

E-mail в мобильнике

Забудь про SMS! Бесплатно
принимай и отправляй
электронную почту.
WapAlta.com

Sms приколы на Anekdot.ru

Самые смешные анекдоты,
истории, стихи и карикатуры
на любые темы!
Anekdot.ru

Найти вторую половинку

Поможет тест на
психологическую совместимость
партнеров!
www.be2.ru

Налоговый Календарь

Сообщения о сроках
предоставления бухгалтерской,
налоговой отчетности
www.a-practic.ru

Реклама от Google

ДЖОН ГОДОЛФИН БЕННЕТТ**ТРАНСФОРМАЦИЯ**ШЕРБОРН1978**ВСТУПЛЕНИЕ**

"Цель существования нашего общества выглядит как стремление снять с людей ответственность за их собственные поступки и жизнь. Суть трансформации - полная противоположность этому. Куда бы ни вел нас этот путь, он должен сделать нас свободными и ответственными индивидуумами, способными направлять свои жизни в соответствии с величайшим объективным благом".

В своем собственном предисловии к этой книге автор упоминает, что ко времени её написания прошло двадцать лет после его возвращения к Гурджиеву в 1948 году. Это помогает нам установить дату написания как 1968 год, но это противоречит дате 1963, написанной от руки на машинописном экземпляре книги. Автор старался быть точным в отношении подобных дат, и ряд других указаний в тексте подтверждают первоначальную дату. Так, например, есть упоминания о завершении работы над заключительными томами его основного труда "Драматическая Вселенная". Эти два тома, третий и четвертый, появились, соответственно, в 1966 и 1967 годах. Внимательное чтение между строк дает еще один ключ, такой же определенный, как и первый. Целью нашей небольшой "детективной" работы было поместить "Трансформацию" в центре самого значительного периода жизни автора: завершения одной фазы и начала следующей. В 1968 году он завершил выполнение своего личного обязательства - в тексте он называет это "прихотью" /"капризом"/^[1] - и приступил к своему "магнумopus", в котором попытался дать синтез человеческого знания. Он выполнил очень сложную и трудную задачу, и сделал это в форме, которая, как он надеялся, сделает его труд ценным и полезным для будущих поколений. Беннетт абсолютно не был заинтересован в написании книги, которая свала бы модной. сенсацией в литературном или научном мире. И четыре тома "Драматической Вселенной" привлекли внимание очень немногих.

Когда эта задача была, наконец, выполнена, автору было 70 лет - возраст, имеющий для него особое значение и свои возможности как завершения жизненного пути. Есть много причин предполагать, что в это время он начал серьезно размышлять о собственной предыдущей жизни и о стадиях само-трансформации. Он никогда не пытался скрывать свои недостатки и ошибочные начинания /фальши-старты/; он был убежден, что потратил непростительно много времени, чтобы придти к некоторым реализациям в достижении определенных стадий. И все же он был необычайно удачлив, ибо встретил и получил помощь от многих замечательных людей: Успенского, Гурджиева, Шивалури-Баба (упоминаем здесь лишь троих).

Как раз к этому времени Беннетт с успехом прояснил для себя многие тонкие и трудные /запутанные/ идеи о природе человека и возможной трансформации человеческой натуры. Он мог теперь видеть, насколько далеко он сам продвинулся по пути этой трансформации, и благодаря особой свободе и ясности интеллекта,

которые пришли к нему после завершения большого творческого труда, он, конечно, провидел более глубоко, чем когда-либо раньше. Предлагаемая книга - яркое свидетельство тому: в ней рассматривается всё, что было истинно важным во всем том, что он узнал, и стремление выразить это наиболее простым и конкретным способом, рассчитанным на непосредственное и немедленное воздействие.

И он воистину нашел такой путь, используя **принцип** тетрады или четырехчленной системы, которой так интересовался К Юнг и др. Собственные исследования автора убедили его в том, что в любой деятельности трансформации присутствуют четыре источника деятельности. Это его открытие выражало в основном то же интуитивное прозрение /инсайт/, к которому пришел Аристотель в свои зрелые годы относительно понятия *aitiai*^[2]. Действительно, философский труд Беннетта точно так же соотносится с Аристотелем, как и "Мансви" Руми с баснями Эзопа^[3].

Работа с многочленной системой ставит особые проблемы. Трудно все время сохранять контакт с рассматриваемой ситуацией и в то же время не упускать из виду, как элементы изучаемой системы фактически вовлечены в совместную активность. В случае тетрады можно иллюстрировать эту дилемму простым действием приема пищи. Каждый знает, что нож и вилка, тарелка и рот обычно вовлечены в это действие: они соответствуют четырем элементам. Но самым важным моментом является сама **пища** и процесс её перемещения с тарелки в рот. Если последний момент упущен из виду, - всё взаимодействие теряет свою полезность /значимость/ и становится абсурдным. Хорошие манеры за столом - это не голод.

Беннетт не упустил из виду важную роль, которую играют все четыре элемента в человеческой трансформации. Он предпринял попытку выяснить роль каждого элемента в применении к своему собственному прямому опыту и успешно осуществил это в первой главе книги. Лучшие, чем в каком-либо из его трудов, он передает в этой главе истинный характер действий, связанных с "работой над собой", и дает самые непосредственные указания по выполнению такой работы. Рассматривая, например, понятие "жертвы" (в специальном смысле слова), он говорит совершенно новое: отбросить одним рывком всю массу запутанных идей и обнажить свою эссенциальную анатомию /вскрыть эссенциальное нутро/.

Приступим теперь к рассмотрению самой книги. Полезно отметить, какие цели преследовал автор при написании её, как он представлял себе собственные задачи и функции и почему этот труд его так и не был завершен.

Как всегда, Беннетт ставил перед собой слишком высокую цель. Он хотел, чтобы его книга могла бы принести практическую пользу всем тем, кто, подобно ему, встал на путь трансформации. Он свободно отталкивается от собственного опыта, находя значение, придаваемое этому опыту его возросшей интуицией. В своей книге он пытается передать именно те основные понятия, которые он сам бы нашел очень ценными во время долгих лет собственного поиска. Такая концепция собственной функции приводит его к очень смелой и радикальной идее: попытке передать непосредственные технические приемы самой трансформации.

Но именно вследствие понимания, что такая цель практически недостижима с помощью написанных слов, он отказался от работы над книгой после первых шести глав. Действительно, против этого восстает вся традиция. Подробнейшие справочники, подобные "Филокалии", действительно описывают методы, но они предназначены для использования в ситуациях, где присутствует духовный наставник, и Беннетт ясно говорит об этом в своей знаменитой книге "Путь Пилигрима". В одной из своих статей^[4] Беннетт приводит несколько таких техник и добавляет: "Часто говорят о создании ментальных образов, как транзитивных /передаваемых/, так и нетранзитивных, но сама техника, очевидно, передается только личным контактом. Её невозможно адекватно описать словами, быть может, потому, что передача /трансмиссия/ требует некоей телепатической коммуникации между учителем и учеником. То же самое применимо и к медитации..."

Может возникнуть вопрос, почему, зная это, Беннетт все же предпринял попытку написания этой своей книги. Во-первых, он не принадлежал к типу людей, отказывающихся от своих попыток только потому, что кто-то сказал о невозможности. Он привык проверять вещи сам. И поэтому он начал книгу, в предположении, что в данное время и данном месте это возможно для него. Он обладал особым даром коммуникатора и, без сомнения, верил также в то, что получит специальную помощь, если это та работа, которую он призван своим Провидением завершить. Из вышеприведенной цитаты следует также, что к следующему году Беннетт осознал, что задача оказалась невыполнимой. Единственная уцелевшая машинописная копия "Трансформации" содержит много ссылок на последующие главы, которые никогда не были написаны, а именно в этих главах предполагалось дать объяснения техник трансформации. В другом месте он поясняет, что участие учителя в передаче таких духовных упражнений группе - нечто более, чем просто устная передача^[5].

Теперь читатель вправе задать вопрос: если книга не завершена и не достигла своей главной цели, ради которой она писалась, - почему она вообще опубликована? Ответом на это будет, что даже в своей незавершенной форме книга содержит много свежего и оригинального материала. Можно с уверенностью сказать, что в книге много озарений /инсайтов/, проясняющих отдельные идеи по-новому, а также новых идей и фактов, насущно важных для тех, кто хочет найти и понять свою собственную трансформацию.

Некоторые реминисценции дают почти физиологическое ощущение фактуальной правды, которую автор, возможно, даже акцентировал в процессе последующего редактирования. Поэтому, даже в незавершенном виде, книга достигла своей цели - пусть даже наименьшей из своих целей.

И, наконец, от книги Беннетта исходит какая-то особая мощь. С первых же строк книги с оптимизмом и вкусом звучит слово "идти" /путь/, внушая высокие надежды и большие возможности, которых можно достичь благодаря этому пути. Можно себе представить ту свободу, которую, должно быть, чувствовал автор, приступив к этой книге после стольких лет мучительно трудного написания "Драматической Вселенной", которую только что завершил. Большая часть книги написана в простом, почти разговорном тоне, вызывающем желание читать её вслух - это и стало традицией в 1976 году в летней школе в Шерборне, когда чтения рукописи продолжались примерно, час каждый день. Воздействие этих чтений было значительным и, по мнению посещавших эту школу, это была важная работа, достойная публикации.

В последние годы своей жизни Беннетт начал осуществление "Плана Пяти Лет" - ежегодные курсы в Шерборне, предназначенные главным образом для тренированных людей, способным подвергнуться техникам трансформации. Позднее работа была продолжена в Клеймаунт Корт (США).

Книге предпослано замечательное предисловие автора для всех тех, кто, чувствуя потребность во внутренней трансформации, хотят приобрести некоторые понятия о ней, прежде чем углубиться в нее самостоятельно.

Поскольку машинописная копия была единственным черновым вариантом, то для исправления машинописных опечаток, исключения неудачных выражений. и т.п. потребовалось определенное редактирование. Были изменены некоторые названия глав и подглав, перегруппированы два параграфа. Текстуальные изменения вносились согласно принципу прояснения авторского намерения, где это возможно.

Ссылки на главы, которые не были никогда написаны, или полностью устранены или замещены сносками на соответствующий материал в других опубликованных работах автора. Где это было возможно и казалось даже необходимым, цитаты проверялись и корректировались, а при использовании сносок и курсива была введена некоторая попытка стандартизации.

ПРИМЕЧАНИЕ ДЛЯ ЧИТАТЕЛЯ

Хотя описание упражнений, требующих присутствия учителя, в книге опущены, время от времени даются определенные рекомендации для выполнения некоторых экспериментов. Вы очень выиграете, если попытаетесь их выполнить: лучше при этом получить "ничто", чем простое чтение книги.

Ошибочно делать какие-либо утверждения, которые вытекают как факты из книги подобного рода, не предприняв по крайней мере каких-нибудь попыток их критического рассмотрения. Иногда можно сконструировать для себя полезные упражнения, задав себе вопрос: как можно проверить это утверждение?

Так же важно во многих частях текста не только попытаться ассимилировать то, о чем говорится, но сделать попытку установить, каковы ваши собственные идеи и на чем они базируются.

Не слишком спешите дойти до конца книги. Помните, что она содержит квинтэссенцию почти 50 лет опыта жизни - опыта, который постоянно варьировался. Это необходимо иметь в виду в течение всего чтения книги.

-

ПРЕДИСЛОВИЕ

Дж.Г.Б. ^[6]: Есть некоторые вещи, которые вы, 'Бабаи, способны увидеть вашим ведением, но о которых вы не можете сказать. Даже если бы вы захотели, вы не могли бы их нам рассказать.

Ш.Б.: Я не могу. Словами этого не достичь. Этого словами не достичь.

Дж.Г.Б. : Следовательно, если мы хотим узнать, что знаете вы, нам придется пройти тем же путем, которым прошли вы.

Ш.Б.: Только опыт может научить вас - опыт выше объяснения.

("Долгое паломничество")

Это книга о трансформации, то есть о процессе, которым человек может пройти за пределы своей собственной природы и стать "новым человеком". Я буду предполагать - не делая никакой попытки представить доказательства, оправдывающие это предположение, - что все мы ощущаем потребность в поиске трансформации и что именно эта потребность отличает человека от животных. Многие описания изменений, вызываемых в человеке трансформацией, уже написаны в религиозных и нерелигиозных терминах. Я не буду забегать вперед, даже если конец действительно существует, поскольку полагаю, что по самой своей природе трансформация, раз начавшись, будет бесконечной.

Цель этой книги - описать различные пути, которые я сам пытался пройти в течение 50 лет моих собственных поисков. Я не стремлюсь заявить, что даю исчерпывающее руководство или метод, поскольку есть многие вещи, о которых я слышал, но сам их не испытывал, и, без сомнения, есть много такого, в чем я просто несведущ.

И все же мне исключительно повезло, что я встретил нескольких людей, мужчин и женщин, чьи жизни являются свидетельством их трансформации, и многие из техник, которые я здесь описываю, я узнал от них. Я надеюсь, что сумею избежать теоретических описаний, сославшись на мои более ранние книги. Моей целью является поделиться с другими моим собственным опытом - тем, что помогло мне на разных стадиях моей жизни; но должен предостеречь читателя, который захочет воспользоваться некоторыми из описанных мною методов, что то, что хорошо работает для одного человека, может не подойти другому. Другим предостережением может быть совет не пользоваться некоторыми методами без контроля специалиста / эксперта/. Наконец, я хочу подчеркнуть, что ничто не может быть так превратно понято в моем опыте как описание внутренних или психологических процессов.

Возможно, все эти предостережения и оговорки вызовут подозрение, что я сам мало доверяю тому, что даваемые мной описания окажутся полезными. Могу только сказать, что много раз в своей жизни я был бы очень благодарен возможности иметь подобную книгу. Насколько я знаю, на сегодня вообще не существует книг, рассматривавших предмет трансформации. Есть множество книг, дающих практические советы для усовершенствования той или иной стороны нашей природы, но это не то же, что трансформация, которая должна быть применима к человеку в целом. Действительно, человек такое сложное существо и все его части настоятельно взаимозависимы, что нельзя изменить одну часть, не оказав влияния на все остальные. Это одна из причин того, почему самонаправленная, трансформация часто связана с большими трудностями. Нам следует быть готовым изучать самих себя на протяжении всей нашей жизни. И часто нелегко сделать что-либо большее, чем просто прикоснуться к поверхности навсего собственного невежества,

Некоторые люди более остро осознают необходимость трансформации, чем другие, и они в конце концов находят и учение и метод, в котором они нуждаются. Для таких людей «та книга может быть полезной как описание жизни, проведенной в поисках и экспериментировании. Она может помочь им распознать характер методов, о которых они только слышали. Другие хорошо осведомлены о том, что они нуждаются в некоторой форме дисциплины и некотором методе или технике самоусовершенствования. И все-таки они, возможно, не способны принять безоговорочно условия какой-нибудь организации, школы или церкви, с которой они встретились. Такие люди подвержены соблазну попытаться пройти путь в одиночестве. Им я могу только повторить совет, данный Шиванпури Бабой, великим мудрецом, которого мне посчастливилось встретить в Гималаях, незадолго до его смерти, в 1963 году: "Человек должен изучить самого себя, и он должен знать себя достаточно хорошо, чтобы решить, имеет ли он достаточно сил, мужества и упорства, чтобы положиться только на самого себя. Если он имеет /эти качества/, он может обойтись без учителя и, независимо от того, какой цены это будет стоить ему, преуспеть в поисках Истины, или конечной Реальности. Очень-очень немногие души могут сделать это. Будда, Рамана Махариси, возможно, имели то единство цели, которого требует поиск в одиночку. Те, у кого это качество отсутствует, должны искать себе учителя и поместить себя под его руководство. Если они не могут сделать даже этого, им лучше отдаться религии".

Я надеюсь, что никто не станет рассматривать методы и техники как замену прямого руководства и обучения. Существуют люди, знающие, что они не способны пожертвовать всем, чтобы достичь трансформации, и они достаточно разумны, чтобы знать, что им лучше не входить в глубокие воды без руководителя, и все же чувствуют потребность в техниках для преодоления дефектов или тяжелых моментов в их жизни. Я рад думать, что такие люди смогут извлечь пользу из этих страниц, но они не должны возлагать на меня ответственность в случае, если они решат воспользоваться методом без совета опытного человека, который может судить о пригодности его для их нужд и откорректировать любые возникающие ошибки в процессе пользования этим методом.

Существуют некоторые упражнения, которые могут быть использованы с целью получения быстрых и поразительных результатов и которые при этом безвредны. Я опускал упражнения, в которых есть опасность впасть в самообман. Может показаться, что человек делает большие успехи, поскольку у него появился поразительный психический опыт и ему может показаться, что он развил в себе психические способности, в то время как на деде он, возможно, черпает из резервов энергии, аккумулированной за долгие годы усилий,

казавшихся ему пустыми. Я много раз наблюдал, что это может привести к очень печальным последствиям и даже к трудноисправимым нарушениям психики.

Эти слова предостережения применимы всего лишь к небольшой части процесса трансформации. Большой частью описываемых техник можно пользоваться, не опасаясь вреда, и они действительно благотворны для тех, кто не ставит себе высокие цели трансформации, но чувствует потребность в практиковании некоторой формы самодисциплины.

За несколькими исключениями, описываемые техники демонстрировались мне учителями, специализировавшимися в различных методах, и я опробовал и испытал их в собственном опыте. В некоторых случаях я был способен изучить только начальные стадии какого-либо метода, поскольку для дальнейшего продвижения мне потребовалось бы верить какому-нибудь конкретному учителю или, по меньшей мере, поселиться надолго время в чужой стране, отказавшись от семьи и других личных обязанностей. Одним из учителей, которому я следовал - насколько это было в моих способностях и в той степени, как он это позволял мне, - был в течение долгого времени Георгиос Георгиадес, более известный как "мистер Гурджиев" или, как называли его члены собственной семьи - Георгий Иванович.

Впервые я встретил Гурджиева в Турции в 1920 году, в последний раз я видел его за пять дней до его смерти, последовавшей 29 октября 1949 года. Его "Система гармоничного развития человека" является величайшим достижением, и любой, кто серьезно следовал ей, не может усомниться ни в её основных принципах, ни в ценности описываемых им техник. Система обладает, однако, двумя дефектами, один из которых обусловлен случайностью, а другой, я полагаю, существует. Первый - зависимость от учителя с требуемым опытом и личными качествами. Такие учителя предполагают долгое время обучения у них, и они часто не хотят принимать на себя связанную с этим ответственность. Уже прошло более 50 лет с тех пор, как Гурджиев впервые основал в Москве свой Институт гармонического развития человека, и в течение этого времени появилось лишь небольшое число компетентных учителей его метода. Второй дефект не так легко сформулировать. В обычном смысле можно сказать, что эффективность Гурджиевского метода зависит от его личного присутствия, так что когда он умер, движущая сила покинула его метод. Вероятно, ближе к истине сказать, что этот метод зависит от передачи конкретной индивидуальной энергии, или субстанции, которой Гурджиев обладал в ограниченном количестве, в то время как она /энергия/ может черпаться из неиссякаемого источника. Мне еще придется много говорить об этой субстанции, реальность которой не подлежит никакому сомнению. И которую можно сравнить с водой. Эту воду можно добывать из реки ведрами и кропотливо переносить к растениям, нюхающим в поливе. Ту же самую воду можно получить усилием, сделанным раз и навсегда, соорудив ирригационную систему. Вода может прийти также в форме дождя или росы. Без неё растения не могут жить. В соответствии с традиционными верованиями, без такой субстанции внутренняя жизнь и трансформация человека могут завянуть и даже погибнуть. Возможно, было бы намного легче написать эту книгу, чтобы она могла быть серьезно принята психологами и социологами, если бы не было необходимости ссылаться на эту "субстанцию" - или, говоря более точно, на эти субстанции, роль которых так жизненно важна в процессе трансформации. Я убежден, что именно они являются ключом к пониманию процесса, и описание техник без ссылки на них можно уподобить описанию мотора без объяснения, что ему нужно топливо для работы.

Это приводит меня к необходимости упомянуть о Субуде, базирующемся на технике, известной как **латихан**. действие которой продуцируется тем, что называется "великой жизненной силой". Поскольку я написал несколько книг о Субуде^[71], я не буду описывать здесь детали, но должен привести некоторые выводы, к которым я пришел после десятилетнего опыта их применения. По некоторой неясной причине Бапак Мухаммед Субух - основатель Субуда /в возрастающей степени/ отказывался от роли знания в использовании латихана и настаивал на том, что латихан обусловлен прямым вмешательством Божественной Воли. Для тех, кто может довериться этому утверждению, эффект очевиден и мощен. Однако такая вера не является необходимостью, и многие верялись латихану, несмотря на неверие в любой тип сверхъестественной силы.

Без сомнения, многие люди - возможно, несколько сотен, рассыпанных по 30 различным странам - действительно получили реальную пользу от "латихана" Субуда и продолжают практиковать его. Столь же бесспорно и то, что были и разрушительные результаты опытов, приводившие к ментальным заболеваниям и даже самоубийствам. Еще большие случаи, когда вслед за первоначальным расположением наступали периоды длительного бездействия и метод окончательно забрасывался. Я один из тех, кто может сказать с полной ответственностью, что извлек большую пользу из занятий латиханом в течение почти трех лет, после чего стало очевидно, по крайней мере для меня лично, что латихан не является завершённой и сбалансированной техникой. Кроме того, я убедился, что производимое им действие обуславливалось специфической "психической энергией", которая может передаваться от человека к человеку и вовсе не обязательно объясняется сверхъестественным воздействием и еще меньше - прямым вмешательством Божественной Воли, как это заявлял Субух.

Помимо благотворных личных результатов, которые описаны мною в других книгах, я обязан латихану конкретным убеждением, что существуют "энергии", которые могут передаваться от человека к человеку, и что эти энергии играют жизненно важную роль в любом процессе трансформации. Я имел с ними дело в

многообразии их форм и буду ссылаться на них много раз в этой книге. Я попытался^[8] сконструировать теорию природы и действия аткх анергий, основные идеи которой были выведены мной из учения Гурджиева, а также из суфизма Центральной Азии. Отмечу следующие основные моменты. Эти энергии действительно существуют и оказывают воздействие в этом мире. Эти энергии - не сверхъестественные, но естественные. Кроме того, они различных типов и могут смешиваться и концентрироваться, а могут также переноситься и рассеиваться.

Недостатком Субуда, как мне кажется, является то, что он базируется на предположении, что действие латяхана должно быть обязательно благотворным, поскольку он является прямой операцией Воли Всемогущего Бога. Этому предположению противоречат бесчисленные факты; кроме того, оно противоречит всем традиционным учениям, которые согласны в том, что только совершенный человек может оказывать под прямым воздействием Божественной Воли.

Понятие "Великая Жизненная Сила" (в Индонезии - *Daja Hidup* ...) происходит, вероятно от слова "Мана", или верования в Великий Дух народов Дальнего Востока. Китайская традиция Тао происходит из того же источника. Подобные понятия о силах природе, рассматриваемые обычно как примитивные, вероятно, имеют под собой прочную основу.

Когда я впервые услышал о Субуде и спросил тогдашнего индонезийского посла в Лондоне о его смысле, он заверил меня, что на Яве существует много "создателей чудес", подобных Субуху, и что народ их очень почитает. Я сомневаюсь, существуют ли другие люди, обладавшие такой же верой в Божественное руководство и чувством универсальной миссии, обретенной благодаря Субуду, распространившемуся по всему миру за короткий период в десять лет, и, что гораздо более важно - привлеченному к себе многих искренних и самоотверженных последователей.

Я был бы рад сохранить связь с движением, богатство которого заслуживает распространения. Главной причиной, почему я не стал последователем Субуда, было просто то, что я не мог согласиться с некоторыми жизненно важными утверждениями Пака Субуха - в частности, с заявлением о том, что практикование латяхана без попыток понять суть его воздействия - достаточно для достижения человеческого совершенства. В одно время я был готов поверить в истинность этого, но, как сказано в послании предложении моей книги "О Субуде", справедливость такого утверждения может быть проверена только результатами. А мои результаты в течение десяти лет не подтвердили этого. Было бы замечательно, если бы латяхан Субуда можно было широко использовать как средство раскрытия каналов, соединяющих сознательную и надсознательную части человеческой природы, и при этом не возникало бы требование о принадлежности к Братству Субуда.

Понятие "непринадлежность" поднимает важный вопрос. Все интересующиеся трансформацией, знают о замечательных достижениях Кришнамурти, который в течение 40 лет исходил землю вдоль и поперек, провозглашая, что самореализация (то, что я называю трансформацией) возможна без необходимости принадлежать к какой-либо организации и без необходимости иметь учителя или учение. Примерно в 1932 году Кришнамурти неоднократно встречался с П.Д.Успенским, чьи занятия я тогда посещал. И Успенский не раз говорил мне, что он никогда не встречал такого искренне настроенного и упорного вопрошателя. Он предложил нам ответить на вопрос Кришины: "Зачем школа? Зачем Учитель?" Собственным ответом Успенского было, что без знания мы беспомощны, а знания можно приобрести только от того, кто знает. Теперь мне кажется, что ответ Шиванури Баба более решителен: "Если вы находите в себе достаточно решимости отложить в сторону всё, за исключением поиска Истины, тогда идите в одиночку; если нет - вы должны искать Учителя". Однажды я высказал почти такую же точку зрения Кришнамурти в разговоре, состоявшемся почти 20 лет тому назад: "Вы не отдаете себе достаточно отчета в том очевидном факте, что вы никогда не были обычным человеком. То, что возможно для вас, просто невозможно для других". Но он не воспринял эту мою мысль и настаивал на том, что каждый способен предпринять попытку: "Некоторые пойдут медленнее, чем другие, поскольку они нерешительны, но все могут это делать, если они только захотят пойти правильным путем".

Как и многим, мне казалось, что Кришнамурти удивительный учитель, который отбрасывает ярлык учителя, и, обладая превосходной техникой, отказывается называть ее техникой. Он проделал колоссальную работу, пробудив тысячи людей от оцепенения современной жизни.

Упомянув П.Д.Успенского, я должен сказать несколько более об этом замечательном человеке. Ему удалось убедить меня и сотни других, что благодаря самонаблюдению и работе над собой возможно пробудиться, а пробудившись - осознать и понять истинную ситуацию человека. Хотя на него обычно ссылаются как на ученика Гурджиева, пусть даже как на главного ученика, фактически он был оригинальным мыслителем, чьи личные убеждения радикально отличались от гурджиевского учения, из которого он отобрал только те элементы, которые совпадали с его собственными убеждениями. Эти убеждения в основном пессимистичны. Наша жизнь есть тюрьма, в которую человек обязан возвращаться снова и снова - не путем перевоплощения, но повторением той же самой жизни, и так до тех пор, пока он не сможет достичь освобождения. Он был почти подавлен ужасом существования. В раннем возрасте он предпринял попытку

самоубийства. Этот эпизод ярко отображен в его автобиографическом романе "Странная жизнь Ивана Осокина".

Успенский был удивительным истолкователем гурджиевских идей, а также собственных взглядов, когда его удавалось навести на эту тему. Он был глубоко религиозным человеком, находившимся в глубоком бунте против религии, поскольку он нашел её лишь в юности и в последующих поисках. Всякий раз, когда мы упоминали имя Бога на его занятиях, а также его понятие Абсолюта, оказывалось, что эти понятия бесконечно далеки от человека и этим объясняется безбожественность мира. Возможно, он одобрил бы теорию современных теологов о смерти Бога, и он, конечно, одобрял Ницше, чью схему вечного возвращения он разработал по-своему.

Успенский безоговорочно верил в реальность ментальных субстанций, или энергий, и описал опыты оперирования с ними в своих коммуникациях с Гурджиевым. Но его методом было постепенное приближение к достижениям, не форсируя их, - так что ученики боялись упоминать опыты, которые подтверждали работу особых анергий, хорошо зная, что он обрушит на них примерно тонну холодных кирпичей.

Различие между его отношением к простой религии и отношением к ней Гурджиева поражает, если сравни» две их книги о "Системе": его собственную "В поисках чудесного" и Гурджиева "Все и вся". В то время как Гурджиев говорит о "бесконечном милосердии нашего Творца" как непосредственно занятого судьбой человечества, Успенский утверждает, что Абсолют может знать о существовании всего человечества не более, чем люди могут знать о существовании какого-нибудь одного атома или электрона.

Негативное отношение Успенского к религии оказало глубочайшее воздействие на меня, и я восстановил свою религиозную веру, только когда вернулся к Гурджиеву в 1946 году. Теперь я вижу, какое большое значение это имело для меня. Я упоминаю об этом здесь, чтобы продемонстрировать трудность, с которой сталкивается любой неопытный и наивный искатель, когда он встречается с человеком, далеко превосходящим его по знаниям и способностям. Там, где учитель не требует веры, но, напротив, требует, чтобы его ученики не принимали ничего, не проверив этого на своем собственном опыте, искушение принять то, к чему приходит человек в результате такой собственной проверки, за окончательную истину, очень велико.

Успенскому я обязан своим неизменным убеждением, оставшимся у меня и сегодня, что для того, чтобы приобрести какую-нибудь ценность, нужно быть готовым заплатить за это; хотя мое представление о том, что именно означает плата, существенно изменилось. У меня было неправильное понятие о том, что подразумевается под термином "сверхусилие". Собственный пример Успенского - о преодолении 20-мильного пути в снежный буран - вызывал в моем воображении картину о героическом действии, заставляющем человека достичь предела своей выносливости. Эта картина возникла на подготовленном холсте, поскольку я был воспитан моей матерью в убеждении, что самоотрицание и подвижничество ценны сами по себе. Нужно всегда остерегаться того, чтобы рассматривать какое-то конкретное учение как пригодное для тебя только потому, что в детстве ты привык думать созвучным образом. Я безмерно благодарен своей матери, что она собственным примером и своими наставлениями зафиксировала во мне мысль, что лень разрушает нас, и что терпимость - одна из лучших наших добродетелей. Эта благодарность намного перевешивает связанный с этим вред от того, что мне пришлось в течение 60 лет пребывать в иллюзии, что неприятное для нас лучше, чем приятное.

Трансформация человека - не что-то отдельное от его "формации". Формирующие годы юности оказывают почти решающее влияние на остальную жизнь. Можно также сказать, что наша "формация", то есть тренировка наших волевых способностей, должна продолжаться на всем пути "трансформации", то есть развития тех способностей, которые скрыты от нашего обычного взгляда.

Тут встает вопрос о двух типах "видения". Книги о скрытых способностях человека полны ссылок на "внутреннее видение", или "третий глаз". Мы привыкли к термину "второе зрение" и его латинской форме "ясновидение". Эти понятия относятся к реальной способности, которой обладают очень немногие - обычно даже не знающие, как и почему, - но которую большинство людей могут развить, если они узнают способ и захотят взять на себя все трудности, связанные с этим.

Здесь я должен сказать, что в течение долгого времени мне не удавалось правильно схватить значение "внутреннего видения", несмотря на то, что Гурджиев преподавал нам многие упражнения, помогающие его развитию. Только когда я отправился в Дамаск в 1962 году и встретился с Накибанди Шейх Эмин Чикху, для меня стала проявляться важность этого типа упражнения. Другие встречи с суфиями этого направления / Накибанди/ убедили меня в двух вещах: во-первых, они имеют способы развития этих способностей, во-вторых, некоторые из них обладают ими фактически. Мне самому показали некоторые простые техники, и они, в сочетании с тем, чему я научился у Гурджиева, убедили меня в том, что он, наверное, почерпнул многое из того же источника. И поэтому мне было особенно интересно услышать от Пак Субуха, что его собственный учитель - с которым он часто общался в возрасте 17 лет, до тех пор, пока не стан практиковать латихан в возрасте 24 лет - был главным шейхом Накибанди в районе Самаранга на Яве. Он отрицал тот факт, что он обязан чем-нибудь этому учителю, но очевидно, что используемый им язык и описание пути самосовершенствования и работы человека над собой заимствованы из Суфизма Накибанди. Представляется вероятным поэтому, что, не осознавая этого, он

черпает из этого источника, особенно в своей технике "тестирования", являющейся разновидностью общения посредством ясновидения.

Я упоминаю это для того, чтобы подчеркнуть важность форм восприятия, которые не зависят от пяти чувств или от мыслящего мозга. Много лет назад я услышал, что С.Джод, разносторонний философ, говорил о следующей ступени в эволюции человека, которая, как он считает, будет заключаться в приобретении способностей телепатии и ясновидения. Эти способности, говорит он, уже появляются спорадически необъяснимым образом у гораздо большего числа людей, чем это было несколько столетий назад. Он доказывал, что необычайная сложность человеческих обществ будущего приведет к полному разрыву коммуникации, если человек не приобретет такие новые способности. Мне всегда казалось, что такими способностями легко злоупотреблять и что это счастье, что в нашем обществе их нельзя приобрести так легко.

В этой связи я вспоминаю еще одного замечательного человека, у которого я почерпнул некоторые идеи и методы, описываемые в этой книге. В 1961 году я посетил в Гималаях Шивапури Баба в его лесном убежище в возрасте, по его собственному подсчету, 135 лет. Я посетил его и на следующий год - за 8 месяцев до его смерти. Я слышал о нем 30 лет назад и некоторые из моих друзей посещали его. Я не надеялся увидеть его лично, пока однажды вечером у меня не возникла безошибочная и все-таки необъяснимая связь, и я понял, что совершу это путешествие. Последовательность счастливо сцепленных обстоятельств сделала это возможным. Когда я увидел его и сказал, что я привел в ответ на его призыв, он отшел в сторону, сказав: "Это всего лишь телепатия, это не имеет значения... Ну, а теперь давай я тебе расскажу о Правильной Жизни". И без всякой паузы он приступил к изложению своего учения.

Правильная жизнь, или Свадхарма - это самый простой, какой можно только представить себе, способ жизни; но он также наиболее требовательный, когда поймешь, что под ним подразумевается. Все духовные пути приводят к выводу, что цели можно достичь, если только ты готов к этому и если ты способен сделать её главной и центральной целью своего существования, пожертвовав всем, что может встать у тебя на пути. Никто не выразил бескомпромиссный характер этого выбора с большей брутальной обнаженностью, чем Иисус, сказав: "Тот, кто любит отца или мать больше Меня, не достоин Меня..." Но даже слова, подобные этим, можно интерпретировать как отношение ума - решение, которое необходимо сделать, когда мы стоим перед выбором между Богом и Его творением. Другие области человеческой жизни не играют столь же существенной роли. Шивапури Баба настаивал на том, что выбор должен производиться **непрестанно** - в малых вещах не меньше, чем в больших, и что его следует осуществлять во всех трех частях нашей природы: в теле, душе и духе. Тем самым он говорил, что Правильная Жизнь заключается в трех дисциплинах: телесной, т.е. наружной; ментальной и моральной, духовной.. Духовная дисциплина заключается в посвящении себя медитации и поиску предельной Реальности.

После моего второго визита, по его собственному приглашению, я прочитал в Лондоне три лекции о его жизни и деятельности и пригласил лиц, заинтересовавшихся его доктриной Правильной Жизни, повидаться со мной. Несколько человек явилось. Я объяснил им доктрину по возможности словами Шивапури Баба, и никто из них больше не пришел! Вина была целиком моя, не их. Любой, кто когда-либо пообщался с Шивапури Баба, не мог отказаться от возможности услышать еще что-нибудь из его собственных уст. Его слова производили глубокое впечатление надежды и доверия в силу того, что слушатели ни на секунду не могли усомниться в том, что он сам прожил и продолжает жить тем способом, который он рекомендует. Когда он говорит вам: "Думайте только о Боге - уберите все другие мысли из вашего ума; я знаю, что это трудно, но возможно", - то самое значимое в его словах было то, что это **возможно**. Казалось, что в его присутствии исчезали все трудности и сомнения.

Никогда не следует недооценивать важность **даршана**: видимого присутствия очень высокого существа. Такие люди вездесущи. Большинству обычных людей недостает веры в самую возможность трансформации. Если они находятся в присутствии трансформированного человека, эта вера может хлынуть в них и твердо установить их на путь. Иногда это называется "обращением", и этот термин хорош, поскольку под ним подразумевается, что в жизни происходит радикальное изменение направления. Это изменение не всегда окончательно. Оно зависит от того, что конкретный человек делает в этом направлении. В настоящей книге будут описаны некоторые способы, которыми можно воспользоваться, чтобы направить процесс трансформации в желаемом направлении.

В данном предисловии я не упомянул о двух факторах, ставших для меня необычайно важными в последние годы. Первый - это вера в практика Римско-католической церкви. Второй фактор - действие и метод суфийской традиции, полученные от Khwajaqan, или Учителей Мудрости и проникшие из Центральной Азии на Запад через Саида Идриса Шаха.

Может показаться, что я впадаю в ошибку, заклеявленную Гурджиевым, хватая "кусочки здесь и кусочки там" и пытаясь "сделать свой шахер-махер". Я могу ответить только, что для меня лично всегда существовала целенаправленная связность во всем, что с для себя обнаружил за период почти в 50 лет. Я убежден, что кажущиеся расхождения и противоречия обусловлены просто неспособностью глубоко заглянуть в природу человека и его трансформацию. В бесчисленных группах и школах и традициях рассыпаны

колоссальные богатства истинных учений и разумных техник; это же относятся и к большим организованным институтам религии. Всё это богатство образует взаимосвязанное единое целое. Но эту "целостность" можно распознать, только если заглянуть за наружные формы.

Итак, мы снова возвращаемся к вопросу: "Каким образом мы можем узнать, во что верить и что для нас правильно? "

Можем ли мы выбрать наши собственные методы и воспользоваться ими, как это представляется нам, наилучшим образом, не рискуя впасть в страшную ошибку, от которой нас мог бы предостеречь опытный друг или учитель? Если нам нужен учитель, то каким образом мы можем найти и распознать его? Я попытаюсь дать на это ответ в первой главе. Но должен сказать, что на этом продолжительном пути есть одна гарантия и крепость - это наша собственная способность различения.

"Великие Учителя сказали, что успех приходит только к тем, кто работает. Помощь, которую может дать учитель, зависит от готовности ученика работать и подчиняться даваемым ему инструкциям. Без такой самоотверженной работы невозможно найти глубочайшего смысла. "

("Учителя Мудрости")

Глава I

ЧЕТЫРЕ ИСТОЧНИКА

Трансформация - это процесс, который начинается и продолжается по-разному. Существует четыре стороны процесса трансформации, каждая из которых вносит необходимый вклад в правильный баланс целого. Если пренебречь одной из них или преувеличить ее значение и положиться целиком на одну сторону /процесса трансформации/ за счет других, баланс процесса будет нарушен, и возникнут трудности; можно вообще потерять свой путь.

Трансформацию необходимо рассматривать как нечто происходящее здесь и теперь. Она зависит от того, что мы делаем, а это в свою очередь зависит от того, что движет нами и направляет нас. Каждая из четырех сторон, описание которых я собираюсь дать, входит в наш настоящий момент из какого-то источника, и по-этому глава носит название "Четыре Источника".

Эти источники следующие.

1. ОБУЧЕНИЕ

Нашим отправным пунктом будет то, что мы, люди, невежественны относительно самих себя; мы не знаем собственных возможностей, а также законов, управляющих процессом трансформации. От этого невежества необходимо излечиться. Мы должны приступить к поиску, мы должны учиться. Но прежде чем начать учиться, мы должны знать, как учиться. Мы должны желать учиться, не ожидая знаний без процесса обучения. Мы можем вообразить, что для нас нет ничего более важного, чем знать правду о самих себе и окружающем нас мире, но самим своим поведением мы все время можем демонстрировать, что просто закрываем наши умы и ставим преграды на пути знания всего того, что нам не подходит.

Даже если мы искренне хотим учиться, из этого не следует, что мы хотим, чтобы нас обучали. Существует предание об одном искателе знания, который просит суфийского учителя обучить его и слышит в ответ: "Если я соглашусь учить тебя, согласишься ли ты быть обучаемым?"

Какая-то часть обучения должна исходить от нас самих. Мы должны хотеть быть искренними в нашем наблюдении собственных внутренних состояний и скрытых импульсов, а также нашего внешнего поведения. Но даже если искреннее самонаблюдение должно направляться знанием того, что следует искать, каким образом можно проверить увиденное нами? Как мы должны учиться?

Обучение - бесконечный процесс, и едва ли вообще существует конечный пункт для Высшего Виденья, когда мы "узнаем уже узнанное". Высшее Виденье - лишь начало новой жизни, когда мы начинаем узнавать вещи, о которых ни на каком языке невозможно сказать вслух. Мое собственное убеждение заключается в том, что способность учиться - настолько ценное качество, что оно не может исчезнуть у совершенного человека. Способность учиться - это способность быть молодым, и всякий, кто сохраняет радость познания в её первоначальной свежести, останется "вечно молодым". Всё то, что препятствует этому и закрывает каналы, по которым может войти в нас новое знание, оставляет нас в тюрьме собственного невежества.

Невежественный человек подобен узнику, томящемуся в своей тесной камере, которая может стать его могилой только потому, что он не смог узнать, что дверь не заперта.

В идеальном случае мы должны учиться у кого-то, совершенного в мудрости и прошедшего тот путь, которым мы надеемся последовать. Вряд ли мы сможем найти такого учителя, пока остаемся в состоянии невежества - мы не можем распознать его без собственного опыта, на котором зиждятся наши суждения, многие допускают ошибку, требуя учителя, не будучи готовыми к процессу учения. Это так же странно, как если бы делавший первые шаги в математике стал требовать себе в учителя Эйнштейна или Ньютона.

В прежние времена, когда путешествия были затруднены, а книг было мало, искатель имел мало выбора. Ему приходилось либо забросить абсолютно всё и отправиться в паломничество к местам, где, по слухам, обитают учителя, или же обучаться тому, чему он мог, из всех доступных ему источников. В наши дни ситуация резко изменилась. Мне удалось посетить Шивапур Баба в Непале после перелета менее чем за 24 часа на Лондона. Пятьдесят лет тому назад то же самое путешествие заняло бы два месяца. Я получаю каждый день дюжины книг и брошюр об учителях и всех мировых учениях. Каждый может пойти в библиотеку и спросить книгу по мистицизму, йоге, суфизму, дэну и различным техникам самореализации, каждая из которых обычно претендует на уникальную авторитетность и эффективность. Во всех крупнейших городах мира афишируются лекции по этим предметам. Что выбрать искателю? На кого ему положиться? - попыткой ответить на этот вопрос и является данная глава.

Совершенно ясно, что учиться можно у того, кто знает. Не трудно решить, знает ли тот, кого мы просим обучать нас - по меньшей мере кое-то из того, чему мы хотим научиться. Чтение книг полезно для начала, но, как я уже предостерегал читателя, в письменных источниках техникам можно обучиться лишь в очень ограниченной мере. Мы можем изучать по книгам теорию трансформации, но главная их ценность заключается в том, что они помогают нам решить, является ли трансформация возможной или невозможной; есть ли она просто фантазия, а если не фантазия, то не является ли она настолько редкой для того, чтобы я или вы могли иметь реальную возможность когда-либо достичь её.

Книги могут помочь нам также распознать характер различных духовных путей. Есть пути признанно религиозные, есть также такие, которые невозможно отнести ни к какой конкретной вере. На некоторых путях не исповедуют никакой веры вообще. Есть люди набожные, и некоторым из них требуется личная преданность собственному учителю. Искатель должен быть способен ответить самому себе на вопрос: может ли он посвятить себя с любовью служению какому-то конкретному лицу. Если он не может, то не пройдет далеко по религиозному пути. Другие пути требуют какой-нибудь особой формы аскетизма - например, воздержания от животной пищи или от сексуальных отношений; или же долгий пост. И опять искатель должен быть способен взвесить не только собственные силы, но и свои ментальные возможности. Мало пользы вступить на тропу аскетизма, не получив на это собственного ментального согласия. Это относится не ко всем подходам, но только к тем, где определенное действие может быть понято и опробовано. Те, кто вовлечен на религиозный путь, однако, принимают то, что они не всегда способны понять, и подчиняются приказам, против которых возмущается их разум. Другими словами, ментальное согласие нельзя рассматривать как общее правило для распознавания правильности метода; справедливо и обратное: мы можем быть совершенно убеждены ментально в правильности и возможности для нас определенного направления, и только позднее открыть, что мы ушли в сторону.

Если полагаться на советы других, то можно установить, что-то, что подходит к их нуждам, может быть неправильным для нас. Если же мы будем игнорировать опыт других, то возникает опасность выбора того, что импонирует нашему воображению или даже тщеславию и самолюбию. Если мы решим следовать за массами и использовать только те методы, которые нам рекомендуют официальные "эксперты", то масштаб нашего видения будет плачевно сужен. Психологи и педагоги озабочены исправлением дефектов и созданием "нормальных" людей. Это замечательно - но часто оказывается, что путь к достижению истинной нормальности состоит в том, чтобы поставить некую цель выше "обычной нормальности".

Эта книга написана для тех, кто хочет исследовать возможности трансформации, и кто уже испробовал тот или иной метод и остался неудовлетворенным. Я из всех сил попытался быть беспристрастным - главным образом потому, что беспристрастность хороша сама по себе и, практикуя её, я могу надеяться улучшить свою способность различения, которая, как я писал уже в предисловии, на длительном пути трансформации является единственным средством, с помощью которого можно отличить правильное от неправильного.

Изучение жизни мужчин и женщин, имевших репутацию святых или мудрецов, изучение книг мудрости и сборников мудрых советов - всё это помогает развить в себе различение - при условии, что их читают именно с этой целью в уме. И даже более полезным является поиск мудрых и опытных людей, следует использовать любой способ и ухищрение, чтобы привлечь их к себе и извлечь пользу из того, что они могут вам сказать. Помимо таких очевидных шагов, человеку нужно культивировать различение, выработав привычку взвешивать суждения о новых идеях и людях, которых мы встречаем. И все-таки не следует колебаться, когда мы достаточно убедились для решительного выбора: искать или не искать более глубокого контакта с ними. Мы должны изучать хорошие традиции и обычаи, которым веками следовали различные люди и культуры, и

попытаться понять их истинную цель. Такие советы могут показаться очевидными и даже тривиальными, но в том-то я суть, чтобы **применять их на практике**. Пусть читатель спросит себя, делает ли он что-либо практически для усовершенствования своего различения и суждения? Он может установить, что он делает всё от него зависящее, чтобы рассматривать каждую важную ситуацию и принимать правильное решение; но, возможно, ему не приходило в голову, что "всё от него зависящее" может быть улучшено.

Я предлагаю здесь несколько правил, которые считаю полезными для определения "правильного учения":

1. Спросите себя, можно ли проверить то, что вам говорят, или то, что вы прочитали, - ну и как теперь? Проверь, прежде чем принять.
2. Если ты не располагаешь средствами проверки, то не отбрасывай сразу то, что тебе сказано, не спросив сначала себя, действительно ли для тебя имеет такое большое значение, правда это или ложь?
3. Если же это имеет для тебя действительно большое значение, проверь источник, откуда исходит знание, я спроси себя, готов ли ты верить ему, пока тебе под руку не подвернется какое-нибудь средство проверки.
4. Никогда не воспринимай всё, что ты узнал, как предел; будь готов к повторному взгляду на него.
5. Полезна перекрестная проверка. Нам внушает доверие, если мы установим, что два знания взаимно друг друга дополняют и имеют тенденцию подтверждать одно другое.
6. Но помни, что перекрестную проверку можно осуществить в отношении пунктов, выраженных на том же языке /как средства коммуникации в едином контексте/. Мы лишь ввергнем себя в путаницу, попытавшись сравнить одно учение с другим, не будучи твердо уверенными в том, что понимаем, о чем они оба пытаются сказать нам.
7. Осуществляй практическую работу беспристрастно. Не позволяй своим "нравится-не нравится" оказывать влияние на твоё суждение.
8. Тем не менее, ты должен не пренебрегать своими "инстинктивными реакциями". Часто они пронизательней твоих мыслей.
9. Учить "что" и учить "как" - разные вещи, и все же их никогда нельзя разделять. Мы не можем сказать, что фактически знаем что-то, если мы не знаем, как использовать это знание. Знание "как" - знание, как пройти через движение, жест - не уведет нас далеко, если только мы не знаем, "что" мы делаем. Другими словами, различие между теоретическим и практическим знанием - это лишь дело удобства. Для получения положительных результатов необходимо всегда соединять /и смешивать/ эти два аспекта.
10. Помни, что все частичное знание случайно, ненадежно. Всегда пытайся видеть целое, к которому относится какой-то фрагмент знания. Даже если ты не можешь преуспеть в представлении этого целого, лучше сделать попытку, чем оставаться с изолированным фрагментом.
11. Все больше и больше расширяй свой ум.
12. Знание, которым ты делишься с другими, лучше понято, чем знание, которое ты держишь взаперти. Лучшее всего мы учимся, обучая, - при условии, что мы никогда не забываем наше собственное невежество и всегда помним, что учение-обучение - двусторонний процесс, в котором учитель получает столько же, сколько и ученик.

В последних главах я буду рассматривать различные вещи, которые мы должны изучить, и покажу, как мы их должны изучать. Учение - это средство увязать, прежде всего, нас с самим собой (самопознание), а также с тем, что не является нами (объективное знание). Знание вносит порядок и чувство направления в нашей жизни, но само по себе оно нас не трансформирует. Для этого мы должны приступить к изучению второго Источника.

2. БОРЬБА

Мы хотим измениться и трансформироваться, насколько это в наших возможностях, сделать нашу жизнь полной и полезной, чтобы найти и распознать собственную судьбу (как предназначение). Все мы обладаем подобными желаниями; они в нас есть, потому что существует **Идеал**. Все религии, все учения согласны между собой в том, что существует Идеал Совершенного Человека. Это совершенство не есть плод нашей собственной фантазии - тяготение к нему есть часть нашей собственной природы. Дети ищут его в своих родителях. Когда они подрастают, идеал становится универсальным и объективным. Даже если человек отвергает религию и отказывается ассоциировать Идеального Человека с Богом, идеал все равно остается: мы не можем жить без него. Самый искаженный и безобразный идеал все равно остается для человека Идеалом - объектом его желаний; и он должен стремиться достичь его, хочет он этого или нет.

У нас есть другие желания, не связанные с идеалом. Даже если мы стремимся к своему идеалу, мы постоянно отвлекаемся от него в нашем теле, чувствах и уме. В нас не существует стабильной целостности, которая могла бы во всех состояниях и условиях желать одной и той же вещи. Нам всем очевидно, что все наши **желания** конфликтуют между собой. Обычно мы плывем от одного желания к другому, в зависимости от того, что случайно привлекает наше внимание в данный момент, или в зависимости от привычек поведения, которые мы сформировали.

Пока жизнь развивается таким путем, различные импульсы нейтрализуют один другой, и мы никуда не приходим, - скорее всего, мы бессознательно дрейфуем в сторону постепенного ослабления всех желаний, что есть признак старения. Когда угасают все **желания**, мы дрейфуем к смерти... Это следует понять каждому, и вероятно, что так оно и есть; но, не зная, что с этим поделать, большинство людей закрывают глаза на эту ситуацию и извиняют себя, проклиная свои "ужасные обстоятельства".

И все же то, что требуется, реально очень просто. Необходимо **организовать борьбу желаний и импульсов**. Мы обладаем некоторой способностью выбора: возможно, не такой свободной, как вам часто представляется, но все же достаточной для организации "борьбы между да и нет".

Например, каждый может обнаружить в себе внутреннюю склонность ума и внешние привычки поведения, которые противоречат их собственному Идеалу. Он может спросить себя, хочет ли он сохранить или освободиться от того или другого. Из такого самовопрошания может прийти решение бороться с определенной склонностью или привычкой, которую человек изучил в себе. Следующий пример иллюстрирует, что имеется в виду под борьбой.

Борьба возможна, поскольку мы, люди, не являемся каким-то неделимым целым. Одна часть в нас может бороться с другой, но только при условии осознания **внутреннего разделения**. Опытным путем это легче всего проверить в отношении наших тел. Мы обычно говорим "я устал", в то время как правильнее было бы сказать "мое тело устало". Возможно, "я" вовсе не устало; а если это так, то "я" отделено от "моего тела". Я могу сказать моему телу: "Ты, возможно, устало, но я хочу, чтобы ты сделало то-то и то-то..." Может последовать борьба, и в результате этой борьбы мое тело, возможно, подчинится мне". Подобного типа ситуации могут возникать в самых различных формах. Все вместе они образуют второй большой источник, с которого начинается движение процесса трансформации.

Борьба с самим собой может быть названа также самодисциплиной или "работой над собой". Её можно применить к телу, чувствам и уму - или ко всем трем сразу. Такая борьба может происходить на различных уровнях понимания и с различной интенсивностью. В данный момент я хочу акцентировать внимание на основном принципе: борьба зависит от нашего осознания /внутреннего/ разделения наших "да" и "нет". Только когда мы сознаем это разделение, мы можем совершить акт выбора между ними.

Здесь полезно заметить, что выбор должен быть специфическим и абсолютным: "либо это действие, либо то". Компромисса быть не может. Доктрину "бескомпромиссности" легко понять неправильно. Часто считают, что эта доктрина всеобъемлюща и применима к любой жизни - это справедливо только в отношении тех, кто достиг такой степени трансформации, что разделение между высшим желанием совершенного **Идеала** и всеми другими желаниями отчетливо и безошибочно во всех ситуациях. Только такие люди способны к совершенному акту выбора. Для обычных людей за пределами сиюминутной ситуации, в пределах которой они схватывает конфликт собственных желаний, не может быть речи о тотальном решении. Я называю эту сиюминутную ситуацию **Настоящим Моментом**. Чаще всего наш настоящий момент настолько сужен, сжат, что нет места для разделения, и наше "я" - **потеряно**, то есть наша воля полностью захвачена доминирующим импульсом момента. В таком состоянии любой выбор иллюзорен - это называется **отождествлением** или **привязанностью**.

В состоянии отождествления мы не можем бороться, поскольку не с кем бороться. Для того чтобы бороться, нечто в нас должно породить состояние разделения. Любой шок может вызвать это. Если это физический шок, мы называем его "замечанием" чего-то, если ментальный - "пробуждением внимания", если моральный шок - "угрызениями совести".

Очевидно, что не все виды борьбы ведутся ради трансформации. Всякий раз, когда мы имеем перед собой **цель**, которую хотим достичь, и обнаруживаем, что мы не делаем того, что требуется, мы делаем "усилие". Это усилие - борьба с некоторой слабой или бунтующей частью нашей природы. Иногда мы боремся для достижения недостойных или бесполезных целей.

Сама по себе борьба ни хороша и ни плоха, но она обязательно производит результат. Благодаря борьбе мы становимся сильнее; прекратив бороться, мы становимся слабее. Если мы сможем побороть одно желание, нам будет легче побороть другое желание.

Иногда люди становятся на путь трансформации без всякого представления о том, что она представляет собой - просто потому, что они не хотят быть такими, каковы они есть. Эта неудовлетворенность сама по себе является формой разделения. Неудовлетворенность, или осознание лишения того, в чем нуждается, есть сила, предотвращающая застой в человеке. Как он использует эту силу, зависит от того, что понимает данный человек. Вот почему знание должно входить на старте трансформации. Пока мы только не удовлетворены и не знаем, чего мы реально хотим, мы можем наделать множество глупостей. Самопознание и борьба с самим собой идут рука об руку. Связь между ними есть различие. Это можно выразить в форме следующих правил, или руководящих моментов:

1. Всегда помни, что ты можешь бороться только в пределах настоящего момента; за пределами момента, который ты осознаешь, происходит много чего другого, и ты можешь знать об этом много, но не бороться с ним.

2. Организуй свою борьбу: правильно отбери, с чем будешь бороться, и повторяй этот акт так часто, как ты, осознав импульс, с которым ты хочешь бороться.
3. Используя различие, не поддавайся амбициозности, научись соразмерять собственные возможности.
4. Упорством можно достичь того, чего нельзя достичь силой.
Капля долбит камень, проливной ливень оставил бы его неизменным.
5. Не бойся борьбы. Никто никогда еще не чувствовал себя несчастным или поврежденным от борьбы – конечно, если они не были и слишком честолюбивы, твердолобы или тщеславны.
6. Помни, что настоящая борьба есть ключ к будущему счастью.
7. Не поддавайся колебаниям и переменам; самый скромный план действия, доведенный до своего завершения, может дать поразительный результаты.
8. Принимай решения, только когда ты уверен, что имеешь и намерение, и способность воплотить их.
9. Если ты сомневаешься в своих способностях, скажи себе, что ты сделаешь все от тебя зависящее - тогда это "все от тебя зависящее" и должно стать твоим решением.
10. Никогда не останавливайся на том, чтобы сожалеть о неудачах или пытаться оправдать их; они ушли из твоего настоящего момента, и ты ничего с ними не можешь поделать.
11. Твое тело подвержено неведению - будь справедлив к нему. Твои чувства меняются - не рассчитывай на них. Твой ум летуч - не жди от него стабильности в пределах твоего настоящего момента. Короче, будь реалистичен в отношении самого себя.
12. Никогда не забывай, что никто другой не может бороться вместо тебя.

Я рассматриваю борьбу только в ее очевидном аспекте, который может быть распознан новичком, впервые вступившим на путь трансформации. Существует более глубокое значение борьбы, связанное с энергией. Борьба использует энергию, но также и производит ее. Неосознанная борьба всегда прогрессирует в нашем организме: именно борьба за существование сближает между собой все живые существа. В болезни мы начинаем осознавать эту борьбу, и мы должны научиться приспособливаться к ней. Рождение ребенка - великая битва за жизнь: мать должна отдать себя целиком этому естественному природному долгу, пока всё не кончится и она не восстановит свои силы.

Я упоминаю эти очевидные ситуации для того, чтобы удостовериться, что читатель понимает или поймет, что различие всегда должно превалировать. Неумная, неразличающая борьба – как если бы конечной целью являлась она сама – не приводит ни к чему хорошему.

Борьба есть организация собственных сил желания.

Мы не сможем бороться до тех пор, пока что-то в нас не захочет сражаться. Желание может быть бессознательным или полусознанным, но с помощью знания мы можем перевести его в сознание и стать способными организовать борьбу.

3. ЖЕРТВА

Пока что все 'то - обычное легкое плавание. Мы узнали, по крайней мере, часть из того, что подразумевается под учением и борьбой. Теперь мы подходим к их источнику, скрытому по самой своей природе. Жертва, очевидная для всех, - не истинная жертва. Вспомним заветы Нагорной проповеди: "Пусть твои благодеяния не будут видимы для людей", - а также о тех, кто так поступает: они получают свое вознаграждение. Здесь налицо кажущееся противоречие между этим стихом я более ранним, которое гласит: "Пусть твой свет сияет так перед людьми, чтобы они могли видеть твои хорошие дела и прославлять Твоего Отца, который на небесах". Противоречие исчезает, если вспомнить, что последний стих относится к борьбе и усилию, в то время как первый относится к жертве и самоотречению.

Прежде чем идти дальше, я должен попытаться ответить на два вопроса: почему необходима жертва и чем она отличается от борьбы.

Жертва необходима, поскольку **все достойное, чтобы им обладать, должно быть оплачено.** И слово "жертва" - всего лишь другое слово для "оплаты". Но, как я объясню чуть ниже, это не одно и то же, что "покупка". Жертва и борьба работают в противоположных направлениях. Когда мы боремся, сначала идет разделение, а выбор или решение - впоследствии. В жертве мы решаем отделить себя от чего-то, к чему мы привязаны. Жертва не должна быть борьбой: если только она не является свободным актом воли, это не истинная жертва. Не будет она жертвой и в том случае, если она приносится во имя приобретения какой-то конкретной выгоды. Вот почему я говорю, что, жертвуя, мы платим, и все же ничего не покупаем. Это - секрет, даже тайна жертвы. В одном аспекте жертва - не тайна, поскольку ожидание отдачи за то, что мы даем, возможно, восхитительно - но его не жертва. В другом аспекте его действительно великая тайна, поскольку она является особым видом творческого акта, открывающего возможности, не могущие быть открытыми никакими другими путями.

Для иллюстрации тайны жертвы рассмотрим простой пример, когда мы "уступаем" в споре и когда это делается сознательно, а не от слабости или страха. Если два человека противоречат друг другу,

отстаивая с полной убежденностью свою правоту, то любому из них трудно уступить до тех пор, пока их не принудит к этому более сильный стимул. Если кто-либо из них уступает не под влиянием такого стимула, а просто потому, что он избирает путь жертвования своей гордостью, или своим "лицом", - вся ситуация полностью трансформируется. Такая жертва создает возможности, отсутствовавшие ранее. Тайна акта такой жертвы в том, что внешне он представляется проявлением слабости, хотя дело обстоит наоборот. Неизменно случается так, что тот, кто делает жертву, оказывается в конечном выигрыше - при условии, конечно, что он не делает этого целенаправленно ради такого результата.

Возможности для жертв случаются все время, но сама их природа такова, что они не замечаются. В приведенном выше примере в 99 случаях из ста ни один из противников не отметит момента, когда необходимо уступить. Другим примером может явиться анонимный подарок. Здесь легко "уступить", почувствовав личное удовлетворение оттого, что избежал ответной благодарности, но это личное удовлетворение поглощает собой возможность акта жертвы и, следовательно, это не истинная жертва.

Но не нужно делать из этого плохую погоду: жертва - это искусство, которому можно научиться. Ее проявления не очевидны, но они не выше чьих-либо возможностей, если схвачен основной принцип.

Самому себе я это объяснив моей идеей Настоящего Момента как поля действия моей воли. Если я решаю убрать из моего настоящего момента что-либо, к чему я привязан, я образую связь, которая "вне времени". Это "что-то", в силу того, что я к нему привязан, стало частью меня самого: отделив себя от него, я получаю канал, через который в мой настоящий момент вливаются новые возможности.

Я знаю, что это трудная для понимания идея, если не имеешь четкого ментального образа настоящего момента, и я могу только отослать читателя, желающих изучить это, к четвертому тому моей книги "Драматическая Вселенная". Нет необходимости рассматривать эту идею в рамках данной книги. Достаточно понять, что когда я отказываюсь от чего-то, что мне дорого, я создаю особый вид силы, и я могу чувствовать, как эта сила действует на меня; если я наблюдаю характер ее воздействия, то начинаю видеть, что-то, от чего я отказался, возвращается ко мне в другой форме и приносит с собой новые возможности.

Суть жертвы есть **решение**. Это иллюстрируется историей Авраама. Бог был удовлетворен решением пожертвовать своим сыном и дал ему завет, который унаследовали его потомки. Обычно считается, что заслуга Авраама кроется в его послушании, но тогда ускользает момент решения отделить себя от своего возлюбленного сына. Ситуация эта типична для всех жертв, и античность - свидетельство мудрости, обретенной людьми почти четыре тысячелетия назад.

Необходимо понимать, что решение должно быть подлинным. Один из русских учеников Гурджиева приводит следующий наставительный рассказ о его трактовке жертвы. В 1918 году в Ессентуках на Кавказе, когда жизнь была очень тяжелой, Гурджиев попросил у веек женщин кружка отдать ему их драгоценности. Г-жа Х. имела несколько семейных драгоценностей, которые были ценны не только сами по себе, но оставались единственным звеном связи с ее прошлой жизнью. После мучительного периода колебаний она отнесла их Гурджиеву, положила их перед ним на стол и вышла из комнаты. Когда они почти уже выходила из дома, Гурджиев позвал ее назад и сказал: "Мне это не нужно, возьмите обратно". Через несколько лет история повторилась в Приере, и Гурджиев снова объявил, что находится в затруднении и ему нужны все деньги, которые имеют присутствующие. Американская женщина принесла свои драгоценности и положила на стол, ожидая, что он ее окликнет, но он только сказал: "Большое спасибо", и вся история для нее на этом завершилась. Когда она впоследствии горько жаловалась, что посчитала это за "тест", ей объяснили, что если бы даже это был тест, то она все равно провалилась бы.

Не каждая истинная жертва добровольна. Что-то может быть убрано из нашего настоящего момента не по нашему собственному выбору. Если мы сильно привязаны - как в случае, когда мы теряем очень близкого и дорогого нам человека, - мы можем отвечать на это самоотречением или бунтом. Если мы отказываемся принимать "отделение" и сосредоточиваемся на нашем горе и жалости к себе или отказываемся от жизни, - мы теряем истинную связь, поскольку остаемся в пределах нашего собственного настоящего момента. Если же мы принимаем тяжелую утрату и отказываемся от побуждения думать об этом и жалеть себя, эффект будет тем же самым, как и в случае добровольной жертвы. Действительно, результат может оказаться экстраординарным, поскольку мы можем тогда осознать связь с другим миром - «за пределами» нашего собственного пространства и времени.

Я настаиваю на том, что когда мы делаем жертвы, нам не следует ждать отдачи. Под этим не имеется в виду, что результатов не будет и что их невозможно узнать. Плодом жертвы является **СВОБОДА**.

Свобода - это чудесное состояние существования, так как она означает не менее чем **ВОЗМОЖНОСТЬ творческого акта**. Истинная свобода настолько редка в нашем человеческом опыте, что не многое могут ощутить ее вкус. Когда человек свободен, он - хозяин настоящего момента: он не связан узами прошлого и не контролируется внешними влияниями. Свобода - это почти самая ценная вещь в жизни; но слово это настолько часто используется неправильно и настолько утеряло свой смысл, что мы употребляем его в значении "быть без внешних напряжений". Состояние сегодняшнего мира фальсифицирует истинное определение свободы. Свободен только тот, кто свободен внутри себя. И эта внутренняя свобода входит в

момент жертвы. Поскольку наши жертвы - лишь частичные, то есть, связаны с отделением от нас только части нас, то внутренняя свобода, которую мы можем добрести, не длится долго, но пока она длится, она безошибочна.

Жертва никогда не бывает легкой. Пока не принято решение, она кажется даже почти невозможной. Не физически невозможной, но требующей акта воли, который мы отказываемся предпринять.

Однажды богатая женщина в группе Успенского, примерно в 1923 году, сказала на одном из еженедельных собраний, что она хотела бы любой ценой освободиться от самой себя и спросила, не может ли она сделать что-либо в этом отношении. Успенский попросил ее назвать какую-нибудь вещь, к которой она была особенно привязана. "Да, - сказала она, - у меня есть дрезденский чайный набор, принадлежавший моей бабушке, к которому никто еще не прикасался". Успенский сказал: "Разбейте одну из чашек, - и тогда вы узнаете, что значит быть свободным". На следующей неделе она вернулась вся в слезах и почти истерически сказала, что она пыталась это сделать двадцать раз и все-таки не смогла привести себя в нужное состояние. Успенский сухо заметил: "Итак, вы видите, что ваше желание свободы не стоит одной чашки". Его целью было показать ей, чего она не может сделать, а не разбивать свой чайный набор. Ценные жертвы - отказ от внутренних привязанностей. Человек привязан к собственному внутреннему образу, что означает: я всегда прав. Не многие могут признать, что они не правы. Каждый раз, когда человек способен пожертвовать этой своей привязанностью он проецирует часть самого себя за пределы настоящего момента и тем создает состояние свободы, которое длится, пока не нарушается активной деятельностью.

Вот несколько правил, которые я нашел полезными в практике жертвы:

1. Любое желание вознаграждения, вкрадывающееся в жертву, разрушает ее ценность.
2. Будь разумен в выборе объекта жертвы.
3. Не жертвуй за счет других, пока ты не способен объяснить им это.
4. Жертва в пол-сердца не многого стоит.
5. Жертвуй тем, что ценно для тебя в этом настоящем моменте.
6. Никогда не создавай атмосферу купли-продажи вокруг жертвы.
7. Не будь твердолобым и не пытайся жертвовать тем, о чем впоследствии будешь жалеть.
8. Соразмеряй свои возможности - это мера того, чем ты являешься.
9. Поищи в себе привязанности и спроси себя, готов ли ты пожертвовать какой-либо из них.
10. Правильная жертва - та, которая приносится ради хорошей причины, но не ради хорошего результата.
11. Скрывай свои жертвы от других, а если это невозможно, ухитрись, чтобы акт жертвы выглядел в глазах других ничего не стоящим для тебя.
12. Жертва не должна быть результатом борьбы, но решения.

Это акт решавшей воли, который происходит в один момент, и не должно быть ни колебаний, ни второстепенных мыслей, когда решение принято.

Жертва возможна, поскольку человек обладает свободной волей. Похоже на то - по крайней мере, я так полагаю, что единственный путь, которым **свободная воля** может себя проявить, - это акт жертвы. Когда совершается этот акт, мы имеем момент свободы: то, что мы делаем, и то, чем мы являемся, становится одним. Потом момент свободы дезинтегрируется, но оставляет след, и этот след растет, пока не станет сердцем Истинной Самости, то есть нашим истинным Я.

О жертве можно писать бесконечно. Действительно, почему идея жертвы восходит к самым древним временам человеческой жизни и прослеживается уже во внешних ритуальных формах, имевших место десятки тысяч лет тому назад; почему она принимала всегда такие внешние формы, почему ее истинный характер до сих пор необъясним?

Я должен ответить, по крайней мере, на вопрос, является ли жертва особым религиозным актом. Ответом будет, что жертва, конечно, не исключительно религиозна и даже не обязательно является благом, то есть моральным актом. Несомненно, что у первобытного человека жертва была эссенциальной / сущностной/ частью магии и ее цель была утилитарна: гарантировать успех в охоте, увеличить плодородие, призвать хорошую погоду для урожая, предотвратить разрушительные природные бедствия и т.п. В этих целях жертва используется и по сей день.

Есть жертва Фауста, в которой человек жертвует тем, что наиболее ценно для него, - своей душой, чтобы приобрести способность к творчеству. Все виды магии включают в себя некую форму жертвы: без истинной жертвы магия пуста. Вероятно, существует неосознанная жертва, когда человек отказывается от чего-то истинно дорогого для него ради достижения какой-то воображаемой цели или в состоянии экстаза и самоистязания, переживаемом в процессе жертвоприношения. Этим я хочу проиллюстрировать свою мысль, что жертва есть акт воли особого рода: поместить вне собственного контроля что-то истинно ценное - но не в цели или качестве самого акта жертвы. Эти два понятия - цель и качество - определяют характер результата, который мы получаем, но не они открывают канал, выводящий нас из нашего настоящего момента.

Наконец, я должен упомянуть то, что для большинства людей вовсе не будет выглядеть жертвой. Это - сексуальный акт. Семя мужчины есть часть его самого, и это очень ценная часть его, поскольку в

живых клетках сперматозоидов и яичников сконцентрирована творческая энергия, которая вносит в существование новую жизнь. Эта энергия высвобождается в акте, принадлежащим настоящему моменту, разделяемому мужчиной и женщиной. Поскольку большинство людей вовлекаются в сексуальный акт под влиянием желания или привычки и ожидают от него особенно сильного ощущения удовольствия, им это покажется очень далеким от жертвы. Но в таком подходе отсутствует важный пункт сексуального единения, представляющий собой возможность полного самопожертвования ради удовлетворения другого. Когда совершается такая жертва, - акт истинно творческий и несет в себе свободу и творческую силу. Когда этого не происходит, после сексуального акта наступает чувство опустошенности и даже отвращения, часто сопровождающееся ощущением, что партнер обращался с тобой неправильно. Таким образом, сексуальный акт по самой своей природе должен быть жертвенным, и все же в огромном большинстве случаев на него выхолащивается его истинное значение. Вне сомнения, что такое положение обусловлено нашим невежеством. Вряд ли существует еще какая-либо область человеческой жизни, столь удручающе недопонимаемая, чем акт сексуального **единения**. Считается, что об этой тайне могут говорить лишь поэты и физиологи - то есть, возможно, и творческие люди, но обычно эгоисты, а также люди неэгоистической природы, но не творческие.

Возможности жертвы постоянно возникают в обычном течении нашей жизни. Но обязательно все эти возможности реализовать, но они должны быть узнаны и поняты. Человек, понявший значимость жертвы и радость её, получает доступ к одной и величайших тайн жизни и трансформации.

4. ПОМОЩЬ

Если жертва заключается в том, что мы выносим нечто истинно ценное из нашего настоящего момента, то помощь - это открыть доступ для вхождения в нас чего-то истинно ценного. Помощь может быть вовсе не очевидной, но вопрос заключается в том, возможна или нет трансформация без помощи, и это - ключ ко всей проблеме человеческой жизни. Я не имею в виду того, полезна ли помощь, но является ли она необходимой. Если помощь не является необходимой, тогда - по крайней мере, в принципе - мы можем изменить сами себя действием, которое может быть произведено целиком нашей собственной волей. Это означает, что наш настоящий момент должен содержать в себе нечто, что поможет ему стать радикально измененным (до тех пор, пока изменение не радикально, оно не есть трансформация) и отличным от того, чем является сейчас наш настоящий момент.

Некоторые люди говорят, что такое радикальное изменение возможно и что "нечто", делающее это возможным, не что иное, как удача. Они считают, что человеческий мозг так невероятно сложен, что каждую минуту в нем возникает сотни миллионов комбинаций, и одна из этих комбинаций может стать совершенно оригинальной и открыть наши возможности без необходимости помощи извне. Такой же аргумент используется, когда отвергают идею о том, что Внешний Разум действует в явлениях любого масштаба. Утверждает, что жизнь появилась на Земле вследствие невероятно сложных химических реакций в первичном океане или атмосфере Земли, а самовоспроизводящаяся молекула могла быть вызвана к жизни чистой случайностью, или, если вам больше нравится - удачей или невезением.

На подобных аргументах базируется вся атеистическая и механистическая философия современной жизни. Здесь нас интересует не основной философский тезис, может ли слепой случай произвести из хаоса - без направления, цели или разума - то, что мы видим вокруг себя, то есть человеческую жизнь на Земле, в которой мы обнаруживаем направление, цель и разум. Наш вопрос выглядит проще: можем ли мы ожидать, что способны изменить самих себя посредством собственного природного ума и решимости. В нашем случае мы не нуждаемся в том, чтобы отгораживаться от остального мира, как это должны делать философы при изучении таких, например, проблем, как возникновение жизни на Земле в силу слепого случая, мы должны, по меньшей мере, полагаться на уже достигнутые знания того, что может быть сделано и каким образом.

Следовательно, вопрос должен быть ограничен определенными рамками. Можем ли мы изменить самих себя нашим собственным природным умом, плюс то, что мы должны узнать от других, плюс наша собственная решимость? По моему личному убеждению, основанному на почти 50-летней практике, то, что нам нужно, не сводится ни к одному из трех рассмотренных выше факторов: учение, борьба и жертва.

Это "нечто" напоминает катализатор в химии, который удивительным образом заставляет почти невозможный процесс протекать быстро и легко. Каждый слышал, например, о полиэтилене и мы используем его каждый день в том или ином виде. Когда 30 лет назад он был получен впервые, для его производства потребовались громадные колонны, способные выдерживать невероятно большие давления, и полиэтилен был тогда настолько дорог, что в период войны он использовался лишь для специфических целей. Затем химики открыли подходящие катализаторы, и теперь полиэтилен получают быстро, легко и дешево, и в громадных количествах. Катализатор не "производит" полиэтилен, но он "помогает" реакции получения его.

По моему собственному убеждению, трансформация человека по своей природе такой медленный и трудный процесс, что едва ли один человек среди сотни миллионов может завершить его в течение своей жизни; но возможна помощь, позволяющая обычным людям достичь трансформации.

Помощь подобна знанию - в той степени, в какой она должна входить в наш настоящий момент извне или свыше. Помощь отличается от знания в том смысле, что она не проходит через ум. И еще в одном отношении помощь отличается от знания: она не приходит из того же "времени" и "пространства", в которых живут нам умы и тела. Вот почему ее нельзя "взять" или "купить" таким же образом, как знание может быть получено учебой, преодолением препятствий в борьбе, или свободой, обретенной жертвованием.

Все это может показаться очень таинственным, но давайте рассмотрим простейший пример помощи. Однажды Гурджиев показал мне упражнение, заключавшееся в том, что было необходимо не забыть произнести "Я есмь" каждый час в точный момент, ни минутой раньше или позже. Я отчаянно боролся, чтобы выполнить это упражнение, и потерпел полный крах. Из 16 часов бодрствующих часов я мог вспомнить пять или шесть раз. Я использовал все ухищрения для напоминания, но они срабатывали лишь короткое время, и ни одно из них не помогло мне выполнить упражнение до конца. Затем однажды Гурджиев позвал меня в свою комнату и сказал: "Вы не можете делать это упражнение. Я одолжу вам некоторую часть своего "гандбледзоина". Следующие три дня, безо всякого усилия, я все помнил вплоть до секунды. У меня была такая уверенность, что я даже не думал об упражнении в промежуточные периоды и все же никогда не забывал.

Гурджиев ничего мне не объяснил и не показал, как это могло быть достигнуто. Он даже не подбодрил меня. И все же я знал, что

"нечто" вошло в меня, и пока оно длилось, я был способен делать то, что невозможно.

Гурджиев разъяснил мне этот вид помощи в августе 1923 года, когда я находился в Приере в Фонтенбло. Я могу воспроизвести разговор почти дословно, потому что я написал его моей жене в тот же день, и она сохранила письмо. Гурджиевская способность помогать другим совершать невозможное открылась мне в его словах: "Человек, желающий измениться, должен иметь необходимую энергию. Скажем, ему нужно 100 единиц, но при всех своих усилиях он может набрать только десять. Он беспомощен. Теперь предположим, он встречает человека, у которого больше энергии, чем он нуждается для себя. Этот человек может одолжить первому девяносто, и тогда тот сможет выполнить все, что он желает. Впоследствии он должен отдать долг. Сейчас вы не можете ничего делать сами, поэтому я должен помочь вам. Вам необходима особая субстанция - назовем ее Высшей Эмоциональной Энергией. Вы не знаете, откуда взять эту субстанцию, а я знаю. Позднее вы узнаете тоже и тогда поймете эту работу. Те, кто могут давать эту субстанцию другим, нуждающимся в ней, относятся к особой части высшей касты человечества". Я сказал ему: "Как я могу получить помощь, в которой я нуждаюсь?" Он ответил (мы говорили по-турецки): "Когда ты скажешь *Atare* (спасибо) от всего сердца. Только тогда ты можешь получить помощь".

Из этого разговора может сложиться впечатление, что дающий помощь сам производит, даже творит субстанцию. Это не так. Он скорее напоминает канал передачи. Его секрет и его достижение заключаются в том, что он нашел способ связать себя с источником, находящимся вне его собственного Настоящего Moments. Он может передавать, потому что лицо, которому он помогает, входит в его настоящий момент и может выиграть оттого, что получает.

Помощь передачей субстанции может иметь разные формы и степени. Пример, который я только что привел, находится где-то посредине этого спектра. Есть очень простые люди, само присутствие которых "дает вам благо". Мы говорим, что они "излучают доброту", внушают доверие или веру. Но не улавливаем значения таких утверждений главным образом потому, что нам постоянно не удается замечать очевидное. Не все люди имеют одинаковое качество бытия. Если мы чувствуем себя лучше, проведя час с определенным человеком, это потому, что человек этот имеет "нечто" - и имеет это в самом буквальном смысле. Он связан с невидимым источником, и поскольку чаще всего он не знает и не говорит об этом, то и мы не осознаем, как необычно и важно это.

В предисловии я писал о том, что у индусов называется Даршан, а у суфиев - Сохбат. Это - вхождение в присутствие святого человека, чтобы получить благо от его способности помогать. Эта способность может быть очень интенсивной, но она не часто вызывает длительные изменения. Тем не менее, каждый, кто почувствовал это, может подтвердить, что это обусловлено осязаемым "нечто", которое можно почувствовать почти в воздухе. Все, посетившие Шивапури Баба, кого я знаю, согласны со мной в том, что они чувствовали это, как только вступали на тропинку к дому, в конце которой, за углом, находился Шивапури Баба. Я встречал нескольких мужчин и одну женщину, обладавших этой способностью в различных степенях.

Другой формой этого явления является "Хварено" халдейцев^[9], или способность, связанная с принадлежностью к королевскому сану. Египтяне приписывали эту способность фараонам, от которых, как они верили, зависело всё благосостояние их народа. В течение трех тысяч лет существовала вера, что истинные короли обладают способностью излечивать определенные заболевания. В Англии верили в "злой глаз королей" вплоть до династии Стюартов. Для всех подобных верований, вероятно, есть существенное основание.

Попытаемся теперь представить отчетливую картину того, чем является эта субстанция. Я полагаю, что имеется не одна субстанция, способствующая всем видам трансформации, но много её специфических разновидностей, подобно катализаторам в химии. Химические катализаторы в высшей степени различаются между собой, причем каждый из них вызывает изменение определенного рода. Полезно также отметить, что

чем ближе катализаторы приближаются к уровню живых существ, тем более специфическими они становятся. Такие ферменты, как дрожжи, очень характерны по своему действию. Гормоны - почти наверняка - это живые комплексы, когда они проявляют себя в действии. Они обладают многими характеристиками, подпадающими под определение, которое я дал "субстанции-помощи", и используются сегодня врачами именно в этих целях. Резонно предположить, что существует даже больше сильнодействующих каталитических субстанций, напоминающих скорее паттерны энергий, чем химические вещества.

Удивительный феномен гомеопатической медицины дает прямое доказательство того, что "ничто", и очень мощное, действительно остается, когда натуральный продукт, почти полностью удален разбавлением. Гомеопаты говорят о тысячекратной "мощности", что означает, что ни единая молекула первоначальной субстанции не присутствует в принятой дозе. Существует еще другая причина - боюсь, не столь ясная и убедительная: предположить, что "излучения", совершенно отличающиеся от света или других электромагнитных вибраций, могут излечивать или помогать людям иным путем на расстоянии. Я отнес бы их к классу физических агентов, невзирая на тот факт, что в настоящее время их невозможно обнаружить физическими средствами.

Существуют другие виды помощи, при которых кажется, что действие не проходит через организм, но срабатывает прямо в психике. Я полагаю, что это тоже некий вид субстанции или энергии, имеющих различные качества и проявления в действии. Эти "психические энергии" могут передаваться от одного лица к другому, и когда они смешиваются в сознании передающего, они, вероятно, становятся подобны "Гандбледзоину", который упоминался мною в приведенном разговоре с Гурджиевым.

Наконец, существует высшая, или духовная, помощь. Это вводит нас в область сверхъестественного. Если мы верим в чудеса, то, вероятно, будем правы, приписывая их этим высшим, или духовным, энергиям.

На основе этих определений - "помощи" и "субстанций помощи" - я попытаюсь теперь объяснить, как я понимаю роль помощи в трансформации человека.

Мы пытаемся достичь гармоничного состояния бытия, в котором мы все свободны исполнить цель нашего существования. Это, прежде всего, означает внесение порядка в хаотическое состояние нашей внутренней жизни; я надеюсь, читатель согласится, что наша внутренняя жизнь очень мало контролируется нами и очень далека от состояния стабильной гармонии.

Если беспорядок нашей собственной деятельности >: способен продуцировать порядок - что вызывает сильное сомнение, - то это происходит настолько медленно, что не может принести нам пользы в течение жизни. А раз это так, тогда помощь есть решающий фактор, и мы должны найти путь получения ее.

Вид помощи, который мы ищем, тот, который помогает нам сделать - с резонной надеждой на успех в течение отпущенного нам срока жизни между рождением и смертью - то, что мы, по крайней мере, теоретически, могли бы сделать и без помощи. Я не могу рекомендовать каких-либо "правил" помощи, поскольку сама ее природа спонтанна и невынуждена. Мы не можем приказать ей войти в нас или даже "заработать" ее. Вот почему говорят, что истинная помощь имеет жертвенный, дарственный характер. В религии указывается на особый "грех", называемый "симония", совершаемый теми, кто способен помогать другим, но при этом ищет материального вознаграждения. Принципиально это означает, что "субстанция-помощь" не может быть чьей-либо собственностью. Те, кто могут быть источником помощи, передают ее, даже когда передаваемая ими субстанция частично создается их собственными усилиями.

Ниже я суммирую некоторые ситуации, в которых я сам испытал получение помощи.

1. Присутствие людей, которые завершили свою трансформацию или находятся на пути к завершению. Их обычно называют "святыми". Я описал некоторые способы, которыми они помогают нам.
2. Посещение мест, в которых происходила интенсивная трансформация. Имеются "святые места" или обители. Я включил бы сюда посещение могил святых, поскольку в моем личном опыте такие посещения давали поразительные результаты.
3. Помощь, даваемая учителем своим ученикам. Это предполагает наличие учителя, который установил контакт с Источником помощи. Этот вид помощи - особый, поскольку учитель может выбрать нужное время и место для передачи ее. Взаимосвязь учитель-ученик способствует такой передаче.
4. Особые ритуалы или церемонии, в которых происходит передача.

Это называется инициацией или посвящением. Каждый вид посвящения вводит посвящаемого в контакт с конкретной субстанцией - помощью или, возможно, с сочетанием их /субстанций/. Если посвящение подлинное - боюсь, что это бывает довольно редко, - посвященный получает постоянную связь с источником помощи и обучается, как черпать из него в случае необходимости.

Я должен подчеркнуть свою убежденность в том, что такое посвящение специфично и не является обычным контактом. Я сам получил несколько посвящений и обрел помощь от каждого из них. Но в каждом случае помощь была совершенно различной. В общем, необходимо сохранять в тайне детали и даже сам факт посвящения, и поэтому я не могу дать полное описание их. Скажу только, что одно посвящение оказало поразительное и длящееся до сих пор влияние на мое здоровье и энергию. Это посвящение было предложено мне

на том основании, что предстояла важная работа, и мне необходимы были силы. В то время мое здоровье было слабым, но с тех пор оно даже улучшилось. В другом случае посвящение описывалось как акт очищения, и я могу подтвердить, что оно помогло мне преодолеть ряд нежелательных недостатков в самом себе, чего я не мог сделать своими собственными усилиями. Еще в одном случае целью посвящения была коммуникация без внешнего контакта. Это произошло примерно 15 лет тому назад, и, несмотря на тот факт, что внешне обстоятельства моей жизни за это время изменились, я всегда могу обновлять свою внутреннюю связь с источником. Дело в том, что эти различные виды помощи делали как раз то, о чем мне было заявлено, и ничего другого.

Я бы сравнил это действие с избирательностью радиоприемника. Много разных станций вещают на различных длинах волн. Можно научиться настраиваться на станцию А - и в этом случае будешь получать именно эту программу, и никакую другую. Станция Б будет передавать свою собственную программу, но не ту, что станция А.

Беда в том, что люди, группирующиеся вокруг таких источников помощи, имеют тенденцию слишком многое заявлять. Они уверены в своем собственном опыте и считают, что действительно что-то происходит, полагая, что для них возможны поэтому и другие вещи. В человеке сильно развита тенденция "желательного думания". На таких шатких, хотя и стройных доказательствах построена вся структура догматических утверждений. Печальной стороной здесь является то, что подобные неблагоприятные утверждения /оказываются неправильными/ и дискредитируют всю деятельность /утверждающего/. Но в таком случае фанатичные приверженцы приступают к действию с еще большей убежденностью, а те, кто разочаровался, становятся объектами враждебной критики. Именно таким образом многие источники помощи, истинно полезные человеку, не выполняют своих первоначальных обещаний.

5. Теперь я остановлюсь на духовной, или сверхъестественной, помощи.

Она называется **Благодатью** и может проявляться двояко: в личном или общественном плане. В первом случае Благодать достигает глубочайшей природы человека и помогает ему вести трансформированную жизнь. Во втором случае Благодать, называемая Милосердием, дает людям различные способности - излечения, пророчества, истолкования. Милосердная помощь хорошо описана св. Павлом в нескольких его посланиях, в частности, в Коринфском послании 1,12. Я не буду останавливаться на сверхъестественной помощи, поскольку данная книга не является религиозной. Я могу только констатировать свою личную убежденность в том, что сверхъестественная духовная помощь есть реальность, и она пронизывает истинную религиозную жизнь человека, независимо от конкретной формы вероисповедания.

6. Спонтанная и необъяснимая помощь.

Я выделяю это особо, потому что это странное явление, характеризующееся к тому же беспричинностью. "Дух веет там, где пожелает". Самые различные люди и в самых разных ситуациях могут подтвердить, что бывают такие моменты, когда кажется, что двери раскрываются сами собой и невозможное становится не просто возможным, но и легким. Можно назвать это Вдохновением /Инспирацией/, но и этот термин не передает всеобъемлющего характера явления. Без такой помощи, мне кажется, человеческая жизнь была бы подвержена прогрессирующей дезинтеграции на любой шкале - от личного до планетарного существования.

7. Наконец, я перехожу к помощи, которая случается в моменты абсолютного отчаяния.

Она отличается от спонтанной помощи, поскольку отчетливо связывается с видимой и осязаемой ситуацией. Гурджиев пояснял это, говоря: "Природа ненавидит вакуум. Когда вы становитесь пустым, помощь войдет". Однако этот вид помощи обладает странным целенаправленным качеством. Почти каждый, кого я спрашивал - а их насчитываются сотни, - подтверждал, что безошибочно получали помощь такого рода. Достаточно сослаться на бесчисленные пословицы и сказки всех народов всех времен - это общее наследие человечества.

Похоже на то, что существует громадный Универсальный Резервуар субстанции Помощи, который мы не можем обычно открыть как кран, но к которому мы можем иметь тайный канал. В моменты отчаяния канал открывается и в нас вливается субстанция помощи.

На этом я заканчиваю главу о Четырех Источниках. Читатель, возможно, заполнит некоторые пробелы сам. Люди, интересующиеся Систематикой, найдут в другой моей книге^[10] объяснения того, почему четыре источника должны быть связаны между собой.

Шахматы – сравнительно простая деятельность, и в эту игру в течение нескольких сотен лет играют люди выдающихся ментальных способностей. И все же из всех бесчисленных игр, в которые играют люди, в этой игре победа

достигается исключительно за счет ошибок одного из партнеров.

"Если это верно в отношении шахмат, несколько не удивительно обнаружить истинность этого для жизни, которая является намного более сложной игрой. Правила жизни нельзя найти четко изложенными в книгах, которые каждый может купить за шесть пенсов; их очень трудно обнаружить, и что довольно странно - никто никогда не делает попыток обнаружить их".

("Кризис в человеческих делах")

Глава 2

НЕОБХОДИМОЕ ЗНАНИЕ

Нам необходимо знать достаточно много о самих себе, о людях вообще и о вселенной, для того, чтобы мы смогли организовать разумно нашу жизнь и достичь возможной для нас степени трансформации. Такое знание не должно быть слишком сложным или законченным: нам необходимо знать только то, что требуется для действия.

Я собираюсь предложить несколько способов изучения различных понятий.

1. ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ ТЕЛО

Мое тело - это дом, в котором от рождения до смерти должны жить мой ум или душа. Это - главный инструмент, которым я воздействую на мир и достигаю своих целей. Состояние его здоровья и его эффективность - не только в данный момент, но и с учетом последующей жизни - будут оказывать влияние на все, что я думаю, чувствую, говорю и делаю.

Этим я просто хочу сказать, что моей первой обязанностью является должная забота об этом уникальном инструменте. А для этого я должен сначала хорошо его узнать. Я должен познать его как живой организм. Я должен также знать особенности моего конкретного тела.

Пища. Я должен знать, какая пища хороша для моего тела, а какая вредна. Сколько и как часто есть. Что пить, а чего избегать. Эти требования различны для разных людей, и каждому необходимо их найти. Переедание или недоедание могут быстро разрушить наше тело.

Дыхание. Большинство людей дышат неправильно, поскольку они никогда не учились правильному дыханию. Необходимо помнить, что сидячая поза неестественна для человеческого тела и является причиной функциональных нарушений, особенно в дыхательной системе. Нам необходимо скорректировать это, научившись правильно дышать. Неправильное дыхание сокращает жизнь.

Поза. Для нас неестественна не только сидячая поза, но и весь нет образ жизни, который заставляет вас обычно принимать позы, нарушающие кровообращение и вызывающие напряжение нервной системы, а также влияющие на наше ментальное состояние. Необходимо научиться сохранять правильную осанку, когда мы сидим, стоим, гуляем и даже лежим.

Чувства. Большинство людей не понимают, как надо пользоваться глазами, ушами, обонянием, осязанием и вкусовыми ощущениями. Они не догадываются, как много теряют, не тренируя свои сенсорные восприятия.

Движения. Все движения человеческого тела потребляют энергию. Неуклюжие и ненужные движения не только нарушают телесные функции, но и оказывают влияние на состояние ума и эмоций. Необходимо изучать естественные ритмы движения тела, а также способы управления ритмическими движениями.

Кожа. Человеческая кожа - одна из самых важнейших сфер контакта с окружающим миром. Человек вбирает и отдает различные энергии и субстанции через кожу. Необходимо научиться поддерживать деятельность кожи. Люди, особенно женщины, делают много глупых вещей с кожей. Человеческое тело отличается от тел большинства животных в том отношении, что оно снабжено потовыми железами. Потение - важное средство удаления вредных веществ из тела. Но люди не понимают этого механизма, как и многих других, и дезорганизуют работу потовых желез условиями современной жизни.

Энергии. Нельзя забывать, что человеческое тело получило свои конституцию еще в период ледникового периода в намного более суровых, чем сегодня, условиях. Вся функциональная деятельность человеческого тела конструктивно рассчитана на физическую активность. Если этим пренебрегать, то страдают не только мускулы, но и вся система: нервная, пищеварительная, дыхательная и особенно состояние крови. Чрезмерные атлетические усилия едва ли не менее вредны, чем сидячая жизнь. Дело в том, что нужно

знать собственное тело и установить для себя подходящие интервалы - скажем, в пять лет: какое количество упражнений необходимо для поддержания хорошего здоровья.

Настаивая на важности изучения тела, я могу показаться поборником навязчивой идеи, что для ментального равновесия необходимо физическое здоровье. Эта двусмысленность исчезнет, если мы вспомним, что тело нужно рассматривать как инструмент, которым нужно пользоваться в работе. Нас не интересуют его боли и болезни, его желания и импульсы - нас интересует его хорошее функционирование. Мы должны быть способны определять требования, которые мы можем удовлетворять с его помощью. Многие люди боятся повредить свое тело, переутомиться, повредить какой-то орган - это патологическое отношение, - которого нужно избегать. Много можно было бы сказать о грубых спортивных играх в детстве. Я всегда с удовлетворением вспоминаю, что страстно увлекался регби и даже повредил предплечья и лодыжки до достижения 20-летнего возраста. Я также благодарен жизни за Западный Фронт 1917-18 годов, когда я узнал, что можно спать в холодной грязи или не спать вовсе в течение 48 часов без всякого вреда для организма.

ЗНАТЬ тело, его возможности и ограничения - совершенно отлично от того, чтобы конвульсивно интересоваться им и чрезмерно о нем заботиться.

К сожалению, нелегко найти учителей, которые научили бы нас сведениям о нашем теле в том смысле, как я только что описал. Мы должны это делать сами и на научной основе: наблюдением и экспериментом.

2. УМ

Мы можем рассматривать ум как наш "внутренний дом", в том смысле как тело - наш "наружный дом". По мере накопления нами опыта знания самих себя и мира, мы живем в "своих умах". Я выразился так, чтобы подчеркнуть различие между "я" и "мой" ум, которое так же определено и легко проверяемо, как отличие между "я" и "мое" тело.

Я не есть мой ум. Прежде чем мы спросим, что есть ум и как он действует, мы должны удовлетворительно ответить на вопрос:

"Есть ли "я" мой ум" или иначе; "Есть ли во мне нечто, что не является ни умом, ни телом?" Для меня лично ответ не вызывает сомнений. Когда бы я ни наблюдал, что происходит в моем уме (в данный момент не имеет значения, что мы подразумеваем под умом)^[11], я всегда нахожу нементальный элемент, который я называю "Я". Отсюда следует, что "Я" не есть мой ум и не часть его. "Я" - не мои мысли, обыденные или возвышенные, и не мои чувства - радости и печали, и не мои ощущения удовольствия или боли, ни даже редкие и удивительные инсайты, которые убеждают меня в том, что существует высшая Реальность, которую я могу надеяться достичь. "Я" - **даже не того же типа**, что любое из вышеназванных понятий. И поэтому я говорю, что наверняка уверен в том, что "Я" не есть мой ум.

Наш ум - это наш внутренний дом. В некотором смысле "Я" живет в моем уме. Представляется, что я не нахожусь в нем все время, поскольку я не знаю, где я нахожусь, когда сплю или пребываю в коме. Даже когда "Я" теряется в дневных сновидениях или полностью концентрируется на какой-либо физической деятельности - так, что я больше не сознаю свои ментальные процессы - будет правильным сказать, что я больше не нахожусь в "моем уме".

Вероятно, не так далеко от истины будет сказать, что я живу в моем уме в очень близком смысле к тому, как я живу в своем доме - я обычно там и это центр моей жизни, но меня не всегда найдешь "дома". Повидимому, есть какое-то распознаваемое значение в выражении "сойти с ума".

Представляется также, что существуют области ума, которые мы посещаем крайне редко или совсем не посещаем. Имеется "комната Синей Бороды" подсознательного, против которой предостерегают нас Фрейд и его последователи, и все же говорят нам, что мы должны научиться жить в соседстве с ней. Существует много ментальных опытов, настолько необычных и удивительных, что мы помним их всю жизнь: мы можем черпать их из нашей памяти и снова к ним возвращаться.

Ум подобен старому дому с потайными комнатами и кладовыми, и имеющему несколько этажей. Мы не знаем его достаточно хорошо и теряем лучшую часть жизни, живя главным образом в полуподвальном помещении или в лучшем случае - на первом этаже.

Различные функции ума. Если вас спросят, для чего вам ум, вы ответите: для думания. Но на наше думание оказывает влияние состояние нашего тела, поскольку осознание этого состояния входит в ум. Сильная зубная боль, алкогольное опьянение, мигрень - на какое-то время нарушают нашу способность думать. Сильные переживания настолько окрашивают наши мысли, что они перестают быть рациональными и даже связными. Навязчивые эмоциональные предрассудки препятствуют восприятию самого ясного и убедительного аргумента. Возбуждающие внешние образы или звуки отвлекают нас от думания.

Всё это происходит "в уме". Различные умственные деятельности - могут проходить бок о бок, несколько не мешая друг другу, они могут также сочетаться и усиливать одна другую. Простейший способ объяснить такое наблюдение, будет сказать, что существуют различные механизмы для думания, для эмоциональных состояний и для переживания ощущений света, звука, боли и т.д. Гурджиев называет эти

механизмы "центрами" или "мозгами" и различает три принципиальных центра: интеллектуальный, эмоциональный, инстинктивно-моторный. Я назвал эти явления "механизмами" и их следует изучать как таковые. В течение более чем сорока лет я основывал свое понимание ментальных процессов на этой схеме и установил, что эта схема всегда срабатывает. То же самое отмечалось и у тысячи других, последовавших той или иной разновидности гурджиевской "Системы". Изучение центров должно быть только практическим.

Инстинктивно-моторный центр

Наблюдай и отмечай, что тело имеет свой собственный ум. Кроме того, оно имеет свое собственное умение, которое нельзя воспроизвести мыслью или чувством. Оно имеет собственную память о местах, действиях, связности. Его ум работает намного быстрее, чем мысль. Мы можем наблюдать эту скорость не только в кризисные моменты, но и во многих ситуациях, где для выполнения трудных телесных действий необходима очень быстрая регулировка. Множество тысяч сенсорных импульсов и мускульных агитаций происходит в такой короткий момент, за который мы не успеваем продумать и единой мысли. В предыдущем разделе я подчеркнул роль именно "знания" тела. Бесплезно принять это только как "интересную теорию"; ценность этого открывается нам только тогда, когда мы все это проверим и сделаем нашим собственным достоянием.

Эмоциональный центр

Эмоции имеет свой собственный ум. Его главная функция - концентрация движущей энергии, позволяющей нам аффективно действовать. - Это не слепая и неразличающая энергия, но энергия направленная и целесообразная. Эмоциональный центр дает мгновенную направленность нашей деятельности. Эта направленность может отличаться или даже быть противоположной тому, что избирает наш думающий ум, и между ними возможен даже конфликт.

Другой взгляд на эмоциональный центр - рассматривать его как седалище механических неререфлективных "решений", управляющих большей частью нашей жизни. Мы сами убеждаемся, что эти решения редко бывают рациональными и все же они вовлекают и побуждают нас к действию. Когда эмоциональное решение совпадает с тем, что нам кажется резонным с интеллектуальной точки зрения и правильным для нас, тогда мы можем действовать с "миром в уме", поскольку "внутри ума" нет конфликта.

Но мы должны также наблюдать и проверить сами, что эмоциональные решения обладают силой, которая не может исходить от самой рациональной и ясной мысли. Эмоциональный центр - **источник нашей силы**. Если он стабилен и когерентен /Связность/, наше поведение устойчиво и последовательно.

Наконец, мы должны научиться распознавать, что существуют эмоциональные "инсайты" /интуиции/. Они проникают скорее и глубже Мысли в сложность ситуации. Они дают нам особый вид "знания", который редко можно выразить адекватно в словах. Это интуитивное знание очень важно для нас, постольку всё, что исходит из эмоционального центра, для нас убедительно. Мы желаем верить этому и готовы игнорировать любые интеллектуальные возражения, могущие возникнуть в уме. Следовательно, важно понять ограничения нашего эмоционального центра и научиться не доверять своим "интуициям" до тех пор, пока мы не найдем способ подтвердить их. Мы можем делать это, наблюдая, как часто наша "интуитивная уверенность" оказывается ошибочной. Нам нужны интуиции: жизнь была бы бесцветной и слишком пассивной без них. Вся суть в том, что мы должны установить для себя, как работает наш собственный эмоциональный центр, и при изучении процесса управления своей жизнью учитывать этот фактор.

Интеллектуальный центр

Мы осуществляем думание главным образом посредством "внутреннего разговора", используя обычный язык, как если бы мы разговаривали сами с собой. Этот вид думания обязательно ограничен инструментом - словами. Мы **не можем думать "словами"**, которые нельзя **высказать "словами"**. По своей природе интеллектуальный центр не зависит от слов. Он может воспользоваться любым образом или символом; но он не может работать без некоей формы **репрезентации** - это одновременно его сила и слабость. Это сила, поскольку она позволяет представлять не только то, что происходит здесь и теперь, в этот настоящий момент, но также то, что случилось, случится или происходит где-то в другом месте. Это удивительная операция, и вероятно именно она отличает человека от животных. **Посредством мысли мы можем выйти за пределы нашего настоящего момента** не только в рамках времени и пространства, но также в безвременные измерения логики и формы. Большая часть типичной человеческой деятельности зависит от нашей способности проецировать наши мысли за пределы настоящего момента. Без сомнения, животные обладают памятью, но нет никаких свидетельств, что они произвольно могут конструировать из своей памяти образы прошлых событий или ожидание будущих событий. У них почти определено: с глаз долой - из сердца вон. В случае человека это только относительно так.

Мы недостаточно объективно изучаем процессы нашего мышления, а это изумительный инструмент для использования: мы проводим много лет, тренируя его, но очень мало изучаем, как он работает. Существуют различные техники, которыми можно воспользоваться для развития в думающем центре способности мыслить без слов или визуальных образов.

Интеллектуальный центр, подобно другим, имеет множество функций и может работать на различных уровнях. Необходимо изучить и знать одну комбинацию: ассоциативный механизм, с помощью которого мы производим когерентную /связную/ последовательность идей и слов. Гурджиев называя этот механизм **формирующим аппаратом**, поскольку он может производить когерентные формы мысли и речи, но не может сформулировать или выразить новые и оригинальные понятия. Поскольку этот аппарат тесно связан с мозгом, он постоянно стимулируется каждым видом впечатлений, получаемых извне, и реагирует в основном с помощью обычной последовательности слов, сказанных вслух или произнесенных.

Мы имеем тенденцию ошибочно принимать работу этого механизма за истинную мысль - частично оттого, что он активен все время, а частично - по той причине, что он может производить уместные ответы на "мысль-вопросы". Это "формирующее думание" очень обманчиво. Оно легко натренировывается в том, чтобы говорить "нужную вещь в нужное время". В настоящее время стали подозревать об обусловленности такого мышления, имеющего тенденцию создавать людей, постоянно говорящих "да" и делающих именно то, что от них ожидается.

Такое мышление создает людей, почти беззащитных против средств массовой пропаганды. Громадное количество печатных слов создает постоянное автоматическое взаимодействие между визуальной ударной силой слов и ассоциативным механизмом формирующего аппарата.

Говоря о других недостатках, надо подчеркнуть, что затрудняется приведение в действие более сознательного и творческого аспектов интеллектуального центра. В силу своего механического функционирования, формирующий аппарат обладает малой, или почти никакой способностью к инициативе, и он приводится в движение в основном за счет импульсов, идущих от сексуального, эмоционального и сенсорно-моторного центров.

Я не пытался дать исчерпывающее описание центров и их работы. Важно изучить их самому. Они формируются и развиваются по-разному у разных людей, и каждому из нас необходимо знать свои собственные особенности. Для надлежащего изучения формирующего аппарата необходимы специальные упражнения.

Уровни функции. Поскольку этот предмет рассматривался в нескольких книгах и статьях^[12], я ограничусь здесь краткой сводкой. Основные идеи заимствованы у Гурджиева, но их так трудно понять в его изложении, что в Институте Сравнительного Изучения мы заново приступили к этому предмету и после нескольких лет экспериментов и наблюдений выработали схему, представляющую, по моему мнению, громадную ценность для образования и обучения в повседневной жизни, а также для тех, кто встал на путь трансформации для достижения высшего уровня бытия.

Первое, что необходимо понять, это факт, что все, происходящее в материальных, жизненных, ментальных и даже духовных процессах, связанных с трансформацией **энергии**. Это очевидно для живых и неживых тел, исследуемых биологами и физиками. Следовательно, не требует больших допущений предположить, что то же самое справедливо для процессов, происходящих в наших умах. Какдая мысль, каждое ощущение, каждая эмоция производятся за счет энергетического обмена, но энергии различны или, по меньшей мере, находятся **в различных состояниях**, отличающихся от состояний, которые производят телесные движения или химические изменения.

Существует 12 уровней энергии: четыре в материальном мире, четыре - мире живых существ, и четыре - в духовном мире^[13]. Только пять из них непосредственно относятся к человеческому уму, и поэтому я буду описывать только эти пять видов, начиная с высшей и наиболее могущественной. Они пронумерованы: E1, E2 и так далее - от высшей и до самой низшей.

E3: Творческая энергия

Это сверхсознательная энергия за пределами обычных ассоциативных операций ума, и все же она имеет большое значение для нас, как это явствует из её названия, поскольку она является источником всей истинно творческой деятельности.

Эта энергия не срабатывает прямо в трех центрах или через них и, следовательно, мы можем судить о ней только по ее результатам. Мы не можем наблюдать её в работе. Вот почему вся истинно творческая работа обладает качеством **спонтанности и неожиданности**.

Она возникает как "гром среди ясного неба". Результаты могут появиться в форме новых и истинно оригинальных моментов интеллектуальной интуиции, которые мы вполне справедливо называем "озарениями гения". Эта энергия может также прийти в прямой, не выраженной словами коммуникации, посредством которой два человека открывают для себя, что они объединены. Это проявляется наиболее прямым образом в сексуальном союзе, когда он является истинным актом жертвы, описанным в главе 1. Существует эмоциональная творческая деятельность, посредством которой принимаются важные решения. Инстинктивно-моторная творческая деятельность является необходимым элементом во всей творческой работе в искусстве и науке.

E4: Энергия Сознания.

Эта энергия соответствует высочайшему уровню ментального опыта. Сознание есть универсальная энергия, не ограниченная рамками нашего личного настоящего момента. Когда наше "Я" находится в сознательной области ума, оно **способно стоять особняком от ума**. Очень важно узнать и проверить это заявление, поскольку это поможет вам проверить для себя, что воистину означает "сознание". Это даст дополнительную размерность нашему ментальному опыту, скорее идущую в глубину, чем во время и пространство.

Энергия сознания позволяет критиковать и выносить суждения о самих себе и собственных ментальных процессах в силу того, что сознание стоит отдельно от них.

Энергия сознания делает возможной оригинальную и конструктивную деятельность во всех центрах, и когда она присутствует, она может привести три центра в единое, поле опыта. Это случается не всегда, поскольку энергия сознания может также концентрироваться в одном месте. Когда центры работают на уровне сознания, мы осознаем тот факт, что мы свободны думать, чувствовать и действовать так, как мы решаем, а не так, как нас вынуждают к этому внешние влияния и собственные привычки.

Я должен подчеркнуть, что использую слово "сознание" несколько в другом смысле, чем это принято обычно.

Е5: Чувствительная Энергия

Мы "осознаем" то, что происходит, посредством чувствительной энергии. Поскольку мы обычно употребляем слово "осознавать" в смысле "сознавать", это определение нуждается в некотором объяснении. Я использую слово "осознанность" /Осведомленность, (awareness)/ в очень широком смысле - для обозначения любого вида опыта. Мы осведомлены о внешних зрительных образах и звуках, о боли или дискомфорте, о хорошем или плохом самочувствии. Мы осведомлены также о мыслях, ментальных ассоциациях, интуициях, инсайтах... В редких случаях - когда мы истинно сознательны - **мы осведомлены о том, что мы осознаем**. Поэтому я сказал бы, что весь опыт есть осведомленность, но осведомленность может находиться на различных уровнях. Наивысшим является сознание (поскольку творчество находится выше сознания), а самый низший уровень - автоматизм (мы обратимся к нему ниже). Обычное состояние ума - это состояние чувствительности, в котором он **осведомлен о том, что происходит в настоящий момент в одном из центров**, и не осведомлен о том, что происходит в других. Самое обычное состояние - это состояние, в котором налицо осведомленность только о деятельности формирующего аппарата: мы можем распознать это как вид нецеленаправленного внутреннего разговора, который мы ведем сами с собой или ни с кем. Он прерывается, когда наше внимание отвлекается на какой-то образ, звук или другое телесное ощущение. Это наблюдение может помочь нам распознать характер чувствительной энергии: она производит локализованную осведомленность, но не общее сознание того, что присутствует. Это можно сравнить с фонариком, который освещает только предмет, на котором он сфокусирован, но не освещает всей комнаты. Сознание - это иметь яркий свет в середине комнаты.

Другим способом изучения чувствительной энергии будет думать о ней как о роде **клеякого вещества**, удерживающего две поверхности в контакте. Когда некая часть одного из наших центров склеена таким образом, мы называем это "присутствием внимания", а момент склеивания мы называем "замечанием" чего-то. Изучая (это можно сделать через несколько дней), что происходит, когда мы переходим от состояния незамечания к состоянию замечания, мы можем убедиться, что в нас срабатывает "нечто" особое. Это "нечто" есть то, что я называю чувствительной энергией. Например, я сижу за письменным столом и пишу; я не замечаю цвета блокнота, хотя я и смотрю на него в течение получаса; затем "нечто" **заставляет** меня заметить его, и я осознаю, что нахожусь с ним в какой-то связи, которой не было минуту назад.

Такие флуктуации чувствительной энергии происходят все время, и иногда мы с ужасом замечаем, что говорим, не прислушиваясь к тому, что говорим, или читаем, упуская смысл слов. Такие наблюдения помогают нам увидеть, как "мы" можем присутствовать в части нашего ума, не осознавая этого.

Е6: Автоматическая энергия

Наши центры могут функционировать, не сознавая связи с тем, что происходит, и все же действия могут быть вполне хорошо скоординированы и эффективны в достижении своей цели. Обычно мы ходим, не замечая, как мы идем. Большая часть наших инстинктивных процессов проходят без чувствительности. Какая-то энергия поддерживает их движение: и я называю её "автоматической".

Автоматическое функционирование наших центров есть основное состояние нашего существования при бодрствовании и в периоды сна. Автоматизм без чувствительности - намного более частое наше состояние, чем мы можем это осознать, по той простой причине, что **мы не замечаем автоматического функционирования**.

Автоматическая энергия есть самый низший предел ума: ниже этого функции скорее физиологичны, чем ментальны. Это минимальная степень осведомленности, которую можно квалифицировать как "ментальную" энергию, и все же она необходима для нормального функционирования ума. Чувствительная энергия пребывает в постоянном состоянии потока - мы знакомы с этим в форме "блуждания ума", и наши действия потеряли бы всю свою связность /когерентность/, если бы не была ментального механизма, который может "работать без внимания".

Е7: Вегетативная энергия

Наша ментальная деятельность все время поддерживается физиологической деятельностью и особенно, конечно, деятельностью нервной системы и химической жизнью крови. Наш организм имеет свой собственный регулирующий механизм, который помогает и, при необходимости, восстанавливает баланс или равновесие его чрезвычайно сложных функций. Мы лишь смутно осознаем ненормальное функционирование этого регулятора, даже когда он не дает болезненных или других ощутимых симптомов. Вероятно, мы осведомлены лишь о том, что чувствует внутренний регулятор в состоянии активного нормального здоровья. Следовательно, будет правильным включить вегетативную энергию организма в число тех, которые связаны с умом.

Вероятно, вся деятельность в области между автоматической и вегетативной энергиями относится к "подсознательному" уму. Он определенно оказывает влияние на ту часть ума, которую мы обычно называем сознательной.

Все это чрезвычайно важно для тех, кто интересуется обучением или преподаванием, для улучшения их ментальных способностей или для трансформации к высшим уровням, помогая им ознакомиться с понятием пяти энергий и пяти соответствующих им уровней функции. Отчасти это можно сделать наблюдением и экспериментом, а отчасти - изучением различных деятельностей человека: от работы гениев искусства или науки до самой обычной рутинной каждодневной жизни, а также путем установления комбинаций энергий и функций, необходимых для подобных достижений. Такие упражнения таят в себе открытия, дающие немалое вознаграждение. Их следует делать сознательно, поскольку тогда можно установить, что очень многое в человеческой жизни проясняется нам именно при подобном "делании".

Мы установили, что целый диапазон научных, человеческих и духовных явлений, которые можно наблюдать или описать, могут быть описаны и даже объяснены в терминах 12 уровней энергии, начиная от тепловой, самой низшей и наименее организованной формы энергии, до предполагаемой высшей энергии, управлявшей всем процессом Вселенной. Существуют различные виды, или качества, в пределах каждого уровня. Например, существуют чувство-энергия, эмоция-энергия, мысль-энергия - и все они находятся на уровне чувствительной энергии E5. Комбинация и смешивание различных энергий могут давать особые результаты. Вероятно также, что высшие энергии могут организовываться в стабильную форму. Я убежден, что существуют "мысле-формы", которые могут продуцироваться определенными ментальными упражнениями, и что они могут оказывать влияние на более грубые энергии и организовывать их. Выражение "ум над материей" определенно обозначает нечто, что существует и является важным.

Принцип прост: каждая высшая энергия обладает способностью организовывать низшие. Чувствительность может направлять работу нашего автоматизма. Когда я говорю: "я сейчас сяду и стану писать", - это именно чувствительная энергия организует требуемую последовательность движений. Сознание может организовать чувствительность - например, когда мы принимаем решение бороться с каким-нибудь дефектом или концентрировать внимание на конкретной теме. **Решение принимается волей**, но выполняется оно с помощью сознательной энергии, имеющей власть над нашими мыслями и чувствами. Однако этот пример показывает, что существует предел, налагаемый количеством сознательной энергии, имеющийся в данный момент. Мы можем легко это проверить наблюдением того, как мы поддерживаем активный критический интерес к книге, которую мы читаем, или к теме, над которой мы размышляем в течение некоторого времени. Неожиданно наше внимание угасает, подобно лампе, в которой кончилось масло. Что было легким минутой назад, стало невозможным. Мы несколько минут отдохнем, или лучше сделаем несколько физических упражнений, и обнаружим, что "заправились топливом". Мы можем проверить, что это "топливо" не того типа, которое помогает нам читать или думать (поскольку эти процессы могут продолжаться и баз критического внимания), но принадлежит к сознанию, которое стоит за чтением или думанием. Можно предположить, что еще более высокая и мощная Творческая энергия может организовать само сознание. Пониманию этого помогает наблюдение многих художников и мыслителей о том, что в моменты вдохновения они скорее **находят**, или обнаруживают, чем **конструируют** интуитивный скачок еще до того, как началось творчество. В некоторых обстоятельствах творческая энергия оказывает влияние на нескольких людей одновременно, и этим объясняется, что важнейшие открытия часто делаются людьми независимо друг от друга.

3. УМ И ДУША

Наиболее правдоподобным возражением взгляду на то, что человек имеет душу, является довод, что мы не можем обнаружить ничего похожего на душу, когда мы рассматриваем свой ум и его работу. Не можем мы также видеть и того, что какая-то часть нашего поведения предположительно объясняется нематериальным духовным принципом, отдельным от ума.

Итак, "вопрос души" очевидно, важен. Большинство людей в настоящее время полагают, что душа навсегда отвергнута наукой психологии (что буквально означает "наука о душе", хотя наука горда тем, что отказалась от этой гипотезы) и что ум - всего лишь деятельность мозга. Поскольку в этой главе рассматривается "знание", мы должны ответить, можно ли примирить механистический или

материалистический взгляд с верой в то, что в человеке есть нечто, не являющееся собственно материей в движении. Мы предпримем такую попытку, хотя бы потому, что трудно поверить, что наше "Я" - испытывающее радость или страдание, стремящее понять и узнать всю жизнь вокруг нас – не что иное, как химические или электрические явления или какой-то другой механический продукт.

Недостаточно сказать: "Я не откажусь и не могу отказаться от веры в то, что я имею душу". Были времена, когда люди говорили, что они не могут и не откажутся от веры, что Земля есть центр Вселенной, многие и сейчас полагают, что человек - вершина творения, и что вся существующая Вселенная была создана для блага человека. Я встречал интеллигентных мусульман, не сомневавшихся в этом, как и в том, что все происходящее в мире непосредственно регулируется Богом, без вмешательства естественных законов. Как можно быть уверенным в том, что даже если бы отсутствие души не было решительно установлено, оно не будет вскоре продемонстрировано каким-нибудь решительным научным экспериментом. Читателю, не знакомому с ранними буддистскими писаниями, будет интересно узнать, что Будда, как считается, продемонстрировал - более двух с половиной тысячелетий назад - в простых научных экспериментах, что человек не имеет души. Это так называемая Аватта, или доктрина отсутствия души в буддийской психологии.

Всё это меня поражало до тех пор, пока я не услышал простое объяснение Гурджиева: "Человек не имеет души, если только и до тех пор, пока она не сформировалась в нем. Человек имеет возможность души и располагает материалами, из которых может быть сделана душа, но пока он не станет делать душу, эти материалы не имеют постоянной структуры и после смерти человека они распылятся и вернуться в место или состояние, из которого они пришли".

Я нахожу эту теорию довольно убедительной, и она совпадает с моей личной убежденностью в том, что "необусловленная бессмертность души", которой меня обучали в школе, не может быть верной. Это приводит к доктрине о вечном спасении или проклятии, всегда казавшейся мне чудовищной. Независимо от того, что могли бы сказать психологи, две вещи кажутся для меня вполне определенными. Во-первых, я не могу найти в себе ничего такого, что было бы постоянным и независимым от моего физического тела. Во-вторых, я не есть мое тело или мой ум, я имею потенциал стать чем-то большим, чем случайный жилец разрушающегося дома, назову ли я этот дом телом или умом или тем и другим вместе.

В течение длительного времени меня удовлетворяло сравнение вещества души с "тигельными металлическими порошками", не имевшими постоянного состава и формы, но которые под влиянием нагревания могут быть превращены в сплав в форме слитка со стабильной композицией и свойствами. Я принимаю, что "жар", требуемый для расплавления порошков, вызывается "борьбой да и нет"^[14].

Прошло 20 или 30 лет, в течение которых я предпринимал искренние попытки поддерживать в себе эту борьбу - иногда очень интенсивно, иногда отвлекаясь на очень активную внешнюю жизнь, - но сплавления не происходило, и я оставался таким же непостоянным и нестабильным в мои 50 лет, каким был в двадцать. Я начал спрашивать себя, может быть, я "лаю не на то дерево?" Затем начали случаться различные вещи, и я обнаружил для себя, что необходим не только "жар", но и "плюс" /плавень/. (Плюс соответствует помощи, о которой я писал в последнем разделе главы I). Я понял также, что борьба только сама по себе есть почти невозможный путь генерирования требуемой теплоты и что посредством жертвы можно совершенно изменить процесс. Исходя из моего опыта в течение последних 20 лет (то есть после моего 50-летия) я убедился в том, что формирование души возможно и настолько ужасающе трудно, как это казалось. Я приобрел уверенность в том, что имею душу, когда узнал, что она сформировалась из части моего ума и что она фактически способна существовать отдельно от моего физического тела и в состоянии контролировать и организовывать энергии тела и ума.

Я убежден, что "душа" творится из тех же самых энергий, что и "ум", в ходе процесса организации и консолидации. **Душа есть ум, ставший стабильным и независимым от тела.**

Последний момент очень важен. Материал, из которого строится душа ("вещество души", по-видимому, лучшее для него определение), зависит сначала от поддержки тела - подобно тому, как металлические порошки в гурджиевском примере не удерживаются вместе без поддержки тигля. Когда вещество души организуется и стабилизируется, оно становится подобным слитку, который можно вынуть из тигля. Часто тигель приходится разбивать, чтобы извлечь из него слиток. Подобным же образом физическое тело человека обычно должно умереть, чтобы освободить душу.

Читатель, конечно, отметит, что мое собственное убеждение родилось из эмоционального восприятия, затем развилось в интеллектуальное согласие, впоследствии - в убежденность, и из этого перешло в уверенность непосредственного опыта. Возможен вопрос, утверждаю ли я, что "знание о душе" приобретает только 50-ью годами экспериментирования методом проб и ошибок.

Это настолько важный вопрос, что я должен ответить на него как можно лучше. Я полагаю, что можно убедить себя в том, что теория о душе, которая не рождается законченной и бессмертной, но постепенно формируется в течение жизни, является правдоподобной. Она хорошо объясняет факты нашего опыта и согласуется с опытом тех, кто приобрел душу. Эта теория противоречит обычной интерпретации христианской догмы - интерпретации, являвшейся скорее греческой, чем христианской, - в соответствии с которой душа входит в человеческое тело полностью сформированной и покидает его так же, как и пришла,

за исключением аккумулированных последовательностей жизни, которая только что закончилась; и что она будет продолжать существовать дальше в таком же виде во веки веков. Я думаю, что такая интерпретация ошибочна и смешивает "Я", то есть Волю или Дух человека, с проводником, то есть с сосудом или телом души. Замечательная притча о брачном одеянии (Ев. от Матф., 22) и высказывания Иисуса, записанные в евангелиях, полностью совпадают с верой я то, что душу можно "приобрести" или "потерять". ("Какая польза для человека, если он приобретет целый мир, но теряет собственную душу?") Обсуждение такого тонкого вопроса, как теология души, выходит за рамки данной книги, поэтому я перехожу ко второй ступени.

Можно ли проделать какие-нибудь эксперименты и наблюдения, которые подтвердили бы теорию о трансформации души? В последующих главах я буду неоднократно возвращаться к этому вопросу. Но пока я сделаю следующее утверждение. Если вы согласны с тем, что ваше "Я" не есть ваш ум и не часть его, но что-то (или кто-то), который живет в уме, не будучи зафиксирован ни в каком определенном месте, - тогда вы можете пойти дальше и спросить себя: как это происходит, что ваш ум иногда **подчиняется** вашему "Я", а в другие времена - нет? Я говорил, что это связано с присутствием **энергии сознания**. Теперь мы можем предположить, что сознательная энергия делает это, снабжая "Я" рычагом для воздействия на чувствительные энергии мысли и чувства. Существует сродство между "Я", или Волей, и сознательной энергией, помогающей им объединиться и воздействовать на другие энергии. Я назвал бы это "временной душой". В каждый момент времени, когда создан такой союз, он оставляет "организованную сознательную энергию" - и таким путем постепенно образуется душа.

Дело в том, что мы можем знать, как это выгладит; иметь душу - даже до того, как мы приобретем реальную, "истинную" душу. Это значит, иметь хозяина внутри самого себя, которому подчиняются ум и тело. Тогда наступает чувство внутренней свободы и непривязанности к внешним вещам, а также чувство освобожденности от ума и тела.

Мощь и связность "оболочки" сознательной энергии, окружающей "Я", может изменяться в невероятно широких пределах. Она может быть не более чем достаточной, чтобы вызвать состояние наблюдения без способности действовать. Каждому знакомо состояние, в котором "видят и слышат", как глупо и безрассудно поступают - в полном противоречии с желанием собственного "Я", выступающего здесь лишь в роли беспомощного наблюдателя.

Противоположное положение - когда концентрация сознательной энергии настолько велика и так хорошо сплавлена воедино с чувствительностью, что человек становится полным хозяином самого себя. Я вспоминаю, как это впервые случилось со мной в 1919 году, когда я работал в тесном контакте с Гурджиевым. После ночи борьбы и жертвования я нашел, что я полностью освободился от самого себя и стал способен быть и делать, что бы я ни выбрал. Я мог удивляться, любить, бояться, контролировать свой ум; более того, я знал, что всё это - следствие того, что во мне присутствует нечто, обладающее всеми характеристиками "души", которую я искал.

Итак, я говорю, что мы можем делать очень многое для проверки теории души, а также научиться процессу формирования души, а это и есть, в конце концов, важнейшая часть той трансформации, которая является главной темой этой книги.

4. УНИВЕРСАЛЬНЫЕ ЗАКОНЫ

Хотя самопознание должно произойти первым, мы должны также знать, как действует и может действовать мир и ми сами как часть его. Я не имею здесь в виду научное познание: оно скорее сообщает нам, **какие** вещи происходят, а не **как** они происходят. Наука открывает, какие явления происходят предсказуемым путем, и подобные знания используются для более успешной человеческой деятельности, а также как путь к дальнейшим открытиям. Например, наука, знает невероятно много о том, что "электричество" делает, но почти ничего о том, как оно делает это. Обычно это не имеет значения, поскольку ученых и технологов интересуют результаты, а результаты это просто "что происходит и когда".

В поле ментальных процессов вовлечен непредсказуемый элемент: это флуктуация сознания, которое спонтанно и неконтролируемо, что может стать несомненным при проверке. Следовательно, мы никогда не можем предсказать, что случится в данный момент в данном мозгу (я говорю в единственном числе, поскольку существует статистически предсказуемое **среднее** поведение, и оно является основным предметом экспериментальной психологии). Мы должны найти другой принцип, не опирающийся на причину, влияние и максимальную вероятность. Здесь мы не можем удостоверяться повторами, поскольку сознательные действия не повторяются. Это не должно удивлять, если правилен мой вывод о том, что "высшие" энергии сознания, творчества и любви универсальны и не могут быть изолированы и положены в "испытательную трубку". Они могут воздействовать на "нас", а "ми" на них - не можем. Любая попытка изучить их "научно" будет подобна тому, как если бы морская свинка "экспериментировала" над физиологом, поместившим её в клетку.

Отсюда не следует, что мы абсолютно лишены возможности хоть сколько-нибудь понять широкие принципы "как" работают вещи. Существуют универсальные законы, которые могут быть изучены и

применены для решения практических проблем. Эти законы распознавались и изучались в прошлом под различными формами и обозначениями. Я выбрал общий термин **Систематика** для изучения законов, управляющих миром. Эти законы управляют также тем, что делает мир, но в косвенном виде; так что наука фактически учитывает их, не осознавая этого. Так же поступают преуспевающие практические люди. Я опишу здесь только три закона, представляющиеся мне наиболее важными для понимания скрытых процессов нашей трансформации.

1. Закон динамизма

Его называют также законом трехступенчатости или законом триады. Фактически он утверждает, что причина и эффект, или действие /ответная реакция/ не объясняют, как вещи происходят на самом деле. Это возможно только если взять в расчет **Третью Силу**. Эта третья сила воистину таинственна, поскольку мы не можем обнаружить ее теми способами, которыми мы обычно обнаруживаем действия и ответные реакции. Это не означает, что она "не научна". Напротив, в каждой области науки выявляется некая таинственная третья сила. Например, в электричестве мы привыкли к идее о том, что одноименные заряды отталкиваются, а разноименные притягиваются. Далее, атомы состоят из частиц с положительными зарядами (протоны) и отрицательными зарядами (электроны), и мы ожидаем, что они должны либо разлететься в разные стороны, либо уничтожиться, в зависимости от того, одноименные они или разноименные. Возникла необходимость предположить, что существует третий тип силы (сила обмена и связывания, или энергия мезона), действующая таким образом, что противоречие между положительным и отрицательным как бы примиряется. Никто не претендует на то, чтобы знать, что это за сила, или как она срабатывает, но все согласны в том, **что она работает**. Современная физика полна примеров замечательных результатов, полученных наблюдением того, что случается, с допущением полного неведения наблюдателей относительно того, как это случается и даже с чем это случается. И все же, если взглянуть на все удивительные достижения современной физики - включая астрофизику, преподавшую нам невероятные вещи о физической вселенной, - мы всегда можем видеть проявление трех независимых факторов. Я назвал их Утверждающим, Воспринимающим и Согласующим Импульсами. Закон динамизма говорит о том, что "как" любого типа события зависит от способа комбинации этих трех импульсов. Я не буду более останавливаться на этом, поскольку гораздо легче понять это на фактических примерах, которые мы можем сами для себя тестировать.

2. Закон Конструктивной деятельности

Он называется также **Законом Тетрады**. Этот закон раскрывает нам, как происходят процессы, чтобы в результате возникло состояние порядка или связности /когерентности/. Мы находим, что существуют различные факторы, дающие процессу **направленность**, которые обеспечивают его **средствами** - мы называем их мотивационными и инструментальными **источниками** деятельности. Всегда существует некий тип Идеала или Цели, а также исходный момент, или Основное Состояние; линия, соединяющая их, есть направление процесса. Существует также некий тип внутреннего механизма, а также внешней движущей силы, которые можно сравнить с мотором и горючим, приводящим его в движение. Эти "инструментальные" члены могут быть чрезвычайно разнообразны. В работе нашего ума они могут принять форму мысли (внутренний механизм) и эмоции (движущая энергия).

Дело в том, что без соответствующей структуры и взаимного приспособления четырех факторов процесс либо дробится на куски, либо стопорится. Можно проиллюстрировать это на примере процесса трансформации, описанного в главе первой. Существует четыре источника, из которых выливаются влияния, чтобы поддержать ход процесса. Два из них дают направление: первый - знание навей настоящей ситуации и её возможностей, а второй - источник помощи, являющийся также Идеалом или целью, к которой мы стремимся прийти. У нас в распоряжении различные средства: это борьба и жертва, и комбинации /сочетания/, в которые обе они вовлекаются. Эта четверка должна соотносить Направления и Средства. Средства не должны становиться конечной целью: мы не должны бороться ради самой борьбы, мы также не должны просто отбрасывать то, что нам дорого, как если бы выбрасывание вещей являлось самоцелью. Подобным же образом мы должны осознавать, что знание само по себе не изменяет нас: оно только сообщает нам, что трансформация возможна и в каком направлении она должна идти.

При планировании любого предприятия нужно искать и определять четыре источника или члена тетрады. Нужно довольствоваться тем, что от каждого из четырех источников пойдет эффективный поток и что они надлежащим образом приспособятся один к другому.

3. Закон Риска

Каждому известно из собственного опыта больших и малых дел, что все они без исключения рискованны. Большие начинания могут пойти по ошибочному пути из-за множества непредсказуемых факторов. Малые начинания могут быть унесены потоком больших дел: но они подвержены риску за пределами контроля за ними - это мы называем **большими силами**. Если в нашем опыте мы находим, что риск присутствует всегда, то мы должны ожидать, что он универсален и за пределами нашего опыта. Другими словами, мы должны быть готовы принять, что должен существовать Закон Риска, действующий повсеместно. Если мы посмотрим на жизнь объективно, то увидим, что риск делает её интересной и стоящей

того, чтобы прожить её. Если бы всё управлялось строгим законом причины и следствия, и всегда было бы возможно предсказать исход действия, мы являлись бы сборищем вполне механических игрушек, осужденных ходить и говорить, и не знаящим, что им делать и чего не делать.

Для моей основной книги я выбрал название "Драматическая Вселенная", чтобы подчеркнуть тот факт, что вселенная интересна как раз вследствие риска и, следовательно, на любой своей шкале открыта драма успеха и неудачи.

Закон Риска говорит нам о том, что любой процесс, направляющийся к определенной цели, обязательно будет отклоняться вследствие своих реакций, и если эти отклонения не будут компенсированы, процесс либо остановится, либо изменит свое направление полностью, став "собственной противоположностью". Закон Риска говорит и о том, как может быть достигнута компенсация - в основном за счет объединения независимых процессов. Иногда кажется, что два процесса противоположны или даже конфликтуют, и все-таки, если они движутся в определенном направлении, то это происходит только за счет их взаимодействия.

Знакомый пример - это пример "роста". С момента зачатия новое человеческое существо зависит от своих родителей. Без них оно не могло бы родиться, без родителей оно также не может продолжать жить и развиваться - или, в случае утраты родителей, без участия приемных родителей. Действие родителей направлено в сторону развития взрослого человеческого существа, и все же сам факт зависимости, которой требует процесс, может создать "маменькина сынка" или незрелого взрослого, если только процесс не будет скомпенсирован побуждением к независимости, развивающимся из контакта ребенка с обществом. Существует конфликт между домом и миром, и все же правильное взросление возможно только благодаря этим двум противоположным процессам.

Следует заметить, что **фактор времени** имеет критическое значение. **Влияния** внешнего мира не должны приходить слишком рано или слишком поздно и не должны быть слишком слабыми или слишком сильными. Правильно приуроченное воздействие - это то, что Гурджиев называл "шоком", и он сформулировал Закон Риска в терминах музыкальной октавы, восходящей тонами и полутонами от "до" до "до". Полутона у ми-фа и си-до соответствуют моментам, в которых другие процессы должны проявить свое влияние.

Гурджиев пошел дальше, назвав это "первым изначальным космическим законом", и хотя он не пользовался выражением "Закон Риска", даваемое им описание (в книге "Всё и Вся", глава 39) означает именно это. Действительно, его объяснение настолько затемнено и косвенно, что мне фактически пришлось самому вновь открыть закон, прежде чем я начал понимать его.

Я уверен, что всем нам очень важно понять и по возможности проверить Закон Риска. Он помогает понять, почему так часто благие намерения во имя человечества терпят неудачу и даже приходят к своей противоположности. Гитлер, без сомнения, начал с наилучших намерений поднять моральный дух германского народа и дать ему новую осмысленную цель, и известно, чем он закончил. Причина такого конца не так очевидна. Вероятно, она обусловлена тем фактом, что мировая апатия семи роковых лет 1932-39 годов помешала развиваться сильному контрпроцессу.

О Законе Риска можно говорить очень много, но я хочу избежать, насколько это возможно, "теоретизирования". Четыре примера Знания, которые я взял: тело, ум, душа и универсальные законы - не содержат в себе того, что нам необходимо знать. Я выбрал их, поскольку ими пренебрегают в нашей системе образования и поскольку они дают материал, который разумный читатель может проверить для себя и последовать ему.

Я хотел бы закончить эту главу, проведя различие между знанием, полезным для воздействия на окружающий нас мир, и знанием, полезным для воздействия на самих себя. Знания первого вида очень много, но не так легко найти второе. Знание второго вида направлено в основном на достижение трансформации. Но даже для тех, кто не чувствует побуждения вступить на трудный и опасный путь поиска приобретения души, все равно полезно узнать о человеке и о том, как можно улучшить работу его тела и ума.

"Через все трудные дисциплины школьного обучения проходит одна общая нить: пренебрежение конкретными значениями и расширение способности жонглировать словами. Это очень усиливается оценкой результатов посредством письменных и устных экзаменов, которые никто не пытается соотнести с каким-либо внутренним пониманием. Одним из трагических последствий подобного процесса / обучения/ является существование в мире миллионов людей, абсолютно незащищенных против словесного внушения".

("Для чего мы живем")

Глава 3

КОММУНИКАЦИЯ

Мы живем нормальной человеческой жизнью, лишь разделяя свой опыт с другими. Чем больше мы можем поделиться, тем богаче и полней наш собственный опыт. Трансформация в направлении большего совершенства означает также более совершенное "деление". Знаком совершенного человека является его способность делиться радостями и страданиями, общечеловеческой глупостью и мудростью. Следовательно, можно считать, что способность делиться - а, значит, коммуницировать - развивается как неотъемлемая / интегральная / часть процесса трансформации. В этой главе я прослежу некоторые стадии, благодаря которым в нас может развиться способность коммуникации.

1. ИСКУССТВО СЛУШАНИЯ

Пронаблюдаем и отметим, насколько много и как хорошо мы вслушиваемся в то, что говорят другие люди; слушаем ли мы ради самой коммуникации или ради критики и самоутверждения? Хотим ли мы понять не только то, что говорится, но и намерения говорящего?

Мы должны регулярно упражняться в искусстве слушания. Можно делать специальные упражнения, прислушиваясь к людям, которые не привлекают нашего внимания, и говорят вещи, которые нас не интересуют.

Слушание ведет нас к первому требованию коммуникации: **восприимчивости**. Мы должны научиться отличать пассивную восприимчивость, которая близка к внушаемости, и неразличающее восприятие всего, что мы слышим, от динамической восприимчивости, которая помогает нам "абсорбировать" всё, что нам говорят, и соотносить это с тем, что мы уже знаем и понимаем на эту тему. Динамическая восприимчивость требует положительного акта воли. Мы должны научиться распознавать этот акт и прибегать к нему всегда, когда хотим слушать динамически.

Мы можем распространить понятие динамического слушания на все ситуации, в которые мы ставим себя, чтобы понять **намерения** того, что сообщается нам. Это применимо к чтению так же, как и к слушанию. Не многие люди знают, как читать в состоянии динамической восприимчивости. Это очень сильно отличается как от пассивного некритического проглатывания того, что говорит автор, так и от агрессивного критического отношения, направленного только на опровержение.

Поскольку мы заняты только возможной трансформацией, следует быть готовым к тренировке с самого начала, чтобы поместить себя - в любом случае, когда это необходимо - в состояние динамической восприимчивости. Эта способность всегда полезна, она повышает наши шансы на возможности, которые мы иначе бы не заметили. В трансформации это более чем полезно: если мы не научимся слушать и замечать, что сообщается нам, рано или поздно мы натолкнемся на препятствие, которое может сделать дальнейший прогресс невозможным. Это может случиться, когда станет необходимым постигать и распознавать то, что хочет нам сообщить какой-нибудь мудрый человек, - мы можем не сделать этого из-за недостатка опыта или чувствительности к пониманию.

Слушание в своем самом широчайшем смысле включает в себя все виды динамического восприятия. Нам следует натренировать себя лучше видеть. Каждый специалист замечает вещи, связанные с его собственной специальностью, которые нетренированный человек упустит. Тренированный глаз не менее необходим для коммуникации, чем тренированное ухо. Мы должны научиться замечать выражение лиц, жесты, осанки или позы людей, с которыми мы разговариваем.

Упражнения на развитие способностей более полного использования наших органов чувств и восприятия ценны и за пределами коммуникации, обладая тем преимуществом, что дают осязаемые результаты, которые каждый может проверить. Следовательно, они полезны для начинающих, у которых мало опыта в том, на что можно положиться. Эти упражнения в действительности не элементарны, поскольку их можно углубить намного больше обычной восприимчивости. Существует внутреннее вслушивание, которое вбирает обычно не замечаемые вибрации звука, и этим открывается форма коммуникации, находящаяся за пределами речи.

Некоторые люди восприимчивее других к едва уловимым звукам и движениям, но у них есть тенденция замечать только то, что они способны чувствовать сами, и упускать именно то, что сообщается этими "неуловимостями". От природы нечувствительным людям трудно поверить, что они не могут вобрать в себя то, что они видят и слышат. В обоих случаях необходимы упражнения. Способность слушать очень редко является врожденной в человеке. Большинству из нас необходимо долго и упорно работать для приобретения динамического контакта с тем, что мы видим и слышим.

Истинное умение слушать музыку и восхищаться живописью определенно является средством улучшения нашей восприимчивости. Художник должен коммуницировать, или же его работа гибнет. Художник должен быть заинтересован в том, чтобы вызвать динамический отзыв. Может, поэтому, создается впечатление, что требование, которое мы ищем, может быть найдено в искусстве. Это верно только отчасти. Можно искренне восхищаться искусством и музыкой и хорошо понимать замысел художника и все же оставаться нечувствительным и 'безответным к людям во плоти. Художник может обладать очень большим потенциалом к трансформации, но утратить его, если не сможет соединить это с персональной коммуникацией.

Короче говоря, нам всем необходимо постоянно упражнять себя в искусстве слушания и видения.

2. ЯЗЫК

Потребность поделиться опытом очевидно присуща маленькому ребенку еще до того, как он произнес свое первое слово; но его учат говорить о предметах и действиях, а не о его собственных чувствах и состояниях. Это порождает разрыв между тем, что мы **хотим** сказать, и тем, что мы можем сказать, - и это преследует нас всю жизнь.

Пока мы удовлетворены коммуникациями о вещах, которые мы можем видеть и касаться, и действиях, которые мы можем демонстрировать, наш язык может быть очень эффективным инструментом. Когда же мы хотим говорить о неосязаемых вещах, мы можем надеяться только на то, что наш слушатель поймет используемые нами слова в том же самом смысле, который они имеют для нас.

К сожалению, многие слова и фразы, относящиеся к нашему личному опыту, очень трудно верифицировать. Другие слова и фразы используются с полнейшим пренебрежением к их возможному значению. Среди таких слов есть несколько, относящихся к опытам и процессам, жизненно важным для нашей трансформации. Мы должны быть способны коммуницировать наши внутренние проблемы, а очень часто находим, что никакое слово не может выразить того, что мы хотим сказать. Мы хотим совета и помощи в понимании самих себя, и нуждаемся в точных инструкциях о том, что мы должны делать перед лицом наших внутренних проблем.

Когда мы сталкиваемся с проблемой языка, может показаться, что потребуются сотни слов, чтобы выразить бурлящую сложность нашего личного опыта. При более пристальном рассмотрении мы находим, что для понимания необходимо очень небольшое число слов, подразумеваемое значение которых разделено с другими, для условного коммуницирования о "внутренних мировых проблемах". Каждому необходимо составить свой собственный "лист" важнейших слов и взяться за прояснение их значения для самого себя. Приводимый ниже перечень предлагает возможное начало; но я хочу подчеркнуть, что ценность упражнения заключается в рассмотрении своих собственных проблем и в попытке выразить их словами, которые другой человек обязательно поймет так, как мы намеревались.

Выбранные мною 2.1 слово разбиты на три группы по принципу того, кто мы есть, с чем мы экспериментируем, а также каков способ работы нашего внутреннего мира. Я назову их "кто"-слова, "что"-слова и "как"-слова. Эта три группы, возможно, не подойдут каждому, и, конечно, я не ожидаю, что любой человек создаст подобный же "лист".

К этим типовым словам внутренней жизни я добавил бы неклассифицируемое слово СВОБОДА - ключ всей ключей и самое труднейшее слово для понимания.

Ключевые слова внутренней жизни человека

"кто"-слова

Я
Самость
Индивидуальность
Бытие
Воля
Ум
Душа

"что"-слова

Ощущение
Чувство
Мысль
Сознание
Надежда
Любовь
Вера

"как"-слова

Память
Совесть
Искренность
Внимание
Решение
Присутствие
Понимание

Мы пользуемся всеми этими словами довольно свободно, но редко задумываемся, что именно мы намереваемся ими передать. Едва ли удивительно, что мы так мало преуспеваем в коммуникациях о нашей внутренней жизни. Нам необходимо приобрести уверенность, что мы действительно хотим и намереваемся коммуницировать, а не просто "говорить о самих себе", что совсем другое дело. Имеют значение не наши "нравится-не нравится", не наши теории и взгляды на мир или наши приключения и опыты, но кто и что мы действительно есть и как мы собираемся улучшить ситуацию.

Все человеческие существа сконструированы по одному и тому же основному паттерну /образцу, узору/ - не только в отношении физического тела, но и механизма внутренней жизни. Мы должны знать этот внутренний механизм, чтобы коммуницировать разумно и полезно. К сожалению, мы не можем рассечь наши умы и души и посмотреть, как там сложены вместе различные части, не можем мы также продемонстрировать их работу, определить и описать происходящие там явления. Мы вынуждены полагаться на то, что мы открываем сами, и из этого мы должны сконструировать язык, которым мы можем делиться с другими.

В распоряжении имеется два метода: самонаблюдение и самовопросание; взаимное вопрошание друг друга и разделение опыта с другими. Оба метода должны сочетаться, чтобы привести значения слов в четкий фокус для нас самих и для того, чтобы мы смогли делиться ими с другими.

Работа по прояснению есть истинная дисциплина. Любой ценой мы должны избегать болезненного самоуглубления, или чрезмерного интереса к самим себе. Наш интерес должен быть направлен на понимание содержания нашего опыта также непривязано, как химик рассматривает сложное химическое соединение. Когда мы обсуждаем элементы внутренней жизни с другими, мы должны избегать того, что Гурджиев заклеил как "мудрствование", то есть выдумывание идей, которых мы не можем проверить.

Обеих этих ошибок можно избежать планомерным самоизучением. В последующих главах будут даны различные упражнения для этой цели. Общий язык лучше всего создается как побочный продукт самоизучения и обмена опытом. Тем не менее, необходима определенная фиксация значений, и я предложу способы рассматривания слов, выбранных мной для моего собственного листа.

"Я"

Всё, что мы можем наблюдать и даже думать, это есть "не-Я". "Я" есть тот, кто наблюдает и думает и решает, но ни в коем случае не инструменты, с помощью которых делается наблюдения, принимаются мысли и решения. Мы запутаемся в трудностях, если будем ставить дополнительные вопросы типа "является ли Я всегда оциам и тем же?", "Я - это нечто одно или много Я?", "существую ли Я или же Я-чувство всего лишь состояние моего ума или тела?" Поскольку мы не можем ответить на эти вопросы из прямых наблюдений, у нас нет способов проверить, что (или кто) "Я есть".

Самость

Когда я говорю о "самом себе" - на что я ссылаюсь? В соответствии с одним учением, у нас не одна, но несколько самостей. Все, что мы можем сказать наверняка, это то, что в любой момент присутствует набор мыслей, чувств и действий, связанных с нами здесь и теперь, и мы можем называть эту коллекцию "самостью" или, лучше, "одной из моих самостей". Избегайте подобно чуме иллюзии, что вы уже "знаете самих себя", потому что вы не знаете!

Индивидуальность

Я предпочитаю резервировать это слово для "Я" истинного мужчины или женщины, в которых мы надеемся трансформироваться. Если мы примем нашу реальность за нишу "волю", то есть нашу способность выбирать и решать, тогда мы можем сказать, что Индивидуальность есть единственная постоянная Воля. Но все же очень трудно понять или изобразить ее, и еще труднее говорить о ней.

Воля

Мало слов используется так беззаботно и так не соответствует истинному содержанию. Под "волей" должно подразумеваться нечто специальное - способность делать акт собственного выбора. Бесплезно пытаться зафиксировать, что мы имеем в виду под "актом", "свободой" или "выбором". Почти невозможно дать ясную картину того, что означает "воля", и для этого существует основательная причина: воля, подобно "Я", - всегда субъект никогда не объект опыта. По моему личному убеждению, **воля обладает свойствами разделения и объединения**, так что мы можем говорить о "фрагментах воли" или об "объединенных волях". Мы осведомлены о конфликтах внутри самих себя, и не трудно видеть, что они обусловлены противоположными "волями". Не легко увидеть, что подразумевается под унификацией воли, поскольку это проявляется только в процессе трансформации. Во всяком случае, я использую слово "воля" для любой большой или малой способности выбирать и решать.

Ум

Некоторые люди говорят, что слово "ум" вообще ничего не означает. Другие говорят, что это осведомленность о том, что происходит в наших телах. Третьи связывают его с думанием и утверждают, что там, где нет мысли, нет и ума. Я употребляю слово "ум" как эквивалент всему тому, о чем мы можем быть осведомлены как происходящем внутри нас самих, - но это не определение. Каждый из нас должен открыть сам для себя, что именно значит ум.

Душа

Это еще более спорное понятие, чем ум. Не входя в детали, я использую слово "душа" для обозначения трансформированного "ума". Дуда по отношению к уму - как горшок по отношению к глине, из которой он вылеплен и отождествлен.

Ощущения, чувства и мысли

Эти слова обозначают различные виды опыта, возникавшего в нашем уме. Мы узнаем, как их распознавать, в главе 5.

Сознание

Я считаю, что сознание - это вид энергии, освещающей наше внутреннее состояние, наподобие электричества, освещающего комнату. Точно так же, как электричество способно делать больше, чем только давать свет, сознание делает возможным всё многообразие деятельности. Например, сознание - главное средство установления прямого контакта между двумя умами.

Надежда, Любовь и Вера

Это операции еще более высокой энергии, которую я называю **творчеством**.

Дело в том, что мы не можем создавать надежду, любовь и веру по нашему собственному выбору - как мы можем, например, создавать мысли или даже чувства. Еще более важно понять, что эти великие слова в большинстве случаев используются без всякого представления об идее, которую они обозначают. Они свойственны операциям "внутреннего мира", которые мы не можем ни понять, ни коммуницировать до тех пор, пока не пройдем длинный путь по тропе трансформации.

Очень полезно размышлять об этих и других словах этого ряда и спросить себя: можем ли мы придать им значение, основанное на том, что мы актуально испытываем и распознаем? Это упражнение на "самовопрошание" таит в себе почти неограниченные возможности, и все же, подобно любому другому, оно может быть неправильно использовано. Мы должны научиться не позволять нашим ассоциациям лениво дрейфовать вокруг вопроса; мы также не должны позволять себе размышлять над вещами, которые мы не можем понять.

Правильное самовопрошание есть **акт воли**: он помещает нас в положение перед нашим собственным невежеством в той самой точке, где есть шанс научиться чему-то новому. Истинным самовопрошанием можно поделиться. Оно создает особую связь между теми, кто пытается проникнуть в значения, особенно в значения важнейших элементов нашей внутренней жизни.

Память

Мы должны знать нашу собственную память. Это то, что связывает фрагменты нашей жизни в связанное целое. Но многие люди не обладают связанной тотальной памятью: они не могут вспомнить вдруг различные вещи, которые вспоминает лишь временами.

Самое главное - **они не могут помнить самих себя**.

Одно из самых полезных упражнений, которые я узнал, показал нам Успенский в 1921 году. Оно заключается в попытках вспомнить собственное существование во время поглощенности какой-либо деятельностью. Это упражнение вскоре обнаруживает для нас слабость нашей способности к такой памяти. Мы обманываем себя, предполагая, что **можем** вспомнить то, что мы хотим вспомнить, поскольку мы смешиваем способность случайного воспоминания со способностью помнить постоянно.

Вторым очень важным упражнением, связанным с памятью, является **попытка вспомнить состояние чувств**. Если мы сможем вспомнить горе посреди радости и радость посреди горя - мы уже находимся на полпути к внутренней свободе. Но кто обладает такой способностью и как можно ее культивировать?...

Рассматривая такие вопросы, мы начинаем понимать, как загадочна и непонятна память, и как мы далеки от четкой идеи "истинной памяти".

Совесь

Это обширнейшее слово "понимается" настолько различно, что оно перестало оказывать на нас влияние. Мы говорим о "плохой совести", когда имеем в виду нашу реакцию на подавление в социальной сфере или на сформированную в детстве привычку рассматривать какую-либо форму поведения как неправильную. Поскольку такие реакции не представляет собой ничего большего, как кондиционирование наших эпохальных рефлексов, они - и совершенно справедливо - перестали рассматриваться как священные. Мы хорошо знаем, что под "чистой совестью" могут маскироваться индифферентность, самоудовлетворенность и созерцательность самого опустошительного свойства.

Можно ли найти значения совести, подразумевающие одно и то же для всех для ей, и восстановить тот глубокий смысл, который вкладывали в это слово наши глубокие предки?

Успенский определял совесть как состояние, в котором человек чувствует одновременно все свои эмоциональные противоречия. Эта "осведомленность о противоречии" определенно является важным элементом, но это еще не всё, что означает истинная совесть. Гурджиев называл совесть самым "Святым Импульсом" и "представителем Творца в человеке", а также тем, что единственно дает человеку право называться сыном Бога. Это определение очень далеко от несовершенной версии современной психологии, которая сводит совесть к "эмоциональной фиксации".

Я совершенно уверен в том, что все мы имеем психический инструмент, который **знает правду о нас самих**. Этот инструмент будет справедливо называть Совестью. Для тех, кто не хочет встать лицом к лицу с правдой, это неудобный инструмент, и тогда изобретаются различные защитные приспособления, мешающие посылкам совести достигать сознательного ума. Те, кто ищет трансформацию, должны желать и быть готовыми знать правду, и для них "пробуждение совести" есть необходимая ступень.

Искренность

Я только что употребил выражение "правда о самих себе" - но что это за правда и как мы можем узнать её? Наши мыслительный аппарат, подобно компьютеру, может работать только по правилам, которым он обучен следовать, и может использовать только идеи, которые введены в него.

Общезвестно, что "правда" одного человека является ложью другого, и что наша способность обманываться - и самообманываться - бесконечна. И того меньше можно положиться на наши чувства: в действительности именно наша "нелюбовь" к обнаженной правде закрывает к ней наши чувства.

Средством для излечения нашей неспособности принимать правду является практика искренности или открытости.

Здесь таится возможность заблуждений. Мы можем ошибочно принять самообвинение или даже ненависть к себе за искренность, в то время как они являются той самой завесой, за которой мы прячем правду о самих себе. "Искренность" с другими может быть лицемерием, высокомерием или даже беззащитным вмешательством в их дела. Существует также глупая искренность, заключающаяся в том, что говоришь ненужные вещи или в не нужное время и не с тем человеком. И все же искренность - это ключ к совести и наилучшее средство установления глубоких взаимоотношений с теми, в чьей помощи мы нуждаемся.

Говорится, что ученик на пути трансформации должен практиковать "абсолютную искренность" со своим учителем. Такие высказывания нередко сбивают с толку, поскольку в них утверждается, что обычные люди способны быть искренними. Когда под руководством человека, прошедшего путь трансформации, формируется группа, в один из подходящих моментов им дается "задача на искренность", то есть абсолютно искренний рассказ об их собственном опыте. Ценность этого упражнения заключается в демонстрации того, что искренность не достигается желанием быть искренним, но приближением к внутренней свободе и связанной с ней способностью решать.

Искренность есть средство достигать самопознания, для того, чтобы стала возможной истинная коммуникация и для пробуждения совести. Ею нужно заниматься осмотрительно и с пониманием - всегда помня, что её можно ложно понять, и что в нас есть нечто, не желающее искренности. Это "нечто" должно быть внесено в свет совести.

Внимание

Мы знаем, что значит быть внимательным или невнимательным. Но знаем ли мы, чем является внимание и что заставляет его появляться и развертываться? Общеизвестное упражнение на внимание - как долго вы можете смотреть на секундную стрелку часов не отвлекаясь? - убедит каждого, что мы способны удержать наше внимание не более двух минут. Мы знаем, что внимание очень зависит от интереса: наше внимание "приковывается" к какой-нибудь возбуждающей драме, в то время как от скучной задачи оно ускользает. Если мы "не обращаем внимания", "вернуть нас назад" может только шок; или, впрочем, без всякой видимой причины внимание может возвращаться, и тогда мы снова включаемся в то, что мы делаем.

Все это общеизвестно, но как мало понимается! Можем ли мы улучшить нашу способность внимания? Существует много упражнений, которые могут помочь, но они не достигают самой сути дела, заключающейся в том, что происходит "затемнение" в нашем опыте, когда внимание ускользает, и внезапная "освещенность", когда оно возвращается. Эти явления можно сравнить с выключением и повторным включением электрического света. Аналогия утверждает, что внимание есть поток энергии, начинающийся и прекращающийся сам по себе. И все же наше внимание так тесно связано с нами самими, что мы не можем принять идею о том, что не обладаем никакой властью над ним.

Мое личное убеждение состоит в том, что **внимание есть акт воли** - самый простой и примитивный акт воли, который происходит прежде, чем мы можем сделать что-либо по собственному выбору. **Мы есть наше внимание.** Там, где наше внимание, - там и мы. Когда уходит наше внимание - уходим и мы.

Этот вывод, в конце концов, всего лишь одно из многих возможных объяснений внимания. Я дал его в качестве исходного момента для вашего собственного исследования. Чем бы ни было внимание, оно безусловно важно. Оно имеет нечто общее с энергией - возможно, сознательной энергией, и имеет также нечто общее с волей - и, следовательно, с "Я". Вы должны изучить внимание сами и сделать свои собственные выводы. Даже если вы уже пытались делать упражнения по наблюдению за секундной стрелкой часов, делайте его снова и приложите все усилия, чтобы заметить, как приходит внимание и как оно уходит.

Решение

Кажется, что это слово довольно легко объяснить: решение есть акт воли. Но как мы решаем реально? Мы не должны пользоваться словом "решение" до тех пор, пока не выясним, что акт решения сделан реально. Как часто мы говорим, что мы решили что-то, когда в действительности мы обнаруживаем, что подвластны какому-то течению действия либо в силу нашего собственного желания, либо потому, что нас к этому принудили. Используя безответственное слово "решение" в наших размышлениях и в разговоре с другими, мы просматриваем, как редки истинные решения и как велико их значение. Я попытаюсь использовать слово "решение" исключительно в смысле **сознательных актов воли, когда в нас присутствует осведомленность о том, что мы выбрали между двумя альтернативами и что бескомпромиссно настроили себя на то, чтобы претворить решение в действие.** Очень важно установить для самих себя использование

слова а этом значении и пользоваться другими словами типа "намерение", "предположение" для обозначения актов выбора без твердой решимости.

Присутствие

Нам нужно подобрать слово, чтобы передать состояние, в котором "мы" присутствуем внутри "самих себя". Мы говорим об "отсутствии в уме" (рассеянности) и о "присутствии в уме", но не отмечаем той специфики ситуации, когда мы можем говорить обо "мне" без "Я". Если мы будем рассматривать "Я" как наш дом, то мы обязательно допускаем, что мы редко бываем дома. Мы ожидаем от самих себя и от других ответственного поведения, под которым подразумеваются акты воли, в то время как "Я" отсутствует там и не может выполнить такие акты.

Существует и другой способ рассмотрения этого: сказать, что мы спим или бодрствуем. Когда мы спим, мы не можем "решать" и, следовательно, мы не несем ответственности. Это стадия, которую Гурджиев назвал "человек-машина", действующая лишь по принуждению и побуждению, то есть в соответствии с автоматическими рефлексам и стимулами внешних явлений.

Как только понято различие между присутствием и отсутствием, становится очевидным, что мы редко бываем "дома". Это может возбудить в нас желание **быть способными** присутствовать. Я помню, что испытал это сам как очень реальный, но особый вид страха. "Если ко мне вдруг придет смерть в такой момент, - сказал я себе, - что останется помимо мертвого тела?" "Где же буду Я?" Позднее я открыл, какое чувство безопасности и свободы приходит от осознания присутствия и понимания того, что я не теряю контакта с самим собой даже когда я сплю.

Я не могу объяснить или описать, что такое "присутствие", но могу сказать, что это не есть исключительно ментальное состояние. Оно связано с моим телесным существованием здесь и теперь, и все же оно не зависит от него. Это нечто большее, чем осведомленность о том, что ты существуешь; это подобно тому, что ты осознаешь, что имеется субстанциальная связь между "я" и "Я". Я лично убежден, что этой связью является то, что подразумевается под "душой" Трудность в том, что мы не можем ничего делать с нашей душой, но мы можем очень много сделать в отношении присутствия. Некоторые из самых главных духовных упражнений предназначены для обновления и поддержания состояния присутствия.

Понимание

Нам нужно подобрать слово, намного более сильное, чем "знание", для выражения уверенности, которая приходит с опытом жизни и с размышлением и которая дает нам возможность принимать наши собственные решения и, если это необходимо, принимать решения и за других. Я буду использовать слово "понимание" в этом невероятно сильном и позитивном значении. То, что мы понимаем, есть целостная часть того, чем мы являемся: её нельзя изъять из нас, она пришла из опыта, форму которому придало знание. Понимание апробируется огнем жизни, и мы не можем сомневаться в нем. Оно обладает качеством выражения: если я коснусь рукой огня, я обожгусь. Понимание есть "глас воли"; оно помогает нам действовать с уверенностью, которая не может исходить из одного только знания. Возможно, новые факты будут противоречить тому, что я понимаю сегодня под налетным знанием, но они не разрушат моего понимания.

Знание есть содержание моего ума, но **понимание есть форма моей воли**. Мое понимание есть обладание моим "Я". Если что-нибудь, что я узнал в этой жизни, останется со мной, когда я умру, это будет мое понимание, но не мое знание ^[151].

Знание можно передавать от одного человека к другому - но не понимание. Например, основной элемент понимания можно выразить словами: никогда не отказывайся! Многие согласятся, что это правильно, но не многие понимают, что под этим подразумевается. В предшествующей главе я пытался передать, что я понимаю под "жертвой" и "помощью", но никто, кто не испытал этих действий на себе самом и не научился осуществлять их, не может понять их значение.

Когда встречаешься с новой идеей или побуждением к действию, это оказывается очень полезным упражнением упражнением для пристального изучения собственного понимания. Мы не можем побудить себя к тому, что мы не понимаем, так что наше понимание является пределом наших решающих актов воли.

Свобода

Это особенное и странное слово, поскольку мы не можем "знать", что такое свобода. Мы не можем объяснить или описать её. Мы не можем даже вспомнить, что это такое, когда свобода отсутствует. Следовательно, мы всегда находимся в состоянии сомнения в том, означает ли это слово вообще что-нибудь. И все же мы не можем отмахнуться от него, поскольку полное отсутствие свободы лишило бы смысла всё то, что значимо для нас.

Особенность свободы в том, что она принадлежит к миру, которого мы пытаемся достичь - но не к миру, в котором мы находимся. Мы постоянно видим свободу вверх ногами. Мы думаем о свободе как о высвобождении от напряженности, от правил и законов, которые нам не подходят. Истинная свобода - свобода по направлению к реальному миру, в котором "Я есмь" больше уже не странник, но обретает свое место, где всё, что Я ДЕЛАЮ соответствует тому, что Я ЕСМЬ. Здесь мы имеем преимущество перед философами, которым необходимо схватить идею умом, прежде чем принять её. Свобода самопротиворечива

и не может быть схвачена умом. Это - свойство Воли, и оно имеет не более места в уме, чем в теле. Для ума свобода выглядит не-свободой, а не-свобода выглядит свободой. Только тот, кто вкусил реальность, может понять, что это значит.

Я уделил много времени рассмотрению слов, которые я считаю важными для коммуникации в пределах внутреннего мира, не столько для того, чтобы объяснить их, но чтобы предложить способы, которыми мы можем изучать их сами для себя. О них невозможно говорить с пользой "с холодной кровью", то есть вне внутреннего опыта, к которому они относятся. Цель групповых обсуждений - не беседовать о словах, но делиться опытом. При таком взаимном разделении опыта значение слов нивелируется, и тогда люди начинают понимать друг друга. Между ними выплывает связь, которая никогда не может быть разрушена.

3. БЕССЛОВЕСНАЯ КОММУНИКАЦИЯ

Когда что-нибудь говорится и делается, высказанное слово остается неадекватным как инструмент коммуникации об опыте внутреннего мира. Для видимого, осязаемого мира вещей и тел оно срабатывает хорошо и является сродством, с помощью которого люди могут кооперироваться в процессе общения с миром. Поскольку слово успешно в своей собственной сфере, мы хотим от него слишком многого и разочаровываемся, когда устанавливаем, что для вещей, которые имеют истинное значение для нас - наши самые потаенные внутренние желания и надежды, тайные ожидания и страхи, - оно самым плачевным образом терпит фиаско.

То, что связывает нас в видимом мире, разделяет нас в мире невидимом. Мы путаемся в особом **анти-языке**, который будет работать на пути, прямо противоположном устной речи. Речь очень эффективна, когда она ясна и недвусмысленна. Анти-язык должен быть неопределенным и мультиценностным. Он должен сообщать свои значения полутонами и обертонами. Обычная коммуникация должна стать услышанной и прочувствованной. Анти-язык звучит *setto voce* (тихим голосом), замечаемым только теми, чье внутреннее ухо открыто.

Я впервые осознал этот странный язык, когда находился с Гурджиевым в течение последних двух лет его жизни. Снова и снова он говорил мне вещи, имеющие глубокую и длящуюся во времени значимость / значение/, в то время как его губы рассказывали комические истории, приключившиеся с англичанами, и прочие пустяки. В другом месте ^[16] я описывал, как двадцать человек, сидящих вокруг стола, могли воспринимать индивидуальные послания, и каждый был убежден, что Гурджиев обращался только к нему одному. Этот вид коммуникации требует, чтобы те, кто принимает в ней участие, находились в особом состоянии чувствительности. Это состояние обладает особым характером анти-языка, который я описываю. Коммуникация сильна и убедительна и в то же самое время она так ускользаема, что спрашиваешь себя, не было ли это галлюцинацией.

Коммуникация не должна быть интенсивной и поражающей. Большинство людей согласятся, что существует /может быть/ не высказанное словами узнавание между двумя незнакомыми людьми, чьи глаза случайно встретились, и хотя не будет произнесено ни одного слова, они все-таки знают, что между ними что-то произошло. Это говорит о том, что все мы обладаем инструментом бессловесной коммуникации, но не умеем им пользоваться.

Я уверен, что бессловесная коммуникация возможна, и что способность пользоваться ею может быть развита и натренирована. Одна из её форм называется **телепатией**, или коммуникацией между умами на расстоянии. Она редко проявляется в словах, но чаще - в образах и впечатлениях. Два человека обнаруживает, что они часто думают об одном и том же в одно и то же время. Если в союзе мужа и жены существует глубина и симпатия, такая телепатия часта, и они даже научаются полагаться на нее как на руководство к действию. Такая телепатия редко прогрессирует до степени двусторонней коммуникации, в которой обе стороны осознают, что послание передано и, следовательно, она должна рассматриваться как довольно примитивная стадия.

Ясновидение, то есть способность воспринимать события за пределами непосредственного чувствования, вероятно, менее часта, чем телепатия, но оно, конечно, существует. Ясновидение можно развить соответствующими упражнениями. Некоторые суфийские братства Азии придают большое значение выработке невербальной коммуникации. В течение коротких периодов я жил с небольшими группами дервишей, которые утверждали, что находятся в коммуникации с отсутствующими членами, и особенно с их шейхом, или руководителем. Они уверяли меня, что тот, у кого есть способности к духовному развитию, может приобрести эти навыки, если ему покажут соответствующие упражнения.

Анти-язык может быть скрыт внутри обычного языка. Я описал использование Гурджиевым этого метода. Он возможен и в написанном слове (как это, в конце концов, откроет для себя настойчивый читатель книги Гурджиева "Все и вся"). Я не ссылаюсь здесь на "скрытые значения": аллегории и криптограммы - они работают через ум, - но на не-ментальную, невербальную передачу, с помощью которой устанавливается **контакт воли**. Это один из величайших секретов трансформации: можно достигать поразительной степени кооперации /сотрудничества/ без видимой коммуникации при подобном контакте воли.

Другой формой невербальной коммуникации является **передача энергии** от одного лица к другому или ко многим. Я указывал на это в связи с посвящением и помощью. Могу клятвенно свидетельствовать о реальности такой коммуникации на основе собственного опыта.

Кто-то может осознать ответы на свои запросы в помощи от кого-то, находящегося в далекой стране. Этот тип коммуникации не ограничен во времени, как и в пространстве. Можно научиться коммуницировать с источником помощи, созданным в прошлом, и получать от него не только энергию, но даже ответы на конкретные вопросы.

Все эти возможности существуют, поскольку мы, люди, обладаем инструментами восприятия и коммуникации, не зависящими от пяти органов чувств. Эти инструменты остаются латентными и неразвитыми в условиях современного образования, направленного исключительно на подготовку молодежи для обращения с видимым и осязаемым миром посредством восприятий-чувств. Еще в 1919 году я убедился, что по крайней мере в Африке эти внутренние инструменты известны и тренируемы. Я узнал об этом от замечательного человека - Трейси Филиппа, который жил в Центральной Африке и стал близким другом вождей поселений, развивших в себе эти способности коммуникации и использовавших их в обиходе. Возможно, для человечества является большой трагедией положение дел, при котором чрезвычайная массовость имитации европейской культуры почти затопила традиционные техники коммуникации. По-моему, неверно считать, что такие техники использовались для "черной магии", а исключением редких случаев; поразительные случаи, о которых свидетельствовал Т.Филипп, быт целиком благотворными.

Человечество будет еще сожалеть о сегодняшнем акценте на вербальной коммуникации, и будет вынуждено снова находить утерянные техники. К счастью, многое сохранилось, и будет появляться в наличии по мере очевидной необходимости.

"Пятница, 6 ноября 1953г., Дера.

В наш автобус неожиданно вторглась маленькая бразильская леди. Она громко объясняла, что заплатила за два передних места, чтобы сидеть одной позади водителя. Она заплатила 1000 долларов за 25-дневное путешествие, и пусть все это знают. Во время путешествия она только и делала, что жаловалась на арабов за то, что они не говорят ни по-английски, ни по-французски, жаловалась на пейзаж, на болтливость наших спутников, на медлительность нашего превосходного водителя. Она категорически запретила включать радио. Было интересно наблюдать, что за все время путешествия ей ни разу не пришло в голову, что кто-либо, помимо неё самой, имеет какое-то значение".

("Путешествие в страны Ислама, том 2)

Глава 4

ПОИСК И НАХОЖДЕНИЕ

1. ЦЕЛИ И НАМЕРЕНИЯ

Если на станции я спрошу билет, служащий скажет: "Куда именно?" - и если я отвечу: "Куда угодно", - он пожмет плечами и посоветует мне обратиться к доктору. Конечно, он не сознает, что действует по закону **селективной актуализации**, означавшей, что вы не можете актуализировать все возможности, открытые в данный момент. Даже если мы не делаем отбор сознательно, что-то внутри нас делает это за нас, и в конце путешествия мы достигаем определенного пункта назначения, в то время как другие, возможные для нас вначале, перейдут в область "могло бы быть".

Мы должны схватить значение "селективной актуализации", если хотим извлечь наибольшую пользу из наших шансов. Когда я бы молодым человеком, я обнаружил у себя дар к языкам и выучил дюжину или более безо всяких трудностей. Затем я начал научать китайский, и хорошо помню тот момент, когда меня осенило,

что если я захочу по-настоящему изучить китайский, мне придется отказаться от многих вещей, которые я хотел бы выполнить. Я бросил китайский, сказав себе: если я даже доживу до ста лет, я все равно не выучу китайский. Примерно в то же самое время я стоял перед выбором: либо заняться политикой, либо отправиться на Восток, и я опять принял решение, поняв, что никогда не стану министром кабинета. К тому времени я решил, что больше всего нуждаюсь в трансформации и для достижения ее я готов был отказаться от всех других возможностей.

Однако в моем отношении к трансформации было много смутного и воображаемого, и только спустя много лет я начал видеть, что в действительности подразумевается под "селекцией". Когда я сделал выбор, я занимался с П. Д. Успенским, который настаивал на важности прояснения нашей цели. Он указывал, что мы не имеем базиса для решения, что для нас "правильно" и что "неправильно". Я не могу обвинить стационарного служащего, что он дал мне "неправильный" билет, если я знаю, куда я хочу ехать. Даже если мы утверждаем, что существует объективная мораль, в соответствии с которой есть действия хорошие и плохие, - это может относиться ко мне только в том случае, если моей целью является стать "хорошим" человеком, или если я хочу казаться хорошим в глазах моих соседей. Если же я не имею цели, тогда ни Бог, ни Дьявол в расчет не берутся.

Обычно новички на пути трансформации формулируют свои цели в терминах слишком высоких и слишком туманных, чтобы они могли служить базисом для селекции. Нам необходимо иметь некоторые идеи о связи между целями и средствами. Если мы хотим иметь счастливую старость, то почти наверняка мы должны быть готовы усиленно работать. Если мы хотим быть свободными, мы должны преодолеть наши "нравится - не нравится". Если мы хотим быть здоровыми, мы должны держать наши тела в подчинении. Если мы хотим приобрести душу, мы должны культивировать в себе однонаправленность мысли. Если мы желаем совершенства, мы должны быть готовы пожертвовать всем, что стоят на пути, включая самих себя. Намного лучше выбрать цель, которую мы способны понять и в которой мы уверены, чем цель, которая не более чем благочестивая.

Формулирование цели есть первая проверка искренности. Я приводил пример с женщиной, которая захотела стать свободной от самой себя, но не смогла пожертвовать одной чайной чашкой. Мы постоянно лжем самим себе в отношении того, чего мы реально желаем - но бесполезно мучать себя самообвинениями. Если мы не можем и не хотим быть искренними, тогда мы можем только сказать, что эта цель достижима лишь в будущем. Мы не можем стать искренними по приказу.

Тем не менее, мы должны по крайней мере пытаться четко выяснить, чего мы фактически желаем, и попытаться решить, готовы ли мы заплатить цену.

2. ЛИНИИ РАБОТЫ

Многие люди воображают, что их целью является "помочь человечеству" или "исполнить Волю Бога". Поскольку они не могут знать, в чем заключаются нужды человечества или Воля Бога, такие цели довольно безопасны, но обычно они связаны с самообманом. Гурджиев говорил: "Если вы хотите стать хорошим альтруистом, вы должны, прежде всего, научиться быть хорошим эгоистом". Если мы хотим помогать другим, мы, прежде всего, должны научиться помогать самим себе. Истина в том, что человеческая натура устроена таким образом, что ни эгоизма, ни альтруизма нельзя достичь по отдельности, мы нуждаемся в обоих, и они нуждаются в нас.

Но это еще не всё. Возможно, мы не знаем, что означает "Божья Воля", но мы можем быть вполне уверены в том, что человечество существует для исполнения определенной цели, и что мы не можем продвинуться достаточно далеко, если будем игнорировать наше собственное место в "схеме вещей". Точно так же, как эгоизм строго ограничен своими масштабами, ограничено и преследование узкой сектантской цели, которая изолирует группу от остального человечества. Это никоим образом не является очевидным и приемлемым для всех, но если мы начинаем с надеждой на трансформацию, мы должны предположить, что в нашем существовании имеется Великая Цель - иначе трансформация не имеет значения.

Из таких соображений мы можем прийти к заключению, что объективно здоровая цель жизни должна включать в себя три различные цели:

1. Совершенствовать, насколько это возможно, самих себя.
2. Помогать другим.
3. Служить цели нашего существования.

Гурджиев назвал эти цели в своих "Трех Линиях Работы". Я не знаю происхождения этой схемы, но в течение примерно сорока с лишним лет, с тех пор как я впервые услышал о ней, я все больше и больше убеждался в том, что она является единственным здоровым базисом для планирования человеческой жизни.

Интересно сравнить эту схему с "Тремя Дисциплинами" Шивапури Баба, которые вместе составляют то, что он назвал Свадхарма, или Правильная Жизнь.

1. Дисциплина тела

Это забота о теле, выполнение долга по отношению к самому себе, семье и обществу, к которому человек принадлежит.

2. Моральная дисциплина.

Практика добродетелей, запечатленная в "Бхагавад-Гите". Высвобождение себя из рабства своих "нравится-не нравится". Укрепление и очищение ума.

3. Духовная дисциплина.

Поиск Истины или Бога. Медитация о конечной Реальности. Избавление от всех привязанностей.

В этой схеме помощь другим и служение занимает второстепенное место. "Думай только о Боге! Сотри любую мысль из своего ума!" - суверенная концепция этого старца. По-моему, при сравнении этой схемы с гурджиевскими "Тремя Линиями" можно увидеть, где Восток и Запад различаются в своем подходе к цели существования. Восток рассматривает жизнь как зло, от которого мы должны искать освобождения. Запад рассматривает жизнь как сферу, в которой мы должны искать исполнения. Противоречие поразительное, но отсюда не следует, что одно правильно, а второе неверно. Различие в выборе возможностей здесь очень небольшое, и выбор будет сделан в зависимости от того, какую схему примет кто-либо.

Имеет значение не чья-либо философия жизни, но способ практического воплощения этой философии. Философия чистого эгоизма, если ей следуют последовательно и с пониманием, приведет к осознанию того, что собственного блага кого-либо неотделимо от блага других и что ни мы, ни наш сосед не можем найти прочного счастья, если оно не находится в гармонии с целью существования. Другая крайность - "поиск только Бога" - приведет нас к открытию того, что Бога следует искать в самих себе и в нашем соседе, но не в какой-то абстрактной Нирване.

Мы, люди, наделены ограниченной мерой **свободного творчества**. Мы должны служить Великой Цели, но отчасти мы можем делать это самоисполнением. Мы можем выбрать для завершения какую-нибудь жизненную задачу, и однажды решив это, мы должны рассматривать это как свой священный долг. Он станет для нас пробой правильного и ложного. То, что помогает нам в выполнении нашей задачи, правильно для нас, а то, что мешает – ложно. Шивапуре Баба назвал это "обязанностью по отношению к выбору", то есть обязанностью, которую мы возлагаем на себя нашим собственным выбором. Гурджиев назвал это "капризом"* и сказал, что его "капризом" стало привести людей к новому пониманию Бога. Орадж сказал, что его "капризом" было редактировать лучший литературный журнал в Лондоне. Моим "капризом" является показать, что возможно привести весь человеческий опыт в последовательную схему, и я сделал такую попытку в "Драматической Вселенной". Не имеет значения, если ты оступишься самым плачевным образом или упадешь из-за недостатка стремления; дело в том, что такие цели или "капризы" могут вполне соответствовать трехступенчатой схеме. Возможно даже, что личная цель является необходимостью, без которой "Три Линии работы" не оформятся как способ жизни. Долг по отношению к "выбору" может быть просто долгом быть хорошей женой или хорошим отцом, или человек может составить гордость своей профессии. Всё, что требуется, - это чтобы такой долг был реалистичен и воспринят с величайшей серьезностью - как "священное обязательство".

3. СТУПЕНИ ТРАНСФОРМАЦИИ

Один из афоризмов, написанных на стене гурджиевского Института Гармонического развития человека, был: "Мы можем только создать условия для работы, но мы не можем делать твою работу за тебя". Смысл здесь не в том, чтобы преуменьшить значение условий, но подчеркнуть различие между тем, что могут сделать для нас другие, и тем, что мы должны делать сами.

Мы не можем даже начать, если бы не существовало свидетельств о том, что люди и до нас искали и находили пути самосовершенствования, и что именно поэтому нам остался Образ Совершенного Человека. Нас увлекают не столько абстрактные моральные принципы, сколько **Идеал**, воплощенный в героях и святых прежних времен. Именно от них моральные правила получили свой авторитет, а не наоборот. Мы, христиане, принимаем христианскую этику не потому, что она логична или научна, и не потому, что было доказано, что она хорошо осуществляется на практике – фактически, по мнению многих, христианская этика потерпела печальную неудачу, - но в силу того, что мы видим ее воплощенной в жизни и деяниях Иисуса и Апостолов, а также святых, последовавших за Ним. Точно таким же образом мусульмане, хорошо сознающие, что этика Корана неприменима в условиях современной жизни, готовы воспринимать Мохаммада как Совершенного Человека. Буддисты видят его в Гаутаме Будде, евреи - в Аврааме и Моисее, персы - в Зороастре, индусы - в Раме или Кришне.

Эти личности Гурджиев назвал "**Священными Образами**". Вокруг каждого из них мы видим разработанную доктрину и способ жизни. Но от нас ускользает, что каждый из них есть Источник, из которого льется поток высших энергий, делающий трансформацию возможной для их последователей. Все люди испытывают влияние этих энергий, даже если они отвергают Священные Образы, из которых они истекают. Именно таким образом внутренний потенциал к трансформации, существующий в каждом человеке, принимает форму в пределах их умов. Именно Идеал взывает к каждому из нас, и если образ

Идеального Человека побуждает нас на ответ, мы обнаруживаем себя плывущими по течению трансформации.

Это не обязательно произойдет сознательно.

Вначале обязательно будет много фантазий и самообмана. Но если мы посмотрим внимательнее, именно томление по Идеалу придает направление нашей жизни.

Следующая ступень - это переход от общего условия к конкретному способу. Мы читаем или слышим о каком-то методе. На нас производит впечатление человек или группа людей, с которыми мы встречаемся.

Мы находим новый ряд условий, которые делают для нас возможным учиться, бороться и получать помощь. Мы сталкиваемся с выбором: идти ли нам по тропе, открывшейся нам, и придерживаться способа жизни, до которого мы доросли. Это может быть сопряжено с борьбой и с жертвой. Мы недостаточно близки к каналу передачи знания и помощи, чтобы быть способными к самому полному использованию наших возможностей к усилиям.

Многие люди застревают на этой стадии, поскольку им не хватает различия, чтобы отличить истинное обучение от искусственных и нереалистических методов.

Для того чтобы продвинуть поиск дальше, необходимо мужество и различие, поскольку это будет означать жертву необычного рода. Например, от нас может потребоваться признание того, что мы сделали ошибку, и готовность искать заново, отделив себя от тех, кто не понимает причины нашего неудовлетворения и приписывает это нетерпению, зависти или уязвленной гордости. Образ Идеала должен быть всегда прочным и ясным, если мы хотим сделать следующий шаг.

Если мы настаиваем на этом стремлении, мы можем оказаться в окружении новых условий, где паттерн возможностей соответствует паттерну нашей собственной природы. Теперь действие становится более конкретным и, следовательно, более плодотворным. Мы можем быть убеждены в том, что мы "нашли свой путь" и что всё, что нам требуется, это настойчиво и лояльно продвигаться по тропе, которую мы избрали. На пути все еще случаются провалы, и нелегко распознавать и избегать их.

На основании собственного опыта я могу назвать самые главные трудности этой стадии:

1. Слишком большая зависимость от Учителя, прежде чем будет установлено истинное взаимоотношение учитель-ученик.

Это соотношение относится к следующей стадии, но слишком часто искатель воображает, что он не только нашел себе "истинного учителя", но и был принят в качестве ученика. Истина в том, что на стадии общего обучения - иногда ее называют экзотерической - нет личной ответственности ни применительно к учителю, ни к ученику.

2. Методы, слишком ограниченные по своему масштабу и применяемые слишком жестко.

Недостаток понимания того, что никакая техника не обладает универсальной действенностью, и что результат зависят от станции, достигнутой искателем и соответствием условий. Метод может на время дать вдохновляющие и даже поразительные результаты, и породить у искателя убежденность, что метод этот единственно правильный для него. Спустя некоторое время метод перестает давать результаты, и искателю очень часто говорят, что в этом его собственная вина - он недостаточно прилагал усилий или испортил свои собственную работу недостатком лояльности и настойчивости. Искатель может признать истину таких доводов, и все-таки он может не осознать, что он просто не может делать большие усилия, и что сомнения, которые ему предлагают подавить, являются законным следствием уровня его собственного различия.

3. Неспособность или нежелание принести в жертву то, что становится препятствием.

Это может охватывать широкий диапазон: от жертвы материальными предметами до тончайших жертв самоволия и самолюбия. Если развитие на первой стадии проходило нормально, искатель уже приобрел достаточный инсайт в свою собственную природу и слабости, чтобы признавать свои привязанности и понимать, почему требуется жертва. Трудность подобного рода возникает, когда искатель нашел путь, который правилен для него, и перед ним встает возможность выковыивания связи учитель-ученик, но он всё же не в состоянии сделать самый первый шаг, который позволит учителю помочь ему. Учитель часто вынужден предъявлять "неразумные требования" или проявлять кажущуюся потерю интереса к ученику. Разочарование и негодование могут ослепить искателя, и он не увидит лежащей перед ним возможности.

Для такого перевернутого с ног на голову пути трансформации характерно, что когда искатель готов порицать себя и чувствует себя обязанным, несмотря на спад, настойчиво продвигаться, он, вероятно, продвигается в новое окружение; в то же время, когда он чувствует, что порицание исходит со стороны учителя и что его самого неправильно понимают, скорее всего, он должен принести в жертву собственные чувства и подчинить себя безоговорочно тому, что требуется от него.

Четвертая станция, я полагаю, знаменуется главным образом типом помощи, которую может получить искатель.

Для понимания этого мы должны возвратиться к понятию **Источника**. Энергия может течь из Источника, но она должна иметь канал, иначе она будет рассеиваться и теряться. Каналами для психических энергий являются люди. Таких людей правильно называют **Посвященными**. Это не обязательно совершенные мужчины или женщины, и они могут ошибаться и даже сбиваться с пути. Но поскольку они сделали возможным, чтобы в них происходило специфическое действие, они становятся каналами трансмиссии высших энергий, которые могут помочь трансформации других.

Существуют десятки вариаций работы таких каналов трансмиссии. Я сталкивался с несколькими, и все они были различны. Это - одна из характеристик четвертой стадии: нет больше стереотипного распознаваемого паттерна. Всё упорядочено на основе красоты и эффективно - и в то же время **специфично для конкретного времени, места и обстоятельств**. Когда последние изменяются, паттерн растворяется.

Приведу безобидный пример. Однажды, во время путешествия по северно-западной Персии, мы встретили суфийскую общину Джелальского Ордена, главный центр которой располагался в Туркестане. Нас встретили приветливо, и было несомненно, что члены общины обладают подлинным качеством "канальной" трансмиссии и заняты решением специфической задачи. Обстоятельства не позволили нам остаться достаточно долго, чтобы установить истинный контакт; воль в последующие годы некоторые мои друзья, которым я рассказал об этой встрече, пытались найти их - но они исчезли без следа. Позднее я слышал, что они были связаны с очень широко распространенным на Среднем Востоке братством, которым я совершенно неожиданно заинтересовался и от которого получил очень ценную помощь.

Одним из выводов этого рассказа может быть следующее: подобные возможности наличествуют в конкретном времени и месте и их нужно принимать особым образом. Как только момент прошел - дверь закрылась или, точнее, момент прекратил существовать. Второй вывод заключается в том, что для распознавания такой возможности человек должен достичь стадии собственного пробуждения, на которой может быть дана помощь. Это - не теоретические или абстрактные принципы; я много раз видел, как люди подходят совсем близко к этой удивительной ступени и все-таки упускают свой шанс. Часто эти же самые люди убеждены, что они готовы принести "разумную жертву", чтобы сделать истинный шаг вперед, и все же **не смогли увидеть**, что то, что требовалось от них, было не только разумным, но и очевидно необходимым для их собственного блага.

Я не хочу этим сказать, что требования, предъявляемые к нам в момент, когда мы вступаем на четвертую стацию, можно легко предвидеть или подготовиться к ним. Напротив, они всегда неожиданны и даже противоположны тому, искать которые нас учили. В главе второй я упоминал Закон Риска. Наше обычное "понимание" воспринимает риск как нечто, чего следует избегать предосторожностью и предвидением. В действительности же **риск преодолевается только тем, что ты идешь на еще большие риски**. Помощь редко заключается в том, чтобы облегчать вещи, но, скорее всего - в создании трудностей, кажущихся беспричинными и даже абсурдными. Мы опираемся на костыль, а его у нас отнимают, чтобы заставить нас идти самостоятельно. Мы вкладываем в человека всё свое доверие, а он предаёт нас тем, что учит нас доверять самим себе. Мы "испытывали и установили для самих себя", что некоторый метод или техника надежна и помогает нам прогрессировать - и вдруг нам говорят, что это препятствие, которое нужно отбросить. Если в каждой из этих ситуаций мы сможем найти в себе силы для правильной реакции, то обнаруживаем, что "неразумное" требование было как раз тем правильным способом, который и дал нам помощь.

Нетрудно увидеть, что так срабатывает Закон Риска. Только взаимодействие конфликтующих процессов может разрушить порочный круг повторения того, что не служит более никакой цели.

На четвертой стадии, всё ново, и репетиции невозможны, а "создание условий" - это особое искусство, которым никто не может овладеть без помощи очень высокой энергии.

Я не буду описывать никакую другую стадию, поскольку как только завершена четвертая стадия, процесс полностью индивидуализируется, и общее объяснение не имеет никакой значимости.

Мне очень повезло в том, что я встретил нескольких мужчин и женщин, прошедших за пределы четвертой стации трансформации, и я лично убавился в том, что все они совершенно непохожи друг на друга. Обычные люди более или менее похожи. Даже те, кто достиг четвертой стадии, подпадают под отчетливые категории, или типы, которые - хотя они и малочисленны - допускают некоторую степень обобщения. По этой причине "школы" четвертой ступени отбирают учеников так, чтобы получилось наиболее эффективное сочетание типов.

Выше этой стадии никакие правила неприменимы. Чем дальше продвигается человек по пути совершенствования, тем более он становится самим собой - уникальным и индивидуальным. У него есть задача, которую может выполнить только он, и только он обладает необходимыми качествами для её свершения. Если такие люди становятся Святыми или Мудрецами, их уникальность не замечается людьми, и их часто вспоминают как идеализированные образы, соответствующие паттернам /образцам/, которые люди способны распознавать и стремиться к ним. Только люди, близкие к ним, могут знать, кем они в действительности были.

4. РУКОВОДСТВО И ПРОГРЕСС

Все мы хотим так или иначе улучшить себя: даже если это "улучшение" не поднимается до трансформации, как я описал её. Следовательно, всем нам нужно знание и, возможно, помощь и совет. Мы можем научиться получить знание из книг или из лекций, но когда дело доходит до помощи и руководства, нам нужна фактическая личность. Какого типа личность может быть "экспертом" в том, что мы хотим познать, и как нам искать его? Среди профессиональных психологов, а также среди теологов и философов, возможны различные стадии "специализации", но я предполагаю, что мы ищем нечто такое, что не может обеспечить ни один из них. Нам нужен специалист по методам саморазвития, или трансформации. Если бы мы жили на Востоке, мы могли бы найти индуистского гуру, мусульманского шейха, буддийского бхикку; но мы уже знаем, что большинство из них имеет ограниченную программу и выполняют почти такие же функции, как приходские священники прежних веков в Европе. Некоторые из них прибывают на Запад с репутацией святости, мудрости или магических способностей, и они находят соответствующих последователей, - но как мы можем знать, дадут ли они нам то, в чем мы нуждаемся? **А в чем мы нуждаемся?**

Предположим, мы прочитали несколько книг и достаточно заинтересовались, чтобы испытать описываемый метод, или практиковать некую форму медитации, рекомендованную в одной из этих книг. Это почти наверняка приведет нас к осознанию того, что чего-то недостает. Мы взяли вдохновляющий старт - и затем вдруг застопорили. Будучи автором нескольких книг по этим предметам, и будучи известен как "ученик Гурджиева", или как "член Субуда", или как "преданный ученик Шивапури Баба", или как "последователь суфизма", - я получаю письма из всех стран мира от людей, которые большей частью хотят, чтобы я рассказал им, как найти учителя или как вступить на один из путей. В своем роде эта книга и есть ответ на подобные письма, или на те, которые никогда не были написаны.

Первый совет, который я дал бы каждому, - это спросить себя, чего он действительно хочет. Если он хочет, чтобы кто-то другой принимал за него решение, и освободить себя от ответственности, - он должен искать профессионала в таких делах - психолога или духовника - в соответствии со своим предпочтением к научному или религиозному совету. Будет неразумно пойти к неквалифицированному человеку, не соблюдающему кодекс поведения, налагаемого на него профессиональным институтом или церковью. Имеется слишком много мужчин и женщин, не имеющих фактического опыта и понимания серьезной ответственности принятия решения за других. Истинный учитель или духовный руководитель стремится помочь другим научиться понимать и принимать свои собственные решения и ответственность за себя.

Если предполагаемый "учитель" заявляет, что он представляет традицию или доктрину, тогда это следует изучить. Если он освобождает ученика от ответственности и требует слепого принятия или веры в личность, тогда я очень настоятельно порекомендовал бы искателю быть осторожным. Только сильные люди с хорошо развитым чувством различения могут пойти на риск такого рода. Помните, что вы все еще на первой ступени: вы не имеете еще достаточного опыта, чтобы ввериться кому-нибудь. Вы не знаете ни себя, ни своих истинных нужд, и в вас очень мало того, что руководило бы вами в решении вопроса: может ли помочь вам конкретный человек или группа людей. Если вы будете пытаться что-либо делать, дайте себе обещание, что это будет длиться не более шести месяцев - это срок, достаточный для того, чтобы у вас сформировалось некоторое мнение. Может случиться, что для вас потребуется период апробации. Не выказывайте к этому неприязни: наоборот, приветствуйте это как средство нахождения всего, что вам доступно, без "отдачи" себя кому-то. Не упускайте момент. Я часто видел, как люди рассматривают период апробации как потерю времени, не думая о том, что они вступают на путь "старта" раньше, чем кончается их период апробации.

Даже если и не требуется период апробации, искатель сам должен зафиксировать его, - я предлагаю шесть месяцев. Имеется основательная причина для точного установления ограниченного периода времени для любой операции; она связана с Законом Риска. Любой "безвременной" процесс потеряет направление, если только не будет сознательно отрегулирован. Точно очерченный период гарантирует введение независимого фактора: свежего решения, - и оно должно быть, по мере всех ваших сил, **истинным решением**. Вы должны понять, что вы свободны и делаете свободный выбор. Если вы решаете отказаться от "отдачи", порвите начисто и попытайтесь еще где-то: опыт имеет большую ценность.

Серьезность таких свободных актов выбора все еще недооценивается в нашем современном мире, потому что мы живем в атмосфере условностей, и сама цель существования нашего общества выглядит как стремление снять с людей ответственность за их собственные поступки и жизнь. **Путь трансформации должен быть полной противоположностью ЭТОГО**. Куда бы он ни привел нас, он должен сделать нас свободными ответственными индивидуумами, способными направлять собственную жизнь в соответствии с величайшим объективным благом.

Когда наступит момент **отдачи себя** - все еще временного и ограниченного во времени - и мы намереемся принять какую-нибудь личность или группу людей в качестве наших руководителей: чего мы должны искать? Мы не должны ожидать совершенного человека, полностью просветленного и абсолютно

незаинтересованного. У некоторых людей намного более серьезные задачи, чем обучение новичков. Кроме того, в соответствии с моим убеждением, даже самый высокий и совершенный Руководитель или Учитель подвержен ошибкам: вся существующая Вселенная насквозь пронизана риском и неуверенностью.

Мы должны твердо придерживаться этого принципа, иначе мы столкнемся с неприятностью того рода, что мы ожидаем от человека - который может даже явно превосходить всех в мудрости, силах и доброте - той степени непогрешимости суждений и действий, которые противоречат универсальному Закону Риска. Иными словами, мы должны помнить - любой ценой! - что необходимо допущение ошибок и недостатков, которые мы, конечно же, найдем в наших Учителях.

Возможно, это противоречит принципу, по которому нужно верить своему учителю и быть готовым делать всё, что он потребует. Этот принцип связан с жертвой и помощью: это не универсальный закон. Мы должны пожертвовать своей само-волей и научиться "позволять себе принимать помощь". Мы должны делать это безоговорочно - и все же с открытыми глазами.

На второй ступени можно удовлетвориться, если мы изучаем методы, полезные для нас, и находимся в обстоятельствах, помогающих нам узнать больше о нас самих. Даже если для этого потребуется степень отдачи, которую нелегко принять. Мы слишком привыкли позволять себе лишь оттолкнуться от обычного круга и все же никогда не решиться добровольно подчиниться дисциплине ради приобретения силы /духовной/.

Очень важно помнить, что **время отмерено**. Вторая ступень не должна длиться долго. Очень многие люди довольствуются тем, что продолжают изучать одно и то же или пользуются одними и теми же техниками еще долгое время после того, как они достигли своей цели. По-моему, три года - это самый длительный срок, который можно позволить себе на эту ступень. Если мы находим, что не подошли к какому-нибудь очень специфическому и персональному действию в этот период, - значит, что-то не так. Либо мы были слишком пассивны, либо нам не подходит окружение - оно может быть очень приятным и вдохновляющим, у нас могут быть хорошие друзья и может появиться чувство, что мы делаем полезную работу, - но ничто из этого не приведет нас на третью ступень, пока не будут безошибочно работать четыре фактора: обучение, борьба, жертва и помощь.

К сожалению, мы редко способны найти в нужный момент правильные условия, чтобы сделать шаг вперед. Возможно, нас принуждают ждать, - но мы не должны застаиваться. Ответственность за это лежит на нас, и не на ком более. Мы не можем ожидать ни от учителя, ни от группы того, что не входит в их компетенцию. Они, возможно, искренне полагают, что передаваемые ими методы обеспечат всё, что требуется, и всё-таки все может двигаться по кругу, никуда не приводя. Я так часто наблюдал это, что могу писать об этом с полным основанием. Иллюзия прогресса создается реальностью борьбы. Ученика заставляют упорно работать над выполнением неразрешимых задач, и он может чувствовать удовлетворение вследствие того, что в эту борьбу вовлечена сознательная энергия.

Другой тип самообмана происходит от обучения. Существуют группы, которые посвящают себя изучению эзотерических вопросов, черпающих из почти безграничных источников различных традиций. Такие изучения полезны только в той степени, что они открывают каналы ума и дают возможность развить новые формы коммуникации. Если это не будет схвачено /понято/, изучение становится самоцелью, и все вовлеченные в этот процесс ходят по кругу, никуда не приходя, и все же убеждены в том, что такое обучение дает им силу.

Третья ловушка связана с посвящением. В настоящее время в мире существует много групп и братств, владеющих секретами некоторой формы посвящения, то есть передачи помощи через контакт, или некую церемонию или ритуал. Одна из таких форм посвящения, как у Субуда, - это контакт с одной из универсальных энергий. Другая - подобно движению Духовного Возрождения - может использовать специальные мантры или фразы для повторения. Я имею в виду только те действия, которые я считаю совершенно искренними и благотворными, но не какие-то сомнительные магические посвящения, связанные с тайной и часто - с сексуальным контактом. Истинные системы посвящения обязательно ограничены в масштабе. Сами по себе они не передают знания и не обеспечивают организацию борьбы. Часто они отрицают саму идею жертвы, как ненужную для тех, кто получил посвящение. Результатом будет опять то, что действие начнет повторяться, создавая иллюзию прогресса, поскольку те, кто практикует его, в самом деле чувствует себя лучше, наблюдая укрепление здоровья, эмоциональную стабильность и устранение недостатков. Чего при этом не замечают, так это того, что нет истинной трансформации, за исключением очень немногих, которые находят способ сочетать борьбу и жертву в пределах конкретного посвящения, которое они выбрали.

Наконец, существуют движения, основанные почти исключительно на жертве. Лидер одного из них, например, заявляет, что он является воплощением Божества, и требует от своих последователей безраздельной жертвы всем, чем они обладают, и полной преданности своей личности. Это может там поглотить последователей, что они не замечают своей полной зависимости от связи с Мастером, и, поскольку она не может прогрессировать, они тоже не прогрессируют.

Дело в том, что эти движения, в самом деле, могут быть благотворными и уважаемыми, их методы и техники - искренними и эффективными; каждое из таких движений привлекает определенные типы людей, отвечающих на этот конкретный аспект. Но беда в том, что они имеют тенденцию фиксировать людей в их

собственных характеристиках и не помогают им освободиться от самих себя. В течение некоторого времени они полезны - вот почему я предложил ограниченное время сроком в три года. Происходит чудовищное растрачивание потенциала, поскольку десятки тысяч превосходных людей - мужчин и женщин во всем мире - привязываются к группам и движениям, от которых вначале получают истинную пользу, но продолжают, вследствие неправильно понятой лояльности или просто незнания законов трансформации, следовать этим движениям еще годы после того, как процесс трансформации пришел к остановке.

Очевидно, что требуется особый тип специального знания и мастерства для того, чтобы стал возможен переход от одной ступени к другой. **Руководитель**, который может создать ситуацию, необходимую для персональной трансформации четвертой ступени, должен быть в целом более многосторонним человеком, чем **Учитель**, который может создать условия для третьей ступени. В определенном смысле, спрос рождает предложение. Бывают такие времена - а настоящее время как раз такое время, - когда мир нуждается в большем числе трансформированных людей, чем обычно, и тогда посылаются Руководители, или "Высшие Учителя" из центров, которые готовят их. Но должна существовать также и **потребность** со стороны тех, кто способен принять помощь. Не Руководитель должен убеждать людей, что они нуждаются в нем: они должны открыть это сами. Только таким образом они могут стать готовыми принять "передачу", требуемую на четвертой и более высших ступенях.

До сих пор я ссылался только на учителей и руководителей, которые непосредственно заняты в передаче учения и помощи. Существуют еще те, кого я назвал бы "духовными Наставниками", которые не обучают, не организуют группы и не руководят движениями. Это - мудрые, опытные и святые люди, являющиеся каналами для передачи **Объединяющей Энергии (E2)**, и поэтому они могут творить очень много добра в мире, причем их истинная сущность обычно не распознается. Я встречал двух или трех таких людей в моей жизни, и я им обязан невероятно многим. И все же я никогда не был связан с ними, как связан ученик с учителем, а также не "принадлежал" к духовному ордену, членами которого они были.

В поисках паттерна наших жизней мы должны учитывать крайнюю сложность невидимого общества трансформированных людей и людей в процессе трансформации. Я назвал их Психотелеологической и Психокинетической группами ^[17]. Есть много хороших и официально признанных **путей**, и все они формируют часть этой сложной структуры. Часто члены и даже лидеры различных групп не осознают, как все они необходимы, и возникает глупое соревнование и зависть, которые являются одной из причин растрачиваемых попусту усилий. В действительности, напряжения и конфликты - необходимые средства преодоления Закона Риска. Всё, что слишком хорошо и тщательно организовано, сеет семена собственной деструкции /распада/. Существует очень высокая мудрость, знающая, как использовать хаос для созидания и как вывести гармонию из конфликта. Мы тщательно должны предостерегать самих себя и не осуждать то, чего не в состоянии понять.

Чем дальше мы продвигаемся по пути трансформации, тем более очевидным становится, что наша хилая мудрость и наша современная наука слишком далеки от того, чтобы быть в состоянии понять, каким образом направляется человеческая история. Тем не менее, все мы имеем в ней место, и мы не можем быть удовлетворены до тех пор, пока не найдем это место - и пока не **узнаем**, что нашли его.

"Однажды вечером майор Пиндер, бывший офицер Британской армии, который встречался с Гурджиевым в Тифлисе в 1919 году и, хорошо зная русский, выступал в качестве его переводчика, объявил, что должна состояться лекция. Мы все пошли, как обычно, в Учебный Зал, но вместо выполнения упражнений расселись в ожидании по всему залу на своих подушечках. Время шло: 10 часов, 11 часов, полночь... Наконец, прибыл Гурджиев - очевидно, только что из Парижа - в сопровождении мадам Островской, мадам Успенской и майора Пиндера. Он стоял и смотрел на нас довольно долгое время, а затем сказал по-английски:

"Терпение - мать воли. Если у вас нет матери, как бы вы могли родиться?" И затем он вышел из зала."

("СВИДЕТЕЛЬ")

Глава 5

ТЕЛО И ЕГО ПОТРЕБНОСТИ

1. ПРАВИЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ТЕЛУ

Мы можем сделать значительный шаг вперед в направлении цели нашего существования - рисуется ли это нам в виде совершенства, свободы, продолжительного счастья или исполнения своей судьбы, - если мы установим раз и навсегда правильное отношение к физическому телу. Мы должны рассматривать его как инструмент для использования, как животное для тренировки, как раба, которому нужно приказывать, - и все же относиться к нему с должным уважением к его правам и достоинству. Если мы еще не выработали такого отношения, мы должны упражнениями развить его в себе, пока оно не установится:

"Это тело не есть "Я".

"Это не есть моя самость".

"Это вещь, которая может дегенерировать, если о ней не заботиться".

"Это животное, которое не будет подчиняться, если оно не приучено к дисциплине".

"Оно мое на очень короткое время, и в течение этого времени я должен использовать его максимальным образом".

"В любое время и во всем оно должно подчиняться мне, Я могу быть и стану его хозяином".

Медитируя на таких понятиях, мы устанавливаем правильное ментальное отношение, но связь между умом и телом должна быть сплавлена дисциплиной.

Полезно приучить свое тело к тяжелому физическому труду. Мы должны стремиться выработать богатый набор телесных навыков (ремесел).

*Мы должны наблюдать **слабости** тела. Один человек спит слишком много, другой переедает, третий боится физической боли. Эти трудности должны быть преодолены. Если, к нашему несчастью, мы не научились подчинять дисциплине свое тело в юности, не следует думать, что это слишком поздно - мы должны начинать там, где мы можем. Возможности придут: через болезни и несчастные случаи мы можем узнать, что физическую боль можно использовать для самоуправления. Мы можем настроить себя на преодоление бесполезных или вредных физических привычек.*

Если я находил, что какая-то вредная привычка привязывается ко мне, я немедленно настраивал себя, чтобы покончить с ней, и я в высшей степени уверен, что эта практика принесла мне здоровье и счастье, а также самое ценное - свободу. Возможно, что если бы я дисциплинировал свое тело более чем я это сделал, я выиграл бы еще больше; и, оглядываясь назад, я вижу, что во время периодов самооправдания в вопросах тела я терял почву, и мне приходилось платить за это.

Может показаться, что я защищаю суровый аскетизм. Но я сам прожил свою жизнь не так и не вижу причины рекомендовать аскетизм кому-либо, кто не чувствует себя убежденным, что это правильно и необходимо для него. Наше тело следует рассматривать как слугу, которого мы любим и которому доверяем. Мы можем и должны откликаться на его нужды и время от времени прощать ему то, чем оно радуется. Но раз и навсегда необходимо установить взаимоотношение слуги и хозяина.

Нисколько не трудно поддерживать правильное отношение к собственному телу, как только ты открыл "вкус" его. Оно имеет некоторые определенно удивительные характеристики. Нет необходимости бороться с разумным, хорошо дисциплинированным телом - оно будет делать то, что требуется от него, и даже раньше, чем мы осознаем, что это требуется. Это происходит оттого, что восприятие тела намного быстрее восприятия ума. Например, я могу почувствовать лень и, вместо того, чтобы делать необходимую работу, качая читать. Но в следующий же момент я замечаю, что мое тело встает и делает то что требуется, хотя мой ум все еще в своей дневной полудреме.

2. РЕЛАКСАЦИЯ

Хотя релаксация является действием физического тела, - это техника с самыми неограниченными возможностями. По Гурджиеву, имеется семь ступеней релаксации, начиная с "пусть уходят" напряжение мышц произвольных движений, и идти все глубже и глубже, отбрасывая, нервы, чувства, мысли, желания - до кульминации в окончательном и безвозвратном отбрасывании своей самости. В этой главе я не буду выходить за пределы упражнений, производящих глубокую релаксацию тела, и допускающих свободный поток психических энергий.

*Релаксированного состояния можно легко добиться тяжелым физическим трудом, искусным массажем, баней-сауной и т.п. средствами. Все они полезны, но не производят той глубокой релаксации, которую мы ищем. Для этого мы должны научиться добиваться **прямой связи между нашей волей и той частью тела, которую мы хотим релаксировать.** Я обычно называл это просто "работой со вниманием", но с некоторых пор я открыл, что эта работа гораздо интереснее и важнее.*

Я уже объяснял, что сознательная энергия может быть прямо связана с нашей волей - то есть с нашим "Я". Эта энергия обладает властью над сенситивной энергией и её можно заставить управлять состояниями тела. Таким образом, научиться релаксироваться - это значит - проделать первый шаг в сторону произвольного контроля над физиологическими и психологическими процессами, которые обычно считаются находящимися за пределами способности нашей воли. Обычно мы удовлетворяемся тем, что полагаемся на установившиеся рефлексы и натренированные реакции, так что если и говорю: "сейчас я подниму свою руку и снова опущу её", - требуемое действие происходит, но не под непосредственным контролем моей воли.

Хорошо известно, что йоги и "святые люди" Востока могут приобретать способность останавливать свое дыхание или пульс, концентрировать кровь в данном участке тела, а также вызывать его увеличение, разбухание и многие другие сверхъестественные эффекты. Всё это достигается познанием того, как использовать сознательную энергию в описанном мною смысле. Такие психические трюки не представляют для нас особого интереса; но глубокая релаксация нас определенно интересует, поскольку это путь для управления состояниями и он необходим нам для того, чтобы продуцировать эти состояния в случае необходимости.

Существует несколько способов для вызывания глубокой релаксации с помощью сознательной энергии. Ниже я опишу один из них, хорошо срабатывающий для большинства людей.

Начните с того, что сядьте в удобную позу, причем спина должна быть прямой и вертикальной, насколько это возможно для вас без напряжения. Можно поддерживать спину в основании позвоночного столба. Убедитесь в том, что голова свободно уравновешена на плечах и нет никаких видимых напряжений. Теперь осознайте свои глаза, как если бы "вы" вошли в них и испытали ощущение присутствия в собственных глазах. Теперь можно релаксировать глаза и все мышцы, окружающие их. Глаза не закрывайте, иначе вы заснете, как только глубоко релаксируетесь. Но вы должны смотреть, не фокусируясь ни на одном предмете. Чтобы избежать напряжений, опустите взгляд, но не закрывайте век. Продвигайте свое осознание по всему лицу, касаясь внутренности рта, гортани, и последовательно пожелайте расслабить каждую часть; переходите от гортани к задней части шеи - там вы должны почувствовать свое присутствие в мышцах шеи - и двигайте ваше осознание вниз по правой руке, проникая в мышцы по мере продвижения осознания до кончиков пальцев. Прделайте то же самое с левым плечом и рукой. Затем возвратитесь к гортани и направьте свое осознание через грудную клетку вниз к диафрагме. Здесь наступает знакомое нам "осознание пупка", к которому часто относятся шутливо. Но это вовсе не комично, поскольку именно в этой области концентрация вегетативной энергии должна быть релаксирована. Необходимо посвятить несколько минут, релаксируя бровные мышцы и достигая глубокого ритмического дыхания. Затем осознание снова должно быть направлено на правое бедро и вниз по правой ноге. Это необходимо делать достаточно медленно для того, чтобы была уверенность, что между "вами" и "вашей ногой" установился истинный контакт. То же повторить для левой стороны.

Как только расслабление закончено, должно наступить общее ощущение "массы тела" и связи с ним осознания вашего "**присутствия внутри**" тела.

Затем повторить всё упражнение, но с решимостью проникнуть глубже - в нервы и кровеносные сосуды. Это вызывает ощущение вибрации или покалывания, затем наступает чувство "целостности" тела. Упражнение повторяется до тех пор, пока вы способны удержаться от впадения в сон и не теряете нити происходящего. Это нелегко и, возможно, потребует сделать упражнение 20 или 30 раз, прежде чем вы почувствуете наверняка, что означает "контакт с телом". Это упражнение можно проделывать только один раз в день. Как только научитесь ему, время на него можно сократить.

Существует множество вариантов упражнения на релаксацию. Но я абсолютно уверен, что все они основаны на концентрации сознательной энергии. Этого невозможно добиться только **усилием**: наоборот, любой вид силы делает релаксацию почти невозможной. Это дело только **мастерства**, и такое мастерство есть особый вид борьбы: это тяжелая работа - действительно, очень тяжелая, если проходить вглубь, - и все же её нельзя делать принудительно. Любое принуждение обязательно вызовет напряжение и уничтожит цель. Это иллюстрирует необходимость **понимания**: чем это мы занимаемся?

Целью релаксации является допустить свободный поток жизненных и психических энергий. Глубокая релаксация идет дальше и позволяет срабатывать в вас творческой энергии, организовывать ум и трансформировать его в душу. Мы не можем завершить нашу трансформацию с помощью энергий, находящихся более или менее под контролем ума, и поэтому мы должны **допустить**, чтобы работа происходила внутри нас. Люди, занимающиеся глубокой релаксацией - называемой иногда глубокой медитацией, начинают осознавать эту работу и научаются сотрудничать, /кооперироваться/ с ней.

3. ДИЕТА И ПОСТ

На состояние сенситивной /чувствительной/ энергии, конечно, оказывает влияние то, что мы едим и как мы едим. Умеренность в еде, несомненно, мудрое правило. Западный обычай - скудная каждодневная пища и наслаждение ею по значительным случаям - следует предпочесть легкому, но постоянному перееданию.

Я не очень верю в ценность специальных диет. Примерно 30 лет назад я принял на год вегетарианскую диету. В результате, насколько я могу судить, я стал слабым и больным, и я выздоровел полностью, только вновь возвратившись к мясу. И все же я полагаю, что мясо нужно есть в скудном количестве, чтобы поддерживать хорошее здоровье и осуществлять контроль над психическими энергиями. Избыточное потребление вина и крепких алкогольных напитков - очевидный вред. Я жил в мусульманских общинах, где никогда не видел алкогольных напитков, и чувствовал себя очень хорошо. Тем не менее, я должен сказать, что я не стал бы следовать образу жизни, запрещающему алкоголь вообще. Я был даже ошеломлен, когда встретился с замечательной старшей дочерью Пак Субуха, Роханавати, в Афинах в 1960 году, и она посоветовала мне бросить пить, поскольку это сократит мою жизнь.

Здесь надо понять следующее; даже малейшее количество алкоголя нарушает баланс нервной системы. С Гурджиевым мы выпивали очень много, когда он требовал делать так: но это была очень особая ситуация. Длительные приемы пищи у него, чему предшествовал час или более чтения вслух, в переполненной комнате и душевной атмосфере, не способствовали обострению внимания. Все это усугублялось тем, что приходилось пить армяньяк или водку при каждом тосте "за идиотов", которые неизменно предлагались Гурджиевым. Гурджиев снова и снова рассказывал огни и те же истории, и он доводил новичков до белого каления своим странным поведением. И все же в любой момент, не изменяя ни голоса, ни манеры, он мог рассказать нам нечто, из чего мы не пропускали ни слова, и излагал это так, что понять его можно было только в данный конкретный момент. Для того, чтобы не упустить такого шанса, мы должны были предпринимать сверхчеловеческие усилия, чтобы удержать внимание заостренным, и спустя некоторое время мы понимали, что алкоголь играл необходимую роль в этом эксперименте. Эффект в том, что он открывает каналы, обычно загроможденные, и способствует тому, чтобы "сущность" взяла верх над личностью. Очевидно, что алкоголь, используемый таким образом, являлся мощным средством самопознания и самоизменения. Он производит подобные же результаты, если употреблять его неразборчиво, но тогда мы не знаем, как извлечь пользу из этих результатов. Следовательно, мы не можем сказать, хорош или плох алкоголь, пока не выясним, чего мы хотим от него.

Другое средство открыть каналы ума - сократить телесную активность постом. Существует несколько видов поста. Старый христианский обычай, - воздерживаться от мяса и еды по пятницам - не более чем рудимент иудейской дисциплины и воспоминание о жертве в Великую Пятницу. Мусульманский пост в Месяц Рамадана состоит в воздержании от всей пищи и в приеме питья с восхода и до захода солнца. При этом провозглашается цель - дать всем верующим испытывать чувство голода, чтобы они могли чувствовать сострадание к тем, кто голодает из-за недостатка средств.

Продолжительный пост имеет другой эффект - он очищает кровь и регенерирует психику очень примечательным способом. Я экспериментировал до некоторой степени с голоданием, и наш, что оно имеет много преимуществ. Полное воздержание - прием только воды - в течение нескольких дней позволяет человеку перейти барьер и ощутить удивительную свободу от собственного тела и ясность ума. Я всегда следовая гурджиевскому совету во время поста ежедневно примерно в течение часа выполнять тяжелую физическую работу. Он объяснял, что тогда пищеварительные ферменты поглощают сахар из крови, устраняя тем самым возможность отравления нашего ментального состояния. В ранние годы моего пребывания в Кумб Спрингс - 1946-1952 - короткие, но полные посты были частью программы наших летних семинаров. Большинство людей очень не любили их, но соглашались в том, что результаты, достигаемые через два дня, полностью компенсировали страдания первых 48 часов.

Несколько позднее я с пользой для себя практиковал еженедельное голодание по 96 часов - от воскресенья до вторника. Мне оно никогда не нравилось, и даже спустя 7-в месяцев я не мог преодолеть своей неприязни. Я всегда чувствовал себя слабым, и мой ум не работал надлежащим образом - но к среде я всегда чувствовал себя удивительно, чрезвычайно активным умственно и физически. Я никогда не наблюдал никакого вреда от поста, и в течение периода, когда я регулярно применял его - примерно полтора года - мое внутреннее видение открылось, и я увидел вещи, изменившие мой взгляд на жизнь. Итак, я могу рекомендовать пост каждому, кто готов подвергнуться некоторому дискомфорту ради обострения своих ментальных способностей.

Всё это было очень умеренно. Я никогда не пытался проводить длительное голодание - то есть более чем неделю - и думаю, что главным образом потому, что я бывал всегда слишком занят, чтобы реорганизовать мою жизнь и отпустить время для этого. В 1962 году у нас в Кумб Спрингс появился замечательный посетитель - Хасан Тахсин син Бей, который, когда мы впервые встретились с ним в 1920 году, был шефом полиции Стамбула. Он был дервиш-бекташи и горячий приверженец продолжительного голодания. Когда он находился с нами - это была очень холодная зима 1962-63 года, когда земля была покрыта снегом десять недель, - он голодал дважды: по 20 и 25 дней, съедая лишь немного сырых яблок и горсть снега. Хотя ему перевалило за 80 лет, он выполнял тяжелые работы на снегу в течение первых 15 дней. После 20 дней его силы, очевидно, упали, и он отказался от проекта голодать 40 дней - правда, с большой неохотой. Он объяснил нам, что каждый, кто совершает этот "канонический пост", достигает полного и окончательного освобождения здесь, в этой жизни. Он пытался несколько раз, но никогда не завершал срока и, очевидно, был горько

разочарован в том, что его любовь к посту не передалась общине в Кумб Спрингс, и вскоре возвратился в Голландию. С тех пор мы не слыхали о нем.

Рассматривая диету в целом, закончу тем, что воспроизведу хорошо известную традицию пророка Магомета. Царь Персии, услышав о его достижении в устранении идолопоклонства среди его последователей и узнав о том, что в Аравии нет врачей, озабочился этим и послал своих двух самых искусных врачей, чтобы они позаботились о пророке и его последователях. Спустя несколько месяцев врачи попросили разрешения навестить Магомета и пожаловались ему, что с ними никто не консультируется. Пророк предложил им осмотреть всех своих последователей, и врачи не нашли никаких следов болезни, и отправились назад, недоумевая, как это возможно в таком нездоровом климате. Магомет сказал им, что его последователи вняли его совету есть так, чтобы вставать из-за стола с чувством неутоленного голода. Такова причина, почему они не болели.

Я уверен, что совет правилен, но сам лично редко следовал ему строго. Однако я всегда стараюсь придерживаться правила не есть, больше, чем, как я уверен, нужно моему телу. Могу сказать, что уже 30 лет я не испытывал никаких пищеварительных и подобных им неудобств.

4. ПОЗА – ХАТХА-ЙОГА

Разумно послушное тело - не обязательно эффективное или хорошо тренированное тело. Большинство людей ходят, стоят и сидят неправильно. Они совершают ненужные нервные движения, создают напряжения и суетливость - и всё это попусту растроченная энергия. Плохие позы оказывают вредное воздействие на дыхание и циркуляцию крови. Каждому полезно узнать об этих вещах и о способах исправления подобных недостатков. В книге Ф.М.Александера "Используй свою самость" содержится много ценных советов, и его ученики и последователи во всех частях мира дают уроки по правильному использованию тела. Я достаточно наблюдал эту работу, чтобы рекомендовать её - и, конечно, они не единственные специалисты в этой области. Совет и инструкция специалиста очень желательны, но их не обязательно должны давать учителя трансформации.

Ф. М. Александер заявлял, что по своим философским убеждениям он материалист, и он отвергал любое утверждение о том, что его метод имеет какую-либо иную цель, кроме как эффективное функционирование организма, и все же он помог многим искателям на пути трансформации.

Когда нам необходим особый совет, не обязательно обращаться к лучшему специалисту. Я слышал, как последователи "духовного" учителя отказывались искать помощи вне "учения", исходя из ошибочной идеи, что это может выглядеть как нелояльность или недостаток доверия. Только очень ограниченный учитель допустит, чтобы его ученики верили, что он знает всё. Странно, что в научном мире никто не ожидает, чтобы человек был специалистом вне области своих занятий, и все же существует почти символ веры, что истинный духовный мастер должен быть специалистом во всех вопросах.

Концентрацию сознательной энергии в теле можно облегчить, принимая различные позы, влиявшие на достояние нервной системы и циркуляцию крови. Эти методы хорошо известны в Индии под именем Хатха-йога, но вне индуистской традиции имеются многие варианты её. Я думаю, полезно практиковать некоторые более простые позы возможно, в силу той их ценности, что они придают доверие в обращении с телом.

Буддистские монахи в своем отношении к позам отличаются от йоги индусов. Они рекомендуют "стабильную и легкую" позу со скрещенными ногами как путь к медитации. Вначале эта поза очень трудна для европейцев, привыкших сидеть на стульях, но нет никакого сомнения в том, что она помогает фиксировать ум. Это иллюстрирует важный принцип, что состояние любой части организма оказывает влияние на состояние каждой другой части. Мы привыкли сидеть в обычных позах - скорее, не-позах - и наши мысли стали связанными с ними. Когда нам нужно думать не обычным способом, мы должны изменить нашу позу, иначе привычка тела вызовет ассоциированные рефлексы в мозгу. Если вы будете наблюдать состояния, в которых к вам пришли оригинальные и интересные мысли, вы, вероятно, обнаружите, что вы в это время сидели не в обычных своих позах.

Суфии имеют специальные позы для своих духовных упражнений. Самая распространенная - сидеть на полу на левой ноге, в то время как руки обхватывают правое колено.

5. РИТМИЧЕСКИЕ РИТУАЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ

Насколько мне известно, Гурджиев был одним из великих "Учителей Ритуальных Танцев", пришедшим на Запад. Впервые я наблюдал его упражнения в 19й0 году, а позже - его преподавание классов в Париже в течение двух или трех недель, предшествовавших его смерти в 1949 году. Из всего того, чему он учил, его удивительные и почти неповторимые по разнообразию упражнения, или "движения", в сопровождении музыки, несомненно, были очень апеллирующими и притягательными. Гурджиев утверждал, что провел четверть столетия в путешествиях по Европе, Африке и особенно Азии в поисках секретов храмовых танцев и методов тренировки, применяемых в традиционных школах.

Подобно релаксации, ритуальные танцы работают на всех уровнях. Первой стадией является достижение тело-осознания. Движения, производимые автоматически и бессознательно, могут быть искусными и даже грациозными, но в них нет потенциала для трансформации. Гурджиев (и другие) описывали длительный процесс, с помощью которого храмовые танцоры Центральной Азии приобретали абсолютную ритмическую точность жеста и движения, начиная осознавать ту тончайшую, едва уловимую гармонию основных поз, из которых строятся ритуальные движения. Такое совершенство требуется только от тех, кто намеревается посвятить себя храмовым танцам как центральной теме самореализации. Однако бесполезно пытаться делать что-либо в этой области, пока позы, жесты и промежуточные движения не осуществляются прямым контактом - через посредство сознательной энергии - между волей и телом.

Той же цели служат абсолютно противоположные процедуры исполнения очень трудных и усложненных движений и преодоления усталости и боли посредством продолжающегося точного ритма до крайнего предела, который может выдержать тело.

Гармония инстинктивно-моторного, эмоционального и интеллектуального центров достигается с помощью танцев и ритуалов, которые выражают одновременно эмоциональное состояние и универсальные законы. Гурджиев имел поразительный репертуар таких движений, и они были успешно развиты его главным истолкователем в этой области - мадам Жанной де Зальцман.

На более глубоком уровне ритуальные танцы и движения используются для обеспечения канала для потока творческой энергии. Здесь легко впасть в ошибку из-за связи между творческой энергией и сексуальной жизнью. То, что поверхностному взгляду может показаться оргиальным самодовольствием, в действительности может быть в высшей степени контролируемым высвобождением творческой энергии - не для удовольствия или экстатического переживания, но для пробуждения души.

Лучшим известным примером этого является Дерв, или вращающийся ритуал Мевлеви - дервишей, кружащихся в вихре. Впервые я наблюдал их ритуал в 1919 году, когда суфийский Мевлевский Орден все еще находился в расцвете в последние дни Оттоманской империи, и властители этой страны не только гордились своей принадлежностью к Ордену, но и принимали активное участие в ритуальных танцах каждый вечер по четвергам. Я имел возможность лично убедиться, что не было места неконтролируемому экстазу, но лишь адепты определяли входили в сознательную коммуникацию с невидимым миром. Один из суфиев, взявший на себя обязанность инструктировать меня, объяснил, что целью ритуала было отделение души от тела, чтобы таким образом осознать состояние, в которое душа войдет после смерти. Он добавил, что уверенность в бессмертии и рае, порождаемая этим упражнением, объясняет беззаветную храбрость, выдаваемую дервишами в битвах.

Я наблюдал - как, возможно, сделали это уже большинство читателей - многие индийские, китайские, японские, африканские и другие ритуальные танцы и ритмические движения. Я сомневаюсь, направлены ли какие-либо из них на контролирование потока сознательной энергии и освобождении вещества души от ее зависимости от тела. Разумно, конечно, позволить зрителям видеть, по крайней мере, некоторые из ритуалов, но публичное их исполнение несовместимо с полным отделением, которое должны испытать участники ритуалов.

Ритуальные движения могут использоваться для многих целей, помимо развития тела и его способностей. Существуют регулярные дневные действия - например, обязательная молитва мусульман, требующая 50 или более простраций каждый день. Специальные позы - такие как коленипреклонение, сидение на пятках, сидение со скрещенными ногами или в позе лотоса - все они предназначены помочь удерживать внимание во время молитвы и медитации. Пренебрежение этими традиционными практиками составляет вакуум, в который могут проникнуть многие вредные привычки.

Особым видом являются ритуальные омовения как предваряющие все виды духовных упражнений. В главе второй я ссылаюсь на важность кожи и необходимость держать кожу в состоянии максимальной активности. Вероятно, чувствительная энергия загрязняется дневной деятельностью и каким-либо сильным эмоциональным или сексуальным переживанием, и оно выводится из тела через кожу. Я не помню, где я услышал такое объяснение, но оно хорошо согласуется с тем, что я наблюдал. Наша кожа - особенно её чувствительные и обнаженные части - покрыта этой выведенной энергией, которая удаляется посредством трения холодной водой. Это, как мне сказали, является первоначальной причиной ритуальных обливаний, используемых в религии. Другие обычаи, которые теперь кажутся суеверными пережитками, вероятно, имели такую же здоровую основу, известную тем, кто вводил их.

Помимо таких традиционных практик, которым может обучиться каждый, работа над позами и ритмами требует специального обучения, а таких учителей очень трудно найти в любой области мира. К сожалению, существует тенденция, рассматривать специальное знание как эзотерическое, и те, кто обладает им, часто не хотят делиться им вне своего избранного круга. Это не только ограничивает способности тех, кто мог бы извлечь пользу - и тем подготовиться к трудной работе, - но имеет и другой, менее очевидный недостаток. Это тенденция - тех, кто изучает специальные танцы и движения без намерения стать профессиональными храмовыми танцорами - продолжать работать над ними еще долгое время после того, как они прекратили свое прогрессирующее или трансформирующее действие.

Гурджиев предпринимал большие усилия, обучая своей системе движений ритуальных танцев в периоды 1918-24 и 1924-29 годы. В оба эти периода его целью было в основном подготовить учителей и демонстраторов, и лишь во вторую очередь - преподать метод студентам. Возможно, это привело к неправильному представлению о том, что интенсивную работу над этими упражнениями можно с пользой для себя продолжать до конца. Мадам Успенская, одна из самых преданных учениц Гурджиева, которая ввела тот метод в группе своего мужа в Англии примерно в 1933 году, сделала оговорку, что никто не должен работать над движениями больше двух лет. Я слышал, что в суфийских общинах упражнения, связанные с развитием телесных способностей, практикуются интенсивно самое большее в течение года и впоследствии используются только для обновления. Если это правильно, то было бы очень желательным, если бы те, кто способен обучать ритмическим движениям и ритуальным танцам, широко бы открыли свои классы, так, чтобы выиграло максимально возможное число людей.

6. СТОП-УПРАЖНЕНИЕ

Ритуал дервишей Мевлеви, или "мукайеле", состоит из трех частей. Первая - это ментальная подготовка, выполняемая в сидячей позе. Она состоит из "зикр", или повторения объединяющего призыва или просто одного из имен Бога. За ней следует процессия перед шейхом под музыкальный аккомпанемент. "Сема Хане", или Зал Аудирования /слушания/, расположен смежно с могилами самых почитаемых шейхов и святых монастыря, и каждый дервиш, проходя, останавливается и отдает низкий поклон, прежде чем продолжить свой путь. Затем слышится музыкальный сигнал - он может быть громким и резким или едва различимым - и все дервиши застывают на своих местах на полу этого Зала. Всё в мертвом молчании. Затем музыка возобновляется в сильном ритме, и начинаются хорошо известные вращающиеся движения. Мне объяснили, что сигнал "стоп" символизирует момент смерти, когда душа начинает осознавать Истину. Говорят, что этот "момент Истины" вскрывает всю прошлую жизнь, и от дервиша требуется взглянуть на самого себя, как если бы он только что умер, и его способность выбора отнята у него. **Дерв**, или вращающиеся движения, которые затем следуют, представляют райское блаженство, когда душа входит в новую размерность "кругооборота".

Несколько месяцев спустя после того, как я наблюдал мукабеле Мевлеви, я был приглашен Гурджиевым посмотреть класс учеников, которые изучали его "храмовые танцы", и опять я наблюдал "стоп", но совершенно в другой форме, поскольку учеников заставляли стремительно пробежать по полу и застыть в полу-движении. Некоторые останавливались как вкопанные, другие перекувыркивались и оставались в негнущихся позах, где их застал сигнал. В то время Гурджиев не давал никаких объяснений.

Через несколько лет я не только видел, но и участвовал в упражнении на остановку в его Институте в Фонтенбло. Тогда нас инструктировали использовать "стоп" для наблюдения наших поз, мыслей и чувств, без допущения какого-либо внутреннего или наружного движения. Мне удалось спросить Гурджиева, который в то время хорошо говорил по-турецки, преследует ли его "стоп" ту же цель, что и у Мевлевиев: дать искателю вкус отделения от физического тела. Он заверил меня, что это как раз тот случай, но что в Центральной Азии использование "стоп" - упражнения имеет градации в соответствии со способностями учеников. Гурджиев добавил, что ему рассказали внутренний смысл упражнения только потому, что он не участвовал в нем; для тех, кто подвергался тренировке, упражнение было другим, и они должны были выучить его и практиковать во время "момента истины".

Примерно через 30 лет после этого опыта и разговоров я начал преподавать гурджиевские ритмические упражнения моим собственным ученикам в Кумб Спрингс и тоже использовал "стоп" - упражнение в том его виде, как мне объяснил Гурджиев, во время физической работы учеников на площадках. Из моего личного опыта я могу свидетельствовать, что это упражнение оказывает очень мощное воздействие не только на тренируемых, но также и на учителя. Но им можно заниматься только при условиях, позволяющих правильно использовать энергию, которую это упражнение высвобождает. По этой причине существует широко признанное правило, что никому не следует практиковать стоп-упражнение без руководства руководителя четвертой ступени.

7. "РАБОТАТЬ ИЗНУТРИ"

В качестве заглавия я взял выражение из книги "О Субуде" чтобы провести различие между действием, производимым без какого-либо сознательного усилия с нашей стороны, и упражнениями, базирующимися на борьбе или намерении.

Латихан Субуда - замечательный пример действия такого рода. Он инициируется "открытием" или "контактом", которое осуществляет помогающий или посвященный, и всё, что требуется, - это ответная пассивность или, лучше, - "допускаемость" со стороны лица, получающего контакт. У меня нет никаких сомнений в том, что нечто происходит между дающими и принимающими контакт, а также в том, это действие обратимо: то есть нечто проходит в обоих направлениях. В соответствии с объяснениями Пак

Субуха, контакт устанавливается с Великой Жизненной Силой, или энергией /*Daja Hidup Besar* / - то есть животворящей силой Всемогущего Бога. Взаимобратное действие - высвобождение загрязненных энергий - примесей - от того, кто "открыт". Должен сказать, что мой опыт присутствия при тысячах "открытий" - часто в роли единственного помощника - согласуется этим объяснением. Работает большая сила, и она действительно высвобождает, или выводит, нечто из "открываемой" личности. Это "нечто" может быть таким неприятным, что вызовет рвоту у помогающего, или же он может почувствовать в себе крайне сильное повреждение. Оно может быть также легким, прекрасным и даже вызывать восторг.

Сначала я был готов принять возможность того, что действие Латихана Субуда является полностью духовным и плодотворным, но опыт более чем десяти лет показал, что ситуация намного более сложна. Некоторые люди получают благо с самого начала и продолжают получать его многие годы; другие, и я один из них, получили невероятно много от Латихана в течение двух или трех лет, а затем наступали болезненные явления. В моем собственном случае это была потеря инициативы, плохое здоровье и крайняя усталость - в сочетании с чувством пренебрежения моим истинным долгом. Другие имели очень мощные переживания, которые захватывали их целиком, но вскоре повергали в беду. Для многих это закончилось психиатрическим случаем, очень многих привело к самоубийству. Еще одна большая группа людей испытала очень мало или вообще ничего и вскоре они отказались от Латихана. Наконец, было большое множество тех, кто имел продолжительный выигрыш, но через несколько лет перестали что-либо испытывать и утратили интерес, продолжая практиковать Латихан от случая к случаю и забросив затем его окончательно.

По моему мнению, из всех этих наблюдений следует тот вывод, что без различения нельзя рекомендовать действия, которые "работают изнутри". В реальности они требуют в большей степени специального руководства, чем упражнения, зависящие от произвольных усилий.

Остается объяснить, почему я включил Латихан Субуда в "нужды тела". Причина в том, что действие имеет место, по крайней мере, в начальных стадиях, в пределах и внутри физического тела. Существует спонтанное движение всех видов: танцы, пение, крик и жестикация, а также различные странные и интересные позы, спонтанно /непроизвольно/ принимаемые участниками. Большая часть известных благотворных результатов относится к телесному организму: улучшение здоровья, прекращение нежелательных привычек тела, и безусловное "омоложение". Намного трудней сказать, вызывает ли Латихан Субуда благотворные и прогрессивные изменения в уме и душе. Я твердо уверен в том, что мои собственные ментальные способности пострадали в течение времени, когда я регулярно практиковал Латихан, и насколько я могу судить, с другими было примерно то же самое.

Эти наблюдения могут вызвать отрицательное отношение к моему опыту с Латиханом Субуда - он начался в 1956 году. Я могу только еще раз подтвердить свою уверенность в том, что я выиграл и продолжаю испытывать его благотворное действие. Объяснение этому кажется мне довольно простым /очевидным/: спонтанное действие Латихана - "работа изнутри" - не отличается от какого-либо другого упражнения в отношении своей благотворности, если оно практикуется в правильное время личностью, достигшей соответствующей ступени развития, и его благотворность продолжается только в течение ограниченного времени. Если продолжать делать его сверх положенного срока, эффект либо прекращается, либо становится вредным.

Беда в том, что существует три детерминанты /определяющие условия/:

1. Выбор для "открытия" правильных людей на нужной стадии их развития.
2. Нахождение правильного времени и условий для их открытия.
3. Распознавание момента, когда этих людей следует остановить и направить на какой-либо другой опыт, или сочетать Латихан с какой-либо другой формой работы.

Все три детерминанты требуют специального понимания, которым никто - включая Пак Субуха - не обладает. Это сказано не для того, чтобы преуменьшить замечательное достижение Субуда во всем мире или бросить тень на его основателя. Пак Субух уникален среди всех людей, с которыми я встречался, по простоте и завершенности его веры. Он верит, что на него возложена миссия на Благо Человечества, и он отдавал себя без остатка этой миссии в течение 40 лет. Кроме того, это самый любвеобильный и разумный человек, и он правильно управляет привязанностью тысяч своих последователей во всем мире.

6. УПРАЖНЕНИЯ НА ДЫХАНИЕ

Я оставил эту тему в качестве предпоследней в этой главе, поскольку респирация есть деятельность организма, дыхание же есть переносчик высших энергий чувствительности и сознания. Упражнения на дыхание, следовательно, в строгом смысле слова не являются телесными упражнениями.

Существует, однако, неправильная концепция, которую необходимо здесь откорректировать. Правильно говорят, что упражнения на дыхание могут быть опасными и что их нельзя выполнять без опытного руководства. Это справедливо, когда касается упражнений, связанных с изменением ритма и

характера дыхания в сравнении с нормой. Большинство людей, однако, не дышат нормально, и они нуждаются в помощи упражнений. Неправильное дыхание ослабляет тело и может даже укоротить жизнь.

Дыхание и поза тесно связаны. Необходимо осознавать позвоночный столб и научиться распознавать свободный поток энергии, входящий при правильной позе. Необходимо также осознавать пользу глубокого и ритмичного дыхания, в котором максимально используется вся способность легких. Мы слишком охотно признаем, что поскольку некая органическая функция обычно контролируется бессознательными инстинктами, она не может - или во всяком случае не должна - быть внесена в нашу ментальную осведомленность. Полезно осознавать свое дыхание и удостовериться в том, что оно продолжает быть свободным, глубоким и ритмическим. Эти атрибуты респирации необходимы для здоровья, и они являются ценной подготовкой к упражнениям, в которых дыхание питает высшие энергии по направлению к психическому.

Тело снабжено резервуарами психической энергии. Гурджиев называл их "аккумуляторами". Они, вероятно, связаны с эндокринными железами и нервными узлами, называемыми **чакрами** в индусской терминологии. Мы ссылаемся на эти "аккумуляторы", говоря о каждом виде психической деятельности: инстинктивной, моторной, чувствительной, эмоциональной, интеллектуальной и сексуальной.

9. СЕКС И ВЕЛИКИЙ АККУМУЛЯТОР

Я убежден, что сексуальная энергия - вид творческой энергии, именно поэтому он занимает такое экстраординарное место в жизни человека и оказывает влияние на всю нашу деятельность. Если бы секс являлся исключительно физиологической функцией, не было бы причин увязывать его с психическими переживаниями, и он не играл бы такую большую роль в творческой жизни человека. Здесь мы рассматриваем секс только в силу его воздействия на наше тело и его возможности.

Физиологи показали, что гормоны оказывают доминирующее влияние на химию крови и, следовательно, на все функции тела. Гурджиев говорил нам, что сексуальные железы - Великий Аккумулятор психической энергии, и что когда какой-нибудь центр становится связанным с этим центральным резервуаром, его работоспособность увеличивается в несколько сот раз. На некоторых тропах трансформации искателю даются упражнения и задачи, которые ведут непосредственно к раскрытию резервуара сексуальной энергии, на том основании, что если можно произвольно регулировать поток творческой энергии в какой-нибудь форме, то и все другие функции можно взять под контроль.

Я никогда не имел прямого контакта с этим способом; но еще в 1923 году я имел опыт раскрытия Великого Аккумулятора и необычных способностей, которые он дает. С тех пор я имел несколько возможностей изучения способов, которыми можно достичь этого раскрытия. Я наблюдал также печальные последствия, если делать это искусственно и преждевременно. В первый раз я столкнулся с этим в 16 лет в школе в Годсберге на Рейне, где учеников вдохновляли много пить, чтобы подготовиться к излишествам Боннского университета, поскольку это было перед войной 1914 года. Наш американский соученик напился однажды до бредового состояния - и десять сильных молодых людей не могли удержать его. Сверхчеловеческая физическая сила, которую он обнаружил, произвела на меня неизгладимое впечатление. Следующее подобное же явление я наблюдал во время войны 1914 года, когда смертельно раненый человек с распоротым животом атаковал германскую армию с демонической энергией.

Высвобождение творческой энергии под влиянием очень интенсивных переживаний порождает результаты, сходные с результатами сексуального акта. Такие неконтролируемые состояния имеют мало ценности. Я наблюдал, как человек отсекал себя от всех своих духовных возможностей - и, очевидно, наоборот, - сочетая сексуальное сношение с приемом алкоголя, пытаясь достичь особенно интенсивного состояния сознания. Подобных вещей следует избегать как чумы всем, кто надеется достичь истинного состояния существования.

До сих пор остается открытым вопрос о сексуальной деятельности как телесной функции. Постоянно спрашивают, полезно ли сексуальное воздержание и необходимо ли оно для тех, кто ищет совершенствования в трансформации. В христианской традиции безбрачие рассматривается как более предпочтительное на пути к духовности, чем семейное положение, при условии, конечно, что оно не приводит к отклонениям от нормы или состоянию перенапряжения. В Исламе придерживаются противоположного убеждения: все великие святые ислама были женаты, в то время как великие святые христианства оставались безбрачными.

Какой вывод должны мы сделать перед лицом таких противоречивых свидетельств? Общим здесь является согласие в том, что сексуальный акт священен и его не следует протуировать для самоудовольствия. Истина в том, что сексуальный акт, подобно всему другому, управляется условиями времени, места и личности. Не может быть общего правила, управляющего сексуальным поведением, и позволяющего вещи, которые иногда вредны, или запрещающего вещи, которые иногда правильны и даже необходимы. По своей сексуальной природе люди очень различаются во всех своих аспектах, и не может существовать каких-либо жестких моральных и социальных правил, справедливых для всех.

Тем не менее, воздержанность необходима, особенно для тех, кого я назвал "зависимой" группой общества /Иждивенцы/^[181], поскольку они не могут принимать свои собственные решения.

На мой взгляд, существует четыре стадии в трансформации сексуальной жизни мужчины и женщины.

Первая – это стадия **незрелости**, когда необходимо приобрести хорошие привычки путем подчинения дисциплине. Молодые люди очень нуждаются в советах, но, к сожалению, их невозможно давать в виде какой-либо зафиксированной формулы. Ключом различие, а совет и дисциплина полезны только как вехи на пути к различению. Настоящая книга не рассматривает "подготовительный возраст", а имеет дело с жизнью взрослых; поэтому мне здесь нечего добавить.

Вторая стадия - **экспансия**. Сексуальная жизнь раскрывается, или должна раскрыться, спонтанно и невинно. Молодой человек или девушка еще не знают, как регулировать сексуальную деятельность - если только он или она не были так удачливы, чтобы приобрести различие в раннем возрасте, - и поэтому правила необходимы. Главенствующим правилом должно быть уважение к сексуальному акту как высвобождению священной, творческой энергии, то есть благороднейшим из всего, чем обладает человек. Если соотноситься с этим единственным правилом и принимать его в силу внутренней убежденности, то вторая стадия сексуального развития прогрессирует с полной свободой.

Третья стадия подразумевает сочетание различия и опыта. Искатель приобрел знание о себе, способность наблюдения над собой, и он может начинать - регулировать свою сексуальную жизнь в соответствии с результатами, которые она дает. Я ссылаюсь здесь исключительно на органический аспект секса: активизирование сексуальных органов, наблюдаемое обычно при сексуальных сношениях мужчины и женщины. Психологические и личные аспекты рассмотрены в другом месте^[191]. Регулирование физического акта - это вопрос самодисциплины; но он является также, как указано ранее, очень важной формой жертвы. Мужчина или женщина, способные отдавать себя полностью и неэгоистично в сексуальном акте и все же испытывать экстаз творческой свободы, способны перейти в четвертую стадию своего развития. Сексуальный акт специфичен постольку, поскольку он должен быть спонтанным и все же намеренным, чтобы соответствовать природе или паттерну воли вовлеченной личности. Нормальность - его знак сексуальной зрелости.

Четвертая стадия отмечена пониманием истинного значения сексуального акта. Его структура кроется в глубине: то есть он **интегрирован** на всех уровнях человеческого опыта. На этой стадии физический акт интегрирован со сплавлением вещества души и единением воли.

Надеюсь, мне удалось передать мою убежденность в том, что наш телесный организм - благородный и удивительный инструмент и что он играет существенную роль в нашей внутренней трансформации, так же, как и в нашей внешней жизни. Мы должны научиться любить наше тело как зависимую часть нашей природы. Тело не может быть ответственным существом и ему никогда нельзя позволять доминировать над рациональной частью, то есть нашим умом.

Я полагаю, что существует стадия в нашей трансформации, когда тело принимает свою истинную роль и позволяет действовать в нем энергии сознания, не являющейся телесной энергией. Это приводит к регенерации /духовному возрождению/ тела, которое в другом месте^[201] я назвал **воскресением тела** в обстановке его земного существования. Особая радость сопровождает эту перемену. Шивапуре Баба назвал её **Сукха** - одной из трех правильных целей навего существования. Если я прав в своем понимании Сукхи, тогда следует добавить, что это не постоянное условие и что приобретенное однажды, оно может быть и потеряно; скорее это удивительный индикатор "правильности". Его присутствие есть знак того, что человек правильно позаботился о своем теле. Его отсутствие есть предостережение о том, что чем-то пренебрегли. **Сукха** подобна **органическому сознанию**, которое позволяет нам с уверенностью различать между тем, что полезно для тела и, следовательно, для всей нашей целостности, и тем, что плохо для него. Вероятно то, что Гурджиев назвал "органическим стыдом", есть состояние чувствительности к присутствию или отсутствию **Сукхи**.

"Я уверен, что возможно глубокое обучение характера. Это не столько вопрос изменения, сколько трансформации. Одна и та же черта может быть положительной или отрицательной. Например, существует истинная гордость и ложная гордость. Мы должны быть горды тем, что называемся Сынами Бога. Но приписывать себе качества, которыми мы не обладаем, есть ложная гордость и безнравственность. Истинная гордость то же самое, что смирение".

("Духовная психология")

Глава 6

ГАРМОНИЧНОЕ РАЗВИТИЕ**1. КАК УСТОЕН ЧЕЛОВЕК**

Одна из ошибок, допускаемая часто искателями трансформации, это предположение, что они могут начать этот процесс, как только найдут нужный метод или нужного учителя. Это могло бы быть приблизительно верным, если бы мы проживали наши жизни нормально от момента зачатия до момента, когда решили искать собственный идеал за пределами существующих условий нашей жизни. К сожалению, ни одна жизнь не соответствует предназначенному ей паттерну, и все мы нуждаемся в том, чтобы многое поставить с головы на ноги, прежде чем сможем надежно начать путь трансформации.

Если мы хотим улучшить работу сложного механизма, мы должны знать, как его собирать воедино, и каким целям служат все его различные части. Нам необходимо также иметь средства для распознавания дефектов и диагностики причин неэффективной работы. Человек - самая сложная организация, с какой мы когда-либо сталкиваемся в своей жизни, и нам необходимо знать всё, что в наших силах, об этой организации, если мы хотим улучшить её работу.

В настоящей главе я рассмотрю некоторые из основных дефектов человеческой природы, которые должны быть откорректированы для достижения гармоничного развития, и покажу, как путем их изучения мы приходим к познанию самих себя, и как через борьбу с ними мы можем приобрести силу.

Мы начнем с разграничения того, откуда мы и что мы приобрели.

Мы должны научиться различать между тем, с чем мы родились, и тем, что пришло к нам под влиянием нашего окружения. Это различие должно быть более четким и более явным. Мы не рождаемся "готовыми" но лишь со сложным паттерном возможностей, которые должны быть реализованы в течение нашей жизни. Этот паттерн состоит из трех частей: независимой, сформированной и развитой.

Во-первых, мы имеем телесный организм, сформированный наследственностью и развившийся под влиянием природных процессов, подобно любому другому животному. Этот организм имеет удивительную анатомическую структуру и физиологический динамизм. Мы не можем узнать его, как мог бы знать специалист, но вполне достаточно, чтобы изучить его работу. В большой степени это зависит от характеристики химии крови и структуры нервной системы и мозга, которые мы можем изменять лишь в ограниченной степени, и то с серьезным риском ущерба. Это оказывает глубокое влияние на то, как мы способны видеть, слышать, думать и чувствовать - то есть на все состояния и процессы нашей ментальной жизни. Мы не можем отделить себя от структуры наших предков и наследственности, которую получаем от своих родителей.

Во-вторых, мы имеем собственную долю человеческого **вещества души**; в соответствии с представлением, разработанным мною ^[21], существует огромный резервуар чувствительной энергии - частично обогащаемый сознательной, а возможно даже и творческой энергией, - скопленный из прошлого опыта человеческой расы. Я называю это Резервуаром /Вместилищем/ Вещества Души, и полагаю, что существует обширнейшее и постоянное повторение циклов /рециклизация/ этого материала. Он входит в момент зачатия, чтобы произвести "вещество души" нового человеческого существа. Это объясняет то, почему существуют ментальные склонности и слабости и даже воспоминания в уме ребенка, которые не могут быть объяснены наследственностью. Я думаю, что вполне вероятно, что доля, или "квант", вещества души зависит от точного расположения в пространстве и времени моментов зачатия и рождения - и именно это является причиной, почему возможно предсказывать некоторые характеристики человека, разбирая его гороскоп.

В-третьих, каждое человеческое существо имеет определенный и уникальный **паттерн воли**. Этот паттерн является его Индивидуальностью, и он определяет тот способ, которым "Я" в каждом из нас способно успешно действовать. Паттерн воли устанавливает нашу Судьбу-Предназначение, то есть ту роль в жизни, которую мы наиболее призваны осуществить и которая даст нам максимальную меру **исполнения**.

Из трех частей паттерна третья часть - наиболее **истинно человеческая реальность**, но она не может действовать и даже осознать себя без ума и тела. Воля есть способность выбирать, но практикование этой способности зависит от ума. Во второй главе я объяснил свою убежденность в том, что связь между волей и умом осуществляется посредством **сознательной энергии** и становится постоянной, когда мы приобретаем **душу**. До этого момента воля полностью зависит от случайных сочетаний, которые связывают её с различными частями ума. Иногда она связана с мыслью, в другие моменты - с чувством, и в следующие - с инстинктивно-моторным центром. Ниже я опишу способы, с помощью которых можно изучать и проверять для себя все эти связи.

Три части - тело, ум и воля - рождаются вместе и составляют нашу **Сущность** /Эссенциальное/. Им не хватает опыта, то есть содержания памяти, и вначале развиты только инстинктивные механизмы, необходимые для жизни: дыхание, еда и пр. Всё остальное должно постепенно приобретаться под влиянием контакта с окружением. Главными средствами являются имитация и повторение. Они дополняются намеренными действиями обучения и тренировки, исходящих от более старших.

Нет гарантии, что что-либо приобретенное от окружения будет соответствовать природным тенденциям и склонностям вещества души или паттерну воли. В действительности даже совершенно невероятно, чтобы все три паттерна подходили бы друг другу, или же чтобы мы развивали **личность**, совершенно не соответствующую тому, чем мы в реальности являемся. Но это означает, что воля вынуждена использовать инструмента, которые не соответствуют её способностям, а ум не может развить свои полные возможности. Вот почему в начале этого раздела я говорил, что прежде чем благополучно встать на путь трансформации, нам нужно сначала установить дисгармонию, существующую между четырьмя частями нашей природы, телом, умом, волей и личностью. Легче всего подвергается изменению личность, поскольку она не является врожденной, но будто "привитой" к нам внешними влияниями.

2. САМОНАБЛЮДЕНИЕ И САМОИЗУЧЕНИЕ

Моральные учения и дисциплины говорят нам, что нам следует делать, но не сообщают, почему или как. Это является главной причиной того, что современный человек взбунтовался против общих моральных правил и стал искать более убедительный способ жизни. В последнем разделе я дал, насколько мог кратко, мое собственное представление, как мы формируемся из четырех различных частей. Эта картина - не просто "форма языка", призванная помочь выразить то, что я намеревался сказать. Нам очень необходимо иметь возможно более четкую картину того, **кем и чем мы фактически являемся**. Я лично вполне определенно уверен в том, что мы сформированы из четырех частей, хотя идею **Вместилища Вещества Души /ВВД/** нельзя проверить прямым путем. Дело в том, что разграничение ума, души, воли и личности **невозможно** проверить. Главная ценность этого разграничения в том, что и проверить и использовать его возможно только с тем, чтобы сделать ситуацию "правильной" (поставив ее с головы на ноги).

"Ум" - такое же неясное и многозначное слово, как и "тело"; но в отношении тела мы по крайней мере можем изучить, как оно построено и что выполняют для нас его различные члены и органы. Нет никакой причины, почему мы должны пребывать в неведении в отношении наших умов, поскольку нам доступны средства изучения ума в форме самонаблюдения.'

Для начала очень важно понять, что **наблюдение** самого себя совершенно отличается от размышления о себе. Мы очень много думаем, даже размышляем о самих себе и собственных проблемах, но это ведет нас не далее, чем размышление над зубной болью. Необходимо научиться **смотреть** на самих себя изнутри. И лучше всего начать со своего тела.

Практикуйте наблюдение поз, жестов, привычных движений. Не удовлетворяйтесь до тех пор, пока вы нечто не **увидите**. Например, вы подозреваете, что вы неуклюжи, когда сидите, или делаете руками суетливые движения, или что не можете смотреть на человека, не отводя взгляда, во время разговора. Постарайтесь определить, как обстоят дела фактически - не только время от времени, но в течение всего интервала времени, пока вы пребываете в подобной ситуации. Вы имеете "внутренний глаз", который смотрит изнутри. Обычно он срабатывает произвольно, когда вы получаете извне какой-то шок. Вы должны научиться пользоваться внутренним глазом так же искусно, как вы пользуетесь своими наружными глазами.

Слово "внутренний глаз", возможно, смущает вас. Вы можете назвать его "внутренним чувством" или просто "самонаблюдением". Огромным достижением будет понять, что оно срабатывает под влиянием **прямого восприятия**. Точно так же, как вы можете видеть дерево или стол, когда фокусируете на них свои наружные глаза, вы способны почувствовать, что происходит в вашем теле, когда вы фокусируете на нем ваше внутреннее чувство.

Как только вы поймете, что означает внутреннее чувство и как оно работает, сфокусируйте его на ваших чувственных состояниях. Первым шагом будет научиться различать между релаксированными, умиротворенными чувствами и напряженными, возбужденными чувствами. Не так важно наблюдать, что вы чувствуете, как быть способным распознавать, как вы чувствуете. Научитесь делать это объективно, наберитесь решимости **видеть**, как происходят вещи, прежде чем попытаться изменить их. Всегда имеется тенденция реагировать автоматически на любой дискомфорт попыткой облегчить его. Эта тенденция - главная причина того, почему нам не удастся развить нашу способность внутреннего видения. Неуютно наблюдать себя такими, как мы есть на самом деле, и мы либо прекращаем наблюдать, либо быстро переключаемся. Если мы сможем выдержать процесс рассматривания себя и продолжать его, сознательная энергия начинает концентрироваться и наша воля имеет шанс сделать что-то намного более эффективное в данном случае, чем наши обычные механические реакции.

Самая неподдающаяся часть ума для объективного наблюдения - это "думающий центр". У нас бывают проблески, когда мы можем "видеть" наши мысли как бы отделенными от нас, но не можем сохранить это состояние восприимчивости, чтобы видеть, как работает наш мыслящий мозг. Как только мы распознали, что представляет собой "внутреннее чувство", мы можем практиковаться в его использовании. Тогда мы обнаружим, что наше думание далеко от того, чтобы быть "намеренным", а также что мы обладаем очень малым контролем над ним.

Когда мы научились держать различные части ума под наблюдением нашего внутреннего чувства, мы можем начать наблюдать наши личные характеристики. **Само-изучение** заключается в **видении, распознавании и запоминании** способов, с помощью которых работает наш ум.

Необходимо избегать двух вещей. Первое - "тугодумие" или принятие слишком близко к сердцу того, что мы случайно наблюдаем. Мы должны знать факты, приятные или неприятные. Второе препятствие - поспешная попытка изменить то, что нам не нравится в самих себе. Ум есть взаимосвязанная структура, и если мы изменим его в одной части, мы можем нанести повреждение всем остальным частям. Например, мы можем наблюдать, что у нас есть тенденция оставлять незаконченными небольшие дела, и, видя, что это приводит к напрасной трате времени и потере возможностей, мы начинаем "удалять" этот дефект. Мы можем даже преуспеть в этом, но это может укрепить другую тенденцию - вмешиваться в дела других людей. Эта тенденция будет оставаться безвредной, пока у нас самих всё идет гладко; но наш успех в отношении завершения собственных незаконченных дел будет омрачен тем, что мы превращаемся в невыносимых "бизнесменов".

Это не означает, что борьба с плохими привычками бесполезна и даже вредна; напротив, мы едва ли способны наблюдать какую-либо ментальную деятельность, если только не начнем бороться с ней. Борьба приносит сознательную энергию, делающей возможным "внутреннее видение". Борьба заключается в проверке манифестации некоего ментального процесса, - а это нечто совершенно отличное от искоренения тенденции к нему.

3. ТРИ ОСНОВНЫХ ИЛЛЮЗИИ

Для нас словно недостаточно естественных препятствий на пути к трансформации - мы еще и находимся в плену своих ложных понятий о собственном состоянии. Из свидетельств священных писаний об испытаниях и несчастьях человечества два, четыре или даже шесть тысячелетий назад наиболее яркими являются два факта. Первый - то, что человек всегда страдал вследствие заблуждений относительно своей истинной ситуации. Второй - то, что форма, принимаемая этими заблуждениями, менялась от века к веку. Похоже на то, как если бы человек не мог не обманывать себя, но по мере возрастания опыта, который мы называем "наукой" или "историей", каждый набор иллюзий коллапсирует только для того, чтобы уступить место другому набору, в той же мере абсурдному. Мы называем иллюзии прошлых веков "примитивным" невежеством", "суевериями", и гордимся тем, что разрушаем их, не замечая того, что изобрели собственные суеверия.

Основная иллюзия современного человека заключается в грубой переоценке достигнутой нами стадии развития. Эта иллюзия имеет три формы:

1. **Иллюзия Елиинства.** Мы воображаем, что имеем единую неделимую волю, и когда бы мы ни произносили слово "я", мы имеем в виду эту единую перманентную волю.
2. **Иллюзия Сознания.** Мы воображаем, что осознаем или можем осознавать в любой момент, чем мы являемся и что мы делаем.
3. **Иллюзия Эффективности.** Мы воображаем, что мы можем делать то, что выбираем, и, следовательно, способны принимать решения и доводить их до завершения.

Эти иллюзии характерны для Мегалантропической Эпохи^[221], начавшейся примерно за 500 лет до н.э. и закончившейся в 19 столетии. В двадцатом столетии этим иллюзиям был брошен вызов со стороны физиологов, а в наше время - подавляющей частью молодежи во всем мире. Тем не менее, иллюзии эти продолжают доминировать над всеми нашими отношениями. Мы требуем от других того, чего они, возможно, не могут дать, ответственного и устойчивого поведения. Мы воображаем, что если предпринимаемое дело успешно, это происходит оттого, что те, кто контролировали его, действовали эффективно и ответственно. Мы обманываем себя, полагая, что прогресс естественных наук дает нам "контроль" над природой. Но сейчас мы находимся в периоде перехода к Новой Эпохе, когда, без сомнения, возникнут новые иллюзии вместо старых. Уже можно различать появление иллюзии безответственности, заставляющей людей воображать, что они могут иметь то, что они желают, не платя цену. Эта иллюзия относительно новая и поэтому затрудняет тех, кто ищет исторических прецедентов.

Чтобы рассмотреть вопрос со всей серьезностью, необходима убежденность в том, что **человечество живет в состоянии вечной иллюзии**, и, если эта убежденность слишком правдива, чтобы быть приятной, мы

должны обратиться к самим себе, чтобы подтвердить или отвергнуть ее. Если мы приобрели некоторую способность самонаблюдения мы должны быть в состоянии видеть, что постоянно рассматриваем себя и других как единые сознательные и эффективные существа. Даже если нам отчаянно что-то не удастся, мы не приписываем это нашим основным иллюзиям, но неудаче или злой воле других, или, в крайнем случае, собственной неосмотрительности, недостаточности усилия и понимания.

Тенденция принимать любое объяснение человеческих неудач, не допуская основного состояния заблуждения, очень значительна. Как только мы поймем это и увидим, как универсальна и сильна власть иллюзий над людьми, может прийти понимание необходимости трансформации и того, почему она должна начаться немедленно, пока мы не "расклассифицировали себя".

Полезно сочетать самовопрошение с самонаблюдением, прежде чем начать схватку с основными иллюзиями. "Кто я?" "Явлюсь ли я таким же, как был минуту назад? час назад? вчера? в прошлом году?" "Если я есть моя воля, могу ли я сказать, что я всегда добиваюсь одних и тех же целей?" "Какую роль играет воля в моей ежедневной жизни?" "Согласуется ли мое поведение с моей убежденностью в том, что я всегда являюсь одним и тем же лицом?"

"Осознаю ли я, чем именно является сознание?" "Если так, могу ли я сказать, что я могу быть сознательным, когда выбираю?" "Могу ли я остаться сознательным?" "Если так, то как долго?" "Могу ли я помнить себя?" "Принимаю ли я то, что фактически нахожусь в состоянии сна почти все время, когда я думаю, что бодрствую?"

"Эффективное ли я существо?" "Не обманываюсь ли я, когда предполагаю, что я делаю то, что намереваюсь делать?" "Не являюсь ли я рабом своих механических ролей - принуждаемый преуспевать в том, что я хорошо делаю механически, и обязательно терпя крах в том, что я не могу хорошо делать механически?"

"Если я воображаю себя эффективной личностью, могу ли я честно признаться, что я делаю то, что я намереваюсь делать?"

Самовопрошение есть уточняющая дисциплина, и до тех пор, пока она не воспринимается серьезно, она хуже, чем просто бесполезность. Никогда не следует принимать само собою разумеющимся, что всегда уже знаешь ответ на вопрос. Напротив, необходима уверенность в том, что в этом вопрошании есть такие глубины, которые трудно предполагать достичь.

Способ работы, которому я научился у Гурджиева и который могу рекомендовать. - это выбрать вопрос, написать его на листке бумаги и носить его с собой, куда бы ты ни пошел. "Считайте его вашим Богом, - сказал Гурджиев, - сделайте его самой важной вещью в вашей жизни. Все время доставайте и читайте его. Заставьте себя думать о нем с решимостью, что ответ должен быть связан с вашей волей. Недостаточно, хотя и необходимо, просто держать его в уме. Продолжайте это в течение недели, не дольше. И прежде чем начать работу над другим вопросом, пусть пройдет несколько недель".

С тех пор, как я услышал впервые об "иллюзиях" от П.Д.Успенского - более, чем 45 лет назад, - я встретил сотни людей, увлеченных этими идеями, и особенно их "сильным реализмом"; они с энтузиазмом и решимостью принимались за задачу "нахождения правды для самих себя". Но очень-очень немногие из них видели ситуацию в истинном свете и освобождались от основных иллюзий. Вероятно, самой трудной из трех иллюзий для принятия её является иллюзия, что "мы можем делать". Даже психологи-бихейвористы / изучающие поведение людей/ и защитники ультра-материалистической доктрины, согласно которой человек, подобно всему сущему, есть машина и что свободная воля не существует, - даже они говорят и действуют так, как если бы они сами и люди, которых они изучают, могли и действовали сознательно и намеренно. Немалым достижением будет освободиться от этих иллюзий (и нелегким достижением), - но это будет означать приобретение самой ценной награды; свободы и мира ума. Трудно даже осознать, сколько человеческого горя происходит от иллюзии, что человек более развит, чем он фактически есть.

4. ЧЕТЫРЕ САМОСТИ

Иллюзия единства включает в себя ошибочное предположение, что мы можем говорить о "себе" в единственном числе. В этом разделе я собираюсь описать мои собственные выводы о самости человека и о том, как её следует изучать. Интересно отметить, что ни в западной Литературе, ни в любом христианском учении о человеке почти ничего не написано на эту тему. Очевидно, грекам не приходило в голову подвергать сомнению единство человека, и западная психология построила на этом упущении ложное понятие о человеческой душе как единой и неделимой. Мы приучены думать, что просто в силу того, что мы обладаем одним телом и одним именем, мы представляем собой одну личность. Индусы называют это Намарупой (имя и форма) - иллюзией и стремятся освободиться от неё. И все же доктрина реинкарнации, особенно в её индуистской форме, подразумевает, что имеется одна "самость", которая живет, умирает и рождается вновь бесчисленное множество раз, и что эта одна бессмертная самость достигает конечного освобождения от Самсары (цикла существования). Ортодоксальное исламское учение тоже рассматривает человека как самость, подлежащую вознаграждению или наказанию в качестве индивидуума.

Гораздо более реалистическое понимание природы человека дают буддийская психология, суфизм и вероучения Центральной Азии; без сомнения, все они тесно связаны между собой в своих истоках. В соответствии с этими взглядами, человеческая душа составная - она состоит из нескольких различных самостей, или душ. После многолетнего изучения этих доктрин, и особенно с помощью гуджиевского учения, а также из того, что я вынес от Субуда, я окончательно пришел к заключению, что все люди состоят из четырех отчетливо различающихся самостей.

Самости - это паттерны вещества души.

Самости имеют свои собственные воспоминания, привычки, точки зрения, свои собственные ценности: что-то они считают важным, а что-то несущественным. Они пассивны до тех пор, пока в них не войдет воля - и тогда они принимают ответственность за то действие, которое случается с нами, и изменяют его в соответствии с их собственными желаниями или привычками. Можно представить их как кукол, которые выходят на сцену и исполняют свои роли, подчиняясь движениям веревочек актера.

Я назвал четыре самости: Материальная Самость, Реагирующая Самость, Разделенная Самость и Истинная Самость ^[231]. Я рекомендую читателю изучить нижеследующее описание самостей, а затем, путем наблюдения, сравнения или размышления решить для себя, найдет ли он эту схему полезной для своего понимания, и если это так, то начать наблюдать за тем, какая из его самостей ответственна в каждой конкретной ситуации.

а) Материальная Самость

Она начинает оформляться в веществе души вскоре после рождения, когда маленький ребенок начинает контактировать с материальными объектами своего окружения. Ум строит необходимое паттерны поведения и они, срачиваясь, образуют самость, направленную в сторону материального мира, причем ум воспринимает этот мир как единственную реальность. Материальная Самость не имеет ценностей, поскольку ценности приходят с опытом эмоционального и интеллектуального центров, которые еще не пробуждены в маленьком ребенке.

Самым важным достижением Материальной Самости является **речь** - ребенок усваивает её при контактировании с образами, звуками и другими ощущениями материального мира. Мы должны изучить свой язык и убедиться для себя в том, что он базируется на материальных объектах, так что даже когда мы намерены говорить о ментальных процессах и состояниях, мы должны пользоваться словами и выражениями, взятыми из материального мира.

Материальная Самость есть инструмент, с помощью которого мы имеем дело с материальным миром. Она приобретает множество навыков, особенно это относится к умению рук и глаз; но Материальная Самость обладает также инстинктивной тенденцией схватывать и удерживать объекты, с которыми ей приходится работать. По мере того, как начинает развиваться способность к эмоциональному чувству, эта тенденция приводит к тому, чтобы полагаться на материальные вещи и вступать в связь с ними. Важность материальных объектов достаточно реальна, но связь с ними создает набор ценностей, основанных на приобретении и обладании. Материальная Самость начинает рассматривать успех в обращении с материальным миром как конечную цель.

Эта "материализация ценностей" может привести к очень нежелательным результатам. Материальная Самость претендует на статус Истинной Самости. С ней становится связанной воля, и дальнейшее развитие Семейства Самостей затормаживается. Это может стать настоящим несчастьем, поскольку в этом случае Материальная Самость будет формироваться без чувствительности к чувствам других. В самом крайнем случае она огрубляется до животной степени в своем преследовании материальных целей и рассматривает обладание богатством как величайшее благо.

Следовательно, мы должны изучить самих себя и научиться распознавать Материальную Самость, которая по необходимости присутствует в каждом из нас, являясь нашим основным средством контакта с внешним миром, и увидеть, какое место она занимает. Склонность к обладанию, неспособность поверить в какую-либо иную реальность кроме той, которую можно увидеть и осязать, нечувствительность и, что самое страшное, желание доминировать над другими формами существования - это суть знаки того, что Материальная Самость ушла в нежелательную сторону. Мастерство в ручных операциях, умение управлять языком, эмоциональная стабильность, быстрота ума - в отличие от истинного понимания - всё это признаки Материальной Самости в её желаемых аспектах. Заметим, что все эти хорошие черты, а также и плохие, могут проявляться автоматически, то есть с помощью автоматической энергии Е6.

Я испытываю соблазн сказать, что все, о чем здесь идет речь, не что иное, как паттерн условных рефлексов, и не является "самостью" вообще; но, конечно, здесь есть нечто большее. Материальная Самость может испытывать удовольствие и боль, желание и отвращение, поскольку в ней срабатывает чувствительная энергия Е5; она может упражнять все силы ума, включая творчество, которое происходит из области, находящейся за пределами ума. Эти действия возможны, поскольку воля может связываться с энергиями Материальной Самости и превращать её в "личность". Когда воля объединяется с Материальной

Самостью, она не имеет истинной свободы, а является скорее рабом, чем хозяином того, что должно быть её инструментом.

Если Материальная Самость доминирует постоянно, человек прер-ращается в живой механизм / живой автомат/. Он может быть очень умным и преуспевать в материальном мире, обладать властью над сотоварищами, рассматривая их словно они не более, чем материальные объекты; но он не имеет внутренней жизни и возможности трансформации.

Нельзя не пожалеть людей, попавших в ловушку своих материальных самостей, поскольку они упускают всё, что есть самого удивительного в человеческой жизни. Если только не случится нечто такое, что выведет их из такой ситуации, их единственной реальностью всегда будет мир безжизненных материальных объектов.

Истинное место Материальной Самости - быть инструментом, который используется и контролируется высшими частями Самости. Верно, что мы должны доминировать над материальным миром, что мы должны приобретать и радоваться различным видам мастерства. Мы можем наслаждаться материальными объектами - но никогда не должны зависеть от них.

Самонаблюдение может научить нас распознавать различие между удовольствием и порабощением. Если мы обнаружим, что материальные объекты значат слишком много для нас, мы должны предпринять меры для разрушения нашей зависимости от них.

Некоторые люди довольно свободны от своих материальных самостей. Я с большим интересом наблюдал таких людей. Они не имеют чувства обладания и могут разбрасывать вещи и деньги без сожаления. Они часто имеют плохой контакт с собственным телом и обычно эмоционально нестабильны. Я упоминаю это, чтобы подчеркнуть, кто недостаточно быть свободным от материальных сил, - необходимо иметь пробужденной и активной некоторую высшую часть Самости - для того, чтобы она заняла место Материальной Самости, когда эта последняя теряет власть и доминирование.

Наконец, я должен сказать, что не согласен с точкой зрения, что материальная самость является "сатанинской". Такой взгляд поддерживают некоторые религиозные системы - особенно христианство, суфизм и буддизм. Пак Субух, например, называет материальную самость Сатанинской Самостью и источником всех зол в человеке. Не существование материальной самости, но узурпирование ею положения "Хозяина" является нашим проклятьем. Материальная Самость может доминировать только будучи неконтролируемой. Наилучшим путем поставить её на правильное место - использовать способ наблюдения: как мы смотрим на материальные вещи и как обращаемся с ними. Если они "значат" для нас, мы должны быть бдительными к этому.

б) Реагирующая Самость

По мере того, как в маленьком ребенке начинает организовываться вещество души; оно имеет тенденцию воздействовать с помощью чувствительной энергии Е5, искони являющейся дуалистичной или полярной по характеру. Нравится - не нравится, удовольствие - боль, желание и отвращение - и все другие "пары противоположностей" начинают воздействовать на юный ум и вызывать второй паттерн поведения. В течение нескольких лет - обычно между 4 и 7 годами жизни - это формирует Реагирующую Самость. Реагирующая Самость связана с инстинктивным и эмоциональным центрами и, следовательно, на неё оказываем влияние наследственность. Может наблюдаться чрезмерная чувствительность к стимуляциям удовольствия и боли, и это приведет к доминанте Реагирующей Самости. Если будет наблюдаться недостаток чувствительности, Реагирующая Самость будет слабой.

Паттерн реакций будет зависеть от влияний, оказываемых на маленького ребенка. Этот паттерн тесно связан с личностью. Легко распознать мужчину или женщину с доминантой Реагирующей Самости. Они обычно подвержены настроениям, видят всё в "белом" и "черном" свете, слишком чувствительны к похвале или порицанию. Они легко зажигаются энтузиазмом и так же легко впадают в депрессию. Когда энтузиазм достигает своего высшего предела, появляется огромная движущая сила, но если Материальная Самость слаба, такие люди будут нереалистичными и непрактичными.

Реагирующая Самость может быть невнимательной и даже жестокой к другим, слишком чувствительной к своим собственным чувствам и не способной почувствовать эти чувства в других, кого это может ранить или оскорбить. Она склонна к яростным и беспричинным предрассудкам.

Этот вид эгоистичной способности реагирования является нежелательным аспектом Реагирующей Самости. Её хорошие качества: восприимчивость, любовь к прекрасному, способность к привязанностям и щедрость. В интеллектуальной сфере реагирующие самости логичны, упорядочены в своих ментальных операциях, ясны и пронизательны в выражениях.

Главная ценность Реагирующей Самости кроется в её способности генерировать силу в действие. Если мы научимся контролировать её механические реакции, можно направлять возникающую при этом энергию для поддержания любой требующейся физической или ментальной деятельности. Когда воля захвачена Реагирующей самостью, над нами доминируют наши "нравится - не нравится", причиняя досаду как нам самим, так и другим. Ум вовлечен в паттерн реакций, и можно наблюдать, как такие люди проявляют огромную изобретательность в оправдывании собственных предрассудков и реакций. Если же воля

отстраняется от Реагирующей самости, мы все равно способны наслаждаться живыми переживаниями чувств и ума, но не потеряться в них и не идентифицироваться с ними. Как и в случае с Материальной Самостью, Реагирующая самость также является плохим "хозяином", но может быть хорошим слугой.

Мы должны знать свою Реагирующую самость. Это означает, что мы должны наблюдать и помнить свои "нравится-не нравится", свои предрассудки и мнения. Это - нелегкая задача, и её невозможно выполнить одним только ментальным усилием. Существенно то, что должна быть задействована наша воля, и в силу этого мы должны настроиться на борьбу с "нравится – не нравится", если мы хотим узнать их объективно.

Одним из наиболее ценных упражнений - П.Д.Успенский рассматривал его как одно из фундаментальных оснований работе над собой - является **не-выражение отрицательных эмоций**. Реагирующая самость постоянно сетует по поводу тривиальных недомоганий и неудач, она завистлива, склонна к обладанию, нервозна и неуверена в себе самой - и всё это она выражает в бесполезных и вовсе не нужных словах и жестях. Упражнение на непоказывание любой из таких реакций в нашем внешнем поведении помогает нам наблюдать и, в конце концов, контролировать их.

Другим очень ценным, но часто ошибочно понимаемым упражнением является **неоправдывание**. Реагирующая самость ненавидит быть неправой: она всегда стремится проецировать причины своих отрицательных реакций вне себя. При этом ум отвращается от полезной деятельности необходимостью объяснять, оправдывать и представлять свою личность в выгодном свете. Как только станет очевидной абсурдность и беспомощность подобного состояния дел, искатель может приняться за задачу не объяснять и не оправдывать свои действия. Это направляет инициативу в сторону от Реагирующей самости и заставляет её занять подчиненное место в Семействе самостей. Здесь необходимо избежать ловушки, заключающейся в том, что человек начинает гордиться, что он "не оправдывает себя" и "не подвержен мнениям других". Я видел, как таким путем люди развивают в себе нетерпимость и чувство превосходства, только потому, что они натренировали себя никогда не оправдывать и не объяснять то, что они делают. Это - результат переноса инициативы от Реагирующей к Разделенной самости (которую мы рассмотрим в следующем разделе) без понимания ограничений Разделенной самости.

Когда Реагирующая самость хорошо развита и натренирована, она формирует очень привлекательную личность с широким диапазоном интересов, человека открытого и восприимчивого, способного к упорной ментальной или физической работе, и с хорошим умом. Однако даже в лучших случаях наблюдается тенденция недостаточного различения и способности к самокритике. У нормальных людей Реагирующая самость призывается к деятельности только в случае, когда необходимы её качества.

в) Разделенная Самость.

Третья самость может развиваться в любое время после 10 года жизни, но я думаю, что её естественное развитие начинается до периода половой зрелости и пробуждения сексуальных сил. Разделенная самость характеризуется **внутренним чувством правильного и неправильного** - в отличие от искусственных реакций, прививаемых Реагирующей самостью. Эти искусственные реакции могут так замаскировать и исказить импульсы, идущие от сознания, что Разделенная самость терпит неудачу в организации себя как независимого вместилища воли.

Я выбрал термин **Разделенная самость**, который, по-видимому очень отличается по значению от терминов, используемых суфиями и другими для описания третьего состояния души, чтобы подчеркнуть её двустороннюю природу.

Мы имеем два типа восприятий: первое - через посредство наших чувств и ассоциативной части ума, связывающих нас с материальным миром; второе - через "внутреннее чувство" (описываемое в разделе 2 этой главы) и **сознание**, связывающие нас с духовным миром. Общепраспространенное выражение, что человек есть "полуживотное-полуангел", применимо к Разделенной самости, но требует серьезного уточнения. Животная или, как я предпочитаю называть ее, "низшая" - самость вполне человечесна, она познает мир и воздействует на него в человеческих терминах. Ангельская, или духовная, самость далека от того, чтобы быть послушной слугой Бога - какими, как предполагается, должны быть ангелы, - это просто часть нашей природы, которая вполне дома в мире духовных реальностей.

Мы разделены между материей и духом, но обе эти части неотделимы. Вот почему я называю эту самость единой, но разделенной. Это разделение является одним из основных фактов человеческого существования. Если нам не удастся осознать всю истинность этого, то может случиться, что нам не удастся уловить какой-либо смысл в человеческой жизни. Очень важно помедлить в этом месте и серьезно задать себе несколько вопросов.

Первый: "Имею ли я материальное тело и связан ли я через него с материальным миром? Могу ли я представить картину состояния существования, в котором я был бы тем, чем я являюсь, но без связи с материальным миром?" В отношении последнего вопроса могут возникнуть некоторые сомнения, но вы не можете отрицать своего материального существования здесь и теперь. Чем больше вы размышляете над этим, тем больше вы будете видеть, что невозможно думать о **человеческом** существовании отдельно от материального мира: от материального тела и органов восприятия, связывающих нас с материальным миром.

Второй: "Являюсь ли я ничем иным, как материальным телом и материальными восприятиями?" "Является ли мое существование не большим и не меньшим, чем существование столов и стульев, скал и камней и других материальных объектов?" "Могу ли думать о себе без моего внутреннего опыта и всего того, что его подразумевает?" "Откуда происходят мои ценности, если не от мира, совершенно отличающегося от материального мира?"

На эти вопросы нужно ответить самому, не заглядывая в книги с целью узнать, что сказали об этом другие люди. Насколько это в ваших силах, нужно отложить в сторону всё, что слышал и думал об этих вещах в прошлом, и рассматривать вопросы как если бы встретился с ними впервые.

Всё только что сказанное подразумевает гораздо больший акцент на нашем поиске Истины, чем просто прояснение нашего понимания Разделенной самости. Одно из самых жестких требований к любой попытке углубить наше понимание состоит в том, чтобы **держат у открытым**. Под этим я подразумеваю нечто гораздо большее, чем отложить в сторону предрассудки и предвзятые мнения. **Ум должен впитать в себя вопрос, и в ответе мы должны сконцентрировать всё, что мы знаем, не позволяя себе иметь какое-либо "мнение" об этом.** Мы должны открыть, какая реальность предстоит перед нами, но не то, что мы об этом предполагаем или во что верим. Если вам удастся сделать это с вопросами к Разделенной самости, я уверен, что вы откроете для себя, что где-то глубоко в вашем уме вы обладаете двусторонней природой и что, исходя из существования, это невозможно оспаривать.

Разделенная самость - это не просто гантели с двумя концами - это вместилище нашего характера, то есть сущностный паттерн, с которым мы рождены, в сочетании со всеми фиксациями, развившимися с детства и обычно нами не осознаваемыми. Следовательно, знать чью-либо Разделенную самость означает на деле знать, каким типом личности он является и какой вид жизни ему следует вести.

К сожалению, мы не можем изучать Разделенную самость наблюдением своих ментальных процессов. Это происходит вследствие того, что Разделенная самость прикрыта привычками Материальной и Реагирующей самостей, и она едва ли является доминирующей у большинства людей.

В основном все люди живут почти постоянно на первых двух уровнях Семейства Самостей и, следовательно, их поведение имеет мало общего с тем, чем они действительно являются. Поэтому будет разумно оставить изучение Разделенной самости до тех пор, пока не будут достоверно идентифицированы содержание и паттерн поведения низших самостей. Как только это будет сделано, мы начинаем видеть - почти наперекор самим себе, - насколько мы ограничены во всем, что мы делаем, пределами нашего собственного паттерна характера.

Разделенная самость есть вместилище совести и различия. Если мы научимся различению, мы поможем своей Разделенной самости развиваться надлежащим образом. Отличительной чертой человека, в котором пробуждена Разделенная самость, является то, что он остро осознает дуализм собственной природы. Он видит, как мощно его влекут два мира, к которым он принадлежит, и понимает, что беспомощен примирить конфликт в прадедах своей собственной природы. Такое осознание подготавливает его к пробуждению его Истинной Самости.

г) Истинная Самость

Трансформация ума в душу совершается в центральной точке человеческого существа. Я называю это Истинной Самостью и приписываю ей тройственную природу, состоящую из природной самости, духовной самости и Индивидуальности. Меня привело к этому пониманию гурджиевское утверждение в книге "Всё и вся" о том, что истинный человек содержит в себе свой собственный закон тройственности (триаду). Я полагаю, что это молчаливо подразумевается в традиционном убеждении о тройственности человеческой природы, не исключаяющей того, что человек является индивидуумом с единой неделимой волей. Эти качества принадлежат **Истинному Человеку**, а не такому, кого Гурджиев называет "человеком" в кавычках, под которым я подразумеваю человека, управляемого своими низшими самостями и оторванного от своей собственной реальности.

Я помню, как меня поразило при первом чтении проповедей Майстера Экхарта 30-40 лет назад его фраза о том, что "человек должен стремиться из всех сил **стать тем, чем он реально является**" Такое парадоксальное утверждение, что человек не должен быть отличит от, того, чем он действительно является, но отличаться от ложного человека, который узурпировал в нем место Истинного Человека, может быть понято, если мы схватим значение четырех самостей.

Истинная Самость должна состояться в период половой зрелости: она является **вместилищем сознательного творческого действия** и, следовательно, она должна пробуждаться в сексуальном акте. Это - один аспект Истинной Самости, и он дает ключ к пониманию, что подразумевается под "природной" самостью.

Высшую, или духовную, часть Истинной Самости невозможно наблюдать умом, её нельзя даже описать, поскольку она не принадлежит к миру "имени и формы" /Намарупа/. Я могу передать только мое истинное убеждение в том, что "высшая самость" - это паттерн намерения или цели, который должен руководить нашими жизнями. Под этим можно подразумевать некий план или инструкцию, разработанную

для нас некоей "высшей силой" - иными словами, это нечто вроде Предназначения. Я верю в предназначение - не в предопределение, при котором нам нечего сказать, но скорее как в решение, которое мы приняли, выбрали в себя в самом акте вхождения в существования. Это так, как если бы мы пришли в эту жизнь, чтобы выполнить задачу, которую "мы" произвольно приняли на себя прежде чем войти в жизнь. "Мы" здесь не подразумеваем наш ум, который в этот момент не существует; это и не наша самость, поскольку она также не существует в этот момент; это относится к нашей **воле**, или нашей **Индивидуальности**, которая в силу некоего акта, который мы не можем представить себе ментально, приняла решение, призвавшее её к рождению в качестве человеческого существа. Из этого решения исходит высшая, или духовная, часть самости.

Я свободно допускаю, что всё это не более, чем мое личное убеждение - возможно даже, всего лишь мнение, - и его нельзя проверить никакими средствами, которые я мог бы предложить. Вы можете отказаться от моего мнения, не потеряв ценной мысли о том, что в центре нашего существа находится Истинная Самость, которую мы не знаем и которую стремимся найти. Мы можем использовать более конкретный образ высшей части Самости - как идеального Человека, которым мы надеемся стать.

Какой бы образ мы не использовали, мы должны избегать приписывания совершенства высшей Самости. Она ограничена, незавершена и обязательно несовершенна. Более того, она не есть то же самое, что "Я" или Индивидуальность, которая относится к третьему, или среднему, члену Истинной Самости. Ключевой идеей здесь является то, что трансформированный, или совершенный, человек объединил в себе природную и духовную части Самости с помощью и благодаря своей Индивидуальности. Это и есть "Человек Души", как назвал его Майстер Экхарт, и он способен жить в мире природы так же полно и свободно, как и в мире духа.

На пути трансформации существует огромное и страшное препятствие. Это - **эгоизм**, узурпировавший место Индивидуальности. Здесь я ограничусь только этим замечанием, поскольку подходящим местом для рассмотрения этого вопроса будет глава об освобождении Воли [\[24\]](#).

Я могу сделать одно практическое предложение в связи с Истинной Самостью. Это - каждый день делать что-либо творческое: то, что является актом воли и инициативы. Если мы взглянем на свою ежедневную жизнь и дадим ей критическую оценку, то увидим, что всех нас влекут привычки и рутина - даже когда мы выполняем то, что могли бы назвать "оригинальным" трудом. Мы не замечаем, как редко и как мало мы делаем что-то, что фактически и воистину вытекает из нашего собственного спонтанного выбора. Как только мы сможем распознать, что реально подразумевается под спонтанностью, мы должны раскрывать себя такому действию по меньшей мере один раз в день.

Выполняя это, мы подходим немного ближе к тому, чем мы реально являемся. Насколько я могу судить, упражнение это не имеет болезненных последствий, если только оно не будет грубо извращено. Например, следует легко различать между спонтанным творческим действием и волей самости, которая решила поступить как ей заблагорассудится, а также самооправданием, которое ошибочно принимает своеволие за творчество. Упражнение в творческой активности требует от нас - в максимальной степени, на которую мы способны - искренности, внутренней свободы и мужества. Она призывает также к истинному акту воли, чтобы пробить "дыру" в нашей руганной деятельности и найти время для спонтанного действия. В течение многих лет я устанавливал себе цель - посвящать один час в день творческой работе. Я обнаружил, что такое требование очень трудно выдерживать, но зато отдача большая.

Позвольте заметить здесь, что под "творческой" работой не подразумевается только работа гения. Как только мы преуспеваем в опустошении наших умов от "намерений", идеи возникают спонтанно, и мы "видим", как перед нами раскрывается возможность творчества. Полезно пытаться предоставить возгореться в нас творчеству, даже если в течение длительного времени нам это не будет удаваться [\[25\]](#). Необходимо помнить, что целью всего написанного мною в этой главе является предложение способов, с помощью которых мы можем подготовить себя к трансформации, сбалансировав различные части нашей природы и устранив препятствия - или по крайней мере научившись преодолевать их.

д) РОЛИ - БЕССОЗНАТЕЛЬНЫЕ И СОЗНАТЕЛЬНЫЕ

В пределах четырех самостей, общих всем человеческим существам, каждый из нас обладает некоторым набором паттернов поведения, которые Гурджиев называл **ролями**. Наши роли в пределах очень узких границ определяют тот способ, которым мы реагируем и действуем во всех винах обстоятельств. Ни один человек не способен преднамеренно, только путем направления ума, вывести себя за пределы своих обычных ролей. В первом приближении это можно проверить, отметив, как часто мы репетируем в своих умах новый паттерн поведения, но фактическая ситуация отбрасывает нас назад к нашей обычной роли.

Мы говорим и действуем не так, как мы намереваемся, а так, как мы "заведены" к действию.

Этот момент настолько серьезен, что мы должны убедить себя в нем превыше всяких сомнений. Единственный путь к достижению этого - поставить себе задачу исполнять роль, совершенно чужеродную

себе. Я проиллюстрирую это на примере, оставшимся для меня живым воспоминанием по прошествии почти 30 лет.

В начале войны, в 1940 году, когда путешествия были уже затруднены, мне пришлось поехать в Глазго для посещения сталелитейных заводов, изготавливавших печи для бомбоубежищ по нашему проекту. В.Р.Гордон, директор Совета по использованию угля, хороший мой друг, попросил меня посетить его офис в Глазго, чтобы объяснить некоторые изменения, которые он желал бы внести. Я решил воспользоваться этим как возможностью "сыграть незнакомую роль", смоделировав его поведение в его учреждении по его образцу, как я часто наблюдал это. Он был простой, честный человек, обладавший большим энтузиазмом и щедростью, но склонный к громогласному высокомерию со своим штатом. Я, напротив, склонен мучаться внутренними угрызениями совести, и во всех своих делах занимаю примиряющую позицию и избегаю всяких сцен. Поднимаясь в лифте, я придал своему лицу, как мне казалось, яростное выражение, сердито прошествовал в помещение и начал задавать неуместные вопросы. Через 30 секунд я почувствовал, что почти умираю. Но я вынудил себя продолжать - и через десять минут мне пришлось отказаться от этого. Я принес извинения по телефону и прервал разговор, после чего вернулся к своему обычному паттерну поведения. В течение следующих недель я пытался несколько раз повторить эксперимент, но мне ни разу не удалось выполнить его надлежащим образом. Я был действительно потрясен этой демонстрацией собственной неспособности.

Я много раз рассказывал эту историю людям, желавшим понять проблему ролей. Но я не заметил, чтобы хотя бы один из них понял, почему я долею из этого такую "тяжелую погоду", и это послужило мне наукой в той же мере, как и собственный опыт. Мы не только не способны играть какие-либо роли, кроме приобретенных в детстве, но не можем даже видеть, что связаны по рукам и ногам нашими собственными привычками и паттернами поведения.

Психологи описывают по-разному наши обычные роли, большая часть которых формируется при наших взаимоотношениях с родителями, братьями и сестрами, и паттернами воли нашего собственного характера. На эту тему уже так много написано Фрейдом, Сигмом и их последователями, что мне вовсе нет необходимости предлагать еще одну схему.

Живым и выразительным способом различения ролей будет сравнение их с животными. В силу некоторых причин, мы приписываем человеческие черты различным породам животных и уподобляем людей кошкам, лисицам, тиграм, козлам, крокодилам или гадюкам. Такое уподобление применимо к ролям не в полном смысле, но приложимо к доминирующей черте личности. Интересное и полезное упражнение - научиться распознавать в себе и в других людях различных животных. Все упражнения этого рода учат нас, как трудно знать самих себя, и как настойчиво мы закрываем глаза на свои недостатки и противоречия.

Гурджиев объяснял это довольно просто, и его объяснение согласуется с выводами аналитической психологии, но намного более образно.

Он сказал, что видеть свои противоречия нам мешают "буферы", формирующиеся в уме во время подготовительного возраста - до 18 или 20 лет - и являющиеся результатом инстинктивного импульса избегать болезненных и неприятных переживаний. Эти буферы являются барьерами для вещества души, препятствуя коммуникации между различными частями личности, которая в силу этого становится не единой, но множественной. Вместо вполне определенных самостей, работающих каждая на собственном уровне, мы имеем ряд отдельных личностей. В крайних случаях буферы могут быть настолько непроницаемы, что личности изолируются одна от другой, в результате чего возникает явление, известное как шизофрения.

Часто говорят, что одной из конкретных целей терапевтической психологии является создание интегрированных личностей. Однако редко случается, чтобы аналитические методы приводили к достижению постоянно интегрированного семейства самостей, и причина кроется в том, что буферы обычно слишком "тверды", чтобы быть растворенными с помощью анализа. Интенсивные методы, при которых личность подвергается лечению шоком, могут разрушить буферы, но если отсутствует трансформация Семейства самостей, то в высшей степени невероятно, чтобы из разрозненных фрагментов образовалась интегрированная личность.

Умеренное буферирование различных центральных областей личности создает стабильные паттерны поведения и то, что мы называем "нормальными" людьми. Они действительно нормальны в пределах социального окружения, создавшего конкретный "комплекс буферов", но они быстро утрачивают свою силу, будучи перенесенными в другую среду.

Поскольку буферы представляют собой такую большую важность, приведу несколько иллюстраций. Буферы являются реакцией вещества души человека на табу общества, в котором развивается личность. В нашем современном обществе много табу на поведение. Социально не принято неправильно вести себя и совершать ошибки - это табу, за исключением случаев, когда это совершается по принуждению. Социально неприемлемо, чтобы было видно, как мы нарушаем правила клана или касты, к которой принадлежим. Следовательно, существует табу: "тебе не следует быть обнаруженным".

Табу воздействует на каждого ребенка в социальном окружении, заставляя скрывать свои дефекты и ошибки; в случае же "обнаруженности" принято оправдываться и объясняться. Поскольку в действительности мы все знаем, что совершаем ошибки и не всегда хотим претерпевать правил, мы

оказываемся в состоянии самопротиворечивости, которую было бы трудно переносить, если бы мы всегда сознавали её. Поэтому мы начинаем прятать правду от самих себя - и даже более упорно, чем скрываем её от других. Это делается бессознательно - и начинается это в раннем детстве, - и очень напоминает мозоль, образующийся для защиты поврежденной ткани.

Буферы, облегчающие жизнь и помогающие нам переносить маленький дискомфорт противоречий Реагирующей самости, являются пропятст'вием к пробуждению Истинной самости. Исключать буферы следует с большим благоразумием. В течение ряда лет я наблюдал результаты различного рода шоковой обработки, и у меня сложилось впечатление, что все они слишком рискованны. Можно не только нанести серьезный вред личности, но буферы, разрушенные под влиянием мощного силового воздействия, обычно вскоре замещаются другими буферами, которые могут быть менее полезны социально, а также становятся помехой в психологическом развитии.

Буфер фарисейства: "Слава Богу, я не такой, как другие", - имеет много разновидностей. Он может появиться и у тех, кто находится на пути трансформации и закрывает глаза на собственные дефекты. Другим буфером является "лояльность" - человек может гордиться своей терпимостью и широтой ума и все же в некоторых обстоятельствах вести себя с узким фанатизмом. Когда ему бросят вызов, он будет отрицать собственную нетерпимость и утверждать, что гордится своей лояльностью, которая вынуждает его давать отпор врагам дела, которому он предан. Этот вид буфера может развиваться очень быстро и почти до патологической степени в людях, подвергшихся шоковой обработке.

Полезным упражнением будет наблюдать буферы в людях, которых мы знаем, как я сделал это выше. После этого нам следует обратиться к тому, чтобы объективно наблюдать свое собственное поведение и попытаться распознать по меньшей мере один такой буфер в самих себе. В такой момент мы должны спросить самих себя, хотим мы или нет искренне освободиться от этого буфера. Одна часть нашей личности без колебаний скажет: "Да, я хочу встать лицом к лицу с этим противоречием и научиться жить с ним", - но другая часть даже не будет знать, что было произведено наблюдение. Следовательно, мы должны найти способ призвать все свое внимание к "буферной части". Это можно сделать, написав название буфера на листке бумаги и постараться, чтобы он попадался на глаза в разных ситуациях. Например, если мы видим, что у нас есть буфер "лояльности", нужно устроить так, чтобы нам напоминали об этом в моменты, когда мы "выполняем свой долг".

Иногда нас неприятно поражает абсурдность незамеченных противоречий. С неожиданным шоком мы вдруг видим, что поступаем таким образом, который нам самим совершенно нетерпим и не подходит к нашему хорошему мнению о самих себе. Сила, порождаемая такими произвольными шоками, должна быть обращена на хорошую оценку или мнение. Мы даже можем попросить кого-нибудь из близких: жену, мужа, родителей, брата, сестру или близкого - напоминать нам, когда они будут видеть, что мы ведем себя в соответствии с "буферированным" паттерном. Мы можем обещать им не реагировать на это с неприязнью - тем не менее мы будем делать так, но обещание помажет дать нашему другу уверенность в том, что мы знаем, о чем просим; и нам следует напоминать самим себе, что нашей целью является достижение свободы.

Свобода несравнимо более ценная вещь, чем хорошее мнение других или наше собственное высокое самоуважение. Только великое стремление и томление по внутренней свободе поможет нам вынести страдания, неизбежные при удалении буферов.

"Когда в человека входит малейшая крупица истины, он не может больше делать ничего другого, как только повиноваться".

("Драматическая Вселенная", том Третий)

ОБ АВТОРЕ

Джон Годолфин Беннетт - математик, длительно работавший в качестве директора отдела промышленных исследований; диапазон его опубликованных научных работ простирается от математической физики до переработки и использования угля. В первый период своей жизни он сочетал свою научную карьеру с исследованием языков и религий Азии и провел обширные путешествия по азиатским странам, встречаясь и изучая духовных лидеров. Позднее он отказался от чисто научной работы, став директором Института Сравнительного Изучения Истории, Философии и Науки, где в течение многих лет руководил оригинальными исследованиями и курсами изучения, направленных на объединение основных дисциплин науки (естественной), истории, философии и религии. Последние годы жизни он потратил на учреждение международного Академии Непрерывного Обучения в Шерборн-Хаус, округ Шерборн, графство Глусестершир, главой которой он оставался до самой своей смерти, последовавшей в декабре 1974 года.

Дж.Г.Беннетт - один из основных учителей гурджиевско-успенской традиции. "Трансформация" - книга, в которой он хотел запечатлеть опыт своих 50-летних исканий того, что есть истинного в этом меняющемся мире.

Сам Беннетт был невысокого мнения о своей книге, но целостность и подвижность её автора светят с каждой страницы книги, в которой описаны различные ловушки и инсайты, связанные с поиском. В этом аспекте "Трансформация" бесценна для людей, подвинутых или встающих на путь духовной дисциплины.

Не многие из нас станут великими учителями, но все те, кто попытается изучить дисциплину трансформации, столкнутся с трудностями, и тогда для нас может зазвучать голос учителя, прошедшего по этому пути. Беннетт знал, что работу над "Трансформацией" ему не суждено закончить, что многие из техник невозможно отдать в печать, - но он использовал все свое неоспоримое мастерство в качестве коммуникатора того, что может описано в живой практической манере. Он заявлял, что ему не удалось нарисовать целостную картину - и в этом мера его смирения и силы. Он писал: "...Могу только сказать, что много раз в жизни я был бы очень благодарен, если бы смог иметь такую книгу".

[1] См. автобиографию Дж.Беннетта "Свидетель", 1974, с.78.

[2] "Причины" или "источники". - в терминологии, принятой в Третьем томе "Драматической Вселенной"

[3] Существует шутка на эту тему, как однажды некто принялся за чтение Руми, будучи знаком с баснями Эзопа, и первым возгласом его было: "Что думает о себе этот Руми - что он Эзоп, что ли?"

[4] "Духовные техники Суфизма" - жур."Систематика", том77 №3 декабрь 1969, с.244.

[5] Дж.Беннетт. Семиступенчатый Путь. 1975, с.76.

[6] Дж.Г.Б. - Джон Годолфинон Беннетт
Ш.Б. - Шивапури Баба

[7] См. Беннетт Дж. "О Субуде." 1958.

[8] "Драматическая Вселенная", Том Второй, глава 32, "Энергии".

[9] Гурджиев Г. И. Вестник Грядущего Блага, стр. 12.

[10] "Драматическая Вселенная", Том Третий, с.29, 138.

[11] Мы можем назвать умом тотальное содержание потока опыта, частично замечаемого, а частично не замечаемого "мною".

[12] Например: "Как мы поступаем" и "Творческое мышление".

[13] См. "Энергии".

[14] Это сравнение встречается в книге П.Д.Успенского "В поисках чудесного", стр. 43; оно приписывается Гурджиеву.

[15] В своей "Встрече с замечательными людьми", стр.240, Гурджиеви определяет понимание как эссенцию, "полученную из информации, которую намеренно изучил, и изо всех видов опыта, которые лично пережил".

[16] Беннетт Дж. Есть ли жизнь на Земле. 1973, стр.100.

[17] "Драматическая Вселенная", том Третий, гл.41.

[18] "Драматическая Вселенная", том Третий, стр.236.

[19] Беннетт Дж. "Секс". 1975.

[20] О Субуде, глава 7.

[21] "Драматическая Вселенная", том Третий, глава 40.

[22] "Драматическая Вселенная", том Четвертый. с.327.

[23] "Драматическая Вселенная", том Второй.

[24] Эта глава не была никогда написана. Отсылаем читателя к "Драматической Вселенной", том Третий, стр.202.

[25] См. "О творческом думании" Дж.Беннетта.

