



Будда учил восьми принципам, и в каждом из них он использовал слово «правильный». Он говорил: «Предпринимайте правильные усилия, ибо очень просто переходить от действия к бездействию, от бодрствования ко сну, трудно же — оставаться посередине». Когда Будда использовал слово «правильный», он подразумевал: «Не устремляйтесь к противоположному, оставайтесь в самой середине». Питайтесь правильно — он никогда не призывал голодать. Не потворствуйте перееданию и не потворствуйте голоданию. Он советовал: придерживайтесь правильного питания. Правильное питание означает, что вы находитесь посередине.

Когда вы стоите посередине, вы не набираете никакой инерции. И в этом красота: человек, не накапливающий инерцию для движения куда-то, живет в мире с собой, он — дома.

Вы никогда не можете быть в мире с собой, поскольку, что бы вы ни делали, вам тотчас же приходится браться за противоположное, чтобы восстановить равновесие. Но противоположное никогда не приходит в равновесие, оно просто порождает у вас иллюзию, будто вы движетесь к равновесию, но вам придется вновь двинуться к противоположному полюсу.

Будда — ни для кого не друг и не враг. Он просто застыл посередине — часы остановились.

Про одного хасидского мистика, Музида, рассказывают, что, когда он достиг просветления, часы на стене внезапно остановились. Может, это произошло на самом деле — такое ведь возможно — может, и нет, но символика ясна: когда останавливается ум, останавливается и время; когда застывает маятник, встают и часы. С тех пор часы никогда не шли, они всегда показывали одно и то же время.

Время порождено движением ума, точно так же, как и движение маятника. Ум движется, и вы ощущаете время. Когда ум неподвижен, как вы можете почувствовать время? Когда движения нет, время невозможно почув-

ствовать. Ученые и мистики сходятся в одном: движение порождает феномен времени. Если вы не двигаетесь, если вы неподвижны, время пропадает, появляется вечность.

Ваши часы спешат, и их механизм — это движение из одной крайности в другую.

Второе, что нужно понять относительно ума: ум всегда стремится к далекому, но никогда к тому, что рядом. То, что рядом, приносит скуку, оно вам уже здорово надоело; отдаленное же рождает в вас мечты, надежды, обещает возможность наслаждения. Поэтому ум всегда находит что-нибудь отдаленное. Привлекательна, красива всегда чья-нибудь чужая жена; вас обуревают мысли о чьем-нибудь чужом доме; вас чарует машина кого-нибудь другого. Это все далеко. Вы слепы к тому, что рядом. Ум не может видеть того, что находится в двух шагах от него. Он может видеть только то, что очень далеко.

И что же самое далекое, самое отдаленное? Противоположное — оно дальше всего. Вы любите человека, и теперь ненависть — это самое далекое явление; вы соблюдаете целибат, и теперь секс — это самый отдаленный феномен; вы — король, и теперь быть монахом — это дальше всего.

Самое отдаленное — это то, о чем больше всего мечтается. Оно привлекает, оно поглощает собою все ваше воображение, оно продолжает звать, манить вас, — а затем, когда вы доберетесь до другого полюса, то место, откуда вы отправились в путешествие, вновь станет прекрасным. Разведитесь со своей женой — и после нескольких лет она вновь обретет красоту.

Как-то ко мне пришла одна киноактриса. Пятнадцать лет назад она развелась со своим мужем. Теперь ей было уже немало лет, она стала менее красива, чем была, когда они разошлись друг с другом. В прошлом году женился их сын, и на этой свадьбе они снова встретились — им пришлось попутешествовать вместе. Муж вновь влюбился в

нее, и она пришла ко мне и спросила: «Что делать? Он снова сделал предложение, он опять хочет на мне жениться».

Она тоже была очарована. Она ждала от меня только «да». «Но вы ведь жили вместе, — сказал я, — и всегда у вас были сплошные конфликты и ничего больше. Я знаю всю вашу историю — как вы ругались, ссорились, как вы создали ад и страдание друг для друга. И теперь опять?»

Противоположное всегда притягательно.

Вы можете двинуться по старому пути, как когда-то, — и тогда вас снова станет привлекать противоположное. Запомните: ум всегда думает о противоположном, ум всегда очарован противоположным. Поэтому, если вы богаты, вы будете очарованы бедностью. Все богатые люди убеждены, что в бедности есть свобода, недоступная им, богачам. Когда король, путешествуя, видит под деревом спящего бедняка, которого не беспокоит шум дороги, который может спать сном младенца даже на базаре, — король испытывает зависть. Короли всегда завидуют нищим, и короли всегда мечтают быть монахами, саньясинами.

Вовсе не случайно, что Махавира, Будда и все джайнские Тиртханкары были королями. Они все жили во дворцах и покинули свои королевства. Для короля быть нищим всегда привлекательно. Эта страна была страной королей и нищих — и тех, и других. На одном полюсе существовали короли, на другом — нищие. И мы подняли нищих на пьедестал почета. Будда называл своих саньясинов *бхикку* — нищие. Он был королем, но он наелся досыта всем тем, что дает королевская жизнь. Теперь он был очарован простой жизнью, невинной жизнью бедноты. Но спросите-ка кого-нибудь из нищих. Они вовсе не счастливы... Если короли несчастны, как могут быть счастливы бедняки? Бедняк несчастен, и он только и ждет случая, когда тоже сможет стать королем. Загляните в его мечты — и вы увидите, что там он становится императором.

Бедняки мечтают о королевстве, короли мечтают стать монахами, отречься от всего. Нищие мечтают о владении целым миром, короли — о том, чтобы у них ничего не было.

Для ума противоположное притягательно, и пока через осознание вы не трансцендируете это, ум будет продолжать метаться от левого к правому, от правого к левому — и часы будут продолжать идти.

Это происходит в течение многих жизней, и именно так вы всегда себя обманывали — вы не понимаете механизма происходящего. То, что отдаляется, вновь становится привлекательным, и вы снова начинаете свое путешествие. В тот момент, когда вы добираетесь до намеченной цели, то, что было для вас знакомым, становится отдаленным — теперь оно снова притягивает, теперь оно превращается в нечто далекое, прекрасное и стоящее.

Как-то я читал о пилоте, который летел с другом над Калифорнией. Он сказал своему другу: «Взгляни вниз на это прекрасное озеро. Я родился неподалеку от него, вон там — моя деревня».

Он указал на маленькую деревушку, которая раскинулась на холмах неподалеку от озера, и заметил: «Я там родился. Ребенком я часто сидел у озера и ловил рыбу, это было моим хобби. И тогда, когда я был ребенком и ловил в озере рыбу, в небе, над моей головой, пролетали самолеты, и я мечтал о том дне, когда смогу стать пилотом и буду сам управлять самолетом. Это было моей единственной мечтой. Теперь она исполнилась, и что за несчастье! Теперь каждый раз я смотрю вниз на это озеро и думаю о том времени, когда уйду на пенсию и снова отправлюсь туда ловить рыбу. Это озеро так прекрасно...»

Именно так все и происходит. Именно так происходит и с вами. В детстве вы страстно желаете вырасти, потому что старшие могут гораздо больше. Ребенок хочет вырасти немедленно. Старые люди мудры, и ребенок чувствует:

что бы он ни делал, он все всегда делает неправильно. Но спросите старого человека — он скажет, что с утратой детства было потеряно все, рай остался там, в детстве. И все старые люди умирают, думая о детстве, о невинности, о красоте, о стране грез.

Все, что у вас есть, кажется вам ненужным, но то, чего у вас нет, кажется крайне полезным. Помните это, иначе медитация не сможет произойти, потому что медитация означает понимание ума, его работы, процесса мышления как такового.

Ум диалектичен, он заставляет вас снова и снова двигаться к противоположному. И это бесконечный процесс, он не закончится до тех пор, пока вы вдруг не выйдете из него, пока вы вдруг не осознаете эту игру, этот трюк ума, — и тогда вы останавливаетесь, замираете посередине.

Остановка посередине и есть медитация.

Третье: из-за того, что ум состоит из полярностей, вы никогда не целостны. Ум не может быть целым; он всегда половинчат. Замечали ли вы, что когда вы кого-нибудь любите, то подавляете свою ненависть? Любовь не тотальна, она не целостна, прямо за ней прячутся темные силы, готовые извергнуться в любой момент. Вы живете на вулкане.

Когда вы кого-нибудь любите, вы просто забываете, что в вас есть гнев, что в вас есть ненависть, что в вас есть ревность. Вы просто отбрасываете их, словно их никогда не существовало. Но как вы можете их отбросить? Вы можете их просто спрятать в подсознании. Прямо на поверхности вы можете стать любящим, а глубоко внутри спрятан весь этот невероятный гам. Рано или поздно вам это осточертеет, и любимый превратится в обычного человека.

Говорят, что близкие отношения порождают презрение, но это не так. Близкие отношения порождают скуку — а презрение, скрытое от глаз, существовало всегда. Оно лишь вырывается наружу: оно ожидало подходящего момента, но его семена были здесь с самого начала.

Ум всегда содержит в себе противоположное, и это противоположное скрывается в подсознании и только ждет момента, чтобы выбраться наружу. Если вы будете поминутно за собой наблюдать, вы заметите это. Когда вы говорите кому-нибудь: «Я тебя люблю», закройте глаза, погрузитесь ненадолго в медитацию и почувствуйте — а нет ли в вас скрытой ненависти? Вы ощутите ее. Но поскольку вы хотите обмануть себя, поскольку правда так безобразна — правда о том, что вы ненавидите того, кого любите, — вы не желаете взглянуть ей в глаза. Вы предпочитаете сбежать от реальности, поэтому прячете эту правду. Но прятанье не поможет, потому что вы обманываете только самого себя.

Когда бы вы ни почувствовали что-нибудь, просто закройте глаза и углубитесь в себя, чтобы найти противоположное. Оно там есть. И, если вы сумеете разглядеть его, это приведет вас к равновесию, тогда вы уже не скажете: «Я люблю тебя». Если вы правдивы, то вы скажете: «Мое отношение к тебе — это смесь любви и ненависти».

Любые отношения — это отношения любовь/ненависть. Нет чистой любви, и нет чистой ненависти. Отношения — это и то, и другое, и любовь, и ненависть. Если вы правдивы, то вам будет нелегко. Если вы скажете девушке: «Я испытываю к тебе и любовь, и ненависть. Я люблю тебя так, как никогда никого не любил, и я ненавижу тебя так, как никогда никого не ненавидел», — то вам будет непросто жениться — пока вы не найдете медитативную девушку, которая сможет понять эту действительность; пока вы не найдете друга, который сможет понять сложность ума.

Ум — непростой механизм, он очень сложен, и с помощью ума, идя по пути ума, вы никогда не сможете стать простым, потому что ум продолжает рождать иллюзии, обманывать вас. Быть медитативным — значит осознавать тот факт, что ум что-то прячет от вас, что вы закрываете глаза на некоторые факты, которые ему мешают. Рано или поздно эти мешающие факты выплывут наружу, займут

о себе; они подавят вас собою, и вы двинетесь к противоположному. И это противоположное находится не где-то там, далеко отсюда, на какой-нибудь звезде; оно спрятано за вами, в вас самих, в работе вашего ума. Как только вы сможете это понять, вы тут же остановитесь в середине.

Если вы способны разглядеть, что вы и любите, и ненавидите, внезапно и то, и другое исчезает, ибо одновременно в сознании они существовать не могут. Вам придется создать разделение: одно утверждение должно существовать в подсознании, а другое — в сознании. Пребывать в сознании одновременно они не могут — они будут отрицать друг друга. Любовь уничтожит ненависть, ненависть уничтожит любовь; они уравновесят друг друга — и пропадут. Равные объемы ненависти и любви нейтрализуют друг друга. Внезапно они исчезнут — *вы* будете, но не будет ни любви, ни ненависти. Вот тогда вы уравновешены.

Когда вы уравновешены, ум отсутствует — и вы цельны. Когда вы цельны, вы святы, но ума нет. Таким образом, медитация — это состояние не-ума. Посредством ума она недостижима. Посредством ума, что бы вы ни делали, ее не достигнуть. Тогда чем же вы занимаетесь, когда медитируете?

Вы создали в своей жизни так много напряжения — и теперь занимаетесь медитацией. Но ваша медитация — это противоположность напряжению, а не настоящая медитация. Вы настолько напряжены, что медитация стала привлекательной. Именно поэтому медитация привлекает людей больше на Западе, чем на Востоке — потому что напряжения на Западе больше. Восток все еще расслаблен, люди не так перенапряжены, они не так легко сходят с ума, не так легко совершают самоубийство. Они не настолько полны насилия, не настолько агрессивны, у них нет такого количества страхов — нет, они не настолько напряжены. Они не живут в такой безумной скорости, при которой не накапливается ничего, кроме напряжения.

Поэтому когда Махеш Йоги приезжает в Индию, никто его не слушает. Но в Америке люди сходят по нему с



ума. Там, где напряжения много, медитация становится привлекательной. Но с этой привлекательностью вы снова попадаете в ту же самую западню. Это не настоящая медитация, это снова уловка. Вы медитируете несколько дней, вы расслабляетесь; а когда вы расслаблены, необходимость в активности, в деятельности возникает снова, и ум начинает подумывать о том, чтобы чем-нибудь заняться. Медитация вам наскучила.

Люди приходят ко мне и жалуются: «Мы медитировали несколько лет, а потом нам это наскучило, потом это перестало увлекать».

Совсем недавно ко мне пришла одна девушка и сказала: «Медитация перестала доставлять мне наслаждение, что делать?»

Теперь ум ищет чего-то другого, он уже получил достаточно от медитации. Теперь, когда эта девушка спокойна и расслаблена, ум требует большего напряжения, он ищет, чем бы ему озаботиться. Когда она говорит, что теперь в медитации нет прелести, она имеет в виду, что теперь, когда напряжения больше нет, как медитация может доставлять удовольствие? Ей придется вернуться к своему напряжению, чтобы медитация вновь обрела привлекательность.

Взгляните на абсурдность ума: вам приходится уходить далеко, чтобы подойти поближе, вам приходится стать напряженным, чтобы быть медитативным. Но тогда это не медитация, тогда это снова уловка того же самого ума, — та же самая игра продолжается на новом уровне. Когда я говорю «медитация», я имею в виду принципиальный выход за пределы игры полярных противоположностей, отбрасывание этой игры, видение, постижение ее абсурдности и ее трансценденцию. Осознание этого и становится трансценденцией.

Ум будет заставлять вас двигаться к противоположному — не делайте этого. Остановитесь посередине и увидите, что это всегда было уловкой ума. Именно так ум господствовал над вами — через противоположное. Вы ощутили это?

После того, как вы позанимались любовью с женщиной, вы начинаете подумывать о брахмачарье, и брахмачарья в этот момент настолько привлекательна, что вы уверены: это единственное, к чему стоит стремиться. Вы чувствуете себя разочарованным, обманутым, вам кажется, что в этом сексе ничего нет, и что только брахмачарья несет блаженство. Но через двадцать четыре часа секс снова становится важным, значимым, и вам снова приходится заниматься им.

Что делает ум? После секса он начинает думать о противоположном, а противоположное вновь рождает вкус к сексу.

Жестокий человек начинает думать о ненасилии — и тогда он легко может снова стать жестоким. Человек, без конца впадающий в гнев, думает о незлобности и каждый раз обещает себе, что больше не будет сердиться. И это решение помогает ему вновь разозлиться.

Если вы действительно не хотите больше приходиться в ярость, не решайте идти против гнева. Взгляните на сам этот гнев — и посмотрите на его «тень», которую вы считаете всепрощением. Взгляните на секс — и на его «тень», на брахмачарью, целибат. Это негативное, это другая крайность. Взгляните на обжорство — и на его «тень», на голодание. За перееданием всегда следует голодание, за потворством страстям всегда следует целибат, за напряжением всегда наступает период медитативных практик. Посмотрите на все это вместе, почувствуйте, как они соотносятся друг с другом; они — части одного процесса.

Если вы сможете это понять, с вами случится медитация. В действительности медитация — это не то, что нужно делать, это вопрос понимания. Здесь не требуется усилие, здесь нет необходимости что-то заботливо пестовать — это просто надо очень глубоко понять.

Понимание дает свободу. Осознание механизма работы ума — это трансформация. И тогда внезапно часы останавливаются, время исчезает, и с этой остановкой часов

исчезает и ум. Если время остановилось — где вы? Лодка пуста.

Теперь обратимся к следующей сутре Чжуан-цзы:

Человек Дао не встречает препятствий.

Действиями своими не вредя ни единому существу,  
он не мыслит себя добрым или мягким.

Человек Дао не встречает препятствий...

Вам всегда что-нибудь мешает, в вас всегда присутствует что-то противоположное, создавая помехи; вы — не поток.

Если вы любите, то помехой всегда является ненависть. Если вы движетесь, что-то сдерживает вас, тянет назад, — вы никогда не двигаетесь тотально, что-то всегда остается, ваше движение неполно. Одной ногой вы шагаете, а другая твердо стоит на месте. Разве так можно двигаться? Всегда что-то мешает.

И эта проблема, это вечное движение одной части и неподвижность другой — это ваша мука, ваше страдание. Почему вы всегда полны мучений? Что рождает в вас такое беспокойство? Почему, что бы вы ни делали, это не приводит к блаженству? Блаженство может случиться только с целым, с частью — никогда.

Когда целое беспрепятственно движется со всей своей полнотой, само движение превращается в блаженство. Блаженство — это не что-то, приходящее откуда-то извне, это чувство, которое возникает, когда вы во всей полноте вашего существа приходите в движение, и само движение вас как целого — и есть блаженство. Это не нечто, случающееся с вами, и оно не возникает в вас, — это просто гармония вашего существа.

Если вы разделены, а вы всегда разделены: полудвижение и полунеподвижность, половина говорит «да», другая половина твердит «нет», половина любит, другая половина ненавидит, — вы подобны раздираемому меж-

доусобицей королевству, в вас постоянно присутствует конфликт. Вы говорите что-то, но вы не имеете это в виду, потому что противоположное в вас уже начало противодействовать.

Ученики Баала Шема записывали все, что бы он ни сказал, а Баал Шем частенько повторял: «Я знаю: что бы вы ни записали, я говорил вам не это. Вы услышали одно, я же сказал что-то другое, а пишете вы, между тем, что-то третье. А если взглянуть на то, что имелось в виду, то имелось в виду опять же нечто иное. Вы никогда не будете делать того, что записали, вы будете делать совсем другое — вот оно, фрагментарное, нецелостное бытие».

Откуда же взялась эта фрагментарность?

Слышали вы историю про многоножку? Многоножка гуляла на своей сотне ног — поэтому ее и называют многоножкой. Это чудо — гулять, имея сотню ног, даже с одной-то парой управляться так непросто! А справиться с сотней ног — это и вправду почти невозможно. Но многоножке это удавалось!

Лисице стало любопытно — лисицы всегда любопытны. В фольклоре лиса являет собой символ ума, интеллекта, логики. Лисы — великие логики. Лиса смотрела, изучала, анализировала, — и она не могла этому поверить. «Постой! — сказала она. — Я хочу тебя спросить. Как ты управляешься с таким количеством ног, как ты решаешь, какую ногу ставить следующей? Сотня ног! А ты движешься так плавно. Как тебе удастся такая гармония?»

«Я ходила всю жизнь и никогда не задумывалась об этом, — ответила многоножка. — Дай, я подумаю».

И вот она закрыла глаза и впервые оказалась разделена: ум — исследователь, сама же она — исследуемое. Впервые многоножка стала двумя. Она всегда жила и ходила, и жизнь ее была цельна; не было исследователя, стоящего и изучающего самое себя, она никогда не была разделенной, она всегда была цельным существом. Теперь,

впервые в ее жизни, возникло разделение. Многоножка смотрела на саму себя и раздумывала. Она стала субъектом и объектом, она стала двумя и затем попыталась пойти. Это оказалось трудно, почти невозможно. Она споткнулась и упала — потому что как можно управиться с сотней ног?

Лиса рассмеялась и заявила: «Я знала, что это трудно, я всегда это знала!»

Многоножка заплакала. Со слезами на глазах она воскликнула: «Никогда раньше это не было трудно, но ты создала эту проблему! Теперь я никогда не смогу нормально ходить!»

Ум пришел в действие; он появляется тогда, когда вы разделены. Ум кормится разделением. Вот почему Кришнамурти не устает повторять, что если наблюдатель стал наблюдаемым, вы — в медитации.

С многоножкой произошло противоположное. Целостность была потеряна, многоножка стала двумя: наблюдателем и наблюдаемым, которые разделены между собой; субъектом и объектом, мыслящим и мыслью. Тогда все и разрушилось, тогда и было утеряно блаженство, поток застыл. Застыл, замерз. Когда бы ни появлялся ум, он действует как контролирующая сила, как управляющее начало. Он не хозяин, он — управляющий. И вы не сможете добраться до хозяина, пока не отодвинете управляющего в сторону. Управляющий не даст вам попасть к хозяину, управляющий всегда будет стоять у вас на пути. Все управляющие ничего не смыслят в управлении — и ум как управляющий проделал гигантскую работу по рас-согласованию всего того, чем он взялся управлять!

Бедная многоножка! Она всегда была счастлива. У нее вообще не было проблем. Она жила, двигалась, любила, не имела никаких проблем, потому что не было ума. Ум появился, как только появилась проблема, как только возник вопрос, как только началось исследование. А вокруг вас полно лис. Будьте осторожны с ними — все эти