствия. Ослепительный свет освободит вас от всякой одержимости, только когда вы войдете в чистое, бесцветное состояние.

Медитация изменяет ваше сознание. А затем ваше новое сознание окрашивает ваше мировосприятие. Нет такого понятия, как объективная реальность. Вы сами окрашиваете все на свете. Если вы хотите достичь высшего состояния бытия, тогда развивайте бесцветное сознание.

24 ноября / Присутствие

*Громоотвод на вершине горы
Притягивает молнию
Одним лишь своим присутствием.
Точно так же, мы должны работать,
Чтобы достичь духовного совершенства.*

Если мы хотим общаться с небесными силами, тогда нам нужно достичь надлежащей духовной высоты. Тогда небеса сами выйдут к нам навстречу как молния, которая притягивается к громоотводу. Усилия следует прикладывать лишь в начале, очищая черты своего характера. Когда же вы четко встали на путь, ваш союз неизбежен.

Некоторые люди удивляются: «Кому нужны небеса?» Разумеется, никто никого не заставляет устремляться духовно. Все люди могут выбрать путь наименьшего сопротивления. Но в таком случае мы останемся всего лишь громоотводами. Вы привлечем не райские, а демонические силы.

На самом деле, человеку нет смысла очищаться. По сути, каким бы человеком вы ни были, вы все равно что-то привлечете к себе. Главный способ управления всем, что приходит к вам, заключается в самоочищении.

25 ноября / Пупок

*Люди считают пупок рудиментарным
утолщением*

*И полагают, что питание приходит
лишь через рот.*

*Но это не так. Дао – великая мать,
Несказанная сила находится в области пупка.*

Старые книги называют Дао великой матерью. Дао обеспечивает нас как мать. Оно оберегает и питает нас. Мы в буквальном смысле соединены с живой силой Дао.

В нас дремлют центры сосредоточения. Большинство людей не понимают, что сосредоточение на этих точках принесет им особые силы, исцеление, изменит сознание и успокоит ум. Словно сокровище, погребенное в руинах священного места, эти точки лишь ждут, когда их откроют, чтобы наделить адептов чудесными силами.

Одна такая точка располагается в области пупка. Когда вы будете концентрироваться на пупке, то поймете, что к вам пришла живительная сила. Вам покажется, будто вы все еще соединены со своей матерью через пупок и получаете, таким образом, физическое благополучие и силу.

26 ноября / Здравый смысл

*Не позволяйте знаниям и силе губить вас.
Используйте для выживания здравый смысл.*

Однажды собрались вместе четыре образованных человека. Они сказали: «Какой смысл от всей нашей учености, если мы не служим у великого императора?» И они отправились в столицу.

В этой четверке трое обладали блестящими знаниями, а четвертый значительно уступал своим товарищам в эрудированности, но именно он был среди них самым здравомыслящим.

На дороге они встретили скелет льва. «Давайте оживим его», – предложил первый. «Это принесет нам славу», – согласились второй и третий. А четвертый сказал: «Если вы оживите этого льва, он сожрет вас».

«Не мешай нам!», – закричал первый, который уже успел своими магическими чарами облечь кости в плоть. Второй быстро наполнил льва кровью, а третий возобновил в нем дыхание.

«Давайте подумаем о своей безопасности», – предложил четвертый.

Но товарищи лишь отмахнулись от него в азарте работы.

«Тогда я заберусь на дерево», – заявил четвертый.

Лев ожил и убил мудрецов. Единственный выживший человек был тем самым четвертым человеком, которому достало здравого смысла.

27 ноября / Сито

*Грубое удерживает мало,
Качественная сеть удерживает больше.
Если вам нужна тонкость, будьте совершенными,
Но приготовьтесь иметь дело с грубостью.*

Ирония духовной жизни заключается в том, что вы становитесь более чувствительными и тонкими. Поэтому вы нетерпимы к грубости. Здесь не так уж много вариантов поведения. Если вы хотите ловить в жизни тонкие моменты, то должны совершенствоваться. Но более грубые вещи будут в таком случае накапливаться еще быстрее. Грубое сито удержит лишь крупные камни, а качественная сеть удержит более мелкие камешки, а также, разумеется, и более крупные камни.

Некоторые люди пытаются справиться с данной ситуацией, став многоуровневыми. Они разделяют свою личность на пласты, чтобы иметь возможность справляться со всеми ситуациями, которые предлагает им жизнь.

Чем мы занимаемся? Если мы останемся грубыми, тогда к нам будет приходить только грубость. Если мы станем тонкими, в нас будет больше совершенства, но грубость никуда не денется. Если же мы станем многоуровневыми, то создадим сложность, которая изолирует нас от Дао.

Решение заключается в том, чтобы плавать в потоке Дао, объединяясь с ним. Тогда нам не нужно будет ни цепляться, ни отвергать.

28 ноября / Соответствие

*«Семь раз отмерь, один раз отрежь», —
Гласит старая поговорка.
Только старательное планирование
И терпеливый труд позволят нам
Обеспечить соответствие всех деталей.*

В старину столяры-краснодеревщики с трудом соединяли два деревянных бруска под правильным углом, чтобы изделие выдерживало не только вес его обладателя, но и погодные условия. Особенно в тех странах, где лето жаркое и влажное, а зима сухая и морозная, этот угол между деталями деревянного предмета менялся на целый сантиметр. Этого вполне достаточно для того, чтобы изделие пришло в негодность.

В наше время дешевые синтетические материалы не меняются относительно времени года. Это позволяет уменьшить вышеозначенное неудобство, но также уменьшается возможность общаться с Дао. Прежде столяры-краснодеревщики, изготавливая мебель, учитывали времена года, что позволяло им гармонизировать с Дао.

29 ноября / Осел

Спешивайтесь со своего осла на вершине горы.

В этом мире на некоторые горы очень трудно взойти, поэтому люди прибегают к помощи животных. Один человек может ехать верхом лишь на одном животном, но каждое животное может называться по-разному. Наездники во время странствия делятся своими впечатлениями. Они могут даже поссориться, так как один считает поездку увлекательной, другому она кажется утомительной, а третьему все равно.

На вершине горы все путешественники останавливаются в одном месте. Все они могут созерцать один и тот же вид. Ослы мирно пасутся на лугу, им больше ничего не нужно.

Все мы ступаем по пути Дао. Ослы символизируют различные доктрины, к которым мы обращаемся. Какая разница, какой доктриной мы пользуемся, если она ведет нас на вершину? Ваш «осел» может называться дзен, Дао, христианством, исламом, иудаизмом и даже агностицизмом. Все они ведут в одно и то же место.

Добравшись до вершины горы, мы должны спешиться со всех ослов. Не важно, страдали мы или радовались на пути вверх, мы достигли своей цели. Каждая религия по-своему называет путь к святому пику. Когда мы стоим на вершине, то уже не нуждаемся в названиях и можем напрямую переживать реальность.

30 ноября / Дырявый черпак

*Бамбуковый черпак, гранитный водоем.
Вода скована тонким слоем льда.
Луна будет отражаться в черпаке,
Пока вода не вытечет.*

Некоторые люди подобны дырявым черпакам. Не важно, что они пытаются собрать, из их рук все снова вытекает. Таким людям чрезвычайно трудно что-либо накопить.

Если вы похожи на черпак, значит вам нужно внимательнее сосредоточиваться на накопленных силах. Вам не грозит нужда, если вы умеете использовать уже имеющееся у вас имущество. Вы должны взять в руки свою судьбу, изменить ее и реализоваться.

В конце концов, мы не можем вечно что-то удерживать в руках. Мы рождаемся нагими и умираем нагими. На самом деле, мы и живем тоже в обнаженном виде. Одежда, деньги, отношения — все это внешнее. Злой рок может в одно мгновение отнять все это у нас.

Наш жизненный опыт может улетучиться из-за стрессов, слабоумия, ухудшения памяти, наркотиков, потрясений. По сути, все мы дырявые черпаки. То малое, что дает нам жизнь, вытекает из нас.

Устав цепляться за жизнь, вы найдете способы погрузиться в Дао.

1 декабря / *Отвага*

*Один борец был сильнее быка.
Он с радостью побеждал противников.
Но теперь он — кожа да кости.
И он лишь отважно мычит.*

В любой момент жизни полезно подумать о природе отваги. Если у вас есть отвага, – радуйтесь, но используйте ее мудро и сострадательно. Однако вам не следует думать, что вы сами что-то делаете. Вы занимаете свою силу, она не принадлежит вам. Это дар, и вам повезло, что вы получили его. Когда сила уйдет, вы уже не будете побеждать, но останетесь в прежнем теле и уме. Вы все еще здесь, и вам больно от осознания того факта, что вы не можете делать то, что прежде было доступно вам. Так будет до тех пор, пока вы не научитесь проявлять отвагу, не отождествляясь с ней.

Люди, которым не удастся понять это, становятся брюзжащими стариками. Они проклинаят жизнь и утрачивают веру. Поэтому полезно медитировать и накапливать не победы, а *ощущение* этих побед. Тогда вас никто никогда не победит.

2 декабря / *Мудрость*

*Пожилая пара сидит в парке на скамье.
Они читают газету и обсуждают новости.
Он повторяет стих, выученный в молодости.
Она произносит заключительную строку стиха.
В сумерках воздух чище луны.*

В прошлом учителя превыше всего ценили зубрежку. Вы до сих пор встречаете людей, которые могут прочесть наизусть стихи, отрывки из классических и религиозных текстов, математические формулы. Некоторые люди утверждают, что люди с хорошей памятью мудры.

Юноши и девушки часто стремятся получить как можно больше информации. Но недостаточно просто накапливать сведения. Чем больше у вас сведений, тем лучше нужно их упорядочивать. Без этого у вас будут энциклопедические познания, но минимальная мудрость. Подлинная мудрость это качество в количестве. Старые люди пользуются почтением не только из-за своей хорошей памяти. Они умело пользуются полученными сведениями. Они сочетают информацию с опытом и созерцанием. Для того чтобы установить особую связь между фактами, нужно время.

Можно сказать, что мудрость это не просто ментальный процесс, но вся совокупность человеческих качеств.

3 декабря / Умеренность

*Различайте личное и общественное.
Будьте безмятежными
Как в одиночестве, так и в обществе.*

Одни люди утверждают, что Дао можно познать только через суровый аскетизм. Другие предпочитают вступать в массовые религиозные общины. Но люди Дао не тяготеют ни к одиночеству, ни к стадности. Они просто регулярно уединяются, но точно так же радуются общению с другими людьми.

Уединяться полезно. Но чрезмерно уединенная, монашеская жизнь может принести несчастье, заблуждения и даже умственное расстройство. Точно так же, – полезно общаться. Но слишком интенсивное общение может принести конфликты и стресс. Поэтому путь Дао заключается в том, чтобы увеличивать пользу и уменьшать недостатки.

Мы должны регулярно уединяться, медитировать в одиночестве, даже спать отдельно от других людей. Таким образом, мы приобретаем ясность восприятия. А потом мы привнесем чистое восприятие в свои отношения с людьми. Дружба будет более интересная. Если мы постигаем умеренность, то безошибочно сочетаем уединение и общение.

4 декабря / Самовыражение

*Мне больше нечего рисовать.
Мы увидели все от классики до абсурда.
Мне больше не о чем писать.
Множество книг зачитано до дыр.
Мне больше не о чем петь.
Осталась лишь фоновая музыка.*

В мире, где выражение кажется тщетным, трудно поддерживать творчество. Но творчество – древнее побуждение. Первобытные люди рисовали в пещерах на стенах. Во всех современных домах есть картины. Древние люди записывали свои чувства и переживания, и в наше время люди до сих пор ведут дневники. В старину шаманы пели, и сейчас мы живем с музыкой. Мы не можем отказаться от творческого самовыражения.

Единственный способ получать чистое восприятие заключается в том, чтобы погрузиться глубоко в себя. В каком-то смысле современный чрезмерный плюрализм устраняет обязательство поступать так же, как и другие. Когда-то художники, священники, писатели, музыканты и ремесленники были многим обязаны своим феодальным господам. В наше время нас не ограничивают иерархические рамки. Мы можем обратиться прямо к своему внутреннему призванию.

Благодаря совпадению такая ситуация отражает более совершенное понимание божественности. Мы уже не молим божественность открыться нам. Мы понимаем, что божественность – наше личное качество.

5 декабря / Учеба

*Учеба — основа молодости.
Не важно сколько вам лет,
Вы не должны прекращать развиваться.*

Не нужно думать, что творчество свойственно лишь художникам, писателям и музыкантам. Для каждого человека главное — именно творчество. В отличие от внешне ориентированного творчества в области искусства, разрешения трудностей и писательства, все мы можем учиться.

До тех пор пока мы будем продолжать учиться, принимать новые идеи и способы поведения, продолжать накапливать знания о себе и окружающем мире, мы будем проявлять высшую степень творчества.

Если вы посмотрите на старых людей, которые чего-то добились в этой жизни, то поймете, что они взяли за привычку постоянно учиться. Эти старики уже не такие, какими они были в молодости. Они нашли новые способы учиться.

Всякий раз когда вы вступаем в новую фазу жизни, меняются условия. Если нам шестьдесят лет, тогда мы не можем поступать так же, как в юности. Поэтому нам нужно изменить свое поведение согласно ситуации. Эта постоянная корректировка творчества поддерживает в нас молодость.

6 декабря / Контекст

Контекст. Соединение. Увлечение.

*Если мы поймем эти слова,
То перестанем нуждаться
В эзотерических терминах.*

Можно сказать, что Дао представляет собой контекст для всего на свете, но мы должны пойти еще глубже.

Все вещи связаны с нами. Строго говоря, каждый человек смотрит на мир по-своему. Различие взглядов может быть минимальным, но стоит учитывать эти нюансы.

Что нам делать с этим пониманием? Во-первых, мы должны учитывать, что все вещи взаимосвязаны. Степень отношений различна, и все же нужно осознавать настоящую связь.

Во-вторых, мы должны понять, что отношения вторичны. Мы должны постоянно сохранять внимательность, чтобы не отставать от изменяющихся условий жизни.

В-третьих, мы должны понять высокую ценность своей точки зрения. При всех изменяющихся условиях мы должны сохранять цельность и уравновешенность.

Нам следует сохранять покой в любой ситуации. Если мы полностью примем жизнь, тогда нам не нужно будет бояться отчуждения от основного потока жизни.

7 декабря / Простота

*«Осознавайте Дао».
Разве это не просто?
Нет, давайте скажем так:
«Будьте Дао».*

К чему вся эта пустая болтовня? Ради чего бесконечно изучать священные писания и обсуждать неясные поступки давно умерших святых и их столь же безжизненные слова? Нам нужно утверждать переживание, которое превышает слов, индивидуальность над догмой.

После изучения Дао должен остаться только такой простой вывод: есть только мы и Дао. Нет, еще проще быть самим Дао. Тогда все, что есть Дао, – будет являться нами.

Люди Дао превращают все в сложные понятия до тех пор, пока не достигнут последнего неизменного вывода: вы и есть Дао. Если вы можете быть самим Дао без всяких противоречий, значит вы по-настоящему достигли тонкой простоты.

8 декабря / Проявление

*Я смотрел занятия воинов. Мне сказали:
«Традиции этого воина шестьсот лет».
А я понимал, что эти занятия рутинны.
Казалось, что за шестьсот лет
Ничего не изменилось.
Мы должны правильно почитать классику.*

Люди Дао высоко ценят древние традиции. Живая традиция подобна длинной реке: она приносит свежесть, богатство и удобрения. Затхлый пруд не может помочь саду принести сладкие плоды, точно так же трудно чего-то достичь тем, за кем не стоит традиция.

Но что поддерживает жизнь традиции? Подвижники должны быть готовы проявить все величие своей традиции в современных условиях. Если кто-то говорит, что он знаток традиционной медицины, значит он должен уметь лечить людей и в наше время. Если кто-то говорит, что он в совершенстве владеет традиционной каллиграфией, значит он и сейчас должен уметь писать красивые слова. Если кто-то говорит, что он реализовал духовную традицию, значит он должен уметь проявить ее силу и сейчас.

Нам не следует подражать привычкам и теориям давно умерших людей во имя традиции. Мы должны быть жесткими в этом отношении. У нас нет причины хранить традицию, если только сила традиции не позволяет нам проявить уникальное величие.

9 декабря / *Отчуждение*

*Зачем стремиться к земле обетованной?
Настоящая земля находится в сердце.*

В наше время иудеи встречаются с тибетцами. Они верят в то, что между ними есть нечто общее, потому что оба эти народа были изгнаны со своей земли. Они не одиноки. Китайцы чувствуют одиночество за пределами Китая. Некоторых европейцев изгнали из собственной страны переделом границ после войн. Коренные американцы ограничены резервациями. Потомки африканских рабов зачастую угнетаются несовершенными законами.

Люди Дао признают важность места, людей и нации. Но эти факторы не должны иметь особую важность. Нам не следует считать себя благородными лишь из-за исключительного положения своей нации. Мы должны преодолевать высокомерие.

Следуя Дао, мы соединяемся с более духовным порядком. Очень отратно быть частью того, что не связано с местом и государством. На самом деле, Дао не полностью относится к материальному уровню, поэтому его невозможно отнять у нас. Даже если нас изгнать с родной земли и бросить в тюрьму, Дао все равно останется с нами. Если мы погружены в Дао, нам уже не нужно бояться угрозы отчуждения.

10 декабря / Свобода

*Пьяный выпал из рикши, но остался невредим.
Вы отбрасываете нерешительность,
Но выглядите глупо.
Настоящая свобода – это редкостная благодать.*

Не будьте скованными. Если вы будете отказывать себе в реализации своих заветных желаний, тогда ваша жизнь будет горькой. Если вы не будете позволять себе самовыражение, тогда ваше творчество превратится в застойный пруд. Если вы будете нерешительными, то утратите из-за застенчивости внутреннюю силу. Не останавливайтесь. Пусть ваша уникальность течет свободно.

Поначалу человек должен приспособливаться к структуре, пока не научится вести себя со свободной спонтанностью. Если люди пытаются быть свободными, но в действительности внутренне зажаты, тогда они кажутся жалкими клоунами. Поэтому нужно изучать структуру до тех пор, пока не отпадет надобность в ней. К тому времени вы постигнете тайну умеренности и сможете действовать спонтанно. Подлинная свобода должна сочетаться с уверенными, свежими и творческими поступками.

11 декабря / Значительный день

*Весь день во мне царила тишина,
Я ждал до полуночи звуки.
Вне меня весь день было шумно,
И я всю ночь ждал тишины.
Сила Дао – в звуке.
Потенциал Дао – в тишине.*

Говорят, что даже если вы услышали Дао до заката, значит день прошел не зря. Даже если вы услышали Дао до конца своей жизни, значит ваша жизнь не была тщетной.

Но иногда Дао можно услышать лишь спустя много лет. В некоторые дни Дао не проявляет себя. Складывается впечатление, что чем сильнее вы хотите любить, тем больше искушений испытываете. Чем сильнее вы стремитесь к чистоте, тем больше отрицательности атакует вас. Чем сильнее вы жаждете безмятежности, тем больше беспорядка у вас в душе. У обычных людей много банальных трудностей. Люди Дао борются с титаническими силами. Что можно сделать, если только не принять ситуацию? Если вы беспокоитесь, то не только проводите дни вдали от Дао, но еще и смущаете себя своим душевным неустройством.

Иногда Дао не проявляется до самого конца дня. Может быть вечером вы просто расслабляетесь и отключаетесь от всех своих забот. Возможно Дао капризно, трудно сказать. Когда Дао приходит, вам кажется, что вы слышите подлинный звук. Вас охватывает состояние безмятежности, благодаря которому смолкают все звуки дня.

12 декабря / Намерение

*Неожиданно все встает на место.
Всю свою жизнь я стремился к цельности,
Но видел лишь проблески частичной картины.
Годами мои усилия были тщетны.
Каждый раз при появлении этого зрелища
Я старался сделать его более плотным.
Поначалу мне казалось, что я скульптор
С множеством недоделанных статуй.
Затем я стал составлять четкую картину
мира,
Созданную из намеков и проблесков.*

Нелегко понять свое предназначение, оно слишком сложно. Конечно, вы можете смолоду поставить себе цели, но вам придется часто и долго меняться, прежде чем вы осознаете свое истинное намерение. Как только картина мира собралась в единое целое, вы сразу же чувствуете уверенность в себе.

С каждым шагом по пути Дао ваша уверенность все больше крепнет.

13 декабря / Прояснение

Самовыражение – Вот смысл жизни.

Каждый день спрашивайте себя: «Что я еще не реализовал в себе?»

Выражайте все свои умения и качества, но будьте здравомыслящими. Безумцы не бывают по-настоящему свободными. Люди, которые пребывают в единстве с Дао, используют самовыражение для того, чтобы лучше понять себя и освободиться от невежества и условности.

Все хорошее и уникальное в вас следует проявлять. Если вы не сделаете это, то уподобитесь затхлому пруду. Никогда не сдерживайте себя, внушая себе мысль о том, что лучше выждать более удобного часа. Благо в вас подобно колодезной воде: чем больше воды вы забираете, чем чище она в колодце. Если вы не будете пользоваться колодцем, его вода протухнет.

Даже зло следует выражать, но делать это нужно правильно. Похоть, ненависть, жестокость, обидчивость – все это необходимо выплеснуть, но так, словно вы нашли авиабомбу и везете ее на дальний полигон. Отрицательные качества не следует излучать на людей и животных.

Каждый день спрашивайте себя: «Что еще не выражено во мне?» Если вы не выразите себя, то не проясните свою внутреннюю природу.

14 декабря / Позвоночник

Дао это путь вверх вдоль позвоночника.

Дао это путь вашей жизни.

Дао это путь космоса.

Люди часто путаются, говоря о Дао, из-за избытка ссылок на него на самых разных уровнях. Как бы то ни было, Дао пронизывает все существование. По сути, можно сказать, что Дао есть само существование. Наверно, удивительно слышать, как люди говорят о Дао на уровне физического мира и на уровне святости. Люди Дао не считают Дао чем-то «высоким». Они полагают, что Дао пребывает повсюду.

Дао можно физически ощутить, если оно захочет. Один ощутимый аспект Дао – путь в центре позвоночника. Таков путь Дао в нас. Он соединяет различные центры в нашем теле.

На физическом уровне Дао представляет собой путь через всю жизнь. Мы переходим с одного уровня на другой, справляемся с ситуациями, выражаем свой характер в рамках природы и общества. На метафизическом уровне Дао – эволюция самого космоса.

А теперь нужно эти три уровня (движение энергии вверх по позвоночнику, философское понимание своего жизненного пути и само развитие вселенной) сплавить вместе в единую концепцию. Тогда вы сможете получить проблеск гения Дао.

15 декабря / Вода

Вода очищает и собирается в земле.

Она мягкая и нежная.

Когда воды мало, — она слаба.

Когда воды много, — она размывает горы.

Мы знаем о том, что нет ничего слабее воды, и все же она становится титанической силой, когда собирается в большом количестве. Например, цунами или стремительный горный поток. Так слабость побеждает силу.

Давайте посмотрим на эту ситуацию иначе. Вода побеждает не потому, что она слаба, а потому, что она непреклонна. Вода устремляется вперед и никогда не сдается. На ее пути может встать камень. Камни могут опоясать воду, и тогда она превратится в тысячелетнее озеро. Почему в таком случае вода не может победить камень? Потому что она не движется. Она не может проявлять свое качество непреклонности.

Вода должна уметь выражать свою подлинную природу непреклонно, — точно так же мы должны выражать подлинную природу, если хотим добиться успеха в жизни. В противном случае нас сдавят крепкие стены реальности, и мы никогда не сможем пробиться через них.

Но как нам приобрести такую выдержку? Мы начинаем с малого, уподобляясь каплям воды.

16 декабря / Песочные часы

*Жизнь подобна песочным часам.
Сознание — это песок.*

Вообразите песочные часы. Их форма символизирует бесконечность. Их две секции представляют собой понятия полярности. С одной стороны — материя, с другой стороны — духовность. С одной стороны — мужчина, с другой стороны — женщина. Горячее и холодное, положительное и отрицательное или любое другое качество.

Песок струится потоком, точно так же энергия струится по вашему позвоночнику, по жизненному пути.

Движение этого песка мы называем Дао. Наше сознание чередует различные состояния, представляемые песочными часами. Трудно ухватить этот песочный поток. Поэтому глупо подробно разбирать вещи и явления. Сосредоточение на материи нельзя назвать мудрым занятием. А вот осознание движения это мудрое занятие.

17 декабря / Дыхание

*Вы дышите,
Покрывая горы морозным инеем,
Колыхая бурную зелень деревьев,
Катая воробьев на своих крыльях,
Закручивая волны в вихрь.
Вы дышите,
И все на свете живо.*

Главная концепция Дао – дыхание. Без дыхания нет жизни. Сложность этой идеи поистине велика. Вы дышите, насыщая легкие кислородом. Дыхание поддерживает вас. Дыхание регулирует ваше сердцебиение, питает ваш мозг, наполняет кровь веществами. Вы дышите, и все энергетическое поле вашего тела движется. Когда это поле, столь тесно связанное с дыханием, соединяется с вашим умом, вы приобретаете духовную силу. Дышите и не считайте, что все дело лишь в кислороде.

Вселенная дышит подобно нам. По сути, всю вселенную можно считать дыханием. Мир дышит, так в нем поддерживаются все вещи и явления. Погода меняется как должно. Растения развиваются как должно. Животные крепнут. Сами геологические силы приходят в движение. Вырабатывается мощное энергетическое поле, более широкая версия процессов в теле. С этим телом связан универсальный ум.

Вы хотите узнать, как работает духовность? Дышите.

18 декабря / Эталон

*Вы воспринимаете природу как машину?
Разве в ней есть лишь химия, физика и онто-
логия?
А что, если бы вашим эталоном стала поэзия?
Разве вы не можете познать Дао
По грязи, набившейся в ваши сандалии?
Таких людей мудрецы называют глупцами.
Мудрецы отказались от своих предубеждений.*

Мир предстает перед вами таким, каким его воспринимают ваши органы чувств. Вообще-то, ваше восприятие не ограничивается лишь так называемым объективным миром. Мы создаем концепции всех ощущаемых явлений. К тому времени как мы достигаем «зрелости», мы создаем бесчисленные слова толкований, которые и становятся шаблонами для нашей жизни. Разумеется, мы можем посмеяться над своими понятиями и отказаться от шаблонов для более полного восприятия жизни.

Лучше вместо науки пользоваться поэзией. Лучше поменять политику на духовность. Результаты таких экспериментов часто оказываются благоприятными. К сожалению, если привести их к логическому выводу, они становятся такими же тщетными, как и прочие методы. Шаблоны хороши для новичков, но для опытных практиков они превращаются в препятствия.

19 декабря / Обещания

*Ко мне не пришли
Лучезарные видения,
Гениальный интеллект,
Титаническая сила,
Красота для привлечения любовниц,
Послания богов,
Свобода от усталости,
Окончание всех забот,
Материальный достаток
И слава.*

*У меня нет ничего из этого.
И все же я не откажусь от духовного пути.*

Когда вы вступаете на путь духовного искания, вам дают множество обещаний. И все же, если ничего не приходит к вам, это не значит, что вы должны отказаться от пути. Духовность – это не сделка со вселенной, а усилие, которое мы предпринимаем, потому что мы высшие существа, люди. Если мы за это ничего не получаем, то все равно не должны беспокоиться. Кому нужны сверхъестественные силы? Это пустые искушения. Люди Дао должны думать лишь о духовных озарениях.

20 декабря / Навоз

*Из навоза получается отличное удобрение.
В жизни есть место и отбросам.*

Когда вы поливаете свои растения, то иногда должны и удобрять их. Навоз – прекрасное средство удобрения.

Разве это не смешно? Когда вы наступаете в навоз ботинком, то испытываете отвращение, но он так важен для поддержания жизни.

В полях мы спасаем урожай. Богатая почва помогает культурам расти. Мы выращиваем овощи, едим их, и то, что извергнул кишечник, снова растет на поле. Поистине прав тот, кто говорит, что мы лишь заимствуем что-то у природы.

То же самое верно в отношении неудач, невезения и разочарования в жизни. Если мы понимаем важность навоза, то осознаем, что на самом деле ничто не бывает тщетным. Что угодно может оказаться полезным, если правильно распорядится этим. Поэтому даже дурные вещи в жизни могут стать удобрением, которые помогут нам расти и крепнуть.

21 декабря / Зима

*Бездомный человек умирает в канаве.
На морозе трещит дерево:
Вдруг раздается хлопок.*

Во время зимнего солнцестояния день самый короткий, а ночь самая длинная. В это время могут случиться страшные морозы. Яростно дует ветер, разрушая все на своем пути. Снег и лед сковывают землю. Бездомные умирают от обморожения. Даже самые могучие деревья могут лопнуть от низкой температуры.

Треснувшее дерево издает хлопок.

Морозы внушают ужас! Зима мучает землю бурями, слабые существа прячутся под ледяным покровом. Иногда мы даже не оплакиваем тех, кто не пережил зиму, из страха, что слезы замерзнут у нас на щеках. Но мы видим и слышим. Приблизившись к очагу, мы даем обет выжить.

И не важно, насколько сильно нас затронула беда, мы должны помнить, что это просто нижнее положение спицы в колесе. Ничто не может сохраняться вечно. У всего есть предел, даже у холода, тьмы, ветра и смерти.

Некоторые называют этот день первым днем зимы, но в действительности это начало гибели зимы. С этого дня мы можем ждать тепла и света.

22 декабря / Привязанность

*Монах обрил себе голову
Как символ отречения.
Но теперь он никуда не ходит
Без своей шапки.*

Мне смешно, когда кто-то называет себя отшельником, если у него очень мало вещей. Ради чего отрекаться от мира, если это вам не под силу? Прежде чем вы отрежете себе волосы, спросите себя, можете ли вы позволить себе отречься от привязанности? Прежде чем вы откажетесь от своей свободы, спросите себя, можете ли вы подчиниться монашескому порядку? Прежде чем вы скажете, что вы человек духовный, спросите себя, можете ли вы отбросить мирские желания.

Я не пытаюсь смеяться над монахами. Я думаю, что на жизненном пути каждого человека немало трудностей и жертв. Прежде чем вы вступите на путь, внимательно изучите себя и хорошо исследуйте путь. Так вы развеете свои опасения и уменьшите вероятность лицемерия.

Кем бы вы ни были, живите в полную силу. Если вы водопроводчик, тогда будьте лучшим водопроводчиком. Если вы святой, тогда будьте лучшим святым. Если вы обычный, будьте обычным. Если вы необычны, будьте необычным. Люди ошибаются лишь тогда, когда пытаются быть не теми, кем в действительности являются.

23 декабря / *Безыскусность*

*Смех деревенских жителей бесхитростен.
А в смехе городских жителей звучит лукавство.
Крестьяне стремятся вырастить урожай,
А горожане – победить окружающих.
Крестьяне радуются, когда меняется время года.
А горожане – когда становятся изощренными.*

Когда вы видите горожан в сельской местности, то часто слышите, как они потешаются над безыскусностью деревенских простолюдинов. Как бы то ни было, мы называем крестьян неотесанными деревенщинами, неуклюжими простаками. Но разве таким быть хуже, чем невротичным, жадным, задержанным, одержимым деньгами нуворишем?

Люди Дао радуются при виде сельских жителей. Мы не можем возвратиться к исключительному аграрному образу жизни, но для нас полезно придерживаться идеалов крестьян. Городской образ жизни существует лишь в головах, он может рухнуть в одно мгновение.

Живите в городе, если в том есть необходимость, но не забывайте о том, что в таком образе жизни небольшая ценность. Не забывайте о своей душе и о том, что деревенская безыскусность – лучший способ сохранить душу.

24 декабря / Общественность

*Древние общества были племенными,
Все решения выносили сообща.
Современное общество расколото,
Человек очень сложен.*

В прошлом люди часто были более простыми, так как руководствовались наставлениями своей культуры. Каждый человек играл какую-то роль в целом организме общества.

В современном обществе индивидуальные роли уже не формируют целое. Мы часто теряем из виду целое. У нас есть критики, комментаторы, но у нас нет лидеров. Мы приветствуем консенсус, но он ненастоящий. Мы слышим нестройный хор голосов, а не демократию. Люди стремятся реализовать свои, а не общественные цели.

Таким образом, на человека ложится широкий спектр обязанностей. Мы должны накапливать больше знаний, трудиться на более широком поле деятельности. И мы не можем просто сосредоточиться на одной части, потому что теперь наша часть должна конкурировать с другими частями.

Сейчас духовности достигать труднее. В прошлом вы могли быть духовным искателем, и люди поддерживали бы вас, ведь святой человек был такой же частью общества, как и крестьянин. А теперь для того чтобы быть духовным искателем, вы должны сами зарабатывать себе на хлеб и приспосабливаться к обществу, которому мало дела до духовности.

25 декабря / Душевное благополучие

*Вы демоны, тьма.
Ваша душа стоит на кону,
Она соткана из света.
Вам угрожает разложение.
Не отдавайте ключ,
А просто растворитесь.*

Трудности человечества имеют не метафизический, а личный характер.

В вас находятся как вечные муки, так и спасение. Вы князь тьмы, и вы также царь света. Ни одну из этих частей невозможно отсечь от вас.

Покой любит тьму. Движущая сила любит свет. Если вы ничего не делаете, то соскальзываете во тьму. Если вы хотя бы чуть-чуть подвигаетесь к свету, то обретете помощь. Устремитесь к свету, потому что иначе вам придется заплатить разложением души, ума, тела, самой человечности.

Ключом для вас станет здравомыслие. Вы должны стараться все время поддерживать свое душевное благополучие. Именно оно посредничает между светом и тьмой.

Если вы хотите покончить с двойственностью, то должны интегрировать свое здравомыслие во вселенское целое. Но поступите так, только когда будете готовы, поскольку вы не сможете возвратиться.

26 декабря / Окончание

*Край тени никогда не бывает с краю.
Время созерцать окончание
Наступает прежде окончания.*

До конца года осталось пять дней. Скоро наступит его окончание. А потом мы увидим новое начало. Таково Дао.

Мы не можем обойтись без ограничений и окончаний. Они определяют рамки наших усилий. Но если мы хотим использовать их в свою пользу, то должны придумать, как относиться к ним. Люди Дао, которые относятся ко всякому окончанию благородно, пользуются почтением.

В прошлом императоры, ученые, святые и прочие люди, которые полностью познали себя, знали время своей смерти. При жизни они успевали написать прощальные стихи. Такие люди умели увидеть окончание прежде, чем достигали его. Поэтому никто не горевал об их утрате. Народ был уверен в благодатности следующего цикла существования этих людей.

27 декабря / Чистота

Чистота – это свет.

Мы слишком часто забываем о чистоте. Мы жертвуем гигиеной ради выгоды. Мы позволяем людям загрязнять горы и морские побережья ради рынков. Мы сами засоряем собственный ум легкими развлечениями. Война считается стимулирующей активную жизнедеятельность, принципы приспособливают к действительности, непристойную брань используют как предмет искусства.

Где чистота в нашей жизни?

Мы женимся и разводимся. И нам нет дела до того, кому мы вредим в жизни. Мы полагаем, что верность это милое, но бесполезное качество. Мы жертвуем своей ценной молодостью для того, чтобы купить славу старости.

Где чистота в нашей жизни?

Мы думаем, что если вы в чем-то реализуемся, то сразу же изгоним из себя всю остальную грязь. Мы приветствуем безумцев, которые полагают, что отстреливать животных или бить проституток на улицах это благочестивое дело.

Где чистота в нашей жизни?

Ищите чистоту. Возможно, это будет нелегко сделать. Но лишь в таком состоянии мы сможем достичь того, что есть.

28 декабря / Пустота

*Пыль не может собраться,
Если нет зеркала.*

Некоторые люди сравнивают чистую почву с незамутненной ясностью совершенного зеркала.

Другие возражают тем, что если бы изначально не было зеркала, тогда нечего было бы и загрязнять. Душа пуста.

Нам не следует считать свои души отделенными от остального творения. На самом деле, мы едины со всем сущим, поэтому не нужно считать свою душу изолированной сущностью. Таким образом, пуста именно *концепция* души как чего-то отдельного.

Невозможно жить в этом мире и не быть загрязненным им. Красная пыль все равно осядет на вас независимо от того, как часто вы моетесь. Полезно стремиться к чистоте, но если вы считаете чистоту борьбой против грязи и пыли мира, тогда вы обрекаете себя на одержимость и тщету. Единственный способ достичь настоящей чистоты заключается в том, чтобы осознать свое изначальное единство со всем сущим. Если вы едины со всеми вещами и явлениями, тогда грязь чиста. Для того чтобы это произошло, вы должны выйти за пределы всех категорий в себе, разрешить все противоречия. После такой чистки как зеркально ясная душа, так и пыль растворятся в единой чистоте.

29 декабря / Ночь

*В огромном океане ночи
Солнце, луна и освещенная земля.
Земля из круга превращается в эллипс.
Приливы сходят с ума.
Такова сила ночи.*

Ночь. Вы мать всего на свете. Вы пребывали еще прежде всего существования. Вы есть фон и движущая сила всей вселенной.

В вас находится скрытое таинство, которое темнее самой глубокой воды, чернее самого крепкого сна. Вы есть непостижимое изобилие, дикая и неуправляемая сфера, из которой берет начало жизнь с ее творчеством и изменениями. Чудо рождения исходит из вас, а также ужас смерти. Поэтому вы одновременно утешаете и пугаете нас.

Звезды и планеты разбросаны по небу словно светящиеся жемчужины. Вы легко нанизываете их на нить.

Когда взрываются новые звезды, высвобождается чудовищная энергия. Этот взрыв столь грандиозен, что человеческие инструменты, даже если их усилить в сотни раз, все равно не смогут передать нам это явление. Языки пламени постепенно уменьшаются, превращаясь в мерцающие угли в широком просторе ночного неба.

Ночь. Вы мать без матери. Вы таинство, сила и правитель времени.

30 декабря / Утро

*Утро.
Новый день.
Радость рождения.*

Все мы нуждаемся в утре. Если наступил рассвет, у нас появляется возможность оглядеть все неудачи, отпраздновать все свои благословения и прожить все свои вызовы в человеческой форме. Духовность – это нечто, в чем мы испытываем потребность в тяжелые времена. Нам она нужна для того, чтобы становиться цельным и достигать реализации. Если мы просто узнаем таинство ночи и славу утра, тогда нам не понадобится ни цивилизация, ни духовность.

Жизнь начинается с рассветом. Это наше благословение и счастье. На рассвете склонитесь перед существованием и поблагодарите его за это чудесное событие. Наверно, вы считаете утро чем-то самым обыкновенным, недостойным поклонения, но вы когда-нибудь задумывались о том, что на большинстве планет вселенной не бывает утра? Земное утро – по истине наше благословение.

Поприветствуйте рассвет, ведь это ваша высшая красота, святость, дар небес. В нем вы найдете свое просветление, смысл жизни, наставление, удовлетворение. Утро наделит вас вдохновением для сострадания. Это свет высших сфер.

31 декабря / *Продолжение*

*С завершением наступает удовлетворение.
С удовлетворением наступает освобождение.
Освобождение позволяет нам продолжать.
Даже смерть — не настоящее окончание.
Жизнь есть бесконечное продолжение.*

Всегда заканчивайте то, что начали. Это правило само по себе есть дисциплина и мудрость. Если вы будете соблюдать его, то достигнете совершенства.

Когда вы придете к окончанию цикла, начнется новый цикл. Вы можете сказать, что завершение на самом деле начинается где-то посреди цикла, что новые начала укоренены в предыдущих поступках.

Завершение цикла означает удовлетворение. Вы познали себя, обрели дисциплину и новый способ постижения себя и окружающего мира. Разумеется, вы не можете остановиться здесь. Теперь линия горизонта все время ускользает от вас. Но вы можете дотянуться до этих новых перспектив с уверенностью и мудростью.

С каждым поворотом колеса вы движетесь дальше. С каждым поворотом колеса вы освобождаетесь от тумана невежества. С каждым поворотом колеса странствие по пути продолжается.

Поверните колесо своей жизни. Празднуйте каждый поворот! Ступайте вперед с радостью!

