

ВВЕДЕНИЕ

Галактический центр

Несколько лет назад я с группой друзей обсуждал актуальное на тот момент астрономическое событие под названием Галактическое выравнивание. Это явление, при котором положение Земли и Солнца меняется по отношению к центру галактики Млечный Путь, когда мы проходим через так называемую галактическую плоскость. Такое событие происходит каждые 26 000 лет. Информация была новой для меня, поскольку, кроме цикла нашей Луны, я обычно не отслеживал такие моменты. Кроме астрономических особенностей произошедшего, наш разговор также касался нескольких эзотерических и астрологических аспектов. Мы задались вопросом, как новое положение по отношению к центру Галактики может повлиять на нас здесь, на Земле, если вообще повлияет.

После того как разговор закончился, я решил посидеть и поразмышлять над тем, что мы обсуждали. Это был созерцательный вид медитации — мне нравится выполнять ее, чтобы глубже проникнуть в тему, о которой я только что узнал. Я закрыл глаза, планируя просто лучше понять то, что мы обсуждали, возможно почерпнуть какие-то новые идеи. Через мгновение я обнаружил, что сталкиваюсь с обширным сознанием, «сознательным разумом», если можно так



выразиться. Это сознание было совершенно чуждо всему, с чем я когда-либо встречался прежде. Оно начало общаться со мной телепатически, то есть я не слышал слов, но получал мысленные образы.

Первым, что сообщило сознание, была информация о том, что его не интересуют отдельные человеческие существа, но оно остро заинтересовано в самом человечестве. Мне это сразу показалось странным в том смысле, что мое изучение религий указывает на то, что существа более великие, чем мы сами, такие как великие дэвы и божества, действительно заинтересованы в помощи людям. Люди обычно молятся таким существам о заступничестве там, где это возможно и уместно. Это сознание сообщало, что оно наблюдало за развитием человечества в течение эонов и однажды в будущем человечество вступит в свои права, чтобы исполнить предназначение, для которого было создано. Сознание было заинтересовано в будущем событии и ожидало его наступления.

Когда я поинтересовался, каким может быть такое будущее событие, сознание сообщило мне, что человечество уникально во Вселенной и после дальнейшего развития нашего сознания однажды явит нечто, что никогда прежде не проявлялось в физическом измерении. Когда оно передало информацию в мой разум, я увидел изображение Земли из космоса, и, пока сознание «говорило», по всему земному шару начал распространяться огромных размеров золотисто-белый свет, который однажды сотворит человечество с более развитым коллективным сознанием. Это было прекрасное и вдохновляющее зрелище. Что же однажды проявится? Я признаю, что моя способность полностью понять необъятность того сознания, с которым мне довелось столкнуться, ограничена, но тем не менее понимаю, что в физическом творении проявится сама любовь. Любовь, которая является силой творения и стоит за ним, сама придет в физическое существование.



Это был важный опыт для меня. Я твердо решил, что это действительно будущая судьба человечества. Я начал искать книги, которые смогли бы помочь мне понять то, что я пережил. В конце концов я нашел несколько книг, в которых говорится об обширных сознательных разумах. Среди них «Космическая голограмма: формирование в центре творения» Джуда Карривана, «Девять волн творения: квантовая механика, голографическая эволюция и судьба человечества» Карла Йохана Каллемана, а также работа великого индийского мудреца Шри Ауробиндо, который в книге «Божественная жизнь» описывает обширные уровни разума сознания, которые находятся за пределами обычного человеческого сознания, но которые нам суждено однажды охватить. Позже я расскажу об этом подробнее, но после прочтения «Божественной жизни» я задался вопросом, было ли обширное сознание, с которым я столкнулся, тем, что Ауробиндо называет Сверхразумом, или, возможно, это был Суперразум, который представляет собой уровень разума за пределами Сверхразума. Я также задавался вопросом, соответствовало ли то трансформационное видение будущего Земли, которое было у меня, тому, что Ауробиндо описывает как возможное «нисхождение божественного в мир».

Я также начал размышлять о том, определено ли произойдет это событие в будущем или же оно «вероятно», «возможно» и зависит от множества неизвестных мне переменных. Если последнее, то я задался вопросом, является ли обязанностью каждого из нас, как отдельных человеческих существ, способствовать возможному духовному пробуждению человечества, чтобы помочь этому возможному проявлению любви. Я поймал себя на мысли: «Что я, как ученый-биомедик, делал, чтобы помочь или помешать такому развитию человечества?»

Я задал себе вопрос в более широком смысле: «Биомедицина и ученые-биомедики содействуют или препятствуют достижению этой будущей цели человечества?»



Служим ли мы его будущему прогрессу или нет?» Я знал, что подавляющее большинство научных исследований в высшей степени материалистичны, а метафизические и мистические соображения категорически отвергаются как несуществующие. Сама любовь считается всего лишь эмоцией, да и то обычно не изучается. Тем не менее я также знал, что есть ученые-биомедики, в том числе некоторые мои коллеги, которые работают в рамках основных направлений науки, но обладают более глубоким духовным пониманием того, кем мы являемся как люди и что представляет собой сознательная Вселенная в целом. Я также знал, что многие из них работали над преодолением так называемого «разрыва между наукой и духовностью». Они стараются преодолеть материализм и его удушающее воздействие на прогресс наук, что в конечном счете может способствовать будущей духовной жизни человечества.

Это основная причина, по которой я написал эту книгу. Я хотел понять, что испытывают такие ученые в плане постижения собственной духовной природы и как такое понимание и переживания влияют на их научную работу. Таким образом, я решил обратиться к ученым и попросить их дать интервью об их духовной жизни. Книга представляет собой краткое изложение трансперсональных, метафизических и мистических переживаний и исследований ведущих национальных и международных ученых и клиницистов, а также более молодых ученых, которые находятся в начале своей научной карьеры.



Трансцендентальная медитация и дуб

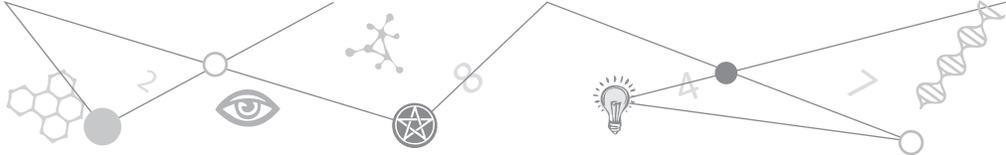
Мое собственное духовное путешествие, если можно так выразиться, началось в 1972 году, когда я, будучи учащимся средней школы, научился практиковать трансцендентальную медитацию (ТМ). ТМ распространял на



Западе Махариши Махеш Йоги, и в то время она охватила всю страну почти так же, как медитация осознанности в последние годы. Меня потянуло к медитации, поскольку я слышал, что она может помочь раскрыть свой потенциал. Также она привлекала меня по другой, менее конкретной причине: мне просто казалось, что это хорошо.

Я побывал на вводной лекции по ТМ, и следующим шагом стали индивидуальная встреча с учителем и изучение самой техники медитации. Учителя ТМ жили в старом каменном фермерском доме чуть дальше по дороге от того места, где жила моя семья, в маленьком городке Пайнвилль, в округе Бакс, штат Пенсильвания. В комнате, где я должен был учиться медитации, висела картина с изображением гуру Махариши — Свами Брахмананды Сарасвати. Свами был весьма значительной духовной фигурой в Индии, служил в качестве шанкарачарьи в монастыре Джйотир Матх на севере Индии. После короткой церемонии мой инструктор по ТМ Роберт Уоллес дал мне мою личную мантру (звук) и велел тихо повторять ее про себя. Я последовал его инструкциям и очень быстро оказался в абсолютно тихом, спокойном и просторном месте. Через некоторое время он велел мне прекратить повторять мантру и открыть глаза. Открыв глаза, я посмотрел на портрет Свами, а затем на Роберта и спросил, дал ли Свами ему мантру, чтобы он передал ее мне. Он улыбнулся и сказал «нет».

Мои первые несколько месяцев практики, хотя и были приятными и глубоко расслабляющими, в остальном прошли без происшествий. Все изменилось однажды, когда я вышел на улицу, чтобы помедитировать под большим деревом недалеко от нашего деревенского дома. Дерево стояло посреди поля с дикими травами. Была середина теплого летнего дня. Через несколько минут медитации мое сознание внезапно изменилось, и я обнаружил, что парю над своим телом и смотрю вниз на себя, сидящего под деревом. Я ясно видел макушку своей головы, плечи и спину, а также



землю вокруг себя, покрытую сухими листьями. Поначалу ситуация меня шокировала, но я быстро свыкся с ней.

Хотя это был совершенно новый для меня опыт, в то же время он казался знакомым. Глядя вниз на свое тело, я обнаружил, что нахожусь в бескрайнем море тишины, покоя и умиротворения. Я был одновременно Полем, испытывающим данное переживание, и гораздо бóльшим «Я», тем, кому вся ситуация казалась такой знакомой и нормальной. Через несколько минут я вернулся в свое тело. Я сидел в благоговейном страхе: мне никогда не доводилось слышать о подобном явлении. На вводной лекции по ТМ, которую я прослушал непосредственно перед изучением техники медитации, мой учитель Роберт не упоминал о подобной ситуации как о возможном переживании. Скорее лекция была посвящена таким моментам, как успокоение ума и ощущение расслабления.

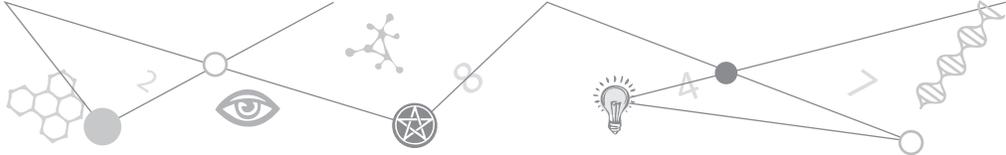
В течение последующих недель, когда я размышлял над этим опытом, сформировалось зерно, которое в конечном итоге направило меня к научной карьере. Я решил, что хочу изучить научные методологии, разобраться, как работает медитация, и лучше понять человеческий потенциал. Особенно мне хотелось узнать о возможностях и пределах дальнейшего развития сознания, о том, что лежит за гранью обычного повседневного восприятия нашего ощущения себя, в единстве своего тела и разума. До той медитации под деревом я и не подозревал, что мы можем испытывать сознание без границ. Я также хотел понять, как получилось, что я был одновременно и тем «Полем», каким всегда себя ощущал, и в то же время гораздо бóльшим «собой», которому все это обширное и умиротворяющее переживание было так знакомо. Кто был «настоящим» мной? Или оба были мной? Кроме того, что научные исследования медитации должны были помочь мне понять, кем я был, я задавался вопросом, помогут ли они побудить других также научиться медитировать.



Состояния сознания

Это переживание под дубом побудило меня посвятить себя практике медитации. Я также взял на себя обязательство узнать все, что смогу, о природе такого опыта сознания. Соблюдая данное обязательство, я поглощал книги на эту тему, в том числе труды Махариши. В своих книгах «Наука бытия и искусство жизни»⁴ и «Комментарии к „Бхагавадгите“» он описывает семь различных состояний сознания, доступных человеческим существам. Махариша относит к ним обычные состояния сознания, с которыми мы все знакомы, например бодрствование, сновидение и глубокий сон, но также добавляет четыре «более возвышенных состояния». Все они характеризуются опытом «чистого безграничного осознания», однако контекст, в котором переживается этот опыт, заметно различается в каждом из четырех состояний.

- ☛ **Трансцендентальное сознание.** Состояние чистого безграничного внутреннего самосознания, истинного «Я», без восприятия трех других обычных состояний сознания.
- ☛ **Космическое сознание.** Состояние чистого безграничного внутреннего самосознания, присущее трансцендентальному сознанию, но одновременно сохраняющееся при переживании любого из трех других состояний обычного сознания — бодрствования, сновидения и глубокого сна. Это состояние часто называют «свидетельствующим сознанием» из-за понимания несоответствия безграничного внутреннего самосознания одновременному восприятию кажущихся ограниченными объектов повседневной жизни.
- ☛ **Божественное сознание.** Такое состояние сознания считается частичным разрешением несоответствия



космического сознания в том смысле, что разделение и свидетельство космического сознания начинают изменяться таким образом, что восприятия, которые в повседневной жизни казались пространственно ограниченными объектами, теперь начинают являться в своей истинной природе как безграничное сознание.

- **Сознание единства.** Единство представляет собой разрешение иллюзии о том, что бесконечное безграничное «Я» чем-то отличается от всего, что воспринимается. Бесконечное видится в каждом объекте восприятия и известно как то, чем являются эти объекты. Несмотря на то что мы также видим уникальный внешний вид и форму каждого объекта восприятия, он одновременно воспринимается как само сознание. Больше нет чувства свидетельства, больше нет никакой двойственности. Все воспринимается как одна бесконечная целостность, как Самость. Теперь ясно, что предшествующие переживания разделения были иллюзией. Махариши также говорил о дальнейшем совершенствовании сознания единства, называемом сознанием Брахмана. Санскритское слово «брахман» относится к вечной абсолютной реальности, совокупности всего сущего. Сознание Брахмана, таким образом, является переживанием всеобщности всего существования, его сущностного единства. Интересно, что Махариши сказал, что переход от состояния единства к сознанию Брахмана происходит на уровне ума. Это своего рода осознание на уровне интеллекта, которое позволяет человеку войти в такое состояние переживания.

То, чему учил Махариши, не было чем-то новым. На самом деле многие традиции медитации дают представление о том, что часто называют необычными, объединяющими



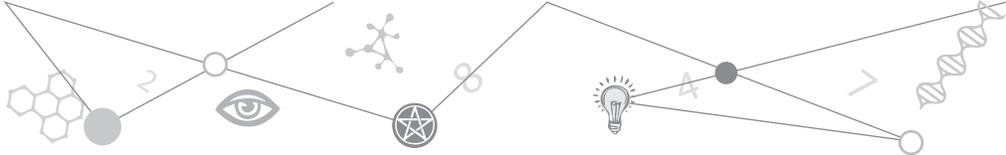
состояниями сознания. В своем специальном комментарии к этой книге Кен Уилбер делится подобными идеями из других традиций, включая четвертое состояние, называемое турия, и пятое состояние за пределами турии, называемое туриятита. Я обнаружил, что чтение книг Махариши имело большое значение в связи с моим переживанием под дубом в тот день. Впервые я смог дать название своему переживанию, зная, что кто-то другой тоже испытал его. С годами учения давали мне важную дорожную карту, и я продолжал переживать дальнейшие трансформации своего сознания.



Международный университет Махариши и исследование медитации

В сентябре 1974 года я прибыл в маленький городок Фэрфилд, штат Айова, где поступил в недавно созданный Международный университет Махариши (MIU). MIU был и остается нетрадиционным университетом. Для меня было рискованно выбрать его для получения университетского образования, но поскольку я продолжал развивать свою практику медитации, то чувствовал себя обязанным делать все, что в моих силах, чтобы углубить знания и еще больше развить сознание, одновременно становясь ученым. Международный университет Махариши позиционировал себя как место, где можно получить традиционное с точки зрения академической программы образование и в то же время приобрести глубокие знания о природе самого сознания и его дальнейшего развития.

Я узнал о Международном университете Махариши несколькими месяцами ранее в Ливингстоне, штат Нью-Йорк, во время посещения месячного курса «Наука о творческом интеллекте» (SCI), который вел Махариши. Курс дал понимание принципов сознания и интеллекта, лежащих



истинного благополучия. Изучая традиционную медицинскую систему, я, естественно, вернулся к области человеческого сознания¹⁷.

В рамках данного сотрудничества на протяжении многих лет мы публиковали много важных, на мой взгляд, статей на эту тему, размещали их в интегративных и биомедицинских журналах и подчеркивали важность вовлечения в исследования и медицинское обслуживание всего человека, включая его трансцендентную природу, для достижения наилучшего состояния здоровья и оптимального самочувствия^{18, 19}. Благодаря нашему сотрудничеству и укрепившимся связям Дипака с Калифорнийским университетом в Сан-Диего он получил должность клинического профессора-волонтера на кафедре семейной медицины и общественного здравоохранения.



Ученые и интервью с ними

Эта книга представляет собой подборку историй, рассказанных учеными-биомедиками, с которыми я беседовал об их собственных трансперсональных и метафизических исследованиях. Я представляю себе вторую книгу, где объем интервью будет расширен за счет дополнительных научных областей, таких как космология, физика и естественные науки, в том числе вопросов, связанных с эволюцией, окружающей средой и философией.

Собирая информацию для данной книги, я был польщен тем, что наше общение во время интервью было очень личным, и за это я глубоко благодарен. Временами, беседуя со знакомыми учеными, я испытывал чувство сожаления. Причина заключалась в том, что во время интервью я узнавал о глубине их духовных переживаний и их путешествиях, но за все время нашего многолетнего знакомства мы никогда не говорили о подобных вещах. Я понял, что они, так же как и я, скрывали эту часть своей жизни,



которая не сочеталась с их ролью ученых. Ведь именно в этой роли они выступали в обычных наших встречах и беседах. Лично я никогда не говорил о подобных вещах с коллегами, предполагая, что им неинтересна такая тема или им нечем особенно поделиться. С тех пор, разговаривая с коллегами при соответствующих обстоятельствах, я нахожу способ начать такой разговор, если возникает интерес или даже необходимость поговорить об этом.

Для интервьюирования я подготовил список из шестнадцати вопросов, которые планировал задавать в ходе беседы. К пятому интервью наметилась определенная закономерность: каждый опрошенный отвечал лишь на часть из этих шестнадцати вопросов и не очень реагировал на остальные.

Когда я внимательно изучил свои вопросы, в моем сознании возникла тема, которую я не мог не связать с книгой Джозефа Кэмпбелла «Тысячеликий герой»²⁰. В книге Кэмпбелл обобщает модель повествования, встречающуюся в бесчисленных культурах. Он называет ее «мономиф» или «путешествие героя». В разных культурах концепция мономифа имеет общие темы, включающие от восьми^{21, 22} до семнадцати²³ различных этапов. Все модели повествования имеют общую черту — так называемый первоначальный «призыв к приключениям», когда героя приглашают оставить позади обычный мир, который он знал и в котором чувствовал себя комфортно, и отправиться в неизвестное, в то, что соответствующая культура, где он родился, не готова принять. К другим распространенным этапам относится встреча героя с наставником, который помогает ему в путешествии, а также столкновение с врагами, испытаниями и невзгодами, которые отбивают у героя охоту продолжать свой путь.

Если герой подчиняется призыву, результатом путешествия становится своего рода воскрешение и перерождение в новом «Я», а затем герой возвращается, чтобы поделиться своими новообретенными дарами с другими.



Как вы увидите из историй, приведенных в этой книге, духовный путь героя/героини нелегок, хотя прислушаться к зову и отправиться в путешествие — это способ достичь осмысленной и основательной жизни. На этом пути случаются потери — одни воображаемые, другие реальные, в том числе мы утрачиваем свое прежнее «Я», знакомое и любимое ранее. С демонами необходимо встречаться лицом к лицу и учиться у них — это часть процесса перерождения.

Никто никогда до конца не знает, что мы обнаружим, когда откроемся своему подсознанию и тому, что там подавлено. В своем путешествии героя рыцарь-джедай Люк Скайуокер должен был смириться с тем фактом, что он сын злодея Вселенной Дарта Вейдера. Сделав это, Люк смог принять все части самого себя и возродиться джедаем.

На основании собственных знаний о мономифе и о том, какие области, по моему мнению, вызывали отклик у респондентов во время первоначальной серии интервью, я переделал и упростил вопросы до таких:

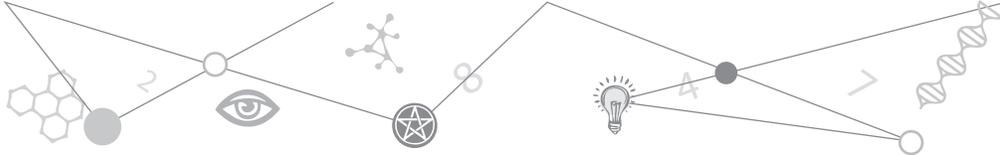
1. Расскажите мне о своем духовном путешествии с точки зрения конкретных трансперсональных, метафизических или мистических переживаний, которые могли бы изменить вас и ваше восприятие мира.
2. В какой степени этот опыт повлиял на то, что вы стали ученым? Если вы уже были ученым, когда столкнулись с данным переживанием, то как оно повлияло на ваш подход к науке и/или ее понимание?
3. Какие наставники, академические или духовные учителя, сыграли важную роль в формировании и поддержании вашего духовного раскрытия?
4. Сталкивались ли вы с какими-либо трудностями, личными или рабочими, в виде обстоятельств или людей?
5. Как вы делитесь своими открытиями и передаете знания?



Так я построил последующие интервью. Вопросы охватывают общие темы мономифа. Главы 2–5 структурированы с учетом содержания этих вопросов в соответствии с классическим мономифом. Глава 2 «Внимая зову: становление „Духовного Ученого“» является аналогией «призыва к приключению» и описывает рассказы ученых о своем первоначальном вдохновении и переживаниях, которые привели их на путь самоисследования, а некоторых в конечном счете и науки. Остальные главы также следуют основным темам мономифа. Глава 3 посвящена наставникам и другим союзникам, глава 4 описывает испытания на пути к посвящению и трансформации, а глава 5 рассказывает о передаче знаний и следующем поколении — в ней герой/героиня возвращается и делится своими драмами с другими людьми.

Во введении к данной книге я поделился основными событиями из своего собственного путешествия, в котором присутствует много характеристик мономифа. Истина заключается в том, что каждая из наших жизней следует концепции мономифа. На протяжении всей своей жизни мы двигаемся по большому кругу, а также сталкиваемся с множеством более коротких циклов, особенно на основных этапах нашего взросления. В статье «В центре внимания», написанной для этой книги, доктор Роберт Аткинсон описывает распространенные мономифические паттерны на эволюционной траектории сознания к целостности, показывая, что «наука и духовность не только представляют целостность, но и являются в ней равноправными партнерами».

На страницах книги я использую термины «духовный», «метафизический» и «мистический». Под духовным я подразумеваю не религию, а скорее наш человеческий опыт, который выходит за рамки того, что сообщают физические органы чувств. Хотя религия может быть духовной, это необязательно так. Слово «метафизический» относится к тому, что находится за пределами (мета) физического



и обычно не используется в контексте религии. Слово «мистический» я использую для описания переживаний нефизических — иногда называемых сверхчувственными — сущностей или существ, недоступных нашему обычному чувственному восприятию. Я также использую его для обозначения глубоко интимного переживания благоговения, которое может сопровождать духовный и метафизический опыт.

Психолог Абрахам Маслоу прославился тем, что сформулировал так называемую иерархию потребностей, описание универсальных потребностей индивида в обществе²⁴. На момент разработки теории верхнюю точку в иерархии Маслоу назвал «самоактуализацией». Это наивысший уровень психологического развития, которого может достичь человек, когда полностью реализует свой индивидуальный потенциал. Позже Маслоу добавил еще один уровень, который назвал «самопревосхождением», означающий, что человек выходит за рамки самоактуализации. Самопревосхождение — это движение, которое происходит на «самых высоких и наиболее инклюзивных, или холистических, уровнях человеческого сознания»²⁵. Я полагаю, что многие ученые, у которых я брал интервью для данной книги, достигли такого понимания своей истинной природы, которое находится на холистическом и объединяющем уровне человеческого сознания, уровне самого осознания, истинного «Я».

Хочу добавить, что некоторые ученые, к которым я обратился за интервью, признали, что у них были переживания и траектории движения, которые соответствуют теме книги, но не пожелали ответить на мои вопросы. Одна из причин заключалась в том, что такому обмену информацией активно препятствовала их особая традиция медитации. Другие были обеспокоены возможными негативными последствиями обмена информацией для своей профессиональной карьеры. У тех, кто уже получил право работать в учебном заведении,



это вызывало меньшую озабоченность. Также опасения сводились к плюсам и минусам обнаружения интимных духовных переживаний, которые, как я уже отмечал ранее, я полностью разделяю. Меня по-прежнему посещают неоднозначные чувства по этому поводу.

Один из моих собеседников сказал: «Наука — это мистический путь». То есть, по своей сути исследуя и помогая нам понять самих себя и окружающий мир, она обладает потенциалом раскрыть многие метафизические и мистические аспекты нашего существования. Пусть все ученые осознают эту перспективу. Духовное — это последний рубеж для науки.

