



Книгата на тайните

Дийпак Чопра

Откъс

КНИГАТА НА ТАЙНИТЕ

Ключ към измеренията на живота

Дийпак Чопра

ВЪВЕДЕНИЕ

Да отвориш книгата на тайните

Най-силната жажда в живота не е за храна, пари, успех, положение, сигурност, секс или дори любов. Хората многократно са постигали всички тези неща и все пак са били неудовлетворени - често дори повече, отколкото преди това. Най-силната жажда в живота е тайна, която се разкрива, само когато човек има желание да отключи една скрита част от себе си. В древните традиции на мъдростта тази мисия е била сравнявана с гмуркането за най-скъпоценната перла, която съществува, поетичен начин да ти кажат, че трябва да плуваш в дълбоки води, да се гмурнеш дълбоко в себе си и да търсиш търпеливо, докато откриеш тази безценна перла.

Тази перла се нарича още същност, божествено дихание, жива вода, духовна амброзия - все имена за онова, което в нашия прозаичен век на науката бихме нарекли просто трансформация. Трансформация или метаморфоза означава радикална промяна на формата, както гъсеницата се превръща в пеперуда. А по отношение на човека това е да превърнеш страха, агресията, съмнението, несигурността, омразата и празнотата в техните противоположности. Възможно ли е това да се постигне наистина? Едно знаем със сигурност: тайната жажда, която мъчи човешките души, няма нищо общо с външни неща като парите, положението или сигурността. Нашето вътрешно Аз се стреми да открие смисъла на живота, да достигне до края на страданието и отговорите за загадките на любовта, смъртта, Бога, душата, доброто и злото. Един живот, изживян повърхностно, никога не би могъл да отговори на тези въпроси или да ни накара да престанем да ги задаваме.

Да откриеш скритото измерение у себе си е единственият начин да удовлетвориш най-силната си жажда.

След бързото развитие на науката, този стремеж към познание би трябвало да е заглъхнал, но вместо това, той е още по-силен. Едва ли има "факти" за скритите измерения на живота, които трябва да бъдат откривани. Никой няма нужда да гледа още томографски снимки на пациенти с гранични преживявания, нито да прави сканиране с магнитен резонанс на йоги в медитация. Тази фаза на експериментиране свърши своята работа: можем да бъдем сигурни, че където и да пожелае да отиде съзнанието, човешкият ум ще го последва. Нашите неврони са способни

да регистрират и най-извисените духовни преживявания. Но в някои отношения вие и аз знаем по-малко за мистерията на живота, отколкото нашите прадеди.

Живеем в ерата на по-високоразвития мозък, на мозъчната кора, която е нараснала извънмерно през последните няколко хилядолетия, засенчвайки древния инстинктивен мозък. Често наричат мозъчната кора "новия мозък" и все пак старият е съществувал у хората милиони години, както и днес у повечето живи същества. Старият мозък не може да ражда идеи или да чете. Но той притежава силата да чувства и най-вече да съществува. Именно той е карал нашите прадеди да усещат близостта на едно загадъчно присъствие навсякъде в Природата.

Това присъствие, което съществува във всяка частица от Творението, изпълва и вашата душа. Вие сте книга с тайни, която чака да бъде отворена, макар че вероятно се възприемате по съвсем различен начин. В известен смисъл вие сте работник, майка или баща, съпруг или съпруга, консуматор, който търси из търговските центрове нещо ново, част от публиката, очакваща нетърпеливо следващото представление.

Когато живееш в истината на една реалност, всяка тайна се разкрива без усилие или борба.

Всичко тръгва от древния избор между разделянето или обединението. Искате ли да бъдете разкъсвани на части, разкъсвани от конфликти, разкъсвани между вечните сили на светлината и мрака? Или искате да преминете от разделянето към целостта? Вие сте създание, което действа, мисли и чувства. Духовността слива тези три неща в една единна реалност. Мисленето не господства над чувствата; чувството не се противопоставя упорито на по-висшия мозък; действието се осъществява, когато и мисълта, и чувствата казват: "Това е правилно." Тази единна реалност може да бъде разпозната, защото когато сте в нея, потокът на живота ви тече без препятствия и съпротива. В този поток вие срещате вдъхновението, любовта, истината, красотата и мъдростта като естествени аспекти на съществуването. Тази единна реалност е духът, а повърхността на живота е само дегизиране с хиляди маски, които ни пречат да открием кое е истинско. Преди хиляда години подобно твърдение би било посрещнато без възражение. Духът е бил приеман навсякъде като същинския източник на живот. Днес трябва да погледнем с нови очи на мистерията на съществуването, защото като горди деца на науката и разума, ние сме се превърнали в сираци на мъдростта.

Затова тази книга трябва да действа на два фронта. Първо, тя трябва да ви убеди, че действително съществува мистерия в скритите измерения на живота. Второ, трябва да ви вдъхнови да почувствате страстта и всеотдайността, необходимите, за да се озовете в тях. Това не е проект, който можете да отложите, докато се подготвите за него. Вие сте готови от деня, когато сте спрели да се питате кои сте и защо сте тук. За съжаление повечето от нас продължават да пропускат хиляди преживявания, които биха могли да наложат трансформацията като реалност. Ако не беше огромното усилие, което полагаме, за да отричаме, да се потискаме и да се съмняваме, животът на всеки от нас би бил постоянно откровение.

Най-важното е да вярвате, че животът ви си струва да бъде изследван с пълна страст и всеотдайност. Нужни са хиляди малки решения, за да остане книгата на тайните затворена, но само един миг, за да я отворите наново.

Приемам съвсем буквално думите от Новия завет: "Почукай, и ще ти се отвори, поискай, и ще ти се даде." Толкова е просто. Ще разберете всички тайни на живота, когато можете да кажете искрено: "Трябва да знам. Не мога да чакам и миг повече." Буда, седнал под дървото на просветлението, и Исус, който се бори с демони в пустинята, символизируют същата драма на душата, която сте родени да повторите. Никога не се съмнявайте в едно: вие сте най-значимото същество на света, защото на духовно ниво вие сте светът. Не е нужно да си извоювате правото да чукате. Не е нужно да знаете повече, отколкото вече знаете. Следващата ви мисъл, чувство или действие са достатъчни, за да разкрият и в най-дълбоките духовни тайни и най-съкровената мъдрост, която тече чиста и свободна като планински поток през пролетта. Не е възможно Азът да крие завинаги тайни от себе си, независимо колко прилежно сме били възпитани да смятаме обратното.

Тайна - 1

МИСТЕРИЯТА НА ЖИВОТА Е РЕАЛНА

Животът, който познавате, е тънък пласт от събития, прикриващ една по-дълбока реалност. В нея вие сте част от всяко събитие, което се случва сега, случило се е или ще се случи някога. В тази дълбока реалност вие знаете напълно ясно кой сте и каква е целта ви. Там няма объркване или конфликт с който и да е друг човек на земята. Смисълът на живота ви е да подпомагате Творението да се разгръща и умножава. Когато погледнете себе си, да виждате само любов.

Но мистерията на живота не е измежду тези неща. Тя е в начина, по който можем да ги изкараме на повърхността. Ако някой поиска да му докажа, че съществува мистерия на живота, най-простото доказателство би било дори това огромно разделяне между дълбоката реалност и ежедневието съществуване. Откакто сме се родили, ние непрестанно получаваме знаци, че в нас съществува друг свят. Не ви ли се е случвало да се удивите? Подобни мигове могат да се преживеят, когато слушате прекрасна музика или при вида на някоя природна хубост, която предизвиква тръпки по гърба ви. А може да сте погледнали с ъгълчето на окото си към нещо познато - утринното слънце, разлюляно от вятъра дърво, лицето на някого, когото обичате, докато спи - и в този миг да сте разбрали, че животът е нещо повече от това, което изглежда.

Многобройни знаци за това са белязали пътя ви, само за да ги пренебрегнете, тъй като не са били съвсем явни. Срещал съм страшно много хора, чието духовно начало не е било скорошно или забавно: като деца може да са видели как душата на баба им си отива в мига на смъртта ѝ, да са съзирали как създания от светлина ги заобикалят на рождения им ден, да са пътували извън физическите си тела или да са срещнали на връщане от училище някой от любимите си роднини в коридора, макар този човек в същия момент да е загинал при ужасна автомобилна катастрофа. (Един мъж например ми каза, че през първите десет години от живота си бил в "мехур" и пътувал с него високо над града, надалеч към непознати страни.) Милиони хора - това е преувеличение, а данни от публични анкети - са се виждали от време на време, облени в прозрачна бяла светлина, от време на време. Или са чували глас, за който са знаели, че е на Бог. Или пък са имали невидими закрилници в детството си, тайни приятели, които са ги пазили, докато спят.

Най-накрая ми се изясни, че повечето хора са преживявали подобни неща - истински мистични пътувания в реалността, отделена от нашата с тънкия воал на неверието. Да повдигнеш воала, означава да промениш собствените си възприятия. Това е много лична и напълно субективна, но съвсем истинска промяна.

Откъде бихте започнали да разгадавате мистерия, която съществува навсякъде, но кой знае защо никога не ви се изяснява напълно? Велик детектив като Шерлок Холмс би започнал търсенето от една елементарна дедукция: Нещо непознато иска да бъде опознато. Мистерия, която не иска да бъде разгадана, просто ще се отдалечава, колкото повече се приближавате към нея. Мистерията на живота не действа по този начин: нейните тайни ви се разкриват веднага, ако знаете къде да търсите. Но къде наистина?

Мъдростта на тялото е добър начин за навлизане в скритите измерения на живота, защото макар и напълно невидима, тя е неоспоримо реална - факт, който медицинските изследователи започнаха да приемат в средата на 80-те години на XX век. Предишното мнение беше, че капацитетът за интелигентност на мозъка е уникален. Но после следи от подобна интелигентност започнаха да се откриват в имунната система, а след това - и в отделителната. И в двете се наблюдават специални молекули-протеници, които циркулират през всеки орган, носят информацията от и към мозъка, но имат и самостоятелно действие. Левкоцитите, които могат да различат вражеска бактерия-нашественик от безвредния цветен прашец, правят разумен избор, независимо че се носят в кръвта, далеч от мозъка.

Преди десет години щеше да бъде абсурдно да говорим, че вътрешностите могат да бъдат разумни. Отдавна се знае, че вътрешността на храносмилателния тракт е осеяна с хиляди нервни окончания, но те бяха смятани за далечни постове на нервната система - начин да се поддържа връзка с нисшия процес на извличане на хранителни вещества от храната. Сега се оказва, че вътрешностите изобщо не са толкова ниско развити. Разпръснатите из тях нервни клетки оформят добре построена система за реакция на външни събития - като неприятна забележка в службата, някаква заплаха, смърт в семейството. Реакциите на стомаха са толкова надеждни, колкото и мислите в мозъка, и почти толкова сложни. Клетките на дебелото ви черво, на черния дроб и стомаха също мислят, но не с вербалния език на мозъка. Онова, което хората наричат "червата ми се обръщат", се оказва само намек за сложния разум, който е в основата на работата на милиарди клетки.

Със стремителната революция на медицината учените пристъпиха в едно скрито измерение, за чието съществуване никой не бе подозирал. Клетките са мислили милиони години повече от нас. Всъщност тяхната мъдрост, по-древна от тази на мозъчната кора, може би е най-добрият модел на единственото по-древно от тях нещо - космоса. Може би вселената също е мислила повече от нас. Независимо къде ще погледна, усещам какво се опитва да постигне космическата мъдрост. То е до голяма степен същото като онова, което аз искам да постигна - да раста, да се развивам и да творя. Разликата е само, че тялото ми си сътрудничи по-добре със вселената, отколкото самият аз.

Клетките безпроблемно участват в мистерията на живота. Те притежават мъдростта на пълната страст и себеотдайност. Затова да видим дали можем да свържем качествата на телесната мъдрост със скритите измерения, които искаме да открием.

МЪДРОСТТА, КОЯТО ВЕЧЕ ИЗЖИВЯВАТЕ

ИДЕНТИФИЦИРАНЕ С МЪДРОСТТА НА ТЯЛОТО

1. Вие имате по-висша цел.
2. Вие сте в единство с целия живот.
3. Вашето съзнание винаги е отворено към промяна. Всеки миг то усеща всичко в обкръжението ви.
4. Вие приемате всички други като равни, без да ги съдите и без предразсъдъци.
5. Вие улавяте всеки миг с подновена творческа сила, не се вкопчвате в старото и изтърканото.
6. Вашето съществуване се подчинява на ритъма на вселената. Чувствате се спокойни и обгрижени.
7. Вашата идея за ефективност е да оставите потока на живота да ви донесе онова, което ви е нужно. Силата, контролът и битката не са във вашия стил.
8. Усещате връзка с вашия източник.
9. Вие сте посветени на даването като източник на всяко изобилие.
10. Вие виждате как всичко се променя на фона на безсмъртието, включително раждането и смъртта. Онова, което не се променя, е най-реално за вас.

Нито една от тези точки не е духовна аспирация; всички те са факти от ежедневието съществуване на нивото на вашите клетки.

По-висша цел. Всяка клетка в тялото ви е съгласна да работи за доброто на цялото; нейното индивидуално добруване идва на второ място. Ако е нужно, тя ще умре, за да защити тялото и често го прави - животът на всяка клетка е нищожна частица от нашия живот. Във всеки час измират кожни, както и имунни клетки, които се борят с микробите-нашественици. Егоизмът не е възможност, дори когато става дума за собственото оцеляване на клетката.

Единство. Клетката е във връзка с всички други клетки. Молекули-пратеници пътуват във всички посоки, за да уведомят и най-отдалечените части на тялото за някое желание или намерение, колкото и нищожни да са те. Изолирането или отказът от общуване не са възможни.

Осъзнаване. Клетките се адаптират всеки миг. Те остават гъвкави, за да могат да реагират на непосредствените ситуации. Не е възможно да придобият неизменни навици.

Приемане. Клетките се смятат за еднакво важни. Всяка функция в тялото е свързана с всички останали. Да бъдеш сам, не е възможност.

Творческа сила. Макар че всяка клетка има уникални функции (чернодробните клетки например могат да извършват петдесет отделни функции), те се комбинират творчески. Човек може да смисли храна, която не е ял досега, да мисли неща, които не е мислил досега, да танцува по начин, който не е виждал. Придържането към старото поведение не е възможност.

Съществуване. Клетките се подчиняват на вселенския цикъл на почивка и работа. Макар той да се проявява по много начини като промяната на хормоналните нива, кръвното налягане и ритъма на храносмилането, най-явният му израз е сънят. Защо имаме нужда да спим си остава загадка за медицината, но ако не се възползваме от облагите на съня, настъпва пълна дисфункция. В спокойствието на бездействието се зрее бъдещето на тялото. Да бъдеш маниакално активен или агресивен не е възможност.

Връзка. Поради общото си генетично наследство клетките знаят, че в основата си са едни и същи. Фактът, че чернодробните клетки са по-различни от сърдечните, а мускулните от мозъчните, не отрича общата им идентичност, която е постоянна. Лабораторно мускулна клетка може да бъде генетично трансформирана в сърдечна, като се върнем обратно към общия им източник. Здравите клетки остават обвързани с източника, независимо колко пъти се делят. За тях да бъдат "изгнаници", не е възможност.

Даване. Основната активност на клетките е даването, което поддържа интегритета на всички други клетки. Цялостното посвещаване на даването прави получаването автоматично - то е другата част от естествения цикъл. Трупането не е възможност.

Безсмъртие. Клетките се възпроизвеждат, за да предават своите знания, опит и таланти, без да отказват каквото и да било на своето потомство. Това е нещо като практическо безсмъртие - да се предадеш на смъртта във физически план, но да я победиш в нефизически. Пропуснатото поколение не е възможност.

Мисля си на какво са съгласни моите клетки. Не е ли това духовен съюз във всеки смисъл на тази дума? Първото качество - да следваш по-висша цел, е същото като духовните качества отказване и самопожертвувателност. Даването е като да отдадеш Богу Божието. Безсмъртието е като вярата в живота след смъртта. Но постулатите, приети от ума, не са грижа на тялото ми. За моето тяло тези качества са просто начинът, по който съществува животът. Те са резултат от космическия разум, който се е себеизразявал в продължение на милиарди години като биология. Мистерията на живота е била търпелива и внимателна, докато позволи на целия си потенциал да се прояви. Дори сега мълчаливото съгласие, което прави тялото ми едно цяло, прилича на тайна, защото привидно подобно съгласие не съществува. Над двеста и петдесет вида клетки вършат ежедневната си работа: петдесетте функции на чернодробната клетка са напълно уникални и не съвпадат със задачите на мускулните, бъбречните, сърдечните или мозъчните клетки, но би било катастрофално, ако дори една функция се изложи на риск. Мистерията на живота е открила начин да се прояви съвършено посредством мен.

Прегледайте отново списъка с качества и запомнете всичко, отбелязано като "не е възможност": егоизъм, отказ от общуване, живот на изгнаник, свръхконсумация, маниакална активност и агресия. Ако клетките ни знаят, че не бива да се държат по този начин, защо ние го правим? Защо алчността да е добра за нас, а да унищожават на клетъчно ниво, което е основната грешка, допускана от раковите клетки? Защо позволяваме свръхконсумацията да доведе до епидемия от наднормено тегло, когато нашите клетки измерват до молекула колко гориво да консумират? Ние не отричаме поведението, което бързо ще убие тялото ни. Ние предаваме мъдростта на тялото си, нещо по-лошо, пренебрегваме модела за съвършен духовен живот вътре в себе си.

Тази книга не се роди от чувството, че хората са духовно слаби и неадекватни. Тя се роди от миг на криза в моето семейство, който ме дари с нова надежда. Преди няколко години баща ми почина и това бе неочаквано за всички. Все още деен, на 81 години, той беше прекарал онзи януарски ден, наблюдавайки клетвата на новия президент на САЩ. Уморен от дългогодишната си медицинска практика като кардиолог, баща ми все още упражняваше професията си и вечерта беше обсъждал случаи на различни заболявания с група свои студенти.

Майка ми, която спеше в отделна стая поради лошото си здраве, не чула Кришан да си ляга. Но след полунощ, когато все още не можела да заспи, той се появил на вратата ѝ по пижама - едва различим силует в мрака - и ѝ казал, че заминава. Майка ми веднага разбрала какво иска да ѝ каже. Той я целунал за сбогом, казал ѝ, че я обича. После тихичко се върнал в стаята си, където се чували само нощните песни на щурците, на тропическите птици и трафика на Делхи. Легнал си, произнесъл три пъти божиято име и умрял.

Семейството ни беше обхванато от смут. С по-малкия ми брат хукнахме от САЩ към Индия, колкото можехме по-бързо, и след няколко часа, когато бяхме облекли тялото му за погребението и го бяхме обсипали с невени, го свалихме долу сред плача на жените, примесен с пеенето на химни. Скоро след това стоях над купчина пепел при горящия гхат до реката, за да изпълня задължението на най-големия син - да смачкам останките от черепа с тояга, за да прекъсна земните връзки с живота, който бе водил баща ми.

Не можех да се отърва от чувството, че той напълно е изчезнал - човекът, когото най-много съм обичал в живота си и когато не смятах, че ще изгубя толкова скоро. Но фактът, че бе умрял с такова ясно и спокойно съзнание, помогна на всички ни да не скърбим безутешно. Макар да бях сигурен, че Кришан Чопра си е отишъл като тялото и личността, които познавах, емоциите ми не можеха да стихнат, преди да осъзная с всички подробности какво е станало с него. Мистерията го превръщаше от едно състояние в друго и аз осъзнах, че същата трансформация се извършва и у мен, и у всички останали. Ние съществуваме и изчезваме по законите на мистерията, нищо повече.

Въпреки че приемаме мистерията на живота като интимна част от самите нас, ние се държим, така сякаш тя не съществува. Всички страдаме от това пренебрежение и още повече страдания, може би в нечувана степен, се задават на хоризонта. Баща ми си отиде от един свят, потънал в обятията на мрака. Когато дойде време за вечерните новини, ще разбере, че навсякъде има проблеми, както винаги, а предлаганите решения изобщо няма да се доближават до мъдростта дори на една-единствена клетка. Много хора губят смелост и се оттеглят пред перспективата за толкова много страдание. Останалите приемат, че трябва да останат там, където са, и да открият нещо, което още не са открили - нова връзка, нова работа, нова религия или занимание, - преди да се почувстват отново живи.

Биха ли клетките в тялото ви приели подобна пораженческа логика? Ако не се чувствате добре на мястото си, любовта, лечението и Бог ще останат завинаги извън обсега ви. След поколения живи същества, живели в хаос, готови ли сме да позволим на мистерията най-после да ни спаси? Има ли някакъв друг път?

КАК ДА ПРОМЕНИТЕ СВОЯТА РЕАЛНОСТ,

ЗА ДА СЕ СДОБИЕТЕ С ПЪРВАТА ТАЙНА

Всяка тайна ще бъде придружена с подходящо упражнение, което ще ви позволи да я приложите. Четенето за тайната има ефект на мисловно ниво, но на ниво чувства и действия нищо не се променя. Трябва и трите да се смесят, за да успеете да промените личната си реалност.

Първата тайна е да позволите на телесната си мъдрост да ви сочи пътя. Напишете днес десетте качества на тази мъдрост, изброени по-нататък, и измислете начин как да изживеете всяко от тях. Запишете го и нека това бъде вашият водач през деня. Можете да се стремите към постигането на едно качество дневно или да опишете всички и да пробвате да придобиете колкото можете повече. Не се напрягайте, не пишете с чувството, че сте слаби или неспособни. Целта е да разширите зоната на комфорт на тялото си в областта на поведението и чувствата. Оставете думите ви да изразят близки до сърцето ви чувства, които ви карат да се чувствате истински. Например.

Висша цел. Тук съм, за да служа. Тук съм, за да вдъхновявам. Тук съм, за да обичам. Тук съм, за да изживея своята истина.

Единство. Ще оценя по достойнство и онзи, който не знае, че се чувствам така. Ще пренебрегна напрежението и ще се държа приятелски с някого, който ме пренебрегва. Ще изразя поне едно чувство, което ме кара да се чувствам виновен или притеснен.

Осъзнаване. Ще прекарам десет минути в наблюдение, вместо да говоря. Ще седя тихо сам, за да усетя как се чувства тялото ми. Ако някой ме подразни, ще се попитам как се чувствам в действителност под въздействието на гнева и няма да престана да обръщам внимание на това, докато гневът ми не премине.

Приемане. Ще прекарам пет минути, мислейки за най-добрите качества на някого, към когото изпитвам неприязън. Ще чета за организация, която смятам за абсолютно недопустима, и ще се опитам да видя света от нейна гледна точка. Ще погледна в огледалото и ще се опиша все едно съм идеалната майка или баща, които бих искал да съм имал (като започна с изречението "Колко си красив в моите очи").

Творческа сила. Ще си представя пет неща, които мога да направя и които семейството ми не би допуснало, а после ще направя поне едно от тях. Ще нахвърляя сюжет за роман, взет от живота ми (всяка случка ще бъде истина, но никой няма да заподозре, че аз съм героят). Ще изобретя нещо, от което светът отчаяно се нуждае.

Съществуване. Ще прекарам половин час на някое тихо място, без да правя нищо, освен да усещам какво значи да съществуващ. Ще се излегна на тревата и ще почувствам как земята бавно се върти под мен. Ще си поема три пъти дъх и ще издишам колкото се може по-бавно.

Ефикасност. Ще оставя поне две неща извън контрол и ще видя какво ще стане. Ще погледам някоя роза и ще си помисля дали бих могъл да я накарам да разцъфне по-бързо или да бъде по-красива, отколкото е - после ще се попитам дали и моят живот е разцъфнал така ефикасно. Ще полежа на тихо на брега на океана или със запис на шума на вълните и ще дишам в ритъм с тях.

Обвързване. Когато се хвана, че гледам встрани от някого, ще се сетя да го погледна в очите. Ще погледна с любов някого, когото съм приемал за даденост. Ще проявява отзивчивост към човек, който има нужда от това, най-добре непознат.

Даване. Ще купя обяд и ще го дам на някой нуждаещ се на улицата (или ще го поканя на обяд). Ще похваля някого за нещо, което знам, че цени у себе си. Днес ще отделя на децата си толкова време, колкото искат.

Безсмъртие. Ще прочета свещените книги за душата и обещанието за живот след смъртта. Ще напиша пет неща, с които искам да бъде запомнен животът ми. Ще седя и мълчаливо ще

преживявам интервала между вдишването и издишването, усещайки вечността в настоящия миг.

Упражнение - 2: Случайност или разум?

Всяка тайна в тази книга е свързана със съществуването на невидим разум, който действа под видимата повърхност на живота. Мистерията на живота е израз не на случайни съвпадения, а на един разум, който съществува навсякъде. Можете ли да повярвате в него или ще продължите да вярвате в случайността?

Прочетете следните необяснени факти, после отбележете с "Да" или "Не", ако вече знаете, че съществуват подобни мистерии.

Да Не Пустинни птици, живеещи близо до Големия каньон заравят хиляди борови шишарки на огромни разстояния по ръба на каньона. През зимата всяка от тях изравя своите запаси, откривайки ги под дебел пласт сняг.

Да Не Съомгата, оплодена в малък поток, който се влива в река Колумбия в северозападната част на Тихия океан, плува до морето. След няколко години, през които преплува огромни разстояния из океана, тя се връща, за да хвърли хайвера си, на същото място, където е излюпена, без нито веднъж да се обърка по пътя.

Да Не Малки деца от различни страни чели на японски; след това ги попитали дали са слушали несвързани думи или хубаво японско стихотворение. Всички деца от Япония дали правилния отговор, но същото направили и над половината деца от други държави, които през живота си не били чували и дума на японски.

Да Не Еднояйчни близнаци, разделени от стотици хиляди километри, веднага са усетили мига, в който другият е загинал при катастрофа.

Да Не Светулките в Индонезия, които са милиони, са способни да синхронизират присветванията си в район от няколко квадратни километра.

Да Не В Африка някои дървета, с листата на които животните много обичат да се хранят, могат да сигнализират на други дървета, които са на километри от тях, да увеличат количеството танин в листата си - това е вещество, който ги прави негодни за ядене от тревопасните. Отдалечените дървета получават съобщението и също променят своята химия.

Да Не Близнаци, разделени от раждането, се срещат за пръв път след години само за да открият, че и двамата са се оженили за жени с едно и също малко име през една и съща година и имат еднакъв брой деца.

Да Не Майката албатрос се връща на мястото, където гнезди, с храна в клюна и веднага открива децата си измежду стотици хиляди други по целия плаж.

Да Не Веднъж годишно при пълнолуние няколко милиона криви раци се появяват заедно на един плаж, за да се чифтосат. Те реагират на един и същ зов и изплават от дълбините на океана, където никога не прониква светлина.

Да Не Когато въздушните молекули предизвикват вибрацията на тъпанчето ви, не по-различно, отколкото чинели, ударени с палка, чувате глас, който познавате, да говори думи, които разбирате.

Да Не Сами по себе си натрият и хлорът са смъртоносни отрови. Когато се свържат под формата на сол, те образуват най-важното вещество за живота.

Да Не За да прочетете това изречение, няколко милиона неврона в мозъчната ви кора трябва да оформят веднага модел, който е абсолютно оригинален и никога преди не се е появявал в живота ви.

Това упражнение няма степени, но го дръжте под ръка, докато завършите книгата. После се върнете на него и вижте дали убежденията ви са се променили достатъчно, за да можете да дадете обяснения, основани на духовните тайни, които сме разгледали.

Тайна - 2

СВЕТЪТ Е В ТЕБ

За да разгадаем мистерията на живота, ни е нужна само една заповед: Живей като клетка. Но не го правим и не е трудно да открием причината. Ние имаме собствен начин да вършим нещата. Клетките ни се хранят със същия кислород и гликоза, с които са се хранили амебите преди два милиарда години, но нас ни привличат мазнините, сладкото, малко или много други вредни, които ядем по прищявка. Нашите клетки си сътрудничат по начините, наложени от еволюцията на дървесните папрати от кредата, но ние откриваме нов враг някъде по света всяко десетилетие, дори всяка година или месец. Всички говорим едно и също за отклоненията от точната, цялостна и почти съвършена мъдрост, която следват телата ни. Нашите грешки и капризи сочат към по-всеобхватен модел. За да се върнем към мъдростта на клетките, всеки от нас трябва да разбере, че изживяваме последствията на нечий чужд предишен избор. Научили са ни да следваме определени навици и убеждения, които напълно пренебрегват мистерията на живота. Тези възгледи са натъпкани един в друг като картонени кутии.

Съществува материален свят.

Материалният свят е пълен с неща, събития и хора.

Аз съм един от тези хора и статусът ми не е по-висок, отколкото на който и да е друг.

За да разбере кой съм, трябва да изследвам материалния свят.

Системата от убеждения е обвързваща. Тя не оставя мястото за търсенията на душата или дори за самата душа. Защо да вкарваме мистерията на живота в система, която вече знае какво е реално? Но колкото и убедителен да изглежда материалният свят, за голямо притеснение на съвременната наука никой не е успял да докаже, че той е реален. Обикновените хора не се занимават с наука, така че този очебиен проблем не е добре известен. Но всеки невролог ще ви увери, че мозъкът не предлага доказателства, че външният свят наистина съществува, а многократно загатва, че това не е така.

Всъщност всичко, което мозъкът прави, е да приема непрекъснати сигнали за химичния баланс на тялото, температурата и консумацията на кислород, както и интензивен поток от нервни импулси. Тази маса необработени данни се проявява като химични експлозии, придружени с електрични заряди. Те се разпространяват във всички посоки по сложна мрежа от звездообразни нервни клетки и щом някой сигнал достигне до мозъка, подобно на пратеник от периферията на империята, носещ съобщение до Рим, мозъчната кора обединява импулсите в още по-сложни комбинации от електрични и химични заряди.

Мозъчната кора не ни информира за това непрестанно обработване на данни. Вместо това ни разказва за света - позволява ни да възприемаме гледки, звуци, вкусове, миризми и структури - всички елементи на творението. Мозъкът ни е спретнал невероятен номер - забележителна измама, защото няма директна връзка между необработената информация от тялото и нашето субективно усещане за външния свят.

Така че външният свят би могъл да е просто сън. Когато си легна и сънувам, аз виждам свят, изпълнен със събития и той е точно толкова жив, колкото е светът, когато съм буден (за повечето от нас усещанията, възприемани с останалите четири сетива, са неравномерно разхвърляни из сънищата ни, но някои сънуващи могат да докосват, вкусват, чуват и миришат също толкова реално, колкото и в будно състояние). Но когато отворя очи сутрин, аз знам, че тези живи събития са били произведени само в главата ми. Никога не правя грешката да ги приема за истина, защото вече съм приел, че сънищата не са реални.

Дали мозъкът ни използва един апарат, за да създаде света на сънищата и онзи, в който сме будни? Не, не е така. От гледна точка на мозъчните функции механизмът на сънищата не се изключва, когато се събужда. Същият дял от мозъчната кора в задната част на черепа ми позволява да видя предмет - дърво, лице, небето, - независимо дали ги виждам в спомен, сън, снимка или пред себе си. Местонахожденията на активност на мозъчните клетки леко се изместват, затова мога да различа съня, снимката и реалния предмет, но основният процес е винаги един и същ. Аз създавам дърво, лице или небе от онова, което всъщност е случайна плетеница от тънки нерви, изстрелваща химични експлозии и електрични заряди към мозъка и всички части на тялото ми. Колкото и старателно да се опитвам, никога няма да има два еднакви модела на химикали и заряди във формата на дърво, лице или която и да е друга форма. Има само огнена буря от електрохимична енергия.

Този объркващ проблем - че не съществува начин да докажем съществуването на външен свят - подкопава цялостната основа на материализма. Така стигаме до втората духовна тайна: Ти не си в света; светът е в теб.

Единствената причина камъните да са твърди, е в това, че мозъкът регистрира множество електрични сигнали като докосване; единствената причина слънцето да грее, е, че мозъкът регистрира други електрични сигнали като зрение. В мозъка ми няма слънчева светлина, вътрешността му остава тъмна като пещера, независимо колко светло е навън.

След като казах, че целият свят е създаден в мен, аз изведнъж осъзнавам, че вие можете да кажете същото. Вие ли сте в моя сън или аз във вашия - или всички ние сме уловени в някакво странно съчетание от личните ни версии за събитията? За мен това не е проблем, а самото сърце на духовността. Всеки е творец. Мистерията как всички тези индивидуални гледни точки се смесват, така че вашият и моят свят да си хармонират, е онова, което кара хората да търсят духовни отговори. Защото няма съмнение, че реалността е изпълнена с конфликти, но и с хармония. Освобождаващо е да осъзнаем, че като творци ние генерираме всеки аспект от своите преживявания, бил той добър или лош. По такъв начин всеки от нас е център на Творението.

Никога хората са приемали тези идеи за съвсем естествени. Преди столетия доктрината за единната реалност заемала централно място в духовния живот. Религиите, хората и традициите се различавали много, но съществувало всеобщо съгласие, че светът е безкрайно творение, проникнато от един разум, от един творчески план. Монотеизмът наричал тази единна реалност Бог; Индия - Брахман, Китай - Тао. Но независимо под какво име, всеки човек съществувал в този безкраен разум и каквото и да сме правили сами, то е било част от големия план на Творението. Не е нужно човек да бъде духовен търсач, за да открие единната реалност. Животът на всеки от нас е в нея. Творецът е еднакво просмукан във всяка частица от Творението и една и съща божествена искра е пробудила живота във всичките му форми.

Днес ние бихме нарекли този възглед мистичен, защото той се занимава с невидими неща. Но ако нашите прадеди бяха имали достъп до микроскопи, нямаше ли да открият конкретно доказателство за своя мистицизъм в начина, по който се държат клетките? Вярата в една всеобхватна реалност поставя всекиго в центъра на съществуването. Мистичният символ за това бил кръг с точка в средата, символизиращ, че всеки индивид (точката) е тайно безкраен (кръга). Също като малката клетка, която точицата ДНК свързва с милиарди години еволюция.

Но дали идеята за една реалност изобщо е мистична? Когато е зима, през прозореца си обикновено мога да видя поне една какавида, увиснала на някое клонче. В нея гъсеницата се е превърнала в ларва, която напролет ще се появи под формата на пеперуда. Всички ние

познаваме тази метаморфоза, наблюдавали сме я като деца (или сме чели "Прегладнялата гъсеница" от Ерик Карл). Но какво става в невидимата вътрешност на какавидата, си остава голяма загадка. Органите и тъканите на гъсеницата преминават в аморфно, подобно на супа състояние, само за да се възстановят отново като тяло на пеперуда, което изобщо не прилича на това на гъсеницата.

Науката няма представа защо еволюцията е създала метаморфозата. Почти невъзможно е да си представим, че насекомите са стигнали случайно до нея - химичната сложност на превръщането в пеперуда е невероятна; хиляди етапи се свързват прецизно помежду си (все едно да оставите велосипед за поправка и когато се върнете, той да се е превърнал в самолет).

Но ние имаме някаква представа как е свързана тази крехка верига от събития. Два хормона, хормонът на младостта и екдисонът, регулират процеса, който за невъоръженото око превръща гъсеницата в супа. Тези два хормона се грижат клетките да преминат от ларва към пеперуда, знаейт какво правят и как ще се променят. Те казват на някои клетки да умрат; на други да се асимилират, а на трети да се превърнат в очи, пипалца и криле. Това изисква деликатен (и удивителен) ритъм, който трябва да остане в прецизен баланс между съзидание и унищожение. Оказва се, че този ритъм зависи от продължителността на деня, която на свой ред зависи от въртенето на земята около слънцето. С други думи, милиони години космически ритъм е тясно свързан с раждането на пеперудите.

Науката се концентрира върху молекулите, но това е поразителен пример за разум в действие, който използва молекулите като средство за осъществяване на своите цели. Целта в този случай е да се създаде ново същество, без да се губят старите съставки. (И ако съществува само една реалност, не можем да кажем като науката, че продължителността на деня заставя хормоните на какавидата да започнат метаморфозата ѝ в пеперуда. Продължителността на деня и хормоните идват от един и същ творчески източник, изграждат една реалност. Този източник използва космически ритми или молекули, както намери за добре. Продължителността на деня не заставя хормоните да се променят повече, отколкото хормоните заставят деня да нараства - и двете са свързани със скрит разум, който ги създава едновременно. В съня или на картина едно момче може да удря бейзболната топка, но бащата му не я кара да полети във въздуха. Целият сън или картина са непрекъснати.

Ето и друг пример. Две вещества, наречени актин и миозин са се появили преди цяла вечност, за да позволят на мускулите в крилата на насекомите да се свиват и отпускат. Така насекомите се научили да летят. Когато една от тези две молекули липсва, крила ще пораснат, но те не могат да махат и на практика се оказват ненужни. Днес същите два протеина са отговорни за биенето на човешкото сърце и когато единият отсъства, сърцето бие слабо и безрезултатно, което в крайна сметка води до сърдечен удар.

И отново науката се чуди на начина, по който молекулите са се адаптирали в течение на милиони години, но няма ли тук някаква по-дълбока цел? В сърцата си усещаме желание да летим, да се освободим от ограниченията. Не е ли това същият импулс, който природата е проявила, когато насекомите са започнали да летят? Пролактинът, който генерира мляко в гърдата на майката, не е по-различен от пролактина, който изпраща съомгата срещу течението, за да създаде поколение и ѝ позволява да премине от солена в сладка вода. Инсулинът в кравата е същият, както този в амебата; и двата служат за обмяната на въглехидратните, макар кравата да е милиони пъти по-сложно устроена от амебата. Оказва се, че да вярваш в една реалност, в която всичко е свързано помежду си, изобщо не е мистично.

Как тогава е отпаднала вярата в единната реалност? Имало друга алтернатива, която също поставя всеки човек в центъра на неговия свят. Но вместо да е включен в него, той се чувства сам и изоставен, подтикван от лични желания, а не от всеобщата жизнена сила или общуването чрез душата. Това е изборът, който наричаме егото, макар да го назовават и с други имена, като преследване на удоволствия, кармично обвързване и (ако използваме религиозни термини) прогонване от рая. Той така плътно се е просмукал в нашата култура, че да следваш егото си, вече не се смята за избор. Ние всички сме обучени старателно още от детството си да мислим за Аз, мен и моето. Конкуренцията ни учи, че трябва да се борим за онова, което искаме.

Заплахата от егото на другите, които се чувстват също така изолирани и сами като нас, винаги присъства - нашите желания може да бъдат осуетени, ако някой ни изпревари.

Аз не отричам егото. Подобно отричане е все едно да търсим престъпника, чиито действия пречат на хората да открият щастието - което е основната причина хората да страдат - и защо никога не могат да открият истинското си аз, Бог или душата. Учат ни, че егото ни обвързва с постоянните си желания, със своята алчност, егоизъм и несигурност. Това е разпространен възглед, но погрешен, защото ако захвърлим егото в мрака, ако го направим свой враг, това предизвиква още по-голямо разделяне и обособяване. Ако съществува само една реалност, тя трябва да включва всичко. Егото не може да бъде изхвърлено от нея, нито пък желанието.

Изборът да живееш отделно - избор, който никоя клетка не прави, освен ако не стане ракова - е довел до възникването на определено течение в митологията. Всяка култура разказва легендата за златната ера, съществувала в неопределеното минало. Тази история за изгубеното съвършенство унижава човешките същества, а не ги издига. Хората си казват, че човешката раса трябва да е дефектна по рождение, че всички носят белезите на греха, че Бог е отблъснал своите някога невинни деца. Митът има силата да превърне избора в предопределение. Разделянето е заживяло собствен живот, но няма възможността за единната реалност някога е изчезвала?

За да се върнем към единната реалност, трябва да приемем, че светът е в нас. Това е духовна тайна, основана на природата на мозъка, който прекарва всеки миг в създаване на света. Когато най-добрият ви приятел ви се обади по телефона от Тибет, вие приемате за даденост, че той е надалеч, но звукът на гласа му предизвиква определено усещане в мозъка ви. Ако приятелят ви се появи на вратата, гласът му не звучи по-отблизо. Той отново е усещане в същата част на мозъка ви и ще остане там и след като приятелят ви си тръгне - вие го помните. Когато търсите някоя звезда, тя също ви изглежда далечна, но съществува като усещане в друга част на мозъка ви. Така че звездата е у вас. Същото става и когато опитвате портокал, докосвате кадифе или слушате Моцарт - всички възможни преживявания се създават у самите вас.

В този момент основаният на егото живот е изключително убедителен, затова нито болките, нито страданията карат хората да се откажат от него. Болката не показва решението. Дебатът как да се сложи край на войните се оказва напълно безполезен, защото в мига, в който се възприема като отделен индивид, аз се изправям срещу "тях" - останалите безброй индивиди, които искат същото като мен.

Насилието се гради на противопоставянето "ние срещу тях". "Те" никога не изчезват и не се предават. Те винаги ще се бият, за да защитят своя интерес в света. Докато аз и вие имаме различни интереси, цикълът на насилието ще остане постоянен. Зловещите му резултати могат да се открият и в тялото. В здравето тяло всяка клетка се разпознава във всяка друга клетка. Когато това усещане изчезне и някои клетки станат "другите", тялото напада само себе си. Това състояние е известно като автоимунно заболяване, за което ревматоидният артрит и кожната туберкулоза са ужасяващи примери. Насилието на Аз срещу самия него се основава изцяло на погрешна идея и макар медицината да може да облекчи до някаква степен разкъсаното от война тяло, нищо не може да се излекува, без да се коригира погрешната идея.

Да решим сериозно да сложим край на насилието, означава да се откажем от личния си дял от света, веднъж и завинаги. Само това ще изкорени насилието. Това заключение може да ви се стори шокиращо. Моменталната реакция е да кажем: "Но аз съм моя личен дял от света." За щастие това не е така. Светът е във вас, а не обратното. Това е имал предвид Христос, когато е учел, че човек първо трябва да влезе в Божието царство, а после да се тревожи за мирските дела, ако изобщо е нужно. Бог притежава всичко, защото е създал всичко. Ако аз и вие създаваме всяко възприятие, което приемаме за реалност, ни е позволено да притежаваме и собственото си творение.

Възприятието е светът; светът е възприятие.

В тази ключова идея драмата "ние срещу тях" се срива. Ние всички участваме в единствения проект, който има някакво значение: създаването на реалността. Да защитаваме нещо външно - пари, собственост, вещи или положение - има смисъл само ако то е от основно значение. Но материалният свят е следствие. Нищо в него не е от жизнена важност. Единственото лично, което си струва да притежаваме, е способността да творим свободно, с пълно съзнание как се осъществява създаването на реалност.

Съчуствам на онези, които са изследвали егото си и са го намерили за толкова отблъскващо, че искат да се спасят от егото. Но в крайна сметка атаката срещу егото е замаскирана атака срещу самия себе си. Унищожаването на егото няма да послужи за нищо, дори ако може да бъде постигнато. Важно е да запазим непокътнат целия си творчески апарат. Когато разкъсате неговите грозни, несигурни и насилнически мечти, егото вече не е грозно, несигурно и агресивно. То заема естественото си място като част от мистерията.

Единната реалност вече ни разкри една голяма тайна: Да бъдеш творец, е по-важно от целия свят. Струва си да спрем за момент, за да осъзнаем това. Всъщност то е страшно! От всички идеи, които могат да променят живота на един човек, тази вероятно е най-освобождаващата. Но за да я изживеем напълно, за да бъдем истински създатели, трябва да премахнем много условности. Никой не помни да са му казвали, че трябва да вярва в материалния свят. И все пак по някакъв начин сме се научили да възприемаме себе си като ограничени същества. Външният свят може да бъде много по-силен. Той диктува развитието на нещата, а не вие. Пръв е светът, вие сте чак на второ място.

Външният свят никога няма да ви даде духовни отговори, докато не приемете новата си роля като създател на реалността. Отначало това е странно усещане, но вече виждаме как новият набор от убеждения си идва на мястото:

Всичко, което преживявам, отразява самия мен. Затова не е нужно да се опитвам да бягам. Няма къде да избягам и докато се приемам за творец на своята реалност, не бих искал да избягам, дори да можех.

Животът ми е част от живота на всички останали. Моята връзка с всички живи същества не допуска да имам врагове. Не изпитвам нужда да се противопоставям, да се съпротивявам, да завладявам или да унищожявам.

Нямам нужда да контролирам никого и нищо. Мога да предизвикам промяна, трансформирайки единственото нещо, над което някога съм имал контрол, а това съм аз.

КАК ДА ПРОМЕНИТЕ СВОЯТА РЕАЛНОСТ, ЗА ДА СЕ СДОБИЕТЕ С ВТОРАТА ТАЙНА

За да усвоите наистина втората тайна, започнете да мислите за себе си като за съвместен създател на всичко, което ви се случва. Направете следното просто упражнение. Седнете някъде и се огледайте. Когато погледът ви попадне на стол, картина или цвета на стаята ви, си кажете: "Това символизира мен. Онова - също." Съзнателно огледайте всичко и се запитайте:

Ред или безредие виждам?

Осъзнавам ли своята уникалност?

Отчитам ли как се чувствам в действителност?

Знам ли какво искам в действителност?

Някои от предметите в обкръжението ви ще ви дадат веднага отговор на тези въпроси, а други - не. Светлият, боядисан в приятни тонове апартамент, открит за светлината, говори за съвсем различно състояние на ума от тъмната гарсоньера в мрачни тонове. Разхвърляното бюро с купчина документи може да означава доста неща: вътрешно присъща липса на ред, страх от

посрещане на задълженията, поемане на твърде много отговорности, пренебрегване на установените норми подробности и т.н. Тази противоречивост се получава, защото всеки от нас показва и същевременно крие кой е. През част от времето вие показвате кои сте, друг път се откъсвате от истинските си чувства, отричате ги или намирате "вратички", които изглеждат приемливи за обществото. Ако сте си купили канапе само защото е било евтино и сте решили да го поукрасите сами; ако цветът на стената е бял, защото не ви интересува какъв цвят ще гледате; ако се боите да изхвърлите някоя картина, защото роднините ви са ви я подарили, всичко това означава, че имате нужда от още ориентири, за да разберете как се чувствате. Без да се задълбочаваме в подробности, възможно е да огледаме нечие лично пространство и доста точно да преценим дали този човек е удовлетворен или не от живота, дали има силно или слабо развито чувство за лична идентичност, дали е конформист или свободомислещ, дали цени реда повече от хаоса, дали е оптимист, или е отчаян.

Сега преминете към социалното си обкръжение. Когато сте със семейството или приятелите си, питате ли се какво става. Запитайте се:

Изпитвам ли щастие?

Кара ли ме общуването с тези хора да се чувствам добре?

Усещам ли умора?

Това обичайна рутина ли е, или тези хора наистина си подходяме?

Както и да отговорите на тези въпроси, вие оценявате своя свят и онова, което става във вас. Други хора във вашето обкръжение са огледала. Пуснете си вечерните новини и вместо да ги гледате като че ли събитията се случват "някъде далеч", приемоте ги лично. Запитайте се:

Безопасен или опасен е светът, който виждам?

Усещам ли страха и ужаса от нещастията или просто ми е интересно и си убивам времето?

Когато новините са лоши, още ли гледам, за да видя какво ще стане?

Коя част от мен символизира това предаване? Частта, която създава проблем след проблем, или онази, която иска да намери отговор на нещо?

Упражнението развива нов вид съзнание. Вие започвате да побеждавате навика да се гледате като изолирана, отделна единица - и у вас проблясва мисълта, че всъщност целият свят е във вас.