



.....

Предисловие

Позвольте мне сначала рассказать вам небольшой анекдот.

— Мой доктор настоял, чтобы я к вам пришел, — сказал пациент психиатру. — Бог его знает почему: я счастлив в браке, у меня стабильная работа, много друзей, никаких забот...

— Гмм, — сказал психиатр и протянул руку за записной книжкой. — И давно это у вас?

В счастье невозможно поверить. Кажется, человек не может быть счастливым. Если говорить о депрессии, грусти, несчастье, поверят все; это кажется естественным. Но если говорить о счастье, вам никто не поверит, — оно кажется неестественным.

Зигмунд Фрейд сорок лет исследовал человеческий ум, — работая с тысячами людей, наблюдая тысячи умов с нарушениями, — и пришел к заключению, что счастье является вымыслом: человек не может быть счастливым. Самое большее, мы можем сделать жизнь немного более комфортной, вот и все. Самое большее,

мы можем сделать так, чтобы несчастья стало немного меньше, вот и все, — но счастье? Такого с человеком не бывает.

Выглядит очень пессимистичным... но, если посмотреть на человечество, кажется, все точно так и есть, что это факт. Несчастливы только человеческие существа. Где-то глубоко внутри у них что-то не в порядке.

Но я вам говорю, опираясь на собственный опыт: человеческие существа *могут* быть счастливыми, могут быть счастливее птиц, могут быть счастливее деревьев, могут быть счастливее звезд — потому что человеческие существа обладают чем-то таким, чего нет ни у одного дерева, ни у одной птицы, ни у одной звезды. Они обладают сознанием.

Но, если есть сознание, возможны две альтернативы: вы можете стать или счастливыми, или несчастливыми. Это ваш выбор. Деревья счастливы просто потому, что не могут быть несчастливыми. Их счастье — это не их свобода; им *приходится* быть счастливыми. Они не умеют быть несчастливыми; у них нет никакой другой альтернативы. Птицы, щебечущие в ветвях деревьев, счастливы не потому, что решили быть счастливыми, — они счастливы просто потому, что не умеют жить никак по-другому. Их счастье бессознательно; оно просто в их природе.

Человеческие существа могут быть безмерно счастливы и безмерно несчастны — и они свободны в выборе. Эта свобода таит опасность, эта свобода очень трудна, потому что ответственность ложится на *вас*. И с этой свободой что-то случилось, что-то пошло не так. Каким-то образом человек оказался перевернутым вверх ногами.

Люди ищут медитацию. Медитация нужна лишь потому, что вы не выбрали быть счастливыми. Если бы вы выбрали быть счастливыми, ни в какой медитации не было бы надобности. Медитация выполняет лечебную функцию: если вы больны, тогда необходимо лекарство. Но как только вы решили, что начнете выбирать счастье, как только вы решили быть счастливыми, никакой медитации больше не нужно. Тогда медитация начинает происходить сама собой.

В мире так много религий, потому что так много несчастливых людей. Счастливый человек не нуждается ни в какой религии. Счастливому человеку не нужен никакой храм, никакая церковь — потому что для счастливого человека все существование становится храмом, все существование становится церковью. Счастливый человек не совершает ничего подобного религиозной деятельности, потому что религиозна вся его жизнь. Что бы вы ни делали в счастье, это молитва — поклонением становится ваша работа; в самом вашем дыхании появляется насыщенное благородство, грация.

Счастье случается, когда вы сонастроены со своей жизнью, сонастроены так гармонично, чтобы все, что бы вы ни делали, было в радость. Тогда внезапно вы узнаете, что медитация следует за вами. Если вы любите работу, которую делаете, если вы любите то, как вы живете, значит, вы медитативны. Тогда ничто вас не отвлекает. Если вас что-то отвлекает, это просто показывает, что то, чем вы заняты, на самом деле вам не интересно.

Учитель все время говорит маленьким детям: «Сосредоточьте внимание на мне! Будьте внимательны!»

Они *и есть* внимательны — но только к чему-то другому. За стенами школы поет птица, поет от всего сердца, и ребенок внимателен к этой птице. Никто не может сказать, что он не внимателен, никто не может сказать, что он не медитативен, никто не может сказать, что он не пребывает в глубоком сосредоточении, — это так и есть! По сути дела, он совершенно забыл об учителе и арифметике, которой учитель исписывает доску. Ребенок совершенно слеп к этому всему, он целиком поглощен птицей и ее песней. Но учитель говорит: «Будь внимателен! Что ты делаешь? Не отвлекайся!»

По сути, это сам учитель отвлекает ребенка! Ребенок *и есть* внимателен — это происходит естественно. Слушая птицу, он счастлив. Учитель его отвлекает, учитель говорит: «Ты сейчас невнимателен» — учитель просто лжет! Ребенок *был* внимателен. Птица была для него более привлекательной, что он может сделать? Учитель не так привлекателен, арифметика не так интересна.

Мы живем на земле не для того, чтобы быть математиками. Есть некоторые дети, которых эта птица не интересуется; может быть, птица поет все громче, а все их внимание остается на доске. Значит, арифметика — для них. Значит, у них появляется медитация, естественное медитативное состояние, когда дело касается математики.

Нас завлекают в неестественные заботы: деньги, престиж, власть. Слушание птиц никогда не принесет вам денег. Если вы будете слушать птиц, это не даст вам власти, престижа. Если вы будете наблюдать за бабочкой, это не поможет вам экономически, политически, социально. Эти вещи не выгодны — но эти вещи делают вас счастливыми.

Настоящее человеческое существо набирается храбрости, чтобы двигаться в те вещи, которые делают его счастливым. И если этот человек остается бедным, он остается бедным; у него нет никаких жалоб, он этим не возмущается. Он говорит: «Я выбрал свой путь — я выбрал птицу, бабочек и цветы. Я не могу быть богатым, и ладно! Я богат, потому что счастлив». Но человеческие существа остаются перевернутыми вверх ногами. Я прочитал:

Старый Тед просидел на берегу реки несколько часов, и во рту у него не было маковой росинки. От соединенного действия нескольких бутылок пива и жаркого солнца он начал кивать головой, и когда проворная рыбка попала на крючок, дернула за леску и разбудила его, он был к этому совершенно не готов. Застигнутый врасплох, прежде чем он смог прийти в себя, он оказался в реке.

Маленький мальчик с интересом наблюдал происходящее. Глядя, как человек барахтается в воде, пытаясь выбраться на берег, он обернулся к отцу и спросил:

— Папа, это человек ловит рыбу или рыба ловит человека?

Человек оказался абсолютно перевернутым вверх ногами. Рыба ловит и вытаскивает вас, не вы ловите рыбу. Каждый раз, когда вы видите деньги, вы перестаете быть собой. Каждый раз, когда вы видите власть, престиж, вы перестаете быть собой. Каждый раз, когда вы видите респектабельность, вы перестаете быть

собой. Тут же вы забываете обо всем — вы забываете внутренние ценности своей жизни, своего счастья, своей радости, своего восторга. Вы всегда выбираете нечто от внешнего и промениваете на это нечто от внутреннего. Вы выигрываете снаружи и теряете внутри.

Но что вы собираетесь с этим делать? Даже если вы получите весь мир, и он будет у ваших ног, но потеряете себя, даже если вы завоюете все богатства мира, но потеряете при этом свое внутреннее сокровище, что вы будете делать с этими богатствами? Это будет страданием.

Если вы сможете научиться одной вещи... и эта одна вещь — быть бдительным, осознавать собственные внутренние мотивы, собственное внутреннее предназначение... Никогда не теряйте этого из виду, иначе вы будете несчастными. А когда вы несчастны, люди говорят: «Медитируй, и ты будешь счастливым». Они говорят: «Молись, и ты станешь счастливым; иди в храм, будь религиозным, будь христианином или индуистом, и ты будешь счастливым». Все это вздор. Будь счастливым, и медитация придет сама. Будь счастливым, и религиозность придет сама. Счастье — вот основное условие.

Но люди становятся религиозными, только когда они несчастны, — и тогда их религия фальшива. Попробуйте понять, почему вы несчастливы. Ко мне приходят многие люди, и они говорят, что несчастливы, и они хотят, чтобы я им дал какую-то медитацию. Я им говорю, что первое и основное, что следует понять, — это почему вы несчастливы. Если вы не устранили этих основных причин своего несчастья, то можете медитировать сколько угодно, но это не окажет большой

помощи — потому что основные причины останутся в прежнем виде.

Может быть, какая-то женщина могла быть прекрасной танцовщицей, а она сидит в офисе, нагромождая груды бумаг. Танцевать нет никакой возможности. Кто-то, может быть, наслаждался бы, танцуя под звездами, но он просто наращивает счет в банке. И эти люди говорят, что они несчастливы: «Дай нам какую-нибудь медитацию, чтобы мы ее выполняли». Я могу ее дать — но чего они добьются этой медитацией? Что она должна для них сделать? Они останутся прежними людьми, накапливающими деньги, соревнующимися на рынке.


Медитация может помочь лишь в том, чтобы они пришли в некоторое расслабление и смогли заниматься всей этой ерундой немного лучше.

Вы можете повторять мантру, вы можете выполнять определенную медитацию; это может так или иначе немного вам помочь — но помочь лишь в том, чтобы оставаться на прежнем месте, где бы вы ни были. Это не трансформация.

Итак, мой подход — для тех, кто действительно дерзает, для сорвиголов, которые готовы изменить самый свой образ жизни, кто готов поставить на карту все, — потому что, по сути, вам нечего поставить на карту; лишь свое несчастье, свое страдание. Но люди цепляются даже за это.

Я слышал:

В далеком военном лагере отряд новобранцев только что вернулся к месту расквартировки после бесконечного марша под палящим солнцем.



— Что это за жизнь! — сказал один из новых солдат. — Много миль до всего живого, сержант, который считает себя королем Атиллою, ни женщин, ни выпивки, ни увольнения — и кроме всего прочего, мои ботинки на два размера меньше, чем надо.

— Тебе необязательно это терпеть, приятель, — сказал его сосед. — Почему бы тебе не выписать себе другую пару?

— Вряд ли я это сделаю. Снимать их — единственное мое удовольствие!

Что еще вам поставить на карту? Только свое несчастье. Единственное удовольствие, которое у вас есть, — это говорить о нем. Посмотрите на людей, рассказывающих о своих несчастьях, — какими они становятся счастливыми! Они за это платят; они идут к психоаналитикам, чтобы говорить о своих несчастьях, — и платят за это! Кто-то внимательно их слушает, и они счастливы.

Люди постоянно говорят о своих несчастьях, говорят снова и снова. Они их даже преувеличивают, приукрашают, стараются, чтобы они выглядели как можно больше. В их изложении они разрастаются далеко за пределы натуральной величины. Почему? Вам нечего — кроме своего страдания — поставить на карту, но люди цепляются за известное, за знакомое. Несчастье — вот все, что они знают; это вся их жизнь. Им терять нечего, но они так боятся это потерять.

Насколько я вижу, важнее всего счастье, важнее всего радость. Важнее всего празднующий подход. Важнее всего жизнеутверждающая философия. На-

слаждайтесь! Если вы не можете наслаждаться своей работой, измените ее. Не медлите! — потому что все время, пока вы ждете, вы ждете Годо, а Годо никогда не придет. Человек просто ждет и тратит жизнь впустую. Кого вы ждете, ради чего?

Если вы понимаете суть... если при определенном образе жизни вы несчастны, все старые традиции скажут, что неправильны *вы*, — а я хотел бы сказать, что неправилен этот *образ жизни*. Попробуйте понять различие в акцентах. Неправильны не вы, неправилен только ваш образ жизни, то, как вы научились жить, — неправильно. Мотивации, которым вы научились и которые приняли как собственные, не ваши — они не осуществляют ваше предназначение. Они идут против вашей природы, они идут против вашей стихии.

Помните это: никто другой не может решать за вас. Все чужие заповеди, все приказы, все морали только искалечат вас. Вы должны решать за себя сами, вы должны взять свою жизнь в собственные руки. Иначе жизнь будет продолжать стучаться в двери, а вас никогда не будет дома — вы всегда будете где-то в другом месте.

Если вы должны были быть танцором, жизнь приходит через эту дверь, потому что жизнь думает, что, наверное, к этому времени вы уже стали танцором. Она стучится в эту дверь, но вас там нет — вы банкир. Как можно ожидать от жизни, чтобы она узнала, что вы станете банкиром? Жизнь приходит к вам со стороны того, кем хотела сделать вас природа; она знает только этот адрес — но вас никогда нельзя там застать, вы где-то в другом месте, прячетесь за чьей-то чужой

маской, в чьей-то чужой одежде, под чьим-то чужим именем. Существование непрестанно вас ищет. Оно знает ваше имя, но вы это имя забыли. Оно знает ваш адрес, но вы никогда не жили по этому адресу. Вы позволили миру увести себя в сторону.

— Прошлой ночью мне приснился сон, будто я ребенок, — рассказывал Джо Элу, — и у меня есть абонемент в Диснейленд, и я могу бесплатно кататься на всех аттракционах. Боже мой, как я повеселился! Я даже не мог выбрать, на какой пойти аттракцион, и перепробовал их все.

— Интересно, — заметил его друг. — Мне тоже прошлой ночью приснился очень яркий сон. Мне приснилось, что ко мне в дверь постучалась великолепная блондинка и ошеломила меня своим желанием. И не успели мы начать, как снова раздался стук в дверь, и вошла потрясающая брюнетка, и она тоже хотела быть со мной!

— Вот это да! — перебил Джо. — Боже мой, если бы только там был я! Почему ты мне не позвонил?

— Я звонил, — ответил Эл, — но твоя мать мне сказала, что ты в Диснейленде.

Ваше предназначение может вас найти только одним путем, и этот путь — в вашем внутреннем цветении, в том, каким хочет вас видеть существование. Пока вы не найдете собственной спонтанности, пока вы не найдете своей стихии, вы не можете быть счастливыми. А если вы не можете быть счастливыми, то не сможете и медитировать.