Фундаментальная истина и реальность восприятия: «Трудная проблема сознания» и решения — Дипак Чопра

Дипак Чопра: Это большое удовольствие — участвовать с вами в этой замечательной конференции. Поскольку эта конференция называется «Конференция Просветление», я решил, что просто сконцентрируюсь на вопросе «Что такое Просветление?», с моей точки зрения, и «Зачем это вообще нужно?» (почему это важно). Я изучал работы Кена Уилбера в течение многих лет, и восхищаюсь его попытке (успешной!) интегрировать все аспекты нашего жизненного опыта. А сейчас я хочу отметить несколько характерных моментов того, что же такое «просветление», и почему это вообще важно (если важно). В традициях мудрости «просветление» означает найти вашу истинную идентичность. На меня очень повлияла традиция Веданты, не только Махариши Махеш Йоги, но и Кришнамурти, который не использовал ни термин «Веданта», ни, возможно, читал что-либо из ведантической литературы; однако его инсайты однозначно указывали на недвойственный монизм и неразличающее сознание как основу всего существования. Мало кто понимает его знаменитые слова, «Наблюдатель есть наблюдаемое».

Давайте поговорим о том, «зачем это вообще нужно», и затем попытаемся понять, что же такое просветление с перспективы монистических недвойственных традиций. В основном — Веданты, но и у Кашмирского Шиваизма тоже очень интересная история. Он стал популярным в Индии благодаря работе святых 12-13 вв., таких, как Шем Раджа. Если мы посмотрим на причины человеческого страдания, как они понимаются в Веданте и вообще в традиции индуизма, они называются 5 Клеш (это санскритское обозначение «человеческого страдания»). Страдание всеохватно, и зачастую выглядит случайным. Животные страдают тоже, но у человеческого страдания много составных частей. Оно не только физическое. Оно экзистенциальное; у него есть ментальные и эмоциональные компоненты.

Вот эти 5 Клеш (клеша означает «причина» на санскрите):

1. Незнание нашей истинной природы.
2. Привязанность к непостоянному.
3. Страх непостоянного.
4. Идентификация с социально навязанной эго-галлюцинацией, «образом себя», вместо Самости.

5. Страх смерти. В отличие от других животных, мы осознаем, что смерть всегда «крадется за нами», и что каждый момент приближает нас к смерти — и конечно, мы не хотим умирать.

Вот эти 5 Клеш, как они определяются в Веданте. Древние мудрецы-риши рассказали нам, что все эти клеши связаны с первой — незнанием своей истинной природы. И поэтому рецепт избавления от страдания, включая все 5 клеш (содержащихся в первой), это просветление. Найти, кто вы на самом деле.

Если вы внимательно слушаете, вы, возможно, увидели некоторое сходство с учением буддизма, который, по моему, пришел позже. Если очень просто, то это Четыре Благородные Истины: есть страдание, есть причины страдания, есть путь избавления от страданий, и это Восьмеричный Путь к просветлению. Очень похоже. Восьмеричный Путь включает в себя правильное воззрение, правильное действие, правильную речь, правильную жизнь. Под «правильным», предположительно, понимается наиболее эволюционное. Так что буддизм осознает эти связи. Но я буду больше говорить о ведических идеях и Кашмирском Шиваизме, т.к. они отзываются во мне больше. Я полагаю, что буддизм — это их несколько облегченная версия. И я, наверное, понимаю ведическую перспективу более научно, поскольку это было всегда направлением моих исследований.

Мы говорим о незнании нашей истинной природы, или природы всего, поскольку наша идентификация также связана с природой объектов восприятия, и связана с глубоким пониманием природы Вселенной.

И первый шаг — это осознание, что в мире нет ни структур, ни объектов как таковых, и что всё, что мы считаем объектами, в действительности является действием в природе, в космосе. Существительных не существует. Есть только глаголы. Существительные — это договоренности в языке, но они не описывают реальность. Всё, что мы считаем «структурой», на самом деле является «действием».

Если вы посмотрите на своё тело, оно кажется структурой. Но, разумеется, это действие. У вас сейчас совсем другое тело, чем в детстве, или в подростковом возрасте, или даже вчера. В течение всего лишь одного года, 98% атомов в вашем теле заменяются. Ваш желудок обновляется каждые 5 дней, ваша кожа обновляется каждый месяц, ваш скелет обновляется каждые 3 месяца, и к концу года у вас заменилось 98% атомов. Даже ваша ДНК, в которой содержатся воспоминания о

миллионах лет эволюции, то, из чего она состоит, обновляется каждые 6 недель, как мигрирующие птицы. Это интересный процесс, поскольку, во многих аспектах, ваш геном повторяет всю эволюцию. На 65% вы геномом похожи на банан, на более 80% похожи на мышь, на 98% похожи на шимпанзе. Так что ДНК — это больше память и «действие», чем «структура». Как и всё в вашем теле. В общем, мы — «обновляемая звездная пыль», ведь углерод, водород, кислород и азот были созданы в «звездной печи» и суперновах и умирающих красных гигантах, и часть этого находится в ваших телах. И кислород, который поднимается к вам в мозг, чтобы вы могли слушать мою речь, пришел со звезд. Как и всё остальное. Вы являетесь обновляемой вселенной в физическом теле — звездная пыль, в прямом смысле слова — которая стала осознавать себя. Единовременное соединение пространства, времени и сознания. Их слияние, являющееся вечно-изменяющимся действием. В этом нет ничего фиксированного. И это же свойственно и нашему уму. По словам Даниеля Сигеля, которым я очень восхищаюсь, ум это «процесс, одновременно воплощенный и реляционный, который регулирует поток энергии и информации».

Так что сейчас, когда я говорю с вами, я передаю вам свои мысли. В результате, определенные нейронные сети сейчас «выстреливают» в вашем мозгу, а прочие — «не выстреливают», в зависимости от содержания этого разговора. Если содержание интеллектуальное и рефлексивное, то задействуется ваш префронтальный кортекс. Другие части мозга остаются относительно пассивными. Если бы этот разговор был эмоциональным, мы бы увидели основную активность в лимбической части мозга, которая регулирует такие вещи как гормоны и само-регуляцию и т.п. И если бы этот разговор был угрожающим, то активировался бы ваш рептильный мозг, и вы бы, вероятно, вывалились из этого разговора и убежали бы куда-нибудь.

Могли бы прямо сейчас. В результате моих мыслей, я запускаю нейронную активность в вашем мозгу. И это требует большой активности. Это требует активности определенных генов, которые включаются, чтобы произвести протеины, а это требует создания других химических соединений. Активность вашего мозга изменяется. Активность ваших генов изменяется. И в результате всего этого, активируются определенные нейронные сети, и во всём теле всё меняется.

А где находится ум? Он реляционный, он воплощенный, и сейчас мы даже используем технологии и кибер-пространство для создания «глобального мозга», в

прямом смысле слова, в котором синаптические сети невидимы, но реальны, и производят сходные биологические изменения, которые производятся и другими синаптическими сетями и их активацией. Так что если кто-то говорит: «Я тебя люблю», и вы влюблены в этого человека, то вы начинаете вырабатывать окситоцин, допамин, серотонин и опиаты, благодаря которым вы хорошо себя чувствуете; ваше тело запускает процесс выделения иммуномодуляторов и многие другие биологические функции. Но если человек говорит вам: «Я тебя люблю», а вы как раз собираетесь с ним развестись, и не хотите быть с ним в отношениях, то те же самые три слова могут быть причиной выделения адреналина и кортизола, а ведь в словах ничего не поменялось! Те же самые слова, «я тебя люблю», но в одном случае они создают ощущение угрозы, а в другом — ощущение связи, и эти ощущения завязаны на смысл. Не существует механической системы, которая могла бы обрабатывать смысл. Так что это всё довольно-таки таинственно. Вибрации в атмосфере — те же, электричество в мозгу — то же, а биологическая реакция абсолютно разная.

В любом случае, ум не локализован. Он воплощен через нас, не только в мозгу, но и во всех клетках тела, и он реляционен; и теперь еще с социальными сетями, телеконференциями, Твиттером и Фэйсбуком, ум становится всё более охватным в его способности изменять поток информации и энергии. Другими словами, мы не можем найти конкретное место нахождения ума, также как мы не можем найти и место тела — это всё обновляемся Вселенная, в прямом смысле — звездная пыль.

И это приводит нас к гораздо более глубокому уровню понимания того, что же, на самом деле, происходит. Что делает что? В мировоззрении Веданты и Кашмирского Шиваизма, когда мы опускаемся на самый базовый уровень механики восприятия, мы начинаем видеть, что между «опытом восприятия» и «фундаментальной истиной» существует разница. «Опыт восприятия» это тот опыт, который я имею прямо сейчас. Я сижу в кресле за своим рабочим столом в моем офисе в Сан-Диего, в Калифорнии. Я смотрю из окна, говорю с вами, вижу дерево снаружи, вижу здание. И я вижу прекрасное голубое небо. И я начинаю понимаю, что ничего из этого не является тем, что оно есть на самом деле. То, что я вижу, это не то, что Есть. То, что я воспринимаю, это не то, что Есть. Это скорее описание меня и моей нервной системы, чем то, что там, снаружи.

Есть множество историй, описывающих это понимание, но давайте пройдемся коротко. Например, красивая история о Будде, который вышел из пещеры 2500 лет назад, и всё, что он делает — просто держит цветок. Он ничего не говорит. Тогда,

его ученик Ананда улыбается, и молча уходит. Никто ничего не понимает, все смотрят на Ананду. Они говорят ему: «Что ты такое увидел? Похоже, ты увидел что-то, чего мы не увидели. Всё, что мы видели, это цветок в его ладони». И Ананда отвечает: «Я увидел цветок, но я также увидел и радугу, и сияние солнца, и землю, и воду, и ветер, и воздух. Я увидел бесконечность. И я увидел, что вся Вселенная действовала, и она только остановилась на мгновение, чтобы сделать вид, что она — цветок».

Другими словами, мы воспринимаем через наши органы чувств только «моментальные снимки» нашей активности. Так же, как вы не смогли бы себя спутать со своим фото, мы не должны путать то, что мы видим, с тем, что есть.

Восприятие, таким образом, это «моментальный снимок», событие времени-пространства в нашем сознании. Но, разумеется, мы воспринимаем объекты как реальность. И поэтому, мы создали науку, и наука основывается на разделении субъекта и объекта. Я — сознательный наблюдатель, и я наблюдаю объекты моего восприятия, и они реальны.

Конечно, это привело к многочисленным спорам. Также, это привело к сложностям, например, в нейронауке. И это запутало многих философов. Это называется «трудной проблемой», поскольку она кажется неразрешимой.

Когда я смотрю на зеленое дерево за моим окном, колышащееся на ветру, всё, что в реальности происходит, это бесцветные фотоны, попадающие мне в глаза и запускающие электрохимические реакции в сетчатке. Само по себе фотоны не содержат зеленого. Они бесцветны и невесомы. Затем электрический ток доходит до моего мозга, и там тоже нет зеленого. Я могу идентифицировать электрохимические реакции, и в них нет никакого зеленого, но я воспринимаю зеленый! Так где же он находится? Вот это и называется «трудной проблемой сознания».

Каким образом восприятие фотонов, или электронов, или вибрации атмосферы, которое в любом случае результируют в мозге и его электрохимии, создает опытное восприятие того, что мы называем звуком, касанием, зрением, вкусом и запахом? Можно бесконечно спорить по этому поводу, но в науке сейчас нет модели, объясняющей восприятие. Нет даже такой модели, которая бы предложила теоретическое объяснение того, как мы воспринимаем мир. Нет модели того, как мы переживаем мысль, или ощущения, или чувства, или образы. Нет модели, которая бы объясняла интуицию, или инсайт, или воображение, или креативность. Нет вообще. Если вы верите в научный метод, то вы должны просто поднять руки

вверх, и сказать, ну, прямо сейчас это нерешаемо. Мы называем это «трудной проблемой», но в будущем, возможно, мы найдем решение.

Я разговаривал со многими учеными-когнитивистами, учеными восприятия, нейроучеными, и никто из них не имеет представления о том, как мы что-либо переживаем, будь то ментальный опыт, или восприятие вещей, или воображение, или даже как мы что-то помним. Где хранится память на клеточном уровне? Если я спрошу вас что-то простое, вроде того: «Что вы ели вчера за ужином?», вы скажете: «пиццу». Где была эта информация до того, как я вас это спросил? Где находится ваш словарный запас прямо сейчас? Вам доступен словарный запас из нескольких тысяч слов, используемых избирательно. Но где он хранится? И хотя в тот момент, когда вы что-то вспоминаете и используете ваш словарный запас, определенные зоны в мозгу активизируются, поскольку вы актуализируете эти воспоминания, где они существовали до этой актуализации?

Я позвонил своему другу Руди Танци, главу отделения нейронауки и генетики в Гарвардской Медицинской Школе и Общей Больнице Массачуссетса, поскольку он организовывал нейронаучную конференцию, и сказал ему: «Руди, спроси своих коллег-нейроученых, где хранится память на клеточном уровне до того момента, как ты её актуализируешь». Там было около 150 ученых на конференции, и он потом перезвонил и сказал мне, что никто не смог ответить на мой вопрос. Они все сдались и сказали, что не знают. Мы знаем, где мозг активируется, но мы не знаем, как мы храним память и где она существует до того, как используется. Так что, видите, всё, что мы называем «опытом», пока что необъяснимо научным методом, как бы мы не пытались.

Возвращаясь обратно к Веданте и некоторым когнитивным ученым, они говорят, что «трудная проблема» нерешаема, потому что у нас физикалистская модель объяснения всего, включая квантовую физику. И в результате, всё оказывается «физикалистской» онтологией. Мы говорим «волны» и «частицы», и появляется проблема измерения: когда мы измеряем, оказывается частица, но до этого — это вероятностная волна, и мы понятия не имеем, что это значит вообще — вероятностная волна, бозоны, «частицы Бога», или как их там ещё называют. Я спросил Ганс-Петера Дурра, бывшего руководителя Института Макса Планка, студента Гейзенберга: «Что такое частица?» Он сказал: «Её не существует», сказал, что это «случайность». Что такое «случайность»? Он сказал, что это «событие». Это пространственно-временное событие в сознании.

Некоторые физики уходят от вокабуляра физики частиц — волн и частиц, основанном на физической онтологии. Давайте теперь посмотрим на ещё одну онтологию, которая говорит, что всё, что существует, это сознание и его содержимое. И содержимое сознания — не материально.

Если я спрошу вас сейчас вообразить красный цвет, я полагаю, что вы сможете пережить красный цвет, возможно, пламя, или закат. У вас в воображении сейчас происходит визуальный опыт. Нигде в мозгу мы не найдем эту «картинку». Нигде в мозгу мы не найдем картинку, которую вы сейчас видите. Как насчет красного треугольника? Нигде в мозгу вы не найдете красный треугольник. Вы найдете только электрохимическую активность. Этот субъективный опыт на языке современной нейронауки называется «квалия». Лучший способ понять, что такое «квалия» — это свойство сознания. Также как квант — это квант измерения, квалия — это свойство сознания. Все мысли — это квалия. Все чувства — это квалия. Любовь это квалия. Сострадание это квалия. Правда, добро, красота, любые чувства, которые в вас возникают — это квалия. Любое восприятие цвета, звука, формы, текстуры, запаха и вкуса — это квалия. Другими словами, это формы сознания внутри сознания.

У вас есть ощущение, что вы в действительности существуете как отдельная сущность в тот момент, когда я говорю с вами, поскольку есть тот, кто слушает. Я говорю: «Я существую, и есть кто-то внутри меня», и если вы посмотрите внутрь моего тела и будете искать эту так называемую сущность, которую мы зовём «душой», вы ничего не найдете, поскольку, похоже, её там нет. Если вы не можете её найти, её там нет. Тем не менее, я чувствую, что существую. Я — субъект опыта. Я — наблюдатель в середине всего наблюдаемого, и Кашмирский Шиваизм и Веданта сказали бы, что это всё формы сознания, подмножества в сознании, квалия. И этим является весь опыт. Другими словами, вообще весь опыт, будь то чувства, или мысли, или образы, или ощущения в сознании, даже ощущение «я», и ощущение «ты», и ощущение «Вселенная».

И это возвращает нас обратно к древним, великолепным инсайтам Веданты. Господь Кришна в Бхагавад-Гите сказал Арджуне: «Я поле. Я знающий поле». Другими словами, есть фундаментальная реальность, которая является «полем вероятностей». «Кшетрам» означает на санскрите «поле», и «Кшетра-джнам» означает «знающий поле». Фундаментальная реальность очень отличается от реальности воспринимаемой. Помните, что воспринимаемая реальность зависит от вида жизни, так что она не может быть истиной, поскольку воспринимаемая

реальность кита, или дельфина, или рыбы, или комара, или орла, или летучей мыши, или хамелеона — это всё разная воспринимаемая реальность. Какая из них — настоящая? Глаза хамелеона двигаются в двух разных плоскостях, и вы даже близко не можете представить, как это дерево выглядит для хамелеона. Летучая мышь восприняла бы его как эхо или ультразвук. Змея — как инфракрасное излучение. Какое из этих восприятий — настоящее? Нет такого. Воспринимаемая реальность — это не экзистенциальная, фундаментальная истина, которая «поле». И это «поле» - это поле сознания, и оно взаимодействует само с собой, и переживает себя как множество наблюдателей, множество способов наблюдения, и множество объектов наблюдения — множество вплоть до бесконечности. Это довольно странно и шокирующе, что мы, или то, чем мы себя переживаем, это Вселенная, которая смотрит на себя определенным способом. В нашей нервной системе, мозг — это такая смотровая площадка для Вселенной, переживающей саму себя; одна конкретная смотровая площадка из множества, практически бесконечного числа, разновидностей.

Господь Кришна говорит: «Я поле, и я знающий поле». Йога Васиштха — это одно из наиболее важных учений Веданты, где Господь Рама, инкарнация Бога, приходит к великому Риши Васиштхе, чтобы тот его обучил. Рама — он как Иисус Христос, Бог, воплощенный в человеческой форме. И вот, Рама кланяется в пол и касается ног гуру Васиштхи, согласно традиции, а тот и говорит: «Эй, что ты делаешь? Я просто учитель, просто гуру, а ты Бог, зачем ты касаешься моих ног?», на что Рама говорит: «Я, может, и Бог, но я забыл это, и пришел к тебе, чтобы ты помог мне вспомнить». И великий Васиштха говорит: «окей», и подбрасывает горсть пыли, и луч света, светящий сквозь дыру в крыше, освещает её. Васиштха смотрит на частицы пыли в свете луча и говорит: «Бесконечные миры появляются и исчезают в широком пространстве сознания». И как пыль, танцующая в свете луча, светящем сквозь крышу, Васиштха учит Раму, что множественные вселенные существуют в бесконечном сознании как способы наблюдения. Он говорит, ты есть то — Ахам Брамашми — глубокая реальность Вселенной. Всё остальное — это артефакт восприятия.

Так что просветление — это на самом деле обнаружение себя; нахождение себя за пределами своей воспринимаемой самости, за пределами эго-идентификации, за пределами идентификации с телом и умом, и осознание того, что вы можете выбрать себя в согласии со своей «униформой». Вы на самом деле — Бог в «повозке». И как только вы осознаёте это, 5 клеш начинают растворяться.

Но это не умственное понимание. Это должно быть опытное понимание, потому что ум, конечно, может убедить вас в том, что есть более глубокая, фундаментальная правда, которая отличается от воспринимаемой реальности, ну и что? Это не решает квалию, или страх смерти, или мою ограниченную самость. Я не хочу её терять, потому что я чувствую, что как только я её потеряю, то я, по всем практическим соображениям, прекращу существовать. Как минимум, исчезнет сознавание. Но когда мы понимаем, что сознавание более фундаментально, чем Вселенная, и что есть Вселенная, и что есть сознавание того, что Вселенная есть, и что в этом сознавании заключены все наблюдатели, все способы наблюдения, все объекты наблюдения, и я есть то осознавание, за пределамми всех ярлыков, всех определений, всех ограничений, тогда есть свобода. Эта свобода («мокша» на санскрите) — это конечная цель жизни, опытно найти свободу, которая происходит из знания себя.

Это также и основы Йоги. Санскритское слово «йога» родственно английскому «yoke», ярмо, и отсюда идёт знакомая форма йога-асан, которые являются движениям и позами в йоге. Но в Йога-Сутре Патанджали — восемь направлений, одно из которых — Раджа-Йога — само имеет 8 ответвлений. Раджа — это «Королевская Йога», и восемь направлений — это асана — позы; пранаяма - техники дыхания; пратьяхара — направленность внутрь; дхьяна — медитация; дхарана — однонаправленное намерение и внимание; и самадхи — превосхождение.

Это восемь составных частей — это всё один аспект йоги, называемый Раджа-Йога, потому что это наиболее созерцательная практика, имеющая дело с координацией тела и ума, и с разными техниками медитации.

Но есть еще и Бхакти-Йога, например, которая пробуждает квалии опыта любви, почитания, сострадания, эмпатии, связанности, радости и уравновешенности. Опыты-квалии меняют содержимое сознания внутри сознания.

Затем, есть еще Джняна-Йога, это научное исследование вопроса: «Кто я?». Задавая этот вопрсо, следующий вопрос — кто задает вопрос «Кто я?». и если вы живете с этими вопросами, то в какой-то момент происходит инсайт, что «Кто я?» это Единый в разных одеждах.

Наконец, есть еще Карма-Йога, в которой вы совершаете эволюционные действия на благо всего живого — экосистемы, сети связей, из которой возникает жизнь. На самом деле, нет отдельных сущностей, есть только связи сознания с сознанием.

Так что Йога — это волшебный путь. Я люблю думать о йоге как Йоге Бытия (Раджа-Йога с её восемью составляющими), Йоге Чувства (Бхакти-Йога и все традиции, ищущие просветления через связь и любовь), Йоге Рефлексивной Мысли (Джняна-Йога), и Йоге Действия (Карма-Йога). Думаю, это похоже на правду.

В 18-ти главах Бхагавад-Гиты, Господь Кришна преподаёт Арджуне Йогу на «поле битвы жизни». Многие люди интерпретируют это как реальную битву, в то время как «поле битвы жизни» смотрит на божественное и бесовское в вас, но видит это как игру сознания внутри сознания, и пока вы пойманы в «игре», решения этому нет. Вы должны превзойти противоположности и найти объединение противоположностей в вероятностном поле, которое само-осознающее, и которое и есть вы.

Вот, это и есть моё понимание просветления. Я думаю, это важно, т.к. если бы мы все следовали в этом направлении, мы бы все участвовали бы в эволюционном течении сознания. На очень практическом уровне, мы бы создавали более мирный, справедливый, устойчивый и здоровый мир. Мы бы нашли творческие решения, которые являются решениями духовными на более широком уровне понимания, контекста, связи, смысла. Мы бы отошли от «оконной» ориентации, и увидели бы, что происходит более глубокий диалог в космическом сознании, который мы можем подслушать. И мы бы окончательно нашли нашу истинную природу космических бытийностей на нескончаемом эволюционном пути; нашли бы, что творчество это суть пути, и что нет горизонта — нескончаемый горизонт, потому что добравшись туда, мы увидим, что будет ещё что-то, что будет создано.

Словами Руми:

> Я должен миновать: исчезает все, кроме Бога.
>
> Когда я пожертвую своей ангельской душой,
>
> Я стану тем, о чем не может помыслить разум.

И ещё в другом месте:

Ты не просто капля в океане,

Ты могучий океан в каждой капле.

Так что, мне кажется, просветление — это просто небольшой сдвиг перспективы от бытия «каплей» к «бытию» океаном.

Вопросы и ответы:

Ллойд: Что вы считаете наиболее эффективной техникой или практикой, которая может помочь людям узнать их истинную природу и пережить фундаментальную истину?

Дипак: Бытие, чувствование, рефлексия, думанье, и действие. Некоторые люди более интеллектуальны, чем я. Но если вы осознаны в бытии наблюдателем в середине наблюдения, наблюдение заключено во время, а наблюдатель — вне времени. Так что вы поймете, что даже простое бытие наблюдателем, как вы сейчас меня слушаете, если вы сможете повернуть своё восприятие на того, кто слушает, и почувствуете присутствие слушающего как невовлеченного свидетельствующего сознания, тогда, чем более осознанно вы живете, тем больше доступа у вас будет к вашей истинной природе.

Стивен: Когда я слушал вас, большинство того, что я слышал, было связано с участием в активном восприятии... Дасже медитация на любовь и свет, с образом тела, которое вы любите, даже это естественным образом позволило бы настройке в структуре тела, потому что оно активно (обновляя 98% себя в течение года). И отношения, и субъект-объектный раскол, о котором вы говорили — всё это интересно воспринимать с перспективы участия в активном восприятии. Что вы можете по этому поводу сказать? Хороший ли это способ смотреть на это? Если ли способы поощрять это?

Дипак: Да, вы можете изменить ваше физическое тело через изменения в тонком теле. И ваше тонкое тело — это пространство мыслей, чувств, ощущений, образов. В конечном итоге, ваше тонкое тело — свет. Так что если вы посмотрите на картины, например, Алекса Грея, у него прекрасные картины физического тела, затем тонкого тела, и затем — тела света, которое в эзотерических традициях называется «астральным» телом; это хорошее слово, потому что ваше тело на самом деле пришло из звёзд, и оно создано из света. Так чти вы можете изменять

переживания восприятия вашего тела, и это техники, которые выполняются в «активном опыте восприятия». Всё время есть эта более глубокая штука, реализация того, что любой опыт восприятия — преходящий, иллюзорный, и не соотносящийся с фундаментальной истиной. Фундаментальная истина — другая, она за пределами субъект-объектного раскола, переживающая себя как наблюдателя, наблюдаемое, и процесс наблюдения. В то же время, опыт нашей жизни это опыт восприятия, и похоже, что у нас наилучшие для этого условия. Покуда на более глубоком уровне мы осознаём, что это не «настоящая» реальность. Механизм восприятия в биологических организмах — это эволюционная биологическая функция, где средством было выживание, так что эволюционные механизмы, которые породили опыт восприятия, совершенно не обязательно заточены на предоставление нам инсайта в фундаментальную истину, которая за пределами восприятия.

Берт: По поводу вашего вклада во всё это за долгие годы, как и многие из нас, вы тоже в «бэби-бумер-культуре», где было много лидерства и первопроходства в стольких освободительных движениях — этнических, гендерных, сексуальных, и так далее. Мы всегда были «поколением молодёжи». Нас справедливо называли «поглощенными собой». Когда я думаю про клеши, довольно нарциссично, но т.к. мы стареем и приближаемся к смерти, то я всё яснее и яснее начинаю задаваться вопросом, есть ли в нас запал на ещё одно освободительное движение в качестве некой «лебединой песни». Как вы полагаете, мы на пути к созданию «культуры мудрости»?

Дипак: Надеюсь… Но прямо сейчас наш политический климат, и тот факт, что мы абсолютно не осознаём последствий изменения климата, или глубоких экономических проблем, или социальной несправедливости, существующей в мире — ну, мы всё ещё очень «поглощены собой». Мне сейчас около 65. Я много думаю о смерти, и я начинаю, опытно, хотеть умереть каждый момент в то, что не существует, во всё, что уже произошло. Это присутствует в моём воображении. И я начинаю видеть смерть как творческий ответ Вселенной на необходимость самообновления. Мы есть То. Жизнь и смерть — это пространственно-временные явления. На деле, без смерти мы бы все жили в музее, окаменелые, и это была бы окаменевшая Вселенная. Но когда осознаёшь, что нам всем отпущен «смертный приговор», и единственные неизвестные — это срок отсрочки и способ экзекуции, то начинаешь умирать к смерти каждый день. Это важно. Если нам когда-нибудь и предстоит добраться до этой культуры мудрости, мы будем учить этому своих детей. Но мне кажется, нам ещё далеко.

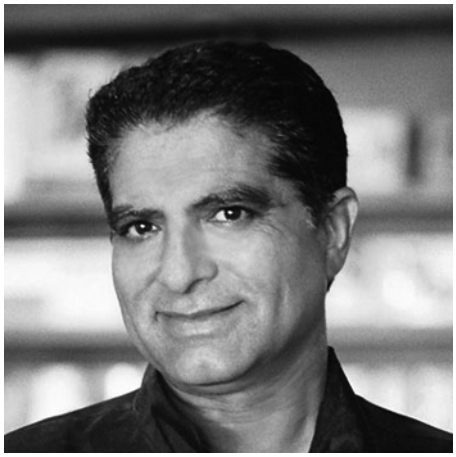
Берт: Я полагаю, вы будете больше говорить об этом, всё более сонастраиваясь с этим, и проводя в этом столь большое время?

Дипак: Да, однозначно.

Берт: Спасибо большое, и низкий вам поклон.

Дипак: Спасибо всем. Я очень благодарен вам за развертывание этой беседы. До свидания, и храни вас Господь.

Дипак Чопра



Дипак Чопра, M.D., автор более 65 книг, включая многочисленные бестселлеры Нью-Йорк Таймс. Он получил медицинское образование в области внутренней медицины и эндокринологии, и он является членом Американского Колледжа Терапевтов, членом Американской Ассоциации Клинических Эндокринологов, и адъюнкт-профессором исполнительных программ на факультете менеджмента Келлог Северо-Западного Университета. Он также является выдающимся исполнительным ученым Бизнес-школы Колумбии, Университета Колумбия, и старшим ученым организации Галлуп. Более 10 лет он участвует в качестве лектора в Новостях Внутренней Медицины, ежегодной конференции, собираемой отделением повышения квалификации медицинского факультета Гарварда, и отделением медицины Медицинского Центра Бет Исраел Диаконес.