

Глава 1

Исследование жизни после пробуждения

Во всем мире сейчас наблюдается одно явление: все больше и больше людей начинают пробуждаться, получая настоящие, подлинные проблески реальности. Я имею в виду такие моменты, когда человек теряет привычное ощущение себя и мира, и перед ним открывается гораздо более обширная реальность, превосходящая все его прежние знания.

У разных людей опыт пробуждения происходит по-разному. У одних пробужденное состояние может сохраняться, у других же это лишь мимолетные проблески, которые длятся всего долю секунды. Но в такое мгновение человек полностью утрачивает ощущение «Я» — все его восприятие мира внезапно меняется, он перестает чувствовать себя отделенным от всего остального мира. Это можно сравнить с пробуждением ото сна — вы даже не осознаете, что спите, пока вас что-то не разбудит.

В самом начале моего учительства большинство людей, которые ко мне приходили, хотели получить именно такой духовный опыт. Они хотели выйти за пределы ограниченного и изолированного «Я».

Именно это стремление лежит в основе любого духовного поиска: обнаружить то, что мы уже интуитивно чувствуем — что жизнь больше, чем мы обычно представляем и предполагаем.

Но со временем ко мне стало приходиться все больше людей, у которых уже были подобные проблески реальности. Именно для них и предназначена эта книга.

Начало пробуждения

Самораскрытие, о котором я говорю, традиционно называют духовным пробуждением, поскольку человек пробуждается ото сна разделения, порожденного эгоистическим умом. Мы осознаем — часто совершенно внезапно, — что наше самоощущение, сформированное и состоящее из наших идей, убеждений и представлений, не соответствует тому, кто мы есть на самом деле. Оно нас не определяет, оно лишено центра. Эго существует как череда сменяющихся мыслей, убеждений, действий и реакций, но само по себе оно не имеет индивидуального существования. В конечном итоге, все наши представления о самих себе и о мире являются не чем иным, как противодействием реальному положению вещей. То, что мы называем эго, — это всего лишь механизм, который наш ум использует для сопротивления жизни такой, какая она есть. Поэтому эго скорее представляет собой не предмет, а действие — сопротивление тому, что есть: отталкивание чего-то и притягивание к чему-то. Эта движущая сила, удерживающая или отвергающая, и есть то, что составляет ощущение «Я», отделенного от окружающего мира.

Однако с началом пробуждения весь этот мир начинает рушиться. Когда мы теряем ощущение своего «Я», исчезает и весь мир, который мы знали до этого. В такой момент — будь это всего лишь проблеск или более продолжительное переживание — мы вдруг с необыкновенной ясностью осознаем, что то, чем мы являемся на самом деле, вовсе не ограничивается маленьким «Я», которым мы себя считали раньше.

О пробуждении к истине или к реальности очень трудно говорить, потому что это опыт, находящийся за пределом слов. Тем не менее, некоторые ориентиры могут быть полезны. Вот самое простое, что можно сказать об опыте пробуждения: происходит *изменение восприятия* человека. В этом суть пробуждения. Человек перестает воспринимать себя как отдельную индивидуальность и начинает

ощущать себя — если после такого изменения восприятия вообще можно говорить о каком-то ощущении «Я» — как нечто гораздо более универсальное, как все и вся одновременно.

В таком изменении восприятия нет ничего революционного. Это подобно тому, как если вы утром смотрите в зеркало и осознаете, что видите в нем себя. Это не мистический опыт, а самое простое переживание. Когда вы смотрите в зеркало, у вас возникает осознание: «О, так это же я». Когда происходит изменение восприятия, называемое пробуждением, то все, с чем соприкасаются наши чувства, мы воспринимаем как самих себя. С чем бы мы ни сталкивались, у нас возникает ощущение: «О, так это же я». Мы не воспринимаем себя с позиций эго, не воспринимаем себя как некое отдельное существо. Скорее, это переживание Единого или Духа, осознающего самого себя.

Духовное пробуждение — это вспоминание. Мы никем не становимся, не трансформируем, не изменяем себя. Мы просто вспоминаем, кто мы есть на самом деле — как будто мы когда-то знали это, но просто забыли. Такое вспоминание, если оно подлинное, не воспринимается как нечто личное. Такого явления как «личное» пробуждение вообще не существует, потому что «личное» подразумевает разделение. «Личное» подразумевало бы, что это «Я», эго пробуждается или становится просветленным.

В подлинном пробуждении присутствует ясное осознание того, что пробуждение не имеет никакого отношения к личности. Это вселенский Дух или вселенское сознание пробуждается и начинает осознавать себя. Скорее, это не «Я» пробуждается, а мы пробуждаемся *ото* сна «Я». Мы, какие мы есть в действительности, пробуждаемся *ото* сна ищущего. Мы пробуждаемся *ото* сна поиска.

Проблема с определением того, что такое «пробуждение», состоит в том, что ум, услышав любое определение, создает новое представление, новую идею о том, что такое высшая истина или предельная реальность. А как только создаются такие представления, наше восприятие опять искажается. Поэтому единственный способ описать при-

роду реальности — это сказать, что она не такая, какой мы ее считаем и какой нам ее описывали. На самом деле, *мы не способны себе представить, чем мы являемся*. Наша природа находится за пределами всяких представлений. Мы — это *то, что наблюдает*, сознание, наблюдающее за тем, как мы разыгрываем из себя отдельных существ. Наша подлинная природа постоянно участвует в каждом нашем переживании, она бдительна каждое мгновение, во всякий момент времени.

Пробуждаясь, мы обнаруживаем, что мы не вещь, не личность, вообще не отдельное существо. Мы — это то, что проявляется во всех вещах, во всех переживаниях, во всех личностях. Мы — это то, что своими грезами порождает целый мир. В духовном пробуждении нам открывается, что то, что невыразимо и неопишимо, и есть мы.

Окончательное и временное пробуждение

Как я уже говорил, пробуждение может переживаться как мимолетный проблеск, а может сохраняться длительное время. Кто-то может сказать, что если пробуждение мимолетно, это не подлинное пробуждение. Некоторые считают, что при подлинном пробуждении человеку раз и навсегда открывается истинная природа вещей, и он уже больше никогда не утрачивает этого восприятия. Я могу понять эту точку зрения, поскольку в конечном итоге духовное путешествие действительно ведет нас к полному пробуждению. Полное пробуждение просто означает, что мы постоянно и непрерывно воспринимаем все с точки зрения Духа, с точки зрения единства. Для такого пробужденного восприятия нигде в мире не существует никаких разделений, ни в этой, ни в других вселенных. Истина пребывает везде и всюду, во все времена, во всех измерениях, она едина для всех существ. И именно истина является источником любого опыта и переживания — в этой жизни

и после жизни, в этом измерении и в каких-либо других измерениях.

С предельной точки зрения буквально все — в высших или низших измерениях, здесь или там, вчера, сегодня или завтра — все является лишь проявлением Духа. Таким образом, пробуждается сам Дух. И поэтому, в конечном счете, траектория каждого существа, осознает оно это или нет, ведет к абсолютному пробуждению — к абсолютному знанию, к непосредственному пониманию подлинной природы, к единству, к целостности.

Однако момент пробуждения может и не привести к постоянному видению. Как я уже говорил, некоторые люди утверждают, что если пробуждение не постоянное, оно не подлинное. Но как учитель я могу сказать, что те, кому лишь на мгновение удастся заглянуть за завесу двойственности, и те, кто достигает постоянной, «не проходящей» реализации, видят и переживают одно и то же. Просто у одних это переживание длится одно мгновение, а у других продолжается постоянно. Но само переживание, если это подлинное пробуждение, одинаково: все едино, мы не отдельные существа, которые могут находиться в определенном месте, мы все и ничто одновременно.

Поэтому, на мой взгляд, не имеет значения, мгновенным или постоянным было пробуждение. Это имеет значение в том смысле, что должен быть пройден определенный путь — ничья душа не достигнет полной реализации до тех пор, пока это восприятие с точки зрения истины не станет постоянным, но сам опыт является пробуждением, будь он временным или постоянным.

Такой проблеск пробуждения — я называю его *временным пробуждением* — становится все более и более частым явлением. Это переживание может длиться одно мгновение, несколько часов, день, неделю — возможно, даже месяц или два. Сознание открывается, ощущение отдельного «Я» исчезает, а потом, как диафрагма объектива фотокамеры, сознание опять закрывается. Человек воспринимал подлинную недвойственность, подлинное единство, и вдруг совершенно неожиданно он опять возвращается в

прежнее двойственное «состояние сна». К нему опять возвращается ощущение «Я» — ощущение ограниченного, изолированного бытия.

Хорошая новость состоит в том, что если такой момент ясного видения однажды имел место, диафрагма сознания уже больше никогда не закроется полностью. Нам может казаться, что она закрылась полностью, но на самом деле это не так. В глубине своего существа вы никогда не забудете этот опыт. Даже если реальность открывается вам лишь на мгновение, что-то внутри вас меняется навсегда.

Реальность обладает невероятной силой, подобной ядерной. Ее могущество невообразимо. Человек может увидеть проблеск реальности на такой короткий миг, что не успеет даже щелкнуть пальцами, а энергия и сила, которая входит в него при этом, меняет всю его жизнь. Лишь в результате одного мгновения пробуждения в нем начинает растворяться ложное ощущение «Я» и, соответственно, все его восприятие мира.

Пробуждение — это не то, что вы себе представляете

На самом деле, когда речь идет о пробуждении, гораздо правильнее говорить о том, что мы *теряем*, а не о том, что приобретаем. Мы не только теряем себя — то представление о себе, которое у нас было, — но и все наше прежнее восприятие мира. Разделение — это лишь вопрос восприятия. В действительности, что касается нашего мира, все является восприятием. «Наш мир» — это не наш мир, а только наше восприятие. Поэтому, хотя на первый взгляд это может казаться негативным подходом, я считаю, что гораздо вернее говорить о пробуждении в смысле того, что мы теряем — *от* чего мы пробуждаемся. А это значит, что нужно говорить о растворении своего образа, своего представления о себе, именно эта потеря себя, какими мы себя считали, так пугает и потрясает в пробуждении.

И это действительно потрясающий опыт: он совершенно не похож на то, что вы себе представляете. Я никогда не слышал, чтобы кто-то из моих учеников сказал: «Знаешь, Адья, я заглянул за завесу разделения и увидел примерно то, что и ожидал. Это вполне соответствует тому, что мне рассказывали». Обычно, пережив такой опыт, они говорят: «Я не мог вообразить ничего подобного».

Это особенно интересно, если учесть, что многие из людей, которые ко мне приходят, до этого уже на протяжении многих лет занимались духовными практиками, часто они имеют очень сложные и замысловатые представления о том, каким должно быть пробуждение. Но когда они сами переживают его, это оказывается нечто совсем другое. Во многом это нечто гораздо более грандиозное, и в то же время гораздо более простое. На самом деле, если пробуждение подлинное, оно *должно* отличаться от того, что мы ожидаем. Это связано с тем, что все наши представления о пробуждении находятся в сфере «состояния сна». До тех пор, пока наше сознание пребывает в этом состоянии, мы не можем представлять ничего другого, что выходило бы за его рамки.

Как меняется жизнь после пробуждения?

С пробуждением происходит также полное преобразование всего нашего восприятия жизни — по крайней мере, оно начинается. Дело в том, что пробуждение, каким бы прекрасным и удивительным ни был этот опыт, часто приносит с собой ощущение потери ориентации. Вы пробуждаетесь как Единый, но у вас все еще остается вся ваша человеческая структура — тело, ум, личность. И для этой человеческой структуры пробуждение часто оказывается очень дезориентирующим.

Итак, я хочу исследовать именно этот процесс, который начинается *после* пробуждения. Как я уже говорил, у не-

которых людей — их совсем немного — происходит полное пробуждение. В определенном смысле оно является окончательным и не подразумевает никакого дальнейшего процесса. Можно сказать, что у таких людей необыкновенно легкая карма. Даже если до пробуждения они испытывали крайние страдания, очевидно, что их кармическое наследие — та обусловленность, с которой им пришлось иметь дело — было не очень велико. Но такое бывает очень редко. Лишь единицы за поколение могут пробуждаться таким образом, без какого-либо дальнейшего процесса.

Я всегда говорю ученикам: не рассчитывайте, что вы окажетесь таким человеком. Лучше настраивайтесь на то, что вам, как и всем, предстоит определенный процесс после первоначального пробуждения — ваше путешествие на этом не закончится. Здесь я попытаюсь указать вам направление, так чтобы вы могли сориентироваться, когда вступите на этот путь. Как говорил мой учитель, это подобно тому, как если бы вы открыли входную дверь. То, что вы открыли дверь, еще не означает, что вы включили свет — вы еще не научились перемещаться в том новом мире, к которому пробудились.

Я очень рад, что, благодаря этой книге, основанной на цикле моих лекций, получил возможность затронуть этот вопрос — вопрос о том, что происходит *после* пробуждения. Информация о жизни после пробуждения обычно не передается широкой огласке. Чаще всего она передается духовными учителями их ученикам. Как я уже говорил, недостаток такого подхода состоит в том, что сейчас многие люди переживают моменты пробуждения, им негде почерпнуть необходимую информацию. В этом смысле можно сказать, что данная книга — обращение к тому новому миру, к новому состоянию единства.

Сейчас я хочу обратиться к тем читателям, которые думают: «Но у меня не было никаких таких проблесков. Не думаю, что я пробужден». Другие могут сомневаться, было их переживание пробуждением или нет. На каком бы этапе этого пути вы ни находились, я уверен, что данная информация будет вам полезна — поскольку, как оказывается,

то, что происходит *после* пробуждения, соотносится с тем, что происходит *до* пробуждения.

На самом деле, духовный процесс до и после пробуждения ничем не различается. Просто после пробуждения меняется видение этого процесса — подобно взгляду с высоты птичьего полета по сравнению с видением того, кто находится на земле. До пробуждения мы не знаем, кто мы. Мы считаем себя отдельным человеком, со своим отдельным телом, который живет в отличном от него мире. После пробуждения мы продолжаем жить в том же мире, но уже знаем, что мы не ограничены этим телом и этой личностью и, в действительности, не отделены от окружающего нас мира.

Важно также заметить, что если мы пережили проблеск пробуждения, это еще не означает, что впредь мы будем избавлены от неправильного понимания. Определенные привычные представления и обусловленности могут сохраняться даже после того, как мы увидели все с позиции единства. Таким образом, после пробуждения наша задача заключается в растворении *оставшихся* фиксаций. А это не сильно отличается от нашего пути к пробуждению, когда мы должны избавиться от определенных заблуждений, от определенной склонности к самоограничению. Различие состоит в том, что до пробуждения структура нашей личности кажется гораздо более тяжелой, более плотной, поскольку наше подлинное существо обернуто слоями обусловленности. После пробуждения мы знаем, что все наши обусловленности, относящиеся к системе «тело-ум», не имеют к нам никакого отношения, они нас не определяют. И благодаря этому знанию, этой истине нам гораздо легче и не так страшно заниматься разоблачением собственных иллюзий.

Таким образом, наши духовные усилия до и после пробуждения мало чем отличаются. Просто мы исходим из разных позиций: до пробуждения мы действуем с точки зрения разделения, а после пробуждения — с точки зрения нераздельности. Но то, *что* мы делаем, сам подход, процесс, аналогичен. Можно сказать, что просто он происхо-

дит на разных уровнях бытия. А поэтому практически все, что я буду обсуждать в последующих главах, может быть применено к тому состоянию, в котором вы находитесь, приложено к вашему индивидуальному опыту.

Ничего не принимайте на веру

Как я часто говорю моим ученикам, мое учение не является непреложным утверждением истины, поскольку пытаться облечь истину в слова — безнадежное дело. А именно такой подход часто используется до пробуждения — мы создаем концепцию истины и начинаем в нее верить. Я же не учу никакой теологии или философии, я предлагаю стратегии. Я предлагаю стратегии для достижения пробуждения и стратегии, которые помогут вам справиться с тем, что будет происходить после пробуждения.

Все мои слова служат лишь указателями. Мастера дзен говорят: «Не принимай палец, указывающий на луну, за саму луну». Но даже если мы слышали эту поговорку сотни раз, мы все равно можем снова и снова ошибаться. И поэтому, хотя я пользуюсь словами, создаю определенные контексты и применяю определенные метафоры, я прошу вас все время помнить: к тому, о чем я говорю, нужно *пробудиться*. Это нужно *прожить*, только тогда оно обретет реальность. Никакие мои слова не заменят настоящий, непосредственный опыт познания себя, своей подлинной природы. Вы должны все проверять, спрашивая себя: «Действительно ли я знаю то, что, как мне кажется, я знаю, или я просто принял убеждения и мнения других людей? Что я на самом деле *знаю*, а во что мне просто хочется верить? Что я знаю наверняка?»

Этот вопрос — «Что я знаю наверняка?» — обладает огромной силой. Если вы начнете глубоко исследовать его, он разрушит весь ваш мир. Он полностью разрушит ваше ощущение «Я» — именно для этого он и предназначен. Вы

увидите, что все, что вы якобы знаете о себе и о мире, основано на допущениях, убеждениях и мнениях, в которые вы верите только потому, что вам говорили, что они истинны, вас так учили. До тех пор, пока вы не распознаете эти ложные представления, ваше сознание будет пребывать в состоянии сна.

Но как только вы скажете себе: «Да я же почти ничего не знаю! Я не знаю, кто я, не знаю, что такое мир. Я не знаю, истинно то или это», — внутри вашего существа что-то откроется. И когда вы будете готовы шагнуть в неизвестное, лишившись безопасности и не пытаясь найти укрытия, вы сможете, наконец, увидеть свое подлинное «Я».

Исследование вопроса «Что я знаю наверняка?» может быть также очень полезно и после пробуждения. Задавая себе этот вопрос, вы сможете растворить свои ограничения и идеи, а также избавиться от склонности к фиксациям, привязанностям, которые часто сохраняются и после опыта пробуждения.

На каком бы этапе пути вы ни находились, важна именно эта готовность непоколебимо задавать себе этот вопрос, открыто и искренне принимая все, что бы ни обнаруживалось. Именно от этой готовности будет зависеть ваше пробуждение и жизнь после пробуждения.

Глава 2

Подлинное пробуждение и возможность потери ориентации

Большая часть того, что нам говорят о просветлении, похожа на рекламу. В рекламе сообщаются только самые положительные стороны, а иногда даже то, чего на самом деле нет. В рекламе просветления нам говорят, что просветление — это исключительно любовь и экстаз, сострадание и единение, и множество других замечательных переживаний. И часто все это облекается в фантастические истории, так что у нас складывается впечатление, что пробуждение связано с чудесами и мистическими силами. Чаще всего просветление описывается как переживание блаженства. В результате люди начинают думать: «Когда я духовно очнусь, достигну единения с Богом, я буду постоянно пребывать в состоянии экстаза». Конечно, это глубокое заблуждение.

Пробуждению действительно *сопутствует* переживание блаженства, поскольку это побочный продукт пробуждения, но это не само пробуждение. До тех пор, пока мы будем гоняться за побочными продуктами пробуждения, мы будем упускать самое главное. И это является проблемой, поскольку многие духовные практики пытаются воспроизводить побочные продукты пробуждения, не приводя к самому пробуждению. Можно освоить определенные медитативные техники — например, повторение мантр или пение бхаджанов — и достичь определенных приятных переживаний. Человеческое сознание чрезвычайно податливо и, занимаясь определенными духовными практиками, техниками и дисциплинами, можно действительно достичь многих побочных продуктов пробуждения —

состояния блаженства, открытости и т. д. Но очень часто человек получает *только* эти побочные продукты, самого пробуждения не происходит.

Чтобы нас не увлекали побочные продукты пробуждения, важно знать, чем пробуждение не является. Духовные практики не должны быть средством достижения приятных эмоциональных состояний. Суть пробуждения вовсе не в переживании положительных эмоций. Напротив, просветление может оказаться совсем не простым и не таким приятным опытом. Это не так уж легко, когда рушатся наши иллюзии, нелегко отказываться от привычных представлений. Мы можем упорно держаться даже за те иллюзии, которые причиняют нам большие страдания, не желая их признавать.

Вставая на путь духовного пробуждения, многие люди сами не знают, под чем они подписываются. Как учитель я стараюсь с самого начала выяснить, насколько серьезно настроен ученик — действительно ли он хочет узнать истину, или он просто хочет лучше себя чувствовать. Ведь процесс обретения истины не всегда сопровождается одними только приятными переживаниями. Он может потребовать от нас честности, искренности, правдивости в отношении многих вещей, а это не всегда легко.

Искреннее стремление к реальности, искреннее стремление к пробуждению всегда исходит из самых глубин нашего существа. Оно исходит из той нашей части, которая желает больше истины, чем благополучия. Если мы заинтересованы только в том, чтобы лучше себя чувствовать в каждый момент времени, мы будем по-прежнему пребывать в заблуждении, потому что именно стараясь чувствовать себя лучше, мы *и создаем* заблуждения. Нам начинает казаться, что нам и вправду лучше. Для того чтобы пробудиться, мы должны отказаться от привычки все время стремиться к удовольствию. Конечно, мы все хотим чувствовать себя лучше, это свойственно человеческой природе. Каждый человек хочет, чтобы ему было хорошо. Мы все стремимся к удовольствиям и избегаем страданий. Но внутри нас существует еще бо-

лее глубокое стремление — я называю его импульсом к пробуждению.

Именно этот импульс к пробуждению дает нам мужества посмотреть на то, как мы себя обманываем. Этот импульс побуждает нас взять ответственность за свою жизнь на себя. Мы не сможем обрести истину, следуя по пятам за просветленным учителем. Так это не происходит. Так мы будем идти вслепую, это будет означать, что мы не хотим думать самостоятельно, не хотим сами исследовать. Когда мы слепо делаем то, что нам говорят — слепо следуем за учителем только потому, что его все почитают, — мы придем только к одному: к слепоте.

Еще одно существенное заблуждение в отношении пробуждения или просветления состоит в том, что его считают неким мистическим опытом. Мы ожидаем чего-то вроде единения с Богом — слияния с окружающим миром или растворения в океане. Ничего подобного. Не является пробуждение и каким-то необыкновенным космическим озарением, внезапным постижением того, как устроена вся Вселенная, или проникновением в тайны внутренних механизмов реальности.

Я мог бы продолжать и продолжать, но самое главное, чтобы вы осознали: духовное пробуждение — это нечто совершенно иное, нежели мистический опыт. Мистический опыт прекрасен. Это наивысшее и самое приятное переживание, которое может испытать «Я». Наше «Я» всегда стремится к единению. Многие духовные практики, которыми занимаются люди, в действительности ведут именно к мистическим переживаниям такого рода — это может быть опыт слияния, видения божеств или ощущение, что наше сознание расширяется за пределы пространства и времени. Но еще раз повторяю, мистический опыт и пробуждение — это не одно и то же.

Я не хочу сказать, что мистический опыт не имеет никакой ценности, что он не обладает трансформирующей силой. Очень часто мистический опыт приводит к радикальному изменению структуры индивидуального «Я». Так что в определенном смысле мистический опыт очень

ценен. Но, говоря о духовном пробуждении, мы не говорим о личном опыте. Мы говорим о пробуждении *от* «Я». Мы говорим о переходе от одного мировоззрения к совершенно другому, о переходе из одного мира в другой.

Это вовсе не означает, что человек, который пробужден, не видит тот же самый мир, который видим мы. Как вы видите стул, так и пробужденный человек видит стул. Вы видите машину, и пробужденный человек видит машину. Различие состоит в том, что если человек действительно пробужден, если он вышел за пределы двойственности, он воспринимает все вещи, которые нам кажутся различными и отдельными, как одно и то же. Он видит стул, но в то же время он не воспринимает себя как нечто отдельное от этого стула. Все, что он видит, чувствует, слышит, он воспринимает как проявление одного и того же.

Один из признаков подлинного пробуждения — прекращение поиска

Когда происходит подлинное пробуждение, нам становится совершенно ясно, кто мы и что собой представляем. Такой вопрос перед нами больше не стоит, он решен. И поэтому одним из признаков подлинного пробуждения является прекращение поиска. Внутреннего импульса, побуждения, стремления больше не возникает. Мы увидели, что ищущий обладает лишь относительной реальностью, и он исчез. В некотором смысле, ищущий выполнил свою задачу. Он обеспечил необходимый импульс, движущую силу, которая помогла сознанию или Духу выйти из отождествления с состоянием сна и вернуться к его естественному состоянию бытия.

В том случае, если пробуждение было окончательным, ищущий и поиск полностью исчезают. Если же пробуждение носит временный характер, ищущий может не исчез-

нуть полностью, а поиск будет еще продолжаться, но они будут *в процессе* исчезновения. Как бы то ни было, само это исчезновение ищущего способно полностью изменить жизнь человека. Обычно тот, кто встает на духовный путь, начинает полностью отождествлять себя с ищущим. Вся его жизнь отныне определяется духовным поиском, стремлением к Богу, к единению, к просветлению.

И вдруг случается пробуждение. Ищущий, поиск и вся эгоцентрическая структура, сформировавшаяся вокруг духовного поиска, внезапно исчезают. Все это теперь предстает в истинном свете — как нечто бессмысленное и бесполезное, а потому и ненужное.

Медовый месяц пробуждения

Потеря ищущего обычно воспринимается как огромное облегчение. С этого момента начинается то, что я называю *медовым месяцем пробуждения*. Для меня, по крайней мере, исчезновение ищущего и прекращение поиска было подобно тому, как если бы с моих плеч сняли тяжелейший груз. Я ощущал это буквально физически. Я чувствовал себя так, будто освободился от груза — груза, о котором раньше даже не подозревал.

Практически все в момент пробуждения испытывают это — как только сознание пробуждается от сна разделения, наступает огромное облегчение. Вот почему некоторые начинают смеяться или плакать, проявлять какие-то другие сильные эмоциональные реакции — они испытывают облегчение, наконец-то очнувшись от состояния сна. Иногда я называю такой момент *первым поцелуем*. Пробуждение — это как ваш первый духовный поцелуй, ваше первое настоящее соприкосновение с реальностью, ваше первое знакомство с истиной в отношении того, кто вы и что собой представляете.

Этот медовый месяц может длиться день, неделю, шесть месяцев или два года. У всех бывает по-разному.

Главное, что характеризует данный период, это свободное течение — все течет, в вашем существе не возникает никакого сопротивления. Жизнь воспринимается как поток — все происходит как будто само собой. Вы на опыте познаете, что все *совершается*, а вы, как отдельное существо, ничего *не совершаете*.

В самом глубоком смысле, этот период можно охарактеризовать как опыт тотального и абсолютного несопротивления. При таком полном отсутствии сопротивления жизнь течет самым замечательным образом, как по волшебству. Все происходит тогда, когда должно произойти, решения принимаются как будто сами собой — все кажется ясным и очевидным. Это переживание Духа, несколько не ограниченного и не искаженного иллюзиями, обусловленностями или противоречиями. Такое ощущение потока может длиться один момент, а может продолжаться и дольше. Некоторых людей так захватывает этот «медовый месяц», что на какое-то время они становятся практически недееспособными, пребывая в состоянии блаженства недели, месяцы и даже годы.

В древние времена люди, которые переживали такой опыт, уходили в специальные места, например, в монастыри — туда, где окружающие могли их понять. Им давали небольшую келью и оставляли в покое, пока происходил процесс. Они имели возможность переживать пробуждение в обстановке, где их понимали, считали нормальными и предоставляли необходимое пространство.

В современном обществе большинство людей, переживающих подобные процессы, не живет в монастырях и находится не в очень-то благоприятных для этого условиях. Человек в субботу может пережить необыкновенный опыт реализации, а в понедельник утром ему приходится опять идти на работу. Если его ум все еще погружен в блаженство, ему может быть очень трудно. Но именно это сейчас и происходит. Большинство современных людей не могут позволить себе такую роскошь, как «сидеть» в пещере несколько месяцев и ждать, пока все само собой утрясется. Такова сегодняшняя ситуация.

После пробуждения часто происходит потеря ориентации

«Медовый месяц» пробуждения может длиться день или год, но рано или поздно человек начинает осматриваться и осознавать, что все несколько изменилось. То, что раньше служило ему ориентирами в жизни, перестало существовать. Убеждения, за которые он держался и использовал для самоопределения, оказались пустыми и несостоятельными. Большинство эгоистических мотиваций исчезло. И для ума все это может быть очень дезориентирующим. Только теперь человек начинает осознавать, что практически все его прежние мотивации в жизни были эгоцентричными. Я говорю это не в негативном смысле. Я просто имею в виду, что движущая сила, которая управляет нами в жизни до тех пор, пока мы находимся в состоянии сна, эгоцентрична. Все наши мотивации определяются тем, «чего я хочу» и «чего не хочу». Мы постоянно задаем себе вопросы: «Чего я могу достичь? Кто меня будет любить? Сколько радости я испытаю? Сколько счастья получу? Сколько страданий я смогу избежать? Смогу ли я получить подходящую работу? Смогу ли найти подходящего возлюбленного? Достигну ли я просветления?» Все это эгоцентричные мотивации в том смысле, что энергия исходит из эгоистического состояния сознания.

И опять же, я не говорю, что это плохо или неправильно, просто таково положение вещей. В состоянии сна мы все видим разделенным, мы считаем себя отдельным существом, отдельным человеком. И этот отдельный человек постоянно чего-то ищет — любви, одобрения, успеха, денег и даже просветления. Но после пробуждения вся эта структура разделения начинает рушиться.

Человек по-прежнему остается — он не исчезает бесследно, как облако дыма. Остается даже наша личность. У Иисуса была определенная личность, у Будды была

своя личность. У любого человека, который ходит по земле, есть личность. Даже у новорожденных младенцев есть личность. В этом и заключается вся красота существования — у каждого существа есть своя определенная личность. У собак и кошек, у птиц и даже у деревьев есть своя личность.

Различие состоит в том, что после того, как мы заглянули за вуаль разделения, мы перестаем *отождествляться* со своей личностью. Даже если наше прозрение было очень глубоким, и произошла значительная трансформация, основная структура личности остается. Но все, что питало и поддерживало нашу личность, все ее прежние ориентиры, принципы и эгоцентричные побуждения, все это исчезает или начинает постепенно исчезать.

Что касается меня, я пережил свой первый проблеск пробуждения в возрасте двадцати пяти лет. Это было не окончательное пробуждение, оно носило временный характер. И все же какой-то след во мне остался. Где-то внутри себя я всегда знал, что все едино, что я вечен и не сотворен — я никогда не рождался и никогда не умру. Я понял, что моя природа, мое подлинное существование не ограничено личностью и телом, в которых я, казалось бы, заключен. Тот мир, который я знал, и мое «Я», которым я себя считал, в значительной мере разрушились. Было довольно необычно жить без всех тех мотиваций, которые раньше определяли мою жизнь. Какие-то эгоистичные мотивации и доля эгоистичной энергии во мне еще оставались. Но все же на уровне эго и на уровне основной энергии, исходящей из эго, произошло существенное растворение. Я ходил и постоянно спрашивал себя: «Почему я должен делать это? Почему я должен делать то? Я больше не чувствую побуждения делать это или то». Все, чем я раньше любил заниматься, больше не вызывало у меня интереса. Не то чтобы я отказывался это делать, или это вызывало у меня отвращение — нет, просто больше не было той эгоцентричной энергии, которая раньше питала мой интерес к этим вещам.

И такое случается со многими. Ученики часто говорят мне: «Джи, раньше я любил заниматься многими вещами — у меня было хобби, я любил ходить на вечеринки, любил запускать воздушного змея», — или бегать или делать что-то еще, что доставляло им удовольствие. Я говорю им, что это обычное явление, когда подобные интересы начинают ослабевать — особенно, если они питались энергией разделения. В отношении таких интересов, которые являются прямым выражением разделяющей энергии эго, у вас вдруг возникает вопрос: «К чему все это?»

Одна из наших задач на пути духовного развития — растворение эго. Мы осознаем, какие страдания сопряжены с пребыванием в эгоистическом состоянии, надеемся когда-нибудь из него выйти. Но растворение эго и пробуждение — это не одно и то же. Человек может пробудиться независимо от того, растворилось его эго или нет. Пробудиться может даже очень сильное и разрушительное эго. Пробуждение становится *началом* процесса. Результатом пробуждения — его неизбежным следствием — является значительное растворение эго.

Но это не значит, что эго будет с вами заодно. Эго может сопротивляться всеми своими силами. Оно может выставить весь свой арсенал. Но процесс уже начался. И если однажды вы увидели проблеск реальности, рано или поздно эго неизбежно растворится — ничто не сможет этому помешать.

Однако пока происходит это растворение, возможна потеря ориентации. Само пробуждение сопряжено со значительной потерей ориентации. Все, что вы считали истинным, оказалось ложным. Человека, которым вы себя считали раньше, больше нет. Само по себе это переживание может быть очень приятным, оно может принести вам огромное облегчение, но в то же время вы можете потерять все ориентиры. «Кто я теперь? Что мне теперь делать? К чему стремиться?»

Конечно, в случае полного пробуждения таких вопросов не возникает. Но полное пробуждение очень редко случается сразу. Поэтому для многих эти вопросы оказываются

актуальными. Духовный учитель не может дать на них никаких ответов, потому что любой ответ это обратит в очередную цель. Нужно просто понять, что потеря ориентации является частью процесса пробуждения — это естественное явление, поскольку все для вас теперь стало новым. Вы стали новым, ваше восприятие стало новым — все ваше восприятие окружающего мира изменилось.

Эта растерянность связана с тем, что ум пытается ориентироваться в новом для него контексте. Это подобно тому, как если бы вы выпрыгнули из самолета: если вы будете просто спокойно падать, никаких проблем не возникнет, но если вы начнете хвататься за воздух, пытаться найти опору, вы потеряете всякую ориентацию — вы не сможете понять, где верх, а где низ.

Так что потеря ориентации происходит не из-за самого пробуждения, а из-за того, что ум пытается сориентироваться. В действительности, пробужденному сознанию не нужно ориентироваться. Реальность не нуждается в ориентирах. Если и есть какой-то ориентир, то это глубокое чувство расслабления, полное принятие всего, что есть. По существу, вы обретаете ориентацию, когда не пытаетесь ни на что ориентироваться. Вы обретаете ориентацию, просто полностью расслабляясь.

На определенной стадии мы расслабляемся, но в нашем сознании пока еще нет новой энергии, которая направляла бы нашу жизнь. Конечно, эта энергия существует и все время циркулирует в нас — это энергия единства. Она приходит непосредственно из источника, без искажений. Но часто проходит некоторое время, пока не растворятся наши эгоистические мотивации и эта энергия не проявится в нашем сознании. Поэтому какой-то период после пробуждения мы можем быть озадачены, не зная, какая новая энергия будет нас направлять.

И опять же, важно просто подождать, пока пройдет процесс растворения эго. Для большинства людей этот процесс растворения может продолжаться несколько лет. В моем случае прошло шесть лет, прежде чем произошла более глубокая реализация, пробуждение. По своей сути этот

Глава 2. Подлинное пробуждение...

опыт не отличался от первого, но он был более ясным, более глубоким и более полным. Для того чтобы растворилось мое эго и произошла более глубокая реализация, потребовалось шесть лет. Сейчас, оглаживаясь назад, я понимаю это. Так что я ничем не отличаюсь от большинства людей. После первого проблеска пробуждения мы проходим через процесс, который может привести к более ясному и гораздо более глубокому постижению реальности.