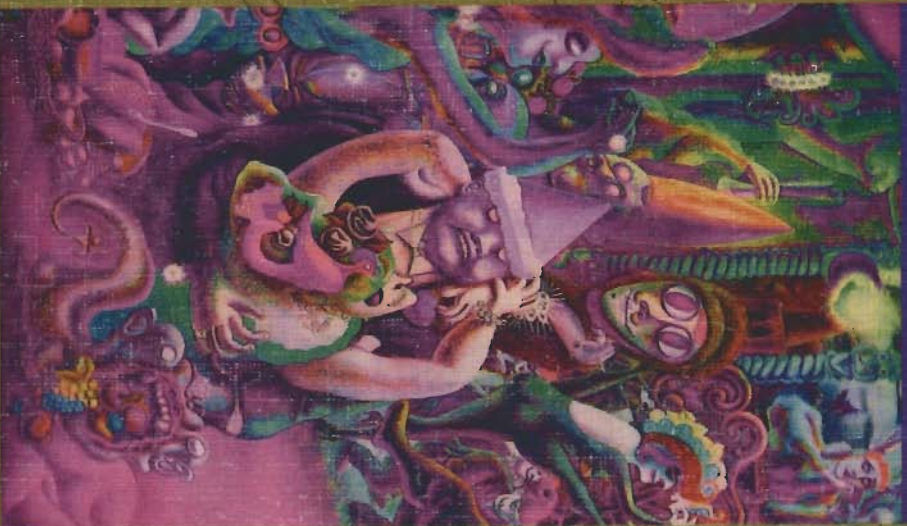


Т. Липи  
Р. Метцнер  
Р. Олмерт

# ПСИХОДЕЛИЧЕСКИЙ ОПЫТ



НОВЕЙШАЯ ПСИХОЛОГИЯ



**THE  
PSYCHEDELIC EXPERIENCE**

A manual based on the  
"Tibetan book of the dead"

**ПСИХОДЕЛИЧЕСКИЙ ОПЫТ**

Руководство на основе  
"Тибетской книги мертвых"

Timothy Leary, Ph. D.  
Ralph Metzner, Ph. D.  
Richard Albert, Ph. D.

Тимоги Лири,  
доктор философии  
Ральф Метцнер,  
доктор философии  
Ричард Олберт,  
доктор философии

*Перевод с английского*

1964

Инициатива  
Львов  
Ника-Центр  
Киев  
2003

Ответственный редактор С. В. Плотников  
Перевод с английского Г. А. Лубочкова  
Редактор Л. М. Илюхина

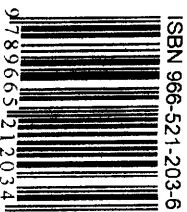
Лири Т., Метцнер Р., Олмерт Р.

Д55

Психоделический опыт: Руководство на основе "Тибетской книги мертвых" / Пер. с англ. — Львов: Инициатива; К.: Ника-Центр, 2003. — 224 с. — (Серия "Новейшая психология"; Вып. 4).  
ISBN 966-521-203-6

Книга "Психоделический опыт" в некотором смысле уникальна. Ее авторы – три Гарвардских профессора, Ральф Метцнер, Ричард Олмерт и Тимоти Лири, – обнародовали совершенно оригинальный взгляд на психоделическую проблему и проблеме личностной трансформации. Именно они стали пионерами "психоделической революции" и стояли у истоков нового, трансперсонального, направления в психологии. По мнению авторов книги, психоделический препарат является лишь одним из компонентов психоделической сессии. Не менее важны психологическая и моральная подготовка как до, так и после приема препарата. Авторы считают, что для такой подготовки нет необходимости изобретать что-то новое. Для этой цели с успехом можно использовать уже имеющуюся классическую литературу по медитации. Настоящее руководство составлено на материале "Тибетской книги мертвых". Авторы внесли существенный вклад в толкование древнего текста. Они показали, что эта книга предназначена не для мертвых, а для живых. В последнем разделе данного руководства приводятся наставления, которые, с соответствующими предосторожностями, можно использовать в современной психоделической практике.

ББК 88.6



ISBN 966-521-203-6  
9789665212034

© Серия "НОВЕЙШАЯ ПСИХОЛОГИЯ".  
Издательство "Ника-Центр", 1997  
© Перевод, подготовка текста, оригинал-макет. Издательство "Инициатива", 2003  
© Оформление серии. Издательство "Ника-Центр", 2003

## Содержание

<b>I. Предисловие</b>	<b>11</b>
Введение	13
Дань признательности В. И. Эванс-Вентцу	22
Дань признательности К. Г. Юнгу	25
Дань признательности Ламе Анагарике Говинде	37
<b>II. "Тибетская книга мертвых"</b>	<b>47</b>
<i>Первое Бардо: период освобождения от эго, или неагровой экстаз</i>	49
Часть первая. Первый Чистый Свет	51
Часть вторая. Второй Чистый Свет	59
<i>Второе Бардо: период галлюцинаций</i>	69
Введение	71
Толкование Второго Бардо	74
Мирные Видения:	
Видение 1: Источник	79
Видение 2: Внутренний Поток	
Архетипических Процессов	81
Видение 3: Огненный Поток	
Внутреннего Единства	88
Видение 4: Коллебательно-волновая	
Структура Внешних Форм	94
Видение 5: Вибрирующие Волны	
Внешнего Единства	100
Видение 6: "Цирк в Глазной Сетчатке"	105
Видение 7: "Магический Театр"	109

Гневные Видения	112		
Заклечение по Второму Бардо	117		
<i>Третье Бардо: период нового воплощения</i>	119		
Введение	121		
Общее описание Третьего Бардо	124		
Видения Нового Воплощения	130		
Доминирующее влияние мысли	133		
Видение Страшного Суда	136		
Сексуальные видения	140		
Методы предотвращения нового рождения	142		
Метод выбора новой личности	143		
Заклечение	146		
<b>III. Некоторые технические замечания о проведении психоделических сессий</b>	<b>149</b>		
Как использовать это руководство	151		
Планирование сессии	153		
Препараты и дозы	155		
Подготовка	158		
Окружающая обстановка	163		
Руководитель психоделической сессии	166		
Состав группы, реабилитация	170		
<b>IV. Наставления, используемые во время психоделической сессии</b>	<b>173</b>		
Наставления к Первому Бардо	175		
Предварительные наставления ко Второму Бардо	179		
Наставления к Видению 1	183		
Наставления в отношении физических симптомов	184		
Наставления к Видению 2	185		
Наставления к Видению 3	187		
Наставления к Видению 4	189		
		Наставления к Видению 5	191
		Наставления к Видению 6	193
		Наставления к Видению 7	195
		Наставления к Гневным Видениям	197
		Третье Бардо: предварительные наставления	199
		Наставления к Видениям Нового Воплощения	204
		Наставления к доминирующему влиянию мысли	206
		Наставления к Видению Страшного Суда	207
		Наставления к сексуальным видениям	209
		Четыре метода предотвращения нового рождения	211
		Медитация на Будду	211
		Медитация на благоприятную игру	212
		Медитация на иллюзию	213
		Медитация на пустоту	214
		Наставления к выбору новой личности	216

Настоящая версия  
“Тибетской книги мертвых”

посвящается

**ОЛДОСУ ХАКСЛИ**

(26 июля 1894 — 22 ноября 1963)

**с глубоким восхищением и благодарностью**

— Если бы ты пошел не тем путем, — сказал я в ответ на вопрос исследователя, — все случившееся стало бы доказательством заговора против тебя. Все само собой это бы подтверждало. Нельзя было бы вздохнуть, не поняв тут же, что это часть злодейского плана.

— Так, на ваш взгляд, вы знаете, где находится безумие?

Ответ мой был уверенным и прочувствованным:

— Да.

— А вы не смогли бы им управлять?

— Нет, я не смог бы им управлять. Если начать, в качестве главных посылков, со страха и ненависти, пришлось бы идти до конца.

— Ты был бы в силах зафиксировать свое внимание на том, что “Тибетская книга мертвых” называет Чистым Светом? — спросила жена.

Я был в сомнении.

— Можно ли было не подпускать к себе зло, если бы ты смог его удерживать? Или ты был бы не в силах его удерживать?

Какое-то время я обдумывал этот вопрос.

— Вероятно, — ответил я наконец, — я смог бы — но только если там был бы кто-то, рассказывающий мне о Чистом Свете. Нельзя судить это в одиночку. Полагаю, именно в этом суть тибетского ритуала — кто-то сидит там все время и рассказывает что к чему.\*

---

\* О. Хаксли. Двери восприятия. — Петербург — XXI век, 1994. — С. 41-42.

Авторы работали в Гарвардском университете над экспериментальной программой, связанной с изучением эффектов, возникающих при применении ЛСД и других психоделических препаратов, до того момента, пока в средствах массовой информации не поднялась шумиха по поводу интереса студентов к наркотикам, что привело к прекращению их экспериментов. С тех пор авторы продолжили свою работу вне стен академических учреждений.

# 1

## **предисловие**

“Тибетская книга мертвых” цитируется по изданию: *The Tibetan Book of the Dead or The After-Death Experiences on the Bardo Plane / Перевод Дамы Казы Дава-Самдун; комментатор и издатель В. И. Эванс-Вентц*.  
Ссылки на это издание помечены “Evans-Wentz”.

## Введение

Психоделический опыт — это путешествие в новые области сознания. Сфера действия и содержание этого опыта беспредельны, а его отличительной особенностью является выход (трансценденция) за пределы вербальных понятий и пространственно-временных измерений, за пределы это, или личности. К такого рода опыту расширенного сознания можно прийти разными путями: с помощью сенсорной депривации, упражнений йоги или систематической медитации; этот опыт может иметь место в минуты религиозных или эстетических экстазов, а также может возникать спонтанно. В последнее время этот опыт стал доступным любому человеку, благодаря открытию таких психоделических препаратов, как ЛСД, псилоцибин, мескалин, ДМТ и так далее.\*

---

\* Это утверждение справедливо по отношению к благоприятной ситуации до 1964-го года. Но теперь многое изменилось. В Соединенных Штатах психоделические препараты были классифицированы как "экспериментальные". Поэтому их нельзя получить по рецепту — их могут использовать только "квалифицированные исследователи". Федеральное управление по продовольствию и лекарственным препаратам (Federal Food and Drug Administration) под термином "квалифицированные исследователи" имеет в виду психиатров, работающих в психиатрических клиниках, исследования которых субсидируются из бюджета штата или государства.

Конечно, сам препарат не является причиной опыта трансценденции. Он действует просто как химический ключ: открывает сознание, освобождает нервную систему от привычных моделей и конструкций. Характер опыта почти полностью определяется окружением и подготовкой. Под условной подразумевают степень подготовленности индивидуума, включая структуру его личности и состояние психики на данный момент. Окружение составляют физические факторы — погода, воздух в помещении; социальные факторы — отношения присутствующих друг к другу; и культурные факторы — преобладающий взгляд на природу реальности. Именно поэтому существует необходимость в руководствах и путеводителях.

Их назначение состоит в том, чтобы дать возможность человеку понять новую реальность расширенного сознания. Они служат картами тех новых внутренних территорий, которые открываются благодаря достижениям современной науки.

Каждый исследователь рисует свою собственную карту. Различающиеся между собой руководства написаны на основе разных моделей: научных, эстетических, терапевтических. Тибетская модель, лежащая в основе настоящего руководства, предназначена для того, чтобы научить человека направлять и контролировать свое пробужденное сознание на пути к достижению особого уровня понимания, которое называется освобождением, озарением или просветлением. Если руководство прочтано несколько раз перед предстоящей сессией,

и если на сессии присутствует пользующийся доверием человек, освежающей память путешественика во время опыта, то сознание последнего будет освобождаться от игры, лежащей в основе так называемой "личности", а также от тех положительных или отрицательных галлюцинаций, которыми часто сопровождаются состояния расширенного сознания. "*Тибетская книга мертвых*" на тибетском языке называется "*Бардо Тодол*", что означает "Освобождение Слушанием на Посмертном Плани". Эта книга снова и снова подчеркивает, что раскрепощенному сознанию достаточно лишь слушать и запоминать наставления о тех последовательных шагах, которые позволяют достигнуть освобождения.

"*Тибетская книга мертвых*" формально представляет собой описание опыта, которого следует ожидать в момент смерти и после нее, на протяжении промежуточной фазы, длящейся сорок девять (семь раз по семь) дней, а также в период перехода к новому воплощению в новом теле. Само описание — это всего лишь экзотерическая форма, которую тибетские буддисты использовали для того, чтобы сохранять в тайне свои мистические учения. Язык и символы ритуалов смерти древнего верования Бон, религиозной традиции, предшествовавшей тибетскому буддизму, были искусно сплавлены с понятиями буддизма. Эзотерический смысл толкования, содержащегося в этом руководстве, состоит в том, что на самом деле описывается смерть и возрождение это, а не тела. Лама Го-



винда ясно указывает на это в своем комментарии к "*Bardo Tодол*": "Эта книга предназначена для живых в такой же мере, как и для умирающих". Эзотерический смысл этой книги зачастую скрыт под многослойной символической. Сама книга написана не для обычного чтения. Предполагалось, что ее смогут понять только те, кто был лично посвящен *gyru* в мистические учения буддизма и прошел через опыт "умирания-смерти-возрождения". Эти учения на протяжении многих столетий держались в строгой тайне из опасения, что невежество или неосторожное их применение может принести вред. Поэтому перевод эзотерических текстов такого рода обычно выполняются в два этапа: сначала переводят оригинальный текст на английский, а затем истолковывают его содержание для практического применения. Публикуя такое практическое толкование с целью использования текста в психоделических сессиях, мы в каком-то смысле нарушаем традицию секретности и тем самым идем вразрез с учениями *лам-gyru*.

Однако этот шаг мы считаем обоснованным, поскольку в ином случае руководство останется непонятным для тех, кто прежде не имел опыта расширенного сознания. Кроме того, есть основания считать, что *ламы*, расселяясь по всему миру, сами стремятся сделать свое учение доступным более широкому кругу людей.

Итак, следуя Тибетской модели, мы выделяем три фазы психоделического опыта. Первый период (*Чигай Бардо*) — это полная трансцендент-

ция, состояние за пределами слов, пространства-времени, это. Здесь не возникает никаких видений, нет мыслей, отсутствует ощущение собственного "я". Есть только чистое осознание и экзотическая свобода от какой бы то ни было игры (или вовлеченности в биологические процессы)\*. Второй, довольно продолжительный, период (*Чонид Бардо*) предполагает появление "я" или внешней игровой реальности. Для него характерна отчетливая, обостренная ясность или преобладание галлюцинаций (*кармических* видений). Заключительный период (*Сидна Бардо*) представляет собой возвращение к рутинной игровой реальности и к ответственному "я". Для большинства людей вторая (эстетическая или галлюцинозная) стадия является самой продолжительной. У тех, кто имел подобный опыт, первая стадия, стадия озарения, длится дольше. У людей неподготовленных, активно вовлеченных в игру и привязанных к своему собственному это, а также у тех, кто принимает наркотический препарат в неблагоприятной обстановке, борьба за возвращение к реальности начинается раньше и обычно длится до самого конца сессии.

\* "Игра" — это поведение, определяемое ролями, правилами, ритуалами, целями, стратегиями, ценностями, языком, типичной пространственно-временной локализацией и типичными моделями движения. Любое поведение, не имеющее этих девяти характеристик, является неигровым: это могут быть физиологические рефлексы, спонтанная игра и транспендентная пробужденность.

Слова, которые мы используем для описания психодемического опыта, статичны, в то время как сам опыт — это движение и постоянные изменения. Обычно сознание субъекта в режиме колебаний высокой частоты перескакивает с одного уровня на другой. Единственная цель настоящего руководства — дать человеку возможность достичь уровня трансценденции Первого Бардо и избежать застревания в ловушках галлюцинозопорного состояния или игры, которую навязывает это.

*Чего можно ожидать и во что верить.* Вы должны быть готовы принять это состояние безграничной пробужденности сознания, для описания которого у нас пока нет подходящих слов; эта пробужденность сознания может простираться за пределы области вашего этого, вашего ощущения себя, той личности, к которой вы привыкли, за пределы всего, что вы знали, за пределы вашего понимания пространства и времени, за пределы тех различий, которые обычно отделяют одного человека от другого, и за пределы всего окружающего вас мира.

Вы должны помнить, что на протяжении истории человечества миллионы людей уже совершали такое путешествие. Некоторые из них (те, кого мы называем мистиками, святыми или буддами) переживали такой опыт в течение продолжительного времени и обладали способностью передавать его близким людям. Вы также должны помнить, что этот опыт безопасен (в самом неблагоприятном случае к концу сессии вы останетесь тем же,

кем были прежде) и что все ваши страхи являютсяся на самом деле необязательными производными вашего собственного разума. Независимо от того, будет ли ваш опыт опытом рая или ада, помните, что это продлится вашего разума. Не делайтесь за первый и не уклоняйтесь от второго. Старайтесь не вносить игру это в ваш опыт.

Попытайтесь поверить в потенциальные возможности вашего мозга и довериться происходящему уже миллиарды лет процессу жизни. Когда вы свободны от вашего это, мозг не может ошибаться.

Старайтесь помнить о каком-то близком человеке, которому вы верите, или о ком-то, кто является для вас авторитетом, и чье имя может служить вам путеводителем и защитой.

Доверяйте вашему божественному началу, вашему мозгу и вашим товарищам по сессии.

Если что-то вызовет сомнения, отключите свое сознание, расслабьтесь и плывите по течению.

После чтения данного руководства подготовленный человек уже в самом начале своего опыта должен непосредственно войти в состояние реальности. Однако, если вы подготовлены недостаточно хорошо, то есть если ваша игра вносит искажения, вы будете отброшены назад. Если это случится, то наставления из Части IV должны помочь вам вновь обрести и удерживать состояние освобождения.

*Освобождение в данном контексте не обязательно означает Освобождение, присутствующее состо-*

яшию Нирваны (особенно в случае обычного человека). Оно главным образом относится к освобождению "потока жизни" от эго, что позволяет достичь состояния максимальной возможной осознанности и в итоге приводит к последующему новому счастью рождению. В то же время, по утверждению ламы-гзру, для достижения этого и хорошо подготовленного человека [такой] эзотерический процесс Переноса Сознания\* может происходить без какого-либо прерывания потока сознания, начиная с момента потери эго и до наступления сознательного нового рождения (восемь часов спустя). Если судить по описательному покойным Ламой Кази Дава-Самдун переводу древней тибетской рукописи, содержащей практические наставления к достижению состояния свободы от эго, способность поддерживать опыт нецелового экстаза во всей его полноте доступна только тем, кто обучался ментальной концентрации, или сосредоточенности сознания, то есть таким людям, которые умеют достаточно профессионально управлять своими ментальными функциями и отсекают вносимые окружающим миром искажения.\*\*

\*Тех, кто интересуется более детальной информацией о процессе "Переноса Сознания" мы отсылаем к книге "Tibetan Yoda and Secret Doctrines" ("Тибетская йога и тайные доктрины") В. И. Эванс-Вентца (Oxford University Press, 1958).

\*\* Evans-Wentz. — С. 86, примеч. 2.

Данное руководство состоит из четырех частей. Первая представляет собой введение. Вторая часть — это поэтапное описание психоделического опыта, основанное непосредственно на "Тибетской книге мертевих". Третья часть содержит практические рекомендации к подготовке и проведению психоделических сессий. В четвертой части приводятся выдержки из наставлений, взятых из "Бардо Тодол", которые можно зачитывать путешественнику во время сессии, чтобы облегчить продвижение его сознания.

В оставшейся части введения мы сделаем краткий обзор трех комментариев к "Тибетской книге мертевих", которые опубликованы в издании Эванс-Вентца: комментарий, написанный самим Эванс-Вентцом, выдающимся переводчиком и издателем четырех трактатов по тибетскому мистицизму; комментарий К. Г. Юнга, швейцарского психоналгитика; и комментарий Ламы Говинды — посвященного, принадлежащего к одной из ведущих школ тибетского буддизма.

## Дань признательности В. И. Эванс-Вентцу

*Д-р Эванс-Вентц, который на протяжении многих лет буквально ходил по пятам за тибетскими ламой, чтобы приобщиться к его мудрости...; не только обнаруживает глубоко благодетельную заинтересованность этими эзотерическими учениями, столь характерными для духа Востока, но и обладает редким умением сделать их более доступными для непосвященных.\**

В. И. Эванс-Вентц является выдающимся исследователем, который посвятил большую часть своей жизни тому, чтобы проложить мостик, стать связующим звеном между Тибетом и Западным миром: подобно молекуле РНК, он умел принять закодированное послание прошлого и выразить его языком настоящего. О нашей глубочайшей признательности ученому за его труд наигрушным образом свидетельствует тот факт, что руководство по психоделическому опыту основано на его прозрениях и подкреплено цитатами из его комментариев к "посланию, содержащемуся в этой книге".

\* Цитата из книжного обзора в "Anthropology", помещенная на обороте обложки "Тибетской книги мертвах", выпущенной в издательстве Оксфордского университета.

Послание состоит в том, что Искусство Умирания не менее важно, чем Искусство Жизни (или Искусство Обретения Нового Рождения); по отношению ко второму первое является дополнением и завершением, так что будуще существующие человека зависят — и, возможно, полностью — от умения должным образом контролировать смерть, что особо подчеркивается во второй части настоящей книги, объясняющей Искусство Реинкарнации.

Если рассматривать ритуал смерти, связанный с посвящением в мистерици времени античности, на который ссылается Анджел, философ-идеалист, который сам был посвященным, и если вспомнить свидетельства многих других знаменитых посвященных, а также "Египетскую Книгу Мертвых", то обнаруживается, что Искусство Умирания было знакомо древним жителям средиземноморских стран намного лучше, чем современным им потомкам, населяющим Европу и Америку.

Для тех, кто уже испытал сокровенное переживание перехода через смерть при жизни, правильное учение является инициацией, которая, как и посвященный ритуал смерти, дарует силу сознательно контролировать процесс умирания и возрождения.\*

Оксфордский исследователь, как и его великий предшественник из одиннадцатого столетия

\* Evans-Wentz. — С. xii-xiv.

Марпа ("Переводчик"), который перевел индийские буддистские тексты на тибетский язык и тем самым уберег их от исчезновения, понимал жизненно важную роль ученых и сделал их доступными для многих. "Тайна" более не скрыта от нас: "искусство умирания не менее важно, чем искусство жизни".

## Дань признательности К. Г. Юнгу

Психология представляет собой попытку систематического описания и объяснения человеческого поведения, как сознательного, так и бессознательного. Диапазон исследований этой науки широк — он охватывает бесконечное разнообразие видов активности человека и его опыта; то же касается и временного аспекта: история индивида прослеживается ретроспективно через историю его предков, через анализ эволюционных взглядов и падений, определивших сегодняшнее состояние человеческого вида. Самая большая трудность, с которой сталкивается психология, состоит в том, что она изучает процессы, характер которых постоянно изменяется, и неудивительно, что психологи, созная эту сложность, предпочитают специализироваться в узких направлениях.

Психология основывается на реальных данных, а также на способности и готовности психологов использовать эти данные. Бихевиоризм и экспериментализм западной психологии двадцатого столетия ограничиваются поверхностными явлениями. Сознание исключено из поля исследования. Социальные факторы и их значимость, как правило, игнорируются. В то же время неуклонно возрастает и приобретает все большее влияние ритуализация религиозной жизни.

Напротив, восточная психология открывает нам многовековую историю скрупулезных наблюдений и систематизации всего спектра человеческого сознания, зафиксированную в обширной литературе по практическим методам контролируavanja изменений в сознании. Западные интеллектуалы склонны отвергать восточную психологию. Созданные на Востоке теории сознания рассматриваются как оккультные и мистические. Методы исследования измененного сознания, такие, как медитация, йога, монашеское уединение, сенсорная депривация и так далее, рассматриваются как несовместимые с научными исследованиями, а наибольшее осуждение в глазах европейских ученых вызывает приписываемое восточным психологам равнодушие к практическим, поведенческим и социальным аспектам жизни. Подобный критцизм свидетельствует о концептуальной ограниченности и неумении рассматривать исторические факты во всей их многозначности. Восточной психологии всегда находилось практическое применение в жизни государства, в повседневной жизни людей и в семейном укладе. Существует огромное количество практической дидактической литературы; достаточно привести лишь наиболее известные примеры: "*Дао Дэ цзин*", "*Аналекты Конфуция*", "*Тита*", "*И-чжи*", "*Тибетская Книга Мертвых*".

Восточную психологию следовало бы оценивать с точки зрения максимального использования имеющегося материала. Ученые Китая, Тибета и Индии в своих исследованиях продвинулись настоль-

ко, насколько позволяло состояние науки в то время. Они не могли опереться на открытия нынешней науки, и поэтому их метафоры кажутся туманными и больше напоминают поэзию, что несколько не снижает их ценности. Более того, восточные философские теории, созданные около четырех тысяч лет назад, вполне согласуются с самыми современными открытиями ядерной физики, биохимии, генетики и астрономии.

Основной задачей любой современной психологии — восточной или западной — является построение некоей базовой системы, достаточно емкой, чтобы последние открытия, касающиеся природы энергии, интегрировать в обновленный образ человека.

Если к западной психологии применить тот же критерий максимального использования имеющегося материала, то наиболее выдающимися психологами нашего столетия следует считать Уильяма Джемса и Карла Юнга.\* Эти исследователи избрали узости бихевиоризма и экспериментализма.

---

\* Для корректного сравнения Юнга с Зигмундом Фрейдом мы должны обратить внимание на тот фактический материал, который каждый из них использовал для своих исследований. Для Фрейда это были теории Дарвина, классическая термодинамика, Ветхий Завет, история культуры Возрождения и, что наиболее существенно, замкнутая, накаленная атмосфера еврейской семьи. Более широкий диапазон исходных материалов Юнга гарантирует и более высокую совместимость его теорий с современными разработками в области наук, изучающих разные виды энергии и эволюцию.

Они стремились сохранить в качестве предмета научных исследований опыт переживания и сознания. Оба всегда были готовы к обновлению научной теории, и оба отказывались исключать из области своих интересов восточную мудрость.

Юнг использовал в качестве источника данных самое плодородное поле — внутренний мир человека. Он открыл для себя смысловое богатство восточных посланий; он обнаружил связь между знаменитым чернильным пятном Роршаха и “Дао дэ цзи”. Он написал замечательные, блестящие предисловия к “И-цзи” и “Секрету Золотого Цветка” и отстаивал значимость “Тибетской книги мертвых”.

С тех пор как “Бардо Тодол” была впервые опубликована, она всегда оставалась моим постоянным спутником — ей я обязан не только многи ми вдохновляющими идеями и открытиями, но и множеством глубочайших прозрений... В ее философии содержится квинтэссенция буддийского психологического критицизма; поэтому можно с уверенностью сказать, что это произведение обладает неравными достоинствами. (...)

“Бардо Тодол” глубоко психологична, в то время как наши философия и богословие до сих пор пребывают на средневековом, допсихологическом уровне, когда в дискуссиях объясняются, отстаиваются, критикуются и оспариваются одни только утверждения, но их основания по общему согласию выносятся за скобки и не обсуждаются.

Вместе с тем понятно, что любые метафизические утверждения — это высказывания души, и следовательно — психологические высказывания. Западному сознанию, которое комментирует свое знаменитое чувство ущемленности (resentiment) рабской привязанностью к “рациональным” объяснениям, эта истина кажется или слишком очевидной, или неприемлемой, поскольку отрицает метафизические “истины”. Для западного человека слово “психологический” всегда означает “только психологический”.

Юнг отмечает, что восточные концепции сознания расширяют понятие “проекции”:

И “гневные”, и “мирные” божества понимаются как обусловленные сансрой проекции человеческой психики, и эта идея образованному европейцу кажется очевидной, поскольку напоминает его собственные банальные построения. Однако, хотя европеец без затруднений может признать эти божества проекциями, он совершенно способен назвать их реально существующими. “Бардо Тодол” может примирить это противоречие, поскольку лежащие в ее основании фундаментальные метафизические предпосылки дают ей преимущество над европейцем, как образованным, так и необразованным. Изначальным, хотя и явно не выраженным, принципом этой книги является антиномический характер всех метафизических утверждений, а также идея качественного своеобразия всех уровней сознания и метафизических реалий, или обусловленных. Основой этой дивуи-

тельной книги служит не скучное европейское "или-или", а величественное и утверждающее "и-и". Эта формула может показаться неприемлемой западному философу, поскольку *Запад предпочитает ясность и однозначность; в результате один философ твердо придерживается позиции "Бог есть", а другой с меньшей категоричностью отстаивает противоположное: "Бога нет"*.

Юнг отчетливо видит силу и широту взглядов, заложенные в тибетской модели, однако порой ему не удается охватить всю ее значимость и практическую ценность. Он тоже (как и все мы) был ограничен социальными моделями своего клана. Он был психоаналитиком, главой школы. И для него наиболее естественными приложениями его исследований были психотерапия и психиатрическое диагностирование.

Юнг упустил ключевое понятие Тибетской книги. Это не книга мертвых, а книга об умирающих (как напоминает нам Лама Говинда), то есть можно сказать, что это книга о жизни и о том, как нужно жить. Концепция реальной физической смерти служила только экзотерическим фасадом, к которому прибегли для того, чтобы не противоречить тибетской традиции верования Бон. Далее от того, чтобы быть пособием по балзамированию, эта книга детально описывает, как можно освободиться от это; как вырваться за пределы личности в новые области сознания; как избежать непроизвольно ограничивающих процессов, связан-

ных с это, и как обогатить опытом расширенного сознания свою последующую повседневную жизнь.

Юнг восстает против такой точки зрения. Он подошел к истине совсем близко, однако так никогда и не постиг ее. Ограниченный рамками своей концепции, он не смог обнаружить никакого практического смысла в опыте освобождения от это.

"Тибетская книга мертвых", или "Бардо Тодол", является книгой *наставлений мертвым и умирающим*. Как и "Египетская книга мертвых", она должна рассматриваться как руководство для умершего во время его пребывания в Бардо...

Здесь Юнг отмечает экзотерическое содержание, но упускает эзотерическое. В приведенном ниже отрывке он подходит ближе к истине:

... *наставления "Бардо Тодол" служат умирающему напоминанием о его опыте посвящения и о том, чему обучал его гуру, — эти наставления по сути не что иное, как посвящение умершего в жизнь Бардо, равно как посвящение при жизни означает подготовку к жизни По Ту Стору. Так, по крайней мере, было во всех тайных культах древних цивилизаций со времен египетских и элевстических мистерий. Однако в посвящениях при жизни мир "По Ту Стору" — это не мир после смерти, это, скорее, изменение сознательных установок и взглядов, психологический "потусторонний" мир, или, прибегая к христианским понятиям, искупление мирских соблазнов и грехов. Искупление есть утверждение и избавле-*



ние от неведения и мрака, движение к просветлению и освобождению, к победе и выходу за пределы всякой "данности".

Итак, "Бардо Тодол", как отмечает и доктор Эвалис-Вентц, описывает посвящение, цель которого — вернуть душе божественную сущность, утраченную с физическим рождением.

В другом месте комментария Юнг продолжает свои усилия, но вновь терпит поражение:

*И психологическая польза, которую мы извлекаем из этой книги, — это только дополнительная возможность, в какой-то мере санкционированная ламаянской традицией. Подлинная цель этой необычной книги (сколько бы странной ни казалась она современному образованному европею) — помочь умершим достичь просветления во время их путешествия через сферы Бардо. В мире белого человека только католическая церковь оказывает хоть какую-то помощь душам умерших.*

В кратком изложении комментария Ламы Говинды, которое будет приведено ниже, мы увидим, что тибетский комментатор, свободный от европейских концепций, которыми руководствуется Юнг, обращается непосредственно к эзотерическому и практическому значению "Тибетской книги мертвых".

В автобиографии (написанной в 1960 году) Юнг полностью вверяет себя внутреннему видению, а также мудрости и высшей реальности внутреннего восприятия. В 1938 году (когда был напи-

сан его тибетский комментарий) он уже проделался в этом направлении, но осторожно и с амбивалентными оговорками, как психиатр и мистик в одном лице.

Умерший должен отчаянно сопротивляться величайшему разуму — каким мы его понимаем — и избавиться от власти эго, которую разум считает связанной. На практике это означает полное подчинение объективным силам психики со всеми вытекающими отсюда последствиями, своего рода символическую смерть, которая соответствует в "Сидна Бардо" Страшному Суду. Это означает конец сознательного, рационального, морально ответственного способа существования и добровольное подчинение тому, что в "Бардо Тодол" называется "кармическими видениями". "Кармические видения" порождаются верой в мир фаталист, крайне иррациональный по своей природе, мир, который не согласуется с нашими рациональными суждениями и не вытекает из них, от начала и до конца являясь плодом свободного воображения. Ллобой благожелательно настроенный человек предостережет нас, что все это чистая иллюзия или фантазия, и действительно, трудно с первого взгляда отличить такого рода видения от фантазмагорий душевнобольного. Нередко самого незначительного *abaissement de niveau mental*\* дос-

\* Снижение ментального уровня (Франк); термин Французского психолога и психопатолога П. Жане (1859-1947). — Ред.

тапочко, чтобы породить этот мир иллюзий. Мрак и ужас, которые царят в нем, сходны с переживаниями, описанными в начале раздела "Сидна Бардо". Но в содер­жаниях этого Бардо [Чонид] выделяются архетипы, кармические образы которых прищипают преимущественно устрашающей вид. Состояние Чонид подобно искусственно вызванному психозу.

(...) Таким образом, переход от состояния Сидна в состоянии Чонид является опасным отказом от целей и установок сознания. Здесь приносится в жертву стабильность эго и происходит погружение в крайнюю неопределенность, которая представляется хаотическим буйством причудливых форм. Фрейд продемонстрировал глубокающую интуицию, назвав эго "подлинным очагом страха". Боязнь пожертвовать собой таится в глубине каждого эго; часто это с трудом контролируемый панор бессознательных сил, пытающийся вырваться наружу. Никто из стремящихся к обретению самости (к индивидуации) не избегит этого опасного перехода, поскольку к составляющим самости принадлежат также и источник страха — недочеловеческое и надчеловеческое, мир психических "доминант", от которых эго поначалу освобождается с огороженным трудом, да и то лишь частично, во имя достижения скорее иллюзорной, нежели реальной свободы. Безусловно, такое освобождение — необходимый и даже героический шаг, но он ровно ничего не решает: это лишь творение субъекта, который, чтобы

стать собой, должен противопоставить себя объекту. На первый взгляд может показаться, что этим объектом является мир, который мы с этой целью расширяем за счет собственных проекций. В мире объектов мы щем и находим наши трудности и наших врагов, мы щем и находим то, что нам дорого и нами любимо; и очень удобно создавать, что добро или зло обнаруживается в видимом объекте, где эго можно побеждать, наказывать, уничижать или наслаждаться им. Но природа не позволяет длиться вечно этому состоянию блаженной невинности. Всегда найдется кто-то, кто не может помочь, но видит, что мир и связанный с ним опыт по своей природе символически и отражат лишь то, что в скрытом виде существует в самом субъекте, в его собственной надсубъективной реальности. Благодаря этой глубочайшей интуиции, согласующейся с ламаистским учением, состояние Чонид обретает своей истинный смысл — вот почему "Чонид Бардо" названа "Бардо Постыжения Реальности".

Согласно "Чонид Бардо", реальность, переживаемая в состоянии Чонид, — это реальность сознания. "Мяслеформы" представляются реальными, фантазии обретают зримые формы, и выделяются жуткие видения, порожденные кармой и поддерживаемые игрой бессознательных доминант.

Юнг не был бы удивлен профессиональным и административным неприятием психоделиков. Он

заканчивает свой Тибетский комментарий едкой политической репликой:

*“Бардо Тодол” всегда была “закрытой” книгой и остается таковой, независимо от того, какого рода комментарий к ней будут написаны. Эта книга из разряда тех, что открываются только духовному пониманию, то есть той способности, с которой не рождаются, которую можно лишь приобрести посредством особой подготовки и особого опыта. Хорошо, что существуют такие “бестолковые” книги. Они предназначены для тех “чудаков”, которые уже не придумают большого значения пользе, целям и смыслу современной “цивилизации”.*

Данная версия “Тибетской книги мертвых” предназначена для того, чтобы дать “особую подготовку” для “особого опыта”, получаемого посредством психоделических препаратов.

## Дань признательности Ламе Анагарике Говинде

Как уже отмечалось, философия и психология Востока — со свойственной им поэтичностью и неоднозначностью, основанные на переживании, обращенные внутрь, плавно эволюционирующие, открытые для развития — более естественно адаптируются к открытиям современной науки, чем построенная на логических принципах западная психология с ее строгой определенностью, экспериментальным характером и стремлением облеечь все в конкретную форму. Последняя только имитирует далекие от ее практических нужд приемы наук, изучающих разные виды энергии, но игнорирует новейшие достижения физики и генетики, скрытый смысл и подтекст.

Даже К. Г. Юнг, наиболее проникательный из западных психологов, не смог попытаться фундаментальной философии “*Бардо Тодол*”.

Совершенно иным является комментарий к Тибетской книге, сделанный Ламой Анагарикой Говиндой.

На первый взгляд может показаться, что вводяное положение его комментария должно вызывать справедливое возмущение психолога, воспитанного в иудео-христианской традиции. Однако при ближайшем рассмотрении эти фразы оказываются поэтически-описательными ситуациями в гнетике,

каковой она на сегодняшний день представляется биохимикам и исследователям ДНК.

*Можно утверждать, что никто из живых не может говорить о смерти с уверенностью. И поскольку никто, по-видимому, еще не возвращался с того света, то кто может знать, что такое смерть и что за ней следует?*

*Тибетцы ответили бы так: "На самом деле не существует ни одного человека, ни одного живого существа, которое не возвращалось из смерти. Все мы умирали множество раз перед тем, как войти в сегодняшнюю свою инкарнацию. И то, что мы называем рождением, является просто оборотной стороной смерти — как одна из сторон медали или как дверь, которую мы называем "выход", когда смотрим на нее снаружи, и "выход", когда входимся внутрь помещения".*

Затем лама высказывает второе поэтическое замечание относительно потенциальных возможностей нервной системы и сложности того компьютера, каковым является человеческий мозг.

*Гораздо удивительнее то, что не всякий помнит свою предыдущую смерть; и из-за утраты этого воспоминания большинство людей не верит в то, что предыдущая смерть была. Но они точно так же не помнят и свое недавнее рождение, и все же не сомневаются в том, что родились. Они забывают, что активная память представляет собой лишь малую часть нашего нормального сознания и что наша подсознательная память фик-*

*сирует и сохраняет все прошлые впечатления и переживания, которые бодрствующее сознание не может воспринять.*

Далее лама переходит непосредственно к эзотерическому смыслу "Бардо Тодол" — ее сути, которую Юнг и большинство европейских востоковедов не смогли уловить.

*По этой причине "Бардо Тодол", "Тибетская книга", описывает на языке символов освобожденные из промежуточного состояния между жизнью и новым рождением — это состояние люди называют смертью. Эта книга запечатана семью печатями молчания — не потому, что содержащиеся в ней знания должны быть скрыты от непосвященных, а потому, что это знание, если оно истолковано неправильно, может нанести вред или ввести в заблуждение тех, кто еще не готов к его восприятию. Однако настало время снять печати молчания, поскольку человечество сейчас подошло к такой точке, когда оно должно решить, доводятся ли ему покорением материального мира или стремиться к завоеванию мира духовного путем обуздания эгоистических желаний и выхода за пределы ограничений, которые накладывает эго.*

Затем лама описывает действенность техник расширения сознания. Здесь он говорит о методе, который владеет сам, о Йоге, однако его слова в равной степени приложимы и к психоделическому опыту.

Есть люди, которые с помощью концентрации и других йогических практик способны превратить бессознательное содержание в область различающего сознания и таким образом черпать из безграничной сокровищницы бессознательной памяти, где хранятся записи не только о наших прошлых жизнях, но и о нашей прошлой расе, о прошлом человечества и обо всех дочеловеческих формах жизни, которые, не обладая подлинным сознанием, тем не менее сделали возможным появление жизни в нашей вселенной.

Если, вследствие какой-то ошибки природы, двери в бессознательное индивидуума внезапно окажутся открытыми, неподготовленное сознание может быть раздавлено и уничтожено. Именно поэтому двери бессознательного охраняются всеми видами инициаций — они скрыты завесой мистерий и символов.

В следующем разделе своего Предисловия Ламда дает более детальное описание внутреннего смысла "Тодол".

Если бы "Бардо Тодол" рассматривалась просто как основанная на фольклоре книга или как собрание религиозных рассуждений о смерти и гипотетическом посмертном состоянии, то эта книга была бы интересной разве что антропологам и религиоведом. Однако "Бардо Тодол" — это нечто гораздо большее. Это ключ к глубочайшим тайникам человеческого разума и руководством для посвященных, а также для тех, кто ищет духовный путь к освобождению.

Хотя "Бардо Тодол" в настоящее время широко используется в Тибете как учебник и защита смерти людей (поэтому она и называется "Тибетской книгой мертвых"), нельзя забывать о ее первоначальном предназначении — служить в качестве руководства не только для умирающих и мертвых, но и для живых. Именно это оправдывает необходимость сделать "Тибетскую книгу мертвых" доступной широкой публике.

Однако, несмотря на широко распространявшуюся обычая и верования, которыми обросли глупые откровения "Бардо Тодол" под влиянием старых традиций добуддистского происхождения, эта книга представляет ценность только для тех, кто практикует ее учение и осмысливает его на протяжении своей жизни.

Есть две вещи, которые приводят к заблуждениям. Во-первых, может показаться, что наша главная адресована только мертвым или умирающим; во-вторых, название книги содержит выражение "Освобождение через Слушание" (по-тибетски *Thos-grol*). В результате возникает убеждение в том, что достаточно прочитать или продекламировать "Бардо Тодол" в присутствии умирающего или того, кто уже умер, чтобы обеспечить его освобождение.

Такое заблуждение могло возникнуть только у того, кто не знает, что одной из самых древних и наиболее универсальных практик посвящения является переход через опыт смерти перед

духовным возрождением. Человек должен символически умереть для своего прошлого, своего прежнего эго, перед тем как занять свое место в новой духовной жизни, в которую он должен быть посвящен.

Есть три причины, по которым "Бардо Тодол" обращается главным образом к умирающему или умершему: (1) самые ранние приемы жены этого учения должны были воспринимать лобой момент своей жизни так, как будто он последний; (2) когда последователь этого учения действительно находился на пороге смерти, ему должны были напоминать о тех переживаниях, которые у него были во время инициации, или повторять слова (мантру) гуру, особенно если сознание умирающего угасало в критические моменты; (3) тот, кто еще остается воплощенным, должен окружить умирающего или только что умершего любовью и словами поддержки в первые минуты его нового, послеземного, существования, не позволяя ему эмоционально привязываться к препятствиям или индустриям в состоянии болезненной депрессии. Таким образом, единственными назначениям "Бардо Тодол" является помощь тем, кто идет следом, чтобы они могли выработать правильное отношение к умершему и к самому важному смерти, а не помощь умершему, который, согласно буддистским верованиям, уже и так не сможет отклониться от своего собственного кармического пути...

Это доказывает, что речь идет о самой жизни, а не просто о мессе по случаю смерти, с которой в последнее время принято отождествлять название "Бардо Тодол" ...

Под видимой формой науки о смерти в "Бардо Тодол" скрыта тайна жизни, и в этом состоит ее духовная ценность и универсальная притягательность.

Это и есть ключ к мистерии, который передавался из поколения в поколение на протяжении более 2500 лет, — опыт расширенного сознания, ритуал символического умирающего и нового рождения. Мудрецы Вад знали этот секрет; знали его и Элевсинские посвященные, и адепты Тантры. В эзотерических писаниях всех этих учений сообщалось тайное послание: существует возможность прорваться за пределы эго-сознания, включиться в нейрологический процесс, распространяющийся со скоростью света, и осознать огромную ценность древнего знания, встроенного в ядро каждой клетки нашего тела.

Современные психоделические препараты дают ключ к этой забытой области пробужденного сознания. Но так же, как наша книга без реального психоделического опыта представляет собой не более чем упражнение в академической тибетологии, так и этот мощный химический ключ не многого стоит без надлежащего руководства и учения.

Западные люди отказываются признавать существование в сознании человека тех процессов, для которых у них нет подходящих названий.

Преобладающей является такая позиция: если вы это нечто не можете, каким-то образом назвать, и если это нечто выходит за пределы современных представлений о пространстве-времени и индивидуальности, то, значит, оно вообще не подлежит исследованию. В результате мы являемся свидетелями того, что опыт утраты эго путают с пизофренией. По той же причине мы видим, как современные психиатры с важным видом объявляют психоделические ключи опасными и провоцирующими психозы.

Новые галлюциногенные препараты и опыт умирания-смерти-возрождения в очередной раз могут оказаться вытесненными в тесть истории. Оглядываясь назад, мы вспоминаем, что каждый правитель в Европе и на Среднем Востоке в последние три тысячи лет (за исключением некоторых периодов истории Греции и Персии) спешил издать законы против любого нового способа трансценденции, против сессий умирания-смерти-возрождения, против адептов такого опыта и против всякого нового способа расширения сознания.

Современный момент истории человечества (как отмечает Лама Говинда) является критическим. Сегодня, впервые в истории человечества, мы обладаем средством, дающим возможность просветления каждому, кто этого желает и кто достаточно подготовлен. (Мы помним, что просветление всегда приходит в форме нового энергетического процесса, физического, нейробиологического события.) Это и стало причиной создания данной, психоделической,

лической, версии "Тибетской книги мертвых". Тайна, описанная новым языком, открыта еще раз, и нам остается лишь наблюдать, готов ли человек сделать шаг вперед и воспользоваться теми новыми средствами, которые предоставляет современная наука.

II

**ТИБЕТСКАЯ КНИГА  
МЕРТВЫХ**



**ПЕРВОЕ БАРАО:**

**ПЕРИОДА ОСВОБОЖДЕНИЯ ОТ ЭТО,  
ИЛИ НЕИГРОВОЙ ЭКСТАЗ**

*(Чурай Бардо)*

## Часть 1

### Первичный Чистый Свет, выдаваемый в момент освобождения от это

Всем, кто воспринял практические наставления пастыщегоо руководства, при напоминании его текста будет дано узреть экстатическое сияние, и они достигнут просветления мгновено, без вовлечения в галлюцинаторную борьбу и без последующих страданий на длительном пути обычного эволюционирования, который предполагает встречу с разнобразными мирами игрового существования.

Эта доктрина лежит в основе всей Тибетской модели. Вера — первый шаг на “Тайном Пути”. Следующий шаг — озарение, которое приносит уверенность. А когда цель достигнута, наступает освобождение. Для успеха необходимы как достаточно необычная подготовка, цель которой — получении опыта расширенного сознания, так и глубокое спокойствие, сострадание и другие добродетели (хорошая карма). Если участник сессии сможет постичь и удержать идею опустошенного ума сразу после наставления руководителя — то есть если у него есть силы умереть сознательно — и если он в наиболее важный момент освобождения от этого сможет распознать низожеланный на него экстаз и сольется с ним, тогда все игровые пути тотчас распадутся: спящий окажется пробужденным к реальности и одновременно сумеет с максимальной глубиной ее распознать.

