

Содержание

Предисловие	6
Глава 1. Темнота — это покой, расслабление	9
Глава 2. Не ищите — остановитесь	39
Глава 3. Темнота не имеет существования	65
Глава 4. От снов к пробуждению	107
Глава 5. Потеря страданий, обретение блаженства	143
Глава 6. Молитва — это любовь к существованию	171
Глава 7. Верование: величайшее препятствие в поиске истины	185
Глава 8. Потеря желания причинять боль другим	215
Глава 9. Обучитесь искусству медитации	243
Глава 10. Единственная цель — это сама жизнь	273
<i>Об авторе</i>	313
<i>Ошо-Центр медитации и отдыха</i>	315





Предисловие



✕
Есть прекрасная история об одной из самых выдающихся из когда-либо живших женщин — Рабии аль-Адави. Однажды вечером, когда солнце клонилось к закату... она была очень стара, ей было лет девяносто. Она что-то искала на улице — что-то, что потеряла.

Ее увидел молодой человек и лишь из сострадания к пожилой женщине — он был не из этой деревни и ничего о ней не знал — спросил:

— Что вы ищете? Могу ли я вам чем-то помочь? Вы очень стары, солнце уже село, темнеет. Вы не сумеете ничего найти. Просто скажите мне. Я ничем сейчас не занят, я могу вам помочь.

Рабия засмеялась:

— Спасибо за твою доброту, странник!

Он спросил:

— Почему вы называете меня странником?

Рабия ответила:

— Потому что никто из этой деревни не пришел бы ко мне на помощь, они думают, что я сумасшедшая. И, возможно, правы. Но я потеряла свою иголку.



Молодой человек сказал:

— Таковую мелочь, как иголку, с вашим зрением в сумерках не найти. Просто скажите мне точно, где она упала. Возможно — дорога же большая, — если вы покажете мне точное место, я все же смогу ее отыскать.

— Лучше бы ты не задавал этот вопрос, потому что я потеряла ее не на дороге. Я потеряла ее в своем доме, но там так темно. Я — бедная женщина, у меня нет даже лампы. Подумав о том, что внутри так темно, что найти иголку невозможно, я стала искать снаружи, потому что в тот момент, когда я начала поиски, все еще было немного солнечного света, — ответила Рабия.

Молодой человек сказал:

— Тогда, вероятно, люди из вашей деревни правы. Вы потеряли иголку в доме, а ищете ее на улице! Но ваше безумие основывается на каком-то методе, в этом есть здоровое зерно. Ваши доводы таковы: из-за того, что в доме темно, найти иголку было бы невозможно. А снаружи еще есть немного света, и, вероятно, есть какой-то шанс. Но если вы ее там не теряли, то свет не поможет.

Рабия ответила:

— Однако этим занимаются все люди в мире, и никто не называет их безумными. Они потеряли все свои сокровища внутри самих себя, а теперь ищут их снаружи, потому что снаружи больше света. Потому что все органы чувств направлены вовне, там проще искать.

Вопрос не в том, где проще искать. Вопрос в том, где вы это потеряли. Вы прекрасно знаете, что потеряли не снаружи самих себя. Вы не можете вспомнить обстоятельства, при которых вы потеряли свои сокровища: ваше сознание, ваше существо, вашу любовь, ваше блаженство, ваше безмолвие, вашу невинность. Снаружи ничего нет. А если вы не теряли снаружи... У мира не много сторон. Только две. Это простая арифметика: если вы не теряли этого снаружи, должно быть, вы потеряли это внутри.



Внутри — темнота, с этим я согласен. Но эта темнота — не помеха, таков мой опыт. Эта темнота — источник огромной поддержки, потому что в ней — покой, тишина. Эта темнота светится, это иная разновидность света. Вот почему сначала вам кажется, что это темнота, но по мере того как вы движетесь глубже, мало-помалу она превращается в иную разновидность света, которую вы раньше не знали.

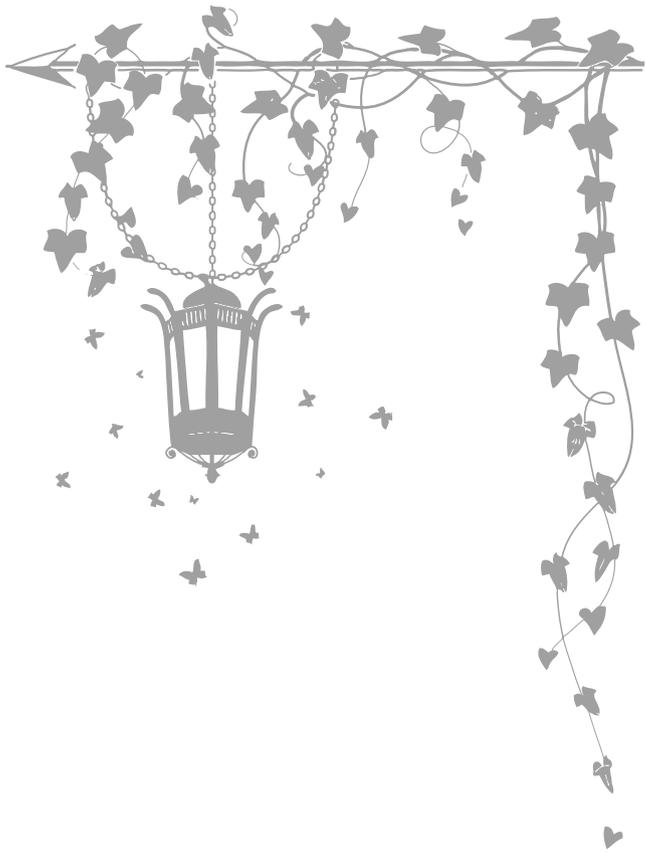
Вам знаком такой свет, которому необходимо топливо, — даже солнечному свету нужно топливо. Каждый день солнце растрчивает запасы своего топлива, и ученые говорят, что это солнце может просуществовать по большей мере несколько миллионов лет. Затем однажды оно перестанет светить и повсюду наступит тьма. Каждый день звезды погружаются во мрак — звезды, превышающие по размерам солнце. Потому что они прожили гораздо больше нашего солнца, израсходовали все топливо. Внешний свет нуждается в топливе, внутренний же совершенно иной — ему не нужно никакое топливо. Вот почему он вечный, его невозможно израсходовать.

То, что сначала выглядит как темнота, постепенно наполняется светом. А тот день, когда она полностью начинается — его называют просветлением, — вы должны прийти к истинному свету. До сих пор вы видели лишь тени света из внешнего мира, вы не видели подлинного света, которого неведомы ни начало, ни конец.

Просто наберитесь мужества, вам ничего больше не нужно. Что вам терять? Что у вас есть такого, что вы можете потерять? Так чего вам бояться? Просто двигайтесь внутрь без страха — это ваша собственная территория, это ваше собственное бытие. И как только вы найдете хотя бы один лучик света, это станет началом величайшего переживания жизни. Ничто не сравнится с этим блаженством, с этим благословением.

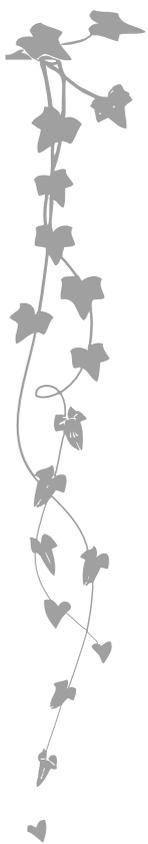
Ошо





Глава 1

*Темнота —
это покой,
расслабление*





Мои возлюбленные!

В темноте есть собственное блаженство, так почему мы желаем света? Почему мы цепляемся за свет? Мы никогда не думаем, что желание света — это символ укоренившегося в нас страха, это символ страха. Мы нуждаемся в свете, чтобы освободиться от этого страха. Ум боится темноты. Желание света — не какое-то выдающееся качество, это лишь свидетельство того страха, который витает вокруг нашего сознания: напуганный человек жаждет света. А бесстрашный человек больше даже не думает о темноте как о темноте. Тревога, связанная с темнотой, и борьба с ней — из-за страха. Как только человек становится бесстрашным, желание света тоже исчезает.

На земле было лишь несколько человек, которые осмеливались сказать, что Бог — это темнота. Большинство людей считали, что Бог — это свет. «Бог есть свет» — большинство людей говорили, что Бог — это свет. Но, может, это те люди, которые верят в Бога из страха. Те, кто воспринимает Бога как свет, — скорее всего, напуганные люди. Они могут принять Бога только как свет. Человек, находящийся в страхе, не может принять темноту.

Но было несколько человек, которые утверждали, что Бог — это предельная темнота. Мое личное понимание та-



ково, что Бог — это предельная темнота. Почему? Свет конечен, темнота — бесконечна. Неважно, насколько протяженным вы можете представить себе свет, вы так или иначе обнаружите предел. Неважно, что вы о нем думаете или как далеко простираются ваши мысли, рано или поздно вы столкнетесь с границами света.

Только подумайте о темноте: разве у нее есть границы? Трудно даже вообразить себе предел темноты. У нее нет конца, темнота бесконечна.

Кроме того, свет — это возбуждение, напряжение. Темнота — покой, расслабление. Но из-за того, что все мы — напуганные люди, мы называем жизнь светом, а смерть темнотой. Истина в том, что жизнь — это стресс, а смерть — это расслабление. День — это беспокойство, а ночь — отдых. Если кто-то назовет хаотические действия миллионов людей светом, то он окажется прав. Но тогда предельная свобода, безо всяких сомнений, будет называться темнотой.

Возможно, вы никогда не задумывались о том, что, когда лучи света касаются ваших глаз, это создает напряжение, беспокойство. Если вы хотите спать ночью и горит свет, вы не можете уснуть. Трудно отдыхать при свете. Темнота — это предельный покой, она ведет вас к глубочайшему покою.

Но когда мы даже всего на мгновение сталкиваемся с темнотой, то испытываем беспокойство и неловкость. Лишь коснувшись темноты, мы испытываем трудности, начинаем задаваться вопросом, что же будет. Помните, любой, кто испытывает беспокойство, смятение и страх из-за темноты, будет так же бояться входа в *самадхи*, состояние божественного экстаза. Так как *самадхи* — это еще большее безмолвие, чем темнота.

Мы боимся смерти по той же причине. В чем заключается страх смерти? Разве смерть когда-нибудь кому-либо повредила? Никто никогда не слышал о том, чтобы смерть кому-то повредила. Вполне вероятно, что жизнь наносила

огромный урон во множестве случаев, но чтобы смерть нанесла ущерб? Это что-то неслыханное!

Кому смерть когда-нибудь причиняла страдание? Жизнь доставляет вам множество проблем. Что есть жизнь? Это череда проблем! Когда смерть кого-либо истязала? Когда она кого-либо беспокоила? Когда она причиняла кому-либо страдания? Но мы боимся смерти. Мы цепляемся за жизнь.

Смерть — это неизвестность, а к чему бояться неизвестности? Можно бояться чего-то знакомого. Но зачем бояться того, чего мы не знаем? Если мы даже не знаем, хорошо это или плохо? На самом деле наш страх — это не страх смерти, это страх потеряться во тьме. Жизнь кажется полной света: все видно, знакомо — знакомые люди, знакомая атмосфера, знакомый дом, деревня. Смерть кажется крошечной тьмой, где, потерявшись однажды, вы ничего не увидите, не будет никакой связи с друзьями, с семьей, с возлюбленными, со всем тем, что мы построили вокруг себя. Все это будет потеряно. И, кто знает, в какую темноту нам предстоит погрузиться? Ум боится идти в темноту.

Помните, страх смерти основан на страхе одиночества: страх одиночества приходит вместе со страхом темноты. Вы знаете, что никогда не бываете совершенно одни при свете, вы можете видеть других. В то время как в темноте (неважно, сколько там сидит человек) вы будете одни. Другого не видно. Вы не уверены, там этот другой человек или нет. В темноте человек один. И тот, кто стремится к уединению, должен войти в темноту.

Йога, медитация и самадхи — лишь слова, обозначающие способность проникнуть в глубочайшую темноту. Поэтому хорошо, что здесь так мало света. Плохо, что кто-то только что принес сюда несколько свечей на нашу встречу. Если бы в этой деревне было больше свадех и он бы не смог найти ни одной свечи, так было бы даже лучше!

Темнота — это неизвестность. В ней мы одни. Мы чувствуем себя потерянными, и кажется, что все, что было из-

вестно и знакомо, исчезло. И помните, только те люди, которые встали на путь поиска истины, которые способны отпустить знакомое, которые готовы отбросить известное, которые могут войти в неизвестность, где нет ни тропы, ни следов, — только они могут проникнуть в истину.

Я говорю об этом в самом начале, потому что, не влюбившись в темноту, вы будете лишены возможности любить величайшие истины жизни. В следующий раз, когда вы окажетесь в темноте, посмотрите прямо в нее, и вы обнаружите, что в конечном счете она не такая уж и пугающая. Пусть окружающая тьма поглотит вас, станьте с ней единым целым. И вы обнаружите, что темнота предлагает вам нечто такое, чего свет никогда не сможет вам дать.

Все важные тайны жизни скрыты в темноте.

Мы видим деревья, но их невидимые корни уходят глубоко вниз, в темноту. Ствол дерева, его листья и плоды видны, но корни, которые питают дерево, — незримы, они скрыты в темноте. Если вы вырвете корни и вынесете их на свет, дерево просто погибнет. Так что вечная игра жизни случается в темноте.

Жизнь рождается в темноте, в чреве матери. Мы приходим из темноты через двери рождения и исчезаем в темноте через двери смерти.

Кто-то спел песню о жизни... Что есть жизнь? Представьте себе дом, окруженный океаном крошечной тьмы. Внутри дома горит одна маленькая свеча. Птица, парившая в бескрайнем темном небе, залетает в дом, освещенный свечой, какое-то время порхает, а после улетает через другое окно. Точно так же мы приходим из одной темноты, порхаем вокруг пламени жизни и исчезаем в другой темноте.

Именно темнота будет нашим спутником в конце. Если вы боитесь темноты, в могиле вы столкнетесь с большими затруднениями. Если вы так боитесь темноты, вы столкнетесь с большими трудностями в момент смерти. Нет, нужно научиться любить темноту.

