

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

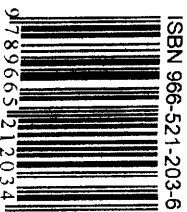
Лири Т., Метцнер Р., Олмерт Р.

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

© 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-Самдуи; 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 благоприyatной 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 собственному "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 галлюциноидного 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 продлжит 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-*

ятию 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 счастливому 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 наилучшим 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 их 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*", "*Тима*", "*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. Дальше 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 элевсинских 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 избега-*

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 *délirium de l'invain mental*\* дос-

\* Сложные 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 "Сидни Бардо". Но в содер­жаниях этого Бардо [Чонид] выделяются архетипы, кармические образы которых при­нимают преимущественно устрашающий вид. Состояние Чонид подобно искусственно вызванному психозу.

(...) Таким образом, переход от состояния Сидни в состоянии Чонид является опасным отказом от целей и установок сознания. Здесь приносятся 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, унижать или наслаждаться им. Но природа не позволяет длиться вечно этому состоянию блаженной невещности. Всегда найдется кто-то, кто не может помочь, но видит, что мир и связанный с ним опыт по своей природе символичны и отражают 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 Постижения 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 подерживаемые 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 вестти 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 настоящего 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 тень 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, выданный 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 разнообразными 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.

Лучше всего, если при этом присутствует *гуру* (духовный учитель), от которого участник получил наставления; но если *гуру* присутствует не может, его может заменить какой-то другой опытный человек; если же и его нет, тогда человек, к которому участник испытывает доверие, должен зачитывать текст наставлено руководства, не внося при этом никакой собственной игры. Таким образом в сознании участника будет закреплено то, что он уже раньше слышал об опыте, и это позволит ему сразу распознать первичный Свет и обеспечит достижение освобождения.

Освобождение характеризуется тем, что нервная система свободна от ментально-концептуальной активности. \* Разум в своем обычном состоянии — состояние Пустоты, Невозрожденное, Нерожденное, Несотворенное, Непроявленное подразумевает достижение Состояния Будды, Совершенной Просветленности — состояния божественного ума Будды. Полезно вспомнить, что это древнее учение не противоречит современной физике. Физик-теоретик и космолог Георгий Гамов в 1950 году представил точку зрения, близкую к тому феноменологическому опыту, который описан тибетскими ламами.

*Если мы представляем себе путешествие в историческое прошлое, то неизбежно попадаем в эпоху "большого сжатия", когда все галактики, звезды, планеты и атомные ядра были сжаты как бы в некую точку. На ранней стадии эволюции материя должна была разделяться на свои элементарные составляющие... Мы называем эту первичную смесь шлем.*

В исходной точке эволюции современного цикла, согласно мнению этого крупнейшего физика, существо-

нии, то есть когда он ограничен словами и игрой это, непрерывно занят мыслеобразующей деятельностью. Нервную систему в состоянии покоя, живой восприимчивости, свободного от деятельности бодрствования можно сравнить с тем, что буддисты называют наивысшим состоянием *дхьяны* (глубокой медитации), когда еще сохраняется связь с человеческим телом. Сознательное постижение Чистого Света вызывает экстапическое состояние сознания, которое святыне и мистики Занада назвали озарением.

ваго только Невозрожденное, Нерожденное, Непроявленное. И таким же образом, по мнению астрофизиков, все и закончится — безмолвным единством Непроявленного. Тибетские буддисты считают, что интеллект в состоянии покоя способен переживать то, о чем говорят астрофизики. Это состояние *Будды Вайроачаны, Дхьяны-Будды Центрра, Проявляющего Феномена*, — наивысший путь к Просветлению. В нем как в источнике всей органической жизни все вещи, видимые и невидимые, получают свое завершение и подпадают им. Он ассоциируется с Центром, где вещи находятся в улакованном виде, то есть с семем, в котором все силы и объекты вселенной сплочены в одно целое. Эта удивительное взаимопроницаемое данное современной астрофизики и древнего *ламаизма* не нуждается в каких-либо сложных объяснениях. Пробужденность в космологии — как и пробужденность любого естественного процесса — заложена в человеческом мозге. Вы можете доказывать это допонятнейшее мистическое знание эмпирическими наблюдениями и подтверждать измерениями, однако все это уже имеется внутри вашей черепной коробки. Ваши первые "знания", поскольку они непосредственно связаны с процессом и являются его частью.

Первым признаком является проблеск "Чистого Света Реальности", "совершенного разума чистого мистического состояния". Это пробуждение энергии трансформаций, не соотносенной с какими бы то ни было категориями разума.

Продолжительность этого состояния различна у разных людей. Она зависит от опыта человека, от его уверенности, открытости, подготовки, а также от окружения. Для тех, у кого был хотя бы не большой практический опыт спокойного состояния неигровой пробужденности, а также для тех, у кого хорошая карма, это состояние может продолжаться от тридцати минут до нескольких часов.

Если человек предварительно получил достаточно хорошую подготовку, то в этом состоянии возможна реализация того, что мистики называют Навысшей Истиной. Без подготовки он не сможет получить пользу немедленно и выпущден будет блуждать, опускаясь во все более низкие галлюцинаторные состояния, которые обусловлены его прошлой игрой. Это психождение будет продолжаться до тех пор, пока он вновь не вернется в обьденную реальность.

Важно помнить, что расширение сознания представляется собой процесс, обратный рождению. Рождение — это начало игры жизни, а опыт утраты это — временное ее прекращение. Однако в обоих случаях происходит переход из одного состояния сознания в другое. Как поворождешный пробуждается в этом мире и на собственном опыте постигает его природу, так и человек в момент расширения

сознания должен проснуться в новом ослепительном мире и познать его особенности и свойства.

Тот, кто слишком обременен игрой своего эго, и тот, кто испытывает страх, теряя самоконтроль, будет пребывать в озаренном состоянии лишь столько, сколько требуется, чтобы щелкнуть пальцами. Для кого-то другого это будет длиться столько времени, сколько необходимо, чтобы съесть завтрак...

Если же человек подготовлен к распознаванию признаков освобождения от эго, ему в этот момент не потребуются сторонняя помощь. С приближением момента освобождения от эго он должен не только распознавать признаки этого процесса, но и суметь распознать Чистый Свет без указаний другого человека. Если человек не сумеет распознать и признать наступление момента потери эго, он может ощутить необычные физические симптомы. Это свидетельствует о том, что он не достиг раскрепощенного состояния. Тогда руководитель или друг должен объяснить ему, что эти симптомы определяют освобождение от эго.

Приведем перечень наиболее часто встречающихся физических ощущений:

1. Тяжесть в теле, которую тибетцы называют *земля-погружающаяся-в-воду*.
2. Влажный холод, за которым следует лихорадочный жар, то, что в Тибете называют *вода-погружающаяся-в-огонь*.
3. Ощущение распада тела на атомы, что называется *огонь-погружающийся-в-воздух*.

4. Давление на голову и уши, что американцы называют *ракета-запущенная-в-космос*.
5. Покалывание в конечностях.
6. *Ощущение, будто тело расширяется и тем не менее подобие воска.*
7. *Тоннота.*
8. Дрожь или озноб, который начинается в области газа и распространяется вверх по туловищу.

Эти физические симптомы следует истолковывать как знаки, возвещающие начало процесса трансценденции. Не стоит рассматривать их как симптомы нездоровья — принимайте их, сливайтесь с ними, наслаждайтесь ими.

При приеме внутрь пейота или семян ипомеи часто наблюдается умеренная тоннота; реже это происходит при приеме мескалина и совсем редко — при приеме ЛСД или псилоцибина. Неприятные ощущения в жегудке надо приветствовать как признак того, что сознание начинает вращательное движение внутри тела. Это психические символы; сознание контролирует ощущение, и субъект должен слиться со своими ощущениями, переживать их во всей полноте, наслаждаться ими и, наслаждаясь, давать возможность потоку сознания перетекать в следующую фазу. Правильнее было бы позволить сознанию оставаться в пределах тела: внимание субъекта можно отвлечь от жегудка и сконцентрировать на дыхании или сердечном ритме. Но если это не освобождает от тонноты, руководитель должен переключить сознание путешественника на внешние объекты, такие, как музыка, прогулка по саду и т. п.

Появление физических симптомов освобождения от это, если они распознаны и поняты, должно привести к безболезненному достижению состояния озарения. Если экзистенциального перехода в это состояние не происходит (или когда период умиротворенного безмолвия кажется завершившимся), можно зачитывать подходящие к случаю разделы наставлений (стр. 175) тихим голосом на ухо путешественнику. Часто бывает полезно снова повторять их отчетливо и ясно, чтобы не позволять сознанию путешественника отвлекаться. Другим методом проведения сессии с минимальной активностью является предварительное записывание на магнитофон паставления, читаемого голосом самого субъекта, и включение этой записи в соответствующие моменты. Запись напмнит сознанию путешественника о его предварительной подготовке, позволит приять чистое сознание как Чистый Свет Изначального, напмнит субъекту о том, что он неразделим с состоянием совершенного просветления, и поможет ему удерживать это состояние сознания.

Если через освобождение от это проходит человек, знакомый с этим состоянием благодаря предыдущему опыту и предварительной подготовке, то Колесо Рождений (то есть возможность продолжать нстру) останется, и освобождение будет достигнуто мгновенно. Однако такая искусственность в духовном опыте — это большая редкость, поскольку нормальных ментальных способностей человека недостаточно для высочайшего искусства

удерживать состояние, в котором сияет Чистый Свет; и поэтому далее следует поступательное психохождение во все более низкие области Бардо, завершающееся новым рождением. *Ламы* сравнивают это с иглой, скользящей по нити. Пока игла сохраняет равновесие, она остается на нити, но затем, по закону гравитации (тяготение это или внешняя стимуляция), игла падает. Точно так же в сфере Чистого Света сознание, покинувшее пределы это, лишь на мгновение обретает устойчивость, абсолютное равновесие и единство. Незаконное с экзотатическим состоянием отсутствия это сознание обычного человека неспособно функционировать в нем. *Кармические* (то есть ипровые) предрасположенности размывают принцип-сознание как целое индивидуальными мыслями, индивидуальным существованием, дуализмом, и, теряя равновесие, сознание выпадает из сферы Чистого Света. Именно процесс мышления препятствует достижению *Нирваны* (которая является "гашением пламени" эгоистических желаний, возобновляющих игру) — и Колесо Жизни должно вращаться.

Пока путешественник ждет, когда препарат начнет действовать, ему можно зачитывать все соответствующие места из наставлений (стр. 175-178) или некоторые из них. Затем появляются первые признаки исчезновения эго. Когда станет ясно, что путешественник испытывает глубокий экстаз, связанный с транспенденцией эго, мудрый наставник будет хранить молчание.

## Часть 2

### Вторичный Чистый Свет, видимый сразу после освобождения от эго

В предыдущем разделе было описано, как распознать Чистый Свет и как удерживать состояние освобождения. Но если становится ясным, что Первичный Чистый Свет не был узан, тогда следует ожидать наступления так называемой фазы Вторичного Чистого Света. Первая вспышка переживания обычно приводит к состоянию экстаза самой большой интенсивности. Каждая клетка тела кажется вовлеченной в органистический созидательный процесс.

Полезно описать явления, часто сопровождающие момент освобождения от эго, более подробно. Одно из них может быть названо *потокм волновой энергии*. Человек начинает осознавать, что он окружен заряженным полем энергии и является его частью. Это поле ощущается как подобное электрическому. Чтобы сохранить состояние освобождения от эго как можно дольше, подготовленный путешественник должен расслабиться и позволить энергии протекать сквозь него. Здесь есть две опасности, которых нужно избегать: попытки рационально истолковывать этот поток энергии и контролировать его. Любая из этих реакций указывает на активность эго и на утрату состояния транценденции Первого Бардо.

Второй феномен можно назвать *биологическим потоком жизни*. Здесь человек записывает сознательно воспринимаемую физиологические и биохимические процессы, ритмическую пульсацию активности в теле. Часто это ощущение ассоциируется с мощными моторами или генераторами, которые постоянно пульсируют и излучают энергию. Пропоситесь мимо, маяясь, словно в калевой досконе, непрерывный поток клеточных форм и цветов. Могут стать слышимыми внутренние биологические процессы, которые воспринимаются как характерное пошелкивание, потрескивание и постукивание. И вновь путешественник должен противостоять искушению найти пазвапия этим процессам или управлять ими. В этой точке путешествия вы подключаетесь к тем областям психики, которые недоступны для обычного восприятия. Вы не можете заткнуть ваше это на уровень молекулярных процессов жизни. Эти процессы па миллиарды лет старше вашего научного, когнитивного разума.

Еще одна типичная и в высшей степени продуктивная фаза Первого Бардо предполагает экзотическое ощущение движения энергии по позвоночнику. Человеку кажется, что основание позвоночника распыляется или горит. Если он сможет сохранить достаточно сильную концентрацию, энергия будет ощущаться как текущий вверх поток. Адепты Талтры посвящали десятки медитаций высвобождению этих экзотических энергий, которые они пазваляли *Кундалини*, Эме-

ниая Сила. Бардо позволить энергии перемещаться вверх через особые центры ганглий (*чакры*) к головному мозгу, где она ощущается как жжение в области темени. Для подготовленного человека эти ощущения не будут неприятными, а, наоборот, будут сопровождаться наиболее интенсивными переживаниями радости и озарения. Слабо подготовленные индивиды могут столкнуть это ощущение как патологическое и попытаются его контролировать, что обычно приводит к неприятным последствиям.\*

Если участнику сессии не удастся распознать стремительный поток феноменов Первого Бардо, состояние освобождения от его утрачивается. Он обмаруживает, что сокальзывает назад, к сознательной активности. В этот момент он должен по-

\* Профессор Р. К. Пахнер, который, будучи востоковедом и "экспертом" в области мистицизма, должен был бы знать это лучше других, опубликовал описание, которое показывает, как это ценное переживание можно потерять и исказить, сведя его к психофизиологической жабде златока симптоматики заблуждений.

... У меня было любовитное ощущение в теле, напоминающее мне то, которое мистер Кастелс описал как "покалывание в основании позвоночника", что, по его мнению, обычно предшествует трипстину маши. Я пережил нечто подобное. Такое же ощущение наблюдалось и в "неприличном месте", но было более интенсивным. Я чувствовал, как тело вошло в пространство. Я чувствовал, что тело. Ощущение повторилось вновь и вновь, пока не была достигнута высшая точка эксперимента... Это мне совсем не понравилось. (R. C. Zaehner, *Mysticism, Sacred and Profane*. — Oxford Univ. Press, 1957. — С. 214.)

стараться самостоятельно или с чьей-то помощью вспомнить наставления, и тогда можно еще раз вступить в контакт с этими процессами.

Второй этап отличается меньшей интенсивностью ощущений. После первого удара о землю мяч взлетает на максимальную высоту, затем высота подскока постепенно уменьшается, и так до тех пор, пока мяч не придет в состояние покоя. При освобождении от это с сознанием происходит нечто подобное. Первый духовный подъем, сразу после отделения от тела-эго, имеет наибольшую высоту; высота следующего подъема будет меньшей. Затем вступает в действие сила *кармы* (прошлой игры), и вновь переживаются различные формы внешней реальности. Наконец, когда сила *кармы* израсходована, сознание возвращается к "нормальному" состоянию. Обыденность вступает в свои права, и происходит новое воплощение.

Первый экстаз обычно кратковременный, после чего происходит возвращение к состоянию эго. Это возвращение может быть счастливым или печальным, с чувством любви или подозрительности, страха или отчаяния — в зависимости от качеств личности, ее подготовки и окружающей обстановки.

Это мгновенное возвращение к эго-игре сопровождается беспокойством по поводу собственной идентичности. Человек спрашивает себя: "Кто я теперь? Жив я или умер? Что происходит?" — и не может ответить. Он видит все, что его окружа-

ет, видит своих товарищей вроде бы так, как видел их и раньше. Но в этот момент он обладает особой проницательностью, потому что находится на другом уровне. Его сепление с эго не так сильно, как прежде.

*Кармические* галлюцинации и видения еще не начались. Нет еще борющихся призраков и райских видений. Это период наибольшей чувствительности и наибольших возможностей. Оставшееся время опыта можно проводить по-разному, в зависимости от подготовки и эмоциональной атмосферы сессии.

Если у вас есть опыт измененного сознания или если вы по природе игровверт, сохраняйте контроль над ситуацией и следуйте намеренному плану. Оставайтесь спокойным и позволяйте переживатьию унести вас куда ему захочется. Вы, возможно, еще раз переживете экстаз озарения или сможете войти в состояние, в котором переживете эстетические, философские или межличностные прозрения. Не останавливайтесь: позвольте потоку унести вас с собой.

Опытный участник обычно не подвержен зависимости от окружающей обстановки. Он способен легко "выключать" внешнее воздействие и возвращаться в состояние озарения. Однако экстраверты в большей степени подвержены зависимости от социальной игры, и окружающая обстановка (цвета, звуки, люди) может вызывать у них положительные эмоции и стать серьезным отвлекающим фактором. Если вы хотите избежать

свойственной экстравертам неустойчивости внимания и сохратить экстатическое состояние не-игры, то помните следующее: не отвлекайтесь, старайтесь сконцентрироваться на какой-то идеальной умозрительной личности, например, на Будде, Христе, Сократе, Рамакришне, Эйнштейне, Германе Гессе или Лао-цзы, наслушайте эту личность, как если бы желали стать ею в своем новом воплощении. Соединитесь с ней.

Если вам не дается это сделать, не раздражайтесь и не думайте об этом. Возможно, у вас нет транспендентального или мистического идеала. Это означает, что ваше концептуальное мышление не выходит за пределы внешней игры. Но вы уже знаете, что такое мистический опыт, и в следующий раз будете подготовлены к нему. Вы не смогли удержатъ поток, свободный от любого содержания, и теперь должны быть готовы пережить потрясение от встречи с внешней реальностью. Во Втором Бардо вы можете открыть для себя и глубоко прочувствовать откровения, которые преподнесет вам игра.

Мы обсудили реакции трех типов людей: человека, обладающего ослепительным опытом, интроверта с естественной склонностью к мистическому и экстраверта. А теперь обратимся к повичку, чувствующему себя неуверенно на этой ранней стадии эксперимента. Лучше всего подать ему какой-то ободряющий знак и ничего не предпринимать. Он читал руководство, и поэтому у него имеются некоторые начальные представления. Оставьте его

в покое, и он, погрузившись в свое паническое состояние, возможно, справится с ним сам. Если он даст вам знать, что ему необходима помощь, повторите наставления. Держите его в курсе происходящего. Объясняйте ему, на какой стадии процесса он находится. Спокойно посоветуйте ему отказатьсЯ от борьбы с эго и вернуться в состояние соприкосповения с Чистым Светом.

Надежащая подготовка и использование руководства, подобного этому, позволит достичь состояния озарения многим из тех, кто даже не начался на это.

Здесь необходимо сделать некоторое уточнение. Чтение данного руководства, без сомнения, в высшей степени полезно, но никакие слова не могут описать опыт. Вам и только вам предстоит пережить прослушать подробное объяснение того, как надо плавать, но так никогда и не поплыть. Оказавшись в воде, он убедится, что плавать не умеет. То же самое происходит и с тем, кто теоретически знает, как нужно переживать освобождение от эго, но никогда не применял свои знания на практике. Он не может сохранять непрерывность сознания, его сбивают с толку новые обстоятельства, ему не удается удержатъ мистический экстаз; он не сумеет воспользоваться благоприятной возможностью без поддержки и наставлений руководителя. И даже при всех стараниях руководителя он обычно не в состоянии познать освобождение по причине плохой кармы (сложной игры эго). Од-

нако не стоит беспокоиться. В самом неблагоприятном случае такой человек просто причалит обротно к берегу. Никто не утонет, и большинство тех, кто попробовал отравиться в путешествие, страстно захочет совершить новую попытку.

Но и тот, кто ознакомился с маршрутной картой и кто уже испытывал озарение, может оказаться в ситуации, когда вовлеченность других участников в сложную игру вынудит его к контакту с внешней реальностью. В этом случае обратитесь к наставлениям. Человек, который руководствуется этим принципом, сможет отградить себя от внешнего влияния. Тот, кто умеет управлять сознанием, не попадет в зависимость от обстоятельств.

Даже те, кто уже достигал успеха, склонны приписывать в сессию игру своего эго. Они могут захотеть навязать кому-то определенный тип переживания или исследовать какую-то эзотерическую цель. Они могут испытывать чувство неприязни или соперничества по отношению к кому-то, могут желать подчинить себе кого-то из участников сессии. Это может тут же привести к *кармическим* искажениям и к игре галлюцинаций. Если это случается, обратитесь к наставлениям. Помните о единстве всех живых существ. Все равно — pozor или слава. Все равно — “долгой” или “бравой”. Бросьте за борт программу вашего эго и идывите обратно к сияющему блаженству со-единения.

Если вам сразу удалось достичь Чистого Света и удерживать его — замечательно. Если же

не удалось и вы соскользнули обратно к забортам реальности, то, вспомнив наставления, вы сможете обрести то, что в Тибете называют Вторичным Чистым Светом.

На этом втором уровне происходит захватывающий диалог между чистой трансцендентной и осознанием того, что это экзотическое видение принадлежит *лично тебе*. Первое сияние не знает никакого “я”, никаких понятий. Второе переживание включает в себе определенную концептуальную ясность. Сознание “я” парит в пределах той трансцендентной территории, которая при обычных условиях ему недоступна. Если вы помните наставления, то внешняя реальность не вторгнется без приглашения. Но мгновенные переходы между переживанием чистого единства, свободного от эго, и ясным, неигровым самосознанием вызывают интеллектуальный экстаз и глубокое понимание, которому не требуются никакие описания. Знакомые философские попытки внезапно обретают живой смысл.

Таким образом, на второй стадии Первого Бардо возможны и переживания мистического “не-я”, и опыт мистического “я”.

Пройдя через опыт этих двух стадий, вы, возможно, захотите найти интеллектуальные эквиваленты этому различию. Здесь мы сталкиваемся с одним из древнейших вопросов восточной философии: что лучше, быть сахаром или есть его? Теологические споры с их дуализмом сплннком дале-

ки от непосредственного опыта. Благодаря экспериментальному мистицизму, вам предоставляется счастливая возможность посредством расширения сознания научиться легко переходить от одного состояния к другому. Вам повезло, потому что вы *знаете* то, о чем представители академической науки могут только рассуждать.

## ВТОРОЕ БАРАО:

### ПЕРИОД ГАМЛЮЦИНАЦИИ

(Чонца Бардо)

*Здесь заканчивается Первое Бардо,  
Период Освобождения от Эго, или Нейгрового  
Экстаза*

## Введение

Если Изначальный Чистый Свет не распознан, то остается возможность удержатъ Вторичный Чистый Свет. Если и эта возможность утрачена, наступает *Чонд Бардо*, период *кармических* иллюзий, или интенсивных галлюцинаторных смещений игровой реальности. Очень важно помнить наставления — они могут оказаться очень полезными.

На протяжении этого периода поток сознания, идеально чистый и интеллигентный, прерывается мимолетными попытками рационализации и интерпретации. Однако обычное игровое эго утрачивает способность функционировать эффективно, поэтому открываются безграпичные возможности: с одной стороны, если плыть по течению, можно получить приятные ощущения, новые интеллектуальные и эмоциональные переживания; а с другой стороны, если пытаться привнести в переживания свою волю, можно оказаться в пугающих ловушках заблуждения и страха.

Целью этого раздела настоящего руководства является подготовка человека к ключевым моментам описываемой стадии. Появляющиеся чужеродные звуки, сверхъестественные образы, пугающие видения могут вызвать у неподготовленного путешественника страх и ужас.

Опытный человек сумеет сохранить осознание того, что все воспринимаемое происходит изнутри;

он останется спокойным, контролируя свое расширенное сознание так, как если бы он находился у экрана воображаемого многомерного телевизора и мог регулировать самые острые и волнующие впечатления — зрительные, звуковые, тактильные, обонятельные — физические и телесные; контролировать самые необычные реакции, с сочувствием постигая себя и окружающий мир. Ключом здесь служит *недеяние* — пассивное единение со всем, что происходит вокруг вас. Если вы попытаетесь навязывать свою волю, использовать свое сознание, чтобы рационализировать происходящее, и начнете искать объяснения, то будете затянуты в водоворот галлюцинаций.

Ваш девиз: спокойное принятие всего таким, как оно есть. Перед вами вечно изменяющаяся панорама. Вы временно изъяты из мира игры. Наслаждайтесь этим.

Для неопытных и тех, кто не может обойтись без эго-контроля, такая пассивность может оказаться неприемлемой. Если вы не в состоянии оставаться в бездействии и обуздать свою волю, то единственное, что может унять панику и вытеснить вас из галлюциаторной игры ума, — это физический контакт с другим человеком. Подойдите к руководителю или к другому участнику и положите свою голову ему на колени или на грудь, прижмите свое лицо к его лицу и сконцентрируйтесь на движении и звуке его дыхания. Дышите глубоко, почувствуйте поток выдыхаемого и выдыхаемого воздуха. Это древнейшая форма

живого общения — братство по дыханию. Рука наставника, касающаяся вашего лба, поможет вам расслабиться.

Однако контакт с другим участником может быть истолкован неправильно и способен спровоцировать сексуальные галлюцинации. Поэтому все, что касается этого поддерживающего контакта, следует оговорить заранее. Недоговоренные участники могут принести в контакт собственные сексуальные страхи и фантазии. Отбросьте их; это производное *кармических иллюзий*.

Такая чуткость, мягкость, взаимоподдерживающая близость участников является естественным развитием второй фазы путешествия. Не старайтесь рационально объяснять эту близость. Люди и большинство передвигающихся живых существ всегда, на протяжении сотен тысяч лет, сбивались в кучу во время долгих, темных и тревожных ночей.

Дышайте и выдыхайте вместе с вашими товарищами. Мы все — одно! Вот о чем говорит вам ваше дыхание.

## Толкование Второго Бардо

Основная проблема Второго Бардо состоит в том, что в сознании может появиться любой, самый невероятный образ — человека, божества, дьявола, героя, злодея, животного или вещи, — который способен вызвать к жизни человеческий мозг или который является воспоминанием из прошлой жизни: бесконечный круговорот образов, форм, звуков.

Коренное решение возникающей проблемы — повторяем это снова и снова — состоит в том, чтобы осознать, что все эти видения производят ваш собственный мозг. Они не существуют сами по себе. Ничто не существует вне вашего сознания.

Вы стоите на пороге постижения истины: ни один из феноменов сознания освобождения от этого не обладает никакой реальностью. Поэтому пусть они так и останутся иллюзиями, которые накопились в вашем сознании как отложения игрового (обусловленного *сансарой*) опыта или как то, что мы унаследовали от органической природы с ее историей, насчитывающей миллиарды лет. Признание этой истины дает освобождение.

Разумеется, невозможно классифицировать бесконечное множество перестановок и комбинаций визуальных элементов. Кора головного мозга содержит отпечатки миллиардов образов, восходящих к истории человека, человечества, всей органической жизни. Эти образы могут наполнить сознание со скоростью ста миллионов единиц в

секунду (по данным нейрофизиологов). Волнения на поверхности этого сияющего, исполненного гармонии моря образов — это результат деятельности мыслящего разума. На бескрайних водных просторах “Тихого” Океана качается крошечный открытый ротик и (в промежутках между тем, как наглотаться соленой воды) выкрикивает: “Упорядочить! Систематизировать! Объяснить все это!”.

Никто не может предказать ни то, какими будут видения, ни их последовательность. Можно лишь убедить участников закрыть рот, дышать носом и отключить неутомонный объясняющий разум. Однако это может получиться только у опытного, мистически одаренного человека (что позовоит ему оставаться в безмятежном состоянии просветления). Неполготовленный путешественник будет сбит с толку или, хуже того, упадет в панику, пытаясь силой разума контролировать океан.

Для того, чтобы наставлять человека, помочь ему объяснить его видения, и была написана “*Чокинд Бардо*”. Эта часть книги состоит из двух разделов: (1) Семь Мирных Божеств с их симметрично расположенными друг против друга ловушками аэри; (2) Восемь Гневных Божеств, которые с радостью распознаются как продукты воображения или вселяют ужас и повергают в бегство.

Каждое из Семи Мирных Божеств (двуполых фигур Отца-Матери) сопровождается сушрутами, святой, младшими божествами, святыми, ангелами, героями. Такое же окружение имеют и Восемь Гневных Божеств. Кроме того, можно наблюдать

свет, символические объекты — прекрасные или отвратительные, — можно чувствовать угрозой или ощущать себя “на пределе”.

Если читать “*Тибетскую книгу мертвых*” довольно, то в первый день вы могли бы ожидать появления “Повелителя Всех Видимых Форм” (или его антипода, к которому привязываются в силу ненимания). Во второй день — появления “Невозмутимого Божества Счастья”, а также его супруги, сыновья, и так далее. Но, конечно, это руководство нельзя понимать экзотерически, то есть буквально; его надо рассматривать как эзотерическое, аллегорическое.

Читая эту книгу под таким углом зрения, мы увидим, что *ламы* перечисляли и называли те типы образов, которые могут возникнуть в постоянно меняющейся многоцветной мозаике на сетчатке человеческого глаза (в этой многослойности миллиардов палочек и колбочек, пропизаншой, как в персидском ковре или в резных узорах *майя*, неисчислимыми многоцветными капиллярами). Новичок сможет легко ориентироваться в этом варианте на сетчатке фантастическом калейдоскопе, если он предварительно ознакомился с руководством и повторяет его во время своего опыта.

Важно сказать новичку, что все эти образы возникают внутри него самого. Все божества и демоны, небеса и ад находятся внутри.

Тот, кто особо интересуется тибетским или тантрическим буддизмом, должен хорошо изучить текст “*Чонид Бардо*”. Тогда он получит как бы цветные иллюстрации четырнадцати драм Бардо,

которые необходимо расположить в нужной, заранее определенной сессии, последовательности во время психоделической сессии. Это обеспечит незабываемую серию освобождений и позволит выйти из опыта “реинкарнированным” в соответствии с *лама*тской традицией.

Цель настоящего руководства состоит в том, чтобы сделать доступной идею “*Тибетской книги мертвых*” и перевести ее смысл на язык психоделического опыта. По этой причине мы не будем описывать детально всю последовательность перечисляемых *лама*ми галлюцинаций, а вместо этого опишем те видения, которые наиболее часто повторяются у людей Запада.

Следуя тибетской “*Бардо Тодой*”, мы должны разделить видения Второго Бардо на семь типов:

1. Видение Источика, или Создателя.
2. Внутренний Поток Архетипических Процессов.
3. Огненный Поток Внутреннего Единства.
4. Колесательно-волновая Структура Внешних Форм.
5. Вибрирующие Волны Внешнего Единства.
6. “Цирк в Глазной Сетчатке”.
7. “Магический Театр”\*.

Второе и третье видения предполагают закрытые глаза и отсутствие контактов с внешними раз-

\* Выразением “цирк в глазной сетчатке” (“retinal circus”) мы обязаны Ариу Мишо (“*Miserable Miracle / “Жалкое чудо”*”), а термин “магический театр” (“magic theatre”) мы позаимствовали у Германа Гессе (“*Светлой волю*”).

дражителями. Во втором видении внутренняя об-разность имеет преимущественно концептуальный характер. Опыт может колебаться от откровенный и прозрачный до замешательства и хаоса, однако первостепенным является познавательное, интел-лектуальное значение. В третьем видении внут-ренняя образность, как правило, имеет эмоцио-нальный характер. Опыт колеблется от любви и экстатического переживания единства до страха, недоверия и чувства изолированности.

Четвертое и пятое видения предполагают от-крытые глаза и поглощенность внимания внешни-ми раздражителями: звуками, светом, прикосно-вениями и так далее. В четвертом видении внутренняя образность в основном имеет концеп-туальный характер, а в пятом видении преоблада-ют эмоциональные факторы.

Определенная таким образом семиярусная таб-лица имеет некоторую аналогию со схемой *манда-лы* Мирных Божеств, перечисляемых во Втором Бардо "*Тибетской книги мертвых*".

## МИРНЫЕ ВИДЕНИЯ

### Видение 1: Источник\*

(*Глаза закрыты, внешние раздражители игнорируются*)

Белый Свет, или энергию Первого Бардо, мож-но интерпретировать как Бога Творца. Это Разбра-сывающий Семена. Сила, делающая все формы ви-димыми. Семена всего сущего. Верховная Власть, Всемогущий, Солнце Солнц, Единственная Исти-на, Источник всей Органической Жизни, Боже-ственная Мать, Женский Творческий Принцип, Мать Пространства Небес, Сияющая фигура Отца-Матери. На этой стадии путешественника могут посещать великие откровения, как духовные, так и философские, знаменующие высшее единство ду-ховного опыта и интеллекта. Однако вследствие плохой *кармы* (обычно это монотеистические рели-гиозные убеждения, авторитарные по своей приро-де) величественный свет источника мудрости мо-жет вызывать ужас и благоговейный трепет. Человек обращается в бегство и возлюбит тусклый белый свет, символизирующий непонимание.

Человек иудео-христианского воспитания ощу-тит громадную бездну между божеством (которое

\* Первым из Мирных Божеств, перечисляемых в "*Бардо Тодол*" является *Бхагаван Вайрочана*, который занима-ет центр мандалы из пяти *Дхьяни-Будд*. В западных религиях его сноятца источника-силы трансформирова-лись в атрибуты монотеистического творца.

находится “там наверху”) и самим собой (“здесь внизу”). Утверждения христианских мистиков о единстве с божественным сиянием всегда создавали проблемы теологам, которые преданы идее космологического разделения между субъектом и объектом. Поэтому большинство людей на Западе с трудом достигает единства с источником-светом.

Если руководитель чувствует, что у путешественника возникают сомнения или противоречивые чувства по поводу источника творческой энергии, он может зачитать соответствующее постановление (стр. 183-191).

## Видение 2: Внутренний Поток Архетипических Процессов

(глаза закрыты, внешние раздражители игнорируются; интеллектуальные аспекты)

Если неразделенный свет Первого Бардо, или Источник Энергии, утрачен, через сознание потекут светящиеся волны разделенных форм. Ум человека начинает узнавать эти фигуры\*, то есть

\* Лама Говинда говорит нам, что *Амога-Сиддхи* представляет "... мистическую активность духовных сил, работа которых отдалена от чувств, невидима и невоспринимаема, ее цель — руководить личностью (или точнее, всеми живыми существами) на пути к завершению знания и достижения освобождения. Желтый свет (внутреннего) солнца, невидимый для человеческих глаз... (в нем открывается неизмеримое пространство вселенной), дает ясный зеленый (мистический) цвет *Амога-Сиддхи*... На уровне первоэлементов всепроникающая сила соответствует элементу воздуха — принципу движения и протяженности, жизни и дыхания (*прана*)". (Лама Govinda. *Foundations of Tibetan Mysticism*. — London: E. P. Dutton & Co., Inc., 1959. — С. 120.) На пятый день в "*Бардо Тодол*" умерший предстает перед *Вхагваданом Буддой Амога-Сиддхи, Всемогущим Завоевателем* из зеленой Северной Области Совершенных Деяний, появляющимся в сопровождении Божественной Матери и духа *Бодхисаттв*, которые представляют ментальные функции "равновесия, неизменности и всемогущества", а также функцию "рассеивания мрака".

давать им названия, и ему открывается суть жизненного процесса.

Характерно, что на этом этапе субъект завачен непрерывным потоком разноцветных образцов, микробиологических форм, клеточной акробатики, кружевом капилляров. Кора головного мозга подключается к молекулярным процессам, что является совершенно новым и неожиданным переживанием: это Ниагара абстрактных узоров; текущий, вечно текущий поток жизни.

Эти видения, паверное, можно рассматривать как чистое ощущение клеточных и субклеточных процессов. Пока точно не известно, участвует ли в их создании только сетчатка глаза и (или) зрительные центры мозга или же они представляют собой вспышки непосредственно восприятия молекулярных процессов другими областями центральной нервной системы. Субъективно они воспринимаются как внутренние картины.

Другой тип образов, которые отражают внутренние процессы, создается звуками. Однако и в этом случае мы, как правило, не знаем, возникают ли эти звуковые ощущения в слуховом аппарате и (или) в слуховых центрах головного мозга или же они представляют собой вспышки непосредственных восприятий молекулярных процессов в других областях центральной нервной системы. Субъективно они воспринимаются как внутренние звуки: щелчки, шлепки, дзыгганье, шелест, звон, легкий стук, стонны,

пронзительный свист.\* Эти шумы, как и видения, представляют собой непосредственные ощущения, необремененные ментальными понятиями.

\* В "Тибетской книге мертвых" имеется блестящее описание этих внутренних шумов. "... Бессчетное количество (других) видов музыкальных инструментов, наполняющих (музыкаль) все системы внутреннего мира и заставляющих их вибрировать, дрожать и трепетать, издавая столь мощные звуки, что они потрясают мозг...". "Тибетские ламы во время ритуальных песнопений используют семь (или восемь) видов музыкальных инструментов: большие барабаны, димбалы (обычно из латуни), трубы из раковин, колокольчики (похожие на те, что используются в христианской мессе), бубны, небольшие кьярнеты (звучащие, как потландские волюнки), большие трубы и трубы из берцовых костей человека. Хотя сливающиеся звуки всех этих инструментов совсем не похожи на мелодии, ламы утверждают, что они физически вызывают в человеке, исполнителем преданности и поклонения, состояние глубокого благоговения и веры, поскольку они имитируют те природные звуки, которые слышит человеческое тело, если человек закроет уши, чтобы не слышать внешних звуков. Отклончая таким образом уши, человек слышит глухой звук, напоминающий звук удара в большой барабан; дзыгганье, подобное звуку цимбал; шелест, похожий на шелест ветра в лесу, — будто дуют в трубу из раковины; звон, подобный звону колокольчиков; высокий легкий звук, как при ударе в бубен; жалобный звук, как звук кларнета; низкий стонущий звук, как из большой трубы; и пронзительный звук, как звук трубы из берцовой кости человека."

Это не только представляет интерес для теории тибетской духовной музыки, но и дает ключ к эзотерической интерпретации символической природы звуков Истины (смотрите следующий абзац и весь наш дальнейший текст), ключ, который соответствует интеллектуальным возможностям человека или является их продолжением." (Evaans Wents. — С. 128.)

ями. Преобразованные молекулярные танцующие ступки энергии.

Разум устремляется в этот поток эволюции, совершая космологические открытия. Десятки прозрений — от мифов до теории Дарвина — вспыхивают в пробужденном сознании. Человек получает возможность скользить взором назад по потоку времени и постигать, как энергия жизни непрерывно проявляет себя в недоловеческих, постоянно изменяющихся, преобразующихся формах. Микроскопические формы сливаются с первобытными мифами о творении. Зеркало сознания отражает поток жизни.

Пока человек плывет по течению, ему открыт доступ к насчитываемой миллиарды лет истории сотворения вселенной. Однако бремя ума — склонность вносить необоснованный, раздвояющий порядок в естественный процесс, — всегда при нем.

Иногда путешественник чувствует потребность описать свои видения. Он превращает поток жизни в космический тест чернильного пятна — пытается отмаркировать каждую форму. “Сейчас я вижу хвост павлина. А теперь — мусульманских всадников в разноцветных одеждах. О! Теперь появились водопад из драгоценных камней. А сейчас китайская музыка. Потом эмеи из самоцветов” — и так далее. Вербализация такого рода способствует тому, что тускнеет свет, останавливается поток, поэтому ее не следует поощрять.

Еще одной ловушкой является привнесение сексуальной интерпретации. Танцующий, играющий

поток жизни сексуален в самом высоком смысле. Формы сливаются, кружатся, воспроизводятся. Эрос в своих бесчисленных проявлениях. Тибетцы упоминают о женах-бодхисаттвах, таких как Пушпема, олицетворяющая цветение, и Ласема, “Красавица”, которую изображают с зеркалом и в кокетливой позе. Сохраняйте чистое, спонтанное, пробужденное сознание Чистой Как Зеркало Мудрости. Смейтесь с наслаждением над шалостями процесса жизни, всегда обряжающего формы в одежды длительного, манящего покрова, чтобы танец продолжался. Если путешественник объясняет видения Эроса в категориях своей собственной сексуальной игровой модели и пытается думать о них или строить планы: “Что я должен делать? Какую роль я должен играть?”, — он, скорее всего, соскользнет в Третье Бардо. Сексуальные картины начинают доминировать в его сознании, поток ослабевает, зеркало тускнеет, и, не успев опомниться, он рождается запово растерянным, сомневающимся существом.

Еще одним препятствием может стать навязчивая игра физических симптомов, избыточная физиологичность переживаний. Незакомые соматические ощущения могут быть интерпретированы как болезненные симптомы. Новое — значит плохое. Любой орган тела может стать мишенью “болезни”. Люди, которые при приеме психоделиков надеются на решение проблем, связанных со здоровьем, чаще всего попадают в эту ловушку. Как правило, к этому чрезвычайно склонны вра-

чи; они могут в мельчайших подробностях представить себе любую болезнь и любой приступ с фатальными последствиями.

В случае наиболее широко используемых психоделиков (ЛСД, псилоцибин и т. д.) можно с уверенностью сказать, что такие телесные ощущения фактически никогда не являются прямым эффектом действия препарата. Наркотик воздействует только на мозг и активизирует *центральную* нервную систему. Все физические симптомы создаются разумом. Физические недомогания являются свидетельством того, что это борется за сохранение или восстановление своей власти над потоком ощущений, над разрушением эмоциональных барьеров.

Если человек жалуется на такие *физические симптомы*, как тошнота или боль, руководителю должен прочитатъ ему наставления, касающиеся физических симптомов (стр. 184).

Когда путешественник реагирует страхом на мощный поток форм жизни, то появляется пегативное, гневное видение-дублюкат. Такая реакция связана с совокупным результатом игры (*кармы*), в которой доминируют агрессия и невежество. Может возникнуть видение адского мира ночных кошмаров. Визуальные формы представляют собой хаотическую мешанину презренных, безобразных, не имеющих ценности объектов, неприличных, вульгарных и бесполезных. Человек страдает угроза быть поглощенным ими. Слышны приводящие в трепет отвратительные, гнетущие дязгаю-

щие и скрежещущие звуки. Человек пытается найти спасение от этих впечатлений во внешней активности (в разговорах, ходьбе по комнате и т. д.) или в активности концептуальной, аналитической, ментальной.

Опыт тот же, однако интеллектуальная интерпретация его — иная. Вместо откровений — замешательство; вместо спокойного наслаждения — страх. Руководитель, заметив, что путешественник находится в таком состоянии, может помочь ему освободиться, читая наставления, предназначенные для Видения 2 (стр. 185-186).

### Видение 3: Огненный Поток Внутреннего Единства

(глаза закрыты, внешние раздражители игнорируются; сосредоточенность на эмоциональных аспектах)

Наставления Первого Бардо должны удерживать вас в состоянии экзистического переживания пустоты. Однако есть люди определенного склада, которые при прохождении через *кармический* конфликт, вызывающий угнетение чувств, оказываются не в состоянии сохранять переживание в чистом виде, без примеси эмоций и соэкальзывают в эмоционально окрашенные видения. Недифференцированная энергия Первого Бардо вылетается в иллюзорную игру сильных эмоций. При этом могут возникнуть острые, сильные, пульсирующие чувства единения и любви; негативным дубликатом здесь будут чувства привязанности, алчности, изолированности и беспokoйства о своем теле.

Все происходит примерно следующим образом: чистый поток энергии теряет свое качество прозрачной пустоты и начинает ощущаться как интенсивные переживания. Привыкните эмоциональная игра. Новые, ни с чем не сравнимые физические ощущения пульсируют в теле. По жилам растекается огонь жизни. Человек вынается в едкий океан организмического, текучего электричества, в бесконечный поток со-существования и любви.

Распространенными являются видения, связанные с кровеносной системой. Субъект опускается

вниз по своим собственным артериальным сосудам. Мотор сердца работает в одном ритме с пульсацией всей жизни. Затем сердце разрывается, и красный огонь вытекает, сливаясь со всеми живыми существами. Все живые организмы пульсируют в одном ритме. Появляется счастье осознание дпящегося два миллиарда лет электрического сексуального тапца; паконец, вы переживаете освобождение от панциря и креплений робота и сливание с бесконечной цепью живых форм.\*

В этом экзистическом состоянии преобладает переживание интенсивной любви. Вы — счастливая часть всей жизни. Воспоминания о прежних заблуждениях самодостаточности и отдельности вызывают ликующий смех.

Слаживается вся жесткая, сухая, ломкая уловатость игры жизни. Вы медленно плывете — мягкий, округлый, влажный, теплый, слитый со всей жизнью. Вы будто раскачиваетесь на волнах

\* Мирным Божеством "*Бардо Тодой*", персонажирующим это видение, является *Будда Амитабха*, все-различающая мудрость чувств, беспредельный свет, одиетворяющий вечную жизнь. Лама Говида пишет: "Этот глубокий красный свет различающего внутренне видения исходит из его сердца... ему соответствует огонь, а значит, согласно древнему традиционному символизму, — глаза и зрение". (Govinda. Foundations of... — С. 120.) С *Бхагаваном Амитахой* приходит *Бодхисаттва Ченрази*, воплощение милосердия и сострадания, Великий Сострадатель, который всегда на страже, готовый обнаружить страдание, и оказать помощь в беде. К нему присоединяется *Бодхисаттва Вембале*, *Обладающий Мягким Голосом* и женские фигуры, воплощающие *песню и свет*.

теплого океана. Ваша индивидуальность и автономность движения размываются и исчезают. Ваше желание контроля поглощается тотальностью организма. Благословенная пассивность. Экстатическое, оргастическое, волнообразное единство. Все заботы и тревоги смыты прочь. Все отброшено, а значит, цель достигнута. Вы ощущаете это всей кожей. Каждая клетка вашего тела поет песнь свободы — единная биологическая вселенная обретает гармонию, освободившись от вашей цензуры, васшего контроля и ваших ограниченных амбиций.

Но подождите! Это вы, Вы, растворяетесь в единстве. Это вас поглощают экстатические волны. Ваше эго, этот единственный крошечный островок вашего "я", кричит: **ОСТАНОВИСЬ!** Вы напутаны притягательной силой великолепного, ослепительного, ясного, сияющего красного света. Вы вырываете себя из потока жизни — вы дернупты оттуда сильной привязанностью к прежним желанием. Это мучительное насильственное отрывание, как будто ваши корни вырывают из матрицы жизни, это вырывание ваших вен и волокон из большего тела, с которым вы уже срослись. И когда вы отрываете себя от огненного потока жизни, пульсация прекращается, экстаз угасает, ваши конечности твердеют и застывают в угловатых формах, ваше пластиковое кукольное тело вновь обретает свою ориентацию. И вот вы сидите на берегу — выброшенный из потока жизни, бессильный хозяин своих желаний и потребностей, ничтожество.

Пока вы плывете по течению реки эволюции, вы обладаете безграничным неогостицимым могуществом. Вы наслаждаетесь своей космической причастностью. Вы с удивлением открываете, что сознание может настраиваться на бесконечное количество органических уровней. В вашем теле происходят миллиарды клеточных процессов, каждый со своей вселенной опыта — бесконечное разнообразие экстатических состояний. Простые радости, боли и бремя вашего эго представляют лишь один набор ощущений — тривиальный, скучный ряд. А когда вы скользите в огненном потоке биологической энергии, вы переживаете новые и новые комбинации ощущений. Вы уже не ограничены структурой эго и рамками биологического вида.

Однако, впадая в панику и испытывая желание запереть себя в том, что знакомо, вы перекрываете этот поток, открываете глаза; и тогда течет чернь потеряна. Исчезает способность перемещаться с одного уровня сознания на другой. Ваш страх и желание контролировать заставили вас обосноваться в одной статической точке сознания. Используя восточную метафору, можно сказать, что вы заставили замереть таец энергии и отдали себя во власть единственной инкарнации, — и это вы сделали из страха.

Если это случилось, вы должны пройти несколько ступеней, которые могут вернуть вас в биологический поток (и отсюда в Первое Бардо). Прежде всего закройте глаза. Лягте на живот, позвольте вашему телу как бы просочиться вниз, через пол,

слейтесь с окружающим миром. Почувствуйте, как жесткие, острые углы вашего тела размягчаются и устремляются в поток крови. Пусть ритм дыхания станет текущим потоком. Самым эффективным способом размягчения жестких поверхностей является телесный контакт. Никаких движений. Никакой игры тела. Тесный контакт с другим телом непременно вызовет ощущение единого огненного потока. Ваша кровь начинает втекать в тело другого. Его дыхание вливается в ваши легкие. Вы оба медленно спускаетесь по капиллярной реке.

Другой формой отражения жизненного процесса является поток слуховых ощущений. Через сознание проходит бесконечная череда неопределенных звуков (которые уже были описаны при обсуждении предыдущего видения). Они могут быть восприняты без эмоций, но иногда вызывают сильное чувство единства или навязчивого страха.

Положительная реакция появляется в том случае, когда субъект сливается с потоком звуков. Глухое, напоминающее звук барабана биение сердца ощущается как торжественная песнь человечества. Рассекающий воздух звук дыхания — как стремительная река всей жизни. Ошеломляющие чувства любви, благодарности и единства вибрируют в каждом мгновении звука, в каждой поте биологического концерта.

Но, как всегда, путешественник может принести в это переживание свою индивидуальность с ее желаниями и мнениями. Ему может "не по-

нравиться" шум. Его рассуждающее это может воспринять звуки жизни как оскорбление эстетического чувства. Глухой стук сердца и выпрямлено довольного монотонен; естественной музыке внутреннего слуха с ее дзгадьем, гулом и свистом недостает романтической симметрии Бетховена. Происходит пугающее отделение "меня" от моего тела. *Это отвратительно. Это вне моего контроля. Выключите это.*

Опытный руководитель обычно чувствует, когда привязанность к эго грозит вытолкнуть человека из единого потока. В этот момент он может оказать помощь путешественнику, прочитав наставления для Видения 3 (стр. 187-188).

## Видение 4: Колебательно-волновая Структура Внешних Форм

(Глаза открыты, намеренное введение внешних визуальных раздражителей; интеллектуальные аспекты)

Чистый, лишенный содержания свет Первого Бардо, вероятно, представляет собой изначальноную электровольтную энергию. Это невозможно назвать или описать, поскольку оно выходит далеко за пределы любых понятий, которыми мы сейчас располагаем. Не исключено, что какой-нибудь физик будущего сможет классифицировать эту энергию, а может быть, она всегда будет невыразимой в категориях той психофизиологической системы, какой является *homo sapiens*. Способна ли организмическая система "охватить" значительно более активную неорганическую систему? Во всяком случае, большинство людей, достигая стадии, считает, что невозможно поддерживать чувственный контакт с этим светом-пустотой, и человек соскальзывает обратно, навязывая потоку ментальные структуры в виде галлюцинаций и откровений.

Теперь перед нами случай другого распространного видения, которое предполагает сосредоточенное, интенсивное, целостное осознание внешних раздражителей. Если глаза открыты, то этот эффект сверхреальности, скорее всего, будет визуальным. Проникающее в сознание воздействие других раздражителей может также вызывать эффект откровения.

Все происходит следующим образом. В пробужденное сознание субъекта неожиданно вторгается внешний раздражитель. Он захватывает внимание субъекта, но концептуальный ум уже не функционирует, как прежде. Зато активизировались другие центры восприятия. Субъект переживает непосредственный чувственный опыт. Это "таковость" в чистом виде. Субъект видит не объекты, а паттерны световых волн. Он слышит не "музыку" или "имеющий какой-то смысл" звук, а акустические волны. Внезапно его осеивает откровение, что все ощущение и восприятия основаны на волновых вибрациях. Мир вокруг него, который прежде казался твердым, на самом деле всего лишь игра физических волн. Он вовлечен в космическое "телевизионное" шоу, которое не более субстанционально, чем изображение на телевизионном экране.\*

На интеллектуальном уровне мы, конечно, знаем об атомной структуре материи, однако взрослый человек никогда этого не ощущает, за исключением случаев, когда он оказывается в состоянии

\* Мирным Божеством в "*Бардо Тодол*", персонафицирующим это видение, является *Акидья*. Лама Говинда пишет: "В свете Зеркалоподобной Мудрости... вещи свободны от их "вещности", своих оков, они более не подавляются своей формой; они сбрасывают свою материальность, не растворяясь при этом, поскольку творческий принцип ума, который находится в основании всех форм и любой материальности, создается как активная сторона универсального Неподвижного Сознания (*алай-виджняна*), на поверхности которого формы возникают и исчезают, как волны на поверхности океана..." (Govinda. Foundation of... — С. 119.)

сильно измененного сознания. Одно дело — узнавать из учебников физики о волновой структуре материи. Совсем другое — переживать ее, быть ею; тогда наше устойчивее, хорошо знакомое, зримое и одновременно иллюзорное убеждение в “твердости” вещей теряет свою силу и исчезает.

Если эти сверхъестественные видения включают в себя и волновые феномены, то внешний мир излучает сияние и становится одновременно — все представляется поразительно ясным. Прозрение, что мир феноменов существует в форме волн и электронных моделей, способно вызвать переживание просветляющей силы. Все воспринимается как обладающее сознанием.

Это вызывающее экзальтацию сияние должно осознаваться как производное ваших собственных влущренных процессов. Вы не должны пытаться управлять ими или концептуально истолковывать. Понимание может прийти позднее. Существует опасность галлюцинозопорного “охлаждения”: субъект устремляется назад (иногда в буквальном смысле слова), в трехмерную реальность, убежденный в неизменной “истинности” одного пережитого откровения. Многие введенные в заблуждение мистики и многие люди, признанные душевнобольными, оказывались в такой западне. Это все равно что сделать статичную фотграфию телевизионного изображения и кричать, что в ней схвачена окопчательная истина. Это лишь экзотическая, “электрическая” *майя*, та жец волн, продолжающийся два миллиарда лет.

Ни один из фрагментов этого танца не реальнее другого. Каждое мгновение сияет светом полной, нераздельной истины.

Мы рассмотрели положительные аспекты этой лучезарной ясности. Однако есть и отрицательные, связанные со страхом, аспекты четвертого видения. Субъект, ощуцая, что его “мир” распадается на волны, может прийти в ужас. “Он”, “мое”, “я” — растворяются! Мир вокруг меня выглядел статичным и мертвым, спокойно ожидающим любого моего действия. И вдруг этот пассивный набор вещей превратился в мерцающий танец живой энергии! Открытие того, что феномены по своей природе являются *майей*, порождает панику. Где твердая основа мира? Каждая вещь, каждое понятие, каждая форма, за которую ум человека смог бы зацепиться, исчезает, превращаясь в электрические вибрации и теряя твердость.

Личо руководителя или близкого друга — это всего лишь танцующая мозаика импульсов в коре моего головного мозга. “Мое сознание” создало все, что я сознал. Я, подобно кинескопу, воспроизвожу мой мир, моих близких, себя самого. Все это — только мерцающие ступки энергии. Вместо ясного понимания и ликующей уверенности появляется растерянность. Ошеломленный субъект озирается вокруг, стараясь ухватиться за ступки энергии и вернуть их в замороженное состояние, в знакомые формы.

Твердость исчезла. Все феномены стали бумажными узорами, наклеенными на стеклянный экран сознания. Для неподготовленного человека или

Для того, чтоб *кармическое* наследие навязывает сознанию контроль, открытие волновой природы вселенной, откровение о *майе* становится гибельной паутиной, сотканной из неуверенности и сомнений.

Мы обсудили только визуальные аспекты четвертого видения. Настолько же важны и его слуховые феномены. Здесь устойчивые, западаемые слуховые паттерны утрачиваются, и регистрируется лишь механическое воздействие звука на барабанный перепонку. В некоторых случаях звук превращается в чистое ощущение, и возникает явление синестезии (смеси ощущений различных органов чувств). Звуки воспринимаются как цвета. Внешние впечатления, достигая коры головного мозга, записываются там как молекулярные события, как нечто невыразимое.

Наиболее драматические слуховые видения вызывает музыка. Точно так же, как любой объект излучает особую комбинацию электронов и может быть полностью представлен как энергия, любая музыкальная нота может ощущаться как чистая энергия, колеблющаяся в пространстве, вне времени. Ноты движутся, как пучок лучей в осциллографе. Каждая увлекает с собой всю энергию, электрическую сердцевину вселенной. Нет ничего, кроме отчетливо выраженного резонанса барабанной перепонки. Такие моменты приносят незабываемые откровения о природе реальности.

Однако в данном случае возможна и "адская" интерпретация. Когда знакомая система звуков рас-

дается, непосредственное воздействие волн может восприниматься как шум. Человека, который привык к установленному порядку, его порядку, в окружении его мире, резонирующей в сознании необработанный звук, раздражает, а часто и выводит из душевного равновесия.

Шум! Какое непочтительное определение. Это вовсе не шум; это восприятие божественных ступков волновой энергии, недоступные лишь тем, кто упорно старается навязать им свое собственное знание.

Ключом к безмятежному путешествию через эту фантастическую территорию является надлежащая подготовка участника сессии. Изучивший данное руководство сможет при встрече с этим феноменом распознать его и плыть вместе с ним.

Чуткий руководитель всегда сумеет помочь путешественнику подняться, заметив признаки того, что тот заблудился в четвертом видении. Если глаза путешественника открыты (что указывает на визуальные реакции), ему можно зачитать наставления к Видению 4 (стр. 189-190).

Если руководитель чувствует, что путешественник переживает распадение внешнего звука на волновые вибрации, он может внести поправки в наставления (заменяя ссылки на визуальные аспекты ссылками на слуховые феномены).

## Вишение 5: Вибрирующее Воанны

### Внешнего Единства

(Глаза открыты, сосредоточенность на внешних раздражителях; эмоциональные аспекты)

При исчезновении привычных восприятий и распадении структуры внешнего мира на непосредственно воспринимаемые созвучием волновые феномены важно сохранить чистое и свободное от какого-либо содержания пробужденное сознание (сознание Первого Бардо). \* Независимо от подготовки, человек, следуя своим ментальным склонностям, скорее всего изберет одну из двух интерпретаций галлюциаторных видений или откровений. Первый тип реакции ведет либо к интеллектуальной ясности, либо к страху и замешательству, описанным в четвертом видении. Другая интерпретация — это эмоциональная реакция на дальнейшее распадение уже разделенных форм. При этом субъект может оказаться поглощенным

\* Мирное Божество пятого видения появляется в виде *Бхагавана Ратнасамбхавы, Рожденного из Драгоценности*. Его обнимает *Божественная Мать, Рожденная из Глаз Будды*, которую сопровождают *Бодхисаттвы: Рождающее Чрево Небес, Всеблагий, Держащая Гирлянд и Держащая Благовония*. "На уровне первоэлементов *Ратнасамбхавы* соответствует земле, которая песет в себе и пьет все живущее со спокоействием и терпением матери, в чьих глазах все рожденные ею существа равны." (Govinda. Foundation of ... — С. 199.)

экстатическим единством или соскользнуть в изорванное состояние эгоизма. "*Бардо Тодол*" называет первый случай "Мудростью Равенства", а второй — "трясиной мирского существования, обусловленной необузданным эгоизмом". В состоянии лучезарного единства человек ощущает, что во вселенной имеется лишь одна энергетическая система, а все вещи и все чувствующие существа — это только переходящие проявления одного и того же паттерна. Когда пятое видение подвергается эготической интерпретации, возникает эффект "пластиковой куклы". Воспринимающиеся обособленно формы кажутся неестественными, пластиковыми, упылыми, жалкими, а все люди (включая и самого наблюдателя) представляются безжизненными манекенами, которым недоступен вибрирующий таец энергии.

Опыт этого видения подобен опыту четвертого видения. Вся искусственная, привычная структура точно так же распадается на энергетические вибрации. Осознание активизировано не всепроникающей ясностью, а яркой сменной форм и их единством. Субъект поглощен безмолвной игрой круговорота энергии. Изысканные формы танцуют, увлекая его; все окружающие объекты излучают энергию, сияющие эмалации. Он воспринимает свое собственное тело тоже как игру энергии. Если он смотрит в зеркало, то видит сияющую мозаику частиц. Он начинает глубже понимать смысл волновой природы как основы его собственного тела. Возникает ощущение расплавленного-

ти, растекания. Тело уже не что-то обособленное, но ступок вибраций излучаемой и воспринимаемой энергии — фаза танца энергии, который длится тысячалетия.

Чувство глубокого единения, ощущение единства всех энергий. В свете экзистенциального единства всего в одном исчезают внешние различия ролей, каст, общественного положения, пола, вида, формы, силы, размеров, красоты и даже различия между неорганической и живой энергиями. Все жесты, слова, действия и события равнозначны по ценности — это лишь проявления единого, всепроникающего сознания. Исчезают “ты”, “я”, “он”, “мои” мысли становятся “нашими”, “вашими” чувства — “моими”. Коммуникация становится ненужной в силу всеобщего со-существования. Человек может переживать все, что чувствует другой человек, непосредственно, так, как если бы это были его собственные чувства. Один быстрый взгляд будет красноречивее любых слов и сможет рассказать о всей жизни. Если парит покой, вибрации пребывают “в фазе”. Если покой нарушен, устанавливаются вибрации, которые “не попадают в фазу” и ощущаются как диссонанс в музыке. Тела растворяются, превращаясь в волны. Окружающие объекты — свет, деревья, растения, цветы — кажутся открытыми и приветливыми: они — часть вас самих. Вы и они — просто разные проявления одних и тех же вибраций. Незамутненное экзистенциальное чувство гармонии со всеми существами является лейтмотивом этого видения.

Но, как и прежде, может появиться страх. Для того, чтобы пережить единство, требуется экзистенциальное самопожертвование. Утрата это пугает неподготовленного человека. Распад формы на волны может стать самым страшным переживанием для человека, величайшим эпистемологическим откровением.

Главная ценность этого открытия в том, что все существующие формы материи и тела распознаются как лишь кратковременные соединения энергии. Мы не многим отличаемся от проекций на многомерном телевизионном экране. Непосредственное переживание этого факта восхитительно. Вы вдруг ощутили от заблуждения обособленности своей формы и включились в космический танец. Сознание легко скользит вдоль волновых матриц со скоростью света.

Однако открытие этой изменчивости и недолговечности вызывает ужас. Нет ничего настоящего, нет ни одной твердой формы. Все, что вы переживаете, является “не более чем” электрическими волнами. Вы чувствуете себя жертвой обмана, невольным участником какого-то грандиозного телевизионного шоу. Вы уже ничему не верите. Люди вокруг кажутся вам безжизненными телеработами. Окружающий мир представляет собой лишь ширму, театральные декорации, а вы сами — беспомощная марионетка, пластиковая кукла в пластиковом мире.

Даже если другие пытаются вам помочь, они кажутся вам фанерными, бесчувственными, холод-

ными, протескными, непредсказуемыми, фантастическими молстрами. Вы неспособны чувствовать. “Я умер. Я никогда уже не буду жить и чувствовать.” В дикой панике вы можете действии или криком попытаться заставить ваши ощущения вернуться назад. И тогда вы попадете в стадию Третьего Бардо и получите неблагоприятное для вас новое рождение.

Лучший способ выбраться из ужасов пятого видения — помнить о данном руковождении, расслабиться и качаться в таше волн. Можно также сообщить руковождению о том, что вы находитесь в фазе плавной куклы, и он выведет вас обратно.

Есть еще одно решение — двигаться в русле внутреннего биологического потока. Следуйте навстречу, данным при описании третьего видения: закройте глаза, ложитесь ничком, почувствуйте телесный контакт, плывите вниз в потоке вашего тела. Делая это, вы восстанавливаете эволюционную последовательность. В течение миллиардов лет неорганическая энергия кружит за кругом танцевала космический танец, пока не возник биологический ритм. Не торопите процесс.

Если руковождение чувствует, что путешественник переживает видения стадии пластиковой куклы или папуган невозможностью контролировать свои собственные ощущения, он должен прочитать ему наставления для Видения 5 (стр. 191-192).

## Видение 6: „Дурк в Глазной Семчатке“

Каждое из описанных ранее видений Второго Бардо представляло собой какой-то один аспект “переживания реальности”. Каждое видение — внутренний огонь или внешние волны, постигаемые интеллектуально или эмоционально, — обдало своими собственными ловушками. Все “Мирные Божества” появились в сопровождении своих спутников — “Гневных Божеств”. \* Чтобы сохранить эти видения в течение какого-то времени, требуется определенная степень концентрации, или сосредоточенности ума, а также способность распознавать их и не бояться, поэтому большинство людей проходит лишь через одну-две фазы, не сумев удерживать их или остаться с ними. Субъект может открывать и закрывать глаза — тогда это попеременно поглощают то внутреннее ощущение,

\* В “Бардо Тодок” на шестой день появляется лучезарный свет обреченных *Пяти Родов Мудрости Дхьяни-Будд*, божеств-хранителей (стражей *мандалы*), и приходят Будды Шести Лок игрового существования. Лама Говинда говорит: “Внутренний Путь *Ваджра-Самтэ* состоит в сочетании лучей Мудрости четырех *Дхьяни-Будд* и в их поглощении сердцем самого человека — другими словами, в распознавании того, что все эти излучения являются эманациями разума самого человека в состоянии совершенного покоя и безмятежности, состоянии, в котором ум постигает свою истинную универсальную природу”. (Govinda. Foundation of ... — С. 262.)

то внешние формы. Опыт может быть хаотическим, прекрасным, волнующим, непостижимым, магическим, вечно изменяющимся.

Человек будет свободно путешествовать через множество миров переживаний — от непосредственного контакта с формами и образами процесса жизни он проследует к видениям чело­веческих игровых форм. Он сможет увидеть во всем блеске социальную игру и игру это, в которые играют он и другие, и понять их с невообразимой ясностью. Его собственная борьба в *кармической* (игровом) существовании покажется ему жалкой и смешной. Экстатическое состояние освобожденности сознания является ключевым в этом видении. Исследование территорий, которые было невозможно себе представить. Переживания театрального зрителя. Игра внутри игры внутри игры — и так до бесконечности. Символы, превращающиеся в вещи, которые они символизируют, и наоборот. Слова, ставшие вещами; благоухающая музыка, осязаемые звуки — полная взаимозаменяемость ощущений.

Все возможно. Все чувства доступны. Человек может "примерять" разные построения, меняя их, как одежды. Субъекты и объекты кружатся, трансформируются, переходят друг в друга, сливаются, сглаживаются, вновь разделяются. Внешние объекты танцуют и поют. Ум играет на них, как на музыкальных инструментах. По команде они принимают любую форму, любое значение или качество. Человек восхити-

ется ими, поклоняется им, анализирует их, исследует, изменяет, делает прекрасными или безобразными, большими или маленькими, важными или тривиальными, полезными, опасными, магическими или непостижимыми. При этом он может испытывать изумление, удивление, радость, благоговение, любовь, отвращение, удовлетвие, страх, экстаз, ужас или восторг.

Ум свободно переключается, подобно компьютеру с неограниченным доступом к любым программам. Индивидуальная и общечеловеческая память всплывают на поверхность сознания, соединяются в фантазиях, желаниях, грезах и трансформациях внешних объектов. Каждое текущее событие заряжено глубоким эмоциональным знанием, любая человеческая причина обретает значимость события космического масштаба. Метафизические величины появляются и кружатся в общем вихре феноменов. Незамутненный "первичный процесс", спонтанный поток ассоциаций, слияние противоречий, сглавление образов, слушение, смещение, разрушение, расширение, слияние, единение.

Для неподготовленного субъекта эта калейдоскопическая картина игры-реальности может быть пугающей и приводящей в замешательство. Вместо изысканной ясности многоуровневого восприятия он будет переживать хаос неконтролируемых, бессмысленных форм. Вместо наслаждения веселой акробатикой раскрепощенного разума будет беспокойство и желание удерживать иллюзорный по-

рядок. Могут появляться патологические и скабрзные галлюцинации, вызывающие отвращение и стыд.

Как и ранее, такое негативное видение возникает только в том случае, если человек пытается управлять магической панорамой или рационально ее объяснить. Расслабьтесь и принимайте все, что появляется. Помните, что все видения, приятные и неприятные, прекрасные и отвратительные, вызывающие наслаждение или ужас, создаются вашим собственным умом. Ваше сознание является творцом, исполнителем и режиссером “цирка в глазной сетчатке”.

Если руководитель чувствует, что путешественник переживает видения “цирка в глазной сетчатке” или близок к ним, он может считать ему соответствующие представления (стр. 193-194).

## Видение 7: „Магический Театр”

Если путешественник не смог удержать пассивную безмятежность, необходимую для созерцания описанных выше видений (Мирных Божеств), он переходит в более драматическую и активную фазу. Игра форм и вещей становится игрой героических фигур, высших духов и полубогов. \* Вы можете увидеть излучающие свет антропоморфные фигуры. “*Лотосоподобный Бог Тандэ*” — образ верховного божества, который знает последствия всех действий. Повелитель движения, танцующий в экстатических объятиях со

\* В “Тибетской книге мертвых” это описывается как видение пяти “Божеств — Хранителей Знания”, расположенных в форме *мандалы*, каждый из которых находится в объятиях *Дакхи* и кружится в экстатическом танце. Божества — Хранители Знания символизируют “наивысший уровень постижимых индивидуальных или общечеловеческих знаний, достигнутых сознанием великих йогингов, вдохновенных мыслителей, людей высокой духовности. Такие знания представляются последнюю ступень перед “прыжком” к космическому сознанию — или первую ступень при возвращении оттуда на уровень человеческого знания”. (Govinda. Foundation of ... — С. 202.) *Дакхи* — это женские воплощения знания, которые символизируют вдохновляющие импульсы сознания, ведущие к такому прорыву. Четыре других *Хранителя Знания*, помимо верховного *Бога Тандэ*, это: *Хранитель Знания на Земле*, *Хранитель Знания*, чье имя *Владыка Продождительности Жизни*, *Хранитель Знания Великого Символа* и *Хранитель Знания Спотыканного Достигателя*.

своим женским двойником\*. Герои, героини, небесные воины, божества женского и мужского рода, ангелы, волшебники — конкретные формы этих фигур будут зависеть от образования путешественника и традиций, в которых он воспитывался. Это архетипические фигуры героев греческой, египетской, скандинавской, кельтской, алтекской, персидской, индийской, китайской мифологий. Их формы различны, но источник один и тот же: они являются конкретными воплощениями тех или иных аспектов психики данного человека. Это архетипические силы, которые не достигают порога вербального осознания и могут быть выражены только в символической форме. Обычно фигуры чрезвычайно живописны, их появление сопровождается разнообразными звуками, внушающими благоговейный трепет. Если путешественник хорошо подготовлен и находится в расслабленном состоянии, если он уже не цепляется за свою рассудочность, то перед ним разворачивается удивительное, захватывающее дух драматическое представление. Космический Театр. Божественная Комедия. Если его глаза открыты, он может визуализировать других участников сессии как персонажей этого спектакля. Друг может предстать в образе мальчика, ребенка или Божественного Младенца; в виде статуи

\* В "Бардо Тодол" двойником Бога Танца, его женским соответствием назвала Божественная Мать, Красная Дакини. — *Red.*

героя или в облике Мудрого Старца; женщины, животного, повелительницы морей, молодой девушки, нимфы, гнома, домового, эльфа. Образы на полотнах великих живописцев предстают как узнаваемые воплощения этих духов. Образы неисчерпаемы и многообразны. Это просветляющее путешествие в сферы, где личностное сознание субъекта сливается со сверхличностным.

Опасность состоит в том, что путешественник может испугаться этих величественных фигур или слишком увлечься ими. Силы, которые они символизируют, могут оказаться более могущественными, чем он мог себе представить. Неспособность или нежелание осознать их в качестве творений собственного ума приводит к соккальзванию на уровень, где преобладают животные цели. Человек вовлекается в потопно за наслаждением, властью, богатством и опускается в Третье Бардо, добиваясь нового рождения.

Если Руководитель чувствует, что путешественник поймап в эту ловушку, он может использовать соответствующие наставления (стр. 195-196).

## ГНЕВНЫЕ ВИДЕНИЯ

### Второе Бардо Ночных Кошмаров

Мы описали семь видений Второго Бардо. В каждом из них путешественник может распознать то, что он видит, и таким образом освободиться. Многие при таком распознавании достигают освобождения, однако довольно велико число живущих, чья плохая карма так могущественна, невежество так глубоко, а призрастия настолько укоренены, что в их случае Колесо Неведения и Иллюзий не ускорит и не замедлит своего вращения. И хотя все без исключения получают подробные наставления, для большинства психожжение неизбежно.

Итак, согласно Тибетской книге "*Бардо Тодол*", после семи видений Мирных Божеств появляются семь видений Гневных Божеств мужского и женского рода, число которых равно пятидесяти восьми. Это "гневные, пыющие кровь божества в ореолах пламени".

Эти божества, называемые *Херука*, мы будем описывать детально, главным образом потому, что люди Запада склонны переживать явление гневных божеств в совершенпо ных формах. Вместо многоголовых свирепых мифических демонов их, вероятно всего, будут пожирать и мучить бездушные машины, они станут подопытными кроликами для лабораторных приборов, их будут истязать контролирующие всё и вся авто-

маты, то есть они испытывают на себе все ужасы научной фантастики.\*

Тибетцы рассматривает Видения Ночных Кошмаров прежде всего как порождения интеллекта. Они связывают их с *чакрой* головы, тогда как Мирные Божества связываются с сердечной *чакрой*, а Божества — Хранители Знания — с промежуточной горловой *чакрой*. Эти видения представляют собой реакцию ума на процесс расширения сознания, то есть попытку интеллекта сохранить свои границы, нерушимость которых находится под угрозой. Эти видения символизируют попытку прорыва к пониманию и полной осознанности, наступающим после освобождения от это.

\* Сделаем несколько общих замечаний о тибетской интерпретации этих видений. Гневные Божества рассматриваются как "те же самые Мирные Божества, но только в ином аспекте". Лама Говинда пишет: "Мирные формы *Дхьяни-Будд* представляют наивысший идеал состояния Будды в его полноте, заочечности, достижении предельно возможной неподвижности и совершенства, идеал, познаваемый как состояние полного покоя и гармонии. С другой стороны, *Херука*, вписываемые как "пыющие кровь", гневные и "ужасающие" божества, — это просто динамический аспект просветления, процесс становления Буддой, достигая озарения, что символизирует борьба Будды с воинством *Мары*... Экстатические фигуры героических и ужасающих божеств выражают акт прорыва в направлении того, о чем нельзя помыслить, что интеллектуально "Непостижимо". Они представляют прыжок через пропасть, зияющую между интеллектуальным поверхностным сознанием и интуитивным, надличностным глубинным сознанием" (Govinda. Foundation of ... — С. 202.)

Распознавание затрудняют страх и ужас, вашише этими видениями. Но в этом есть и своя положительная сторона: если негативные галлюцинации полностью овладевают вниманием, то сознание бодрствует, и человек пытается вырваться из страха и ужаса, чтобы не оказаться вовлеченным в психотические состояния и страдания. И только с помощью настоящего руководства и благодаря присутствию наставника путешественник сможет распознать эти адские видения сразу после их появления и встретит их как старых знакомых.

Когда же состояние освобождения от этого испытывают люди, которые не знакомы с рассматриваемым учением — даже если это психологи, философы или психиатры, искусственные в академических исследованиях и толковании интеллектуальных теорий, — они не распознают феноменов высшего порядка. Они просто не смогут *узнать* видения, возникающие во время психоделической сессии. Увидев вбзапно то, чего они никогда не видели и для чего у них нет соответствующих интеллектуальных попытий, они будут рассматривать это как нечто враждебное, и возникшее чувство неприятия отбросит их в прежнее жалкое состояние. Таким образом, если у человека не было практического опыта, связанного с данным учением, сияние и свет будут ему недоступны.

Те же, кто следует этому учению, даже если эти люди кажутся не слишком искусными, регулярно исполняют соответствующие практики,

не очень изысканны в своих привычках и, возможно, неспособны успешно использовать это учение, могут достичь освобождения только благодаря тому, что не испытывают по отношению к нему подозрительности или неуважения и разделяют его религиозно-мистические начала. Утонченность и постоянство религиозной практики не так уж необходимы — достаточно знать это учение и доверять ему.

Тот, кто хорошо подготовлен, может избежать переживания адских видений Второго Бардо. Он сразу может войти в переживание райских состояний вслед за героями, героинями, ангелами и высшими духами. "Они сольются с радужным сиянием; там будут струиться потоки солнечного света, воздух будет пропитан сладким ароматом ладана, там будет звучать небесная музыка и сиять бесннй свет."

Это руководство необходимо в первую очередь неподготовленным. Те, кто опытен в медитации, распознают Чистый Свет в момент освобождения от это и сольются с Блаженной Пустотой (*Дхарма-Каия*). Они сумеют распознать положительные и негативные видения Второго Бардо, достигнут озарения (*Самбхога-Каия*) и, родившись заново на более высоком уровне, станут вдохновенными святыми или учителями (*Нирмана-Каия*). Поиск просветления всегда можно начинать заново с той точки, где в предыдущий раз было прервано состояние освобождения от эго, обеспечивая тем самым непрерывность кармы.

С помощью данного руководства просветление может быть достигнуто без медитации, только благодаря слушанию. Наставления могут освободить даже тех, кто вовлечен в очень сложную игру эго. Различие между теми, кто знаком с руководством, и теми, кто его не знает, обнаруживается сразу. У тех, кто знает учение, просветление наступает мгновенно, без продолжительных негативных переживаний.

Советы в отношении адских видений остаются прежними: распознавайте их как свои собственные мыслеформы, расслабьтесь, глывите по течению. Можно прочитать наставления, помещенные на страницах 197-198. Если и после этого распознание все еще остается невозможным и освобождаение не достигнуто, то путешественник опустится в Третью Бардо, Период Нового Воплощения.

## Заключение по Второму Бардо

Даже если у человека большой опыт, всегда есть некоторая вероятность того, что во время психоделической сессии он будет захвачен какой-то иллюзией. Те, кто практикует медитацию, рискуют истину в самом начале опыта. Важно предельно прочесть это руководство. Определенная степень самопозиция важна в момент умирания эго.

Для всех фаз Второго Бардо необходима медитация на разнообразные положительные и негативные архетипические формы. Поэтому читайте это руководство, храните его в своем уме, помните о нем, читайте регулярно; добейтесь того, чтобы его слова и смысл были для вас предельно ясны; эти слова нельзя забывать даже в экстремальных ситуациях.

Это учение называют "Великим Освобождением Посредством Слушания", поскольку даже те, у кого есть на совести эгоистичные поступки, могут быть освобождены путем слушания этого текста. Он окажет воздействие, даже если прочитан только один раз и не до конца понят; он запомнится во время психоделической сессии, поскольку в это время ум становится восприимчивым.

Об этом учении надо рассказывать всем живущим; его следует читать у постели больных и умирающих; его надо распространять.

Тот, кто встретился с этим учением, может считать себя счастливым. В наше время не так-то

легко с ним встретиться. Даже при чтении текста его трудно понять полностью. Однако освобождение будет достигнуто просто благодаря доверию к нему во время слушания.

*Здесь заканчивается Второе Бардо,  
Период Галлюциаций*

**ТРЕТЬЕ БАРАДО:**

**ПЕРИОД НОВОГО  
ВОТПОЩЕНИЯ**

*(Судна Бардо)*