

ГЛАВА 3

Высшее понимание



*Махамудра находится за пределами
всех слов и символов,
но для тебя, Нарона, верного и серьезного,
необходимо сказать следующее:
пустота не нуждается в опоре,
Махамудра покоится на отсутствии чего-либо.
Не прилагая никаких усилий,
но оставаясь расслабленным и естественным,
можно разрушить эго
и обрести освобождение.*

Тилопа
«Песнь Махамудры»



Было раннее утро, и я сидела на террасе Лао-Цзы Хаус, слушая, как один из учеников зачитывает сутру, которую будет комментировать Ошо. Это было драгоценное переживание — просто находиться там, безмолвно медитируя в группе полусотни саньясинов, вдыхать прохладный и бодрящий утренний воздух и слушать щебетание птиц в саду.

Все вокруг являло собой игру цвета. Еще неяркие лучи солнца пробивались сквозь ветви деревьев в саду, высвечивая и оживляя все оттенки зелени, в то время как я была окружена морем оранжевого. Ошо, одетый в простую белую робу, с закрытыми глазами сидел в кресле перед нами и слушал. Это было начало серии бесед по «Песне Махамудры», сутрам, которые тантрический мастер Тилопа рассказал в наставление своему ученику Наропе. Они оба принадлежали к древней индийской школе тантрического буддизма и преемственной линии четырех великих мастеров — Тилопы, Наропы, Марпы и Миларепы. Через несколько месяцев эта серия комментариев Ошо к «Песне Махамудры» будет опубликована в виде книги под названием «Тантра: высшее понимание».

Хотя к этому моменту я находилась в Пуне всего два месяца, я уже начала привыкать к ритуалу утреннего дискурса. Я им наслаждалась и ждала с нетерпением. Когда этим утром Ошо начал комментировать Тилопу, со мной случилось озарение. Ощущение было такое, как будто я всегда ждала, чтобы кто-то объяснил мне эти сутры, хотя я никогда их раньше не слышала. С первых же строк я почувствовала резонанс с этим древним мистиком, хотя и не знала, кто он такой.

*...Не прилагая никаких усилий,
но оставаясь расслабленным и естественным,
можно разрушить иго
и обрести освобождение.*

Расслабленным и естественным... и духовным. Неужели это возможно? Если бы раньше кто-то спросил меня, что значит быть духовным, я бы сказала, что это значит быть жестким и неестественным. Потому что именно это я видела в Италии, когда ходила в церковь. Это было очень серьезное мероприятие. Необходимо было надеть свою самую лучшую одежду, вести себя «пристойно», принимать участие в продолжительных и занудных службах, которые проводили священники в изощренном облачении, — в этом не было ничего естественного или расслабленного. Мои представления о духовности в Индии были более или менее такими же. Я слышала рассказы о том, какую неестественную дисциплину навязывают себе йоги и *садху**: о том, как они лежат на шипах, годами стоят на одной ноге, почти до смерти морят себя голодом, изламывают свои тела во всевозможных странных позах... и пользуются за это уважением.

* *Садху* — нищенствующий аскет.

Слушая эти сутры Тилопы, я поняла кое-что относительно своего внутреннего поиска. Раньше я думала, что ищу тишины и покоя, но, похоже, эти два слова — расслабление и естественность — более ясно выражали мои стремления. На самом деле меня не очень интересовал покой, по крайней мере я не могла сказать, что жажду умиротворения. Я была для этого слишком молодой и темпераментной. То, чего я действительно хотела, — это быть в мире с собой. Я хотела быть по-настоящему естественной и чувствовать себя расслабленно с самой собой.

Многим людям, возможно, кажется, что быть естественным и расслабленным — это что-то не очень сложное и не особо духовное. Но задумайтесь об этом на мгновение. Все мы в подавляющем большинстве привыкли вести себя с оглядкой на других: мы постоянно проверяем, что думают о нас другие люди, прилично ли мы себя ведем и принято ли это делать в подобной ситуации. Мы подстраиваемся к окружающему нас обществу и стараемся ему соответствовать, чтобы быть им принятым. Корни этой привычки — в детстве. Именно в детстве формируется это — наша личность и представление о том, какие мы. Это продукт наших взаимоотношений с другими людьми, нашей потребности жить с ними и получать их одобрение. Привыкнув к подобному поведению, уже трудно расслабиться и быть естественным. Вам когда-нибудь удавалось вернуть себе ту естественную простоту, которой вы обладали, будучи ребенком? Даже когда вы находитесь в ванной совершенно одни, дверь закрыта на замок и вы стоите перед зеркалом... действительно ли вы чувствуете себя легко с самим собой? Или же вы смотрите на себя с точки зрения того, что о вас могут подумать другие?

Возможно, вы смотрите на свое тело и думаете: «Я слишком толстый». Но кто так говорит? Кто создал

тот стандарт, относительно которого вы сейчас измеряете себя и выносите суждения о своем теле? Такие мысли могут прийти к вам в голову только потому, что вы сравниваете себя с другими. Ситуация становится еще более запутанной, потому что вы сравниваете себя с другими — но не с такими, какие они есть на самом деле, во плоти. Вы судите себя относительно некоего идеального тела, которого на самом деле не существует, — его можно найти только в модных журналах, в кино и на телевидении; это лишь дань моде, мечта. Опыт моей работы с сотнями людей показывает, что из-за такого привычного самобичевания внутри всегда возникает расщепление. Вы не позволяете себе по-настоящему быть самим собой. Вы всегда разделены на две части: на ту часть, которая естественна, хочет вести себя определенным образом и делать определенные вещи, и на внутреннего критика, который постоянно выносит суждения, делает комментарии по любому поводу и заставляет вас оглядываться на других.

Быть естественным и расслабленным — значит найти путь обратно к истинному, настоящему, нерасщепленному существу внутри себя. В то первое утро лекций по сутрам Тилопы меня пронзило это откровение: невозможно быть религиозным, пока не станешь самим собой. Естественность и религиозность неотделимы друг от друга. Если пытаешься быть кем-то еще, как можно надеяться на то, что ты обнаружишь свою истинную сущность?

Когда я впервые увидела Ошо на даршане, самым мощным моим переживанием было ощущение приятия — ощущение, что такая, какая я есть, я совершенна. Теперь то же самое послание исходило от Тилопы. Будь естественным и расслабленным. Другими словами, с точки зрения Тантры, несовершенство совершенно.

Будучи очень эмоциональной и непосредственной молодой женщиной, я всегда отстаивала свое право быть самой собой, говорить то, что я хочу, и делать то, что мне нравится. И тем не менее мне не удавалось освободиться от необходимости соответствовать, приспособиться к представлениям других людей. Не удивительно, что мой ум постоянно терзал меня и заставлял стремиться к совершенству, становиться какой-то другой. Теперь я могла сказать уму, чтобы он заткнулся и оставил меня в покое.

«Можно разрушить иго и обрести освобождение». Какое иго? Во время этих лекций со мной случилось еще одно прозрение: мы думаем, что ум принадлежит нам самим, но, по сути дела, это творение общества, которое им же и программируется, когда мы еще маленькие. Поэтому с этих ранних пор и далее самым главным для нас становится безопасность и соответствие нормам поведения. Если мы не следуем этим нормам, созданным обществом, которое нас воспитало, мы начинаем бояться, что окажемся в изоляции, будем отвергнуты, не будем знать, как выжить и что делать.

Это и есть наше иго. Между нашим так называемым цивилизованным поведением и той безудержной жизненной силой, которая не приемлет ограничений, идет непрекращающийся конфликт. Говоря об этом, Ошо пояснял: «Мы создаем брак потому, что жаждем безопасности. В поисках безопасности мы всегда идем по проторенной дорожке. Жизнь необузданна. Любовь необузданна. Бог абсолютно необуздан. Помните, Тантра говорит, что жизнь необузданна. Необходимо жить, не избегая никаких опасностей, никаких рисков — такая жизнь прекрасна, потому что в ней есть приключение. Не пытайтесь направить свою жизнь в какое-то определенное русло. Позвольте ей

двигаться своим путем». Много лет спустя именно это стало одной из центральных тем на моих тантрических группах — теперь я помогаю людям понять, что жизнь, по сути своей, небезопасна. Но в то время, когда я слушала беседы по сутрам Тилопы и эти озарения стали для меня потрясением, мне пришлось разбираться со своими собственными представлениями о браке, об отношениях с мужчиной и безопасности. Если быть более конкретной, я была очень влюблена в Говиндаса и хотела родить от него ребенка.

Поскольку я виделась с Ошо через день, эта внутренняя неразбериха предоставляла мне хороший повод сесть прямо перед мастером, задать свой вопрос и заполучить его полное внимание: «Ошо, я так влюблена в Говиндаса. Я очень хочу родить от него ребенка».

Он посмотрел на меня очень серьезно и строго. Не думаю, что он когда-либо еще смотрел на меня подобным образом, ни до, ни после. Он спросил: «Ты сама счастлива, Рада?»

Этот вопрос настолько ошарашил меня, что мой ум замер в ступоре. Я не могла ответить «да», поскольку пустилась в странствия и поиски именно потому, что чувствовала себя недовольной жизнью, по большому счету, несчастной. На самом деле я не была счастлива. Но в то же время мне было трудно сказать «нет», поскольку я только что заявила, что влюблена в Говиндаса, и это, в моем же собственном понимании, должно было делать меня счастливой. Поэтому я просто посмотрела на него пустым взглядом и ничего не ответила.

«Если ты несчастна, какой смысл рожать ребенка?» Он пояснил, что я буду просто передавать свои страдания и свой невроз другому человеческому существу. Сначала я должна сама стать счастливым и реализовавшимся человеком, а потом уже думать о детях. «Сейчас просто забудь об этом».

Это было похоже на трансплантацию мозга — безболезненную, но глубокую. Как это было принято в большинстве итальянских семей, я с самого детства ухаживала за другими детьми. У моих двоюродных братьев и сестер были сыновья и дочери, и я постоянно за ними приглядывала, ухаживала, кормила их, гуляла с ними и все такое. Естественно, я всегда считала, что у меня очень развитый материнский инстинкт.

Теперь же, впервые в своей жизни, я почувствовала: «Мне это не нужно». Ко мне пришло новое понимание. Материнский образ, с которым я себя отождествляла, отпал. Я увидела, что я и этот образ — совершенно отдельные вещи. Что еще более удивительно, мой материнский образ даже как будто мешал мне в чем-то быть самой собой.

Вы, должно быть, замечали, что существуют люди, особенно женщины, которых влечет к любому ребенку, оказавшемуся поблизости, — не важно где. Они берут его на руки, тискают, играют с ним, смешат его и так далее. Другие люди делают то же самое с собаками, кошками и другими домашними питомцами. Это не значит, что у них есть настоящий контакт с ребенком или животным, что они действительно хотят взаимодействовать с этим существом значимым образом. В подавляющем большинстве случаев это просто привычка, роль, которую они выучили, прикрытие, которое избавляет их от ощущения небезопасности. В тот вечер я вдруг увидела, что я, пусть бессознательно, но восприняла этот материнский образ для того, чтобы быть полезной своей семье и чувствовать, что меня там принимают.

С этого момента и в течение длительного времени я не хотела касаться или брать на руки ни одного ребенка. Мне нужно было дать пространство пришедшему ко мне новому пониманию. Несколько позже мое

отношение снова изменилось. Теперь у меня есть личный контакт с некоторыми детьми, и мне очень нравится держать их на руках. Других детей я иной раз просто не переношу. В любом случае, теперь это вопрос сознательного выбора, а не бессознательной привычки. Тот вечер стал для меня резким пробуждением от грез и романтических представлений о будущем с Говиндасом.

Тем временем меня продолжали зачаровывать лекции по сутрам Тилопы. Я очень ярко представляла себя сидящей у ног этого древнего мистика и получающей дар, который мастер может передать ученику, только когда между ними существуют глубокая близость и доверие. Каким бы ни был этот таинственный дар, я была готова его принять. Подобно Тилопе, Ошо теперь пел свою песню. Быть может, я могла стать его Наропой. По прошествии этих двух месяцев я чувствовала, что успешно прошла многие испытания, и думала, что мой ум избавился от сомнений и достиг медитативной ясности. Как же мало я тогда знала, если даже много лет спустя мой скептический ум находил столько хитрых способов вернуть себе утраченные позиции!

*Ничего не делай с телом — просто расслабься;
крепко закрой свой рот и пребывай в молчании;
опустоши свой ум и ни о чем не думай.
Как полый бамбук, расслаблено пребывай в своем теле.*

Это была одна из медитационных техник, которую использовал Тилопа: уподобься полому бамбуку, опустошись, стань расслабленным, восприимчивым, освободись от жажды деятельности и желания чего-то особенного.

Звучит очень просто. Я думаю, что на самом деле это и есть просто, но в то же время непросто, пото-

му что большинству из нас некомфортно с пустотой. Таково основное качество бамбука — он пустой, полый внутри, и я вижу, как это отражает человеческую действительность. Мы состоим из плоти и крови, но в самом центре нашего существа мы пусты. Если нам удастся войти в контакт с этой пустотой, она сможет наполниться энергией, бесконечной энергией и тайной неизвестного. Это напомнило мне о том случае, когда Ошо попросил меня излить свою любовь, — вкус был тот же самый. По словам Ошо, «полый бамбук превращается в флейту, на которой начинает играть Божественное».

Я какое-то время экспериментировала с техникой «полый бамбук», впрочем, как и со многими другими методами. Но что захватывало меня больше, чем какая-либо техника или метод, как я помню, это та тантрическая атмосфера, которая зародилась во время лекций по «Песне Махамудры» Тилопы и окутала весь ашрам. У меня было ощущение: «Вот! Это оно! Это и есть мой путь».

С тех пор для меня было уже не важно, проводит Ошо беседы по Дзэну, буддизму, Дао, йоге или какому-либо другому духовному пути. Со мной навсегда осталось ощущение, что мой путь — это тантрический путь. В действительности в самом широком понимании Тантра настолько всеобъемлюща, что может включать в себя все эти пути.

Ученые индийские друзья объяснили мне, что слово «Тантра» пришло из санскрита, самого древнего индийского языка и прародителя многих европейских языков. Корень «тан» означает «растягивать», «расширять» или «делать прозрачным», а суффикс «тра» означает «средство» или «метод». Таким образом, слово «Тантра» означает метод расширения или прояснения. Иными словами, любой метод, кото-

рый помогает индивидууму пережить расширенное состояние сознания, это тантрическая техника. Это очень широкое определение, и, как я предполагаю, в далеком прошлом все духовные методы воспринимались в индийской культуре как тантрические. Например, в свое время Гаутама Будда был известен как «Великий тантрика», хотя он и не принадлежал к какой-то тантрической школе и лично не учил людей методам медитации, предполагающим трансформацию сексуальной энергии. Только когда религиозные секты начали разделять духовное и материальное, сексуальность и медитацию и ввели практику целибата, отречения и аскетизма, Тантра приобрела более узкое значение, указывающее на не двойственный подход к духовности, в котором все воспринимается как священное.

Именно так слово «Тантра» приобрело значение «подход» — определенный подход к самореализации, особенно в сравнении с йогой. Йога воспринималась как более мужской путь, требующий усилия, борьбы, силы воли и дисциплины. Тантра считалась более женственным и пассивным подходом, в котором восприимчивость и приятие были главными ключами к трансформации. Третье значение этого слова, то самое, которое имеет для меня наибольший смысл, — это «нить»: я представляю невидимую нить, которая соединяет жемчужины ожерелья, поскольку, помимо всего прочего, Тантра — это невидимая передача традиции. Она переходит, как нить, от мастера к ученику, сплетая свой путь на протяжении столетий. Например, она была передана от Тилопы к Наропе, от Наропы к Марпе, от Марпы к Миларепе, и некоторые тантрические школы, созданные этой нитью преемственности, до сих пор живы. Я чувствовала, что точно так же ключи Тантры передаются от Ошо ко мне. Разумеется,

я понимаю, что Ошо — не только тантрический мастер в том узком смысле, в котором понимается Тантра. Он проводил беседы по многим духовным методам, в особенности по Дзэну. Именно на нем Ошо сосредоточил наибольшее внимание в своих беседах в последние годы публичных выступлений.

Для меня, тем не менее, тот факт, что Ошо охватил столь многие и столь разные методы трансформации, является признаком того, что он действительно великий тантрика. Многие забывают, что Тилопа, который жил в северной Индии в одиннадцатом веке, использовал традиционные буддистские практики, тантрические техники, хатха-йогу и другие самые разнообразные методы. Он был дерзким новатором, которому были чужды условности, и даже был исключен из одного буддистского монастыря за то, что занимался любовью с женщинами.

Если Тилопу признают как тантрического мастера, я не вижу никаких проблем с тем, чтобы перенести тот же самый эпитет на Ошо, поскольку и тот, и другой разделяют самую суть тантрического видения — целостность, недвойственный подход к жизни, приятие всех полезных методов расширения сознания, соединение священного и мирского, секса и сверхсознания. После всего сказанного я, однако, должна добавить, что, когда я только пришла к Ошо и в течение всего того времени, когда я была рядом с ним, я не намеревалась изучать Тантру как исторический, академический или интеллектуальный предмет. Скорее, я стремилась ее прожить, я дышала ею. Я впитывала ее каждой клеточкой своего тела. Понимание Тантры умом было лишь небольшой частью этого процесса. Как говорит Тилопа:

*Тот, кто цепляется за ум, не видит истины
того, что находится за пределами ума.*