

Что я узнал о жизни

Ноябрь 2026

ГЛАВА 1

Введение

Когда человек растёт, рано или поздно наступает момент, когда он спрашивает себя, что делать с этой жизнью. Человек задаёт себе главные вопросы жизни. Я опасаюсь, что пугающе многие люди оставляют эти вопросы без ответа и всю жизнь остаются без ориентира. Этот текст должен помочь читателю найти для себя ответы на главные вопросы жизни. Текст не претендует на полноту или правильность. Он лишь задуман как резюме, составленное по моему лучшему разумению и совести, с личной точки зрения.

Небольшое предупреждение сразу: этот текст не задуман как лёгкое чтение. Если ты его ещё не знаешь, тебе, возможно, будет что переварить. Текст должен быть точным и прямым. Приятного чтения!

Этот текст не хочет повторять то, что уже подробно обсуждалось во многих других текстах. Он лишь хочет показать один из возможных взглядов на вещи в надежде, что это поможет читателю продвинуться дальше. Далее сначала кратко изложены важнейшие выводы. Затем рассказано, как можно прийти к этим выводам.

Главные вопросы для человека таковы:

1. Для чего нужна жизнь?
2. Что я делаю в жизни?

Ответы, которые я нашёл для себя на эти вопросы, таковы:

1. У тебя есть задача, которую нужно выполнить. Твоя задача — прожить счастливую жизнь. Выяснить, как это сделать, — часть задачи.
2. Делай то, что делает тебя счастливым.

Это сразу ведёт к следующему вопросу:

Как найти то, что делает меня счастливым?

К сожалению, ответ на этот вопрос трудно уложить в одно предложение так, чтобы это предложение действительно помогало. Один из возможных вариантов такой попытки звучал бы так:

Всегда осознавай свой внутренний центр и живи сейчас.

Развить как можно более глубокое понимание этого высказывания — вот о чём этот текст.

Оригинальная версия этого текста написана на немецком языке. Версии на других языках, исходящие непосредственно от автора, как правило, переведены с немецкого с помощью автоматических средств и вычитаны носителем языка, если такой человек был доступен.

ГЛАВА 2

Побеждают в голове

Когда речь заходит о том, как им удаётся добиваться своих результатов, спортсмены часто говорят:

Побеждают в голове.

По-моему, это высказывание можно перенести на всю жизнь. Если я хочу чего-либо достичь, пусть даже просто быть счастливым, то это вопрос того, что происходит в моей голове. В этом смысле решающее значение имеет то, как я умею принимать каждое мгновение. То есть речь идёт о том, как я обращаюсь с «сейчас». Это сразу ведёт к вопросу:

Что такое «сейчас» и как мне с ним обращаться?

Именно над этим вопросом я долго ломал голову, и даже когда я нашёл свой ответ, я ещё долго не мог его сформулировать. Мне не хватало слова, которое мне сначала пришлось придумать. Это слово — «точка сейчас» (по-немецки: Jetztpunkt). Позже я узнал, что я был не первым, кому пришло в голову это слово. Можно так кратко выразить связь между счастьем и точкой сейчас:

Поиск счастья — это вопрос обращения с точкой сейчас.

Чтобы это высказывание можно было понять, я должен объяснить, что такое точка сейчас. Если посмотреть на ось времени, у неё, как правило, ровно одно измерение. Время течёт ровно в одном направлении: всегда вперёд. Если я хочу отметить на этой оси времени «сейчас», мне нужно подумать, как это сделать. Совершенно интуитивно я отмечаю «сейчас» как точку на этой оси времени. Эту точку я называю точкой сейчас.

У точки сейчас есть несколько особых свойств. Поскольку время всегда течёт вперёд, точка постоянно движется по оси времени. Я также замечая, что мне трудно говорить об этой точке, которую мы все постоянно переживаем. Ведь когда я произношу слово, начало слова уже находится в прошлом к тому моменту, когда я договорил его до конца. Поэтому о точке сейчас, которую мы все переживаем, я могу говорить только в форме более длинных текстов, как этот. Поскольку индивидуальное переживание всех вещей происходит в голове у каждого из нас, а мы, как правило, вероятно, не умеем читать мысли, последний шаг — распознать эту точку сейчас в себе и научиться с ней обращаться — каждый из нас должен сделать самостоятельно, без помощи. Возможно лишь оказать в этом поддержку с помощью такого текста, как этот. То, как мы сознательно или бессознательно обращаемся с точкой сейчас в своей голове, определяет, какой характер мы развиваем и как мы обращаемся со своей жизнью. Здесь я хотел бы привести цитату одного пожилого, очень известного музыканта из разговора с молодой начинающей музыкантшей:

Не делай ничего, чего ты не хочешь делать. В жизни нужно только умереть и платить налоги.

Эту цитату я хотел бы переделать так:

Не делай ничего, чего ты не хочешь делать. В жизни нужно только умереть и осознать свою точку сейчас.

То, как человек осознаёт свою точку сейчас, по моему мнению, для каждого человека является совершенно решающим моментом для того, как сложится его жизнь в целом. Оказалось, что это осознание, очевидно, очень трудно. И даже если это удалось, нужно ещё научиться хорошо ладить с точкой сейчас, которую ты обнаружил в себе. Обычно это процесс, длящийся годами. Я могу сказать только одно: смелее! Чем раньше начнёшь, тем меньше боли придётся ещё вытерпеть, тем лучше справляешься с неровностями жизни и тем больше счастье, которое тебе дарится. Путь, который можно пройти, можно свести к следующим пунктам. В дальнейших частях текста я хотел бы объяснить эти пункты подробнее:

1. Осознать точку сейчас.
2. Научиться защищать собственную точку сейчас от внешних влияний, найти тем самым

внутренний покой и мир, противостоять попыткам манипуляции и защищаться от нападений всякого рода, которые жизнь, по-видимому, неизбежно приносит с собой.

3. Научиться переживать точку сейчас в повседневной жизни и обращаться с ней. Это обучение остаётся процессом длиною в жизнь.

Если жить так, то глубокое чувство счастья и удовлетворения дарится само собой. Есть пословица, которая точно характеризует эту стратегию:

Кто умеет ждать, тот дождётся.

Здесь стоит немного довериться природе. Три описанных выше пункта окружены множеством предрассудков. Многие люди, конечно, хотят быть хорошими людьми и, особенно в личной жизни, делиться всем со своим спутником жизни и с друзьями. Часто считается неприличным и предосудительно эгоистичным выстраивать в самой сокровенной личной сфере защиту вокруг точки сейчас от внешних влияний. По моему мнению, эта защита необходима человеческому разуму в силу самого его устройства. Безусловная открытость перед людьми, которые тебе близки или должны быть близки, делает больным и не ведёт по-настоящему к счастью, а приводит к тому, что жизнь проходит в иллюзии и лжи. Это не значит, что нельзя обо всём говорить и спорить и всем делиться друг с другом. Но пока мы не умеем читать мысли, к сожалению, никуда не деться от того, что на последнем шаге каждый сам справляется со своей собственной точкой сейчас. Можно и нужно искать в этом помощи, например с помощью этого текста, но последний шаг каждый должен сделать для себя совершенно один. Это называется экзистенциальным одиночеством. Экзистенциальное одиночество неизбежно является неотъемлемой частью жизни каждого человека.

Для меня это фундаментальная истина. В этой связи особенно верно следующее:

Наша вселенная устроена по правде. Мимо правды не пройдёт никто. С каждым, кто пытается обойти правду, вселенная разберётся сама. И по каждому счёту будет заплачено.

ГЛАВА 3

Как мне осознать свою точку сейчас?

Это самый трудный и решающий момент во всём деле. Здесь действует следующее:

Если кто-то утверждает о себе, что осознаёт свою точку сейчас или что он по-настоящему счастлив, то, пока мы не умеем читать мысли, никогда не узнаешь, правда это или нет, потому что такое утверждение всегда может возникнуть оттого, что человек ещё не понял суть дела, или же утверждение попросту ложно.

...но...

Если ты осознаёшь свою точку сейчас или по-настоящему счастлив, ты знаешь это сам для себя.

Здесь в игру вступают понятия доверия и веры. Если я чего-то не знаю и, возможно, никогда не смогу узнать, как, например, истинность приведённого выше высказывания, я всё же могу развить доверие к этому и веру в то, что это так. То есть я, сознавая, что не могу этого знать, просто исхожу из того, что это так. Как правило, требуется довольно много времени, чтобы развить доверие и веру в этом смысле. Вероятно, никогда нельзя быть полностью уверенным, что это доверие и эта вера не будут однажды снова поколеблены. Просто нельзя никогда переставать следить за собой в этих вопросах. Такова, видимо, жизнь.

А теперь конкретнее о том, как я осознаю свою точку сейчас. У меня было много обсуждений на эту тему, в которых люди пытались выразить это другими словами. К сожалению, это ерунда и не ведёт к цели. Если я перестаю думать словами и образами, что, возможно, уже довольно трудно, если ты к этому не привык, то в том, что ты ещё воспринимаешь от самого себя, и находится точка сейчас. Точка сейчас — там, где берут начало слова, образы и чувства. Если полностью расслабиться и перестать сознательно думать словами, образами и чувствами, то в том, что ты ещё воспринимаешь от себя, можно обнаружить точку сейчас. Чтобы обнаружить точку сейчас в себе, нужно то, что называют саморефлексией. Этому учат уже тысячелетиями. По-модному сегодня это называют также метапознанием. Это обозначает способность думать о собственных мыслях. Эта способность требует некоторой тренировки, если ею ещё не обладаешь. Чтобы обрести эту способность, нужно упражняться и приучить себя хотя бы ненадолго запоминать все свои мысли. Если ты хоть на мгновение осознал свою точку сейчас, то самое трудное уже позади. Если эти ходы мысли ещё незнакомы, нормально сначала чувствовать себя перегруженным. Научиться этим ходам мысли и натренировать их, по моему опыту, обычно занимает месяцы или годы.

Сразу возникает следующий вопрос:

Как мне оставаться в осознании своей точки сейчас?

Это довольно долгий процесс, фаза обучения и упражнений, через которую нужно пройти. Сначала часто бывает трудно, особенно в повседневной жизни, осознать эту точку и оставаться в этом осознании. Но я убедился на опыте, что этому учишься, как езде на велосипеде. Это место провоцирует предрассудки. Можно было бы возразить: это же программирование и промывание мозгов. Я хотел бы ответить: если смотреть так, вся жизнь — одно сплошное программирование и промывание мозгов. Вопрос лишь в том, какое программирование выбрать. Поскольку этот текст о том, как стать счастливым, в нём должно быть описано и то, как этого можно достичь. Здесь, конечно, нет ни закона, ни обязательства. Никто не обязан делать именно так. Можно прожить свою жизнь и любым другим способом. Возможно, существуют и другие решения проблем, затронутых в этом тексте. Это один из возможных вариантов.

ГЛАВА 4

Как мне защитить свою точку сейчас от внешних влияний?

Когда ты продвинулся настолько, что можешь в любой момент без труда осознать свою точку сейчас и оставаться в этом осознании, когда захочешь, может оказаться, что тебе трудно и сохранять это состояние, потому что ты подвержен внешним влияниям. Опасность на этом этапе в том, что человек становится особенно податлив для манипуляций, потому что он хотя и отчётливо чувствует точку сейчас, но не понимает, как возникают её реакции. Другие люди могут быстро это заметить и тогда получают возможность, воздействуя на точку сейчас тем, что они говорят и делают, вызывать реакции по плану. В ещё более острой форме может случиться так, что ты осознаёшь эти влияния и всем ясно, что здесь идёт манипуляция, но манипуляции всё равно агрессивно продолжаются, и тебе трудно противостоять тому, чтобы быть рабом других. Это может стать очень утомительным и неприятным. Тогда наступает фаза, в которой нужно научиться ставить границы. Этому умению ставить границы, в свою очередь, нужно учиться и его нужно упражнять. В конечном счёте у каждого есть как бы садовый забор вокруг его личности, а значит, и вокруг точки сейчас. В повседневной жизни этот забор охотно и часто игнорируют и перелезают через него. Научиться защищать забор может быть трудно. Лучше всего научиться этому ещё ребёнком, совершенно естественно, в общении с другими детьми. Вполне может быть, что по разным причинам, на которые не всегда можно повлиять, у человека

есть трудности с защитой забора и без помощи он никогда полностью этому не научится. Не нужно стыдиться в таком случае обратиться за профессиональной помощью. Это распространено гораздо шире, чем можно было бы подумать. Я убедился на опыте, что научиться этой защите — процесс, длящийся годами, даже если проблема распознана совершенно ясно. Прежде всего это ещё и вопрос практики. Если упражняться достаточно долго, становишься в этом всё лучше. Я также убедился, что природа затем начинает помогать сама себе, всё в голове приходит в равновесие, и можно всё лучше покоиться в самом себе. Так можно стимулировать силы самоисцеления собственного разума.

Если сказать коротко, защита забора состоит в том, чтобы не принимать и не терпеть ничего, что выводит тебя из равновесия и, как говорят в народе, задевает тебя. Под этим я имею в виду вещи, которые извне влияют на точку сейчас против твоей воли и противодействуют действию точки сейчас изнутри. Это, конечно, порой легче сказать, чем сделать, особенно когда ситуации, в которых ты оказался, настолько запутаны, что этих задевающих вещей почти не избежать. Единственный путь, который приходит мне в голову, — последовательно, даже если это долго и сложно, отсеивать эти вещи и убирать их из своей жизни или менять собственное отношение так, чтобы они тебя больше не задевали. Здесь, вероятно, чаще выясняется, что отношение нельзя просто изменить по желанию и остаётся только отсеивание. Этим я не хочу призывать к всеобщему бунту. Если у кого-то есть на этот счёт хорошие, практичные идеи: выкладывайте!

Когда наконец достигаешь того, что можешь защищать точку сейчас, в оставшейся жизни речь идёт о том, чтобы переживать точку сейчас и наслаждаться ею.

ГЛАВА 5

Нести точку сейчас вовне

«Распознать точку сейчас» и «защищать точку сейчас» — это ещё не всё. Ведь, возможно, хочется не только пассивно сидеть и отгораживаться, но и активно строить жизнь. Когда научился защищать точку сейчас, обнаруживаешь, что она развивает собственную жизнь. Возможно, трудно всегда истолковать, какие импульсы исходят от точки сейчас. Здесь нужна креативность. Сведя всё к простым пунктам, я пришёл к следующему мнению:

Хочется любить живых существ и быть любимым ими. Хочется любить вещи и занятия. Хочется созидать, а не разрушать.

Сейчас это звучит очень наивно и слащаво. В такой ясности это высказывание порой трудно выдержать, и оно становится предметом больших дискуссий. Ведь речь идёт о том, чтобы прожить счастливую жизнь. Порой на опыте узнаёшь, что делает счастливым, а что нет. Следовать приведённым выше пунктам, вероятно, делает счастливым. Как эти простые пункты могут быть конкретно воплощены, каждый должен выяснить для себя сам. Точка сейчас говорит тебе, что делать. При этом, возможно, ощущаешь сопротивление и должен научиться находить правильную меру в преодолении этого сопротивления. Передвигая забор вокруг собственной точки сейчас, находишь свои границы у заборов других. Здесь нужно на равных договариваться о том, как ставить заборы. Эти переговоры, вероятно, приводят к пространным дискуссиям. Желаю удовольствия! А как, например, быть с играми, в которых что-то разрушают? Если бы действительно разрушалось что-то жизненно важное, веселье наверняка сразу бы закончилось. Поскольку это всего лишь игра, можно иногда и дать волю своей агрессии, хотя для многих это довольно сомнительное удовольствие.

ГЛАВА 6

Советы, понятные каждому

Понятие точки сейчас для некоторых, возможно, немного трудно понять и применить. Поэтому вот несколько простых, понятных каждому советов, которые я со временем вывел из приведённых выше объяснений. Некоторые из них уже встречались в тексте.

1. Наша вселенная устроена по правде. Мимо правды не пройдёт никто. Если пытаешься её обойти, вселенная разберётся с этим. Здесь по каждому счёту будет заплачено.

2. Как и во всех вещах, вращающихся вокруг правды, существует много возможностей неправильно понять обращение с точкой сейчас или не понять его вовсе. Но когда понял его, знаешь это сам для себя.

3. Мельницы Господни мелют медленно, но верно.

4. Никогда нельзя лгать самому себе.

5. В жизни тебе нужно только умереть и осознать свою точку сейчас.

6. Ты живёшь, потому что у тебя есть задача, которую нужно выполнить. Твоя задача — прожить счастливую жизнь. Выяснить, как это делается, — часть задачи.

7. Индийская пословица: Когда дети маленькие, дай им крепкие корни. Когда дети выросли, дай им крылья.

8. В жизни очень часто дело лишь в том, чтобы вывести друг друга из равновесия. Ты никогда не должен позволять выводить себя из равновесия, а должен всю жизнь расслабленно покоиться в себе. Это имеет центральное значение для жизни. Ты никогда не должен хотеть добиться чего-либо любой ценой. Это ломает человека. Ты должен принимать жизнь такой, какая она есть, и вносить свой вклад в то, чтобы её строить. Ты встретишь людей, которые будут намеренно пытаться вывести тебя из равновесия. Ты не должен позволять делать это с собой. Несмотря на все усилия, несмотря на все тренировки, в твоей жизни будут моменты, когда ты будешь выведен из равновесия. Когда ты это осознаешь, ты должен сразу же попытаться снова успокоиться. Это очень важно! Это совершенно решающе! Успокоиться нельзя по принуждению или за пять минут, как фокус из рукава. Этому нужно учиться. Речь здесь идёт об обращении с текущим мгновением, с «сейчас». Вокруг тебя есть люди, которые тебя поддерживают. Но последний шаг — разобраться со своими мыслями — ты должен сделать сам, совершенно один, без помощи. На этом последнем шаге каждый человек всю жизнь совершенно один. Это называется экзистенциальным одиночеством. Чтобы успокоиться, можно в определённых пределах влиять на собственные чувства — не как угодно, и ничего при этом нельзя навязать, но влиять на них в ограниченной мере можно. Для этого нужно исполнять с ними своего рода танец на яйцах. Нужно принять и допустить к себе то, что ты выведен из равновесия, потому что это нельзя просто подавить. Нужно желать успокоиться и сосредоточиться на этом, не пытаясь этого добиться силой. Если достаточно долго удерживать это напряжение, со временем сам собой становишься спокойнее. К сожалению, я и сам не знаю, как описать это точнее. Нужно упражняться и найти в этом свой собственный путь...

9. Любовь долготерпит, милосердствует. Не горячится, не превозносится, не гордится. Не ищет своего, не раздражается. Не радуется неправде, а сорадуется истине. Всё покрывает, всему верит, всего надеется, всё переносит. Любовь никогда не перестает. (по мотивам Библии, Первое послание к Коринфянам, глава 13; слегка переработано; сравнение с версией из Библии и выводы из него не отдадут должного сути дела; этот образ любви немного отличается от образа из Библии; по моему опыту, представленный здесь образ лучше соответствует жизни; переработки не должны быть призывом делать недостойное или помнить зло; по моему мнению, любовь не следует втискивать в слишком тесный корсет, ей нужно давать воздух, чтобы дышать, потому что никому не помогает, если ради любви изводишь сам себя или ставишь любовь на такой высокий пьедестал,

что до неё уже никто не может дотянуться.)

10. Любить — значит также отпустить то, что любишь, когда придёт время.

ГЛАВА 7

Частые ошибки

В этой главе я собираю примеры того, как, по моим наблюдениям, неправильно обращаются с точками сейчас. Примеры при необходимости упрощены, чтобы основная мысль каждого была как можно более узнаваемой. В повседневной жизни эти примеры встречаются во множестве вариаций и оттенков.

1. Целенаправленная ложь используется для того, чтобы систематически добиваться преимуществ в жизни. Результат: становится невозможно стать счастливым, что затем часто просто компенсируют ещё одной ложью: человек просто решает, что он счастлив.

2. Человек оправдывает какое-либо поведение тем, что все остальные ведь тоже так делают. Результат: становится невозможно стать счастливым, потому что постоянно стараешься выполнить требования извне. (Это не означает, что автоматически лучше всегда делать что-то иное. Нужно каждый раз уметь честно обосновать это для себя.)

3. Мой ребёнок должен уметь пробыть в жизни. Поэтому я должен сделать его жёстким и с самого начала приучить к жёсткости. Результат: ребёнка так сильно ломают как личность, что он не справляется с этим и не способен вести счастливую, самостоятельную жизнь.

4. Родители активно вмешиваются в любовные отношения детей, потому что, по их мнению, по самым разным причинам другие вещи важнее. Результат: дети психически больше не способны строить любовные отношения и всю жизнь остаются без партнёра.

5. Родители систематически переступают пограничный забор вокруг точки сейчас своих детей как метод воспитания. Результат: дети не учатся защищать пограничный забор и поэтому не имеют возможности прожить счастливую жизнь, потому что постоянно страдают от окружающих.

ГЛАВА 8

Точка сейчас и политика

Эта глава и все последующие главы не важны для основного понимания этого текста и могут быть пропущены без существенной потери.

Для меня в политике всегда речь идёт также о поиске правды и обращении с ней. Это никому не даётся легко. Бисмарк сказал:

Политика — это не что иное, как изучение подвохов.

Гельмут Шмидт сказал:

У кого есть видения, тому следует пойти к врачу.

Мой ответ на это: вы слишком рано сдались. Видения — это то, что движет нас вперёд. Видения поддерживают в нас жизнь и дают нам цель. Всё, что я пишу здесь о точке сейчас, в этом смысле тоже политика. Моё видение — что однажды все люди, взрослея, будут учиться сознательно воспринимать свою точку сейчас и строить с её помощью свою жизнь.

ГЛАВА 9

Точка сейчас и религия

Прошу прощения, если эта глава покажется в чём-то самонадеянной. Это не входит в мои намерения. Я понимаю это так, что в религии речь идёт о том, чтобы справиться с жизнью в целом. Я понял для себя, что Бог действительно существует, даже если постоянно испытываешь искушение составить себе представление о нём и испытываешь с этим трудности. Бог существует и для тех, кто в него не верит. У каждого в любой момент есть возможность познать Бога. Если хочется получить определение того, что такое Бог, мой ответ был бы: Бог — это линия, которая получается, если выстроить друг за другом все точки, которые были или будут точками сейчас. При этом имеются в виду точки сейчас ВСЕГО (всего, всего, всего, не только этой вселенной....).

Из этого сразу следует: каждый человек — часть Бога и может участвовать в определении того, каким путём идёт Бог. Так можно понять, откуда взялось наименование Сын Божий для Иисуса. Мы все — дети Божьи.

ГЛАВА 10

Интеллект

Существует вопрос о том, что составляет интеллект в повседневной жизни. По моему опыту, есть, во-первых, просто скорость мышления, чувствительность и память, которые в значительной степени кажутся унаследованными, но отчасти могут быть и приобретенными. В случае компьютера здесь говорили бы о тактовой частоте и объёме памяти. Однако одних этих свойств недостаточно. Выдающиеся интеллектуальные достижения в профессии и в других сферах жизни требуют также подходящей структуры личности. В случае компьютера здесь говорили бы о хорошей программе. Решающий момент для того, чтобы с этим добиваться успеха в общении с другими людьми, — подходящая социальная компетентность. Скорость мышления, чувствительность, память и подходящая структура личности бесполезны в общении с другими людьми, если общение с людьми тебе не по силам. Поэтому к подходящим базовым способностям и подходящей структуре личности относится и подходящая социальная компетентность, без которой остальные способности не могут раскрыться в полную силу.

ГЛАВА 11

Любовные отношения

Для распознавания собственной точки сейчас пол не имеет значения. И мужчины, и женщины способны на это в равной мере. Для счастливых любовных отношений есть несколько простых правил:

1. Если оба осознают собственную точку сейчас, это очень помогает.
2. Нужно всегда быть в состоянии обсуждать друг с другом всё без ограничений и без словесного насилия (не всегда всё сразу; разумно не допускать при этом возникновения стресса)
3. Всегда следует быть открытыми и честными друг с другом и не иметь друг от друга секретов. Никогда не следует лгать друг другу или обманывать друг друга. (это не значит, что нужно постоянно сразу выкладывать всё; и здесь разумно не допускать возникновения стресса)

ГЛАВА 12

Дети

Минимальный возраст, в котором можно столкнуться с этим текстом и быть в состоянии его понять, у всех разный. Хорошим ориентиром является возраст 14 лет.

ГЛАВА 13

Комментарии после десятилетий жизни в осознании точки сейчас

Жизнь в осознании точки сейчас, которую также часто называют внутренним центром, — это процесс длиною в жизнь. Для меня это чистая радость — всегда строить свою жизнь в осознании внутреннего центра. Это замечательная основа для любого вида межчеловеческих отношений. Это даёт счастье, силу и уверенность.

ГЛАВА 14

Точка сейчас и смерть

Самое позднее тогда, когда ты постарел и некоторые люди, которые были тебе близки и которых ты всю жизнь близко знал, умерли, начинаешь задумываться о собственной смертности. Для каждого, кто читает эти строки, эта жизнь когда-нибудь закончится. Возможно, спрашиваешь себя: как это будет? Этого не знает никто, но я пришёл к следующему представлению: то, что мы переживаем как «я», всё, что мы воспринимаем, например цвета и звуки, но также интеллект и сознание, — сугубо абстрактно. Это абстрактные эмерджентные свойства нашего мозга. Это значит, что то, что я воспринимаю как своё «я», можно рассматривать как составную часть иерархически вышестоящего абстрактного конструкта - без всякой магии - чтобы лучше это понять, можно просто представить это себе как физически не существующую идею. Каждое «я» в этом смысле является составной частью этого конструкта. И «я» новорождённого человека снова абстрактно и является составной частью этого конструкта. Удивительно в этом то, что, с одной стороны, оно абстрактно и остаётся абстрактным, но в своей жизни мы воспринимаем его как реально существующее. Значит, когда я умру, у моего «я» больше не будет физического представления в виде моего мозга, но оно тем не менее навсегда останется составной частью названного абстрактного конструкта, как и «я» каждого нового человека. С этой точки зрения моё «я» будет жить дальше в новых людях. Значит, когда я умру, я не смогу взять с собой в этот абстрактный конструкт совершенно ничего, но я буду жить дальше через каждого новорождённого человека, через одних больше, через других меньше. Поэтому моя цель в этой жизни должна состоять в том, чтобы сделать жизнь хорошей для всех людей, которые родятся в будущем. Когда я умру, моё существование сразу же без перерыва продолжится через людей, родившихся с того момента, через одних больше и через других меньше. Как я переживу смерть? Никто этого не знает. Но у меня есть твёрдая надежда, что после смерти в следующей жизни я приду в сознание младенцем без воспоминаний в утробе моей следующей матери и передо мной будет новая жизнь.

ГЛАВА 15

Где в повседневной жизни встречается точка сейчас

Для лучшего понимания этого текста здесь приводятся два примера того, где в повседневной жизни встречается обращение с описанной в этом тексте точкой сейчас, хотя порой это бывает трудно распознать:

Сила в фильмах «Звёздные войны» — это не что иное, как независимо сделанная для кино экстраполяция точки сейчас. Так людей, которые осознают свою точку сейчас и научились сознательно с ней обращаться, можно было бы назвать рыцарями-джедаями.

Точка сейчас — это независимо сделанное повторное открытие индийской философии, которой более 2000 лет, сформулированной в писаниях веданты и из которой, помимо прочего, развилась сегодняшняя йога. В настоящем тексте эта философия передана точно, но в современной краткой формулировке. В писаниях веданты точка сейчас описывается как внутренний центр, а также описывается путь к саморефлексии, которую сегодня называют метапознанием.

ГЛАВА 16

Эпилог

Начало работы над этим текстом: 1987

Дата первой версии этого текста: май 2003

пока я жив, следующая версия этого текста уже в работе (читателю рекомендуется искать более новые версии от автора)

для меня важно, чтобы этот текст копировали, передавали дальше и переводили на другие языки; моя просьба: если ты дочитал до этого места, сохрани текст в надёжном месте и передавай копии дальше, это важно; я считаю, что человечеству жилось бы лучше, если бы каждый человек знал этот текст

Лицензия этого текста — CC-BY-SA-NC 4.0 <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

меня зовут Хольгер Бурбах (Holger Burbach); при необходимости меня можно найти под моим именем в интернете (во избежание путаницы: я родился в Люденшайде / Германия / Земля / Солнечная система / Млечный Путь / Ланиакеея);

общение со мной, пожалуйста, только на немецком или английском языке; на французском или испанском только в исключительных случаях