

Тимоти Лири, Ральф Мецнер, Ричард Альперт.

Практика приема психоделиков.

Оглавление

1. Введение.....	3
Аксиомы и постулаты.....	4
2. Тибетская Книга Мертвых.....	5
Первое Бардо: период потери эго или неигрового экстаза. (Чикай Бардо).....	5
Часть 1. Первичный Ясный Свет, Видимый В Момент Потери Эго.	5
Часть 2. Вторичный Чистый Свет, Видимый Сразу После Потери Эго.	6
Второе Бардо: период галлюцинаций (Чонид Бардо).	8
Введение.	8
Разъяснения по Второму Бардо.	9
Мирные видения.....	9
Видение 1: Источник.....	9
Видение 2. Внутреннее течение архетипов.	10
Видение 3. Внутреннее течение архетипов.	10
Видение 4: Волново-Вибрационная структура внешних форм.	11
Видение 5: Вибрации Волн внешнего единства.	11
Видение 6: Сетчатка или Ретинальный Цирк.....	12
Видение 7. "Магический театр".....	12
Кошмары Второго Бардо.	12
Третье Бардо: Период Возвращения. (Сидпа-Бардо).	13
Введение.	13
1. Общее описание Третьего Бардо.	13
2. Видения перерождения.....	14
3. Всеопределяющее влияние Мысли.	14
4. Видения Суда.....	15
5. Сексуальные видения.	15
6. Методы задержки перерождения.	16
7. Методы выбора пост-эго.	16
Общее заключение.	16
3. Некоторые технические замечания о психоделической сессии.	17
1. Пользование руководством.	17
2. Планирование сессии.....	17
3. Средства и дозировка.	17
4. Гид.....	18
5. Состав группы.	18
4. Инструкции для использования во время сессии.	19
Инструкции Первого Бардо.	19
Предварительные инструкции Второго Бардо.	19
Инструкции к Видению 1: источник.	20
Инструкции к симптомам.....	20
Инструкции к Видению 2.	20
Инструкции для Видения 3.....	21
Инструкции к Видению 4.	21
Инструкции к Видению 5.	21

Инструкции к Ретинальному Цирку.	21
Инструкции к Видению 7: Магическому театру.	21
Инструкции к кошмарам.	22
Третье Бардо: Предварительные инструкции.	22
Инструкции к видениям перерождения.	23
Всеопределяющее влияние мысли.	23
Инструкции для видений суда.	23
Инструкции к сексуальным видениям.	23

Источник: Hippy.talks

Эта версия ТИБЕТСКОЙ КНИГИ МЕРТВЫХ посвящается Олдосу Хаксли (Июль 26, 1894 — Ноябрь 22, 1963) с глубоким уважением и благодарностью.

Тимоти Лири, доктор философии

Ральф Мецнер, доктор философии

Ричард Альперт, доктор философии

Авторы принимали участие в программе по экспериментам с ЛСД и другими психоделиками в Гарвардском Университете, до сенсационной публикации данных об увлечении наркотиками студентов университета, приведшей к сворачиванию всей программы. После этого авторы продолжали эксперименты уже без покровительства научных кругов.

"Если вы неверно начали", — отвечал я на вопрос исследователя, — "все, что случится, будет лишь доказательством заговора против тебя. Все это будет самоутверждаемым. Вы не сможете сделать и вдоха без сознания того, что это часть сценария".

"Итак, ты считаешь, что тебе известно, где начинается безумие?"

Мой ответ был искренним и убедительным:

"Да!"

"И вы не способны остановить его?"

"Нет, не могу. Если вы начнете со страха и ненависти в качестве начальной посылки, вы вынуждены прийти к заключению".

"Можешь ли ты", — спросила моя жена, — "сконцентрироваться на том, что Тибетская Книга Мертвых называет Чистым Светом?"

Я был в сомнениях.

"Удержит ли он зло на расстоянии, сможешь ли ты удержать его?"

Я обдумывал вопрос некоторое время.

"Возможно...", — ответил я наконец. "Возможно и смог бы — но только если нашелся бы кто-нибудь, кто рассказал бы мне о Чистом Свете. Я вряд ли смог сделать это самостоятельно. В этом и заключается смысл Тибетских ритуалов — кто-то постоянно сидит напротив тебя и говорит что есть что".

(Двери Восприятия, 57-58)

1. Введение.

Психоделический опыт — это путешествие в новые сферы сознания. Границы и содержание такого опыта беспредельны, но характерные черты его превосходят границы вербальных концепций, пространства, времени и индивидуальности. Результат — расширение сознания — может быть достигнут различными путями: "потерей чувствительности", упражнениями Йоги, углубленной медитацией, религиозным или эстетическим экстазом, а также самопроизвольно, — не отрицая эффективности параллельных техник, стоит отметить наиболее простой и распространенный путь — употребление психоделических препаратов, таких как ЛСД, псилобицин, мескалин, ДМТ, и т.д. (говоря о распространенности этого пути, заметим, что это — 1964 год, США. Психоделические препараты классифицированы как "экспериментальные", это означает их доступность только "квалифицированным исследователям" — в частности, практикующим психиатрам, чьи исследования поддержаны местными или федеральными органами власти).

Разумеется, сама по себе доза наркотика не ведет к психоделическим открытиям, наркотик срабатывает в роли "химического ключа" — он открывает сознание, освобождает нервную систему от обычных шаблонов и структур. Природа эксперимента целиком зависит от настроения и установок. Под настроением понимается подготовленность человека, включая структуру личности и его настроение в данный момент.

Установки — физические параметры: погода, атмосфера помещения; социальные: чувства участников, сидящих напротив друг друга и культурные: преимущественно, взгляды на то, что считать реальностью. На это, в основном, и направлены всяческие руководства — помочь человеку осознать реальности расширенного сознания, служить дорожной картой по неисследованным землям, ставшим доступными с помощью современной науки.

Разные исследователи — разные карты. Различные методики основаны на различных подходах — научных, эстетических, терапевтических...

Тибетская модель, которой придерживаемся мы, призвана научить человека направлять и контролировать познание таким образом, который ведет к уровню понимания, называемого в различных источниках "освобождением", "просветлением", "благодатью". Если данный манускрипт будет внимательно изучен, и прочитан несколько раз перед тем, как попытки достижения результата будут предприняты, а также если вы нашли достойного человека, который будет напоминать и направлять вас во время эксперимента, ваше сознание освободится от игр, которые образуют "личность" и от позитивных и негативных галлюцинаций, зачастую сопровождающих состояние расширенного сознания. Тибетская Книга Мертвых, на языке оригинала "Бардо Тодол" — что значит "Освобождение путем восприятия посмертных уровней". В книге снова и снова подчеркивается, что для освобождения сознания необходимо воспринимать последовательные инструкции...

Официальное назначение Тибетской Книги Мертвых — описание опыта, впечатлений, испытываемых человеком в момент смерти, в промежуточной фазе длящейся сорок девять (семь раз по семь) дней, и в фазе перерождений в новую телесную форму. Это, однако, эзотерическая сторона книги, призванная скрывать мистическое учение. Язык и символизм смертельных ритуалов Бонизма, традиционной Добуддийской Тибетской религии, были мастерски смешаны с концепциями Буддизма. Эзотерический смысл учения, раскрываемый этим руководством, говорит о том, что смерть, описываемая в Книге Мертвых, имеет отношение не к телу, а к сознанию. Лама Говинда ясно отмечает это в своем вступлении, в частности: "Это книга живущих в той же степени, в которой и умирающих". Эзотерический смысл книги (как, впрочем, и всех эзотерических книг), заключен зачастую между множеством слоев символизма. Книга НЕ была предназначена для широкого читателя, она доступна пониманию только немногих инициализированных лично гуру в мистические доктрины Буддизма, в таинства перерождения и смерти. Эти доктрины оставались под строгой охраной в течении веков, из боязни, что наивное, беспечное их применение принесет непоправимый вред. Перевод древней техники имел в своей основе три шага: Перевод Бардо Тодол на английский, переработка для практического использования и перевод на великий и могучий русский язык. (Возможно, перевод на русский покажется вам сложным для понимания: это плохой знак! Я (переводчик), стремясь сделать как можно более подстрочный перевод, из боязни упустить что-л. из виду, всячески избегал соблазнов де-софистики по вышеизложенным соображениям: слишком много могущества в короткое время погубило множество незрелых умов. С моей точки зрения, понимание техники должно равняться по сложности возможностям по приобретению психоделиков... Продолжим).

Публикуя это практическое руководство по проведению наркотического сеанса, мы нарушаем традиции и вступаем в противоречие с учениями лама-гуру. Однако, этот шаг оправдан тем, что понимание этого руководства не будет достигнуто всяким, к тому же существуют признаки того, что

сами ламы и их диаспора желают сделать свое учение более доступным широкой публике. Следуя Бардо Тодол, мы различаем три фазы психоделического эксперимента. Первый период — Чикай Бардо — полностью превосходящий что бы то ни было — слова, пространство-время, собственную личность. В этой фазе отсутствуют видения, отсутствует осознание собственной личности, мыслей, — только полное чувство осведомленности и экстатической свободы от всех, игровых и биологических вовлечений. Под "играми" понимается поведенческие последовательности, определяемые следующими девятью параметрами:

Роли	Правила	Ритуалы
Цели	Стратегии	Ценности
Язык	Характер положения во времени	Характер передвижения

Любое поведение, не имеющее этих девяти признаков, определяется как неигровое: это включает в себя психологические рефлексы, спонтанную игру и трансцендентную осведомленность.

Следующий длительный период включает собственную или внешнюю игровую реальность (Чонид Бардо) — в обостренной изысканной форме галлюцинаций (кармических видений). Последний период (Сидпа Бардо) характеризуется возвратом к обычной реальности и к себе. Для большинства вторая стадия — наибольшая по протяженности, для посвященных первая стадия длится дольше. Для непосвященных, играющих в "тяжелые игры", тех, кто беспокойно цепляется за свое сознание, за собственное "Я", а также для тех, кто принимает психоделики не в качестве вспомогательного средства, а с целью получения удовольствий (т.н. "колбаса"), битва за возврат к реальности начинается рано и обычно продолжается до конца сеанса.

Слова статичны, тогда как процесс приема наркотиков подобен жидкости и находится в постоянно изменяющемся состоянии. Типичной является ситуация, когда сознание субъекта впадает и выпадает из этих трех ситуаций в темпе быстрых вибраций. Одна из наших целей — научить читателя возвращать превосходство Первого Бардо, и избегать ловушек галлюцинаторных и эго-доминантных игровых шаблонов.

Аксиомы и постулаты.

Ты должен быть готов принять возможность существования пределов понимания, для которых мы пока не имеем слов.

Понимание может распространяться за пределы твоего эго, тебя, всего, что ты знал до этого, за пределы твоих представлений о времени и пространстве, за пределы различий, которые отделяют людей друг от друга и от мира вокруг них, ты должен быть готов принять это.

Помни, что за тысячелетия человеческой истории миллионы совершили это путешествие. Некоторые (которых мы теперь называем мистиками, святыми или буддами) сумели сохранить опыт путешествия и передать его окружающим.

Помни также, что эксперимент безопасен (в худшем случае, ты выйдешь из него таким же, каким вошел), и что все страхи — ненужные продукты твоего сознания. Будет ли твой опыт адом или раем, помни, что это твой мозг — то, что создает его. Избегай погони за одними вещами и бегства от других. Избегай быть вовлеченным в игру во время эксперимента.

Постарайся не потерять веру в свои возможности и миллиард летний жизненный процесс. Отбросив эго, мозг не может действовать неправильно.

Старайся сохранить память о близком человеке, или уважаемом тобой, чье имя может послужить гидом и защитником.

Верь себе, верь своему мозгу, верь своим компаньонам.

Если ты попадешь в сомнения, отключи сознание, расслабься, плыви по течению. После прочтения этого руководства (а оно еще не началось, это пока только введение), подготовленный человек в первый момент попадает в состояние неигрового экстаза и глубоких откровений. Неподготовленный будет выпадать в реальность игр.

Если это произойдет, инструкции Четвертой Части помогут вам поддерживать освобождение.

"Освобождение в этом смысле не обязательно является Освобождением Нирваны, но главным образом освобождение "течения жизни" от вашего эго, способом, который позволит максимально увеличить сознание. Что касается продвинутых людей высоко эффективного сознания, тот же эзотерический процесс ТРАНСФЕРЕНЦИИ (см. "Тибетская Йога и Секретные Доктрины", п.р. В.И. Эванса Уэнтса, Оксфорд, 1958) может быть, согласно учению лам, задействован для поддержания непрерывного потока сознания с момента потери эго до перерождения сознания (8 часов). Из

перевода, сделанного поздним ламой Кази Дава-Самдуп старинного тибетского манускрипта, содержащего практические указания к состоянию потери эго, следует, что способность поддерживать неигровой экстаз на протяжении всего сеанса доступна только людям, тренированным в умственной концентрации, способным к таким вещам, как контроль ментальных функций, позволяющий отключиться от беспокойств окружающего мира".

(Эванс-Уэнтс, стр 86 абз 2).

Данное руководство разбито на четыре части. Первая часть — вводная. Вторая — пошаговые инструкции, основанные непосредственно на Книге Мертвых. Третья часть содержит практические суждения на тему "как подготовиться и управлять психоделическим сеансом". Четвертая часть содержит инструктивные заметки, адаптированные из Бардо Тодол, которые могут быть читаемы путешественнику во время сеанса.

В окончании этой главы мы рассмотрим три комментария к Тибетской Книге Мертвых:

Доктора Эванса-Уэнтса, переводчика и редактора, большого знатока тибетского мистицизма, Карла Юнга, швейцарского психоаналитика и

Ламы Говинды, инициатора одного из тибетских Буддийских Орден.

Безжалостно выкидываю 8 страниц расшаркиваний и перехожу к

2. Тибетская Книга Мертвых.

Первое Бардо: период потери эго или неигрового экстаза. (Чикай Бардо).

Часть 1. Первичный Ясный Свет, Видимый В Момент Потери Эго.

Все, кто усвоил данную практику, в результате сидят лицом друг к другу с экстатическим свечением и получают мгновенное вдохновение или "благодать", без входа в галлюцинаторную стадию борьбы и без дальнейшего страдания в течении долгого жизненного пути нормальной эволюции.

Эта доктрина лежит в основе всей тибетской модели. Вера — первый шаг по "Секретному пути". Затем приходит вдохновение и в итоге, когда цель достигнута, освобождение. Успех требует весьма необычных приготовлений в сознании. Если участник сможет понять и увидеть идею пустого сознания по мере объяснения, — иными словами у него достанет сил умереть сознательно, и в момент потери собственного "Я" ощутить экстаз, который засияет над ним и будет вести его, то все связи игровой реальности разрушатся и он вернется в мир с багажом понимания и просветления.

Лучше всего, если гуру (духовный наставник), от которого вы получаете инструкции, присутствует во время сеанса и руководит вами; если это невозможно, необходим некий надежный человек, надежный в плане того, что он будет давать вам инструкции, не предпринимая попыток вовлечь вас в какие-либо собственные игры. Освобождение, то чего мы пытаемся достигнуть в итоге, является состоянием нервной системы, лишенной ментально-концептуальной активности. ("Достижение Пустоты, Небытия, Бесформия, заключает в себе Буддизм не как учение, а как состояние Совершенного Просветления — состояние божественного сознания Будды. Полезно напомнить, что древние принципы не входят в конфликт с современной физикой". Теоретик физики Джордж Гэмю, опубликовавший свою точку зрения в 1950 году, которая недалеко от феноменологического опыта, описанного Тибетскими Ламами). Первый знак — проблески "Чистого Света Реальности", "безусловное ощущение чистого мистического состояния". Это осознание трансформации энергии без навязанных умственных категорий.

Длительность осознания варьируется от человека к человеку в зависимости от опыта, доверия, чувства безопасности, подготовки и окружения от 30 минут до нескольких часов. В этом состоянии возможно постижение того, что мистики называют "Истинное Откровение".

Важно помнить, что процесс расширения сознания обратен процессу рождения. Рождение — обретение сознания, начало игровой реальности, тогда как процесс потери эго — временное прекращение ее. В обоих случаях — некий пассаж, изменение состояния сознания. И, так же как все дети должны проснуться и изучить природу вещей, так же и человек, расширяющий сознание, должен ощутить себя в новом мире и осознать его реалии.

Для тех, кто находится в тяжелой зависимости от игр своего разума, и тех, кто опасается потерять контроль над реальностью, просветленное состояние будет длиться лишь миг, — время, достаточное, чтобы щелкнуть пальцами. Для других оно продлится на время, достаточное чтобы поест, например.

Если вы подготовлены достаточно, чтобы распознать симптомы потери "Я", вам не нужна помощь со стороны. Если вам не удастся ощутить Чистый Свет, вы, тем не менее, можете ощущать некоторые физические симптомы, к ним относятся:

Повышенное давление, которое в Тибете называют "земля-тонет-в-воде"

Липкий холод, сменяющийся лихорадочным жаром — "вода-в-огне"

Чувство распада тела на атомы, дезинтеграции — "огонь-в-воздух"

Давление в голове и ушах, американцы называют "ракета-в-космос"

Покалывание в конечностях

Чувство тела, расплавляющегося и текущего, как воск

Тошнота

Дрожь, распространяющаяся от таза к торсу

Эти физиологические реакции следует рассматривать как герольдов трансценденции. Не трактуйте их как симптомы болезни, примите их, слейтесь с ними, наслаждайтесь ими и пестуйте их.

Легкая тошнота часто присутствует при приеме "семян утренней славы" или пейота, реже при мескалине и совсем редко при ЛСД и псилобицинах. Симптомы — ментальной природы, разум контролирует эти чувства, смешайтесь с чувствами, ощутите их полностью, насладитесь, и, насладясь, позвольте разуму перейти к следующей фазе. Появление физических симптомов потери эго, своевременно узнанное и правильно понятое, ведет к цели. Если экстатическое состояние не наступает (или если период миролюбивого затишья заканчивается), соответствующая часть инструкций может быть произнесена пониженным тоном на ухо. Полезно повторить инструкции, отдельно и ясно. Другой хороший метод — записать на пленку голос самого участника и включать в подходящие моменты. Это поможет поддерживать состояние, напоминая участнику об его единстве с состоянием совершенного просветления.

Если субъект уже знаком с этим состоянием посредством каких-либо параллельных учений, либо при повторном сеансе, Колесо Перерождений (т.е. игра в игры) останавливается и освобождение немедленно достигается, но такая духовная эффективность настолько редкое явление... Нормальное умственное состояние человека не соответствует возможности задерживаться в области сияния Чистого Света, и обычно вслед за ним следует опускание ниже и ниже в последующие слои Бардо, и в конце — перерождение. Тибетские ламы сравнивают это с балансирующей на кончике иглой, — она остается в равновесии, однако, рано или поздно, закон гравитации (влияние эго или внешние воздействия) берет свое и она падает. Вне области Чистого Света Кармические (игровые) склонности затемняют принципы сознания с мыслями о персоналии, индивидуальности, дуализме. Теряя равновесие, сознание выпадает из Чистого Света, что препятствует достижению Нирваны (т.е. "выпадения из пламени" собственных желаний), и Колесо Жизни продолжает вращаться.

Все, либо некоторые инструкции можно читать человеку, ожидающему, когда наркотик возымеет действие; когда появятся признаки потери эго, мудрый наставник будет хранить молчание.

Часть 2. Вторичный Чистый Свет, Видимый Сразу После Потери Эго.

Предыдущая секция описывает, как распознать Чистый Свет и поддерживать освобождение. Но если становится очевидным, что ждать появления Первичного Чистого Света далее бессмысленно, остается надежда на т.н. фазу Вторичного Чистого Света. Первая вспышка переживаний ведет обычно к мистическому экстазу. Каждая клетка тела испытывает оргастические ощущения.

Полезно описать некоторые феномены, сопровождающие момент потери эго. Один из них: "волновое течение энергии". Испытуемому кажется, что он окружен и является частью поля энергии, почти электрической. Чтобы поддерживать это состояние, опытный экспериментатор расслабит и позволит силам поля протекать сквозь него. Избегайте двух опасностей: попытки контроля и рационализации этого поля. Реакция на эти попытки — потеря Первого Бардо.

Второй феномен, назовем его "биологическое течение жизни", когда человек ощущает все физиологические и биохимические процессы, протекающие в организме. Зачастую они ощущаются как мощные моторы и генераторы, вибрирующие и излучающие энергию. Бесконечный поток

клеточных форм и мигающих цветов. Внутренние процессы можно ощущать как характерные звуки, потрескивания, и т.д. Здесь вам снова надо избавиться от соблазна понять и контролировать эти процессы. С этой целью вы настраиваетесь на области внутренней нервной системы, недоступные обычному восприятию. Вы не можете проникнуть сознанием в молекулярные процессы, которые на миллиарды лет старше концептуального сознания.

Еще одна типичная и наиболее ценная фаза Первого Бардо представляет собой экстатические ощущения движения энергии по позвоночнику. Основание позвоночника как бы расплавляется или воспламеняется, вы чувствуете как бы руки, ласкающие вас глубоко в позвоночнике, это изгибающая сила. При должной концентрации можно заставить этот процесс подняться выше. Адепты Тантр проводят месяцы усердной медитации чтобы освободить эту энергию, которую они называют Кундалини, Змеиной Силой. Подняв энергию через ганглии (чакры) в мозг, они ощущают чувство жжения в верхней части черепа. Эти ощущения довольно приятны для подготовленных и сопровождаются обычно чувствами радости и вдохновения. Плохо подготовленные могут интерпретировать их в терминах патологии и начать пытаться контролировать их, что ведет обычно к неприятным результатам.

Если вы не распознали ни одного феномена Первого Бардо — освобождение от эго потеряно. Человек обнаруживает себя падающим медленно в область умственной деятельности. В этом случае мы рекомендуем напомнить ему инструкции с целью попытки повторного контакта.

Вторая стадия менее интенсивна. Мяч, отскакивающий от пола, совершает движение с максимальной амплитудой при первом ударе, затем она затухает, пока он не остановится. Сила кармы берет верх и познаются различные формы внешней реальности. В итоге сила кармы иссякает, сознание возвращается к "нормальному". Повседневность возвращается и происходит перерождение.

Первоначальный экстаз обычно заканчивается моментальным флэш-бэком в состояние "эго". Это возвращение может быть счастливым или печальным, любовным или подозрительным, страшным и мужественным.

Это явление, моментальный возврат в игровую реальность, сопровождается заботой о собственной личности: "Кто я теперь? Я мертв или нет? Что происходит?" Вы не можете сориентироваться. Вы видите окружающий мир и своих компаньонов такими же, как вы привыкли их видеть. Вы обладаете проникающей чувствительностью. Но вы на другом уровне. Хватка вашего эго уже не та, что раньше.

Кармические галлюцинации и видения еще не начались, это — самый чувственный и богатый период, экспериментатор может пойти по множеству разных путей, в зависимости от приготовлений и эмоционального климата.

Если вы разбираетесь в перестройке сознания, либо вы по натуре глубокий интроверт, вам следует помнить ситуацию и схему. Оставайтесь спокойным и позвольте опыту вести вас за собой. Возможно, вы снова ощутите просветление, или вы впадете в эстетическое философское или межчеловеческое откровение. Не сдерживайте ничего, пусть поток уносит вас прочь.

Опыт выше обстоятельств. Влияние установок на подготовленного человека порой совсем незначительно, он может отключить внешние воздействия и вернуться к просветленному состоянию. Экстраверт, человек, ориентированный на окружающих, человек зависимый от социальных игр может быть легко отвлечен. Если вы хотите продолжать поддерживать неигровой экстаз, запомните следующий совет: не отвлекайтесь. Сосредоточьтесь на идеальном созерцательном персонаже: Будде, Христе, Сократе, Рамакришне, Эйнштейне, Гессе или Лао Цзы; следуйте их моделям, как будто они здесь в физическом теле ожидают вас. Воссоединитесь с ними.

Если это не удастся сделать, не раздражайтесь, и не думайте об этом. Возможно, у вас нет мистического или трансцендентного идеала. Это означает, что ваши концептуальные пределы лежат внутри внешних игр. Теперь, когда вы знаете, что такое мистический опыт, вы можете подготовиться к нему в следующий раз. Вы потеряли поток бессодержательного и должны подготовиться к конфронтации с внешней реальностью. Во время Второго Бардо вы сможете открыть природу игр глубже. Только что мы предсказали реакции типичных мистических интровертов, опытных экспериментаторов и экстравертов. Рассмотрим теперь новичков, испытывающих смущение в этой, ранней стадии опыта. Лучший способ помощи — сделать ободряющий знак и ничего более. Он прочтет это руководство и имеет некие ориентиры. Оставьте его в покое, и скорее всего он впадет в панику и овладеет ею. Если заметно, что он нуждается в помощи, прочитайте инструкции. Расскажите ему, что случилось. Подтолкните его слегка, чтобы освободить его от борьбы с эго и вернуться к контакту с Чистым Светом.

Мы считаем полезным сказать следующие слова предупреждения: чтение этого руководства необычайно полезно, но никакие слова не сравнятся с опытом. Так же, как прием наркотиков без

методики, так и чтение инструкций без приема психоделиков одинаково бесполезны. Человек может всю жизнь изучать аспекты плавания, и не иметь ни малейших шансов поплыть, будучи брошенным в воду. Есть некоторые, преуспевшие в предыдущих сеансах, кто приносит эго-игры с собой в последующие. Это может быть желание поделиться опытом игр с кем-либо, или преследовать некие негативные, соревновательные или соблазняющие цели по отношению к кому-нибудь из участников. Если это происходит, вспомните инструкции. Вспомните о единстве всех существ. Позор и слава — для меня. Находка и потеря — для меня. Отбрось свою программу и плыви по реке к сияющим лучам единства.

Если вы достигаете Чистого Света немедленно и в силах поддержать его — отлично. Но если нет, если вы выпали обратно в рутину реальности, то следуя этим инструкциям, вы сможете обрести то, что в Тибете называют Вторичным Чистым Светом.

Пока вы находитесь на этом, втором уровне, происходит интересный диалог между чистой абстракцией и осознанием того, что это экстатическое видение происходит наяву. Первичный Свет не знает ни имен, ни концепций. Вторичный свет представляет собой состояние кристальной ясности концепций. Помните соответствующие инструкции, и внешняя реальность не вмешается, однако перепад состояний между чистым единством само-потери и ясным, неигровым самосознанием приносит интеллектуальное наслаждение и понимание.

После того, как вы пережили эти стадии, вы, возможно, захотите распознавать их интеллектуально. Здесь мы упираемся в один из старейших вопросов восточной философии: Что лучше, быть частью сахара, или есть сахар? Быть вином или дном кувшина? Спасибо экспериментальному мистицизму, ставшему возможным благодаря расширяющим сознание препаратам, который позволяет вам постичь оба состояния. Вы можете постичь с легкостью то, о чем не могли и мечтать философские академии.

На этом заканчивается Первое Бардо, Период Потери Эго или Неигрового Экстаза.

Второе Бардо: период галлюцинаций (Чонид Бардо).

Введение.

После Первого Бардо, с его Первичным и Вторичным Чистым Светом, следует Чонид Бардо, период кармических иллюзий или интенсивных галлюцинаторных смесей игровой реальности. Инструкции этого этапа особенно важны и воздействуют с максимальной эффективностью.

В этом периоде поток сознания прерывается мимолетными попытками рационализации и интерпретации. Однако нормальное "играющее" эго все еще не функционирует полностью. Здесь, как следствие, возникают возможности для: с одной стороны, необычайно чувственной, интеллектуальной и эмоциональной новизны, это если вы плывете по потоку, с другой стороны: ужасные засады и измены, если вы пытаетесь контролировать процесс, и использовать волю для этого.

Странные звуки, дикие знаки и беспокойные видения — вот обычные элементы этой фазы. Помните, что все, что вы ощущаете — продукты вашего разума, и ничто более. Оставайтесь спокойны, воспринимайте окружающие видения как род многофункционального телевидения, не имеющего ничего общего с реальностью. Ключ — бездействие. Пассивно воспринимайте все что происходит, объединитесь с ним, наслаждайтесь.

Некоторые считают, что такая пассивность невозможна, в силу неких внутренних установок. Если вы не способны оставаться в покое, мы рекомендуем такой простой способ усмирить панику и вернуться из мира галлюцинаций, как физический контакт с другим человеком. Обратитесь к наставнику или кому-нибудь и положите голову ему на грудь или колени, поверните голову так, чтобы видеть его и сосредоточьтесь на движении и звуке его дыхания. Дышите глубоко и почувствуйте поток воздуха входящий и выходящий. Это старейшая форма коммуникаций, братство дыхания. Рука наставника на вашей голове поможет вам расслабиться.

Контакт с другим человеком может быть понят неправильно и спровоцировать сексуальные галлюцинации. Предупредите человека перед тем, как положить голову ему на колени. Не рационализируйте этот контакт. Человеческие существа жались друг к другу во время длинных ночей на протяжении нескольких сотен тысяч лет. Вдыхайте и выдыхайте вместе со своим компаньоном. Все мы едины! Вот о чем говорит ваше дыхание.

Разъяснения по Второму Бардо.

Исконная проблема Второго Бардо — то, что каждая форма: человеческая, дьявольская, героическая, злая, животная, — которые человеческий мозг изготавливает или вспоминает, способна предстать в реальности.

Решение — повторим это снова и снова — в осознании того, что все это — продукты твоего мозга и ничего более. Их нет.

Вы стоите сейчас на пороге осознания правды: За любым феноменом состояния потери эго не стоит реальность, иллюзии, заключенные в твоей голове — либо прирост игрового (Сансарического) опыта, либо дары от живой природы с ее миллиард летней историей. Осознание этого дает освобождение. Конечно, невозможно классифицировать бесконечное количество пермутаций визуальных изображений, кора головного мозга содержит миллиарды виденных образов, любые из них со скоростью ста миллионов в секунду (по данным нейро-психологии) могут вторгаться в реальность. Никто не может предсказать ни какие видения предстоят, ни их порядок; чтобы хоть как-то помочь человеку разобраться в океане видений и была написана Чонид Бардо.

Согласно буддийской Книге Мертвых, поделим источники всех видений на две секции:

1) Семь Мирных Божеств,

2) Восемь Вредных Божеств, которые могут быть с легкостью приняты как проявления негативных сторон сознания, так и как ужас, летящий на крыльях ночи.

Каждый из семи Мирных Божеств сопровождается супругами, помощниками, ординарцами, котами, лисами, ангелами, героями, и т.д. Каждый из Восьми также не одинок. Все сопровождается огнями, символами, пугающими, прекрасными видениями. В буквальном переводе, Тибетская Книга Мертвых обещает вам встречу с "Повелителем всех видимых форм" (или его противоположностью "Отцом Глупцов") на первый день смерти. На второй день "Бездвижный Бог Счастья" или его противоположность, и т.д. Разумеется, всю эту чертовщину не стоит принимать буквально, но в эзотерической форме.

Тибетские ламы составили списки тысяч видений, которые могут всплыть в постоянно меняющейся мозаике ретины (ретины — сетчатка. Каждый может наблюдать ее: если после, например, нервного напряжения вы посмотрите в темной комнате или просто с закрытыми глазами, вы увидите цветную мозаику, многослойное болото из миллионов колбочек и трубочек, которые складываются в калейдоскопические картины типа персидских ковров или резьбы майя). Видения можно индуцировать через поиск их в ретине и попыток распознать и выделить их. Читателю, глубже интересующемуся Тибетским и Тантрическим Буддизмом, порекомендуем углубиться в Чонид Бардо. Это позволит ему овладеть цветными пластинами четырнадцати драм Бардо, что принесет незабываемые серии освобождений. Мы не станем рассматривать тысячи видений, описанных ламами, остановимся на семи типах.

Видения Источника или Создателя.

Внутреннее течение архетипов.

Огненное течение внутреннего единства.

Волновая-вибрационная структура Внешних форм.

Вибрации и волны внешнего единства.

"Колесо сетчатки" (Анри Мишо).

"Магический театр" (Гессе).

Видения 2 и 3 следуют при закрытых глазах и по возможности без влияния внешних факторов. Видение 3 — скорее эмоциональное, эмоциональные галлюцинации простираются от любви и экстатического единства до страха, разрушения и изоляции. 4 и 5 — с открытыми глазами и концентрацией внимания на некоем внешнем стимуле, звуке, свете, прикосновении, и т.д. Видение 4 — концептуальное, в 5 доминирует эмоциональный фактор.

Итак,

Мирные видения.

Видение 1: Источник.

Первое Мирное Божество в списке Бардо Тодол — Бхагаван Варошана, занимающий центральное положение, эквивалентное монотеистическому создателю в западных религиях. (Отметим, что нас это интересует скорее с культурной, чем с практической точки зрения).

Белый Свет, или энергия Первого Бардо, может быть интерпретирована как Бог-Отец. Высеватель семян. Сила, делающая все формы видимыми. Всемогущая, источник всей жизни на земле. Женское созидательное начало.

Величественные откровения, сопутствующие Первому Бардо, сопровождаются духовным и философским единением, сочетанием опыта и интеллекта, НО, если у вас, опять-таки, плохая карма (в данном случае религиозные верования и догмы), то Чистый свет будет для вас не более чем скучной больничной лампой, Отцом Глупости.

Люди, чьи верования лежат в пределах христиано-иудаистских концепций, наверняка будут чувствовать глубокую пропасть, лежащую между божеством (которое "там, наверху") и личностью (которая "здесь, внизу"). Это основная трудность и противоречие для западного человека: осознать свое единство с излучением божественного. См. ИНСТРУКЦИИ ДЛЯ ВИДЕНИЯ 1: ИСТОЧНИК.

Видение 2. Внутреннее течение архетипов.

Когда неделимый свет Первого или Второго Бардо потерян, яркие волны различных форм начинают течь сквозь сознание, сознание начинает попытки классифицировать и идентифицировать эти фигуры и познает больше о природе всех процессов. (Лама Говинда приводит интересный комментарий: "... Мистическая деятельность духовных сил, отрезанных от реальности (органов чувств), невидимых и неосязаемых, ведет к зрелости знаний и освобождению. Желтый свет внутреннего солнца невидим глазу... На элементарном уровне эта вездесущая сила соответствует элементу воздуха — принципу движения и расширения жизни и дыхания (праны)". Лама Говинда: "Основы Тибетского Мистицизма". Лондон, 1959).

На пятый день смерти человек сталкивается с Бхагаван Буддой Амогасиддхи, из зеленых северных сфер Успешного представления или "Лучшего Варианта Действия" в сопровождении Божественной Матери и двух Боддисатв, представляющих ментальные функции "эквиглибриума, неизменности и всемогущей силы" и "чистого наблюдения"). Конкретнее, это бесконечное течение цветных фигур, микробиологических форм, клеточная акробатика, капиллярные водовороты, — Ниагара абстрактных дизайнов. Скорее всего, это отражение ощущения клеточных и до-клеточных процессов, субъективно воспринимаемых как внешние видения.

Звуки. Тибетская Книга Мертвых включает великолепное описание звуковых иллюзий: "...бесчисленные музыкальные инструменты, наполняющие музыкой всю мировую систему и вызывающие вибрации, трясения и дрожания..."

"Тибетские ламы в своих ритуалах используют семь инструментов: большие барабаны, цимбалы (обычно бас), духовые раковины, колокольчики, бубны, кларнеты (со звуком, напоян волынкой) и трубы из кости (бедро человека). Хотя комбинациям этих звуков далеко до мелодичности, ламы считают, что они психоактивны и позволяют проникнуться верой в силу того, что они являются составляющими натурального звука, т.е. звука, слышимого человеком, когда он закрывает уши руками. Но не только это интересно в теории сакральной тибетской музыки, интересно и то, что дает ключ к пониманию и интерпретации понятия звуков Истины, собственной музыки человека, интеллектуальных возможностей мозга в композиции" (Эванс-Уэйтс).

Иногда человек испытывает потребность в вербализации образов: "О, сейчас я вижу здание. А вот глаз. А вот рыцарь в цветных доспехах, а это китайская музыка". Не надо.

Еще одна ловушка находится в сексуальной интерпретации образов. Если человек начинает рассуждать об образах в терминах собственной модели сексуальных отношений ("что бы я сделал? какую роль мне надо играть?"), он почти наверняка выпадает в Третье Бардо, галлюцинации прекращаются. Вовлечение каких-либо других игровых моделей ведет к тому же результату. (Возможно возникновение физических симптомов, см. ИНСТРУКЦИИ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКИХ СИМПТОМОВ).

Видение 3. Внутреннее течение архетипов.

Инструкции Первого Бардо (прим. все инструкции — см. часть 4) помогут вам встретиться лицом к лицу с экстазом пустоты. Однако для некоторых, особенно мужчин, весьма тяжело удержать чистый опыт над любыми чувствами, и видения приобретают эмоциональную окраску. Энергия Чистого Света Первого Бардо переходит во второе Бардо в форме интенсивных чувств. Пульсация жизни проходит по венам, необычайные по силе ощущения, — вы как будто сливаетесь с океаном оргастического жидкого электричества. (В Бардо Тодол этот процесс персонифицируется Буддой Амитабха, бесконечностью жизни и всепроникающая мудрость и чувства. С ним приходит Боддисатва Ченрази, символ жалости и сострадания). Как правило, доминируют позитивные чувства. Все зависит от человека. Вообще, при приеме психоделиков все зависит от человека, это некий усилитель, вытаскивающий наружу все, что в вас есть. Это опасно.

Данный тип видений вырывает вас из общего единства, вы устремляетесь в игровой мир своих старых желаний. Помните — вы перемещаетесь из одного состояния сознания в другое. Не замораживайтесь в одном из них, не останавливайте течение энергии жизни. Закройте глаза. Лягте на живот и позвольте своему телу протечь сквозь пол, слейтесь с обстановкой комнаты. Почувствуйте острые, твердые грани своего тела мягче, чем они есть. Войдите в контакт с другим человеком, почувствуйте, как ваша кровь сливается и течет по венам вас обоих. Откажитесь от своих желаний. От своих мнений. Не судите.

См. Инструкции к Видению 3.

Видение 4: Волново-Вибрационная структура внешних форм.

Чистый, бессодержательный свет Первого Бардо, возможно, имеет в своей основе нейро-электрическую природу. Безымянный, неопишуемый, потому что он лежит далеко за пределами наших описательных способностей. Возможно, специалисты будущего смогут классифицировать и воссоздать эту энергию, однако, скорее всего, она останется приоритетом нервной системы человека и вообще живых существ. Так это и происходит: ваше внимание внезапно захватывается неким внешним стимулом, выше внимание захвачено, но прежнего концептуального подхода в мышлении уже нет! Вы испытываете прямую сенсацию, вы видите не объект, а палитру цветных волн. Колоссальное снятие обусловленности можно почувствовать, если просто посмотреть, например, на деньги...

Итак, вы видите волны. Вы слышите не музыку, а акустические волны. Вы внезапно осознаете, что мир, если убрать вас, будет выглядеть совсем по другому... что все представления о существующей реальности, все чувства и восприятие основаны на вибрации волн — весь мир вокруг вас — который только что имел иллюзорную солидность — является всего-навсего игрой физических волн. (Персонификация этого чувства в Бардо Тодол — Акшобня). Лама Говинда: "В свете Зеркальной Мудрости... вещи освобождены от своей вещественности, их изоляции друг от друга, отделены от своей материальности, они не распознаются, потому что созидательный принцип, лежащий в основе мозга, не действует..."

Корпускулярно-волновой дуализм — двойственная природа мира — давно известен нам из теорий физики, но испытывать, увидеть это — совсем другая материя. Не пытайтесь контролировать или концептуализировать, это можно сделать позже, так как есть такая опасность, как зацикливание на галлюцинации. Субъект проваливается (иногда буквально) в трехмерную реальность, уверенный, что зафиксировал "истину" испытанных ощущений. Многие мистики, не имевшие гидов, и люди, которых называют "одержимыми", попали в эту засаду. Это подобно тому, как сделать фотографию с телевизионного экрана и утверждать, что заснял истину. Все на свете — священная Майа, четырех-миллиард-летний танец волн. Ни одна из ее частей не более реальна, чем другие. Каждый момент времени наполнен смыслом в равной степени.

В четвертом видении есть и негативные черты. Возможны ужасные изменения, малоисследованная пока область "ломов и крюков". Внезапная потеря базы, осознание того, что все в мире постоянно видоизменяется, вызывает панику. А что делать?

Любимые лица сереют и моргают, а если они еще и начнут гримасничать... "Феномен куклы". Самое ужасное происходит с музыкой. Вы воспринимаете музыку как чистую энергию, вибрирующую в космосе, звуки становятся видимыми, предметы могут звучать. Представление о природе вещей меняется. Чтобы не сойти с ума, см. Инструкции к видению 4.

Видение 5: Вибрации Волн внешнего единства.

(Глаза открыты, внимание на внешнем объекте, эмоциональные аспекты).

Как только привычное восприятие сменяется волновым, эмоциональные аспекты разделения мира на части могут привести в экстатическую ясность ума, либо в ад изолированного эгоцентризма. (Мирное Божество пятого видения — Бхагаван Ратнасамбхава, рожденный из драгоценности, в компании с мелкими Боддhisатвами). В состоянии лучевого единства некоторые ощущают, что есть одна небесная сеть энергии, в которую мы все включены. Некоторые испытывают феномен "пластиковой куклы", когда люди выглядят неорганическими, скучными, серыми... Пройдет. Поверхностные различия в ролях, статусе, поле, расах, размерах и т.д. и даже различия между живым и неживым исчезают, как только вы осознаете, что все мы и все, что нас окружает — всего лишь различные формы энергии. Слова, жесты, поступки и события теряют свой смысл. Твои мысли — мои мысли. Мои чувства — твои чувства. Общение не необходимо, вы ощущаете другого человека как другой корпус того же здания, чтобы достичь его, можно пройти по коридорам, а можно, и это и будет вербальным общением, одеться, выйти на улицу и войти в другой вход. Вы можете чувствовать настроение и чувства другого человека непосредственно, как свои собственные. Мысли можно передавать взглядом. Пока все в порядке, все вибрации "в фазе".

Если кто-то выпадает из общего настроя, "из фазы", это сразу чувствуется, как диссонанс в музыке. Деревья, травы — все это тоже лишь формы, другие пульсации тех же вибраций. Гармония — вот точное определение этого состояния в западной культуре.

ПОМНИТЕ! Цена гармонии — самопожертвование. Страх смерти — инстинкт самосохранения, вот что надо преодолеть. Вы должны забыть себя, умереть. Так же вы должны убить всех своих компаньонов, забыть об отношениях с ними, не судить их, не испытывать чувств к ним априори. Чувство ужаса, самого страшного из испытываемых вами когда-либо, наверняка будет вами пережито в момент, когда вы почувствуете, как вашу личность размывает, ужас откровения о том, что мир не статичен. Вы осознаете иллюзорность мира, что вы жертва гениального продюсера, все вокруг — люди — бездушные роботы, деревья, игра электрических волн. Мир вокруг вас — фасад, сцена, бежать! "Я мертв! Я никогда не смогу думать и чувствовать!" Если вы попытаетесь бежать, вы выпадете в Третье Бардо самым неприятным способом, и можете травмировать личность. Лучший метод избавиться от страха — помнить эти инструкции, расслабиться, слиться с танцем волн, либо обратиться к гиду, сказать ему, что вы в фазе "пластиковой куклы", он выведет вас назад. См. Инструкции к Видению 5.

Видение 6: Сетчатка или Ретинальный Цирк.

Каждое видение Второго Бардо, описанное выше, имело один аспект познания реальности. Внутренний огонь или внешние волны, рассмотренные интеллектуально или эмоционально — каждое видение с соответствующими ловушками. Для поддержания этих явлений на любой срок необходима соответствующая степень концентрации и направленности, так же как и способность распознать и не бояться. (На шестой день в Бардо Тодол появляются все пять предыдущих божеств).

Экстатическая свобода — ключ к этому видению. Вы можете выбирать. Исследовать новые горизонты. Символы превращаются в вещи, и наоборот. Слова становятся вещами, мыслями и музыкой, музыка пахнет, звуки можно потрогать, все чувства смешаны.

Все возможно. Все чувства. Вы можете менять настроения, как перчатки. Внешние объекты поют и танцуют, мозг играет на них, как на инструменте. Как компьютер с бесчисленными программами, мозг скитается свободно. Личные воспоминания, как пузырьки воздуха, всплывают на поверхность сознания. Магическая панорама. См. Инструкции к Ретинальному Цирку.

Видение 7. "Магический театр".

Если вы не можете оставаться в пассивной безмятежности, необходимой для прошлого видения, вы попадаете в более драматичную и активную фазу. Игра форм и фигур становится игрой архетипов, героев, полубогов и т.д. Вы можете увидеть сияющие человеческие фигуры в видах, зависящих от вашего прошлого, традиций вашего народа и т.д. Формы различны, источник один — ваша психика. см. Инструкции к Магическому Театру.

Кошмары Второго Бардо.

Семь видений были рассмотрены выше, и большинство из вас могут распознать их и освободиться через распознавание. Однако практика показывает, что всегда находится человек с плохой кармой, и Колесо Невежества и Иллюзий ни тормозится, ни ускоряется. Попытаемся им помочь.

После семи Мирных Божеств следуют восемь вредных, которых мы не станем описывать, особенно ввиду того, что в сознании западного человека зло вообще нераздельно.

Тибетцы отождествляют кошмарные видения с Мозговой чакрой, тогда как Мирных Божеств с Сердечной. Я уже устал приводить этот совет: не волнуйтесь, приветствуйте кошмары как старых друзей, помните — их нет!

Продвинутые студенты, как правило, вовсе не ощущают негативных реакций, переходя от осознания Чистого Света к Третьему Бардо через сверкающий мир героев и ангелов. Те же, кто осознает Чистый Свет в момент потери концептуального сознания, и войдут в Блестящую Пустоту (Дхарма-Кайя). Они также познают позитивные и негативные видения Второго Бардо и постигнут откровение (Самбхогха-Кайя); и будут перерождены в качестве вдохновенного святого или учителя (Нирмана-Кайя). Чтением этих инструкций просветление гарантировано даже деревянному болвану Буратино. Разница между теми, кто понимает и не понимает, проста. Одни просветляются раньше, других будут терзать кошмары. И все равно итог один. См. Инстр. по мрачным видениям.

Третье Бардо: Период Возвращения. (Сидпа-Бардо).

Введение.

Если во время Второго Бардо студент не способен зафиксировать тот факт, что все видения — проекции его собственного разума, но будет увлечен либо напуган ими, он вступит в Третье Бардо. В это время он сражается за возвращение обыденной реальности и собственного эго; тибетцы называют это "поиск перерождения". Весьма важно вернуться в реальность мирным путем и избежать возвращения путем неприятным.

В оригинальном тексте Бардо Тодол цель учения — "освобождение", т.е. освобождение из цикла рождений и смертей. Интерпретируя эзотерически, это значит оставаться в состоянии перманентного просветления и не возвращаться к реалиям игр общества. Только необычайно продвинутые люди используют принцип трансференции в момент потери эго. Для обычных людей возвращение в реальность неизбежно. Для них и написано Третье Бардо в целях помочь им:

- 1) Освободиться от ловушек Третьего Бардо.
- 2) Продлить сессию максимально долго.
- 3) Выбрать приличествующее эго для возвращения, т.е. вернуться мудрее и спокойнее.

Временные рамки определены лишь приблизительно, так что около 50% времени психоделической сессии расходуется на Третье Бардо.

Вид и способ возвращения в реальность предопределят личностные свойства субъекта на недели, или даже месяцы.

Основные инструкции:

- 1) Не делайте ничего, оставайтесь спокойны, пассивны и расслаблены.
- 2) Осознайте, где вы находитесь.

В этой стадии психоделического эксперимента участник, как правило, способен объяснить гиду, что он чувствует, т.о. читайте ему нужную секцию инструкций. см. Третье Бардо: Предварительные инструкции.

1. Общее описание Третьего Бардо.

Обычно человек шаг за шагом спускается в низшие (более суженные) состояния сознания. Каждый шаг может сопровождаться обмороками и потерями сознания. Выпадение в реальность может быть неожиданным, когда человек обнаруживает себя выброшенным в реальность, которая резко контрастирует с предыдущей фазой реальности и выглядит по сравнению с ней скучной, статичной, жесткой, безобразной и кукольной. Следствие: индуцированные страхи, ужасы, и т.д. Человек может попасть во власть иррациональных или даже животных перспектив, которые могут доминировать над всем сознанием впоследствии. Эти узкие примитивные элементы произрастают из аспектов личной истории, которые обычно подавляются.

С другой стороны, участник может ощутить, что он обладает сверхнормальными способностями в области восприятия и передвижения, что он может совершать чудеса самоконтроля и т.д. Тибетская Книга Мертвых однозначно относит паранормальные способности к Бардо-состоянию сознания и объясняет это фактом того, что Бардо-сознание окружено элементами будущего, также как и прошлого. Иными словами, для человека становится возможным доступ к воспоминаниям как его, так и прошлых жизней, так и прошлых жизней всех живущих людей, так и прошлых жизней всего живущего. Ясновидение, телепатия представляются вполне возможными. Объективные свидетельства не позволяют определить, является эта экстрасенсорность явной или иллюзорной, мы оставляем этот вопрос открытым.

В практике йогов, наиболее развитой ламаистской практике, не рекомендуется увлекаться подобными психическими энергиями пока ученик морально не готов к мудрому и рациональному их использованию, эти стремления вредят высшему познанию. До тех пор, как человек не овладеет собой полностью, мистические силы крайне опасны.

Второй знак Третьего Бардо — ощущения паники, мук и мании преследования. Они различаются уже в кошмарах Второго Бардо, причем если для восточного сознания кошмары принимают формы чудовищ, злобных божеств, и т.д., то для человека западного ужасы могут воплощаться в форме футуристических, научнофантастических видений, видений конца света, разрушения вселенной, чудовищных аппаратов.

Третий знак — беспокойство, неспособность усидеть на месте, возможно чисто умственная, может быть, и физическая — хождение из угла в угол, и т.д. Участник ощущает на себе действие "ветров кармы". Как человек, идущий по ночному шоссе, ориентируется по фонарям, дорожным знакам, вывескам, человек при перерождении испытывает потребность вернуться в знакомые

места, ситуации, и т.д. Например, вам может хотеться позвонить домой, семье или поговорить с любимым человеком и поделиться с ним переживаниями... Следует избегать их: ваш гид и товарищи окажут вам больше помощи.

Четвертый знак: вы можете почувствовать себя глупым и полным бессвязных мыслей, в то время как остальные кажутся вам мудрыми и полными знаний. Возникает чувство вины и неравноправия, все это — результат ограниченных перспектив сознания в Третьем Бардо.

Пятый признак — необычайно впечатляющий, особенно когда наступает неожиданно: чувство того, что ты умер, вырезан из жизни, достоин жалости и сострадания. Рывком выйдя из транса, вы почувствуете себя безжизненным роботом, с деревянными, бессмысленными жестами. Распознайте это и все будет в порядке.

Шестой признак — чувство разбитости, угнетения, зажатости, либо вы чувствуете металлическую сетку, которая сжимает вас со всех сторон.

Седьмой аспект — сумеречный темно-серый свет, который заменяет черный, потеря контрастности предыдущих стадий. Все предметы, вместо сияния, мерцания и вибраций, теперь раскрашены скучно и плоско.

См. Третье Бардо: Предварительные инструкции.

2. Видения перерождения.

В предыдущем разделе были описаны семь симптомов Третьего Бардо, в этом мы опишем некоторые видения, сопровождающие перерождение.

Тибетское руководство предполагает возвращение личности в один из шести миров реальности (сансара). Перерожденная личность находится на одном из шести уровней сознания, принадлежит к одному из шести типов. Два из них выше обычного человеческого, три ниже.

Высший уровень сознания — те, кого принято называть святыми, пророками, мессиями. Это наиболее просветленные люди из ходящих по земле: Гаутама Будда, Лао Цзы, Христос. Второй уровень — титаны или герои, люди с большей, чем обычно, силой духа и видения. Третий уровень — обывательское сознание, полное игр, способное прорваться в мир видений лишь случайно. Четвертый — анималистика, мир примитивных желаний, олицетворяемых соответствующими животными. Пятый уровень — невротики, фрустрированные безжизненные духи неутоленных желаний. Шестой и нижайший из исходов — Ад или психоз. Менее одного процента возвращаются в состоянии святости или психоза, большинство же остаются на третьей ступени.

Книга Мертвых ставит в соответствие каждому состоянию некий тип рабства и зависимости, временное освобождение от которого дает неигровой экстаз.

Первый уровень наиболее предпочтителен, т.к. вовсе свободен от рабства и сопровождается вечным круговоротом радости неигрового экстаза.

Титаны и герои вынуждены находиться в постоянной борьбе.

Людам свойственна инерция, невежество, разнообразные физические и психологические соревнования, зависть.

Беспомощность и зависимость — у "животных".

Муки неудовлетворенных желаний и потребностей — удел духов.

По Книге Мертвых, уровень перерожденного сознания определяется кармой. Во время Третьего Бардо предварительные признаки и видения шести состояний проходят перед сознанием человека; то, к которому он направляется, видится наиболее ясно. Например, человек может почувствовать себя полным божественной энергии, или ощущать примитивные животные импульсы.

См. Инструкции к видениям перерождения.

3. Всеопределяющее влияние Мысли.

Если вы чувствуете привязанность к материальным ценностям и прочим играм, или вы вовлечены в игры другими участниками, которые все еще устремлены в цели, от которых вы уже отказались, может произойти так, что даже если вы направлялись в высший уровень сознания, окажетесь в низшем. Оставьте свои слабости, оставьте их в прошлой жизни, откажитесь от привязанностей к ним полностью. Не важно, если кто-то восхищается вашими достижениями или принимает вас в той роли, в которой вы находитесь, будьте готовы отбросить ее полностью.

Опять же, если ваши компаньоны ведут себя неправильно, беззаботно, невнимательно и отвлекают вас, если условия соглашения нарушены, и чистота намерений утрачена и вы почувствуете, что утрачиваете веру и начинаете сомневаться в успехе, вы можете справиться с этой ситуацией, овладеть любым страхом и беспокойством, избежать эгоцентрического поведения и манипулятивных попыток. Рассмотрим две модели мышления: первая

"А! Они дурачат меня, меня обманули и насмеялись..."

При этой модели вы почувствуете себя в депрессии и через возмущение и острое чувство обиды вы получите разочарование и потерю веры вместо вдохновения и могущества. Так как это непосредственно влияет на психологический баланс, об удачном перерождении не может быть и речи.

Мудрее будет принять следующую концепцию мышления:

"Что? Как? Слова Будды могут быть поняты неправильно? Это — как пятно на моем лице, когда я смотрю в зеркало, наверное мои собственные мысли нечисты. А эти благородные люди, благородные умом и телом — они лишь показывают мне мои недостатки, это просто урок для меня".

Такое мышление возродит в вас веру и любовь к вашим компаньонам, и что бы они ни делали, все пойдет вам на пользу. Индуцируйте любовь к своим товарищам, это очень важно и полезно.

Если вы чувствуете, что перерождаетесь на низшем уровне, вы все еще можете помочь себе, вызвав в себе добрые чувства, совершив хорошее дело или бескорыстный поступок. Главное — не бойтесь.

См. Инструкции к всеопределяющей силе мысли. Особенно полезно в случае неправильного поведения компаньонов.

4. Видения Суда

"Ваш добрый гений сочтет хорошие дела белыми камешками, злой гений сочтет черные дела черными". Сцена Суда — центральная часть большинства религий, видение может принять самые разные формы. Христиане, скорее всего, увидят привычные сцены Страшного Суда. Судья, Лорд Смерти — символ совести, "Зеркало Кармы" (Книга Суда) у судьи — это память. Различные части сознания будут выступать, апеллируя к жалости, предоставляя оправдания злых дел, и пытаясь выделить среди них нейтральные. Не бойтесь, не лгите.

Осознайте себя в Третьем Бардо, медитируйте на свой идеал. Если вы не специалист в медитации, попробуйте не спеша, с осторожностью осознать истинную природу своего беспокойства: "реальность" — не что иное, как пустота (Дхарма-Кайя). Эта пустота — не пустота полного отсутствия, но пустота благоговения, перед которой ваше сознание сияет ярче и сильнее. (Это состояние известно как "Самбога-Кайя": кристальное ощущение неразделенных Пустоты и Яркости, яркость Пустоты и пустота Яркости, состояние исконного или нетронутого сознания, Ади-Кайя. И сила всего этого — беспрепятственно сияющая повсюду Нирмана-Кайя).

Это выдержка из фундаментального Учения Мудрости Бардо Тодол. Во всей системе Тибетской Йоги, реализация Пустоты — одна большая цель. Осознать это — значит достичь неограниченной Дхармы-Кайи, или "Божественного Тела Правды", первичной стадии несозданности, над-мирового Все-сознания. Дхарма-Кайя — высшее из трех тел Будды и всех Будд — существ совершенно просветленных. Другие два тела — Самбога-Кайя "Божественное Тело Полного Пожертвования" и Нирмана-Кайя или "Божественное тело Инкарнации". Дхарма-Кайя — первичная бесформенная Насущная Мудрость; чистый опыт, освобожденный от всех ошибок и заблуждений. Включает в себя как Нирвану, так и Сансару, полярные состояния сознания. Самбога-Кайя воплощает, как в пяти Дхьяни-Буддах, Отраженную или Измененную Мудрость; а Нирмана-Кайя воплощает, как в Людях-Буддах, Практическую или Воплощенную Мудрость. Все просветленные создания, перерожденные в этом или каком-нибудь другом мире с полным сознанием, призванные улучшать его и своих собратьев, являются воплощениями Нирмана-Кайи. Лама Кази Дава-Самдуп, переводчик Бардо Тодол, полагал что Ади-Будда, и все божества, связанные с Дхарма-Кайя, следует рассматривать не как персоны божеств, а как персонификацию изначальных сил вселенной, законы духовного влияния. "В безграничной панораме присутствующей и видимой вселенной, какие бы формы ни появлялись, какие бы звуки ни вибрировали, какие бы энергии ни излучались, или какое бы сознание ни познавало, — все суть демонстрация Три-Кайя, Троиный принцип Причины всех Причин. Всепроникающая Сущность Духа, несозданная, безликая, неразрушимая и самодостаточная". Три-Кайя — эзотерическое триединство Будды, Писаний и Духовенства (или ваше собственное божество, эта книга и ваши товарищи).

См. Инструкции для Видений Суда.

5. Сексуальные видения.

Сексуальные видения наиболее часты в Третьем Бардо. Вы видите или воображаете совокупляющиеся пары (См. К.Юнг "Психологические комментарии к Тибетской Книге Мертвых", редакция Эванса-Уэйтса), "Теории Фрейда — первая попытка Запада раскрыть снизу, с точки

зрения примитивных инстинктов, которая переключается с Тантрическим Ламаизмом и Сидпа Бардо". Видение, описанное здесь, где человек видит соединение своих родителей, является классической сценой психоанализа. На этом уровне сходятся западная и восточная психология. Заметим также непосредственное упоминание Эдипова комплекса). Это может быть внутреннее видение или вовлекающее людей вокруг вас, может быть оргии — главное, воздержитесь от действий. Если вы попытаетесь участвовать в оргии или бежать от нее, вы переродитесь на уровне невротика или животного.

Наверное, не надо говорить, что этот вид эгоцентричной сексуальности не имеет ничего общего с трансперсональными ощущениями. Физическое соединение — лишь одна из форм демонстрации духовного единства.

Видения половых актов сменяются видениями зарождения жизни на клеточномолекулярном уровне. Некоторые говорят, что переживают собственное рождение, — так это или нет — оставим на обсуждение, заметим только, что видения могут быть чисто символическими — вылупление из яйца, прорастание семени, и т.д.

6. Методы задержки перерождения.

Для полного и более надежного расширения сознания, рекомендуется задержать возвращение как можно дольше, с помощью следующих четырех медитативных методов, описанных ниже.

Медитация на Будду или гида

Концентрация на хороших играх

Медитация на иллюзии

Медитация на пустоту

См. Четыре метода предотвращения перерождения.

Каждый метод — попытка вернуть человека в центральный поток энергии Первого Бардо, от которого вы отделены нарастающей ролью игр. Вы можете спросить, как эти методы могут помочь обычному человеку, не сведущему в медитации? Бардо Тодол отвечает, что, благодаря раскрытости и ускоренности сознания в данной стадии, эти методы помогут всем, независимо от интеллектуального уровня и опыта медитаций.

7. Методы выбора пост-эго.

Отнеситесь с ответственностью к этой стадии. Вход в нее как бегство от страха эмоциональных галлюцинаций приведет к перерождению на трех нижних стадиях.

Вначале изгоните страхи, визуализировав защитную фигуру Будды.

Каждое из шести состояний ассоциировалось на Востоке с соответствующим цветом и географическим символом, — для западного человека двадцатого века ассоциации, естественно, отличны.

Мир святых сияет белым светом, предваряется видением роскошных храмов и поместий. Мир героев — зеленый свет и сигнализирует о себе магическими лесами и изображениями огня. Обычный мир — желтый цвет. Животное состояние — голубой свет, пещеры, глубокие норы и ямы. Мир невротиков — красный свет и видения разрушенных равнин и мертвых лесов. Психозный мир ада — внимание! — цвет дыма и звуки стенаний, черно-белые дома и черные дороги.

По возвращении вы видите мир, планету, полную замечательных событий и открытий, в которой вы вскоре займете свое место. Ключ к этому возвращению: воспринимай это спокойно, не торопясь, естественно. Наслаждайся каждой секундой, не спеши.

Конец Третьего Бардо.

Общее заключение.

Продвинутые студенты с развитым духовным мировосприятием воспользуются принципом "трансференции" в момент потери эго, им не нужно описание под-стадий Бардо. Они взойдут в благодать и будут оставаться там до окончания всего периода. Прочие, немного менее сильные в ментальной дисциплине, распознают Чистый Свет во второй стадии Первого Бардо и через это получают освобождение. Еще менее организованные могут освободиться во время одного из позитивных или негативных видений Второго Бардо. Люди с совсем нехорошей кармой, т.е. вовлеченные в тяжелые эго-доминантные игры, спустятся в Третье Бардо, где все еще имеются точки, с которых можно повернуть в освобождение. Слабейшие падут в мир вины и ужаса. Используя приведенные методы визуализации, они могут извлечь пользу от сеанса. Даже те люди, обыденность которых примитивна и эгоцентрична, могут выиграть, почувствовав, хотя бы на короткий период, преимущества состояния просветления, и идти дальше впредь.

Каждый человек имеет некоторое позитивное и негативное игровое наследство (карму). Непрерывность сознания ломается моментом смерти эго. Как уже утверждалось раньше, необычайная мощь и гибкость разума, находящегося в этом состоянии, обеспечивает эффективность восприятия доктрины. Учение, изложенное здесь, подобно катапульте, которая произведет, так сказать, пинок субъекта в направлении освобождения. Роль психоделиков можно сравнить с водой, когда большой корабль, который не сдвинуть с места сотне человек, легко плывет по воде. Это учение должно живо впечатлить путешественника снова и снова, постарайся сохранить в памяти как можно больше из этого руководства. Оно освобождает при чтении и слушании, без необходимости ритуальной или комплексной медитации. Это Базовое Учение высвобождает от тяжелой кармы Секретным Путем.

Конец Бардо Тодол, Тибетской Книги Мертвых.

3. Некоторые технические замечания о психоделической сессии.

1. Пользование руководством.

Самое ценное использование — подготовительное чтение. Прочитавший это руководство может немедленно распознать симптомы и определить, какие из них беспокоят лишь из-за недостатка понимания. Понимание — это ключ.

Второе: оно поможет избежать параноидальных ловушек, а также вернуть запредельность Первого Бардо, если она была потеряна. Если сессия начинается со света, мира, мистического единства, понимания, и все продолжается в этом направлении, тогда нет нужды перечитывать это руководство. Как дорожная карта — мы смотрим на нее только когда чувствуем, что заблудились.

Инструкции, пригодные для чтения во время сессии, приведены в конце, в части 4. Вы можете записать их на ленту и включать по мере надобности.

2. Планирование сессии.

В планировании сессии первый вопрос, который следует решить: "зачем?".

Классический Индуизм предполагает четыре возможности:

Для увеличения персональных возможностей, интеллекта, более глубокого постижения себя и культуры, улучшения жизненной ситуации, ускоренного обучения, профессионального роста.

Ради долга, помощи другим, оказания заботы, реабилитации.

Для развлечения, чувственного наслаждения, эстетического удовольствия, межличностного общения, приобретения опыта.

Для трансценденции, освобождения от эго и пространственно-временных рамок, приобщения к мистическому единству.

Это руководство направлено на реализацию последней цели — просветления. Ударение на этот аспект не мешает, однако, достижению всех прочих целей, — на деле оно даже гарантирует их достижение, так как просветление требует от человека некоего шага, шага за пределы проблем своей личности, роли, профессионального статуса. Начинающим рекомендуем определиться заранее и посвятить сессию конкретно одной из четырех целей.

При групповом сеансе участникам следует договориться о единой цели, или хотя бы иметь представление о целях друг друга. Если вы действуете в одиночку, чего мы крайне не рекомендуем делать, постарайтесь предугадать свои реакции в зависимости от того, какой вы человек. Мистическим экстравертам рекомендуется окружить себя некими символами, свечами, книгами, цветами, если же вы по натуре интроверт, отключите себя от контактов с внешним миром.

3. Средства и дозировка.

Есть целый ряд психоделиков, наиболее подходящие и распространенные мы приводим ниже вместе с дозировками для взрослого человека среднего веса. В первой колонке приведены дозировки, достаточные для начинающих, во второй — для опытных студентов или группового сеанса.

LSD-25	200-500 micrograms	100-200 micrograms
Mescaline	600-800 mg	300-500 mg
Psilocybin	40-60 mg	20-30 mg

Время начала действия после того, как препарат принят на голодный желудок — около 20-30 минут для ЛСД и псилоцибина, и один-два часа для мескалина. Длительность сессии может продолжаться от 8-10 часов для ЛСД и мескалина до 5-6 часов псилоцибина. ДМТ, введенный внутримышечно в дозах 50-60 мг, эквивалентен 500 мкг ЛСД, но эффект длится всего около получаса. Некоторые считают необходимым предварительный прием других наркотиков, например, беспокойные люди принимают 30-40 мг Либриума за час до сессии, чтобы успокоиться. Для создания приятной, эйфорической атмосферы нередко используют мефедрин, но не следует забывать, что все эти наркотики ведут к привыканию, в отличие от психоделиков. Иногда для особо нервных начинающих полезно разделить дозу, например 200 мкг ЛСД сразу и еще столько же, когда человек почувствует на себе эффекты психоделического состояния. При приеме пейота и иногда мескалина возникает тошнота, чаще всего ментальной природы; чтобы предотвратить этот эффект, примите предварительно любое средство от тошноты: Марезин, Бонамин, Драмамин или Тиган.

Если человек становится зациклен на каких-то играх, можно разорвать порочный круг введением 50 мг ДМТ, или даже 25 мг. Декседрина или Мефедрина, естественно с его ведома и согласия.

Если внешние обстоятельства потребуют немедленного прекращения сеанса, Торазин (100-200 мг. внутрим.) или другие фенотиазиновые транквилизаторы сведут на нет эффект психоделиков, однако это довольно опасно как медицински, так и с точки зрения перерождения.

4. Гид.

Для первичных сеансов поведение гида — критический фактор. Гид обладает нечеловеческими возможностями по управлению сеансом. Главное условие, требование к гиду — он должен уметь отключать свое собственное эго и социальные игры, чтобы быть расслабленным, надежным, полным Дао, мудрости созидательного спокойствия. Чтобы чувствовать все и не делать ничего.

Психоделическая сессия длится порой до двенадцати часов, гид не должен выказывать скуку, быть болтливым и раздражительным, — он должен оставаться спокойным во время долгих периодов безмыслия.

Он — диспетчер в центре управления полетами. Всегда готов получить сообщение с орбиты, помочь определить курс, достичь цели. Диспетчер центра управления, который преследует собственные цели — крах всей программы.

Несомненно, гид должен сам иметь опыт психоделических сессий и опыт управления ими. Управлять сессией без опыта и данных — неэтично и опасно.

Самая большая проблема, которая встает перед каждым участником и перед гидом в особенности — это страх. Страх неведомого. Страх потери контроля. Страх веры в процессы и компаньонов. Наш собственный богатый опыт и опыт серьезных профессионалов приводит нас к заключению, что причина всех негативных реакций при приеме ЛСД — страх, внушенный в той или иной степени гидом.

Гид должен оставаться спокойным в течение нескольких часов; нелегкая задача для большинства западных людей, мы даже рекомендуем гиду принимать низкую дозу психоделика вместе со студентами.

5. Состав группы.

Самый эффективный метод — один человек, один гид. Для групп же подойдут следующие рекомендации:

Планируя группу, желательно знать и доверять всем участникам. Размер группы должен зависеть от опыта участников, вначале маленькие группы, затем больше. В любом случае группы из 7 и более человек не дадут ничего, кроме параноидальных галлюцинаций. Если вас пятеро или шестеро, желательно иметь двух гидов, один принимает низкую дозу, другой не принимает вовсе, он заботится о технической стороне проблемы, смене пленок, еде, и т. д., желательно иметь одним из гидов женщину для создания соответствующей атмосферы.

Если в сессии принимают участие супружеские пары, желательно, чтобы супруги принимали участие раздельно, чтобы игра их брака не мешала цели.

4. Инструкции для использования во время сессии.

Инструкции Первого Бардо.

О, (имя)!

Пришло время ощутить реальность по-новому.
Твое эго и твои игры скоро увянут,
И ты предстанешь перед
Чистым светом,
И вещи будут как пустота, как пустота и чистое небо.
И обнаженный интеллект как вакуум прозрачен,
Тогда, узнай себя и там останься. (Имя)!

Смерть идет к тебе, смерть, но не гибель.
Помни, сознание умрет и вновь родится.
Воспользуйся моментом смерти и
Приобретешь совершенство, Просветление.
Помни, все живущее — едино.
Держи курс на Чистый Свет, и ты постигнешь
Значение слов Понимание и Любовь.
Если ты не можешь удержаться и выпадаешь в контакт с миром,
Помни: Галлюцинации — это урок.
Они научат понимать себя и мир.
Твои глаза теперь без покрывала,
Смотри и помни, что все живущее — едино!
Держись за чувство Чистого Света.
Он проведет тебя через виденья и научит
Войти в новую жизнь.

О, (имя)! Держись за Чистый Свет и помни,
Свет — энергия Бесконечного пламени жизни.
Если ты видишь море, море суматошного цвета,
Не бойся: в этих морях еще никто не тонул,
Это море — трансформация энергии,
Процесс жизни.
И ты тоже процесс жизни.
Ты часть его, оно — это ты.
Слейся с ним и раствори его в себе.
Помни также, за ширмой Майя,
Скрывается Финальная Реальность — Пустота, Ничто.
Ты сам, лишенный формы и цвета — Пустота. Финальная Реальность, Свет, — Ничто.
За пламенем жизни, священное молчание — Ничто, Улыбка Будды.
Нет мыслей, нет видений, цвета, — есть пустота.
Интеллект сияет блажен и молчалив — это Просветление.
Стань Буддой, осознай пустоту и сохрани осознание.

Предварительные инструкции Второго Бардо.

О, друг,
Ты чувствуешь, как твое сознание

Живет отдельно от тебя?
Не цепляйся за него,
Не будь слаб.
Если ты почувствуешь страх, скажи себе:
Страх — это только чувство,
Как голод и холод, оно не убьет тебя.
Я пропущу страх слева от себя, справа от себя,
Я пропущу его сквозь себя, а потом
Посмотрю ему вслед и рассмеюсь.
Помни, что сейчас ты можешь управлять
Своими чувствами так же легко, как руками и ногами,
Ты можешь почувствовать страх, радость, боль и счастье,
Стоит только захотеть.
Все миры, проходящие перед тобой, не извне.
Они — это ты, ты сам делаешь их.
И ключ к просветлению на этом этапе звучит просто, вот он:
Расслабься.
Слейся с ними, прими чудеса своего творчества,
Не будь привязан к ним и не бойся их.
Не играй с видениями, они не существуют.

Инструкции к Видению 1: источник.

О благородный, внимательно слушай:
Сияющая энергия Семени,
Из которого произошло все живое,
Сияет над тобой так, что ты не можешь смотреть.
Не бойся.
Источник древней энергии жизни проявляет себя
В разных формах.
Не играй с ним. Слейся с ним.
Потеряйся в нем и обрети просветление.

Инструкции к симптомам.

Слушай внимательно,
Симптомы, которые ты ощущаешь — не эффект наркотика.
Они говорят о том, что ты борешься с ощущением
Новой реальности.
Ты не должен пытаться
Контролировать эти симптомы, наслаждайся ими,
Они — герольды Чистого Света.
Впади в вибрации окружающего пространства.
Симптомы исчезнут, как только исчезнет твое
Эгоцентричное сознание.

Инструкции к Видению 2.

О, благороднорожденный, запомни:
Поток жизни струится через тебя.
Бесчисленный парад блестящих форм и звуков,
Меняющийся постоянно и сверкающий.
Расслабься.
Теки.

Не пытайся понимать, -
Для этого будет время после.
Не надо действовать, не надо думать.
Постигни суть эволюции, создания, воспроизводства.
Эволюции, создания, воспроизводства.
Смешайся с цветом Радуги, В сердце Реки Созданий.

Инструкции для Видения 3.

О, благороднорожденный, слушай внимательно:
Тебя несет в текучее единство жизни.
Экстаз жизни ревет в каждой клетке.
Жесткая, сухая шелуха вашего эго вымывается из вашего сознания,
Вымывается в океан творения.
Почувствуй пульсацию солнца.
Постигни мудрость своей крови.
Зажги свое сердце любовью ко всему живому.
Расплавься, плыви в море Радуги.

Инструкции к Видению 4.

Пришло время, благороднорожденный, постичь
Волновую структуру мира вокруг тебя.
Все что ты видишь, распадается на вибрации энергии.
Посмотри ближе, ты увидишь ее электрическую пляску.
Сознание оставит тебя и поплывет по волне ритма.
Нет причин говорить или делать что-то.
Дай передышку интеллекту. Смотри, ты видишь природу вещей.

Инструкции к Видению 5.

Сейчас, (имя),
Ты ощущаешь единство всех живущих форм.
Если люди выглядят резиновыми и безжизненными,
Не беспокойся.
Эго пытается поддерживать различия между людьми и всем остальным.
Все едино.
Не бойся новых ощущений.

Инструкции к Ретинальному Цирку.

Вслушайся в мои слова.
Смотри, вот калейдоскоп форм, все возможные формы
Проходят перед твоими глазами.
Цирк на сетчатке.
Не закливайся на каком-нибудь видении,
Пусть будет что будет.
Это хороший урок креативности мозга,
Освобожденной от заученных форм.
Помедитируй немного на то, что все формы -
Это продукты освобождения сознания. Этим путем
Вы достигнете самопознания и просветления.

Инструкции к Видению 7: Магическому театру.

Ты в театре, в театре героев и демонов.

Мифических нечеловеческих сил.
Эти фигуры — воплощения пиков сознания,
Их взаимодействия, прекрасные и устрашающие -
Продукт борьбы твоих идеалов и ценностей.
Ты — то верховное божество, которое управляет ими.
Не увлекайся их играми, и помни:
Ты все еще способен освободиться.

Инструкции к кошмарам.

Вслушайся в слова,
Чистый Свет Первого Бардо прошел мимо тебя,
Так же как и светлые видения Второго Бардо.
Сейчас тыходишь в фазу кошмаров.
Распознай их.
Они — ничто. Они — индикатор того, что ты близок к освобождению.
Они — твои. Твои старые друзья, твои черные мысли.
Что бы ни происходило, помни:
Все это внутри тебя, и как
Только ты это поймешь, ты освободишься.

Третье Бардо: Предварительные инструкции.

Твой путь привел тебя в Третье Бардо.
Твое сознание возвращается, как лягушка
Выпрыгивающая из воды.
Твое новое эго начинает функционировать,
Не пытайся осознать все, что произошло,
Ты еще слаб пока.
Нечего делать, незачем думать,
Медленно возвращайся в привычное состояние интеллекта:
Ты можешь еще освободиться таким образом.
О, (имя)!
Сейчас ты можешь ощущать желание
И силы, для демонстрации чудес силы,
Ловкости, восприятия или понимания.
Это естественно, но не стоит пытаться, -
Это не принесет тебе пользы.
Восприми это как знак, знак того,
Что ты находишься в Третьем Бардо,
Периоде возвращения в нормальный мир.
Если ты не можешь усидеть на месте от энергии
И не можешь сфокусировать сознание,
Не беспокойся. Помедитируй на
Единство энергии, главное
Чтобы в тебе не было печали,
Страхов и обид.
Если у тебя такое чувство, что
Тебя давит и сжимает железная клетка
Это знак того, что ты форсируешь свое возвращение.
Все предметы покрыты бледным серым светом

Не торопись, ты в Третьем Бардо.
Перерождение произойдет само собой.

Инструкции к видениям перерождения.

Ты все еще не понял, где ты.
И все еще не нашел новое "Я",
Не осознал, что ты уже не тот что был.
Различные видения будущего посетят тебя,
То, к чему ты стремишься, будет наиболее четким.

Всеопределяющее влияние мысли.

Если компаньоны ведут себя
Не так как должно, не чувствуй гнева,
Этот гнев ударит по тебе.
Будда в каждом из вас,
В твоем состоянии ты слишком подозрителен.
Не обвиняй никого, занимайся своим делом.

Инструкции для видений суда.

О, (имя), если ты переживаешь видение суда
Помни, тебя судит твоя карма,
Никто ничего не делает тебе,
Твой собственный мозг создает проблемы.
Медитируй, даже если ты никогда не делал
Этого раньше, сейчас у тебя больше способностей
Для этого, чем у кого-либо.
Сконцентрируйся на каком-нибудь предмете или
Ощущении, на его реальности.
Распознай иллюзорную природу существования и ощущения.
Это самый важный момент.
Вспомни о своей вере,
Вспомни об учении,
Вспомни о силе своих компаньонов.
Все будет хорошо.

Инструкции к сексуальным видениям.

Ты видишь пары.
Оргия?
Желание и неприязнь разрывают тебя,
Что сильнее? Что выбрать?
Присоединиться или бежать?
Слушай:
Присоединишься — переродишься на уровне животного,
Убежишь — на уровне невротика.
Надо просто отказаться от вопроса.
Расслабься, плыви по течению,
Все это галлюцинации, продукты сознания,
Позволить продуктам сознания управлять
Своими чувствами — высшая форма игр.
Относись к своим галлюцинациям.
Как к галлюцинациям.