

ЧТО МЫ ГОВОРИМ



КАК
СИЛА СЛОВ
ВЛИЯЕТ
НА НАШИ
МЫСЛИ



Дженет Смит Уорфилд

Дженет Уорфилд

**Что мы говорим? Как сила
слов влияет на наши мысли**

ИГ "Весь"

2007

Уорфилд Д. С.

Что мы говорим? Как сила слов влияет на наши мысли /
Д. С. Уорфилд — ИГ "Весь", 2007

Мы едва успеваем за переменами, происходящими в окружающем нас мире. Однако более важными являются массовые ментальные изменения. Вы являетесь частью перехода человеческого сознания? Конечно, да! Если вы хотите совершить его легко и плавно, читайте книгу Дженет Уорфилд. Это повседневное руководство, посвященное тому, как, используя силу слов, найти свой жизненный путь, чтобы стать лучшим из тех, кем вы можете быть. Изменив свой язык, вы оказываете влияние на свои убеждения, поведение и на весь окружающий вас мир. Всего лишь обращая внимание на свои слова, вы можете: ● облегчить последствия стресса для своего тела; ● навсегда избавиться от страха; ● эффективно направлять свой гнев; ● освободиться от чувства вины; ● создать наполненные любовью отношения. Выберите слова, которые принесут гармонию в вашу жизнь! Ранее книга выходила под названием «Измени свои слова, измени свой мир».

Содержание

Об авторе	6
Введение. К читателю	7
Благодарности	8
Предупреждение	9
Часть I	10
Глава 1	11
Часть II	14
Глава 2	15
Глава 3	17
Глава 4	18
Глава 5	20
Часть III	25
Глава 6	26
Глава 7	28
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Дженет Смит Уорфилд

Что мы говорим? Как сила

слов влияет на наши мысли

Janet Smith Warfield.

Shift: Change Your Words, Change Your World

Оригинальное издание на английском языке: 2007, Word Sculptures Publishing L. P., США.

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© 2007 Word Sculptures™ Publishing L. P. «Любовь»

© 1999 John Langdon, www.johnlangdon.net, имеется разрешение на использование. Морис Корнелис Эшер «Circle Limit IV»

© 2008 The M. C. Escher Company – Голландия. Все права защищены. www.mcescher.com

© Перевод на русский язык, издание на русском языке. ОАО «Издательская группа „Весь“», 2009

Об авторе

Тридцать пять лет назад Дженет Смит Уорфилд пережила загадочное событие. Слова, которые она слышала еще в школе: «...не противься злему: но кто ударит тебя в правую щеку твою, обрати к нему и другую», внезапно стали совершенно ясными. То, что казалось невыполнимым предписанием морали, вдруг стало беспримечательным решением, несущим благо всем.

Дженет вскоре столкнулась с трудностями, сопровождающими перевод мистического переживания в слова. Само переживание дает определенность, а слова, описывающие его – неопределенность. Знала она тогда об этом или нет?

В течение тридцати пяти лет Дженет оттачивала свои вербальные навыки и работала над способностями других людей, чтобы и они смогли пережить вдохновляющее изменение сознания, которое пережила она. Как мать, бабушка, поэт, посредник, адвокат и автор, она научилась задавать правильные вопросы, чтобы получать правильные ответы.

Что делали со словами мастера? Создавали.

Что со словами делает Дженет? Они создают их. Способность к творчеству – это единственная причина, по которой мы находимся на этой Земле.

Дженет окончила колледж Свартмор и юридическую школу Рутгерс в Камдене. Она работала юристом в Атлантик-Сити, штат Нью-Джерси, в течение двадцати двух лет.

Введение. К читателю

Мы живем в удивительное время. Мир бурно развивается, буквально взрываясь переменами.

Мы находимся в очень опасном положении. Наши знания либо уничтожат нас, либо приведут к мирной и процветающей жизни на планете. Грань между этими двумя возможностями тонка, как лезвие бритвы.

Слова и то, как мы их используем, составляют главную часть затруднений. Слова обладают способностью создавать. Они не есть Истина. Мы, однако, можем использовать их для углубления сосредоточенности, развития мышления и изменения планеты.

В этой книге я по-разному использую слова. Рассказываю истории, пишу стихи, задаю вопросы, даю рекомендации. Все это лишь разные способы использования слов. Ни один из них не является Истиной. Они всего лишь катализаторы нашего мышления. Я отметила разные способы использования слов, которые применяю, с помощью изменений в оформлении. Используйте те, которые помогают. Откажитесь от тех, которые для вас не работают.

Создание мирной планеты не происходит «сверху вниз». Это происходит «снизу вверх». Являетесь ли вы частью этого созидющего процесса? Конечно, да! Для того чтобы он осуществился, необходимо участие каждого человека на этой планете.

Итак, включите способность к творчеству, подготовьте свой ум и начнем.

*Дженет Смит Уорфилд
Роатан, Гондурас*

Благодарности

Тысячи людей сделали свой вклад в эту книгу. Каждый человек, встретившийся мне в жизни, пусть даже на самое короткое время, оказал влияние на написание этого труда. Я не могу выразить всю благодарность за жизнь, которую вы даровали словам в этой книге.

Но выражаю отдельную благодарность Джуди Йеро, Линн Стайлз, Энн Элиот, Рейчел Годдард, Хелен Берлайнер, Амбер Грэйди, Симоне Филтнесс, Делмае Боуер, Крису Игве, Джай Рэнг, Эйми Соснов и Гэри Смит за разработку идей и наполнение содержания; Дику Маргалис за дизайн обложки и работу с типографией; компании Рэндом Хаус за разрешение использовать цитаты Кахлил Джебран; Джэй Малон за разрешение использовать ее «слова о словах», Джону Лэнгдону и наследникам М. С. Эшера за разрешение использовать изображение некоторых прекрасных произведений искусства.

Многие стихи из этой книги уже публиковались. Некоторые изменены. Стихотворение «Всеобщая гармония» было опубликовано в альманахе «Единая Земля», издаваемом фондом и обществом Финдхорна. «Сегодня» и «Коврик у входа» уже публиковались в поэтическом журнале «Нанни Фани» издательства «Благословение» и в журнале «Чувства» издательства «Поэзия Андери». «Сегодня» также было опубликовано в журнале «Напиши!». «Вниз», «Дождь» и части «Перспективы» – в книге «Сто лучших стихотворений о красоте, вере и вдохновении» издательства «Поэзия Андери». «Благословения» издано в сборнике «Стихотворения о красоте, вере и вдохновении» в «Поэзии Андери» и опубликованы в Духовной интернет-сети. «Монастырь души» представлен библиотекой Атлантик-Сити в качестве части первых ежегодных поэтических чтений. Стихотворения «Вавилон», «Хокку» «(Если)», «Перспектива», под названием «Четверо близнецов», и «Хокку (учитель и ученик)» публиковались в журнале «Чувства» издательства «Поэзия Андери».

Предупреждение Отречение

Не читайте эту книгу, если вы не умеете усваивать противоречивые идеи. Ни Дженет Смит Уорфилд, ни издательство не несут ответственности за ваши эмоциональные реакции на черные знаки на этих белых листах бумаги. Вы сами несете ответственность за свои реакции! Если вы не можете ответственно и мирно использовать информацию из этой книги, то не читайте ее! Если же ваш выбор – причитать, то...

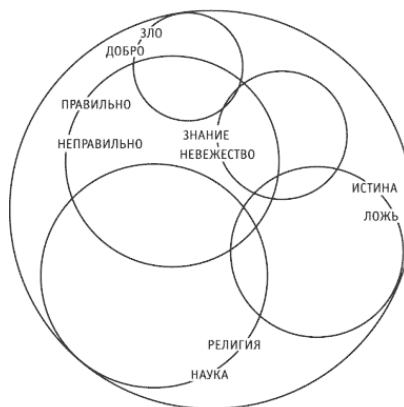
Не верьте ни одному слову, написанному мной! Мои слова не являются Истиной! Они лишь инструменты, помогающие открыть собственную правду.

Читайте каждое утверждение с долей скептицизма. Временами эти утверждения будут неприменимы к вашей жизни. Только вы можете решать, когда их стоит применять, а когда – нет.

Обращайтесь с моими словами, как будто с новой игрушкой. Позволяйте своему творческому началу изменять их, заново структурировать. Если наткнетесь на что-то полезное, используйте это. Если нет – то опустите. Возможно, это приобретет значение в другое время и в другом контексте.

Хотя мне и не хочется этого добавлять, но я – бывший юрист, поэтому все же напоминаю:

Вы берете на себя ответственность за прочтение этой книги. Читая эти слова, вы выражаете согласие с тем, что ни Дженет Смит Уорфилд, ни издательство не имеют никаких обязательств перед частными и юридическими лицами за любой ущерб, прямо или косвенно вызванный идеями или информацией, содержащимися в этой книге. Если вы не принимаете эти условия, пожалуйста, немедленно верните книгу в издательство, где вам будет полностью возмещена ее стоимость.



Часть I

Слова, которые внезапно изменились

Метаморфозы

Придавленный, задыхающийся
под грудой слов, мыслей, учений,
мой ум освобождается,
и я, в колыбели настоящего,
впитываю успокаивающие
розовые и красные цвета заката
каждое мгновение,
которое никогда не повторяется,
вновь вдыхая
мелкие крупы вечности.

Глава 1

Мой мистический опыт. Как все началось

Загадки жизни проясняются... и часто, даже обычно, разгадка в той или иной степени невыразима в словах.

Уильям Джеймс

Я не помню, кто постучал в мою дверь. Не помню, что он сказал. Но помню, что он был зол, самоуверен и груб.

Я только что закончила читать книгу под названием «Саммерхил», написанную английским школьным учителем А. С. Нейлом. Тема этой книги была «свобода вместо разрешения». Каждый ученик в школе Нейла был волен делать все, что угодно, пока это не причиняло никому вреда.

Созданное Нейлом сообщество было свободным, творческим, уважительным и ответственным взаимодействием уникальных людей.

Поведение человека у двери было неприятным, но это не причиняло мне вреда. Я решила позволить ему выпустить пар, и сделала это не потому, что должна была так поступить. Это было свободным выбором. Я принимала гнев и не испытывала желания отплатить тем же. Внезапно гнев исчез.

Ничто не изменилось. Мой дом, дверь, гостиная, тот мужчина – все было таким же, как и пять минут назад. Однако что-то изменилось. Внезапно я поняла значение слов, которые слышала в детстве: «А я говорю вам: не сопротивляйся злему. Но кто ударит тебя в правую щеку твою, обрати к нему и другую» (Матфей 6:13).

Мой пятилетний сын Билл начал мочиться в постель после рождения своего младшего брата. Это новое, раздражающее обстоятельство создавало лишнюю работу, хотя я и так была утомлена заботой о троих дошкольниках.

Поначалу я игнорировала происходящее, надеясь, что это прекратится само собой. Когда стало понятно, что надежда не оправдается, я объяснила Биллу, что он уже слишком взрослый, чтобы портить постель. Однако, опять-таки, ничего не изменилось. Я объясняла, угрожала, кричала и шлепала его. Все зря. Я чувствовала гнев и растерянность.

А. С. Нейл руководил своими учениками, поощряя их. Я не видела смысла в этом, и была в отчаянии. Но мое знакомство с идеями Нейла и энурез Билла совпали по времени с поведением человека, постучавшегося в дверь. Когда Билл опять обмочил кровать, я дала ему пенни. Он в замешательстве посмотрел на меня. На следующий день и всегда потом кровать была сухой.

Вот это да! Какой мощный инструмент! Я начала применять идеи Нейла в отношении соседских детей.

Однажды двое детей обзывали друг друга на заднем дворе, и дело шло к драке. Вместо того чтобы попытаться остановить их, я развела их в стороны и спросила каждого, хочет ли он драться.

«Я не хочу драться, – ответил каждый из них, – но он заставляет меня делать это. Он обзывается».

«Ты хочешь драться? – повторила я. – Если так, то начинай».

Мальчики пробормотали что-то про себя и усталились в землю. Двумя минутами позже они уже весело играли вместе.

То, что я сделала, шло вразрез со всем, чему меня научило общество, но это принесло мир и гармонию, которых я желала. Общество учило наказывать людей за плохое поведение, но

я не наказывала их. Общество учило противиться «злу», но я более не противилась. Общество учило сражаться за мир, но я не сражалась.

Вместо этого просто отключалась от гнева и сумятицы и, не реагируя, просто позволяла этому происходить. Гнев и беспорядок исчезали, а моя жизнь и отношения налаживались.

Ребенком я воспринимала написанное в Евангелие от Матфея 6:39 как сложное и невыполнимое моральное предписание, требующее принесения моих потребностей в жертву потребностям окружающих. Но вдруг в контексте других переживаний те же слова приняли абсолютно иное значение. Они не требовали подчинения моих нужд нуждам других. Они описывали действие, которое я могу самостоятельно предпринять, и от которого выигрывают и окружающие, и я. В моих действиях не было самоотречения, лишь утверждение себя и жизни. Никогда прежде я не чувствовала себя настолько свободной, сильной, могущественной, целостной и обладающей таким контролем.

Ничто не изменилось вне меня. Изменились только мои мысли, восприятие, действия и эмоции.

То, что я испытала, называется «мистическим переживанием». Оно обладало всеми четырьмя характеристиками, описанными Уильямом Джеймсом в его книге «Разнообразие религиозных переживаний»: невыразимость (невозможность описать), качество духовности (глубокое чувство понимания), быстротечность и бездействие.

Я не могла описать или передать глубинное значение.

Каким-то образом я просто знала, что я знала.

Переживание случилось и ушло.

Это не было изменением переживания и сознания, которое я выбрала, хотя и выбрала действия, которые предшествовали этому изменению.

Ребенком меня учили подвергать сомнению, исследовать и доверять своим суждениям. Мое воспитание не включало информации о мистических переживаниях, но я знала, что во многих религиях есть слова, описывающие подобные переживания. Читая христианские тексты, а также, созданные в русле буддизма, дзен-буддизма, конфуцианства, даосизма, ислама, индуизма, Платоном и другими философами-экзистенциалистами, я узнавала мои собственные переживания, описанные разными словами.

Это походило на описание разными людьми одного и того же прекрасного цветущего сада. Кто-то говорил о розах, кто-то о дельфиниуме, кто-то обращал внимание на расположение цветов, а кто-то сосредоточивался на оградах и тропинках. Если бы я не видела этого сада своими глазами и просто слушала его описания, то не подумала бы, что люди говорят о разных вещах. Но так как я видела цветущий сад, то знала, что все люди придавали вербальную структуру и форму одному и тому же переживанию. Так же, как наш ум придает форму и значение определенным линиям оптических иллюзий или чернильным пятнам.

Я вновь возвращалась к этим идеям. Осталась ли моя жизнь той же самой или изменилась? Внешне все осталось на своих местах. Внутренне же моя жизнь полностью изменилась. Мое восприятие, эмоции и действия внезапно изменились. Изменились слова и их переживаемое значение. Вдруг я стала видеть и понимать внешний мир с новой, удивительной, точки зрения.

Знала ли я хоть что-то или ничего не знала? Не уверена в ответе. В каком-то смысле я обладала «абсолютным» знанием, потому что могла соотнести собственный опыт со словами других людей, описывающими похожие переживания. С другой стороны, я «знала», что не знаю ничего. Не существовало подходящих слов, чтобы передать пережитое мной.

Религиозные тексты – это волшебное искусство, отражающее универсальное основное изменяющее переживание. Предложенные в качестве указателей направления, они верно служат человечеству. Представленные как Истина, они становятся фальшивыми идолами, которые вызывают разногласия.

Значение слов зависит от сознания человека, который слышит и понимает их. Слова имеют значение только в контексте отдельных переживаний и умонастроений.

Слова

Слова передают
единственное время,
место,
переживание,
точку зрения.
Слова болтают
о единственном времени,
месте,
переживании,
точке зрения
и создают страх.
Слова отражают
единственное время,
место,
переживание,
точку зрения
и утешают.
Слова проясняют
единственное время,
место,
переживание,
точку зрения,
и преображают.

Часть II

Слова и значение

Ум

Чудовища, созданные
ухищрениями ума,
разрушают себя. Пусть это случится.
Ум порождает фальшивых идолов,
создавая разделение.
Анализ раскалывает.

Глава 2

Закон противоположностей. Инь и ян

*Мы в недоумении... Подождите немного,
ибо недоумение есть начало знания.*

Халил Джебран

Все знают о законе противоположностей. Все на свете поддается пониманию только в сравнении с его противоположностью: черное в сравнении с белым, длинное в сравнении с коротким, доброе в сравнении со злым.

Помните историю о райском саде?

Бог сказал Адаму и Еве, что они могут есть все, что угодно, кроме плодов с Древа познания. После того как они ослушались Бога, они внезапно осознали свою наготу и устыдились. Адам и Ева остались прежними, изменилось лишь их восприятие себя и окружающего мира. До случившегося они были едины с Богом. Если бы они не вкусили плодов с Древа познания, понятия наготы и стыда ничего не значили бы для них. Но так как они попробовали плоды, то понятия стали явными и вызвали разногласия.

Каково значение этой истории в отношении языка?

Разве язык не разделяет? Может ли понятие наготы иметь значение вне связи с понятием одетости? Может ли понятие стыда иметь значение вне связи с понятием бесстыдства? Если бы не язык, разве не переживали бы мы просто ощущения и чувства? Разве Адам и Ева не переживали лишь это, пока не попробовали плодов с Древа познания?

Если бы я попросила вас описать черный цвет, не обращаясь для этого к чему-либо еще, как бы вы описали его? Как пустоту? Отсутствие цвета? Что значат эти фразы?

Трудно, не правда ли?

Если бы вы смогли описать черный цвет, показывая на зонт, фонарь, футболку, то вскоре я бы поняла, что значит «черный». Возможно, вы бы выключили свет в темной комнате ночью. Это еще одно описание черного. Каково же настоящее значение слова «черный»? Не искусственны ли все эти концепции? Может быть, мы просто научены им?

Помните историю о Вавилонской башне?

Вавилоняне решили построить башню, которая достала бы до Неба. Когда Бог узнал об этом, Он заставил строителей заговорить на разных языках, и они перестали понимать друг друга.

Наша речь все еще смешана. В библейской книге Апокалипсиса именно Вавилон, символ спутанной речи, разрушается и предается огню (Апок. 18:2, и последующие).

Не созданы ли слова «черный» и «белый», «высокий» и «низкий», «хороший» и «плохой» человеческим умом? Не являются ли эти антонимы просто средствами неточной коммуникации?

Человек, чей рост составляет 176 сантиметров – это высокий человек или низкий? Не зависит ли ответ от того, находится ли он рядом с человеком, чей рост 188 сантиметров, или с тем, чей рост 125 сантиметров? Не относительны ли все слова?

Бог – Создатель. Человек сотворен по подобию своего Создателя. Является ли человек тоже создателем – слов – образов – реальности – ненависти – любви?

Подумайте о том, что следует из этого утверждения.

Если все люди – создатели, то каждый из нас обладает неограниченным свободным выбором. Эта мысль успокаивает или пугает?

Если я обладаю свободой выбора, то это успокаивает. Это также действует подавляюще. На меня налагается огромная ответственность.

Если другой обладает свободой выбора, это пугает. Другой может не делать то, чего я от него хочу.

Это заставляет вспомнить о смирении. Мне лучше хорошо относиться к другому, так как мне может понадобиться помощь и поддержка.

После того, как человек вкусил плодов с Древа познания – то есть создал противоположные слова из цельной ткани впечатлений, он был изгнан из рая. Могут ли слова быть катализаторами возвращения в тот рай, к воссоединению с недвойственным сознанием, которое некоторые называют Богом?

Пробуждение

Сегодня я вслушиваюсь,
слышу впервые в жизни —
первое приветствие солнца.
И как только я отпускаю все мысли
о прошедшем и грядущем,
весна неожиданно окружает меня
и я есть.

Вавилон

Вначале было переживание,
Потом пришло слово.
Слово выражало переживание.
Но правда ли это?
Возможно, оно лишь указывало.
Вначале были переживания,
потом пришли слова,
Слова разделяли и искажали.
Мы слушали слова
и мы тоже становились разделенными и искаженными.
Добро боролось со злом,
знание с невежеством,
истина с ложью,
наука с религией.
Каждый человек выбирал слова-оружие,
меча слова в других,
разделяя,
искажая.
Слова сталкивались и противоречили,
и мы сталкивались и противоречили.
Каждое слово хотело властвовать единолично,
и каждый человек хотел того же.

Глава 3

Оптические иллюзии. Восприятие и убеждения

О Арджуна, видящий в одном месте целую Вселенную, как подвижную, так и постоянную, а также все, что еще ты захочешь увидеть.

Бхагавад-гита



Посмотрите на известную оптическую иллюзию на предыдущей странице. Что вы видите?

Линии, начертанные на бумаге, конечны, постоянны и неизменны. Однако ваш ум организует эти линии в картинку, обладающую значением. Значение, придаваемое умом линиям, меняется с восприятием. Вместе с ним изменяются слова и эмоции.

Слова в этой книге конечны, постоянны и неизменны. Однако ваш ум придает значение этим словам, основываясь на вашем прошлом опыте. Новый опыт может изменить значение, которое мы придаем этим словам, одновременно изменяя эмоции и действия. Не будете ли вы рады сменить свой страх на храбрость, гнев на умиротворение, уверенность в правильности исключительно собственной точки зрения на приятие? Не захотите ли узнать, как изменить восприятие, слова и действия таким образом, чтобы ваши отношения всегда были теплыми, наполненными поддержкой и миром? Продолжайте читать.

Весь наш мир подобен оптической иллюзии. Сенсорные данные, получаемые нами, конечны, постоянны и неизменны. Наш ум разбивает их на отдельные части, обозначает словами и придает им значение. Иногда мы все одинаково разбиваем и называем их. Большинство из нас при виде нарцисса согласится, что смотрят на желтый цветок.

Однако иногда мы разбиваем и обозначаем сенсорные данные по-разному. Джон видит очаровательную и красивую молодую женщину. Жена Джона видит «флиртующую стерву». Кто из них прав?

Буддисты упоминают о разрыве иллюзорной завесы. Вдруг мы осознаем, что наш ум организует сенсорные данные, и понимаем, что можем выбрать, как именно хотим их организовать.

Что вы видите в оптической иллюзии? Вы видите «старую каргу» или красивую молодую женщину? Что вы предпочитаете видеть?

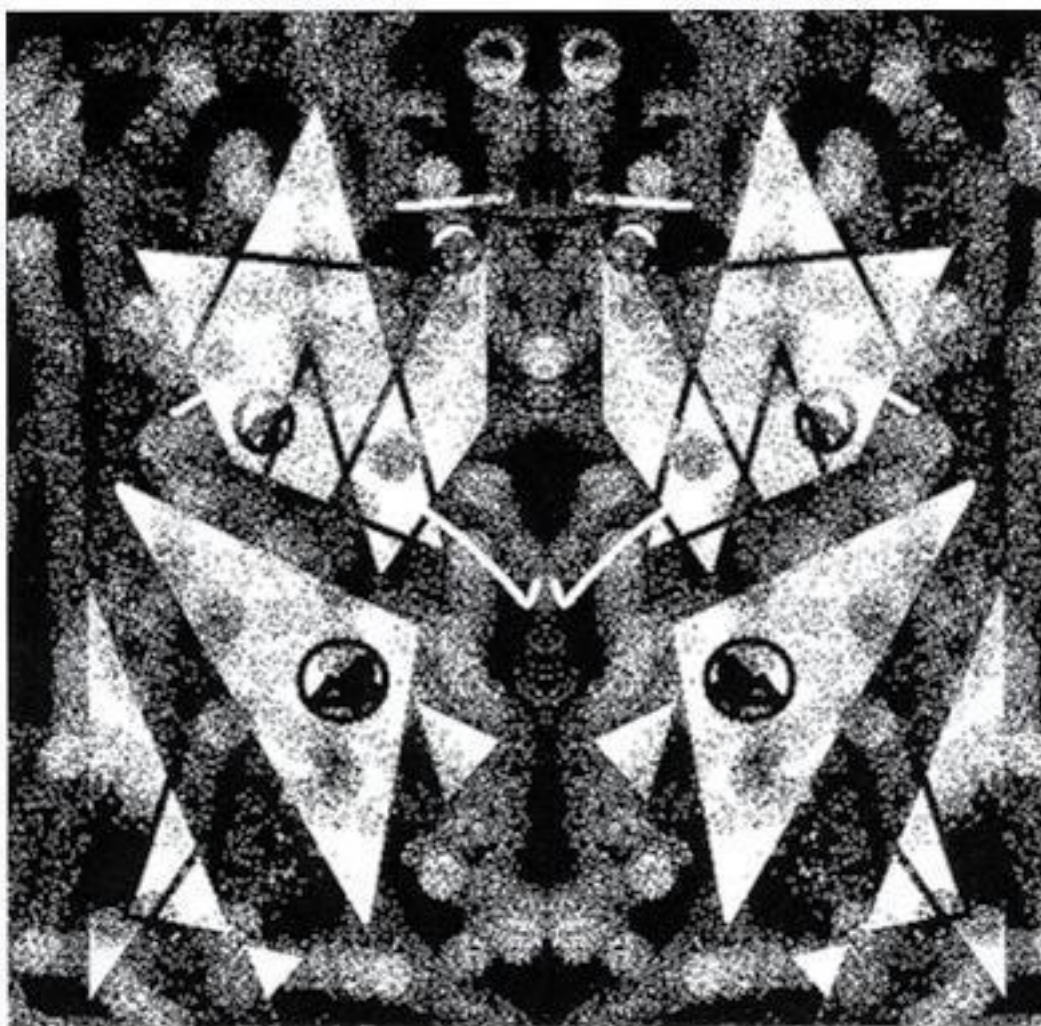
Глава 4

Чернильные пятна и узоры облаков. Создание смысла

Важно не то, на что вы смотрите, а то, что вы видите.
Генри Дэвид Торо

Чернильные пятна и узоры облаков подобны оптическим иллюзиям. Наши чувства сообщают нам, что находится «там снаружи». Наш ум организует это в линии, цвета и формы, а затем придает значение линиям, цветам и формам и обозначает отдельные части словами. Слова и значения изменяются от человека к человеку, в зависимости от условий развития личности, прошлого опыта и направленности.

Посмотрите на это чернильное пятно.



Сколько фигур вы видите? Запишите все, что видите, маленькое или большое. Теперь выберите одну фигуру и напишите одно-два предложения о ней. Применимы ли эти слова к другим фигурам в вашем списке?

Вот снимок облаков.



Что вы на нем видите? Запишите все фигуры, замеченные вами. Выберите одну из них и напишите о ней пару предложений. Как вы думаете, если видите белого медведя в верхней левой части изображения, а ваш друг видит две разговаривающие фигуры в середине слева, будут ли ваши мнения одинаковыми? Будете ли вы способны к осмысленному взаимодействию? Возможно ли, чтобы вы даже начали спорить о том, в какое именно изображение складываются облака?

Наш мир подобен этим чернильным пятнам и узорам облаков. Начните рассматривать, по-настоящему рассматривать, сенсорную информацию, поступающую к вам из окружающего мира. Не называйте ее так, как вас учили. Попробуйте на мгновение вообще ее никак не называть. Просто смотрите. Позвольте ей втекать в вас. Вы можете заметить то, чего никогда раньше не замечали. Вы можете найти новые слова, втекающие в ваш ум из источников, которые не можете определить. Эти видение или осознанность являются источником слова всех великих религий, поэзии, науки и искусства.

Форма и материя

Дух жизни – бесконечная энергия —
умирает, изменяется, перерождается
в новое творение.

Хайку

Слова скрывают и искажают
идеальное несовершенство.
Единство разделено.

Глава 5

Слова и переживаемое. Связь и контекст

Каждое слово – это предвзятое суждение.
Вильгельм Фридрих Ницше

Слова разделяют. Переживания – нет. Красивый закат – просто есть. И объятия – просто есть.

Когда мы описываем закат, то расчленяем «бытие» на воспринимаемые части – те грани, на которых сосредоточиваемся. Можем назвать его величественным или мирным, оранжевым или розовым. Означает ли это, что он не красный, не розовый, не восхитительный?

Измененное сознание – не что иное как прямое, недуалистичное переживание нашего собственного чернильного пятна, непосредственности нашего сенсорного восприятия, внезапного понимания ощущаемого значения слов другого человека и неожиданного понимания, что мы тоже создатели.

Слова, описывающие переживаемое нами, коварны. Одно изменение в единственном слове влечет изменение всего направления и значения диалога.

Однажды я спросила подругу, желает ли она отпустить убеждения, которые не идут ей на пользу. Она ответила «да», но заменила слово «отпустить» на «избавиться». Я не спрашивала, желает ли она избавиться от убеждений. Я никогда не избавляюсь от них. Каждое убеждение или предположение, которое у меня когда-либо было, являлось правомерным с определенной точки зрения в то или иное время. Каждая религиозная доктрина верна (опять-таки со своей позиции), как и любая научная теория. Когда я использовала слово «отпустить», я говорила о процессе, в котором выбираю, на чем сосредоточиться – выбираю слово, мысль или убеждение, которые будут служить наилучшим образом в данный момент.

Некоторые слова лишают нас свободы. Другие ее дают. Я всегда стараюсь выбрать освобождающие слова и опустить те, что отбирают свободу. Предлагаю вам сделать то же самое. Это сделает вас намного более счастливыми.

Мы все получаем сенсорную информацию от глаз, ушей, носов, языков и прикосновений – такую, как оптические иллюзии, чернильные пятна и узоры облаков. Каждый из нас, с помощью своего ума и речи, организует эти сырые данные в имеющие значение формы и называет их: океан, синий, соленый. Некоторые сенсорные данные мы организуем и называем одинаково. Все называем плоскую прямоугольную поверхность на четырех ножках – столом. Все называем цветок лаванды сиреневым.

Но что происходит, когда мы начинаем использовать абстрактные понятия: «правильно», «неправильно», «правда», «ложь», «знание», «невежество», «Бог», «дьявол», «рай», «ад»? Можем ли мы прийти к согласию по поводу их значения, рассматривая данные, поступающие от органов чувств? Можем ли мы организовать чернильное пятно переживаемого в обладающую значением форму, которая отделяет правильное от неправильного, правду от лжи, знание от невежества, Бога от дьявола, рай от ада?

Почему мы веками вступали в кровавые битвы за правоту, правду, Бога и рай? Потому что слова разделяют, а мы часто позволяем им разделять нас. Позволяем сталкивать одного человека с другим в подвижной борьбе за власть. Мы называем себя хорошим, а другого человека – плохим.

Представьте себе, что вы неделю провели в Гондурасе, а я никогда там не бывала. Вы возвращаетесь и рассказываете мне о маракуйе, василисках и старших сержантах. Что я пойму из сказанного вами? Начну ли я представлять себе василисков, которых видела в иллюстрированных сборниках сказок, в то время как вы говорили о забавных ящерицах? Вообразу ли

я вооруженного человека в форме, в то время как вы говорили о рифовых рыбах? Смогу ли по-настоящему узнать, что такое василиск, пока не увижу одного из них живьем или хотя бы на картинке?

Предположим, рассказ о василисках меня так впечатлил, что я позаимствовала некоторые слова, употребляемые вами, прибавила к ним свой личный опыт со сборниками сказок и начала говорить с другими людьми о василисках. Знаю ли я, о чем говорю? Не буду ли просто манипулировать словесными ярлыками, не связанными с моим личным непосредственным опытом?

Когда вы рассказывали о василисках, услышала ли я именно то, что вы хотели сказать? Конечно, нет! Я услышала ваши слова и перевела их с помощью моего личного опыта.

Если бы я поехала в Гондурас и лично повстречала василиска, мой опыт имел бы ту глубину, которой не обладали слова. Возможно, я бы сказала: «О, теперь я понимаю, что такое василиск». Или: «Я не представляла себе, что они бегают на задних ногах». Или: «О Боже! Они совсем не похожи на тех, которых я видела на иллюстрациях к сборнику сказок».

После того как я лично увидела василисков, не примут ли ваши слова другое значение? Не начну ли я лучше понимать их значение? Не будет ли наш опыт встречи с василисками обладать сходными чертами, которые позволят осмысленно разговаривать о василисках?

Я даже склонюсь к тому, чтобы посчитать ваши слова о василисках правдой, хотя вы и не упомянули о том, что василиски бегают на задних ногах. Я стану понимать слова, которые вы использовали для описания василисков, с точки зрения моего собственного опыта.

Будут ли слова, который вы выбрали для описания василисков, единственно верными словами? Конечно, нет! Каждый человек, встречавшийся с василисками, описывает свой опыт по-разному. Какие слова истинны? Все, потому что они точно описывают опыт, или никакие, потому что каждый рассказ – это лишь частичное, неполное описание?

Предположим, что Джон и Мэри оба были в Гондурасе и видели василисков. Я никогда не бывала там. Если бы я просто слушала то, что они говорят о василисках, я могла бы прийти к заключению, что слова Джона правильны, а слова Мэри – нет. Я бы слышала лишь различия в словах и не могла соотнести эти различия с непосредственным опытом встречи с василиском. Я могла бы даже заключить на основании разницы в словах, что и непосредственный опыт был разным.

Что могло послужить причиной моего решения, что слова Джона правдивы? Боюсь ли я Джона? Может быть, Джон был добрее ко мне, чем Мэри? Хочу ли я от Джона чего-то, что Мэри мне дать не может?

Вербальное общение подобно старой игре в испорченный телефон. Первый человек шепчет что-то второму, второй шепчет услышанное третьему. К тому времени, как слова достигают последнего человека в цепочке, они уже полностью искажены.

Если мы поклоняемся словам, то поклоняемся ложным богам. В тот момент, когда слова воспринимаются как истина, а не как символы, попросту указывающие на восприятие человеком определенного опыта, они становятся ложными богами. Например, два человека могут прикоснуться к горячей электрической плите. Один может настаивать, что она обжигающе горячая. Второй может сказать: «не такая уж она и горячая». Каждое утверждение касается индивидуального восприятия каждого из этих людей, а не реальной температуры плиты.

Однако любой из этих людей с легкостью может начать утверждать, что именно его слова являются истинными, потому что таким образом он когнитивно и эмоционально структурировал свое переживание. Они могут даже начать спорить по поводу того, кто из них прав. Противоположные по значению слова могут описывать, и в действительности описывают одно и то же переживание.

Это не означает, что мы не можем использовать слова, чтобы сосредоточить ум и привести свои жизни к гармонии. Именно это и делают разумные религии и развитая духовность. Слова – это просто инструменты, а не цель.

Случается ли, что одни и те же слова могут быть как правдой, так и ложью? В зависимости от того, кто их использует, как, что они означают с точки зрения приобретенного опыта и исходят ли непосредственно из основания бытия, чернильного пятна пережитого, материи, скрытой за формой, Бога, универсальной энергии, то есть того (как бы мы это ни называли), что стоит за человеческими словами и само по себе неопишимо?

Такие слова, как Бог, рай и бесконечность, имеют значение в отношении определенных человеческих переживаний и определенных способов их понимания. Все они представляют собой усилие передать измененное состояние сознания, способ мышления, целый класс внутренних изменений, индивидуальное, ментальное, эмоциональное изменение. Они являются попытками отделить старое человеческое сознание, понимаемое с помощью таких слов, как «дьявол», «ад» и «время», от нового, цельного, творческого и измененного состояния сознания, понимаемого через такие слова, как «Бог», «рай» и «бесконечность».

Каждый из нас подобен горчичному зерну, которому нужны только плодородная почва и заботливый уход, чтобы превратиться в прекрасное растение. Может ли каждый из нас растить это зерно в себе и других, пока мы не станем прекрасными растениями? Все вместе можем ли взрастить человеческий сад любви, терпимости и гармонии? Не это ли называется возвращением в рай?

Падение

В начале
земля была бесформенна и пустынна,
и тьма покрывала ее глубины.
И человеческие чувства
отделили свет от тьмы,
и человеческий ум создал слова
«свет» и «тьма»,
и человек решил,
что свет есть добро,
а тьма есть зло.
Человек увидел искры маков
и создал красный цвет.
Он почувствовал тепло солнца
и создал безопасность и комфорт.
Он пережил тоску смерти
и создал горе.
Он пережил боль и создал дьявола.
Он пережил безмятежность
и создал Бога.
И человек пришел в восхищение от своих творений,
превращая их в моральные догмы.
Боль была плоха, а безмятежность хороша.
Дьявол был злом и Бог был добром.
Человек выдавал себя за Бога,
провозглашая, что его слово создало истину,

и слово другого – заблуждение.
Каждый человек создал свое древо познания
добра и зла,
и каждый верил, что его древо познания было
Древом познания,
применимым ко всем.
Один человек освободился
от созданных его братьями слов-идолов,
среди которых он был рожден,
и возвратился к переживаниям,
из которых они возникли.
Те, кто все еще поклонялись словам-идолам,
называли его «святым», «спасителем» или «дьяволом».
Высвободившись из словесных оков,
связывавших человечность,
он вернулся к переживанию,
из которого все возникло.
Свободный переживать красоту маков.
Свободный переживать тепло солнца.
Свободный переживать боль и радость человеческого
существования.
Свободный с помощью ума создать
образ своего Творца.
Глядя на мир
незамутненным взором,
он создал новые словесные формы,
озаренные честностью.
Человеческие слова.
Неповторимые слова.
Уникальные слова.
Чистые слова.
Люди, все еще поклонявшиеся ложным божествам,
механически повторяли чистые слова,
превращая и их в ложные идолы.
В устах идолопоклонников
чистые слова превратились в богохульство.
В устах идолопоклонников
чистые слова превратились в инструменты контроля.
В устах идолопоклонников
чистые слова приобрели смысл, противоположный
тому, что в них вкладывали спасители и святые.
В устах идолопоклонников
чистые слова стали кандалами, опутывающими человечество,
вместо того, чтобы его освобождать.

От автора: Если язык – это инструмент ума, то как можно использовать разделяющий язык для объединения? Как можно достигнуть целостности через разделение?

Таким образом, уместно упомянуть

о вместилище слов. Они по своей сути являются
одним из основных инструментов волшебника:
тем, что перекидывает мосты
от нереального к нереальному,
создавая в ходе этого процесса реальность.
Как стрелы, пропитанные ядом, или мягкая ткань, смоченная в
целительном бальзаме
и возложенная на лоб, они передают систему смыслов. Однако мы
часто воспринимаем их, да и многое другое, как данность, и не
видим их глубинной магии.
В них заключен тот смысл,
когда самый могущественный кристалл становится простым
камнем. И, подобно юному ученику волшебника, мы часто
впустую растрачиваем слова,
не осознавая последствий,
которые легко могут выйти из-под контроля.
Именно из слов развивается реальность
и с помощью слов она облекается в форму и изменяется.

Джо Малоун

Часть III

Слова разделяющие

Хайку

Пики, которые мы называем знанием,
безжалостно умерщвляют нашу
способность к творчеству.

Глава 6

Невежество и знание. Как мы можем узнать?

Понимание собственного невежества – первый шаг к настоящему знанию.

Сократ

Повар, художник и физик смотрели на одну и ту же прямоугольную поверхность. Повар видел стол, на котором он мог резать лук, петрушку и морковь. Художник видел последовательность цветов, которую он мог бы перенести на холст. Физик видел электроны, протоны и нейтроны, вращающиеся в пространстве. Кто из них обладал знанием? Кто был невежествен? Кто был прав? Кто ошибался?

Если мы хотим получить миску восхитительного овощного супа на обед, то, пожалуй, можем сказать, что повар знает, что представляет собой прямоугольная поверхность – место, чтобы резать овощи. Ясно, что ни последовательность цветов, ни атомы, вращающиеся в пространстве, не грозят нам миской супа.

Если мы хотим, чтобы прелестная картина украшала стену нашей гостиной, то обращаемся к художнику, видящему в ней последовательность цветов, которые могут быть перенесены на холст. Нарезанные лук, петрушка и морковь, как и вращающиеся электроны, протоны и нейтроны, не подарят нам рисунок.

Если повар, художник и физик сходятся на том, что прямоугольная поверхность называется «столом» или *une table* или *une mesa*, то можем ли мы сказать, что они знают, что собой представляет эта прямоугольная поверхность? Если все европейцы в XIV веке соглашались, что Земля плоская, то можем ли мы сказать, что они знали, что Земля плоская? Можем ли мы сказать, что Земля в действительности плоская? Я так не думаю.

Так что же такое знание? Что такое незнание? Можем ли мы сказать что-либо со стопроцентной уверенностью?

Сенсорная информация и есть сенсорная информация. Мы постоянно разбиваем ее на слова, и делаем это по-разному – так же как повар, художник и физик.

Человеческий ум творчески отделяет одну часть сенсорной информации от другой; запоминает, анализирует, разделяет, структурирует и переструктурирует ее, чтобы создать схемы, в которых личности было бы удобно находиться. Можно ли с помощью взаимного уважения создать удобные схемы, которые все согласились бы называть знанием, пусть даже для ограниченного числа целей? Это ли ученые подразумевают под гипотезой и теорией?

Сцилла и Харибда

Опутанная паутиной несовершенства,
тишина препятствует моей цели;
речь искажает.
Абсурд и глупость моя речь,
однако говорить я должна.
У меня нет ответов,
только осознание.

Вопросы

«Не существует неправильных вопросов», – он сказал
с уверенностью в голосе.

«Есть только неправильные ответы».

Возможно

Но

Если я задаю бессмысленные вопросы,
могу ли я ожидать осмысленного ответа?

Если я задаю расплывчатый вопрос,
могу ли ожидать ясного ответа?

Не являются ли вопрос и ответ
следствиями одной и той же идеи?

А правильный ответ
не заключен ли в правильном вопросе?

Глава 7

Ложь и истина. Как сложить мозаику

*Разделение и дробление заключено в словах;
Но тишина благородна до самого конца.*
Элджернон Чарлз Сунберн

Мы берем внешнюю реальность, делим ее на части и называем их с помощью слов. Мы видим то, что хотим увидеть, и делим увиденное на части так, чтобы защитить себя.

Затем мы привязываемся к словам и спорим с людьми, чьи мнения отличаются от наших, или с теми, кто структурирует реальность не так, как мы. Иногда мы даже злимся, так как другие люди не соглашаются с нашим мнением.

Мы все верим в иллюзии – словесные иллюзии. Я называю их словесными скульптурами. Необходимо верить во что-то, но раз так, то почему не выбрать, во что верить, осознанно, вместо того, чтобы делать это рефлекторно?

Ваши слова всегда являются правдой для вас, потому что именно таким образом вы структурируете реальность. Сколькими разными способами вы можете структурировать реальность? Какие из них нравятся больше всего?

Ваши слова могут не быть правдой для других, определяющих реальность способом, отличным от вашего. Если вы действительно хотите взаимодействовать, убедитесь в том, что вы знаете, что имеет в виду Джон, когда говорит о побережье. Говорит ли он об Уайкики или об Атлантик-Сити? Между ними существует огромная разница. Если он говорит о Уайкики, а вы думаете об Атлантик-Сити, вероятнее всего вы не услышите того, что он говорит.

Убедитесь в том, что точно определились с тем, что хотите сказать прежде, чем начнете говорить. Какой способ определения реальности с наибольшей вероятностью принесет желанные результаты? Вы хотите сказать: «Ты отвратительный неряха. Я ненавижу тебя». Или хотите сказать: «Я люблю тебя, но мне не нравится, когда ты разбрасываешь свое нижнее белье по полу. Собери его, пожалуйста». Вы хотите завершить ваши отношения или вы хотите, чтобы нижнее белье исчезло с пола?

Эта книга представляет собой иллюзию. Она написана с помощью искусства слова – моих собственных способов определения реальности. Вам либо понравятся слова, выбранные мной, либо нет. Если вам не нравятся мои слова, изваяйте собственные. Скорее всего, они будут служить лучше, чем заимствованные. Существует только одно правило: используйте слова так, чтобы они шли на пользу вам, другим и планете, а не наносили вред.

Джон и Джоана собирают мозаику. Они отделили те кусочки, которые располагаются по краям, и методом проб и ошибок составили из них прямоугольник. Затем начали сортировать оставшиеся кусочки по цвету: синие сюда, красные туда, желтые – опять туда. Работая с маленькими кусочками, они начинают складывать большие, куда укладываются все части мозаики. Мозаика закончена, все части находятся на своем месте, все подходят друг к другу как составляющие одного целого.

Могут ли Джон и Джоана сказать, что закончили составлять мозаику и сделали все правильно? Могут ли они сказать, что у них есть ответ? Они точно понимают, как собирать эту мозаику. Они могут сделать это снова. Они могут научить других делать это. Другие люди могут попытаться самостоятельно собрать мозаику и прийти к аналогичным результатам.

Хотя Джон и Джоана знают, как собрать мозаику, знают ли они о чем-нибудь, находящимся за границами этой мозаики?

Нет. Они собрали одну мозаику, с которой работали – устанавливая внутренние взаимосвязи до тех пор, пока мозаика не была собрана.

Существует Мозаика Человеческой Истины, которая может собираться разными людьми, так же как и обычная мозаика – картинка. На протяжении веков многие сделали это: Иисус, Будда, Лао-цзы, Сократ, Платон, Мухаммед, Мартин Лютер Кинг, Махатма Ганди, Герман Гессе, Халил Джебран, Фридрих Вильгельм Ницше, Уильям Шекспир, Пабло Пикассо, Уолт Уитмен, Эрнст Холмс и другие. Мы «знаем», мы также часть Мозаики Человеческой Истины, потому что существует связь между нашими мыслями, словами, чувствами и действиями и мыслями, словами, чувствами и действиями тех, кто ушел прежде нас. Все части мозаики складываются.

Однако научить других складывать мозаику сложно даже для самого творческого мастера, так как три переменные, участвующие в процессе сбора мозаики – это человеческое восприятие, слова и ум.

Как использовать разделяющие анализирующие слова, чтобы составить целостное переживание и точку зрения? Как может человек выразить значение, когда отдельное слово значит нечто разное для каждого ума, который воспринимает его?

Какие инструменты использовали мастера, чтобы передать свои знания о том, как складывается Мозаика Человеческой Истины, и как эта мудрость может быть использована для того, чтобы служить всякому человеку на планете?

Большинство использовали какую-либо форму искусства слова:

поэзия (Халил Джебран);

притчи (Иисус);

вопросы (Сократ);

новеллы (Герман Гессе);

заповеди (Моисей).

Некоторые использовали тишину или медитацию (буддийские монахи), другие применяли странные виды изменяющих сознание головоломок (дзен-буддийские монахи).

Когда мы пытаемся выйти за границы Мозаики Человеческой Истины, мы не можем знать. Мы просто должны доверять. Это называется «прыжок веры». Мы «прыгаем» за пределы линейного мышления, разделяющего языка и страха неизведанного, чтобы освободить нашу способность к творчеству.

Мы все способны сложить Мозаику Человеческой Истины, но это не просто. Кто захочет пристально вглядываться в собственные мысли, эмоции и действия? Кто желает изучить эмоциональные глубины собственного ужаса, для того, чтобы пройти через этот ад к психологическому раю на другой стороне? «Узок путь, ведущий в жизнь, и немногие находят его» (Матфей 7:14).

Слова могут указывать на Истину, но слова – это не Истина. Мозаика Человеческой Истины может быть лишь прочувствована – как синтез, мир, гармония и единение. Как только мы придумываем название для Истины, ум выступает вперед и противопоставляет Истину – Лжи. Таким образом, человеческий ум создал двойственность, которую рассеивает опыт слияния.

По аналогии с собранной Мозаикой Человеческой Истины существуют словесные скульптуры, которые по сути могут считаться отражением того, что было названо Истиной, и другие словесные конструкции, которые могут быть отнесены к искажениям того, что было названо Истиной. Словесные скульптуры, отражающие то, что было названо Правдой, тщательно отобраны, чтобы развивать каждого человека и максимально увеличить гармонию на этой планете. Они способствуют оптимальному взаимодействию активных уникальных человеческих существ. Они возникают из сознательного понимания того, как действуют слова, как работает наш ум и какие альтернативы нам доступны.

Существует карта человечества, которая может быть постигнута. Существует Мозаика Человеческой Истины, которая может составляться снова и снова, каждый раз новым человеком. Это нельзя описать словами. Это можно только пережить.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.