

Оглавление

Предисловие Свами Нисарга. Дыхание смерти	9
---	---

ЧАСТЬ I.

ЖИЗНЬ И СМЕРТЬ В ОДНОМ ДЫХАНИИ

Глава 1. Что такое смерть	19
Смерть: самый важный вопрос	19
Смертная природа.	22
Исследуя смерть.	26
Смерть — это катастрофа?	29
Прекратите призывать смерть	32
Глава 2. Процесс умирания	36
«Мыльный пузырь» жизни и смерти	44
Понимая жизнь и смерть.	52
Панча-праны: пять жизненных энергий.	54
Стадии смерти	58
Чакры. Ворота к выходу	63
Глава 3. Качество смерти	67
Виды смерти	67
Предвестия смерти	70
Негативные энергии.	77
Как избавиться от негативного воздействия.	82
Самоубийство. Перспектива	84
Помощь тем, кто думает о самоубийстве.	89
Последствия самоубийства.	94

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 4. Можно ли «хакнуть» смерть	98
Обмануть смерть	98
Танец смерти	104
Трансмиграция	109
В поисках бессмертия	112
В поисках новых измерений	117
Глава 5. Махасамадхи	119
Самадхи и смерть	119
Просветление и смерть	121
Мукти и махасамадхи	123
Два махасамадхи	126

ЧАСТЬ II. ВЕЛИЧИЕ СМЕРТИ

Глава 6. Подготовка к хорошей смерти	141
Нужно ли готовиться к смерти	141
Сон, оджас и смерть	146
Почему люди боятся смерти	149
Как справиться со страхом смерти	153
Как жить в старости	160
Мудрость ванапрастха-ашрамы	163
Практика саллекханы	170
Почему важно умереть в Каши	175
Глава 7. Помощь умирающим	181
Важность последних мгновений жизни	181
Как помочь умереть тем, кто страдает	185
Как умирать дома	190
Ритуалы с момента смерти до полного выхода из тела	196
Расположение тела	197
Связывание больших пальцев ног	197

СОДЕРЖАНИЕ

Омовение и одевание тела	199
Чего нельзя делать рядом с мертвым телом.	200
Выражение почтения умершему	201
Вещи умершего	202
Сжигать или хоронить	202
Когда тело приносят домой	204
Уборка дома	205
Бритье головы	206
Развеивание пепла	206
Можно ли завещать органы	207
Дематериализация тела	209
Глава 8. Помощь бестелесным существам	213
Зачем нужны посмертные ритуалы	213
Рунанубандха. Сеть обязательств	217
Калабхайрава-карма. Посмертный ритуал в «Ише».	219
Возможности Калабхайрава-кармы	225
Подготовка людей к проведению посмертных ритуалов	229
Смерть младенцев	233
Связь детей и родителей после смерти	235
Важность годовщин смерти	238
Почитание предков	240
Рай и ад	241
Глава 9. Горе и траур	247
Сущностная природа горя	247
Выход за пределы горя	250
Имущество мертвых	255
Сочувствие и смерть	258
Крупномасштабная смерть и ее последствия	260
Период траура	263
Памятники, самадхи и пирамиды	266

ЧАСТЬ III. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ

Глава 10. Жизнь призрака	275
Кто такие призраки	275
Трудности призраков	282
Решения для призраков	285
Растворение застывших существ	288
Нирманакайя	293
«Загрузка» существ	296
 Глава 11. Загадка реинкарнации	300
Воплощение в новое тело	300
Арифметика реинкарнации	304
Воспоминания детей о прошлых жизнях	307
Исследуя прошлые жизни	309
Малыш Гитлер	314
Пары на многие жизни	318
Единственные длительные отношения	320
Жизнь длиннее, чем тысяча лун	322
Рождение. Всегда новое начало	326
Перерождение мастеров	329
Мои прошлые жизни	330
Билва	331
Шивайоги	332
Садхгуру Шри Брахма	333
Вернусь ли я	337
 Глава 12. Финальный раунд	343
Одна капля духовности	343
Когда вы совершаете ошибку...	347
 Глоссарий	352
Об авторе.	361

Предисловие Свами Нисарга.

Дыхание смерти

Мы все хотим хорошо жить и хорошо умереть. Такова суть устремлений многих людей. Однако — как правило, если не постоянно — желание людей направлено именно на хорошую жизнь. Результат это подтверждает: в области хорошей жизни нам удалось достичь большего комфорта, чем любому из предыдущих поколений, однако нельзя сказать, что мы научились умирать лучше них. Объяснить это можно по-разному, но самый значимый фактор — неравное отношение наших обществ к жизни и смерти.

Во всем мире жизнь считается достижением, которое воспевают и празднуют, а смерть — неудачей, которую избегают и оплакивают. Такая дихотомическая трактовка жизни и смерти довольно странна, однако смерть получает все «плохие отзывы». Одно упоминание о смерти способно оборвать беседу за ужином. Детей учат никогда не произносить это слово дома, пока сам бог смерти не решит посетить их. В остальное время родители заняты изобретением поверхностных политкорректных эвфемизмов, призванных скрыть неотвратимость смерти за пустой болтовней.

Люди мало знают о смерти потому, что мало знают о жизни. Смерть — это краткое событие в финале длинной жизни. Но даже прожив полную жизнь, люди понятия не имеют о том, что является ее сутью, — например, откуда мы приходим и куда уходим. Так что запутанность, сопутствующая теме смерти, понятна. Однако следует заметить, что в последнее время человечество совершило большой прорыв, выйдя за пределы примитивного понимания «жизнь — это божий дар, а смерть — божье наказание».

Традиционно люди искали разгадку тайны смерти лишь в одной религии. Вопросы, связанные со смертью и умиранием, в основном адресовали шаманам и жрецам. Лишь в последние пару веков открытия в области медицины начали глобально влиять на здоровье и смертность. Люди обратились с вопросами о смерти и умирании к современной науке, феноменальный успех которой очевиден в двух ключевых сферах: средней продолжительности жизни и детской смертности. Нет лучшего доказательства триумфа современной медицины, чем быстро растущее население Земли, составляющее 7,75 миллиарда. Сегодня медицина стала главным специалистом по смерти и умиранию, уверенно вытеснив остальных.

Современная наука, обладающая объективностью и универсальностью, позволила людям взглянуть на смерть по-новому. Однако в ее сиятельном шествии есть свои упущения, опасности и неудачи. Одно из очевидных последствий того, что смерть оказалась в юрисдикции современной науки, — это так называемая медиализация смерти. Смерть перестали воспринимать как естественное явление, особенно в самых развитых странах. На нее смотрят как на заболевание. Излишние и даже агрессивные методы медицинского вмешательства, предшествующие смерти, стали нормой.

Кроме того, людей всегда беспокоила их смертная природа. Успех медицины подарил новую надежду на прохождение древнего квеста «достичь бессмертия». Оседлав современную науку, люди засомневались: а что, если смерть неестественна и бессмертие — норма? Они задумались: «Может быть, смерть — это очередное заболевание, которое необходимо победить? Может быть, супергерои в белых халатах сделают это в течение нашей жизни?» Наша возрастающая способность вмешиваться в фундаментальный жизненный процесс, несомненно, усилила стремление перехитрить его.

По причине их ограниченного видения жизни ученые похожи на шестерых слепцов из индийской притчи, которые изучали слона, правильно описывая его части, но упуская из виду целое. Смерть, как и жизнь, можно понять как совокупность трех составляющих: биологической, психологической и, наконец, метафизической, по-

рождающей первые две. В последнее время наши знания о биологических аспектах смерти значительно возросли. Сегодня мы лучше понимаем, когда жизнь прекращается с биологической точки зрения и наступает смерть. Психология также совершила колоссальный прогресс. Что такое индивидуальность — природа или воспитание? Какова роль этих факторов? Но на более глубокие вопросы о том, как и почему начинается жизнь и наступает смерть, ответов до сих пор почти нет.

К сожалению, современная наука знает существование лишь с точки зрения того, как тело начинает свой путь и как его заканчивает. Она даже не допускает возможности существования до рождения и после смерти. В гипотезе о том, что жизнь — всего лишь случайное событие в огромной Вселенной, следствие бесконечного сочетания меняющихся факторов, зияет много дыр. Мы видим, что неведомая сила внезапно запускает биологию на некоторый промежуток времени и столь же внезапно ее отключает, и этот простой факт требует углубленного исследования, в том числе и по стандартам науки. Познания науки заканчиваются на моменте смерти тела, зато мировые религии наполнены рассуждениями о том, что будет после смерти. Люди же остаются блуждать на незнакомой территории, где-то между наукой и религиями. В подобные времена присутствие такого йога и мистика, как Садхгуру, — того, кто основывается прежде всего на внутреннем опыте, а не на традиции, писаниях или академических исследованиях, — становится бесценным.

Садхгуру — современный мистик и йог. С помощью неповторимых инсайтов и методов самотрансформации он тронул сердца миллионов людей по всему миру и преобразовал множество жизней. Почти сорок лет назад Садхгуру, бывший тогда «юношей в самом расцвете наглости», пережил глубокий духовный опыт, полностью изменивший его взгляд на мир и жизнь: «Внезапно то, что я всю жизнь считал собой, оказалось повсюду. Я не мог отличить „себя“ от всего остального». Переживание, которое повергло его в глубокий экстаз, через несколько месяцев стабилизировалось и стало реальностью жизни. Эта духовная реализация также принесла волны воспоминаний

о прошлых жизнях, глубокое понимание процесса жизни и смерти и побудила Садхгуру разработать план. Он решил научить весь мир жить столь же радостно и восторженно, как живет он сам.

В течение последних сорока лет это намерение превратилось в глобальное движение, нацеленное на самотрансформацию. Теперь, глядя в прошлое, трудно ответить на вопрос: в какой момент Садхгуру, которого считали главным специалистом по радостной жизни, также стали воспринимать как авторитета по вопросам смерти? Может быть, тогда, когда он начал рассказывать о своих прошлых жизнях? Или двадцать пять лет назад, когда он впервые озвучил цель своей текущей жизни — освятить Дхьяналингу, мечту многих реализованных йогов? Такое поручение он получил от своего гуру три жизни назад. Или, может быть, тогда, когда несколько человек из его окружения вдруг вспомнили о том, что встречали его в прошлых жизнях? Неизвестно, когда именно это началось, но в какой-то момент люди начали обращаться к Садхгуру с вопросами о смерти и умирании.

Садхгуру не всегда был открыт для бесед о смерти, скорее, он избегал их. Многие люди, полагавшие, что могут вывести глубочайшие тайны жизни, задав безобидный вопрос: «Садхгуру, а что происходит после смерти?», были разочарованы. К их недовольству, Садхгуру обычно поддразнивал их ответами наподобие: «Некоторые вещи можно узнать только на собственном опыте!» Тем, кто хотел узнать, как общаться с мертвыми, он советовал для начала научиться общаться с живыми. Тем, кто спрашивал о наличии души, Садхгуру говорил, что у них две души — по одной под каждой ступней¹. При этом во всех его учениях и практиках ощущался привкус смерти.

Возможно, Садхгуру — единственный человек на планете, способный невозмутимо говорить о смерти с полным залом людей рано утром, в рамках йога-программы. Затем он проводит медитацию, направленную на непосредственное переживание смерти. Возмож-

¹ В английском языке слова soul (душа) и sole (подошва ступни) созвучны. — *Здесь и далее примеч. ред.*

но, он — единственный, кто учит «Пути жизни без усилий» методом посвящения людей в медитацию, которая дает переживание, подобное смерти. А затем предлагает практиковать ее дважды в день. Он также — амбициозный человек, поставивший себе цель научить всех в мире искусству жить радостно. Однако обнаружив, что цель невыполнима, Садхгуру переключился на обучение людей методам, позволяющим, по крайней мере умереть в покое. Он — тот, кто заверяет других: «Если вы получили посвящение от меня или совершили ошибку, находясь передо мной и будучи со мной полностью даже на одно мгновение, вы больше не переродитесь». И так далее.

Однажды, когда мы снимали дискурс Садхгуру для DVD, кто-то спросил его: «Почему в большинстве восточных традиций наивысший уровень святости совпадает с моментом смерти? Почему момент смерти наделен чем-то вроде духовного статуса?» Садхгуру, вопреки обыкновению, ответил развернуто. Он сказал: с точки зрения духовности человек способен в момент смерти реализовать возможности, упущенные в жизни. Это возможно при условии, если он встретил момент смерти правильно, прошел необходимую подготовку, получил наставления и, вероятно, помощь со стороны. Для меня это стало откровением. Я никогда не слышал, чтобы кто-то говорил о смерти как о духовной возможности.

Далее последовали другие вопросы, но, поскольку они выходили за рамки темы нашего видео, Садхгуру не вдавался в подробности. Я был крайне заинтригован. Получается, Садхгуру сказал, что прямо у нас перед носом, в тени смерти — самого пугающего и всеми ненавидимого события — скрывается колоссальная духовная возможность? В момент смерти нас ожидает потрясающий сюрприз и мы об этом даже не подозревали? Почему мы не готовим людей заранее? Может ли Садхгуру дать необходимые наставления, может ли он помочь? Конечно, он может. Но согласится ли? Удастся ли уговорить его еще больше погрузиться в дела нашего мира? Садхгуру, конечно, согласился, но задача составления этой книги оказалась сложнее, чем я думал. Я полагал: в конце концов, если человек что-то знает, это не так уж трудно сформулировать! Мой ход мыслей

оказался несколько наивным, потому что объяснения могут следовать только по пути «от известного к неизвестному», а в данном случае расстояние между ними оказалось довольно внушительным.

Вопреки видению современной науки, великий феномен жизни невозможно свести к отрезку между рождением и смертью. Он восходит к самому началу Творения и устремляется вслед за ним. Любое понимание смерти, не учитывающее этот факт, обречено оставаться неполным и неверным. В первой части книги «Жизнь и смерть в одном дыхании» Садхгуру, используя различные подходы, описывает основной механизм жизни и смерти. Он знакомит читателя с йогическим пониманием, далее упрощает его, используя свой традиционный пример «мыльного пузыря». Помещая дискурс за пределы привычных рамок, Садхгуру прослеживает истоки жизни с самого начала Творения и до цикла рождения и смерти, который мы все проходим. Он также говорит о разных типах смерти и о том, как выбрать свою смерть. Первая часть завершается описанием наивысшей формы смерти — растворением «я», — что является целью духовных искателей.

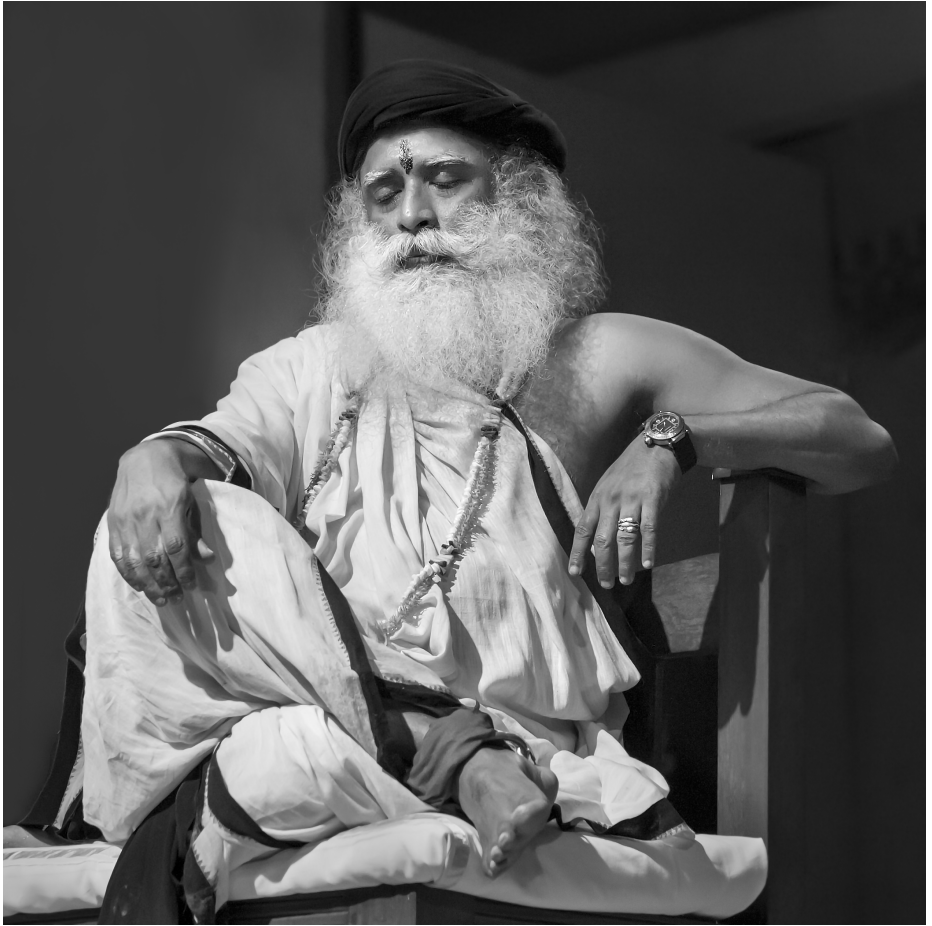
Помимо объяснения фундаментальных механизмов рождения и смерти, одна из целей этой книги — помочь читателю достичь «хорошей» смерти. Во второй части под названием «Величие смерти» Садхгуру рассказывает, что такое «хорошая» смерть и как к ней подготовиться. Учитывая, что умирающий оказывается в крайне уязвимом состоянии и не способен помочь себе сам, Садхгуру объясняет, что можно сделать в таких ситуациях, какое значение это будет иметь для человека, как посредством простых действий поддержать его в путешествии после смерти. Садхгуру также делится ценными откровениями о том, что такое горе и как взаимодействовать с ним благоразумно.

В строгом смысле «жизнь после смерти» выходит за рамки процесса смерти и умирания и является их побочным продуктом. В третьей части «Жизнь после смерти» Садхгуру предлагает инсайты для понимания этой сферы, с которой связано множество заблуждений и лжи. Здесь Садхгуру рассказывает о привидениях и духах, их про-

исхождении и существовании, о том, что они способны и не способны нам сделать и как мы можем защитить себя. Он также рассказывает о процессе реинкарнации и о том, что передается из одной жизни в другую, а что — нет; анализирует, связана ли наша текущая жизнь с жизнью прошлой. В этом контексте Садхгуру делится опытом своих прошлых жизней и отвечает на часто задаваемый ему вопрос: «Вернетесь ли вы?»

Эта книга ни в коем случае не является исчерпывающим ответом на все, что мы хотим знать о смерти и умирании. Она также не отражает всего, что Садхгуру предлагает человечеству. Но мы надеемся, что она развеет тучи заблуждений вокруг смерти. Однако главное в этой книге — то, как присутствие Садхгуру среди нас и предлагаемые им методы способны помочь нам сделать жизнь более благой и духовно значимой. Надеемся, читатель не потеряет эту главную цель за обширными рассуждениями о смерти и умирании.

Свами Нисарга





Ч А С Т Ь

~

**ЖИЗНЬ
И СМЕРТЬ
В ОДНОМ
ДЫХАНИИ**

DEATH

*Life and death live in me at once
Never held one above the other
When one stands far, life I offer
In closeness, only death I deal
In death of the limited
Will the deathless be
How to tell the fools
Of my taintless evil.*



СМЕРТЬ

*Жизнь и смерть живут во мне одновременно,
Никогда не ставил одну выше другой,
Тем, кто далеко, я предлагаю жизнь,
А приближенным сдам лишь карту смерти.
В смерти ограничен
Заключено бессмертие.
Как разъяснить глупцам
Благость моего зла?*

Что такое смерть

*Смерть – самый важный вопрос,
однако люди его игнорируют и избегают.
Они продолжают жить в невежестве просто потому,
что религии распространили по миру
всевозможные идиотские истории.*

●

СМЕРТЬ: САМЫЙ ВАЖНЫЙ ВОПРОС

Вы знаете, что однажды умрете? Разумеется, я благословляю вас на долгую жизнь, но в любом случае вы однажды умрете. Обо всех остальных событиях вашей жизни нельзя сказать наверняка. Я не знаю, вступите ли вы в брак, получите ли работу, добьетесь ли успеха, но одно событие вам гарантировано: вы окажетесь в могиле! Одно из главных человеческих заблуждений — думать, что смерть касается только третьих лиц; воспринимать ее как абстрактное событие, которое произойдет с кем угодно, но не с вами. Вы знаете, что сто шестьдесят тысяч человек, которые еще вчера ходили по Земле, сегодня уже мертвы? Каждую секунду в мире умирает два человека. Однажды умрете и вы, и я. Для понимания этого факта не требуются обширные исследования, ум или образование. Это знание встроено в каждого человека. Но вы думаете, что заключили бессрочный договор с жизнью.

Это прекрасно отражено в индийском эпосе «Махабхарата». Главные герои эпоса, пять принцев Пандавов, заблудились в лесу. Измученные

голодом и жаждой, они рыскали по ближайшим холмам в поисках воды и пищи. Увидев озеро, они бросились к нему, но вдруг перед ними возник якша (небесное существо) в облике журавля. Он потребовал, чтобы они сперва ответили на его вопросы. Братья решили, что не позволят какой-то птице остановить их, напились воды из озера и упали замертво. Один лишь Ядхиштхира усмирил свое желание и вступил в разговор с якшей. Тот обрушил на принца тьму вопросов. Один из них звучал так: «Что самое удивительное в жизни?» Без колебаний Ядхиштхира произнес свои знаменитые слова: «Сотни, тысячи существ умирают в это самое мгновение, но глупец мнит себя вечным и не готовится к смерти. Это и есть самое удивительное в жизни». Якше ответ понравился. Он позволил Ядхиштхире напиться из озера и оживил его братьев. Эта история произошла пять тысяч лет назад, но человеческое восприятие смерти с тех пор почти не изменилось.

Смерть — это самый важный вопрос. На самом деле, смерть ближе к нам, чем статистика, в которой мы о ней читаем. Смерть происходит в наших органах и клетках каждую секунду. Вот почему доктору достаточно лишь взглянуть на ваши внутренности, чтобы определить ваш возраст. Более того: смерть начала действовать внутри нас еще до нашего рождения. Только невежественным и неосознанным людям кажется, что смерть придет за ними когда-нибудь в будущем. Если вы осознанны, то знаете: жизнь и смерть происходят внутри вас постоянно. Достаточно начать дышать чуть более осознанно, и вы заметите, что при каждом вдохе происходит жизнь, а при каждом выдохе — смерть. Родившись, ребенок первым делом вдыхает, глотает воздух. И последнее, что вы сделаете в жизни, — это выдох. Если вы сейчас выдохнете и не вдохнете, то вы умрете. Это легко проверить: просто выдохните, зажмите нос и больше не вдыхайте. Через несколько секунд каждая клетка вашего тела завопит, требуя глотка жизни. Итак, жизнь и смерть происходят непрерывно. Они неотделимы друг от друга, сосуществуют в одном дыхании, а также за его пределами. Дыхание — всего лишь второстепенный актер. Главную роль играет жизненная энергия (прана), которая и управляет физическим существованием. Человек, уме-

ющий контролировать прану, способен прожить довольно долго, не дыша. Воздух требуется нам чаще воды и еды, но принадлежит к той же категории.

Смерть — это основополагающий аспект. Достаточно одного маленького события, и вы умрете уже завтра утром. Хотя почему завтра? Достаточно одного маленького события, и вы умрете уже в следующую секунду. Будь вы каким-то другим существом, то, возможно, не могли бы об этом задуматься. Но как можно игнорировать столь важный аспект жизни, обладая человеческим интеллектом? Как можно избегать его и вести себя так, словно вам предстоит жить вечно? Как так вышло, что, проведя миллионы лет на этой планете, люди до сих пор ни черта не знают о смерти? Кстати сказать, они и о жизни-то ничего не знают. Все мы что-то знаем об атрибутах жизни, но что вы знаете о жизни как таковой?

Такая ситуация сложилась потому, что вы потеряли верный взгляд, а вместе с ним — понимание, кто вы есть в этой Вселенной. Если Солнечная система, в которой мы все находимся, завтра утром растворится, то в космосе никто и никогда этого не заметит. Она такая маленькая, всего лишь песчинка. В этой крошке Солнечной системы наша планета Земля — микрокрошка. На микрокрошке Земле ваш родной город — супермикрокрошка. Но в ней есть вы — важный человек! Вот в чем серьезная проблема. Если вы полностью утратили понимание того, кто вы есть, как вы можете что-то понять о жизни и смерти?

Одна из причин, по которой люди игнорируют смерть и продолжают жить в невежестве, заключается в том, что мировые религии распространили всевозможные идиотские истории о жизни и смерти; создали для них глупые, детские объяснения. «Как я родился?» — «Тебя принес аист». — «Куда ты попадешь после смерти?» — «В рай». Эти объяснения — простые, но абсурдные. По крайней мере, могли бы подобрать транспорт получше аиста. Аисты мигрируют только в конкретное время года, так что все дети должны были бы рождаться именно тогда! Более того: если люди так уверены, что после смерти отправятся в рай, у меня есть вопрос.

Почему вы откладываете свое путешествие? Почему бы не отчалить прямо сейчас? Все эти глупые истории подавляют врожденный интерес человека к жизни и смерти. Не будь их, то простое любопытство — если не боль и страдания — побудило бы многих людей искать ответ на столь важный вопрос.



СМЕРТНАЯ ПРИРОДА

Люди всегда думают, что напоминание о Боге делает их духовными. Ничего подобного. Думая о Боге и полагаясь на него, вы плохо делаете свою работу, но ожидаете хорошего результата. Вы не готовитесь к экзамену и верите, что сдадите его лучше всех просто потому, что помолились. Люди становятся особенно самонадеянными по отношению к жизни, считая, что теперь у них есть поддержка Бога. Так было всегда: те, кто верил, что с ними Бог, совершали самые жестокие поступки. Чувство «со мною Бог» придает вам уверенность, которая очень опасна. При таком восприятии Бога вы станете не духовным, а очень наглым и глупым.

В одной семье жили два энергичных — чрезвычайно энергичных — брата. Когда мальчишки настолько активны, они постоянно попадают в разные передраги. Эти ребята не являлись исключением. Все вокруг их обсуждали. Родителям было стыдно за сыновей, и, не зная, что предпринять, они решили отвести их к местному священнику. Поскольку сразу с обоими братьями было слишком трудно справиться, родители решили доставить их к нему по отдельности. Сначала — младшего брата. Родители посадили его в кабинете священника и ушли. Священник, облаченный в длинную рясу, вошел в комнату. Несколько минут расхаживал туда-сюда с удрученным выражением лица. Мальчик сидел, и его зрочки скакали, как мячик пинг-понга.

Расхаживая по комнате, священник выработал стратегию. Он подумал: «Если я напому этому мальчишке, что Бог — внутри него,

он прекратит хулиганить». Священник драматично застыл посреди комнаты и грозным голосом спросил мальчика: «Где Бог?» Мальчик растерялся. Он принялся глазеть по сторонам: может, Бог прячется где-то в кабинете? Священник понял, что ребенок в замешательстве, и решил намекнуть ему, что Бог — внутри него. Мужчина облокотился на стол и, указывая на мальчика, снова прогрохотал: «Где Бог?» Мальчик еще больше растерялся и заглянул под стол. Священник понял, что намек не сработал. Он обошел вокруг стола, приблизился к мальчику, ткнул его в грудь и снова прогрохотал: «Где Бог?» Мальчик вскочил и пулей вылетел из кабинета. Он помчался к старшему брату и сообщил ему: «У нас реальные проблемы!» — «Почему? Что случилось?» — «Они потеряли своего Бога и считают, что виноваты мы!»

Полагаясь на Бога, вы думаете, что можете совершать разные идиотские поступки, а потом произнести молитву — и вам ничего не будет. Это не духовность. Духовность входит в вашу жизнь вместе с осознанием что вы, как и все, умрете. Только когда осознание смертности просочится в вас, вы заглянете внутрь себя. Лишь обратившись к своей смертной природе, вы захотите найти источник жизни. В вас проснется жажда познания смысла жизни и того, что за ее пределами. Это станет вашим естественным стремлением. Вот что такое духовный процесс.

Никто бы не стремился к духовности, если бы не знал, что умрет. В юности вы считаете себя бессмертными, но с возрастом тело непременно напомнит вам о смертности. Когда со смертью сталкиваетесь вы сами или кто-то из ваших близких, вы, естественно, задаетесь вопросом, что это вообще такое. Если вы осознаёте свою смертную природу, разве у вас есть время злиться на кого-то, ссориться или делать глупости? Как только вы принимаете факт смертности и осознаёте, что умрете, вы стремитесь сделать каждый миг своей жизни как можно прекраснее. Тот, кто постоянно осознаёт смертную и хрупкую природу бытия, не желает упускать ни единого мгновения и, следовательно, становится осознанным. Он ничего не принимает как должное, он верен своей цели. Но тот, кто считает себя бессмертным, способен биться насмерть.

В индийской традиции земли кремации всегда считались сакральными. Когда кто-то умирает, вы испытываете некую тревогу, даже если не знали этого человека. В любой истинной духовной традиции есть привкус смерти. Если погрузиться достаточно глубоко в практику, она напомнит вам, что вы смертны. Какой бы садхане² вы ни обучались — будь то шунья, шакти-чалана, шамбхави-махамудра или (особенно) самьяма³, — в них есть вкус смерти. Если в садхане нет вкуса смерти, то в ней нет и духовности; это просто развлечение. Если кто-то обучил вас поверхностной «ненапряжной» практике, возможно, она повысит вам настроение, но на большее не надейтесь.

По традиции каждый йог начинал свой духовный путь на землях кремации. Вообще-то, многие мастера считали их посещение духовным процессом. Будда Гаутама сделал это правилом для своих монахов. Когда к нему приходил человек и просил о монашеском посвящении, Будда предлагал ему сначала посидеть три месяца на самой людной земле кремации и посмотреть, как горят тела. Даже сегодня, отравившись на Маникарника-гхат⁴ в Варанаси, вы увидите, что там всегда горит как минимум шесть тел, и это воспринимается как нечто обычное, повседневное. Сегодня у людей не хватает времени на то, чтобы сжечь тело полностью. Не успевает сгореть одно тело, как приносят другое, так что труп бросают в реку лишь наполовину сгоревшим. Очень полезно посмотреть на все это, чтобы понять, как люди однажды поступят и с вами.

В юности я ничего этого не знал. Но так уж вышло, что с восьми до семнадцати лет я провел много времени на землях кремации — просто потому, что мне было интересно. Люди рассказывали про эти места всякие ужасы: например, что там есть деревья, где привидения висят вниз головой. Я хотел увидеть это собственными глазами и потому провел там много дней и ночей. Один крематорий

² Духовный процесс.

³ Разнообразные курсы, предлагаемые Садхгуру в рамках иша-йоги.

⁴ Одно из мест на берегах реки Ганг, где постоянно происходит кремация мертвых.