

Однажды я застрял на севере. Была пурга. На шестой день у меня возникла депрессия. А потом я начал обретать внутренний покой. В тот момент я мог оставаться в поселке тридцать, сорок или сто дней. Теперь это было не важно. Время более не имело своего прежнего значения.

Следующие два дня я испытывал одновременно два чувства. С одной стороны, я ощущал тревогу и подавленность и думал о самоубийстве, и в то же время я испытывал необыкновенный покой, мир и готовность. В эти минуты я мог выйти на улицу, лечь в снег и заснуть, и мне было бы просто хорошо. Наконец наступил момент выбора. На восьмой день я проснулся раньше остальных. Я ощущал себя расслабленным и меня окружало состояние покоя, которое я испытывал. Моей первой мыслью было: "Сегодня хороший день, чтобы умереть". В это мгновение я действительно понял то знание, которое приобрел за время жизни с индейцами. Они смотрят на жизнь и смерть иначе, чем это принято у белых людей.

Я встал с постели, оделся, влез в свою тяжелую зимнюю парку и ботинки, и вскоре был на улице. Я шел медленно, прислушиваясь к завыванию ветра и ощущая ледяной холод на своем лице. И как бы холодно ни было вокруг, внутри меня холода не было. Мне было действительно тепло! Мне было уютно и надежно. Я больше не чувствовал себя изолированным. Я ощущал себя одним из участников этой жизни и ее процессов.

Вокруг было тихо. Теперь единственным, что имело для меня значение, был настоящий момент. Я начал думать о своей жизни и о том, что она для меня значила. О боли и разочаровании, а также о тех моментах, которые наполняли меня радостью. Я понимал, что и то и другое было необходимыми этапами моего жизненного пути.

С каждым своим шагом я замечал, что звук от шагов становился все громче и громче. Я чувствовал, как снег скрипит каждый раз, когда мой ботинок опускается на землю, всю покрытую белоснежным покровом. Во всем происходящем наиболее поразительным был сам звук. Хотя он не обладал голосом, оставалось ощущение, что он все-таки говорит на некоем языке. В этом языке не было слов, и все же он был понятен всем. Когда я думаю об этом, мне кажется, что, будь в этом языке слова, они только помешали бы. Как бы то ни было, звук говорил со мной или, возможно, через меня, таким необычным способом. По крайней мере, в то время у меня было такое ощущение.

Еще одна вещь, которую я заметил - чем более молчаливым я становился, тем лучше мне был слышен этот голос. Молчание оказалось ключом. Это напомнило мне о других случаях в моей жизни: во время глубокой медитации и когда я пережил свой первый "внетелесный" опыт. Я продолжал идти вперед и слушать язык молчания. И чем больше я слушал, тем глубже я проникал внутрь себя. Чем больше я слушал, тем больше тишина говорила со мной.

Так продолжалось некоторое время, пока я не заметил, что одновременно прислушиваюсь и к своим собственным мыслям. Это было похоже на диалог с самим собой. Этот диалог походил на беседу между любящим отцом и его попавшим в беду сыном. Предметом диалога был выбор и то, собираюсь ли я остаться на этой земле. Роль отца в диалоге состояла из вопросов, которые, казалось, задаются исключительно для того, чтобы знать. Я весьма отчетливо воспринимал, что в них не содержится никакого осуждения или утверждений относительно того, как я "должен" поступить. Мне нравилось, что меня не осуждают и право выбора целиком оставлено мне. Я почувствовал себя раскрепощенным и более свободным в своих действиях, независимо от того, какое решение я приму. Остаться или уйти решал только я. Я обрел уверенность, необходимую мне для того, чтобы принять настоящее решение.

На этом месте я завершу свой рассказ. Вы, наверное, недоумеваете, почему я так делаю, и Вам, должно быть, интересно, как я поступил, и что за этим последовало. Что ж, это справедливо с Вашей стороны. Единственное, что я скажу, это что я все еще здесь и теперь рассказываю Вам эту историю. Остальное я предоставляю вашему воображению или интерпретации, если Вы испытываете потребность проанализировать эту историю. Кроме того, я не думаю, что нужно рассказывать обо всех подробностях эпизодов своей жизни. Эти подробности необходимы только нам, чтобы возвращаться к ним, когда мы ощущаем

необходимость вновь установить связь с собой. Время от времени это происходит с каждым из нас. В такие моменты мы можем обратиться к своим личным воспоминаниям. Самое главное - нам бывает необходим сильнейший катализатор, чтобы раскрыть в себе ту часть нас самих, которую мы по тем или иным причинам закрыли. Мое вынужденное десятидневное пребывание в Арктике во время бурана определенно сыграло для меня роль катализатора.

Разные люди по-разному относятся к тишине. Некоторые любят ее, другие избегают. Однако до тех пор, пока мы не научимся отключать свой "говорливый ум" и настраиваться на свою внутреннюю тишину, мы никогда не сможем услышать свой собственный внутренний голос. Тишина - это язык, который говорит с нами без слов. По ту сторону любого звука, будь он резкий или мягкий, находится тишина. Тишина - внутренняя основа любого звука.

Поэтому сейчас я предлагаю всем нам просто помолчать и понаблюдать, сможем ли мы "услышать" то, что находится по ту сторону не только наших слов, но и мыслей. А после этого спросить самих себя: слышим ли мы свой собственный голос, говорящий с нами изнутри? (с. 73-74).