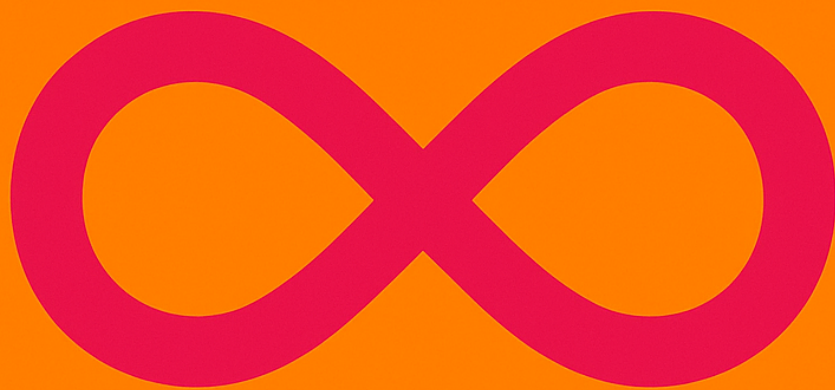


TRANSDUALITY 101

We Are This



Odd Ness

ТРАНСДУАЛЬНОСТЬ 101

– Мы Есть Это

ЧАСТЬ I – От себя к Себе

Лучше Не Начинать	3
Раз Начав – Лучше Завершить	16
Вуайерист и Экстаз	29
Человек на Луне	41
Что Такое Просветление?	51
Реалигия	60

ЧАСТЬ II – Я в Себе

81	Сделано на Небесах
107	Смена Игры
119	Не Хватай – Отпусти

Лучше Не Начинать

«Превратите меня обратно в любимца/Кем я был, когда мы встретились/

Я был счастливее тогда/Без всякого настроения»

– The Shins

Кто ты?

Кто я? Или для тебя, конечно, гораздо важнее: кто ты? Этот простой вопрос лежит в основе человеческого поиска истины с незапамятных времён. Каков был бы твой ответ? Если задать этот вопрос достаточно глубоко разным людям, ты, скорее всего, получишь столько же разнообразных ответов, сколько людей ты опросил. Однако все эти ответы, вероятно, будут иметь общий знаменатель. Почти все мы видим себя как некую сущность, существующую в рамках данного момента. То, как мы описываем эту сущность, будет существенно различаться. Одни скажут, что они – это их тело, другие могут утверждать, что они – какая-то духовная сущность. Однако подавляющее большинство из нас считает, что мы, в конечном счёте, существуем как некая сущность в этом моменте.

Цель этой книги – предложить совершенно иное и гораздо более простое решение загадки «кто я». На протяжении многих лет я долго и пристально рассматривал эту реальность, в которой мы живём, пытаюсь разгадать её природу. Что делало мой поиск настолько раздражающим – и что делает путешествие каждого искателя таким же – можно найти прямо в середине предыдущего предложения. А именно в словах: «...эта реальность, в которой мы живём». Это базовое предположение так глубоко укоренилось в нас всех, и мне пришлось пролить кровь, пот и слёзы, чтобы выйти за его пределы. Ответ, который я искал, был найден в осознании, что в конечном итоге ни ты, ни я не

являемся ни материальными, ни духовными сущностями, существующими в этом моменте. Скорее, наша истинная сущность заключается в том, что мы есть этот момент, а не в нём.

В или как? Разница между этими двумя формулировками может показаться незначительной, но я верю, что именно в ней кроется ключ к осознанию природы реальности.

Если ты уже обновил своё самоопределение с «в моменте» до «как момент» после прочтения этих коротких вступительных абзацев – отлично! Пожалуйста, можешь выбросить эту книгу в реку или, что ещё лучше, передать её тому, кому она может пригодиться. Однако для подавляющего большинства из нас это послание настолько отличается от того, к чему мы привыкли, что некоторые дополнительные пояснения будут полезны. Итак, вернёмся к началу: кто я? Кто ты?

Не то чтобы мы не пытались. На протяжении всей истории человечества религия, философия, биология и физика – это лишь некоторые из сетей, которые мы забрасывали, чтобы поймать неуловимое «я», чтобы разгадать тайну Себя. Но каждый раз, когда нам кажется, что мы его поймали, оно ускользает из наших рук. Давай проведём эксперимент самопознания и просто спросим себя: «Кто я?» – чтобы подчеркнуть эту природу «конца радуги», присущую нашему «я». Вариации этой техники можно найти повсюду – от древних писаний до современных текстов по психологии, философии или духовности.

Будучи маленьким мальчиком, я создал свою собственную версию этого самопознания. «Что во мне, – размышлял мой юный разум, – осталось бы тем

же, если бы я вырос в Индонезии, а не в родной Норвегии?» Почему Индонезия? Наверное, потому что это была страна, о которой я ничего не знал, кроме её местоположения на самой дальней части моего прикроватного глобуса. Я так и не нашёл ответа на этот вопрос. Не нашёл, пока спустя примерно двадцать лет не осознал природу реальности – осознание, которым я хочу поделиться с тобой в этой книге.

Впервые мой взрослый разум столкнулся с самопознанием в более формальном духовном контексте на встрече в Южной Африке. Подруга моей тогдашней девушки увлекалась индийским гуру и недавно была назначена помощницей преподавателя на собраниях, где представлялись учения гуру. Она пригласила нас заглянуть на одну из таких встреч, и мы пошли. Одной из практик, преподаваемых на занятии, было самопознание. Пáры участников должны были спрашивать друг у друга: «Кто ты?» Получив ответ, нужно было просто повторить вопрос, углубляясь в слои самоидентификации.

Ядром учения этого гуру провозглашалась безусловная любовь. Однако вскоре я обнаружил, что некоторые условия всё же были, поскольку на середине занятия меня попросили уйти. Главный преподаватель обвинил меня в том, что моя привязанность к моей девушке мешает мне сосредоточиться на учении. Как наказанный школьник я оказался снаружи храма, размышляя, что могло бы значить быть изгнанным из класса о безусловной любви. Прежде чем я успел найти ответ на этот вопрос, моя девушка появилась у выходной двери с хитрой, озорной улыбкой на лице. Я вставил цветок ей в волосы, и мы занялись страстной любовью прямо у стены храма. Может быть, это и был лучший ответ на самопознание?

Но вот я снова отвлёкся, позволяя своим проблемам с концентрацией взять верх. Давай вернёмся к делу и зададим себе этот простой вопрос: «Кто я?» Мы начнём с того, что быстро пройдемся по нескольким более простым ответам на наш запрос, перейдём к более тонким вариациям, а затем придём к тому, что, как я считаю, является окончательным ответом. Потому что да, в отличие от многих других самопровозглашённых реализованных, я искренне верю, что на этот вопрос действительно можно найти осмысленный ответ.

«Кто мы? Откуда мы пришли? Куда мы идём?» Это три самых вечных из вечных вопросов. Первый в очереди: «Кто мы?» – и это справедливо. Ведь если у нас нет ответа на этот первородный из вечных вопросов, то последующие явно теряют смысл. Откуда мы и куда направляемся остаётся довольно несущественным, если мы не имеем ни малейшего представления о том, кто приходит и уходит. И всё же едва ли кто-то дал удовлетворительный ответ на этот ключевой вопрос – по крайней мере, не будучи трезвым или до полуночи. Вместо этого мы вооружились внушительным арсеналом хитроумных тактик, когда первый из вечных вопросов встаёт перед нами. Предпочтительно мы вообще уклоняемся от вопроса и переключаем своё внимание на более насущные проблемы, такие как: «Так что, думаешь, цены на бензин/жильё/пиво в этом году вырастут?»

Если игра в вышибалы не срабатывает, мы можем задумчиво произнести что-то вроде: «Ах, вечные вопросы», затем задумчиво взглянуть вверх на небосвод или вдаль на океан, изобразить улыбку Моны Лизы, покачать головой и перейти к более острым загадкам человеческого существования: «Да, я думаю, они вырастут. Если только не упадут, конечно».

Но что, если мы решим пропустить все эти ритуалы избегания и вместо этого продолжим спускаться в кроличью нору самопознания: Кто я? Кто я на самом деле? Давай попробуем некоторые из более грубых ответов на наш запрос. Мы могли бы начать с очевидного: «Я – Одд», или какое бы имя твои родители ни решили тебе дать. Меня действительно зовут Одд. Если этого недостаточно, когда я говорю англоязычным людям, что моя фамилия – Несс, веселье неизбежно. В моём родном норвежском языке «Одд» не имеет того же значения, что в английском, но в наше время глобализации это, конечно, быстро исчезающее имя – по одному Одду за раз. Но да, моё имя действительно Одд Несс.

Оставив в стороне странности имён, перейдём к следующей линии защиты, которая часто возникает при столкновении с самопознанием: Кто я? Эта защита может звучать примерно так: «Я – это тело».

Когда исчерпываются более очевидные ответы, мы можем обратить внимание на черты, которые считаем уникальными или важными для нашей личности. «Я строг, но справедлив», – предлагает республиканец. «Я, напротив, – возражает демократ слева, – справедлив, но строг». Старый хиппи поднимает руку и мягким голосом предлагает, что на самом деле все мы – это наши чувства. Три студента-естественника проходят мимо в порядке очереди. «Я – электромагнитное поле между полушариями мозга», – провозглашает первый. Второй указывает, что его «я» равняется химическому собранию в нейротрансмиттерах мозга. «Ты и я, детка, всего лишь млекопитающие!» – лает третий.

«Мы – это наши мысли», – задумчиво произносит задумчивый человек. Системный мыслитель указывает и объясняет, что все мы – кусочки большой

головоломки. Пожилой мужчина, выходя из дома молитвы, клянётся, что он – творение Бога. Молодая женщина скользит мимо, словно парит в двух дюймах над землёй. «Я – существо Света, и я становлюсь единым с реальностью, когда медитирую», – её мантра. Пришло время внимательнее рассмотреть эти разные ответы на наш опрос, поскольку из тёмных переулков нарастает хор безликих, гневных голосов: «Я тот, кто я есть, чёрт возьми – слышишь меня!»

«Я – моё физическое тело». Это наиболее распространённая самоидентификация. Но когда именно мы являемся нашим телом? Или, что ещё важнее, были ли мы когда-либо ограничены только телом? Можешь ли ты вспомнить хоть один момент своего существования, когда ты был только своим телом? Разве не присутствовало всегда что-то ещё в твоём опыте помимо тела? Разве не присутствует что-то ещё прямо сейчас в этот момент? Можешь ли ты представить будущий момент, когда твоё тело будет единственным, что присутствует? Я тоже не могу. И кроме того, на какой стороне уравнения остаётся воздух, который мы вдыхаем и выдыхаем из тела, если «я» – это только тело? В какой момент воздух становится частью нас? При входе в нос? Или, может быть, когда он наполняет лёгкие? Или когда он снабжает нашу кровь жизненно важным кислородом? Без которого даже нейротрансмиттеры становятся бесполезными. Не зря это называется духовностью. Слово происходит от латинского «spiritus», что означает дыхание.

А как насчёт наших чувств – был ли наш эмоциональный друг прав? Конечно, был. Структура языка также подтверждает это предположение. «Я грустен», говорим мы, или «Я рад». Но наши слова – не наша реальность. Да, мы являемся нашими чувствами так же, как мы являемся нашими телами, но ни то, ни другое не даёт окончательного ответа на вопрос, кто или что мы есть на

самом деле. Глаз не может видеть себя напрямую, и наши чувства не могут видеть наши чувства. Что-то в нас «видит» наши чувства, и именно это «что-то» мы ищем.

А как насчёт мыслителя? Не вдаваясь слишком глубоко в вопрос, считает ли этот мыслительный резервуар, что мы – это все наши мысли, включая мелочные, гадкие и откровенно самоуничижительные мазохистские, или только наши добрые и благородные мысли, мы также отложим эту теорию в сторону. При ближайшем рассмотрении мы понимаем, что даже мысли становятся объектом того субъекта, которого мы ищем. Опять же, кто видит наши мысли? Кстати, пробовал ли ты когда-нибудь направить всё своё внимание на свои мысли, сказав себе: «Добро пожаловать всем мыслям, пожалуйста, входите!» – и затем осознанно ждать, пока твои гости появятся? Попробуй, и ты обнаружишь, что ни одна мысль не явится на вечеринку. Ничего, кроме отмен, насколько хватает внутреннего взора. Это одна из лучших медитаций для спокойствия ума.

Бог! Наконец-то кто-то, кто может навести порядок в этом хаосе. Но если наше представление о Боге следует классическому сюжету о небесном дедушке – то кто создал Бога? А если мы пытаемся подойти более метафизически, говоря, что Бог – это дух, или Бог – это любовь, или что-то в этом роде: где заканчивается Бог и начинаемся мы? Начинаемся ли мы с внешнего или внутреннего слоя кожи, или, может быть, с дермы между ними? Заканчивается ли Бог у сердечных клапанов, или последняя граница проводится у ствола мозга?

Указывал ли системный мыслитель нам верное направление? Являемся ли мы все лишь частями и кусочками в большом суперобъекте – например,

Гайе? В том же духе, что и остальные предположения, это предложение содержит много правды, потому что мы – это тоже. Однако даже это предложение не даёт окончательного ответа на наш вопрос: «Кто я?»

Утверждать, что мы все – отдельные кусочки в величайшей головоломке, лишь соединяет один нерешённый кусочек пазла самоидентификации с множеством других столь же нерешённых сущностей. Если мы не понимаем буквы, путь вперёд не в создании предложений.

Так что – должны ли мы все просто сесть в позу полу- или полного лотоса? Лежит ли конец нашей радуги в медитации, вызывающей нирвану без гранжа? Всё ещё нет. Чем бы мы ни были, мы являемся этим всё время. Наша истинная природа не доступна только через какое-то определённое состояние ума. Природа реальности открыта 24/7. Годы медитации не создадут особого состояния, в котором мы могли бы утверждать, что приблизились или отделились от природы реальности. Это может помочь нам достичь блаженного или иным образом достойного восхищения состояния, но наша цель не в достижении состояния, а в осознании природы всех состояний. Медитация действительно может быть прекрасным инструментом на пути к этому окончательному осознанию, но в конечном счёте природа реальности полностью присутствует сейчас, сейчас и всегда сейчас. Она не зависит от состояний, в которых мы оказываемся. Всё, что создаётся и поддерживается усилием – например, состояние ума, вызванное медитацией, – будет потеряно.

Зонтики теряются. Счастье, найденное в тумане пьяного часа, теряется. Но природа реальности – нет. И она не прячется. Не в тишине мира и не в уме. Тишина мира и ума – это прекрасные проявления природы реальности. Но так же прекрасен первобытный крик ночей большого города. Нам, людям, может

требоваться немного тишины, но природа реальности находится за пределами таких различий, как тишина и шум, порядок и хаос.

Подводя итог, ни один из вышеперечисленных ответов на наш вопрос не дал желаемого результата. «Кто я?» остаётся такой же загадкой, как и в начале нашего исследования, если не большей. Где-то на этом пути к сущности того, кто мы есть на самом деле, медленно возникает вопрос: «Что во мне видит все эти вещи?» Есть что-то в тебе и во мне – субъект в нас, – который объективирует наше тело, объективирует наши мысли. Этот дерзкий парень даже достаточно груб, чтобы объективировать наши самые сокровенные, тайные чувства.

Две вещи становятся всё более очевидными. Во-первых, кажется, что мы никогда не сможем «поймать» этот субъект, чем бы он ни был. Он навсегда будет ускользать от наших попыток определить его, независимо от того, насколько хитроумными мы будем. Все определения, которые мы, как искатели, можем придумать, автоматически станут добычей объекта, вскоре пожираемой этим суперсубъектом. Просто задавая вопрос, кто или что видит наш вновь найденный ответ, этот самый ответ объективируется, и в плане окончательных ответов на первый из вечных вопросов объективированный означает аннулированный.

Во-вторых, до нас начинает доходить, что идентичность этого субъекта не ограничена только мной или тем, что мы привыкли называть мной – в моём случае, Оддом. Для этого ненасытного подглядывающего Тома Одд кажется ещё одним блюдом в меню. Конечно, Одд для меня – объект, не похожий на все другие объекты, – личный, субъективный объект, если угодно, – но он всё равно объект. Так кто же этот наблюдатель Одда? Кто или что в тебе наблюдает твоё

собственное относительное «я»? Покажи мне этого вуайериста, и я скажу ему, чтобы он занимался своим делом! Или, может быть, он уже именно этим и занимается?

Вуайерист

Так кто же этот таинственный наблюдатель? Что именно представляет собой этот тенеобразный суперсубъект, которого невозможно поймать, но который, кажется, без усилий поглощает всё, что наша хитрость может собрать в погоне за самой сущностью нашего бытия? Может быть, только может быть, мы начнём думать: этот свидетель всех вещей – это и есть то, кем я действительно являюсь? Это тот ответ, который мы искали? Наконец ли мы осознали Себя – природу реальности?

Это широко распространённое предположение среди продвинутых искателей. Эта новая точка зрения со всеми её новыми перспективами определённо кажется освежающей. Я не это, не то. Я – свидетель всех проходящих явлений. Когда стеклянные стены прежних самоидентификаций начинают трескаться вокруг нас, мы можем чувствовать себя свободнее, чем когда-либо. Может быть, даже просветлёнными? Это так далеко, как большинство действительно интересных учений доводят духовного искателя. Но – и это большое «но» – это далеко не достаточно далеко.

Этот уровень самоидентификации имеет много названий в зависимости от традиции, по которой человек идёт. Достигнув этой точки самоидентификации, мы становимся наблюдателем всего происходящего, наблюдателем, которого мы интеллектуально начинаем утверждать как новую

самоидентификацию. Многие называют это Свидетелем. Лично я предпочитаю называть это Вуайеристом. Вуайерист изначально привлекательная самоидентификация, потому что теперь мы можем заглядывать в укромные уголки реальности, которые раньше были от нас скрыты.

Все согласны, что самоидентификация человека развивается. Они могут расходиться во мнениях о том, сколько уровней мы проходим, что составляет уровень, а что является лишь стадией или подэтапом и миллионом других вещей, но все согласны, что самоидентификация – не постоянная сущность. Все эти разные уровни самоидентификации кажутся безграничными, когда мы впервые входим в них. Утвердившись в новой самоидентификации, «я» обнаруживает, что изначально может свободно двигаться во всех направлениях – вверх или вниз, влево или вправо. Пока блуждания ограничены пределами нового уровня, только наше воображение устанавливает границы.

Это изначально создаёт восхитительную иллюзию свободы, и уровень, который я называю Вуайеристом, не исключение. Я помню, когда впервые вошёл в этот особый вид самоидентификации. Это было замечательно. Я пребывал как свидетель всего, что возникает в моменте. Если практиковать достаточно осознанную медитацию, Вуайерист будет с вами весь день, в ваших снах и даже в безсновидном сне! Когда это произошло в моей жизни, я чувствовал себя духовным чемпионом, потому что слышал, что это духовное достижение. Наверняка это и было просветление?

Однако это лишь вопрос времени, прежде чем мы столкнёмся с пределами даже уровня Вуайериста в самоидентификации. Прежние уровни «я» могли быть обновлены, но в действительности они лишь заменены на новую вариацию знакомой темы – частичной самоидентификации. Вуайерист

может быть самым тонким из дуалистичных кинжалов, спрятанных в сердце целостности, называемой реальностью, но, увы, он всё ещё частичен до глубины души.

Вскоре Вуайерист больше не очарован своими новыми перспективами. Тысяча кусочков могла сократиться до двух, но в каком-то смысле мы теперь чувствуем себя более отрезанными от остальной реальности, чем раньше, а не менее. Ранее у нас бывали моменты единства с другими объектами, присутствующими в нашем моменте. Часто именно такие переживания единства побуждают нас踏上 искать путь к началу. Такие чувства единства могут захлестнуть нас на танцполе в субботнюю ночь или в доме молитвы в воскресное утро. Но теперь, пребывая как Вуайерист, мы застряли с новой самоидентификацией, запертой в состоянии постоянного самосознательного разделения. Вуайерист смотрит из-за одной стороны окна, в то время как остальная реальность твёрдо размещена по другую сторону разделяющей стеклянной стены. Это всё ещё очень дуалистическая самоидентификация, действительно.

Проблема с уровнем свидетеля в самоидентификации, который я называю Вуайеристом, та же, что и со всеми другими уровнями: они именно уровни. Лишь части целого, того самого целого, которое мы ищем. До того как идентифицировать себя как Вуайериста, мы воспринимали мир как чужой и бесконечно фрагментированный, потому что отождествляли себя лишь с одним из бесчисленных объектов, присутствующих в нашем моменте, а именно с относительным «я». Но даже теперь, идентифицируя себя как Вуайериста, мы остаёмся чужаками, пришельцами. Это совсем не то, чего мы хотели. Потусторонние и пассивные, мы наблюдаем проходящую реальность там,

снаружи. Не дай бог, чтобы это было нашим конечным пунктом назначения. Мы не обновляли свою самоидентификацию, чтобы обменять её на этого призрака в машине. Поэтому мы оставляем Вуайериста на его месте, свободного смотреть на все чудесные и утомительные события, проходящие за разделяющей стеклянной стеной.

Вуайерист – это так далеко, как многие книги о духовности нас приведут. Мы начали искать те Большие Городские Ночи осознания нашего истинного Себя, того, кем мы действительно являемся. Мы купили билеты. Мы открылись тем вечным вопросам, которые привыкли игнорировать. Мы сели на свои места, готовые отправиться в путь. Применяя одну из традиций мудрости или коктейль из многих из них, нас ведут в направлении истины. Но каждый раз, когда нам кажется, что мы приближаемся к окончательному ответу... ничего. Нас оставляют висеть. В этой книге я обещаю не оставить никого висеть. Некоторые одобрительно кивнут в ответ на предоставленный ответ. Другие предпочтут покачать головой горизонтально, но никто не останется висеть.

Вуайерист – это лишь Полпути. Так что мы можем воспользоваться этой возможностью, чтобы ненадолго выйти и немного размять ноги. Духовное путешествие длинное и извилистое, и есть много моментов в жизни искателя, когда мы полностью согласимся с первой частью высказывания Чогьяма Трунгпы, тибетского духовного мастера: «Лучше не начинать», – гласит оно. Но теперь нам нужно помахать Вуайеристу на прощание и вернуться на свои места, чтобы пройти весь путь. У этого высказывания Трунгпы есть вторая часть, и это заголовок нашей следующей главы: «Раз начав – лучше завершить».

Раз Начав – Лучше Завершить

«Мы не люди, переживающие духовный опыт. Мы дух, переживающий человеческий опыт.»

– Пьер Тейяр де Шарден

Позвольте мне представить моё Я

До сих пор мы в основном говорили о том, чем мы не являемся. Чтобы пройти весь путь к осознанию природы реальности, пришло время выяснить, сможем ли мы вместо этого подтвердить, чем мы на самом деле являемся. Чтобы обнаружить то, что скрывается в отступающих тенях, мы теперь сосредоточим наше внимание на настоящем моменте.

Сразу уточню: совершенно не важно, как именно протекает этот твой настоящий момент. Чувствуешь ли ты сонливость или воодушевление, скуку или прилив энергии – всё это не имеет никакого значения для нашего маленького эксперимента. Не требуется ни зажигания экзотических благовоний, ни фонового звучания поющих дельфинов. Всё одинаково хорошо. Легко почувствовать себя немного в духе дзен, сидя на вершине горы и глядя на закат, но если то, что мы ищем, действительно интересно, конкретное содержание твоего момента не имеет ни малейшего значения. Ты можешь переполняться телесной сверхчувствительностью после потрясающей сессии йоги или чувствовать себя измотанным после ночной смены. Оба варианта подходят. Нас интересует этот твой момент целиком, независимо от его содержания.

Твой настоящий момент включает в себя то, что ты привык называть «я». В твоём моменте также присутствуют все твои текущие мысли и чувства: большие и малые, грязные или благородные. Твоё сердце работает, продолжая

биться. Нейротрансмиттеры выполняют свою задачу – всё это происходит в рамках твоего момента.

В этом моменте есть и другие элементы. Эта книга присутствует, и если ты находишься внутри помещения, то есть комната. Может быть, над твоей головой висит лампа или на стене висит фотография любимого человека? Стена, ради которой ты когда-то мог рискнуть своими финансами или отношениями, чтобы она была окрашена в идеальный оттенок жжёного оранжевого. Но теперь, в этот момент, стена предстаёт перед тобой без всяких усилий.

Ты находишься на улице? Слышишь ли ты рёв проезжающего транспорта? Может быть, облако выхлопных газов просунуло свою ногу в дверной проём твоих ноздрей, настаивая на том, чтобы пройти вниз по дыхательным путям? Важно признать, как всё это происходит спонтанно, автоматически, точно так же, как твоё сердце продолжает биться без каких-либо сознательных, героических усилий с твоей стороны. Тебе не нужно ничего делать, чтобы все эти вещи разыгрывались в твоём моменте. Реальность такова, что они продолжают раскрываться независимо от твоих волевых усилий или их отсутствия.

Прямо здесь и сейчас, в этом твоём моменте, тот, кого ты называешь «я», сидит, стоит или лежит. И мир тяжёлым грузом лежит на твоих плечах. Ты долго спал, воображая себя потерянным в своём собственном сне. Пришло время проснуться...

Ответ на вопрос «Кто я?» на самом деле так же прост, как и сам вопрос. Я есть, и, что гораздо важнее для тебя, ты есть – не что иное, как... этот момент!

То, что видит этот и все другие моменты, и всё содержание этого и всех других моментов, – одно и то же, и это то, кем ты действительно являешься. Это суть того, что я называю трансдуальностью.

Слава небесам, что версия относительного «я» – не конечная цель на пути к тому, кто мы есть. Когда я использую выражение «относительное я» сейчас и на протяжении всей книги, я имею в виду все различные версии самоидентификации, которые считают себя фундаментально отделёнными от остальной части этого момента. Относительное «я» – центральная и удивительная часть того, кто мы есть – кто ты есть, – но это всё ещё лишь часть целостности, которая есть ты. Ты – это всё, всё это, а не только малая его часть в виде относительного «я». Другими словами, ты не просто гость в своей собственной жизни (не забудь прихватить мыло перед выездом).

Ты, конечно, также и старое относительное «я», но нет нужды идентифицировать себя исключительно как один из всех объектов, присутствующих в твоём моменте. Твоё относительное «я» – подставь сюда подходящее имя, моё было бы Одд – это относительный объект в твоём абсолютном субъекте, этом моменте, который является твоим бесконечным Я.

Время настало

Твоё абсолютное Я бесконечно, потому что этот момент не имеет границ. Ни в пространстве, ни во времени, ни в любом другом измерении. Вечный момент, который есть этот момент, держит своё слово и является именно таким: вечным. Замечал ли ты когда-нибудь, как этот момент никогда не заканчивается? Конечно, мы приучили себя думать, что каждый момент заменяется следующим

моментом. Чтобы провести наше относительное «я» через этот вечный момент, мы мудро решили разделить его на множество отдельных мини-моментов: наносекунды, минуты, годы, тысячелетия. Легко забыть, что на самом деле мы имеем дело только с одним неразделимым и бесконечным моментом – этим самым.

Это то, что иногда называют «сейчасностью», и именно поэтому говорят, что сейчасность – единственная реальность. Каждый осколок прошлого существует только в сейчасности, и всё будущее тоже. Воспоминание о вине, которое ты выпил вчера вечером, существует только сейчас. Помимо того похмелья, что пульсирует в твоей голове, оно больше не может тебя опьянить. Мысль о запланированном завтрашнем пире тоже происходит прямо сейчас и в данный момент не способна наполнить твой желудок. Когда ты пил вино, это происходило сейчас, и когда ты сядешь за стол завтра вечером, готовый приступить к еде, это тоже будет происходить прямо сейчас. Воспоминания о прошлом и ожидания того, что может принести будущее, происходят сейчас и только сейчас. Ничего, кроме сейчасности, куда бы мы ни посмотрели. Сейчасность, которая равна этому вневременному моменту, что никогда не рождался и никогда не умрёт, и который есть ты. Он нерождённый и неумирающий, потому что не возникает из внешнего источника. Он просто всегда есть.

Одно из самых тёмных облаков, вечно отбрасывающих свою зловещую тень на идентичность относительного «я», – это смерть. Глубоко внутри относительное «я» знает, что у его путешествия есть только одно конечное предназначение. Вскоре каждое разумное «я» сделает логические выводы, предопределённые его дуалистическим восприятием себя и реальности. Жизнь

с точки зрения относительного «я» – это, в конечном счёте, заболевание, передающееся половым путём, со стопроцентной смертностью. Пожалуй, немного драматично, но всё же, в великом космическом масштабе человеческое существование – это, бесспорно, довольно мимолётное дело.

Мимолётное и одинокое. Застыв в идентичности относительного «я», мы понимаем, что подлинное взаимопонимание между двумя отдельными «я» – это иллюзия, и что, сколько бы других «я» мы ни встретили, мы навсегда останемся одиноки. Пока мы считаем себя в конечном счёте отдельными сущностями, любой подлинный поток за пределами мимолётных встреч, не говоря уже о такой вещи, как безусловная любовь, между двумя такими сосудами немыслим. Как относительные самоидентичности мы также осознаём, что всё, что мы делаем, в конечном счёте бессмысленно. Мы бессмысленны. Ничего больше, чем биологический мусор на случайном пути через бесконечный и чужой космос пространства и времени.

Конечно, мы наложим немного макияжа, чтобы скрыть этого ждущего смерти – в конце концов, нигилизм, доведённый до логического завершения, не то лицо, с которым хочется встречать мир. Но под поверхностным макияжем: пустой, зияющий череп – истинное лицо всех версий относительного «я». С течением лет рёв приближающегося водопада, который есть наша собственная смерть, становится всё более оглушительным. Лучшее, на что мы можем надеяться, – закрыть глаза, засунуть голову в песок и поддаться своей судьбе.

Парализованные воображаемой чужой и угрожающей реальностью там, снаружи, мы ослеплены тем фактом, что мы сами являемся единственными создателями и хранителями линий разделения и судьбы, к которой эти границы нас приковывают. Эта идея абсолютного разделения и смерти – наше

собственное изобретение по замыслу. Каждый удар, который наносит эта судьба по нашему лицу, – по нашему собственному согласию. Но что, если эта судьба вовсе не наша окончательная судьба? Это надежда, которую несут в сердцах те души, что отправляются на духовный путь: подозрение, что может существовать другая судьба. И, к счастью, она есть. Существует судьба, которая соответствует природе реальности, а не противостоит ей. Судьба, которая не будет вечно гнать нас всё ближе к пожирателю под названием смерть, постоянно напоминая нам, как она заботится о нас, как хочет только лучшего для нас и, не в последнюю очередь, как она – единственная доступная судьба.

Когда мы впервые начинаем путь сознательного поиска, это часто сопровождается чувством, что это начало конца. Духовный путь изобилует разговорами о смерти эго и тому подобном. Относительная самоидентичность действительно является частью, ограниченной во времени, поэтому нам очень естественно связывать конец поиска с такими сценариями. И трансдуальное обновление действительно подразумевает финальные титры к жизни, какой мы её знали до сих пор: бесконечная мыльная опера о взаимоотношениях между относительным «я» и остальным содержимым, возникающим в моменте. Это конкретное шоу, к счастью, снимается с программы, как только мы прощаемся с тираническим правлением относительной самоидентичности. Однако по отношению к нашему абсолютному Я сценарии блокбастеров о конце света не могли быть дальше от истины. Идентифицировать себя как этот момент, а не просто в нём, – это конец начала, а не начало конца.

Вечная жизнь – это не то, что представляет себе не обновлённое «я», а именно существование этой конкретной относительной идентичности,

растянутое по бесконечно длинной линии отдельных моментов. Как мы видели, оба предположения этой логики ложны. И абсолютно отдельное «я», и абсолютно отдельные моменты, по которым оно воображает своё существование растянутым, – это концепции, которые тают под светом, излучаемым прозрением в бесконечную трансдуальную природу реальности. Вечный момент кажется разделённым только тогда, когда мы соотносим его с мировоззрением, основанным на относительной самоидентичности.

Это может вызвать лёгкий оттенок разочарования у того, кто представляет вечную жизнь как долгожданную смену обстановки для ограниченного «я». Прощай, грязная и грешная Земля, и здравствуй, чистая и беспроблемная VIP-зона после смерти. Нет, вечная жизнь – твоя прямо сейчас, как только ты признаёшь, что существуешь как этот момент, а не просто в нём. На самом деле вечная жизнь уже принадлежит тебе и мне, независимо от того, как наша относительная самоидентичность может представлять её развитие. Идентифицирую ли я себя как момент или продолжаю настаивать, что это относительное «я» – всё, что я есть, на самом деле не имеет значения. Относительное «я» умрёт, но момент, который охватывает самоидентичность, настаивающую, что относительное «я» – это всё, чем оно является, не умрёт. Ничто не длится вечно, и ты – это то «ничто».

Возвращение очарования миру

Этот момент не имеет пределов во времени, и то же относится к пространству. Этот твой момент – который есть ты – не заканчивается на границе твоего тела, ни у стены перед тобой. Он не останавливается на границе твоей страны, ни у горизонта, ни у конца вселенной. Этот момент не ограничен временем или

пространством, потому что время и пространство – это проявления, которые разыгрываются внутри этого момента. Не наоборот. Время и пространство – это вещи, которые мы изобретаем, как только идентифицируем себя как субъекты, отделённые от внешнего мира, состоящего из столь же отдельных объектов. Время и пространство – это расстояние, которое отделяет нас от этой бесконечности объектов, и расстояние между ними.

В интимной непосредственности момента, прежде чем мы наложили наши разделяющие фильтры на трансдуальную природу реальности, будь то пространство между тобой и мной или время между твоим рождением и смертью, ни одно из этих качеств не существует. Их природа относительна. Помни, что всё относительно не означает, что всё случайно или бессмысленно. Это лишь подразумевает, что для установления истинной природы объекта или события нам нужно исследовать его отношения.

Хотя такие понятия, как время и пространство, относительны, это, конечно, не значит, что использовать такие чрезвычайно полезные структуры – плохая идея. Но мы не должны путать то, что действительно является природой реальности, с тем, что ею не является. Нам просто нужно различать карты, разработанные относительными самоидентичностями для навигации этих идентичностей через бесконечную местность природы реальности, и саму эту местность, до и независимо от таких изобретений.

Единственное, что поддерживает веру в «я», каким-то образом фундаментально отделённое от остальной части этого бесконечного момента, – это мысль: я – фундаментально отдельное «я». Однако у этой мысли нет никаких доказательств, чтобы её подкрепить. Если мы посмотрим на реальность такой, какой она предстаёт сейчас, сейчас и всегда сейчас, нет

ничего, что поддерживало бы идею о таком «я», существующем независимо от своих обстоятельств – остальной части этого момента. Единственное решение этой противоречивости – переместить самоидентичность на момент в его целостности, частью которого относительное «я» является желанным и необходимым, но никогда не фундаментально отдельным элементом.

Утвердившись в этой обновлённой трансдуальной самоидентичности, мы становимся свободны принять внешний мир, весь его, зная наверняка, что реальность – это одно движение, а не два или десять тысяч. Мы принимаем всё это, потому что природа реальности, этот момент в его целостности, наше абсолютное Я – это все объекты. Как мы пытались установить: вне субъекта этого момента, который равен природе реальности, – никаких объектов не существует. Другими словами, заимствуя из одного из самых центральных буддийских учений, «Сутры сердца»: вся форма – это пустота. «Пустота» – слово, которое может звучать немного странно на английском, но оно просто указывает на то, что ни один объект в конечном счёте не обладает отдельным существованием. Все они – грани этого вечного, бесконечного момента.

Однако – и это важно, чтобы вытеснить последние остатки дуальности из искателя – мы также замечаем, что ничего не существует вне объектов! Вторая часть той цитаты из «Сутры сердца», которую я упомянул, часто упускается из виду или неверно понимается, и она звучит так: пустота также не отлична от формы.

Нет зоны, свободной от объектов, вне или за пределами объектов, где субъект – будь то Бог, Вуайерист или любая другая часть целостности этого бесконечного момента – мог бы спрятаться. Как только такие сущности появляются, они одновременно становятся неотъемлемыми частями этого

момента. Трансдуальная природа реальности сшита таким образом, что без объекта, в котором она могла бы отразиться, субъект не существует как нечто иное, кроме потенциальности – потенциала, который реализуется только через проявление в виде объекта. В этом самом акте проявления субъект неотличим от объекта, через который он проявляется. Без луны, чтобы отражать её лучи, солнце этого момента никогда не восходит. Субъект и объект – это взаимозависимо возникающие сущности. Мы не можем иметь одно без другого. Другими словами: пустота также не отлична от формы.

Это важно, потому что обусловленность в нас, заставляющая выдумывать какую-то сущность вне этого момента, которая создала или управляет происходящим в этом моменте, очень глубока. Даже если мы принимаем, что вся форма – это пустота, что ни один объект не обладает независимым существованием, мы всё равно склонны воображать какую-то сущность вне этого момента, которая обладает таким существованием – будь то Бог или программист космологической матрицы. Трансдуальность утверждает, что такой вариант невозможен. В той мере, в какой существует сила, желающая этот момент в бытие, эта сила сама неотличима от этого самого момента, который есть то, что и кем мы действительно являемся.

Прозрение, что природа реальности неотличима от объектов, через которые она проявляется, имеет множество замечательных последствий. Одно из них – это возвращение очарования миру. Австрийский социолог и философ Макс Вебер заимствовал термин «разочарование мира» у Фридриха Шиллера. Вебер использовал его для описания перехода от мировоззрения, отмеченного верой в магию и религию, к современному мировоззрению, где все явления рационализировались – и тем самым разочаровывались – логикой и наукой.

Ознакомление с нашими обстоятельствами привело к отчуждению, которое определяет современную жизнь.

Трансдуальность предлагает лучшее из двух миров. Нам не нужно отказываться от благословений, дарованных нам современной рациональной наукой и логикой. Напротив, мы теперь свободны ещё полнее использовать прекрасный потенциал этих замечательных инструментов. Однако эта наука и логика больше не разочаровывают мир, поскольку мы понимаем, что все объекты – это совершенно очаровательные, естественные – даже неизбежные – проявления реальности, которая более волшебна, чем всё, о чём могли бы мечтать наши относительные самоидентичности.

Из этого осознания вырастает радость от того, что мы больше не запрограммированы рассматривать реальность как потенциальную угрозу нашему отрезанному относительному «я». Нам больше не нужно считать мир красивым и целенаправленным только в той степени, в какой он может быть использован для удовлетворения наших потребностей или когда мы можем использовать его красоту, чтобы отражать её на нас самих. Нет больше необходимости позволять страху и желанию определять наши отношения с реальностью во всех её формах. Вместо такого утилитарного подхода к реальности, подпитываемого нашими страхами и желаниями, мы осознаём, что это мы, и мы – это она. Вся драма, вся печаль и весь экстаз – каждая вещь возникает как проявление твоего истинного Я.

Чувствуй себя свободно расслабиться, глубоко вдохнуть и быть в полном покое в этом бесконечном и вечном моменте, который есть твоё истинное Я. Подними ноги и чувствуй себя как дома, потому что ты дома. Не то чтобы ты когда-то уходил. Буквально некуда идти. Однако нет нужды и в клаустрофобии.

Напротив, эта новая самоидентичность – самое обширное, самое просторное чувство, которое ты когда-либо испытаешь. В конце концов, клаустрофобия требует угрозы внешнего по отношению к «я» внутри. Одним из многих очень приятных побочных эффектов идентификации с бесконечным моментом является то, что нет ничего другого. Ничего вне тебя, угрожающего твоему существованию. Есть только бесконечный, бесконечно богатый и бесконечно динамичный ты.

Если ты серьёзно настроен искать абсолютное Я, здесь всё заканчивается. Всё, что возникает в этот момент, немедленно становится его частью – частью тебя. Обновившись до своего истинного Я – признав, кем ты действительно являешься, – ты можешь вернуться или взяться за такие замечательные инструменты, как научный метод, медитация, поиск экстатических переживаний или любая другая техника, чтобы немного лучше узнать своё Я. Итак, продолжай, применяй прекрасный научный метод как замечательный инструмент, чтобы узнать больше об этом моменте, которым ты являешься. Ищи тантрические секреты, чтобы быть тем, кто ты есть, экстатично. Медитируй, чтобы тихо слушать, пока твоё абсолютное Я шепотом раскрывает свои тайны. Но поиск этого абсолютного Я – окончен.

Твоё относительное «я» тоже достойно любящих объятий. Относительное «я» процветает и продолжает существовать даже после этого окончательного обновления самоидентичности. Оно лишь теряет свои исключительные права на самоидентичность. И в этой потере оно наконец обретает себя. Принять трансдуальную самоидентичность означает, что ты (превосходишь), но включаешь относительное «я». Это не рецепт пограничного расстройства, где границы между «я» и другим становятся размытыми. Напротив, ты будешь

яснее, чем когда-либо, знать пределы между относительным «я» и остальной частью момента.

Сражаясь с природой реальности, пытаюсь её контролировать, относительное «я» страдало больше всего. Освобождённое от этой невыполнимой миссии, относительное «я» теперь свободно преуспевать как одно из многих сердец в теле твоего истинного Я. Хотя сердце обнаруживает, что оно не всё и вся, а скорее центральная часть удивительного целого, нет причин для того, чтобы сердце перестало биться. Напротив, оно будет биться сильнее, счастливее и красивее, чем когда-либо. Зная, что оно тоже существует как этот вечный и бесконечный момент – не просто в нём.

Вуайерист и Экстаз

«Мудрость говорит мне, что я – ничто. Любовь говорит мне, что я – всё. Между этими двумя течёт моя жизнь.»

– Нисаргадатта Махарадж

Мужское против женского

В начальных главах я коснулся самоидентичности, которую назвал Вуайеристом. Эта самоидентичность является свидетелем всего возникающего, и она часто пытается навязать себя как абсолютное Я. Этот наблюдающий Вуайерист – вершина того, что называют мужской духовностью. Это прекрасное состояние, но оно не отражает полной природы реальности. Однако отождествление этого состояния с просветлением настолько пронизывает современную духовность, что стоит ненадолго бросить скрытый взгляд в сторону этого Вуайериста.

Мужская духовность – это форма поиска, стремящаяся освободить искателя от всех ограничений, присущих человеческому существованию. Это импульс, тянущийся к солнцу. Она жаждет небесного рая или выхода из кармического колеса жизни, чтобы обрести покой в нирване. Короче говоря, мужская духовность стремится отстраниться от всех мирских явлений, чтобы сбежать из этой грязной и грешной тюрьмы, называемой Землёй.

Женская духовность – полная противоположность. Она не о наблюдении, а о бытии. Отстранённое свидетельство её не вдохновляет – быть увиденной, по-настоящему увиденной, гораздо легче вызывает возбуждение. Женский принцип – это всё о выражении самой жизни, он страстно привязывается к

природе, цветам, формам и запахам. Она не мечтает о солнце. Вместо этого она погружается в отражённый свет полной луны, танцуя обнажённой под её ласкающими лучами. Она не стремится исследовать вселенную, а предпочитает копаться пальцами в земле, внимательно прислушиваясь, пока почва шепчет, какие травы она хочет вырастить. Женский принцип – это гипер-чувственная, обнимающая Землю, страстная духовность.

В то время как мужской принцип проходит через пути, такие как медитация и интроспекция, женский путь посвящён чувствам, преданности, трансу танца и мечтам о безусловной любви. И он достигает своего собственного кульминационного момента не в отстранённом вуайеризме, а в экстазе. Интересно, что слово «экстаз» происходит от греческого «ekstasis», что означает быть или стоять вне себя. Это цель, с которой мужской принцип может себя соотнести. Таким образом, в конечном итоге мужской и женский духовные принципы применяют разные пути для достижения общей цели –超越 (превосхождения) относительного «я».

Встреча этих двух путей проявляется в тантрическом сексуальном союзе, где мужчина и женщина остаются присутствующими на протяжении всего их любовного акта и его кульминации. Вуайерист и Экстаз становятся единым целым. Хотя продолжительное, полностью осознанное оргазмическое блаженство, несомненно, звучит как один из лучших способов пережить эту реальность, нельзя сказать, что это и есть природа реальности. Даже если это блаженство может казаться вечностью, тантрическая кульминация заканчивается, а природа реальности не знает ни начала, ни конца.

Такое разделение реальности на женские и мужские принципы не уникально для Тантры – оно встречается во всех основных религиях, традициях мудрости и вплоть до мейнстрима общества. В восточной системе инь и ян инь представляет женский принцип, а ян – мужской. В западной психологии это проявляется в популярных тестах личности, таких как индикатор типов Майерс-Бриггс (MBTI) и Эннеаграмма, в дихотомиях, таких как экстраверт и интроверт, применительно к определённым чертам наших личностей.

В своей книге «Бессмертие» чешско-французский писатель Милан Кундера предлагает прекрасное описание этих двух разных подходов. В главе под названием «Сложение и вычитание» он знакомит нас с двумя сёстрами, Агнес и Лаурой. Пока Агнес идёт к самопознанию по мужскому пути, пути, который видит, что вся форма – это пустота, Лаура выбирает женский путь, который видит, что вся пустота не отлична от формы:

Агнес вычитает из себя всё внешнее и заимствованное, чтобы приблизиться к своей чистой сущности (даже с риском того, что внизу вычитания скрывается ноль). Метод Лауры прямо противоположен: чтобы сделать своё «я» более видимым, осязаемым, значимым, она продолжает добавлять к нему всё больше и больше атрибутов и пытается отождествить себя с ними (с риском того, что сущность «я» может быть погребена под дополнительными атрибутами).

Ревность и лунные ракеты

Главная проблема мужского принципа в том, что он любит считать себя единственным духовным игроком в городе. Бразильская деревня и лунная

ракета могут помочь проиллюстрировать эти покровительственные тенденции мужского принципа и его проблемные отношения с женским.

На протяжении нескольких сотен лет мужской принцип был на пике популярности. Этот пик достиг своего апогея в 1969 году, когда мир затаил дыхание, наблюдая, как «Аполлон-11» пытался покорить Луну. В Бразилии социально осознанный журналист по имени Марио Лусио Франклин решил освещать это событие, находясь в небольшой сельской деревне Каррапатеира. Деревня расположена в Нордесте, бедной северо-восточной части Бразилии, и приобрела сомнительную национальную известность после опроса, который показал, что это самый материально несчастный округ в стране. Франклин намеревался противопоставить количество ресурсов, потраченных на путешествие «Аполлона-11» к Луне, с нехваткой ресурсов, всё ещё ощущаемой в таких сообществах, как Каррапатеира, здесь, на Земле.

Последующий репортаж в газете *Jornal do Brasil* стал медийной сенсацией. Не потому, что он вызвал волну социального осознания неравенства в мире, а из-за открытия, которое застало Франклина врасплох. Это открытие отразилось в заголовке его статьи: «Каррапатеира ревнует к Аполлону-11!» Не ресурсы, потраченные на путешествие, заставляли кровь жителей Каррапатеиры кипеть. И не зависть из-за того, что, в отличие от соседних деревень, Каррапатеира на тот момент ещё не была подключена к электросети, и её жители не могли следить за посадкой на Луну по телевизору, пробуждала зелёного монстра. Так что же заставило жителей сельской бразильской деревни чувствовать ревность к лунной ракете?

Солнце – высший символ мужского принципа, Луна – женского. На Западе мы привыкли к мировоззрению, доминируемому мужским духовным

принципом. Христианство – в том виде, как оно практикуется в его 主流 (мейнстримовых), немустических линиях, – подчёркивает мужские аспекты поиска. Это религия солнца, и она поощряет образ спасения как освобождения от трудов этой земной жизни. Далёкие небеса манят, а бедная Теллус ассоциируется с грехом и распадом. Это вполне естественно. В конце концов, Земля с её бесконечными циклами жизни и смерти служит постоянным напоминанием относительно «я» о его dreaded (страшной) смертности. Штурмующий небеса мужской принцип ищет вечности, и его царство, естественно, не может быть в этом мире со всеми его присущими ограничениями. Он больше заинтересован в том, чтобы выкачать последнюю нефть из Земли, чтобы заправить космический корабль, который поднимет его в небо, где ему место.

Не так в некоторых частях Нордесте. Их мировоззрение представляет собой конгломерат элементов, собранных из верований коренных жителей и тех, что принесли африканские и европейские пришельцы. Побочным эффектом этого духовного коктейля стало то, что для жителей Каррапатеиры солнце не было суперзвездой на небе – эту позицию они отдали Луне. К ней они обращались за советом о погоде и работе на земле, о жизни и любви. Они чувствовали ревность к Нилу Армстронгу и его товарищам по экипажу, потому что твёрдо считали, что именно им следовало бы ласкать поверхность Луны. В конце концов, это они так страстно её любили.

Бразильская ревность в стороне, посадка на Луну в 1969 году – идеальное проявление доминирования мужского принципа над женским. Какой ещё архетипический образ может быть лучше, чем штурмующий небеса фаллической формы космический корабль, покоряющий Луну, главнейший

символ женского принципа, пронзающий её тело своим флагштоком. Добавляя оскорбление к унижению, они даже осмелились назвать миссию в честь Аполлона, мужского бога солнца! Казалось бы, самое меньшее, что они могли сделать, – это назвать её в честь Артемиды или другой из лунных богинь.

Это был кульминационный момент движения, которое набирало обороты на протяжении нескольких веков, по крайней мере, с эпохи, которая одновременно создала и была создана механистическими законами, установленными Исааком Ньютоном. Однако в вечности ни одно завоевание не длится вечно, что можно наблюдать в событиях после 1969 года. Многие из этих событий несут отпечаток женского принципа. Я имею в виду такие явления, как расцвет альтернативной духовности и (некоторые части) движения за освобождение женщин.

Трансдуальная Тантра

Хотя вы найдёте больше мужчин, доминируемых мужским принципом, и больше женщин – женским, между женским и мужским полом и женским и мужским духовными принципами нет полного соответствия. В психосексуальной сфере это, конечно, можно наблюдать в радуге сексуальных ориентаций, действующих в мире. Важно помнить, что в каждом из нас присутствуют оба духовных принципа – мужской и женский – и нам нужно развивать оба.

Я знаю, что в моём подходе к мужской духовности я прозвучал немного неблагодарно, но это только потому, что мужская духовность – более доминирующая и хвастливая из двух. И к тому же, хотя мужской принцип – это прекрасное и необходимое выражение духовности, его склонности к отрицанию

Земли, если они не уравновешены женским принципом, быстро станут враждебными самому чуду жизни. Однако мужской принцип действительно выполняет несколько важных функций. Я хочу поделиться с вами историей о том, как дисбаланс духовных принципов проявился в моей собственной жизни.

На рубеже тысячелетий я наткнулся на живой опыт, к которому указывают такие книги, как эта. В то время моей жизни я вовсе не был духовным искателем. Скорее, я был анти-искателем – активно избегая всего, что пахло религией или духовностью. Однако я всегда был активным, полусознательным искателем истины, и вдруг оказался там, живя истиной изнутри. Это осознание частично родилось из прекрасной дружбы. Дэн Либерман был южноафриканцем, старше меня на шесть лет. Мы разделяли столько видений жизни и того, как её проживать, и наша дружба стала катализатором, который помог нам обоим избавиться от достаточного количества экзистенциальной грязи, чтобы жить очень правдиво.

Несколько месяцев я жил этой истиной. Это то, что иногда называют опытом плато, в отличие от пикового опыта, где человек кратко улавливает природу реальности. Однако даже опыты плато заканчиваются, и мой закончился плохо. Я был в Лондоне, Великобритания, направляясь на випассана-ретрит, когда получил известие, что мой друг погиб в автокатастрофе в Южной Африке в свой тридцать третий день рождения. В моём мире не хватило места, чтобы вместить эту новость, и вскоре после этого я сорвался с обрыва своего плато. С этой стороны трансдуального сдвига я, конечно, могу сказать, что некуда упасть. По словам Чогьяма Ринпоче: «Плохая новость в том, что ты падаешь в воздухе, не за что ухватиться, нет парашюта. Хорошая

новость в том, что земли нет.» Однако до того, как истина за этим утверждением осознана, это просто куча слов.

Оглядываясь назад, я вижу, как мой опыт плато был слишком сильно наклонён в сторону женского духовного принципа. Столкнувшись с серьёзным испытанием, этот опыт рухнул, так как не был сбалансирован достаточно зрелой версией мужского принципа. Роль этого принципа – обеспечить понимание конечной истины, чтобы поддерживать женское – проживание её. Если у нас нет такого понимания, мы склонны регрессировать в дуалистическое мировоззрение относительной самоидентичности.

Помимо уравнивания и предоставления пространства, в котором женский принцип может процветать и оставаться устойчивым, мужской принцип выполняет ещё как минимум две функции. Первая – предложить наилучший трамплин для перехода к живому опыту. Хотя слова могут лишь указывать на тени, куда они сами не могут войти, глубокое понимание природы реальности может дать нам смелость быть. Прыгнуть в жизнь – проживать её на полную. Если мы сохраняем дуалистическую самоидентичность, наши глубоко укоренённые инстинкты будут заставлять нас уклоняться от жизни в бессознательном усилии защитить относительную самоидентичность от её потенциально опасных обстоятельств.

Трансдуальность – это выражение мужского принципа, которое помогает разрешить такой случай ошибочной идентичности, позволяя нам перестать быть сторонними наблюдателями на нашей собственной вечеринке: нашей жизни. Однако Трансдуальность – это только приглашение. Если наше понимание остаётся теоретическим, мы испытываем противоположный

дисбаланс тому, что я описал выше. В таком случае у нас есть зрелая версия мужского принципа, но незрелая версия женского.

Другая функция мужского – смягчить падение. Женская духовность, не сдерживаемая мужским принципом, легко рушится в хаос и собственное саморазрушение, как это случилось со мной после смерти моего душевного друга. Если проживание конечной истины оценивается как десять по шкале существования, моя жизнь после падения была близка к нулю. Испробовав, что значит действительно быть живым, обычное дуалистическое существование ощущалось как ограничение на крошки после привычки к изысканной кухне. Я чувствовал депрессию до такой степени, что жизнь не имела смысла.

Моё изначальное осознание было импровизированным. Преимущество такого подхода заключалось в том, что опыт нёс определённую чистоту или подлинность. Недостаток был в том, что, когда он закончился, моё духовное понимание не было достаточно развитым, чтобы служить сеткой безопасности и поймать меня при падении. С точки зрения моего собственного нулевого уровня я знал две вещи: одна – я хотел найти путь обратно к столу изысканной кухни. Но я также знал, что на этот раз мне придётся выучить рецепт этой вкусности. Жить истиной, не зная её, было слишком опасно.

Вот почему я стал искателем. Через несколько лет я стал нашедшим. На этот раз осознание было двойственным. Было энергетически ощущаемое переживание бытия целым моментом – женский принцип. Но также было понимание того, что происходит – мужской аспект – рецепт, так сказать. Трансдуальность, как я делюсь ею с вами в этой книге, передаёт рецепт, который я нашёл в конце своего поиска. Надеюсь, это поможет вам насладиться многими изысканными трапезами.

Я уверен, у вас были свои пиковые или плато-опыты. Короткие или длинные периоды, когда казалось, что вы в полной гармонии с самой жизнью. А затем, так же неожиданно, как и неизбежно, это заканчивалось – не оставляя вас мудрее. Возможно, вы чувствовали себя немного как в этих строках из песни «From the Ritz to the Rubble» группы Arctic Monkeys:

Прошлой ночью/о чём мы говорили/всё имело столько смысла/Но теперь туман поднялся/и это больше не имеет смысла.

Будь то падение с Ritz бытия в rubble относительной самоидентичности или желание построить на истине того, о чём вы говорили с другом или прекрасным незнакомцем прошлой ночью, пронизательная рамка, напоминающая о природе реальности, может быть очень полезной. Падение с благодати обычно менее драматично, чем мой опыт после смерти друга, но очень нормально испытывать небольшие падения на пути. Это моменты, когда мы начинаем забывать, кто мы есть на самом деле, и принимаем относительную самоидентичность, рассматривая реальность как концепцию. Когда это происходит в моей собственной жизни, я нахожу большую помощь в наличии хотя бы одной пронизательной концепции, которая гарантирует, что я опускаюсь только до того, что мы можем назвать уровнем девять или восемь, вместо одного или нуля, и которая помогает мне вновь соединить мои «я» – возвращая меня в бытие.

Таким образом, роль мужского принципа – дать нам смелость быть. Оказавшись там, обеспечить устойчивое пространство, в котором женские жизненные силы могут процветать, и, наконец, поймать нас, когда мы падаем.

Вуайерист и его женский экстатический двойник – оба прекрасные состояния, и ещё более прекрасен временный союз этих двух. Но наша миссия в этой книге – не достичь временного состояния, а найти природу реальности – абсолютное Я – которое по своей природе не может содержаться в отдельных или временных состояниях. Когда мы слышим слово «Тантра», мы обычно думаем о сексуальном союзе между мужчиной и женщиной для достижения состояния единства. Но Тантра имеет и множество значений, выходящих за рамки сексуального союза. Главное послание этой книги – тантрическое. Оно касается союза между относительным «я» и остальной частью момента, наблюдателем и наблюдаемым, Вуайеристом и Экстазом в экзистенциальном контексте.

Исторически Тантра выполняла и другие функции. В древней Индии и Тибете прозрение в природу реальности часто превращалось в зрелище для посвящённых. Игра, разыгрываемая в стенах монастырей. Прозрения облекались в терминологию, делавшую их непонятными для посторонних. Со временем живая истина за этими прозрениями замерзала в концепциях и становилась мёртвой даже для самих посвящённых. Тантра – отличный инструмент для оживления секретного ядра этой игры и выброса её за стены монастыря к людям снаружи.

Тантра всегда была духовностью народа, а не священников. Современная Тантра должна предлагать язык, понятный каждому. Природа реальности должна быть доступна всем её проявлениям. Нам нужны простые объяснения, которые позволяют обсуждать и играть с природой реальности на улицах, в барах, на рабочих местах, дома. Вечные вопросы слишком важны, чтобы отдавать их на аутсорсинг профессиональной элите. Люди, которым не позволяют бороться с природой реальности, менее счастливы. Я думаю, это

одна из главных причин, почему западные люди, несмотря на всё наше материальное богатство, не счастливее, чем мы есть. Тантра Трансдуальности играет роль в обществе, которое ощущает пустоту там, где должно биться его сердце.

Человек на Луне

«Три вещи не могут долго скрываться: солнце, луна и истина.»

– Будда

Игра в прятки

Почему природа реальности должна быть так трудна для понимания?

Единственная вечная истина в океане непостоянства, и всё время прямо перед нами. Может быть, слишком близко, чтобы мы могли её увидеть? В детстве, взрослея, я часто слышал о знаменитом человеке на Луне. Единственная проблема заключалась в том, что, как я ни старался, я просто не мог его разглядеть. Годы шли, но чем сильнее я искал, тем больше он ускользал от меня. Я просил помощи, и другие люди указывали на Луну и объясняли: «Разве ты не видишь нос, глаза, рот?» Я всё равно не мог это увидеть.

Лишь в подростковом возрасте я наконец заметил человека на Луне. Не могу вспомнить точный момент, но с той ночи я вижу его ясно. Сначала я часто смотрел на него, размышляя о деталях и посмеиваясь над тем, как все эти годы не замечал очевидного. В том же духе любой, кто осознал трансдуальную природу реальности, скажет вам, что это самая простая и естественная вещь. Для жаждущего искателя это ошеломляющее заявление. Как это может быть так просто, если он или она потратили годы, пытаясь это понять? И всё же те, кто это осознал, единогласно утверждают, что это так. Так что же это – природа реальности трудна для понимания или это простейшая из вещей?

Я точно знаю, насколько мучительной задачей осознание трансдуальной природы реальности может казаться ищущему относительному «я». Я провёл

много лет в роли искателя, глядя прямо в лицо природе реальности, не распознавая её. Это так трудно понять, потому что идея о том, что мы существуем как «я» здесь – полностью отделённое от мира там, снаружи – это самая естественная из ошибок. В конце концов, это кажется настолько самоочевидным, что так и должно быть. Так же очевидно, как смотреть на небо и предполагать, что оно должно быть голубым, а солнце – жёлтым. Но, между прочим, небо на самом деле бесцветное. Это взаимодействие между солнечными лучами, определёнными атомами в атмосфере и линзами наших глаз заставляет его казаться нам голубым. Ах да, и солнце на самом деле белое. Добавьте к этому путаницу тот факт, что всю нашу жизнь нам прямо и косвенно говорят, что мы – фундаментально отдельные, индивидуальные сущности, и воображаемые стены тюрьмы начинают приобретать довольно твёрдый вид.

Как искатели, наша правящая самоидентичность с самого начала может чувствовать себя немного неуютно в этом деле поиска себя. В конце концов, он или она уже есть «я», так зачем искать то, что не потеряно, верно? Наша самоидентичность интуитивно чувствует, что ответ на наш поиск может отнять у неё текущее притязание на трон идентичности.

Чтобы успокоить относительное «я», может быть полезно напомнить ему, что мы уже обновляли нашу самоидентичность множество раз на протяжении жизни. Ты сейчас этого не вспомнишь, но было время, когда ты считал всё содержание своего момента лишь продолжением своего относительного «я». Это наша самоидентичность, когда мы впервые вступаем в этот мир. Младенцы любят играть в прятки, пряча голову под одеяло. Радость одинаково велика каждый раз, когда одеяло снимается, обнажая идеальное укрытие. Бу! Ни на

секунду младенцу не приходит в голову, что ты мог видеть его всё это время. Потому что младенец не видит тебя, и тебе ещё не предоставлена отдельная, независимая роль в его мировоззрении.

Со временем становится мучительно ясно, что мир – не продолжение нашего, пусть и очаровательного, младенческого «я». Через физическую и ментальную обратную связь мы направляем себя к обновлённой самоидентичности, где начинаем понимать, где мы заканчиваемся, а внешнее начинается. Младенец падает со своего высокого стула или возмутительно обнаруживает, что ему отказано в обслуживании в ранее круглосуточно открытом молочном баре мамы. Даже громкие протесты не гасят бунт. Бессознательно мы реагируем на природу реальности и обновляем нашу самоидентичность.

После этого первого обновления следуют и другие. Если у тебя под рукой есть трёхлетний ребёнок и лист бумаги с изображением овцы с одной стороны и свиньи с другой, ты можешь провести следующий эксперимент: показывай обе стороны листа ребёнку несколько раз. Теперь положи бумагу между собой и ребёнком. Если ты спросишь малыша, на что он смотрит, он, вероятно, даст правильный ответ. Допустим, это будет: «свинья». Однако, если ты спросишь, какое животное видишь ты, скорее всего, он всё равно ответит «свинья» – мотив на его стороне листа. Трёхлетка, возможно, перерос уровень игры в прятки, но ещё не достиг следующего уровня – принятия твоей перспективы. Малыш может проявлять искреннюю любовь к тебе, а также к множеству дядюшек, тётушек и плохо сконструированных пластиковых игрушек. Просто он ещё не обновил свою самоидентичность, чтобы позволить себе учитывать чужую точку зрения.

Если повторить этот эксперимент с семилетним ребёнком, он или она посмотрит на тебя с насмешкой, прежде чем сказать, что ты смотришь на то же, что было бы в зеркале: на овцу. В этом возрасте самоидентичность достаточно обновлена, чтобы принять твою перспективу. Ребёнок будет продолжать обновлять свою самоидентичность в более широкие сферы идентичности, пока однажды он или она не окажутся готовыми взяться за тему этой книги – финальное обновление самоидентичности.

Первые обновления самоидентичности больше похожи на телесные рефлексy. Точно так же, как наши тела растут без сознательного участия с нашей стороны, наши самоидентичности растут к более всеобъемлющим версиям относительного «я». Но с каждым новым обновлением «я» принимает всё более сознательное участие в своих обновлениях. Особенно это касается духовного искателя. Теперь мы активно посвящаем себя делу обновления нашего «я».

Иногда рост от одного уровня к другому – это безболезненное и органичное занятие. Однажды ученики другого класса того же года в школе – полуинопланетяне, а противоположный пол – заражённые микробами монстры. На следующий день ученики того же класса круче, чем «Холодное сердце», и полны потенциала горячих парней или девушек.

В других случаях обновление самоидентичности болезненно. Каждый испытывал, как трудно бывает выполнить обновления идентичности, которых ожидает от нас реальность. Одно из главных изменений в самоидентичности происходит в подростковом возрасте, и мы все знаем, какая это приятная прогулка в парке. Мы все очень сильно привязаны к этим нашим самоидентичностям. Когда приходит время сбрасывать старую кожу

идентичности, как змея, чтобы освободить место для новой, неудивительно, что мы сопротивляемся. Определённый уровень самоидентичности знает свою роль. Он хорошо её отрепетировал и выстроил вокруг неё свою реальность. На первых неуверенных шагах в новую идентичность «я» ещё не выучило движения. Всегда соблазнительно придерживаться того, что мы уже знаем, вместо того чтобы бросаться в неизвестное.

Обновление «я» также вызывает более глубокое беспокойство в относительном «я». Когда наша самоидентичность подвергается сомнению, мы можем воспринимать это как угрозу самому нашему существованию. Наша самоидентичность, в конце концов, представляет то, кем мы себя считаем. Вот почему обновление самоидентичности иногда называют «маленькой смертью». Исключительная идентификация с правящим относительным «я» должна умереть, прежде чем следующее сможет взять верх. Однако такая мрачная терминология не очень подходит и не помогает. Самоидентичность вот-вот будет обновлена – не уничтожена.

Органичные или болезненные, наши ранние обновления самоидентичности – в основном бессознательные события. Нас выталкивают вверх и выгоняют из наших ограниченных относительных самоидентичностей; нас изгоняет реальность, которая не знает ничего об ограничениях, которые мы строим вокруг различных версий относительного «я». После некоторого сопротивления мы сдаёмся реальности: мы обновляемся.

Семилетний ребёнок, способный принять чужую перспективу, – более счастливое относительное «я», чем тот, кто застрял на уровне трёхлетки, впадающий в ярость каждый раз, когда другие люди осмеливаются не уметь читать его мысли. Относительное «я» пожинает плоды и растёт с каждым

обновлением самоидентичности. И всё же относительное «я» всегда будет чувствовать, что такие переходы – это экзистенциальная угроза. Это как друг, которого тебе всегда приходится уговаривать пойти с тобой на вечеринку. После долгих уговоров он или она наконец поддаётся. И даже когда эти друзья веселятся больше всех и выигрывают вечеринку, ты знаешь, что перед следующим выходом тебе придётся повторить ритуал.

Ещё одна любопытная особенность процесса обновления самоидентичности заключается в том, что, как только он завершён, новая самоидентичность часто очень неохотно признаёт своего предшественника. Многие семилетки отреагируют смесью недоверия, стыда и полного отрицания, если вы скажете им, как их трёхлетнее «я» не могло понять, что папа на самом деле смотрит на овцу, а не на свинью. Подождите ещё несколько лет и покажите видеозапись эксперимента этому ребёнку и его теперь уже не заражённой микробами подружке из класса полуинопланетян, и основы для отцеубийства будут хорошо заложены. Как взрослые, мы разделяем ту же тенденцию. Никто не более жесток к относительному «я», чем многие из тех, кто думает, что превзошёл его.

Ещё один маленький момент стоит упомянуть – если только для того, чтобы ещё больше усложнить дело. В реальности, конечно, говорить об относительном «я» как о единой сущности – это упрощение. Относительное «я» состоит из множества линий. Мы можем сравнить это со звуком, исходящим из твоей стереосистемы. В звуковом миксе есть линия для баса и другая для высоких частот. Есть одна линия для правого динамика и другая для левого. Музыка, льющаяся из твоей стереосистемы, – это совместный результат всех различных линий, создающих звук.

Относительное «я» устроено схожим образом. Есть линии для всего – от морали до музыкальности. Есть линия для правого полушария твоего мозга и другая для левого. Все эти линии объединяются, чтобы создать песню, называемую относительным «я». Они все следуют своему собственному темпу развития и иногда могут казаться взаимно не в ладу друг с другом.

Надеюсь, особенно запоминающаяся песня, называемая твоим собственным относительным «я», почувствует себя увереннее, увидев, что она уже обновляла себя множество раз и что каждое из этих обновлений приносило ей пользу.

Мы видели, как самоидентичность не является константой, а скорее развивается через несколько фаз. На первой из этих фаз новорождённый младенец воспринимал остальную часть момента как продолжение своей ещё не определённой относительной самоидентичности. Не является ли трансдуальная самоидентичность просто солипсической регрессией к такому состоянию? Совершенно точно нет. В то время как версия единства младенца определяется видением остальной части момента как продлённой версии его относительного «я», Трансдуальность – это осознание того, что относительное «я» – неотъемлемая часть целого момента, в котором оно находится. Это путешествие, начинающееся в бессознательном единстве, проходящее через сознательное разделение и заканчивающееся сознательным единством. Идентификация с моментом завершает цикл.

Некоторым искателям будет трудно осознать, что они одновременно являются и относительным «я», и абсолютным Я. Если ты среди них, может быть полезно вспомнить, что это тоже не ново. Всю нашу жизнь мы жонглируем несколькими такими двойными чертами, когда дело доходит до

самоидентичности. Ты, вероятно, идентифицируешь себя как тебя – смутно ссылаясь на своё тело, но ты также идентифицируешь себя как нечто большее. Это может быть американец, духовный искатель, феминистка, заботливая мать или сострадательная душа. Список бесконечен, но общий знаменатель, разделяемый многими из этих добавленных идентичностей, заключается в том, что их может быть очень трудно достичь и ещё труднее поддерживать. Возможно, тебе придётся выучить новый язык и кучу писаных или неписаных законов, чтобы получить доступ в клуб, а после принятия тебе нужно соответствовать различным идеалам идентичности, к которой ты себя привязал.

Даже меньшие суб-идентичности могут требовать много работы. Если ты идентифицируешь себя как фанат Янкиз, тебе нужно знать историю команды, её самые гордые и печальные моменты, средний показатель отбивания ключевых игроков и кто сделал тот хоум-ран, чтобы выиграть Мировую серию в тысяча девятьсот каком-то там году. Принять самоидентичность спортивного фаната – вот это работа!

Когда мы ищем наше абсолютное Я, плохая новость в том, что любая самоидентичность, не достигающая этого момента в его целостности, недостаточна. Хорошая новость в том, что трансдуальный сдвиг в самоидентичности – от идентификации в моменте к идентификации как момента – это прогулка в парке по сравнению со многими его родственными идентичностями. Природа реальности не трудна для понимания, потому что она уже дана тебе. Тебе не нужно ничего делать, чтобы было правдой, что ты существуешь как этот момент. Ничего внешнего не требуется, чтобы ты это осознал – у тебя уже есть всё необходимое. И как только трансдуальное обновление завершено, относительное «я» без усилий включается в твою

новую самоидентичность. Это не похоже на те другие двойные идентичности, ради которых мы так долго работали.

Единственное, что отделяет нас от осознания в этом моменте, прямо здесь и сейчас, – это наше упорство в том, что разделение абсолютно. Единственное, что поддерживает эту идею о том, что мы существуем как отдельные существа, каким-то образом запертые в остальной части этого момента, – это мысли, которые мы конструируем, чтобы поддерживать эту конкретную иллюзию. Тебе не нужно конструировать будущую реальность, где ты существуешь как этот момент, а не в нём. Это то, что уже происходит, независимо от того, понимают ли это наши мысли или слова, утверждают ли, что понимают, одобряют ли это или яростно отрицают. Мысль: «Я это понимаю; я действительно существую как этот бесконечный момент!» – может появиться в этом моменте. Или мысль: «Чёрт, я просто не понимаю!» – тоже может возникнуть. Что не изменится – это непрерывный, бесконечный момент, в котором эти мысли приходят, задерживаются на время и исчезают. Даже если бы у меня не было языка, чтобы подуматься мысль: «Я существую как этот момент, а не в нём», природа реальности всё равно была бы просто и естественно таковой.

Как терпеливый любовник, этот момент продолжает отдавать себя, ожидая, пока мы откроем глаза, перестанем флиртовать с никчёмными придурками относительной самоидентичности и наконец увидим идеальную пару, которая ждала нас всё это время. Этот момент отдаёт себя непрерывно и бескорыстно. Ещё до того, как мы подумаем мысль, и задолго до того, как мы произнесём хоть слово, он прямо там – или прямо здесь – ждёт тебя и меня.

Ты можешь чувствовать правду в этом послании, но всё ещё откладывать время. Когда-нибудь в будущем я это пойму. Мне просто нужно ещё немного подождать, прочитать ещё одну книгу, помедитировать чуть больше, пройти ещё один ретрит – тогда я это пойму. Относительная самоидентичность ещё не готова отпустить трон идентичности. Это естественно. Не торопись. Будь добр к себе. В конце концов, в абсолютной сейчасности есть только один человеческий грех, и этот грех – нетерпение.

Что Такое Просветление?

«Духовная мера вдохновения – это глубина мысли, а не то, кто её высказал.»

– Ральф Уолдо Эмерсон

Спасибо, Индия

Просветлён ли я? Просветлён ли ты? Просветлён ли он, она или оно? Если и есть одно слово, вызывающее больше путаницы, чем любое другое в мире духовности, то это, вероятно, «просветление». Давай попробуем рассеять часть этого тумана.

Если ты провёл некоторое время, следуя своим духовным стремлениям, возможно, друзья спрашивали тебя, достиг ли ты цели своего поиска. «Так что, ты уже просветлён?» – могут они спросить. Или, может быть, ты сам задаёшься вопросом, считать ли своё текущее состояние просветлением или нет? Ведь большинство искателей верят, что они должны достичь уровня, называемого просветлением. Иногда ты действительно можешь чувствовать себя немного просветлённым, а в другие моменты – меньше. Каждый новый уровень самоидентичности кажется свободой, пока мы не сталкиваемся с встроенными в него ограничениями, и то, где мы находимся, – это то, что мы видим. Поэтому, поднимаясь на новые уровни самоидентичности, очень соблазнительно думать, что вот оно, наконец-то. Может быть, ты не задаёшься вопросом о своём собственном просветлении, но любопытствуешь о статусе других людей. Это могут быть друзья, нынешние учителя или, возможно, исторические личности. Действительно ли она или он просветлены, или были просветлены?

Будучи относительно новым искателем, я отправился по духовному пути в Индию. Я никогда не был частью какого-либо рода, сангхи или последователем какого-то одного учения или учителя. Много раз я искренне желал быть частью сообщества искателей, но обстоятельства не складывались так. Однако учение, которое помогло мне больше всего как искателю, – это тибетская школа Дзогчен.

К концу моего пребывания в Индии я помню, как испытывал глубокую благодарность за чрезвычайно насыщенное и интересное время. Я также загадал последнее желание. В Дзогчене используется набор указующих инструкций, где реализованный мастер знакомит искателя с природой реальности. Моим желанием было встретить мастера Дзогчен, чтобы получить такое введение. По мере приближения даты моего отъезда я смирился с тем, что моё желание не будет исполнено высшими силами. И это было нормально. Я путешествовал по Индии почти без планов, позволяя своим внутренним ощущениям вести путь, и, за исключением введения в Дзогчен, всё, о чём я мог мечтать, и даже больше, идеально сложилось.

В последний день перед возвращением домой я сел на автобус в Северной Индии, направляющийся в столицу, Нью-Дели, где я должен был сесть на рейс домой. На первой остановке после моей на автобус поднялась духовная свита. Мастер Дзогчен в сопровождении двух монахов! Я сидел у окна, и один из монахов подошёл ко мне и спросил, не возражаю ли я, если их мастер сядет на моё место у окна, а я сяду рядом с мастером, у прохода. Конечно, у меня не было возражений. Наверняка это был мой шанс наконец исполнить своё желание и получить введение в природу реальности! Однако,

как только мастер сел на своё место, он тут же опустил окно старомодного автобуса, и, когда транспорт тронулся, он высунул голову в открытое окно.

Мои мысли тут же понеслись в полёт самообвинений: О, посмотри на него! – подумал я про себя. Он так просветлён! Впитывает всё вокруг. Почему я не сделал так, когда сидел на его месте? В своём уме я продолжал плести истории о том, как это проявление пробуждения похоже на разбивание стеклянной клетки вокруг себя. Это было похоже на мастера, сидящего рядом со мной. Он открыл окно, в то время как я оставался в стеклянной ловушке. После добрых пятнадцати минут этих шизофренических самообвинений автобус сделал ещё одну остановку. Мастер спешил выйти. Я подумал, что он стремится сбежать из тесноты автобусного сиденья, чтобы насладиться этой совершенной иллюзией, называемой природой.

Только после того, как я сам покинул автобус, я понял, почему монахи попросили моё место, почему мастер высунул голову в окно и почему он так торопился выйти. Вдоль борта автобуса, начиная от окна мастера и до самого конца, тянулась полоса свежей рвоты. Монахи объяснили мне, что их мастер хронически страдал от ужасной автомобильной болезни.

Мы продолжили разговор. Они были невероятно интересными, скромными и умными людьми, и они тоже заинтересовались мной, узнав о моём интересе к Дзогчену. Они даже хотели, чтобы я поехал с ними в их монастырь в Нью-Дели, чтобы получить введение. Желания действительно сбываются! Не зря тибетцы называют ум драгоценностью, исполняющей желания. Однако я отказался от их предложения, так как мне нужно было успеть на рейс. К тому же их мастер уже невольно преподавал мне урок, который мне был нужен в тот

момент, – урок о том, чтобы не проецировать свои представления о просветлении на других относительных существ.

Даже если мы чувствуем правдивость послания о том, что мы в конечном счёте существуем как этот момент, а не в нём, вскоре в наш поток мыслей может прокрасться навязчивое чувство, сеющее семя сомнения. Оно будет утверждать, что, хотя это послание вполне может быть правдой, и мы заявляем, что завидуем тем счастливицам, которые это осознают, такое осознание почему-то не для нас. Такое достижение зарезервировано для других, более развитых душ, таких как мастер Дзогчен в том автобусе. Такие проекции – распространённый защитный механизм, применяемый отдельным «я», чтобы избежать пробуждения. Почему ищущему «я» активно избегать пробуждения? Потому что, хотя относительное «я» может утверждать, что ищет абсолютное Я, оно слишком охотно принимает неудачу в своём поиске. Ведь такая неудача означает победу для относительного «я», поскольку обеспечивает продолжение мечты о разделении, в которой относительное «я» остаётся главной идентичностью.

X=Y?

Давай внимательнее рассмотрим случай, когда старый друг спрашивает, стал ли ты просветлённым. Разберём это: у нас есть потенциально просветлённый человек, а именно ты. Поскольку я ещё не знаю твоего имени, я назову тебя NN. Твой друг теперь хочет знать, можно ли сказать, что ты обладаешь чем-то под названием просветление – качеством, которое мы обозначим как X. Да или нет? Это должен быть простой вопрос, верно? NN равно или не равно X. Так работает наш мыслительный процесс. Линейно. Может возникнуть несколько

пересекающихся потоков мыслей, но они должны выстраиваться в линию, одна мысль за раз. Точно так же NN должен находиться в определённой точке графика просветления в любой момент времени.

Проблема в том, что этот способ действия, хотя и очень полезен на относительном уровне, не соответствует абсолютной природе реальности. Природа реальности – это всё, везде, одновременно. Природа реальности – это солнце, медленно тающее в забвении; Земля, танцующая вокруг этого тающего солнца; тектонические плиты этой Земли, марширующие в своём черепашьем ритме; ты и я, старающиеся изо всех сил держаться на плаву поверх этих марширующих плит, и всё это сразу! Природа реальности – это река, переполняющаяся в тот самый момент, когда невеста говорит: «Да, согласна», в то время как полная луна мягко зовёт прилив, а сердце невесты кричит: «Нет!» И все эти события происходят в ничем не нарушаемой идеальной синхронности. Это просто природа реальности, твоё абсолютное Я, делающее своё дело.

Послание этой книги в том, что просветление равно идентификации с моментом, а не исключительно в нём. В той мере, в какой искатель осознал трансдуальную природу реальности, утверждение, что NN просветлён или не просветлён, становится совершенно бессмысленным. Слова, использованные в вопросе твоего друга: «Ты уже просветлён?» – предполагают, что просветление – это качество, которое может быть привязано к твоему относительному «я», подобно тому, как можно сказать, что ты высок или низок, мудр или глуп. Однако просветление вовсе не определяется наличием или отсутствием определённого качества или черты, ограниченной относительным «я». Вопрос становится бессмысленным, когда речь идёт об осознании, суть которого заключается

именно в относительной природе самоидентичности, которая якобы должна быть или не быть просветлённой. Если кто-то утверждает, что он просветлён, можешь быть уверен, что это совсем не так. Как гласит поговорка: если ты видишь Будду на дороге – убей его.

Если ты выдвигаешь утверждения, подобные тем, что изложены в этой книге, ты можешь столкнуться с обратной стороной проецируемого просветления – когда другие начинают проецировать просветление на тебя. К счастью, в моём случае любые попытки гуруфикации быстро провалятся. Конечно, я могу быть мудрым, глубоким и присутствующим, но я также могу быть глупым, поверхностным и отстранённым. Моя собственная жизнь, как и у многих других, часто разыгрывается как один гигантский беспорядок, прерываемый лишь редкими полными катастрофами. Надеюсь, ты будешь рассматривать меня, эту книгу и её послание как нечто, что ты сам придумал, чтобы напомнить своему относительному «я» о его конечной идентичности. Это лишь инструмент для воссоединения твоего «я» с твоим Я. Если ты обновишь свою самоидентичность с «в моменте» на «как момент», ты осознаешь, что ты, эта книга и тот, кто её написал, – все лишь части одного момента, которым мы оба являемся.

Вчера я потерял самообладание. Я уже был немного на пределе из-за попыток завершить книгу, которую ты сейчас читаешь, опаздывал с другим рабочим заданием и восстанавливался после небольшой операции, когда моя стиральная машина сломалась. Я совсем не разбираюсь в технике, и, стоя на четвереньках, промокший от воды, льющейся из неисправного робота, я потерял спокойствие и ударил кулаком по полу, выкрикнув четырёхбуквенное

слово. Не слишком громко, но достаточно, чтобы моя девятилетняя дочка повторила его, когда сама столкнулась с трудностью чуть позже в тот день.

Если бы это произошло во времена моего поиска, я был бы(совершенно) разочарован в себе. Разве просветлённое существо – которым стремилось стать моё ищущие «я» – не должно терять самообладание?

Дело в том, что осознание природы реальности не связано с моим относительным «я». Да, относительное «я» выигрывает и растёт от осознания абсолютного Я, природы реальности, и, к счастью, у нас всех есть целая жизнь, чтобы совершенствовать наше относительное «я». Это совершенствование может включать способность сохранять спокойствие перед лицом непослушных стиральных машин и, кстати, умение чинить такие устройства. Мы подробнее разберём, как осознание нашего абсолютного Я приносит пользу относительному «я», во второй части этой книги: «Я в Себе». Но смешение этих двух понятий – самореализации и осознания Я – является корнем большой путаницы.

Осознание природы реальности похоже на открытие двери в новую, ярко освещённую, более просторную и красиво украшенную комнату в доме твоей жизни. Мы несем с собой по меньшей мере несколько тысячелетий обусловленности, когда предполагаем, что просветлённое существо должно жить исключительно в этой новой и сияющей комнате. Но это было бы областью самореализации, попыткой относительного «я» идентифицировать и исключительно жить лишь в одном из множества слоёв существования. Это всё ещё попытка идентифицироваться в моменте – пусть и в прекрасной его части – а не как момент в его целостности. Погоня за самореализацией –

замечательная вещь, и я сам благодарен, что у меня есть остаток жизни, чтобы её преследовать, но осознание Я – это совсем другая чашка чая.

Вот почему нас не слишком волнует, остаётся ли наше относительное «я» в пределах этой новой и чудесной комнаты, которую мы обнаружили, или иногда оказывается в менее привлекательных, более склонных к ударам кулаком и четырёхбуквенным проклятиям комнатах. Потому что эта новая комната, которую мы открыли, отличается от предыдущих несколькими важными способами. Она обладает дополнительной особенностью – выявляет полную красоту всех остальных комнат, красоту, которая всегда была там, но которую мы просто не замечали раньше. Яркий свет в этой новой комнате проникает во всё здание. В конечном итоге вход в эту новую комнату означает разрушение разделяющих стен между всеми комнатами. Трансдуальность позволяет тебе свободно бродить по дому твоей жизни, оставаясь остро осознающим буквально божественную красоту, которой обладает каждый квадратный дюйм этого имущества.

Мы хотим понять природу реальности. Понять её, как в смысле осознания, но также завладеть ею, как в смысле присвоения или захвата. «Схвати день» – звучит боевой клич самореализации. Ты можешь схватить день, по крайней мере метафорически, но ты не можешь схватить природу реальности. Ты можешь только быть ею. Или, скорее, признать себе то, что уже и всегда происходит. Когда речь идёт об осознании Я, более разумный совет был бы: не хватай её – отпусти. Отпусти историю, которую твои мысли придумали о непроницаемых стенах, окружающих относительное «я».

Правда, после осознания природы реальности относительное «я» будет тяготеть к тому, чтобы проводить больше времени на более новых, высоких,

приятных и светлых этажах, которые у него есть в распоряжении, и меньше в подвале, полном ударов кулаком и четырёхбуквенных проклятий. Когда ты осознаешь, что в конечном счёте существуешь как этот момент, а не просто в нём, это действительно пропитает твоё относительное «я». Но просветление никогда не о тебе, обо мне или любом другом несовершенном, но совершенно совершенном проявлении этого момента, которыми все мы действительно являемся.

Итак, бывает ли кто-нибудь просветлённым? Что такое просветление? На эти вопросы действительно есть трансдуальный ответ: существует только просветление – и ты есть оно.

Реалигия

«Религия – для тех, кто боится ада. Духовность – для тех, кто уже там побывал.»

– Вайн Делория-младший

Падение с благодати

Слово «религия» происходит от латинских слов *re* и *ligare*, где *ligare* означает соединять. В идеале религия – это средство, которое воссоединяет наше относительное «я» с нашим абсолютным Я – этим моментом в его бесконечной целостности. Так почему же для многих рациональных современных людей – как духовных, так и недуховных – слово «религия» стало одним из самых грязных? Короткое объяснение может выглядеть так:

Кто-то устанавливает прямую линию к небесам, связывающую «я» с Я. Эта линия становится популярной. Некоторые пассажиры сходят раньше, чем достигают конечной цели. Они могут быть измотаны путешествием или ошибочно полагать, что уже прибыли. Эти пассажиры начинают расширять свои преждевременные остановки и объявляют попутчикам, что их остановка – это и есть конец пути. Не успеешь оглянуться, как появляются местные линии, региональные линии и даже глобальные линии, зигзагами прокладывающие свои извилистые пути повсюду, каждая из которых претендует на звание Святого Грааля. Оживлённое движение привлекает внимание сторонних наблюдателей, лишённых всяких духовных намерений, людей, которые чувствуют возможность продвинуть свои собственные интересы – будь то власть, деньги или какой-то странный фетиш с распятием. История учит нас, что возможности бесконечны.

Вскоре первоначальное прозрение в трансдуальную природу реальности разрывается на куски человеческой невежественностью и течением времени. В ответ на этот беспорядок мы теперь видим бесчисленные возражения против самой религии. «Религия – причина всех страданий», – звучит обвинение. Отсюда следует, что всё страдание исчезнет, если мы просто избавимся от этой проклятой религии. Круг замкнулся. Что-то случилось на пути к небесам, и первоначальное осознание, обещавшее спасти человечество от страданий, теперь изображается как их причина.

Учитывая беспорядок, который религия оставляет за собой, не было бы хорошей идеей просто отказаться от всего этого поиска истины? Разве мы не можем просто договориться жить и давать жить другим? Некоторые из самых умных людей считают это хорошей идеей, учитывая, что стремление человечества к Единому действительно причинило тому же человечеству столько страданий и продолжает это делать.

Однако мне нравится думать о стремлении относительного «я» к абсолютному Я как о стремлении новорождённой морской черепахи к океану. Маленькая черепаха рождается на песчаном пляже, но, как только она вылупляется, она начинает путь к большому синему морю. На этом пути она тоже может испытать ужасные страдания. Черепахи, конечно, могли бы вообще перестать искать океан. Однако это причинило бы им ещё большие страдания. Лучи солнца оставили бы их умирать от обезвоживания, а хищники устроили бы себе пир на песке. Худшее последствие – это то, что ни одна черепаха больше не смогла бы свободно плыть по океану. И океан не перестал бы существовать, независимо от того, что делают или не делают черепахи. Так что, несмотря на грязный след, который религия оставила на благородном искусстве поиска, нам

тоже придётся продолжать идти вперёд, двигаясь к нашему собственному океану, абсолютному Я.

Демистификация мистики

Трансдуальное осознание, осторожно передаваемое в этой книге, отнюдь не ново. С зарождения человечества были женщины и мужчины, осознававшие истинную природу реальности. Они исследовали свой момент – тот самый момент – осознавали его целостность и указывали: «Смотри – никакого разделения!» На основе этого простейшего наблюдения были разработаны инструкции, чтобы помочь другим увидеть то, что видели они. Эти осознания и порождённые ими системы составляют малую часть зверя, называемого религией.

При добыче алмазов приходится переработать 250 тонн руды, чтобы получить один качественный отшлифованный алмаз весом в один карат (0,2 грамма). Религия может ощущаться примерно так же. На каждую истину приходится столько суеверий, догм и ложных убеждений. Но если присмотреться внимательнее, можно обнаружить, что религии не посвящены исключительно стремлению к узколюбости и лицемерию. Снеси догму – и, возможно, найдёшь сияющую истину. Под заповедью можно раскопать полезное указание на природу реальности. Течение трансдуальной истины проходит через все основные религии. Эти истины часто спрятаны в каком-нибудь укромном уголке религий, где их обычно классифицируют под ярлыком мистики. Это не значит, что всё, что носит этот ярлык, представляет собой конечную истину. Но именно в этом вареве, называемом мистикой, мы находим самые

интересные аспекты религии. Чтобы извлечь золотые самородки, спрятанные в религиях, давай на минуту попробуем демистифицировать мистику.

Мистический аспект ислама наиболее ярко выражен в традиции суфизма. Возможно, ты слышал о суфии Джалал ад-Дине Мухаммаде Руми, более известном просто как Руми, или хотя бы читал одну из множества прекрасных цитат из его работ. Вот одна из моих любимых: «За пределами идей о добре и зле есть поле. Я встречу тебя там.»

Еврейская традиция – прекрасный источник мистических прозрений. Один из её мистиков даже невольно стал основателем самого популярного в мире культа – христианства, которое, в свою очередь, дало своих собственных мистиков, таких как Майстер Экхарт и Дама Юлиана Нориджская. Подшкола индуизма Адвайта Веданта – настоящая сокровищница мистических прозрений, как и школа мысли Дзогчен, включённая в тибетский буддизм.

Почему людей, осознавших природу реальности, называют мистиками, а самые точные части религий – мистикой? Это довольно подозрительный ярлык, который им присвоили, но я думаю, мы найдём несколько вполне немистических объяснений этому.

На моём собственном духовном пути у меня было много переживаний, которые в то время казались весьма мистическими. Ещё до того, как я стал преданным искателем, такие переживания случались. Когда мне было четырнадцать, я помню, как провёл целую ночь, размышляя о смысле моей юной жизни. Это была одна из тех волшебных nordic (северных) летних ночей, когда день засыпает, оставляя свет включённым, приглашая бессонные души заглянуть в его сны. Когда утро затевало свой неминуемый переворот над

угасающей ночью, я решил внутренне проследить за своими чувствами в слабой надежде найти их источник. Я отправился в путь и ни разу не моргнул внутренним глазом. Открытие, которое я сделал, озадачило меня. В конце погони я нашёл... ничего. Мои чувства были бездомными. Эти чувства во всём их разнообразии – гордость, радость или гнев, – казавшиеся такими убедительными и реальными, не имели корня. Они были лишь призраками, появляющимися из ниоткуда и исчезающими в ту же пустоту. Это было очень освобождающее открытие для подростка. И очень мистическое.

Моё открытие много лет назад было правильным восприятием факта, который так хорошо знают традиции, такие как буддизм: непостоянная природа чувств и мыслей. В то время я интуитивно чувствовал, что открытие было подлинным, и оно изменило мою жизнь к лучшему. Однако я вырос вне духовного сообщества и не нашёл в так называемой реальности никаких зацепок, чтобы повесить на них это прозрение. С течением лет моя жизнь сложилась так, как складывается большинство жизней: как свидетельство пропасти между относительной самоидентичностью, убеждённой в своей фундаментальной обособленности, и трансдуальной природой реальности.

Много лет спустя, во время моего поиска, у меня было ещё одно переживание. На этот раз я представил себе какую-то жидкую субстанцию, которую я смутно идентифицировал как любовь, входящую в моё сердце. Жидкость продолжала вливаться, пока наконец не заполнила всё сердце и не стала угрожать разорвать его. Было ощущение пульсирующей боли, когда сердце было переполнено, а жидкость продолжала литься, увеличивая давление на его границы. Затем возникло радостное чувство освобождения, когда жидкость внезапно вылилась наружу и начала заполнять всё тело. Если

это звучит немного странно для тебя сейчас, уверяю тебя, ощущение казалось мне ещё более странным в тот момент. Но после того, как оно утихло, у меня осталось чувство, что этот опыт был каким-то важным. Я просто не мог понять, почему.

Оглядываясь на это мистическое видение, я больше не нахожу его странным или мистическим. Теперь очевидно, что сердце в видении представляло моё относительное «я». Границы сердца были ограничениями, выстроенными вокруг этой относительной самоидентичности. Освобождение – разрыв сердца – было решением страдания, испытываемого отдельным «я», бьющимся о стены разделения: обновление самоидентичности от отдельного «я», которое верит, что существует лишь в моменте, к идентификации как момента – от «я» к Я. Это видение началось как мистическое прозрение. По мере того как моё понимание природы реальности углублялось, я стал лучше подготовлен к интерпретации этого опыта. Теперь я вижу в нём поэтическое напоминание от моего абсолютного Я моему относительному «я».

Итак, одна из причин, почему мистику мы считаем мистической, – это наше недостаточное понимание. Для того, у кого опыт экзистенциального удивления ограничивается размышлениями о номерах Powerball на следующей неделе, близкое столкновение с трансдуальной природой реальности действительно покажется мистическим.

Другая причина мистики более прагматична. В наши дни я могу чувствовать себя относительно безопасно, сидя за своим столом здесь, в Норвегии, тратя цифровые чернила на писание о природе реальности. Так было не всегда. Во многих частях мира это всё ещё не так. В великой схеме вещей свобода делиться такими прозрениями, как те, что изложены в этой

книге, – редкое удовольствие. На протяжении истории занятия альтернативными нарративами о природе реальности были связаны с опасностью для жизни.

Человеческие общества традиционно придерживались одного такого нарратива, и только одного. Разные общества могли пересекаться географически, но внутри их рядов нормой было следование единому фундаментальному религиозному убеждению. Конечно, внутри этих доминирующих нарративов были противоборствующие фракции, но если ты осмеливался усомниться и выйти за пределы этого нарратива, дорога к ближайшему Голгофе, гильотине или приёму в особо недружелюбную психиатрическую палату всегда была беспощадно короткой.

Альфа-самцы или самки этих обществ – будь то король или королева, цезарь, председатель, папа, старейшины или совет директоров – часто брали на себя роль представителей Бога на Земле, связующего звена между Всемогущим и его подданными. Таким образом, оспаривание господствующего понимания природы реальности автоматически означало вызов альфа-самцу или самке. Через продление некоего преждевременного и крайне проактивного эвтаназийного процесса альфа-самцы и самки на протяжении истории показывали, что делает Бог с теми, кто осмеливается связываться с Богом альфа-самца или самки. Это может быть плохим случаем круговой логики, но она смертельно эффективна.

Ватикан исторически превратил эту круговую логику в искусство. Многие из вас слышали о судьбе, постигшей таких людей, как Джордано Бруно и Галилео Галилей, – лишь двое из множества индивидов, которые по-разному

бросали вызов статус-кво и впоследствии пострадали от мастерства Ватикана в тёмных искусствах.

Еврейский философ Барух Спиноза утверждал, что всё, что существует в Природе (т.е. во Вселенной), – это одна Реальность (субстанция), и есть только один набор правил, управляющий всей реальностью, которая нас окружает и частью которой мы являемся. Его современные собратья не были в восторге. Вот отрывок из херема, или отлучения, написанного общиной Талмуд Тора в Амстердаме в 1656 году:

«Эспинозу следует отлучить и изгнать из народа Израиля. По указу ангелов и по повелению святых мужей мы отлучаем, изгоняем, проклинаям и осуждаем Баруха де Эспинозу, с согласия Бога, Благословенного, и с согласия всей Святой Общины, перед этими святыми Свитками с шестьюстами тринадцатью заповедями, которые в них записаны [...] Проклят да будет он днём и проклят да будет он ночью; проклят да будет он, когда ложится, и проклят да будет он, когда встаёт; проклят да будет он, когда выходит, и проклят да будет он, когда входит. Господь не пощадит его; гнев и ярость Господа будут бушевать против этого человека и навлекут на него все проклятия, записанные в этой книге, и Господь сотрёт его имя из-под небес.»

Похоже, что эквивалент судей реалити-шоу XVII века обладал куда большим вкусом, чем нынешние прайм-таймовые отлучатели. Религиозное отлучение достигает своего собственного извращённого логического завершения в отступничестве. К сожалению, отступничество – это больше, чем историческая сноска. Согласно опросу, опубликованному в 2013 году Pew Research Center, подавляющее большинство населения в таких влиятельных

мусульманских странах, как Египет и Пакистан, всё ещё поддерживает смертную казнь для тех, кто покидает религию.

Этот опрос подтверждает мысль, что не только альфы проявляют мало энтузиазма, когда кто-то оспаривает господствующее понимание реальности. История полна до краёв обычными гражданами, которые, не имея угрозы своему богатству или власти – у них почти не было ни того, ни другого, – сами брались навсегда заглушить эти раздражающие голоса, шепчущие: «Ты – нечто большее». «Я тот, кто я есть, чёрт возьми!» – звучит возражение, в то время как острый камень или ружьё направлены на еретика.

Этот явный недостаток энтузиазма к альтернативным мыслителям в этой, самой центральной области мышления, заставлял сторонников неортодоксальных мировоззрений тщательно оборачивать свои теории в вату. На них лежала задача сделать теории недоступными для правящих органов или других посторонних, сохраняя при этом преобразующую силу послания для открытого духовного искателя. Само слово «мистика» происходит от греческого «тио»: держать рот на замке, скрывать, а также от слова «тиео», что означает инициировать. Этот способ передачи природы реальности весьма рационален (жить хорошо – смерть от острых камней не очень). Однако это сделало некоторые исторические указания на трансдуальную природу реальности ещё более мистическими, чем было необходимо.

Иногда трансдуальное послание приходилось скрывать не только лингвистически, но и физически. Тибетская школа Дзогчен представляет трансдуальный подход к природе реальности. Предположительно Дзогчен возник в королевстве Оддияна, расположенном в долине Сват, что сегодня является Пакистаном. Король Оддияны беспокоился, что Дзогчен может

подорвать его власть, и хотел убедиться, что учения не распространятся.

Поэтому он запретил любые контакты посторонних с теми, кто осознал эти учения.

Согласно легенде, посланники были отправлены в Оддияну из добуддийского тибетского королевства Чжан Чжун. Их миссией было узнать больше об этих учениях Дзогчен, о которых они слышали слухи. Они обошли запреты, установленные королём Оддияны, тайно пробравшись ночью, чтобы получить инструкции по Дзогчену. Учения записывались козьим молоком на полотне из белого шёлка. Таким образом, записи становились видимыми только при воздействии солнечного света, и посланники позаботились, чтобы это произошло только после их безопасного возвращения в Чжан Чжун.

Ещё один мистифицирующий фактор – время и место. Западный духовный искатель часто сталкивается с текстами, записанными ужасно давно в месте и культуре, очень далёких от тех, в которых мы живём сейчас. В религиозных текстах акцент часто делается на сохранении верности оригинальному источнику насколько это возможно. Это достойная цель, но у неё есть два серьёзных недостатка. Первый – практические трудности с сохранением чистоты источника. Второй – уменьшающаяся отдача, которую оригинальное учение, даже идеально сохранённое, принесёт искателю, соприкоснувшемуся с ним.

Хотя истина, на которую указывают учения – что мы существуем как этот момент, а не просто в нём, – остаётся одной и той же, содержание этого момента и, следовательно, контекст людей, ищущих эту истину, постоянно меняется. Учение становится популярным в той мере, в какой оно способно облечь природу реальности в одежды, делающие её доступной для

современников, используя знакомые отсылки и общаясь на языке, который люди могут понять. Однако колесо времени продолжает вращаться. Те самые культурные особенности, которые в одно время и в определённой культуре использовались для эффективной передачи природы реальности, в другое время и в другой культуре превращаются в препятствия, затуманивая истину для искателя.

Мы видели, как духовность, считающаяся мистической, часто вовсе не так мистична. Теперь давай рассмотрим пример обратного: духовность, которую часто считают немистической, но которая на самом деле несёт мистическую суть. Эта духовность не спрятана в уголке основных религий, а гордо демонстрируется как их сердце. Я имею в виду золотые правила, существующие во всех главных духовных традициях. Индуизм предлагает такую версию: «Это суть долга: не делай другим того, чего не хотел бы, чтобы делали тебе.» Спроси о сути христианства, и тебе могут ответить: «Возлюби ближнего своего, как самого себя.» Буддизм вторит: «Не причиняй другим вреда способом, который сам сочтёшь вредным,» а из иудаизма мы узнаём: «Что тебе неприятно, не делай ближнему своему. Это весь Закон; всё остальное – комментарии.»

Хорошо, можешь сказать ты, но это же не мистика, верно? Что ж, на одном уровне – нет. Помнишь, как слово «религия» происходит от латинского *ligare*? *Ligare* означает соединять, но также связывать вместе. Религия – это о предоставлении (трансценденции), но у неё есть и другая функция: связывание сообщества верующих. Именно в этом немистическом контексте предоставления нормативной моральной основы обычно интерпретируются золотые правила.

Однако эта интерпретация оставляет относительное «я» застрявшим в режиме разделения, обречённым на вечный полёт между добром и злом, спасением и проклятием и всеми другими дуальностями. Важно осознать о золотых правилах, что они изначально не были получены относительными самоидентичностями, занятыми экзистенциальным бинарным бинго, основанным на страхе и желании. Они также не являются в конечном счёте нормативными инструкциями о том, как жить, придерживаясь мечты об абсолютном разделении. «Относись к ближнему, как к себе» даже не такое уж заманчивое предложение для ближнего с дуалистической перспективы. Я знаю множество случаев в своей жизни, когда я ужасно относился к себе.

Относительная самоидентичность может быть очень жестокой, и по какой-то причине она не щадит себя от презрения. «Как ты можешь быть таким глупым?» – спрашивает внутренний голос сам себя. «Ты совершенно бесполезен!» Не дай бог мне так относиться к другим.

На самом деле золотые правила – это мистические открытия, отправленные из области осознания трансдуальной природы реальности. Из еврейской традиции мы находим версию золотого правила с изюминкой: искатель спрашивает раввина, в чём суть веры. Раввин пинает его вниз по лестнице, откуда тот пришёл. Затем искатель обращается к другому раввину, который даёт ему упомянутое выше золотое правило о том, чтобы не делать ближнему того, что тебе неприятно. Почему первый раввин спустил искателя с лестницы? Потому что оставаться запертым в самоидентичности, которая считает себя отдельной, но придерживается золотого правила морали – это связывающий аспект религии. Трансцендентный аспект требует, чтобы ты сам отправился туда, где осознаётся истина, лежащая за правилом.

«Относись к ближнему, как к себе» следует интерпретировать буквально, как относись к ближнему как к другому проявлению твоего Я. Воссоединив своё относительное «я» с твоим абсолютным Я, золотые правила становятся самоочевидными правилами жизни. Относись к ближнему как к своему Я.

«Почему бы мне этого не сделать? Это то, что она есть.» Как бы ни были ты, я и твой ближний отдельными индивидами, это разделение не абсолютно. Мы разделяем один и тот же неделимый момент. Единственный момент, который есть. Который и есть мы все. Снова же, с трансдуальной точки зрения послание, изложенное в золотых правилах, так же очевидно, как сказать правой руке не отрезать левую. Никаких сверхчеловеческих усилий не требуется от относительного «я», чтобы следовать золотым правилам. Человек больше не движим страхом божественного наказания (в конечном счёте ада) или желанием бесплатного пропуска в вечный загробный VIP-зал на небесах. По словам Аристотеля: «Я получил это от философии – делать по собственному желанию то, что другие делают только из страха перед законом.»

Транстеизм

Хотя мы можем найти мистические течения трансдуальной мысли, проходящие через все традиционные религии, сами эти религии едва ли можно назвать трансдуальными. Основные духовные традиции здесь, на Западе – иудаизм, христианство и ислам – это то, что мы называем монотеистическими религиями. В отличие от многих политеистических традиций, предшествовавших им, они верят в одного всемогущего Бога. Красной нитью через Ветхий Завет Библии проходит переход одного народа, еврейского, от политеизма к монотеизму. Это свидетельство прекрасных нарративных качеств этой традиции, что отец

Авраама, сам отец монотеизма, якобы был изготовителем политеистических идолов.

Многие из вас, читающих это, имеют некоторый опыт медитации. Первый шаг медитации – сосредоточить ум. При самоанализе и через однонаправленную медитацию мы обнаруживаем, что наш ум вовсе не такая устойчивая сущность, как мы привыкли считать. Вместо этого мы открываем то, что называют обезьяньим умом из-за скачущей природы его мыслей. Мне нравится думать о переходе от политеизма к монотеизму как о первом шаге медитации.

Но медитация не останавливается на усмирении обезьяньего ума. Как только достигается более стабильное состояние ума, мы продвигаемся к дальнейшим целям. Мы можем использовать более продвинутые техники и обнаружить, что наше тело тоже не такая устойчивая сущность, как мы привыкли считать. Вместо этого мы открываем текучий поток энергии, энергию, которая не ограничена границами тела. Или мы можем заняться обменной медитацией, такой как тибетская техника тонглен, где мы визуализируем принятие всех тревог другого и отдачу взамен того покоя, которым обладаем. Смысл этих более продвинутых медитаций всегда один: растворить выдуманный абсолютный барьер между нашим относительным «я» и остальной частью момента.

Точно так же религия не должна останавливаться на монотеизме. Монотеизм может сфокусировать хаотическое мировоззрение политеизма, но работы ещё много. Нам нужно двигаться за пределы монотеизма к транстеизму. На протяжении этой книги мы видели иллюзорную природу Бога, существующего отдельно от остального творения. Чтобы всемогущий Бог,

которого монотеисты утверждают почитать, был действительно всемогущим, верующий должен (превзойти) концепцию отдельного Бога. Как превзойти концепцию отдельного Бога? Слившись с Богом. Как слиться с Богом? Признав то, что уже происходит – что ты есть этот момент в его целостности.

Трансдуальность – новая реалигия

Большая часть современной духовности, которая должна представлять альтернативу традиционной религии, в сердце своём остаётся монотеистической. Она просто заменяет Бога другими концепциями. Некоторые из вас знакомы с термином «недвойственность». Недвойственность – это школа мысли, которая за последние десятилетия приобрела большую популярность на Западе. Её учения опираются на некоторые из самых интересных частей духовных традиций. В совокупности эти недвойственные учения действительно превращаются в нечто вроде самостоятельной духовной традиции.

Проблема в том, что многое из того, что выдаётся за недвойственность на духовном рынке, – это лишь вариации на тему Вуайериста, с которым мы познакомились в главе, посвящённой этому прекрасному, но частичному лику Я. Сам термин «недвойственность» сам по себе приглашает к неприятностям. Он соблазняет нас возвышать что-то, что лежит за пределами мира дуальностей или мира форм. В традиционных западных религиях эту роль обычно отводили Богу, но он, конечно, уже вчерашний день. Улицы не меняются, но, возможно, меняются имена, и во многом современной передовой духовности Бог был заменён словами, такими как свидетель, осознанность, тишина, сознание, источник и т.д. Эти концепции наделяются априорным статусом по отношению к дуалистическому миру чувств, который часто считается иллюзией.

Здесь всё идёт не так. Учителя этих форм религиозных верований – не плохие люди, и состояния, к которым они ведут, реальны и часто являются прекрасными частичными проявлениями этого момента. Однако, если ты хочешь осознать полную природу реальности, это не то. Свидетель, источник, сознание, тишина или осознанность не существуют вне мира дуальностей. Это взаимозависимо возникающие сущности. Тишину можно познать только в отношении к шумному миру дуальности. Свидетель существует только в отношении к тому, что свидетельствуется. Источник и его излияния – одно и то же, и это то, кем ты являешься. Осознанность и то, о чём она осведомлена, – одно и то же, и это то, кем ты являешься.

Увлечение Вуайеристом или Свидетелем, доминирующее в современной духовности, действительно напоминает рождение новой религии. Разные люди достигают состояния, называемого Свидетелем. Они подтверждают друг другу, что это конечная цель. Взаимное подтверждение успокаивает сохраняющееся подозрение, что за углом может быть ещё одна остановка – за пределами этого состояния. Делятся существующими картами практик, как достичь Свидетеля, и создаются новые. Всё, что нам действительно нужно теперь, – это назначить главного свидетеля, и можно утверждать, что совершено преступление создания ещё одной иерархической, традиционной религии. Судья, называемый природой реальности, однако, не впечатлён.

Замена Бога на свидетеля, осознанность, тишину или что угодно ещё – это просто ещё один способ для относительного «я» поддерживать иллюзию фундаментального разделения, только более тонкую версию его. Разделение, необходимое для поддержания самого существования относительного «я» как независимой сущности. Чем сильнее я поклоняюсь или утверждаю, что верю во

внешнюю сущность, будь то Бог, свидетель, осознанность, сознание или какое угодно имя мы выберем, тем сильнее я сам становлюсь отдельной сущностью – своего рода мини-Богом. Другими словами, чем больше я утверждаю, что люблю какого-то Бога/Духа/Истину, сохраняя веру в разделение, тем больше я на самом деле отрицаю настоящего всепроникающего Бога/Духа/Истину.

И вот, наконец, игра окончена. Все фиговые листья, которыми мы прикрывали своё «я» от нашего Я, разобраны. Космическая игра в прятки завершена. Недвойственность, применяющая концепции, такие как свидетель, осознанность, тишина или другие имена для сущности, которая всё ещё считается каким-то образом отдельной от этого момента, – это последний фиговый лист. Тем, кто разделяет моё видение природы реальности, я поэтому предлагаю организованное отступление в Трансдуальность.

Трансдуальность едва ли религия. Это лишь гипотеза о природе реальности, основанная на наблюдении этой реальности. Гипотеза предполагает, что в конечном счёте нет фундаментального разделения между наблюдателем, нашим относительным «я», существующим в этом моменте, и наблюдаемым, остальной частью этого безграничного момента, в котором существует относительное «я». Единственный логический вывод из этого отсутствия разделения – что ты и я существуем как этот момент, а не просто в нём. Любой, открытый к проведению эксперимента по наблюдению, может осознать правдивость этой гипотезы.

Я предпочитаю думать о Трансдуальности как о реалигии. У реалигии должны быть некоторые принципы, так что вот три принципа Трансдуальности:

Принцип №1 – Мы существуем как этот момент – не просто в нём.

Принцип №2 – Ничто не существует за пределами этого момента.

Этот принцип включён, чтобы избежать веры в какую-то сущность, которая каким-то образом находится за пределами этого бесконечного момента, сущности, которым дают имена, такие как Бог, свидетель, осознанность, сознание, тишина или источник.

Принцип №3 – Относительное «я» (превосходит), но включается в абсолютное Я.

Третий принцип указывает на одну из главных причин, почему я выбрал термин «Трансдуальность». Он отдаёт дань уважения интегральному философу Кену Уилберу и его понятию: Превосходить И включать. Эта концепция помогает нам избежать ошибки, которая часто возникает во время поиска, когда относительное «я» подвергается осуждению или даже отрицанию новой самоидентичностью. Если я принимаю идентичность Вуайериста или Свидетеля, осознанности или тишины, моё относительное «я» часто оказывается в шатком положении. Мой интеллект может понимать, что я – Единство. Но это паршивое относительное «я» продолжает не соответствовать этому пониманию. Решение часто заключается в возвышении абсолютного над относительным или даже в полном отрицании относительного «я». «Нет никакого я» – часто используемая фраза среди определённой духовной толпы. Это может звучать смешно для тебя, но это широко распространено в некоторых кругах.

У этого есть своя логика. Фундаментально отдельное относительное «я» старого образца было осознано как иллюзия; следовательно, искателю кажется логичным полностью его отбросить. В конечном счёте такая тактика – просто последний трюк, разыгранный относительным «я». Оно сдаёт часто телесно-центрированную старую самоидентичность и утверждает, что больше не имеет

«я». Всё это позирование разыгрывается из комфорта новой самоидентичности как концепции, такой как свидетель, осознанность, сознание или тишина. В этом случае относительное «я» могло быть превзойдено, но ещё не включено.

Духовность такого рода часто может дать нам чувство божественности, но она также сильно навязывает нашу человечность. (В то время как антидуховные подходы часто предоставляют нам человечность, но отрицают нашу врождённую божественность).

Трансдуальность предоставляет нам полную божественность И полную человечность. Теперь мы знаем, кто мы есть – этот безграничный момент. Наше относительное «я» – неотъемлемая и желанная часть этого момента. Оно может время от времени ошибаться, но это нормально. Утвердившись в новой самоидентичности как абсолютное Я, как момент в его целостности, мы принимаем относительное «я», как мать принимает своего ребёнка. Мать не отрекается от своего ребёнка, когда он падает или терпит неудачу.

Есть ещё одна причина не отбрасывать ребёнка, относительное «я». Мы осознаём, что ребёнок так же важен для природы реальности, как и мать. Мать не предшествует ребёнку априори. Без матери нет ребёнка, но также без ребёнка нет матери, только потенциальная мать. Это взаимозависимо возникающие сущности, и мы – и то, и другое, мать и ребёнок.

Сообщество

Трансдуальность – это делиться секретом того, кто мы есть на самом деле, кто ты есть на самом деле. Мне доставляет большое удовольствие делиться этим открытым секретом с тобой, так как его послание – это послание радости, и я

надеюсь, ты тоже поделишься им с другими родственными душами. Но это реалигия, а не религия. Чувствуй себя свободным распространять вирус трансдуальности среди всех, кто может проявить интерес, но всегда помни, что это не о том, чтобы засовывать какой-то нарратив о природе реальности в глотки людям, которые не спрашивают. Такие действия принадлежат верованиям, которым нужно заливать цемент, чтобы их не унесло первым порывом ветра, дующим в их сторону от природы реальности.

Для тех, кто спрашивает, Трансдуальность может выполнять как минимум две замечательные функции. На абсолютном уровне Трансдуальность даёт чёткий ответ на тот вечный вопрос: Кто я? Ты уже хорошо знаешь этот ответ: Мы существуем как этот безграничный момент – не просто в нём. На относительном уровне трансдуальная реалигия предоставит сообщество для тех душ, которые случайно вспоминают своё истинное Я. Мне нравится эта цитата актёра Джима Керри, явно заражённого вирусом трансдуальности: «Некоторые люди ходят на Суперкубок – я и есть Суперкубок! Я – стадион, я – продавцы снаружи, я – наркодилер на углу, я – всё, этому нет конца, и это так весело!»

Это столь же хорошее описание трансдуального опыта, как любое из тех, что я читал у азиатских мастеров, живших в веке с трёхзначным числом. Но что сделало бы этот опыт на Суперкубке ещё веселее? Делиться им с сообществом.

Такое сообщество также облегчит путешествие для индивидов, находящихся на пороге последнего прыжка веры на пути к осознанию трансдуальной природы реальности. Образование и культурный вклад – лишь некоторые из множества инструментов, которые помогают облегчить этот

прыжок. Здесь действует гравитация сознания. Она помогла нам с тобой более или менее без усилий идентифицироваться как часть человеческой семьи, что является весьма выдающимся достижением в истории человеческой самоидентичности. Точно так же зрелое трансдуальное сообщество поможет сделать переход от простой идентификации в моменте к идентификации как момента гораздо более лёгким для будущих искателей.

Я был немного суров к традиционным религиям в этой главе, но это не умаляет того факта, что они также представляют собой бесценные сундуки человеческих прозрений. Трансдуальная перспектива совместима со всеми этими духовными традициями. Если ты являешься частью такой традиции, я предлагаю тебе придерживаться её и просто добавить несколько щепоток Трансдуальности, таких как три принципа, к твоему конкретному духовному пути. Все духовные традиции несут трансдуальную перспективу в своём сердце, и применение этих принципов к твоему духовному поиску поможет тебе подключиться к самым ценным частям твоего собственного пути или традиции. Духовная практика – не пустая трата времени. Как гласит дзенская поговорка: пробуждение – это случайность, но духовная практика делает нас склонными к случайностям.

ТРАНСДУАЛЬНОСТЬ 101 – Мы есть это

ЧАСТЬ II – Я в Себе

Сделано на небесах

«Твоя задача не в том, чтобы искать любовь, а лишь в том, чтобы искать и найти все барьеры внутри себя, которые ты воздвиг против неё.»

– Руми

У нас есть доказательства

Что происходит со мной после того, как я обновлю свою самоидентичность? Или с тобой, что, конечно, гораздо важнее: что происходит с тобой? Громовые молнии. Океаны огня. Яркие радуги. Существует множество предубеждений о том, как осознание природы реальности будет воспринято счастливым искателем, ставшим нашедшим. Мой друг высказал более приземлённое беспокойство о жизни после осознания: «Буду ли я помнить оплачивать свои счета вовремя?» – задумался он.

Правда в том, что осознание катастрофически не оправдывает ожиданий в плане пиротехники, и да, ты всё ещё будешь помнить оплачивать свои счета. Однако относительное «я» получит некоторые очень интересные преимущества, которые легко затмевают самые яркие радуги. Союз между относительным «я» и абсолютным Я действительно сделан на небесах.

Прежде чем отправиться в это путешествие, чтобы увидеть, как идентификация с моментом, а не просто в нём, повлияет на тебя, я должен подчеркнуть, что эти желанные преимущества обновления самоидентичности – исключительная прерогатива истинного трансдуального осознания. Эти воды недоступны самоидентичности, плывущей под фальшивым флагом Трансдуальности, чтобы избежать страдания или претендовать на счастье и любовь от имени всё ещё относительной самоидентичности. Мы можем обмануть себя, и, возможно, нам даже удастся обмануть других, но мы не можем обмануть наше Я.

В болезни и в здравии

Разрезание этого безграничного момента на кусочки имеет свою цену: оно вызывает страдание. В конечном счёте почти всё страдание сводится к чувству неполноты. В разные моменты моей собственной жизни я был убеждён, что если бы я только мог заполучить эту женщину, тот дом, ребёнка, лекарство, диплом, деньги... просветление – список бесконечен, – моё страдание прекратилось бы, и моё счастье стало бы полным. Но увы, застряв в относительной самоидентичности, ничто не может заполнить пропасть между тем, кем мы себя считаем, и тем, кем мы действительно являемся. Все деньги мира не могут откупиться от боли, обид и страданий. Все духовные достижения, вся красота, власть и секс – одинаково неадекватные пластыри на рану, которую мы широко разрезали посреди единства, которым мы являемся.

Когда мы сталкиваемся с ситуациями, которые заставляют нас страдать, мы пытаемся устранить это страдание, применяя бесконечное множество тактик. Мы можем противостоять страданию, прятаться от него, торговаться с

ним или просто сдаться ему. Проблема в том, что ни одна из наших тактик, похоже, не работает – по крайней мере, не в долгосрочной перспективе. Мы можем даже полностью заглушить свои чувства, чтобы не испытывать такую сильную боль, но такой оцепенелый подход к жизни – одно из худших страданий. Отказаться от открытости, которая позволяет нам впитывать всю красоту жизни, – не настоящее лекарство от страдания.

На протяжении всей этой борьбы со страданием мы сохраняем слепое пятно относительно нашей самоидентичности. Бессознательно мы принимаем как должное, что относительная самоидентичность – какой бы тонкой она ни была – это то, кем мы в конечном счёте являемся. Обладая такой идентичностью, наш способ заниматься этим делом, называемым жизнью, неизбежно вызывает то самое страдание, которое мы затем поворачиваемся и утверждаем, что ненавидим.

Утверждать, что трансдуальное обновление самоидентичности исцелит твоё страдание, потому что оно решает все твои проблемы, было бы ложью. Ближе к истине то, что оно растворяет большинство проблем. Растворяет, потому что подавляющее большинство наших проблем вращается вокруг того, как относительное «я» может контролировать мир внешних объектов в виде остального содержания момента.

В нашей повседневной жизни мы сталкиваемся с бесконечным парадом выборов. Мы хотим, чтобы это произошло, чтобы сделать нас счастливыми, и мы определённо хотим избежать того, чтобы не страдать. Список этих наших желаний может быть связан с семейными отношениями, с борьбой в любовной жизни, с проблемами здоровья... возможности бесконечны. Проблема в том, что

все наши желания, какими бы они ни были, всегда будут вращаться вокруг константы, а именно нашей относительной самоидентичности.

Как только мы обновляем эту константу – относительную самоидентичность, вокруг которой вращается этот мир страдания, – всё страдание, связанное с таким частичным восприятием себя, исчезает. Это включает в себя подавляющее большинство страданий, которые мы испытываем в повседневной жизни. Большая часть из них связана с позиционированием, интригами и представлением нашей относительной самоидентичности по отношению к подавляющим частям нашего момента, которые мы не включаем в нашу самоидентичность.

Собака, идущая по улице, обречена обнюхивать каждый фонарный столб, мимо которого она проходит. Абсолютно всё может стать непреодолимым магнитом для этих ноздрей с прикрепленной к ним собакой: каждый угол улицы, каждая куча мусора, парфюмированные визитные карточки, оставленные другими собаками. После первоначального осмотра носом объект может получить дозу святой воды через брызги задних лап. Или собака может задрать нос, сжаться и последовать зову следующего фонарного столба. Обнюхать, затем брызнуть или сжаться – ритуал обязателен. Это то, что делает собака – то, чем она является.

Не слишком отличающимся образом мы обречены относиться к остальной части момента, пока верим, что по своей сути отделены от него. Абсолютно всё, что появляется в моменте, должно рассматриваться и интерпретироваться в отношении нашего неполного восприятия себя. Затем мы применяем одну из наших бесчисленных концепций, чтобы одобрить или не одобрить, посмеяться или заплакать – брызнуть или сжаться – в реакции на

любой объект или событие, появляющееся там в бесконечном потоке сознания фонарных столбов. С течением лет мы становимся всё более эффективными нюхачами. Почти не задумываясь, мы выполняем свою рутину. Это то, что делает и чем является относительная самоидентичность.

Пока мы остаёмся убеждёнными в абсолютной обособленности нашего существования, этот способ действий остаётся нашей судьбой. Такой подход к жизни вызывает избыточное страдание. Мы, конечно, не критикуем замечательную способность различать объекты. Проблемы возникают потому, что мерка, по которой судятся все объекты и события – а именно наша самоидентичность – неточна, неполна и не соответствует природе реальности. А поскольку наша мерка ошибочна, естественно следует, что наши суждения и выборы, которые мы делаем на основе наших различений, также страдают. Самые решения, которые должны были помочь нам избежать страдания, вполне могут вызвать ещё больше страдания. В конце концов, мы бесконечно усложняем свои собственные жизни и жизни других.

Несколько лет назад книга «Секрет», написанная Рондой Бирн, пользовалась феноменальным успехом по всему миру. Предпосылка книги заключалась в том, что мы можем увеличить своё счастье через позитивное мышление, основанное на законе притяжения. Я не сомневаюсь в нашей способности влиять на собственную реальность. Есть причина, по которой тибетская философия называет ум драгоценностью, исполняющей желания. Однако я знаю, что «Секрет» и большинство других книг по самопомощи не могут принести нам lasting (долговечное) счастье, которого мы жаждем. Я знаю это, потому что у них недостаточное понимание «я», которое они должны помогать. Если определение «я» неполное или вовсе ошибочное, как мы можем

доверять этим средствам доставить это «я» к желаемой цели счастья? Мы не можем. Когда мы не имеем ни малейшего представления о природе того, кто загадывает желания, возможно, даже разумный совет – быть осторожным с тем, чего мы желаем.

Конечно, некоторые из наших прежних проблем могут сохраниться даже после обновления, но даже эти проблемы приобретают совершенно иной оттенок и гораздо меньшую срочность, как только наша самоидентичность выравнивается с природой реальности. Наша самоидентичность не только окрашивает наше восприятие окружающего мира. Мы и мир, который мы воспринимаем, в конечном счёте – две стороны одной медали.

Замечал ли ты, как одна и та же прогулка по знакомой улице может приобретать совершенно разные оттенки? В один день все люди, которых ты встречаешь на пути, кажутся грациозно красивыми. В другие дни они все выглядят серыми и печальными, и самый несчастный из них – тот, кто пытается избежать твоего взгляда в отражении витрины магазина. В один день все здания, мимо которых ты проходишь, спроектированы мастерским архитектором, создавая идеальный фон для твоего идеального дня. На следующий день те же самые строения – уродливые и угрожающие куски бетона. В один день мелкий дождь – это освежающий небесный душ. На следующий – это личное влажное оскорбление. Другими словами: кем мы являемся, то мы и видим.

Как духовные искатели, мы склонны к особому случаю размытого зрения. Мы в определённой степени увидели ограничения, встроенные в относительную самоидентичность, но ещё не полностью соединились с нашим абсолютным Я – этим моментом в его целостности. Одна наша нога твёрдо стоит в

распадающейся относительной самоидентичности, в то время как другая сделала шаг вперёд и теперь находится где-то в неизвестности. Два опорных пункта тянут в противоположные стороны, и наше восприятие омрачено возникающим напряжением.

Как отец, я нахожу одну вещь болезненнее собственного страдания – это страдание моего потомства. Следующие истории о двух случаях, когда моя дочь заболела, могут помочь осветить, как трансдуальное обновление самоидентичности меняет наш подход к страданию.

Первая история произошла, когда моей маленькой девочке Витории было всего четыре недели. У неё поднялась температура, и мы отвели её к врачу. Он провёл некоторые анализы и беспокоился, что у неё может быть менингит. Виторию срочно доставили в больницу для дальнейших обследований, чтобы выяснить, верны ли подозрения врача. В какой-то момент мне пришлось фиксировать голову моей дочери, пока они извлекали двадцать капель жидкости из её позвоночника. Это болезненная процедура, и каждая секунда наблюдения за тем, как моя крошечная малышка проходит через такую боль, разбивала мне сердце.

После процедуры нам с мамой Витории сказали подождать два часа, пока будут готовы результаты теста. Это были очень долгие часы. В то время я всё ещё воображал себя фундаментально отделённым от остальной части момента. Я помню некоторые события из той комнаты ожидания, которые, как мне кажется, подчёркивают некоторые из более слабых сторон такой дуалистической самоидентичности. Во-первых, конечно, были обычные мысли: почему это происходит с ней? Почему это происходит со мной? Также происходила жёсткая торговля: если ты позволишь ей выздороветь, я обещаю

стать лучше, внутренне клялся я кому бы то ни было, кто мог управлять происходящим.

Хуже того, из-за стрессовых событий дня я ничего не ел. В какой-то момент голод ударил по мне, и мой разум переключился с беспокойства о моей принцессе на мысли о еде. Через некоторое время внутренний голос вмешался: какой ты ужасный отец! Твоя дочь борется за жизнь, а ты думаешь о еде? Так звучали обвинения, выдвинутые против меня мной же. Чуть позже я посмотрел на маму Витории. По какой-то причине в этот момент я нашёл её очень привлекательной, и начал фантазировать о сексе. Снова внутренний шериф взобрался на своего высокого коня: Серьёзно? Жизнь твоей дочери на кону, а ты думаешь о сексе? Какой ты монстр? Таковы шизофренические пути относительной самоидентичности. Стоит отметить, что эти мысли о еде и сексе были краткими проблесками. Большую часть времени я сосредотачивался на беспокойстве о благополучии моей малышки. Витория выздоровела. Это оказалась ложная тревога.

Вторая история произошла почти год спустя, когда моя дочь снова серьёзно заболела. Наша маленькая семья тогда жила в Бразилии, и в течение одного позднего октябрьского дня температура у Витории всё больше повышалась. Когда день сменился ночью, её тело казалось раскалённым, бледная кожа приобрела пепельный оттенок, а губы стали синеватыми. Когда я измерил её температуру, она превысила 40,5 градусов по Цельсию. Я немедленно вызвал машину в больницу. Когда машина подъехала, и я наклонился, чтобы взять мою малышку, её крошечное тело чувствовалось одновременно жёстким и подёргивающимся. На пассажирском сиденье машины, направляющейся в больницу, Витория лежала у меня на коленях. Её

тело всё ещё было жёстким, глаза закатились вверх. На её рту была пена. Я не имел ни малейшего представления, что происходит с моей драгоценной маленькой принцессой, но было очень реальное и зловещее чувство, что она действительно может умереть прямо здесь, в моих руках.

Когда мы приближались к больнице, мы проехали через круговую развязку. Некоторые авторы книг, подобных этой, говорят, что осознание природы реальности было постепенным процессом. Другие утверждают, что знают точный момент, когда конечная истина наконец осенила их. Однако я почти уверен, что ни один из них не пережил осознание на круговой развязке. Это случилось со мной.

На тот момент в моей жизни я выбросил все духовные усилия в унитаз. После лет активного поиска я решил бросить это дело. После начальных чувств подъёма, рождённых духовными прозрениями, я чувствовал, что моя жизнь как искателя только тянет меня вниз. Когда родилась Витория, я полностью соскочил с телеги поиска. Больше никаких медитаций, никакого чтения духовной литературы, никакого размышления о природе реальности. Я обменял всё это на сосредоточенность на смене подгузников.

Возвращаемся к истории. Когда мы ехали через ту круговую развязку в двух кварталах от больницы, я повернул голову, чтобы посмотреть в открытое окно моего пассажирского сиденья. Прямо там и тогда я осознал суть всех духовных учений, с которыми я ранее боролся. Я понял, что нет ни внутри, ни снаружи – этот момент и есть всё. Что этот момент не имеет границ и что он – это я, это мы. Произошёл сдвиг в самоидентичности.

Мы прибыли в больницу, и опыт не мог быть более отличным от первой истории, которую я тебе рассказал. На этот раз не было чувства жертвы обстоятельств. Не было «почему это происходит с ней или со мной». Я был этими обстоятельствами, на тот момент очень серьёзными обстоятельствами. Я не торговался с невидимыми неизвестными сущностями, управляющими происходящим. Мой фокус был на том, как моё относительное «я» может быть максимально полезным моей дочери и медицинскому персоналу. Я не думал о еде или сексе, но если бы такие мысли возникли, это тоже было бы нормально. Это просто было бы немедленно распознано как голос определённых аспектов моего относительного «я», «я», которое было превзойдено и затем включено в мою новую идентичность.

В течение той долгой и очень тяжёлой ночи дуалистический голос несколько раз пытался пробиться обратно в картину. На этот раз он не обвинял меня, а скорее пытался вернуть себе руль самоидентичности, зарабатывая очки: «Разве это не здорово?» – говорил он. Ты сделал это. Мы сделали это. Мы осознали природу реальности! Как это круто? Но было слишком поздно. Я увидел ложные предпосылки такого шизофренического способа мышления. Тогда и там, и в последующие годы, этот дуалистический голос потерял свою силу. Он всё ещё появляется время от времени, как я уверен, будет всегда. Это как всплывающие круги от некогда мощной волны. Однако он распознаётся за то, что он есть, и я нахожу, что, приветствуя даже этот свидетельствующий голос в полноте, которой я являюсь, он довольно быстро теряет интерес. Он жаждет положения главного в иерархии идентичности, и когда понимает, что этого не случится, обычно тихо уходит с поджатым хвостом.

Витория снова выздоровела от своей болезни. Она страдала от лихорадочных судорог. Это заболевание выглядит пугающе, но, к счастью, оно больше лает, чем кусает, и уже на следующее утро ей стало гораздо лучше.

Я хотел поделиться этими двумя историями с тобой, потому что думаю, что они проливают интересный свет на тему страдания. Если ты обновишь свою самоидентичность с «в моменте» на «как момент», всё страдание не прекратится. Ни для твоего относительного «я», ни для твоих близких, ни для остальной части момента, которая тебя окружает. Ты будешь переживать множество печальных событий в своей жизни даже после обновления. Идентификация с этим моментом в его целостности – это не какой-то интеллектуальный сероксат, предназначенный для вакцинации тебя против злобного и неумолимого мира там, снаружи. Напротив, обновление самоидентичности сделает тебя чувствительнее ко всему содержимому этого момента. Ты будешь испытывать слёзы, печаль и все другие побочные эффекты этого дела, называемого жизнью, интенсивнее, чем когда-либо. Но, освобождённый от исключительной тирании идентичности относительного «я», твоё отношение к страданию полностью изменится. Ты больше не будешь идентифицироваться как человек здесь, которому угрожают зловещие события там, снаружи. Огромные волны всё ещё будут нарастать на море жизни, но они больше не будут угрожать обрушиться на тебя. Ты – эти волны, и, что ещё важнее, ты также глубокий океан, в котором даже самая массивная волна – лишь крошечная рябь. Теперь ты свободен стряхнуть пыль (и конфетти) со своих плеч и бесстрашно отправиться в мир.

Относительная самоидентичность будет реагировать на любую ситуацию со страхом. Или с желанием. Одно из двух. После твоего окончательного

обновления ты больше не будешь искать выхода из страдания, идя по этому бинарному пути, где боль только увеличивается. Это не значит, что ты будешь уклоняться от ситуаций. Вовсе нет. После обновления ты будешь идентифицироваться с целой ситуацией. Посмотри ей в глаза, полностью войди в ситуацию. И в той мере, в какой ситуация требует решения, решение откроется с твоей новой точки обзора, изнутри.

Когда действительно требуется действие, ты будешь действовать, и делать это от всей души. Но часто ты обнаружишь, что решение воспринимаемой проблемы вовсе не в действии. В то время как воображаемая отдельная самоидентичность непрестанно будет причинять боль себе и другим, пытаясь направить материнский корабль самоидентичности через чужую и потенциально угрожающую вселенную там, снаружи, обновлённое «я» признает, что решение его проблем часто заключается в неделании. Не в том, что ты становишься праздным или воздерживаешься от всех действий, а в том, что ты перестаёшь приносить по сути бессмысленные жертвы на алтарь бога относительного «я». Бога, который становится всё толще и толще, но никогда не насыщается.

Хорошо ли это для меня, для моей семьи, моих друзей, моего народа? Ты всё ещё будешь учитывать эти соображения после того, как обновишь свою самоидентичность с «в моменте» на «как момент», но ты больше не будешь их рабом. Ты больше не будешь автоматически подпрыгивать каждый раз, когда кто-то или что-то задевает нити страха и желания, управляющие различными слоями относительной самоидентичности. Обновление самоидентичности заменяет реакцию действием.

Мы говорили о страдании как о проблеме, но страдание также может быть великим даром и содействовать росту. Появление новой жизни – звёздный пример преобразующей силы страдания. Во время беременности будущая мать обычно проходит через три фазы. Первая фаза длится примерно первые 12 недель беременности. Её тело приспосабливается к множеству изменений, и она страдает от тошноты и других физических неудобств. Как только эти изменения интегрируются, будущая мать входит в приятную фазу. Она чувствует себя комфортно со своим новым телом и идентичностью, и многие матери будут вспоминать эту фазу с особой нежностью. Однако это удовольствие заканчивается. Последние недели беременности снова очень неудобны. Дискомфорт подготавливает женщину к тому, что грядёт. И затем, наконец, чтобы стать матерью, женщине приходится пройти через одну из самых страшных физических болей, какие только можно представить. В конце этого страдания ждёт новое «я». Не только для матери, которая переживает огромное изменение своего относительного «я», но и в виде совершенно нового относительного младенческого «я».

Испытываешь ли ты сейчас какие-то чувства страдания в своей жизни? Даже если ты не полностью обновишься с идентификации в моменте на идентификацию как момента, попробуй представить, как бы это ощущалось, если бы этот момент в его целостности был твоим истинным Я. Как бы это повлияло на страдание, через которое ты проходишь? Может быть, оно бы полностью исчезло? Или, может быть, страдание бы не ушло. Возможно, близкий человек проходит через серьёзную болезнь. Идентификация как момент не исцелит эту болезнь чудесным образом. Но я уверен, что идентификация как весь момент, а не как жертва обстоятельств, изменит твоё

восприятие происходящего, значительно улучшив твою способность заботиться об этом другом человеке в процессе. Если это твоя собственная болезнь, ты действительно можешь исцелить себя. Имей в виду, что исцеление не обязательно должно быть чем-то магическим, каким-то мгновенным лекарством. Это может быть медленный процесс к здоровью, процесс, который разблокируется твоим обновлением самоидентичности. Настоящее исцеление, в конце концов, всегда находится в целостности.

Когда я разговариваю, слышу или читаю о людях, осознавших природу реальности, я поражён тем, как много этих историй включают травматический триггер. Депрессия, болезнь близкого человека или экзистенциальный кризис могут быть способом заставить тебя принять более обширную самоидентичность. По словам мистического поэта Руми: «Рана – это место, куда входит свет.» Хотя это правда, я надеюсь, что эта книга станет каплей в волне духовности, которая облегчит искателям осознание природы реальности без необходимости таких травматических триггеров. Однако обновление самоидентичности неизбежно будет сопровождаться некоторой долей боли. По словам хирурга XIX века, биолога и лауреата Нобелевской премии Алексиса Карреля: «Человек не может переделать себя без страдания, ибо он одновременно и мрамор, и скульптор.»

Любить и лелеять

Давай пока попрощаемся со страданием. По ту сторону трансдуального сдвига в самоидентичности ждёт более глубокое счастье, чем ты когда-либо просил. Не потому, что трансдуальная самоидентичность создаёт это счастье, а потому, что она перестаёт создавать страдание, и как только муть иллюзорной

относительной самоидентичности оседает, оказывается, что удивительно глубокое счастье – наше естественное состояние.

Отчуждение и страх смерти –常见的 (распространённые) причины человеческих страданий. Евангелие материализма превращает нас в отдельные, изолированные узлы в чуждой вселенной. Между тобой и другими узлами не может быть настоящего потока или понимания, кроме некоторых мимолётных моментов общих взаимных интересов. Это определённо одинокое место.

Обновление твоей самоидентичности плавно вплетает тебя в общую ткань этого момента. Это конец отчуждения, потому что ничто не чуждо тому, кем ты действительно являешься. Ты – твоя жизнь, вся она, всё время. В этом моменте, которым ты являешься, ничего не отсутствует. Не в том смысле, что есть одна-две вещи, которых не хватает, но ты в своём духовном величии милостиво их игнорируешь. Нет, буквально ничего не отсутствует. Что вообще может быть не так, когда ты – всё? Ты полон. Относительное «я» – совершенное выражение этой полноты. Твоё собственное относительное «я» и всех остальных тоже. Существование относительных «я» – не какая-то божественная ошибка или гигантский эволюционный провал в космическом масштабе. Ты свят, и все остальные, и всё остальное тоже. Твоё относительное «я» никогда не абсолютно отделено от всех этих других отдельных «я» или остального содержания в этом и каждом моменте. Напротив, мы все связаны более интимно, чем что-либо в материалистическом мире дуализма. Это знаменует конец одиночества. Относительное «я» никогда не одиноко.

Страх смерти, который, как говорят психологи, является коренной причиной столь многих страданий, также обезвреживается трансдуальным обновлением. Идентифицироваться как момент, а не просто в нём, означает, что наконец пришло время начать жить и перестать умирать. Потому что этот момент, которым мы оба являемся, никогда не рождался и никогда не умрёт. Он просто всегда есть. Чтобы смерть была возможна, этому моменту понадобилось бы куда-то умереть – что-то за его пределами. Но за пределами этого момента ничего не существует. Всё, что возникает, автоматически включается. Что подразумевает рождение благословения, называемого абсолютным одиночеством. Абсолютное Я всегда абсолютно одиноко. Трудно описать радость осознания, что за пределами твоего истинного Я нет вообще ничего. Ничто не угрожает ему, даже смерть. Трансдуальное счастье, таким образом, – это знать, что относительное «я» никогда не одиноко – и знать, что абсолютное Я всегда таковым является.

Что ещё можно сказать о счастье признания своей идентичности как момента – не просто в нём? Ну, мы можем найти подсказки в идеалах, к которым мы стремимся в мире дуальностей. Все эти идеалы, с которыми борются относительные «я», такие как любовь, свобода, безопасность, красота и долголетие, – лишь бледные имитации качеств, которые без усилий присущи абсолютному Я. Они как отголоски почти утраченной памяти. Шепчущие напоминания от Я к «я», указывающие нам дорогу домой. Свобода полна, когда ты идентифицируешься как абсолютное Я – этот бесконечный и вечный момент – потому что нет границ. Красота повсюду, когда повсюду Бог. Безопасность обеспечена, когда нет никого вне тебя, чтобы угрожать тебе. Вечная жизнь твоя,

потому что этот момент, которым мы все являемся, никогда не рождался и никогда не умрёт.

Мы помним эти наши общие идеалы, потому что, хотя мы считаем себя абсолютно отдельными существами, это, конечно, никогда не так на самом деле. Однако идеалы никогда не будут реализованы, пока мы поддерживаем иллюзию, что относительное «я» – это всё, что мы есть. Чем больше мы стремимся к свободе, не осознавая природу реальности, тем больше она, кажется, ускользает от нас. Убийство во имя любви – это окончательное поражение для идеалистического относительного «я».

Самый главный среди всех наших идеалов – это, конечно, любовь. Этот жестокий громила хватает нас всех за шею. Взлетает нас ввысь, прежде чем безжалостно тянуть обратно вниз. Это наши спины к его ждущему, острому колену. Любовь оставляет нас там, в канаве, беспомощными, в то время как она засыпает океаны соли в наши широко открытые сердечные раны. Пинает нас немного просто ради удовольствия. Прежде чем снова поднять нас. Утешает нас и заманивает на головокружительные карусели. Как планеты, мы тоже кружимся, не зная куда. Пока удар в область сердца не высасывает весь воздух, которым мы дышали. Снова она соблазняет нас встать, и мы подчиняемся, нерешительно, шаг за осторожным шагом. Только чтобы наша вера в любовь была навсегда раздавлена предательским ударом в спину, когда мы меньше всего этого ожидаем. Короче: как можно не любить любовь?

Любовь, которая происходит между двумя относительными самоидентичностями, – это прекрасная, бессознательная встреча с природой реальности. Где-то в середине девяностых я оказался в шатком положении. Хорошая новость была в том, что я был в отношениях с женщиной, в которую я

был безумно влюблён. Плохая новость – эта женщина в то время проводила свои дни на другой стороне планеты, на Бали, в Индонезии. Интернет-коммуникация в те дни ещё не снимала остроту из отношений на расстоянии, и однажды ночью я обнаружил себя буквально больным от тоски. Из этой тоски родилось стихотворение:

Я был волной / Беспреданно блуждающей / Грозной и пенящейся
Всегда далёкой / вне досягаемости
Ты была / моим пляжем
Я – океан / Игриво вздымающийся / Мирный и отдыхающий
Никогда не колеблющийся / никогда не слабеющий
Ты – / моя вода

Во время написания этого стихотворения у меня не было никакого интереса к духовности, но в ретроспективе очевидно, что, помимо выражения любви мужчины, тоскующего по этой удивительной женщине, волна в стихотворении также является метафорой относительного «я»; океан – абсолютного Я.

Однако, хотя между любовью между двумя относительными «я» и осознанием природы реальности определённо есть общие знаменатели, различия гораздо шире. Утвердившись в обновлённой самоидентичности, мы переключаем своё внимание не только на один из бесчисленных других объектов, присутствующих в этом безграничном моменте – объект, который мы теперь утверждаем, что любим. Любовь между двумя людьми в своём лучшем

проявлении – это почти безграничное двуединство. Но обновлённая любовь – это безграничное, а не двуединое дело. Трансдуальность позволяет твоей любви без усилий течь наружу в этот бесконечный момент в его целостности. Когда трансдуальное признание наполняет наше существо, мы также понимаем, что это не из-за процесса, где наша новая самоидентичность заставляет любовь расти. Скорее, мы осознаём, что это относительная самоидентичность накладывала ограничения на всегда уже существующий подспудный поток любви, который является частью нашей истинной природы.

Любовь позволяет нам на несколько часов, месяцев – или для счастливиц, лет – переключить внимание с нашего собственного относительного «я» на чьё-то ещё. Будучи по уши влюблёнными, мы освобождаемся от порки мёртвой лошади, которой является относительное «я», когда оно воспринимается как абсолютное. «Я», чьё притязание на абсолютную обособленность не подтверждено природой реальности и которое поэтому никогда не поплывёт само по себе. Чтобы поддерживать иллюзию обособленности, нам нужно непрерывно развлекать относительное «я», кормить его, гладить его. Мы – рабы относительного «я». Увлечённые влюблённостью в другого, мы забываем весь этот ужас. Это такая желанная смена декораций – развлекать, кормить и гладить чьё-то ещё «я». В этом забвении нашему «я» позволено проявить часть своего истинного потенциала. Возможно, это то, что имел в виду поэт Вячеслав Куприянов, когда написал следующие строки, опубликованные в тогдашнем Советском Союзе в 1982 году:

На своём собственном лице
Я вырезал лица
Всех, кого я когда-либо любил.
Кто теперь скажет,
Что я не прекрасен?

Трансдуальное обновление также впервые позволяет тебе по-настоящему любить себя. Даже самое нарциссическое относительное «я» будет плохо с собой обращаться. Когда мир не подчиняется каждому нашему желанию, часть вины возлагается на относительное «я». Ты бесполезен, говорим мы себе! В той мере, в какой существует хоть какая-то любовь к себе, она вряд ли безусловна. Чтобы заслужить собственную любовь, мы настаиваем, чтобы «я» соответствовало бесконечному списку требований. Я люблю себя, конечно, но только если я веду себя так или эдак, достигаю той цели, любим другим, и множество других условий. Когда ты осознаёшь, что ты – этот момент в его целостности, ты свободен не только любить все другие относительные объекты там, снаружи – ты также свободен наконец-то протянуть безусловные любящие объятия к давно страдающему относительному «я».

Пока смерть не разлучит нас?

А как насчёт романтического идеала двуединой любви до гробовой доски? Как этот идеал затрагивается трансдуальным сдвигом в самоидентичности? Любить всех так же удивительно, как это звучит, и безусловная любовь к себе прекрасна

и является предпосылкой для истинной любви к другому, но два человека могут чувствовать, слышать и видеть вещи, которые недоступны другим созвездиям любви. Ещё до какого-либо сдвига в самоидентичности два человека могут обмениваться мыслями и телесными жидкостями и превращаться в более высокие уровни бытия, которые иначе были бы недоступны. Двуетинство действительно может быть потрясающим, и мы не ставим под сомнение этот аспект романтического идеала. Однако в реальной жизни часть «пока смерть не разлучит нас» пугающе далека от идеала. Несмотря на преданное поклонение бесчисленных преданных учеников по всему миру, любовь на всю жизнь между двумя людьми – очень редкое благословение. Может ли трансдуальное обновление продлить прекрасную двуетиную любовь за пределы её обычно несколько мимолётной даты годности?

Относительные «я» слишком часто оказываются на собственнической охоте за близостью или в отчаянном бегстве от неё с другими столь же воображаемыми относительными «я». Охота или бегство – всё зависит от ежедневного настроения относительного «я». «Ежедневно» – возможно, слишком щедрое слово, поскольку случайные колебания могут происходить гораздо чаще, чем это предполагает. Этот прискорбный факт природы относительного «я», конечно, превращает любую амбицию длительных любовных отношений, а тем более на всю жизнь, в фантастическую мечту.

К тому же относительное «я» не может желать только одно другое «я». Добавь ингредиент, называемый временем, и шансы подавляюще в пользу того, что оно будет желать и других тоже. Рано или поздно двое влюблённых обнаружат, что глаз – внутренний, внешний или оба – скользит к другому. Сначала раз, потом два, потом часто. Это неизбежно. Мы больше не

освобождены от рабства относительного «я», а скорее оказываемся более прочно прикованными к нему, чем когда-либо. Это был лишь вопрос времени, и теперь нас разоблачили. Из уважения к другой половине двуединства мы можем мобилизовать достаточно самоконтроля, чтобы не дать остальному телу следовать за неверным движением глаз, но ущерб уже нанесён – чары разрушены. Относительное «я» должно контролировать все объекты, присутствующие в этом моменте, а не только один из них. Ромео должен умереть.

На более глубоком уровне даже самые достойные попытки пожизненного двуединства между относительными «я» оказываются недостаточными. В начале этой главы мы упомянули, как идеалы, которыми увлекается относительное «я», проистекают из качеств, которые без усилий присущи абсолютному Я. Абсолютное Я – это безусловная любовь. Оно непрестанно держит всё в своих любящих объятиях, без разбора вдыхая жизнь во все уголки себя. Наше относительное «я» в реальности никогда ни на мгновение не отрезано от абсолютного Я и поэтому бессознательно пытается воссоздать эту безусловную любовь в дуалистической сфере. Пары двуединства жаждут любви, которую они подсознательно знают как реальную.

Однако безусловная любовь, которой они жаждут, недостижима для них, если они не осознают природу реальности и не обновят свою самоидентичность. Любая любовь, которую они испытывают, уже будет условной, обусловленной воображаемым фундаментальным разделением, встроенным в их относительную самоидентичность. Некоторые попытки перенести безусловную любовь в относительную сферу трогательно душераздирающе настолько, что заслуживают всей той пожизненной любви,

которой они так отчаянно жаждут. К сожалению, природа реальности не поддаётся торгу. Что бы ни делали стремящиеся к безусловной любви, чтобы сохранить пламя любви живым, это будет недостаточно. Этот курс по тантрическому сексу не может остановить угасание огня любви. Взаимное уважение, терпение и всё остальное – прекрасные достоинства, но они больше о том, чтобы убедиться, что взрывной огонь любви угасает в дружбу или функционирующую семейную единицу, а не в баланс ужаса или полномасштабную грязную войну на истощение.

Относительное «я» знает, что безусловная любовь реальна. Мы не можем это объяснить, но в глубине сердца мы увереннее в этом, чем в том, что мы реальны – что, конечно, правильное наблюдение. Но мы всё ещё не увидели ограничения, встроенные в нашу относительную самоидентичность. Поэтому решение нашей проблемы кажется в соединении нашего относительного «я» с другим «я», отличным от нынешнего значимого другого, лежащего сейчас на другом краю кровати. Пока мы остаёмся в ловушке нашей относительной самоидентичности, кажется логичным, что единственным решением загадки любви было бы введение другого значимого другого в игру. Мы просто ещё не нашли мистера или миссис Правильных – это, должно быть, то, что отделяет нас от переживания безусловной любви, которую мы знаем как реальную.

Хотя поток любви между относительными самоидентичностями рано или поздно всегда останавливается, мы продолжаем звать тех, кто остался на берегу. Они тоже должны войти в море двуединства. «Не х-х-холодно», – уверяем мы их через посиневшие губы. Эта упрямая вера в любовь проистекает из того тонкого воспоминания, которое мы, кажется, не можем стряхнуть,

воспоминания о безусловной любви, которой является наше абсолютное Я. Воспоминания, которое возрождается в те моменты, когда два относительных «я» дополняли друг друга инь и ян и таким образом получали, пусть и мимолётно, вкус единства. Однако даже утопический момент безусловной полноты между двумя людьми не оправдывает романтического обещания вечности. Ромео всё равно должен умереть.

Сыграв адвоката дьявола, я хотел бы попросить романтических читателей подождать секунду, прежде чем бросить эту книгу в камин. Потому что по ту сторону трансдуального обновления даже идеал «пока смерть не разлучит нас» может наконец сбыться. Пока мы застряли в относительном понимании себя, тут нет двух путей. Ромео должен умереть, и поспешно. Смертельный яд должен быть выпит, пока любовь ещё свежа.

Несколько лет назад, до того как я осознал природу реальности, я помню, как почувствовал болезненный укол в сердце, когда женщина, которую я знал, произнесла слова: «Никто больше не верит в любовь.» Это больно, потому что я понял, что эта женщина сумела в одном предложении выразить полное евангелие нигилистического Бога, которому мы все бросаемся поклоняться. И это больно, потому что у меня не было ответа. Я сам потерял веру в любовь – я стал неверующим.

Но с трансдуальным сдвигом моя вера ожила. Я теперь снова разделяю глупую мечту о вечной двуединой любви, которую держит каждый романтический дурак там, снаружи. Не то чтобы такое соединение было единственным способом реализовать любовные отношения, но по крайней мере я теперь думаю, что это возможный вариант. Однако я должен отметить, что, хотя всё, о чём я говорил в этой книге до сих пор, представляет аспекты

природы реальности, полностью доступные любому, кто готов открыть свои глаза и сердце, двуединая любовь отличается. Как подразумевает термин, она требует двоих, и ни ты, ни я не можем реализовать эту конкретную мечту в одиночку. Так что, когда дело доходит до моей веры в двуединую любовь до гробовой доски, я не знаю – но я верю.

Я верю, потому что трансдуальное вечное двуединство – это полностью осознанное дело между людьми, которые больше не рабы разрушительной тирании, основанной на страхе и желании, которая наносит такой хаос всем отношениям между двумя относительными «я». Обновлённое «я» не несёт подсознательных желаний контролировать воображаемый мир чужих объектов – включая партнёра.

Я также верю из-за очень интересного аспекта Трансдуальности. Одно из многих прозрений, которые раскрываются после трансдуального сдвига, – это то, что бесчисленные объекты едины – все кусочки и частицы являются частями бесшовного целого. И это прозрение несёт с собой ещё одно откровение, а именно, что целое равно присутствует во всех кусочках и частицах. В отношении любовных отношений между двумя людьми это означает, что ты можешь найти внутреннюю и внешнюю красоту всего сущего в одной женщине или одном мужчине. Как в стихотворении Уильяма Блейка: видеть мир в песчинке [...] вечность в часе. Полная красота вселенной может быть найдена прямо там, в человеке, лежащем рядом с тобой. И ты несёшь тот же потенциал представлять всё хорошее, истинное и красивое для него или неё. Две души, полные в себе, не ищущие недостающий кусочек, чтобы завершить своё относительное «я», а скорее сознательно вступающие в двуединство, чтобы сиять вместе немного ярче. Двуединство, поддерживаемое со временем, может

помочь участникам проникать всё глубже в этот бесконечный момент, который оба любовника знают, что они есть.

Краткое содержание главы: Относительное «я» ищет счастье.

Абсолютное Я – это счастье. Относительное «я» ищет полноту. Абсолютное Я – это всё. Относительное «я» жаждет долголетия. Абсолютное Я живёт вечно.

Относительное «я» тоскует по безусловной любви. Абсолютное Я – это безусловная любовь.

Смена правил игры

«Все знают, что происходит с миром. Я даже не знаю, что происходит внутри меня самого.»

– Мэтт Джонсон

Игра двоих

Мистическая духовность часто воспринимается как нечто потустороннее – не связанное с реалиями этого мира. Многие духовные люди реагируют на эти обвинения так же, как демократы на обвинения в самодовольстве или республиканцы на обвинения в реакционности – полным отрицанием. Однако большая часть мистической духовности действительно считает, что настоящее действие происходит в некой конечной сущности, такой как Свидетель или источник, который каким-то образом отделён от и превосходит суету этого дуалистического, беспорядочного мира. Мир часто рассматривается как некая дуалистическая иллюзия, в конечном счёте нереальная и поэтому не достойная нашего полного внимания.

Трансдуальность не участвует в таком заблуждении. В прошлой главе мы видели, как Трансдуальность влияет на индивидуальное относительное «я», но самоидентичность также взаимосвязана со всеми аспектами того, как развивается наш общий коллективный мир. Мир действительно может быть иллюзорным. Но он иллюзорен не в смысле нереальности – он иллюзорен в истинном значении этого слова: иллюзия – это ложное ментальное изображение, вызванное неправильной интерпретацией вещей, которые действительно существуют. Мир существует. Но чтобы сделать его лучше, нам придётся разоблачить иллюзии и увидеть его таким, какой он есть на самом деле.

Начнём с экологии. В 2014 году День превышения возможностей Земли пришёлся на 19 августа. Эта дата отмечает момент, когда наш экологический след, как утверждается, превышает годовой бюджет планеты – точку, в которой потребление ресурсов человечеством превышает способность Земли восстанавливать эти ресурсы за год. В 2000 году этот день выпадал на 1 ноября, так что траектория не внушает оптимизма. Как это связано с Трансдуальностью и самоидентичностью? Ну, многими способами, некоторые из которых мы затронем.

Самая очевидная связь в том, что, как только ты идентифицируешься с моментом, а не просто в нём, становится самоочевидным, что нужно заботиться о своём окружении. Мир становится нашей второй кожей. Лично я всё ещё очень далёк от совершенства в уходе за этой второй кожей – это процесс, который продлится столько, сколько я сам. Но я двигаюсь в правильном направлении и определённо улучшил себя по сравнению с тем парнем, который идентифицировался исключительно в моменте, а не как момент.

Далее, относительная самоидентичность, считающая себя фундаментально отделённой от остальной части момента, будет чувствовать потребность контролировать то, что она воспринимает как чужие объекты «там, снаружи». Эффективный способ достичь такого воображаемого контроля – владеть или потреблять как можно больше объектов. Мы можем видеть это на личном уровне в нашей собственной жизни. Когда мы в полном мире с собой и миром, нет никакой жажды. Когда же мы неуравновешены, с другой стороны... В долгосрочной перспективе относительное «я», считающее себя абсолютным, – это неустойчивая иллюзия.

Ещё один момент: рост – это естественный эволюционный импульс. Однако, как только мы сводим реальность к чисто материальному событию, этот изначально здоровый импульс будет исключительно направлен на единственную принятую форму роста, а именно материалистическую. Духовный или внутренний рост считается не «реальным», поскольку его нельзя должным образом измерить. Это заблуждение пробивает пулевые отверстия в человеческих сердцах, а окружающая среда попадает под перекрёстный огонь.

Последний фактор, способствующий избыточному потреблению и экологическому разрушению, – это потребность относительных самоидентичностей позиционировать себя по отношению к другим воображаемым отрезанным сущностям. Один из самых очевидных способов для относительного «я» оставаться выше других относительных «я» – владеть и потреблять больше объектов, чем воспринимаемая оппозиция. Это напоминает мне поговорку, приписываемую актрисе Лили Томлин: «Даже если ты выиграешь крысиные бега – ты всё равно крыса.»

Мне посчастливилось путешествовать по всему миру, встречая множество умных, разумных и заботливых людей из разных слоёв общества, разных этнических групп, финансового положения, духовных и культурных традиций. Многие из них по-разному посвятили части своей жизни борьбе за доброе дело, пытаясь улучшить мир. Среди них – некоторые из людей, которых я больше всего уважаю в этой жизни. Почти все эти удивительные люди, похоже, разделяют некоторые базовые идеи о том, как они хотят, чтобы мир развивался. Они хотят видеть общества, менее ориентированные на поверхностный материализм с его фокусом на нарциссическую форму фальшивой индивидуальности, внешний рост и последующее разрушение

окружающей среды – и более ориентированные на сообщество, внутренний рост и устойчивую планету.

Эти видения в какой-то степени разделяет большинство людей по всему миру, не только альтернативные идеалисты, но и те, кто находится в мейнстриме. И всё же мир, кажется, неуклонно движется в противоположном направлении. Как это может быть? Трансдуальность может помочь объяснить эту загадку, разоблачив самопротиворечивую иллюзию, которая серьёзно подрывает все текущие усилия по позитивным изменениям в мире. Не только в отношении экологических проблем, но и на всех фронтах доброй борьбы. Чтобы разоблачить эту иллюзию, я поделюсь с тобой глупой маленькой игрой.

Для игры нужны два участника. Каждый из них может назвать одно или два числа. Игра начинается с того, что один из участников говорит «1» или «1, 2». Противоположный игрок затем добавляет одно или два числа к тому, где остановился первый участник. Если первый игрок говорит «1, 2», другой может сказать просто «3» или «3, 4». Тот, кто назовёт число 20, выигрывает игру. Просто, не думаешь ли ты?

У этой игры есть секрет, и только один из участников знает его. Этот игрок с помощью кажущейся магии всегда назовёт число 20. После нескольких проигранных раундов непосвящённый участник поймёт, что, чтобы достичь ускользающего 20, ему сначала нужно контролировать число 17. Оттуда, он осознаёт, он легко доберётся до победы. Победа, потому что тот, кто говорит «17», оставляет другому выбор сказать «18» или «18, 19». Что, в свою очередь, позволяет ему или ей назвать «19, 20» после «18» или просто «20» после «19». В любом случае, игра выиграна.

Когда непосвящённый участник обнаруживает секрет, что захват 17 гарантирует ему контроль над 20, он убеждается, что разгадал секретный код игры. Уверенный в предстоящей победе, он требует реванша. «1-2!» На этом этапе наш друг практически выпаливает числа. «3», – спокойно отвечает оппонент. «4!» Теперь его оптимизм сопровождается зажжённой сигарой победы. «5-6», – следует всё ещё невозмутимый ответ. «7!!» Его голос срывается, больше от нетерпения, чем от страха проигрыша. «8», – звучит спокойный ответ. Это один из многих способов, которыми игра может развиваться. «9-10» нашего друга встречает «11», его «12-13» – «14». Наш непосвящённый друг задерживает дыхание, прежде чем с уверенностью провозгласить «15...», но сомнение закрадывается в его разум. Он добавляет полууверенное и полностью заикающееся «16» к своему 15. Прежде чем его сигара успевает упасть изо рта на горячие штаны, противоположный игрок обрушивает сокрушительное: «17» ему в лицо.

Наш некогда столь оптимистичный друг раздавлен. «18...?» Есть ли ещё микроскопический шанс? Мы теперь наблюдаем фазу, где человек легко отказывается от всего, что он когда-либо узнал, в слабой надежде на чудо. «19», – отвечает объект ненависти, ранее известный как оппонент. Но она ещё не закончила. Она позволяет своему 19 повиснуть в воздухе на некоторое время, прежде чем нанести смертельный удар: «20!»

К этому моменту ты, возможно, понял, что нужно назвать число 14, чтобы захватить 17, 11, чтобы захватить 14, 8, чтобы захватить 11, 5, чтобы захватить 8, и, наконец, 2, чтобы гарантировать, что ты сможешь засунуть число 5 в карман. Однако, обещаю, это гораздо сложнее уловить, когда ты полностью погружён в игру.

Помимо способности превращать ранее хорошо функционирующих знакомых в яростных приматов, эта игра может быть полезна для понимания того, почему коллективные изменения в мире, кажется, противоречат общим желаниям большинства, включая многих из самых умных, разумных и заботливых людей на Земле.

Чему мы научились из этой глупой маленькой игры? Мы узнали, что 2 – это главное число, секрет и краеугольный камень. Если правильный краеугольный камень не на месте, весь карточный домик построен на песке. Что составляет это главное число в том, как мы формируем наш коллективный мир? Самоидентичность. Все наши действия можно проследить до того, как на самом фундаментальном уровне мы воспринимаем себя и мир, который нас окружает.

В процессе улучшения мира у нас, кажется, есть огромное множество возможностей. Но хотя наши варианты могут казаться бесконечными, на самом деле это не так. Кости жизни не так непредсказуемы, как нам нравится думать. Наши 5, 8, 11, 14, 17 и 20 – все они проистекают из нашего главного принципа, нашего 2. Можно назвать это невидимой рукой. Но это не рука природы реальности. Это гравитационный закон главного числа – и это число в настоящее время занято ошибочной и неполной версией самоидентичности.

В то время как число 2 представляет нашу самоидентичность, наше число 5 может представлять более широкую группу, с которой мы идентифицируем это относительное «я», такую как наше племя, наши соотечественники или люди, разделяющие наши интересы. Число 8 может означать политические идеалы, такие как свобода, равенство, братство или экологическая устойчивость. Определённый человек может на числе 8 бороться за свободу или экологическую устойчивость для сообщества, с которым

идентифицируется его относительное «я». Когда мы доходим до чисел 11, 14 и 17, мы проходим через более практические выборы и действия, которые наконец приводят нас к коллективному миру, как он разыгрывается, нашему числу 20.

Говоря на языке дискалькулии, мы можем представить образ леса как наш общий мир. Листья деревьев, составляющих лес, легко подвержены влиянию смены сезонов. Ветви более прочны, но они тоже формируются ветром и погодой. И когда ветви качаются, листья качаются вместе с ними. Стволы ещё более прочны, но и стволы могут быть потрясены бурей, и когда это происходит, ветви и листья дрожат вместе с ними. Более того, ни ствол, ни ветвь, ни лист не могут освободиться от корня и при этом остаться частью дерева. Но даже корень может быть выкорчеван. Однако за каждым деревом в лесу, определяющим природу его листьев, ветвей, ствола и корня, лежит семя, и это семя – самоидентичность. Если мы не исследуем семя, наши возможности при попытке улучшить лес неизбежно становятся ограниченными.

Почти все мы ориентируемся в мире с семени или главного числа, которое подразумевает некую отдельную сущность, существующую в более широком контексте этого момента. Более конкретно, подавляющее большинство из нас более или менее бессознательно приняло историю, которая гласит, что абсолютно всё – включая наше относительное «я» – может быть сведено к атомарным или субатомным строительным блокам. Это суть редукционистского материализма, и для большинства из нас вариация этого материализма составляет нашу самую базовую самоидентичность.

Это означает, что почти все политики, активисты и агенты перемен придерживаются редукционистского материалистического главного числа. Не то

чтобы они обязательно ходили, размышляя про себя, как они фундаментально изолированные сущности, построенные из абсолютно отдельных строительных блоков. Одним из недостатков относительной самоидентичности как раз и является отсутствие подлинного самосознания.

В любом случае, вариация на тему относительной самоидентичности остаётся важнейшим семенем почти всех деревьев в лесу, называемом нашим коллективным миром. Будь то республиканец или демократ, мейнстрим или альтернатива, почти все мы придерживаемся неполной самоидентичности. Более идеалистичные игроки будут демонстрировать несколько более благотворительные версии того же главного числа, но под макияжем... тот же материалистический главный принцип.

Более умные, разумные и заботливые люди, борющиеся за доброе дело, могут выигрывать некоторые битвы, но, похоже, проигрывают войну. Так кто же её выигрывает? На поверхности кажется, что это более грубые редукционистские материалисты. Почему эти люди, обладающие менее полным пониманием себя и других – и, следовательно, менее настроенные на трансдуальную природу реальности, – выигрывают войну, в то время как более умные, разумные люди её проигрывают? Разве в долгосрочной перспективе интеллект не должен превзойти невежество, а чуткость и забота – эгоизм?

Они выигрывают, потому что их мировоззрение более соответствует господствующему главному числу, которому обе стороны бессознательно подписались. Пока их самоидентичность остаётся дуалистической, женщины и мужчины, борющиеся за доброе дело, продолжают подрывать самих себя. Мы можем утверждать, что поддерживаем более идеалистическое видение того, каким должен и мог бы быть мир, чем то, которым обладают более грубые

материалисты – но если мы принимаем и разделяем фундаментальное представление материалистов об относительном «я» как абсолютно отдельной сущности, мы становимся блестящими союзниками наших собственных могильщиков.

Когда я говорю, что более грубые материалисты выигрывают войну, это, конечно, правда с некоторыми серьёзными оговорками. Пока мы не обновляем нашу самоидентичность, обе стороны в конечном счёте проигрывают. Каждая выигранная битва – пиррова победа. Обе стороны – пассажиры одного и того же корабля дураков, сбитого с курса течением невежества – пленники путешествия без руля, склонного к неприятной встрече с айсбергом.

Чтобы вызвать настоящие изменения, нам нужно изменить главное число с текущего состояния идентификации в моменте и начать идентифицироваться как момент. Этот момент в его целостности должен стать нашим новым краеугольным камнем. Тогда относительное «я» станет новым числом 5, наша базовая групповая принадлежность – новым числом 8, и так далее. Это революция, которая начинается с числа 2, снизу вверх, так сказать. Из этого нового главного числа возникнет новая невидимая рука, действующая в соответствии с природой реальности, а не в постоянном противостоянии ей. Это невидимая рука, которая направит наш коллективный корабль обратно на курс. Курс, где все удивительные души, борющиеся за доброе дело от имени всех нас, наконец-то и заслуженно почувствуют ветер в своих парусах – больше не сдерживаемые встречным ветром, вызванным борьбой с ветряными мельницами.

Как я упомянул ранее, некоторые из людей, находящихся на передовой линии борьбы за доброе дело, – среди тех, кого я больше всего уважаю в этом

мире. Когда ребёнок голодает, этому ребёнку бесполезно говорить, чтобы он идентифицировался как момент, а не просто в нём. Ему нужно, чтобы какая-то прекрасная душа дала ему еду, а другие исследовали и улучшали местные, региональные и глобальные структуры, которые привели к тому, что ребёнок голодает. Это важнейшая работа, которую выполняют некоторые из людей, борющихся за доброе дело. Но помимо продолжения уже достойных усилий, в которых они участвуют, необходимо более внимательно рассмотреть, что составляет главное число в их собственной самоидентичности. Когда это произойдёт, я верю, что интеллект, сострадание и позитивная энергия, воплощённые этими замечательными людьми, будут обладать огромной преобразующей силой. Как далеко эта сила сможет нас завести? Как только вся эта творческая энергия будет высвобождена, я не вижу предела тому, как далеко.

Как скоро могут произойти эти изменения? На абсолютном уровне на этот вопрос лучше всего ответить названием песни британской группы The Smiths: «Как скоро это сейчас?» На относительном уровне? В 1970-х годах журналист задал вопрос философу и основателю глубокой экологии Арне Нэссу: «Вы оптимист относительно окружающей среды от имени XXI века?» «Я определённо оптимист относительно окружающей среды от имени XXII века», – сказал Нэсс. Журналист поправил его, указав, что Нэсс, очевидно, имел в виду XXI век. «Нет, я имел в виду XXII», – ответил Нэсс.

Я чувствую то же самое относительно трансдуального преобразования мира, не только в экологическом плане. Когда мы впервые принимаем трансдуальную самоидентичность, легко думать, что мир преображается вместе с нами. В конце концов, то, кем мы являемся, – это то, что мы видим, и

после такого сдвига мы вдруг начинаем замечать всевозможные признаки коллективного обновления вокруг нас. Однако важно не путать индивидуальную личность с коллективом. Многие из наблюдаемых признаков вовсе не новы на сцене, а скорее являются продолжением эволюции, которая ранее была скрыта от newly updated (недавно обновлённой) самоидентичности. Настоящие изменения требуют времени, но не обязательно так уж много времени. Сегодняшняя глобальная деревня была немыслима столетие или два назад. Я надеюсь, что дети моей внучки будут посещать школы, где учеников не будут индоктринировать евангелием разделения. Что будущие лидеры будут основывать свои решения на осознании того, что они существуют как этот момент, а не просто в нём. Лидеры мира, где большинство местных, региональных и глобальных дисбалансов – будь то экологические, финансовые или иные – которые приходят с территорией разделения, хотя бы начали выравниваться.

Ты, конечно, можешь сказать, что я мечтатель, но мне не кажется, что я мечтаю, когда говорю, что мы существуем как момент, а не просто в нём. Настоящее мечтание – это воображать фундаментальное разделение, у которого нет ничего, чтобы его поддержать, кроме мысли, утверждающей, что я абсолютно отделён – мысли, которая сама по себе не имеет корня. Идентификация с такой листовидной ментальной конструкцией – это настоящее мечтание. Наблюдать природу реальности и, основываясь на этом наблюдении, открыть глаза и признать, что разделение, возможно, не было таким уж абсолютным, – это не мечтание, это больше похоже на пробуждение.

В той мере, в какой я мечтатель, я определённо не единственный. И даже если трансдуалисты едва ли составляют большинство и, возможно, никогда не

будут, я нахожу очень интересным взгляд выдающегося покойного теолога Пауля Тиллиха на историческую эпоху, известную как Ренессанс. Этот период происходил с XIV по XVII век, и его влияние формирует почти все аспекты коллективного мира, в котором мы живём сегодня. Интересно то, что, по словам Тиллиха, это движение имело всего тысячу активных участников. Конечно, сейчас людей больше, так что для воздействия потребовалось бы большее число, но представь, какую разницу могло бы сделать, если бы десять тысяч человек осознали, что они существуют как момент, а не просто в нём. Сто тысяч? Миллион? Или, возможно, это не окажет такого уж большого влияния. В любом случае, мир – не фиксированная сущность. Хотим мы этого или нет, мир меняется вместе с нами.

Состояние мира в конечном счёте – это прямая функция нашей самоидентичности, проявление нашего коллективного состояния ума. Однако на абсолютном уровне природа реальности всегда совершенна как есть, и твоё осознание этой природы не зависит от того, будет ли мир развиваться в определённом направлении. Однако, как только ты осознаёшь, что существуешь как этот момент, а не просто в нём, из этого естественно вытекает импульс выровнять мир с этим осознанием; бросить трансдуальный камешек в пруд этого мира и просто позволить ему создавать рябь.

Не хватай – отпусти

«Не забудь про свою задницу»

– Катинка Синневоаг

Странности

Мою бабушку звали Катинка. Она родилась 21 сентября 1899 года. Я появился на свет в тот же день, спустя 73 года. Корень имени Катинка – греческий, и оно означает «каждый из двоих». Такое же трансдуальное имя, как любое другое.

В первой главе я упомянул странное значение, которым моё собственное имя обременено в английском языке. Это проклятие ударило меня как молот здесь, в Норвегии, где-то в пятом классе, когда нашему классу дали новый набор английских слов для запоминания. Мы дошли до слов, начинающихся с буквы О. Первым было: Observe (наблюдать). Я уже знал это слово. Далее шёл Ocean (океан). Легко и просто. Но затем: ...Odd (странный)!? Что это такое? Сначала я удивился, обнаружив, что моё имя – слово в английском языке, а затем мне стало любопытно узнать его значение на норвежском. Может, оно означало что-то действительно крутое! Или, может быть, «острый», как я слышал, было значение этого слова в древнорвежском, и я знал, что два процента всех английских слов имеют нордическое происхождение. Awkward (неловкий), bleak (мрачный), slaughter (убийство) и die (умирать) – все они входят в их число.

Но мне, конечно, не повезло. На следующий день я сидел, уткнувшись носом в парту в классе, пока учитель безжалостно продвигалась по списку сегодняшних слов. «Observe на норвежском – iaktta», – сказала она.

Приготовить огонь. «Осеап означает hav», – продолжила она. Прицелиться. «Odd – это gar (странный)» Огонь! Я до сих пор не знаю как, но каким-то божественным вмешательством я пережил последующие взрывы хохота, направленные в сторону моей опущенной головы.

Таково было английское значение слова Odd. Если бы моё детское «я» знало следующую историю о своём имени, возможно, ему было бы немного легче в том классе в пятом классе. И, возможно, он никогда бы не питал глупых идей о том, чтобы схватить природу реальности, чтобы стать просветлённым. Миф из норвежских дохристианских времён даёт такое объяснение тому, как Odd стало именем:

Моё младшее «я» было на правильном пути. Odd действительно означает «острый» в древненорвежском. Более конкретно, это указывает на острый наконечник стрелы. Миф рассказывает, что этот наконечник превратился в имя благодаря человеку, который был страстным искателем истины. Однажды этот человек попросил нордических богов превратить его в такой наконечник стрелы – odd. Самому сильному человеку в деревне затем приказали выпустить эту стрелу из своего лука. Боги пообещали не останавливать стрелу, пока её odd не достигнет цели конечной истины. Согласно мифу, эта стрела всё ещё блуждает по небесам и будет продолжать это делать вечно. Конечную истину нельзя поразить, поймать или схватить. Её природа – непостоянство, поток.

Многим искателям, я думаю, Трансдуальность предлагает одну из лучших карт для путешествия к конечной истине. Хотя она отличается от многих других карт – не в последнюю очередь тем, что осознаёт свою «картность», – она всё ещё остаётся лишь картой. Или, чтобы избежать аналогий с картой и

территорией, подумай о своём абсолютном Я – этом бесконечном моменте – как об идеальном компьютерном оборудовании. Оно идеально, потому что всё, что возникает, одновременно интегрируется в это оборудование. Всё, что происходит в этом моменте, одновременно является его частью – частью твоего Я.

Трансдуальность – это новая операционная система, разработанная, чтобы помочь нам лучше использовать это идеальное оборудование. Она представляет собой значительное обновление по сравнению с дуалистическими базовыми системами, которые ей предшествовали. В отличие от своих предшественников, она не противоречит природе оборудования, которое должна помогать нам осваивать. Однако это обновление совершенно бесполезно, если ты и я, пользователи, не начнём его применять.

Мы существуем как этот момент – не просто в нём. Это может быть самым важным паролем в нашей жизни. Или это могут быть просто слова. Оборудование может сделать только столько. Остальное должны сделать мы с тобой. У нас есть идеальное оборудование – этот момент в его вечной бесконечности. У нас есть идеальная операционная система – понимание того, что мы существуем как момент, а не просто в нём, – чтобы помочь нам в полной мере наслаждаться этим великолепным оборудованием. Но нам самим нужно войти в систему и начать исследовать бесконечные волны возможностей.

Катинка жила в сельской местности за пределами Бергена, второго города Норвегии. В молодости у неё был свой особый способ желать добра людям, отправляющимся в большой город Берген или дальше: «Счастливого пути», – шутила она, добавляя: «Не забудь про свою задницу!» Это дельный

совет, прямо здесь. Не в последнюю очередь для тех из нас, кто путешествует по духовному пути.

Реальность – это не теория о реальности, какой бы острой эта теория ни была. Реальность – это чувствовать запах кожи собственного предплечья и вдыхать давно забытый аромат, который ты узнаёшь из детских летних дней. Это ценить музыку и звуки природы намного интенсивнее, поскольку эти звуки в конечном счёте не вне тебя, а являются звуковым выражением твоего Я. Это подружиться и использовать давно заброшенное тело. Это видеть других людей точнее – заглядывать прямо в более глубокие слои их сущности и красоты – и позволять взаимодействию течь оттуда. Быть любопытным и заинтересованным, встречать неизвестное без предубеждений. Осмеливаться доверять и находить мужество быть открытым, искренним и смелым, передавая это же мужество людям, которых ты встречаешь. Это отношения – сексуальные и иные – которые проникают намного глубже.

Это реальность. Что может дать нам проницательная теория о природе реальности – это уверенность и мужество жить в соответствии с истиной, на которую указывает эта теория: она может дать нам мужество быть. Трансдуальность – это средство, чтобы помочь нам жить реальностью полнее. Если послание Трансдуальности остаётся интеллектуальным пониманием, оно бесполезно для любого из нас. Осознание того, что мы существуем как момент, – это конец начала, а не начало конца.

Ты прошёл долгий путь. Всё путешествие целиком происходило в твоём абсолютном Я – в этом безграничном моменте. Так ты отправился и увидел. Ты поднимался, падал и поднимался снова. Ты удивлялся и восхищался. Ты немного плакал и много смеялся. Ты любил и был любим. Это было

замечательное приключение, но ты начал чувствовать усталость и тосковать по дому. Но ты был потерян в своём Я. Это была предпосылка всего приключения. Чтобы путешествие имело смысл, твоё относительное «я» должно было забыть абсолютное Я.

Теперь пришло время попрощаться со старым капитаном, называемым относительным «я», предположительно находящимся на мостике где-то за глазами. Тебе не нужно бояться, кто теперь будет управлять твоим путешествием. Тибетская поговорка гласит: «Пусть в этой жизни ты найдёшь учителя – просветление в этом моменте.» Когда я впервые услышал эту поговорку, я подумал, что моё относительное «я» должно встретить другое относительное «я», которое научит меня. Последнюю часть я воспринял как мистическую чушь. Теперь я знаю лучше. Найти просветление в этом моменте означает именно это: осознать, что ты существуешь как этот момент. Найти учителя в этой жизни означает именно это: позволь своей собственной жизни учить тебя. Не только розовые, блаженные части жизни, но и те, что пропитаны страданием. Пусть абсолютное Я учит твоё относительное «я». Назначь его новым капитаном твоего корабля, когда ты теперь ныряешь обратно в жизнь, чтобы любить, учиться, играть и творить. Только на этот раз без мысли о себе как о жертве обстоятельств – вместо этого осознавая, что разделение между ищущим и искомым, между жизнью и самой жизнью – ложно. Путешествие поиска заканчивается здесь – в этом моменте – точно там, где оно началось. Ты в лучших руках – своих собственных.

В этих руках я оставляю тебя, возлюбленное проявление Я, которым мы оба являемся. Прекрасного тебе дня, и помни: не хватай – отпусти!