

# REUNIONS

*Visionary Encounters with  
departed Xovcd Ones*

Raymond Moody, M.D.  
with Paul Perry

IVY BOOKS • NEW YORK

# рЭЙМОНД МОУДИ

## ВОССОЕДИНЕНИЕ

ОБЩЕНИЕ С ПОТУСТОРОННИМ МИРОМ

София», 2008

УДК 133.2  
ББК 86.391  
М85

**Моуди Р., Перри П.**

М85 Воссоединение: Общение с потусторонним миром / Перев. с  
англ. — М.: ООО Издательство «София», 2008. —192 с.

ISBN 978-5-91250-331-3

Это совершенно невероятная книга, которая может не только изменить ваши взгляды на существование жизни после смерти, но и научить вас древней и возрожденной доктором Моуди технике встречи с недавно и давно ушедшими на *Другую Сторону* любимыми людьми, разобраться с собственным подсознанием, избавиться от необходимости встречаться с психотерапевтами. И наконец — встретиться с настоящим волшебством.

Книга «Воссоединение» необходима всем, кто скорбит об ушедших близких, а также всем людям, кто не хочет видеть в этом мире только обыденное.

УДК 133.2  
ББК 86.391

© 1993 by Dr. Raymond Moody and Paul Perry  
Reunions: Visionary Encounters with Departed Ones

Все права зарезервированы, включая право на полное или  
частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

ISBN 978-5-91250-331-3

© «София», 2007  
© ООО Издательство «София», 2007

## Содержание

Предисловие . . . . .	9
I. Природа видений . . . . .	21
Визионерский опыт . . . . .	23
Трансформирующее воздействие видений . . . . .	26
Естественная связь . . . . .	27
Парейдолия: облачные видения . . . . .	28
Исцеление через инкубические видения . . . . .	31
Гипнагогия: между сном и реальностью . . . . .	35
Мой личный опыт созерцания зеркала . . . . .	37
Увидеть того, кого «нужно» . . . . .	42
Созерцание зеркал: тайный и запретный метод . . . . .	44
Страх перед бессознательным . . . . .	45
Созерцатели зеркал как шарлатаны . . . . .	49
Конфликт с современными технологиями . . . . .	51
Созерцание зеркал — антинаучная практика . . . . .	52
Созерцание зеркал и «общепринятые» представления о реальности . . . . .	54
Дешевая игра . . . . .	54
Предостережения для исследователей . . . . .	55
Из огня да в полымя . . . . .	57
II. Вглядимся в историю . . . . .	59
Внутренние путешествия: богатый опыт . . . . .	61
Раскопки оракула мертвых . . . . .	63
Влияние на Платона . . . . .	65
Путеводитель по Срединному Царству . . . . .	67

От религиозных источников до времен королевы	
Елизаветы . . . . .	70
Шаманская традиция . . . . .	72
Зеркало Аладдина, нимфы Нумы . . . . .	75
Кельтский миф о созерцании котла . . . . .	76
Созерцатель по имени 007. . . . .	77
Зеркальное видение президента . . . . .	81
Фальшивки . . . . .	82
III. Современный психомантеум . . . . .	85
Начальная стадия исследований . . . . .	86
«То, что я увидел, совершенно реально» . . . . .	89
Неожиданные результаты . . . . .	92
«Передай маме, что со мной все в порядке» . . . . .	92
«Он меня обнял» . . . . .	94
«Ты все делаешь правильно» . . . . .	95
«У меня все хорошо, и я люблю тебя» . . . . .	98
Потрясающие результаты . . . . .	100
IV. Театр сознания . . . . .	103
Факторы, способствующие измененным состояниям . . . . .	104
Красота природы . . . . .	104
Изменения в ощущении времени . . . . .	104
Измененные состояния сознания и искусство_____	105
Стимуляция с помощью знаний и юмора . . . . .	107
Атмосфера игры . . . . .	107
Двери души . . . . .	109
«Он вышел прямо из зеркала» . . . . .	111
«Я осознала, что вижу призрак» . . . . .	115
«Мне хотелось кричать от счастья» . . . . .	117
Разнообразие опыта . . . . .	120
«Они кого-то ждали» . . . . .	120
«Он стоял рядом со мной» . . . . .	123
«Мама вышла из зеркала» . . . . .	125
«Все они были совсем как живые» . . . . .	128
Запоздалые видения . . . . .	129
«У кровати стояла Джейн» . . . . .	132
Разновидности видений . . . . .	133
«Ему неловко говорить с тобой» . . . . .	134
«Казалось, что она рядом» . . . . .	135
«Это был прямой эмоциональный контакт» . . . . .	136
Печаль и знания . . . . .	137
V. Путь к открытию себя . . . . .	139
«Мне становилось очень страшно» . . . . .	139
Символические видения . . . . .	141
«Я увидела павлина!» . . . . .	143
Взгляд в бессознательное . . . . .	145
Островитянин . . . . .*	146
Созерцание зеркал и образовательный процесс . . . . .	148
Река знания . . . . .	150
VI. Как создать собственный психомантеум . . . . .	153
Создание соответствующего настроения . . . . .	155
Сочетание этих факторов . . . . .	159
Отражающая поверхность . . . . .	160
Процесс созерцания . . . . .	162
Пусть все течет, как течет . . . . .	163
Делайте записи . . . . .	164
Не напрягайтесь . . . . .	164
Пусть все это будет игрой . . . . .	166
За границами привычного мира . . . . .	167
VII. Перспективы использования метода	
созерцания зеркал . . . . .	169
Призраки, привязанные к определенному месту. . . . .	170

Коллективные сеансы . . . . .	172
Терапия скорби. . . . . ч. . . . .	173
Психология истории . . . . .	173
Грустная история племени кхоса . . . . .	174
Измененные состояния сознания и история . . . . .	177
Изучение литературы . . . . .	181
Загадка ящика Пандоры. . . . .	184
 Литература . . . . .	 188

## Предисловие

Одно из самых болезненных переживаний для человека — встреча с новой идеей.

*Уолтер Бэйджхот*

Очень и очень многие люди жаждут общения с кем-то из умерших близких. Это желание неотступно преследует нас траурным хором мыслей «что, если», «если бы только» и страстной мольбой о возможности побыть еще пять минут вместе.

Иногда это желание исполняется, и человеку является видение, или призрак покойного, — причем, согласно многим свидетельствам, такие переживания совершенно не похожи на сновидение. Это моменты бодрствования, когда человек отчетливо и — как кажется — явно ощущает присутствие усопшего. Такие эпизоды бывают очень убедительны, и нередко переживший их человек не испытывает ни малейших сомнений в том, что встреча была совершенно реальна. И в нем крепнет убежденность в том, что жизнь после смерти действительно существует.

Опыт общения с видениями вошел в языки и фольклор всех народов мира задолго до возникновения письменной истории. Даже ныне встреча с усопшими в видениях — явление достаточно распространенное. Некоторые опубликованные во вполне научных журналах и других авторитетных источниках иссле-

дования показывают, что довольно многие люди, пережившие смерть близких, встречали усопших в видениях: приблизительно шестидесяти процентам вдов являются видения умершего мужа. Объектом исследования были выбраны именно вдовы по той простой причине, что женщины обычно переживают мужчин. Поскольку вдов больше, чем вдовцов, они представляют более богатый материал для исследования. Клинический опыт свидетельствует, что явление призраков умерших — обычная вещь и среди других групп: детей, родителей, братьев, сестер и друзей усопшего. Например, 75 % родителей в течение года после смерти ребенка встречаются с ним в той или иной форме. Этот опыт приносит утешение большинству родителей и в значительной мере смягчает их скорбь.

Встречали ушедших и люди, имевшие околосмертный опыт. Они рассказывают, что в Царстве Света их ждут души родственников и друзей, которые умерли раньше. Этот опыт нередко побуждает человека к полной трансформации, как правило с позитивными последствиями.

Напрашивается мысль, что, если бы кто-то научился воспроизводить околосмертный опыт у здоровых людей, это можно было бы использовать для облегчения тоски по усопшим. Данную идею обыгрывают авторы голливудского фильма «Остановка сердца» (*Flatliners*) о студентах-медиках, которые вызывают друг у друга состояние клинической смерти, чтобы пережить околосмертный опыт. Этот способ получения вестей с Другой Стороны подсказал режиссеру идею для создания интересного фильма. Однако ни один человек в здравом уме не решится на подобный трюк.

Однако мне очень хотелось найти метод воспроизведения такого опыта, особенно ту его часть, когда человек встречается с усопшими друзьями и близкими. Хотя встреча с умершими представляет собой лишь одну из составляющих подобного опыта, я чувствовал, что, научившись встречаться с видениями, я смогу многое узнать об околосмертном опыте в целом.

И однажды ответ упал прямо к моим ногам... буквально.

Это случилось осенью 1987 года. Я рылся на полках букинистического магазина в одном небольшом городке штата Джорджия. Когда я направлялся в дальний угол торгового зала к отделу книг по искусству, с одной из полок свалилась книга и упала прямо передо мной.

Я нагнулся, чтобы поднять книгу, и заметил заглавие: «Созерцание кристалла». Первым моим чувством было неприятие. Созерцание зеркала (таково более уместное название для этой практики) всегда ассоциировалось у меня с мошенничеством и обманом: с цыганкой, надувающей клиентов, или же с прорицателем, которому нужно дать еще немного денег, чтобы он более отчетливо разглядел видение в хрустальном шарике. Я так бы и поставил эту книгу обратно на полку, если бы мне вдруг не вспомнилась беседа с доктором Уильямом Роллом, пионером исследования паранормальных явлений. Он говорил, что люди действительно могут разглядеть образы в прозрачной глубине зеркала. Из любопытства я перелистнул несколько страниц, а затем начал читать первую главу. Автор, Томас Норткаут, оказался очень последовательным и серьезным исследователем. Он обсуждал различные методы созерцания зеркал и кратко описывал психологические процессы, сопутствующие каждому из методов.

Возможно, самая интересная часть книги — это предисловие выдающегося ученого Эндрю Ланга. Он высказал предположение, что ученый, решившийся исследовать созерцание зеркал, скорее всего, встретит неприятие со стороны научного сообщества. Эндрю отметил, что такой подход со стороны ученых-психологов порочен, поскольку отталкивает любознательных коллег от исследования тайн *сознания*. Ему хотелось смягчить предубеждение представителей профессиональной медицины и науки. В частности, Ланг пишет:

торые видели призраков и согласились поведать о своем опыте исследователю.

В прошлом люди не умели специально вызывать видения, тем более в лабораторных условиях. Единственный метод научного исследования состоял в сборе рассказов встречавшихся с призраками людей и дальнейшем изучении общих черт их переживаний, — крайне скудный материал для серьезной работы.

Я задумался, может ли *созерцание зеркал* вызвать у человека видение в лабораторных условиях, чтобы исследователи могли непосредственно наблюдать человека, общающегося с видением? Это открыло бы очень заманчивые перспективы.

**Можно ли использовать воссоединение с усопшими близкими для преодоления скорби?** Поскольку скорбь — одна из наиболее труднопреодолимых человеческих эмоций, этот вопрос казался мне особенно важным. Возможно, созерцая зеркало, можно увидеть призрак умершего и это поможет развеять печаль?

Стоя в пыльном букинистическом магазине, я ощутил прилив воодушевления, поскольку понял, что посвящу ближайшие годы исследованию богатейшей и совершенно не изученной области. Я был уверен, что, проявив немного трудолюбия и непредвзятости, можно превратить *созерцание зеркал* из занятия «на границах сферы знахарства» — как охарактеризовал его Ланг — в удобный и ценный психологический инструмент.

Итак, я решил посвятить некоторое время добросовестному изучению этого забытого искусства. Я перерыл полки нескольких библиотек в поисках упоминаний о *созерцании зеркал* в исторической и художественной литературе.

Кроме того, в ходе предпринятого мною неформального исследования некоторое количество людей прошли через процесс *созерцания зеркала*. Результаты оказались настолько

неожиданными, что я начал проводить сеансы *созерцания зеркал* регулярно, чтобы собрать как можно больше материала для анализа. Анализируя результаты этих сеансов, я обнаружил следующие возможности практического использования практики созерцания зеркал:

**Инструмент для личного проникновения в удивительные, но мало исследованные области нашего сознания.**

Многие процессы человеческого сознания проходят в области бессознательного. *Созерцание зеркал* помогает обрести доступ к бессознательному и, в некотором смысле, делает его содержание *видимым*.

**Инструмент, при помощи которого психологи и психиатры могут исследовать внутренний мир пациентов.**

Особенно широкие возможности открываются в сфере диагностики душевных и эмоциональных расстройств, а также физических заболеваний (хотя последнее пока еще нельзя утверждать с полной уверенностью).

**Инструмент, помогающий учащимся исследовать чудеса человеческого сознания.** Не следует преуменьшать роль развлечения и игры в образовании и в терапии. Являясь увлекательной игрой, практика *созерцания зеркал* может пробудить в студентах скрытые интересы.

**Инструмент активизации творческих способностей.**

Писателям, ученым, бизнесменам и представителям других профессий нередко удается использовать сопутствующее *созерцанию зеркала* состояние транса для преодоления блоков, препятствующих творчеству. Далее в книге я приведу примеры, как Томас Эдисон, Чарльз Диккенс, Рене Декарт и другие использовали для активизации своего творческого потенциала техники, подобные *созерцанию зеркала*.

Ключ к объяснению ряда удивительных исторических эпизодов.

Исследование различных техник *созерцания зеркал* проливает свет на некоторые действия древних, которые нередко советовались с духами перед принятием важных решений. В главе, посвященной истории, рассказано о том, как люди в разные века использовали *созерцание зеркал*. Я уверен, что, прочтя эту книгу, многие историки свяжутся со мной и сообщат об аналогичных случаях, не описанных здесь. Нередко эти случаи не особенно заметны при первом прочтении исторического документа. Полагаю, тут дело в том, что *созерцание зеркал* было настолько распространенной практикой у древних, что они не всегда уделяли ей внимание в своих текстах. Авторы считали это просто излишним, как, например, современный писатель не станет подробно описывать всю последовательность действий, необходимых для того, чтобы позвонить по телефону.

Если вас интересует история, то знакомство с техниками *созерцания зеркал*, вероятно, прольет для вас свет на многие загадки прошлого. Особенно полезны эти знания для понимания действий пророков и визионеров всего мира, которые на протяжении тысячелетий были вождями цивилизаций Земли.

Объяснение человеческой склонности верить в оккультные сущности и сверхъестественные силы.

Изучение техники *созерцания зеркал* позволяет не только глубже понять мир паранормальных явлений, но и воспроизвести соответствующие феномены в лабораторных условиях.

Прежде никто перед собой таких задач не ставил. На самом деле, главная проблема науки при работе с паранормальными явлениями всегда состояла в том, что ученые были не в силах вызвать явление видений в лабораторных условиях. Если феномен не может быть воспроизведен в лаборатории, ученые не могут эффективно его исследовать. Кроме того, когда феномен не подлежит воспроизведению,

ученые нередко просто отмахиваются от него, подозревая в нем фальшивку.

Не стану оспаривать правомерность такого подхода, однако дело в том, что техника *созерцания зеркал* позволяет видеть духи усопших родственников *практически в любой момент, когда вы захотите*. И это, конечно, означает, что данный опыт может быть исследован в лабораторных условиях. Ученые впервые получили возможность наблюдать, как кто-то «видит» призрак. Теперь исследователю не придется ждать, пока кто-то встретится с видением спонтанно, чтобы затем изучать это событие задним числом.

Вероятно, самое ценное в этом методе — возможность встретиться с видениями усопших родственников. Немало людей, потеряв любимого человека, погружаются в пучину безграничной печали. *Созерцание зеркал* помогает человеку в той или иной степени преодолеть скорбь. С моей точки зрения, это самое полезное свойство созерцания зеркал, ибо скорбь представляет собой одно из наиболее болезненных психологических состояний.

## Возможность соприкоснуться со сферой паранормального

Если вы периодически читаете литературу о паранормальных явлениях, то, вероятно, не раз задавались вопросом: «Почему у меня не было подобного опыта?» И вот я предлагаю вам очередную книгу о паранормальных явлениях, — но в данном случае дело обстоит несколько иначе. Используя описанные здесь техники, многие читатели смогут сами встретиться в видениях с любимыми людьми, которых отняла у вас смерть. Я рекомендую всем, кто хотел бы при помощи описанного здесь метода встретиться с умершими в видениях, вначале прочитать книгу целиком, чтобы хорошо понять весь процесс.

И еще я хочу подчеркнуть, что данная работа не имеет никакого отношения к медиумам или спиритизму вообще. Медиумы утверждают, будто обладают некими сверхъестественными способностями, дающими им возможность вступать по заказу клиентов в контакт с духами умерших и осуществлять обмен информацией между человеком и духом. Клиент должен верить как в то, что такой талант вообще существует, так и в то, что данный медиум имеет этот талант. Таким образом, медиумы могут предложить в лучшем случае информацию из вторых рук. Само слово «медиум» (*medium*) означает «посредник», что предполагает передачу информации через третье лицо.

Процедура, описанная в этой книге, отличается тем, что дает возможность субъекту общаться с видениями напрямую и самостоятельно оценивать, насколько реален данный опыт.

Мы —люди, и нас всех одолевают различные страсти. Есть один страх, с которым нам не удастся справиться, и это страх перед смертью. Это самый сильный личный страх, граница, пересечь которую нам не удастся.

Обществу очень удобно отвести смерти определенное место, поместить ее в некие рамки. Мы устраиваем кладбища таким образом, чтобы смерть оставалась вне поля нашего зрения. У нас есть фильмы ужасов, напоминающие о том, сколь страшна смерть. Обычно мы стараемся поменьше говорить о смерти, за исключением случаев, когда это совершенно необходимо.

Все эти ограничения призваны напомнить нам, что существует мир живых и мир мертвых и живущие на одной стороне никогда не должны ходить на другую. Точка. Однако, насколько я знаю из собственного опыта, между этими территориями есть нейтральная зона. Логика подсказывает, что на этой территории нет ничего. Это просто зона *между жизнью и смертью*.

Но, вне всяких сомнений, существуют феномены живого сознания, указывающие, что мы, скорее всего, живем и после

смерти. Тут можно выделить околосмертные переживания, встречи с призраками усопших и шаманские путешествия в мир духов. Это пограничные переживания между жизнью и смертью, они каким-то образом связаны с обоими мирами и в то же время не принадлежат ни одному из них. Эти переживания относятся к некой гипотетической области, которую я назову *Срединным Царством*.

Существование Срединного Царства недоказуемо научными методами. И все же, несомненно, есть значительное количество людей, которые, пребывая в здравом уме и полном сознании, прошли через переживания, убедившие их в том, что так называемая смерть представляет собой просто переход в иное измерение сознания — то, что мы называем *жизнью после смерти*.

С этой точки зрения, видения в зеркалах можно смело включать в число путей, ведущих в Срединное Царство, — причем путь этот безопасен.

Итак, начну рассказ об одном из самых замечательных приключений в моей жизни. Я провел многих людей через незабываемые видения, которые мы называем *спровоцированной встречей с видением*. Эти люди видели умерших друзей и близких, беседовали с ними и соприкоснулись с тайнами Срединного Царства, о которых прежде только читали. Я тоже встречался с видениями. Я беседовал с моей усопшей бабушкой, и в видении она была столь же реальна, как любой из живущих... Кроме того, в ходе исследовательской работы мне открылось значение некоторых произведений классической литературы и научных трактатов и я совершал путешествия в загадочные древние сооружения, которые были построены две тысячи лет назад специально для того, чтобы помогать людям общаться с усопшими родственниками.

Итак, добро пожаловать в мир тайн и загадок.

Как правило, эти встречи были непринужденными и краткими — обычно менее минуты. Многие призраки являлись в различных зеркальных объектах. Ниже приводится случай «миссис У», записанный в 1885 году. Она рассказывает, что видела отраженное в оконном стекле лицо и верхнюю часть туловища «очень бледного мужчины с темными волосами и усами». Через некоторое время видение повторилось:

Однажды вечером приблизительно в полдевятого я зашла в гостиную, чтобы взять что-то из комода. Обернувшись, я увидела то же лицо на фоне закрытых ставен в окне эркера. Снова видна была только верхняя часть несколько сутулой фигуры. Свет, падавший из холла и из столовой, не попадал прямо на окно, однако я отчетливо различила лицо и выражение глаз. В обоих случаях я находилась на расстоянии 2,5-3 метров от фигуры.

Люди, собиравшие эти описания, были не в состоянии их объяснить. Однако кое-какие теории выдвигались. Одна из них состоит в том, что с живыми общаются вещи, оставшиеся после умерших. Другие ученые полагали, что видения — это галлюцинации находящихся в здравом уме людей, яркие творения сознания. В любом случае, исследователи Общества Психических Изысканий не нашли неопровержимых свидетельств деятельности «потусторонних сил».

Исследователи настаивали на том, что у них нет другого выхода, кроме как назвать эти видения «галлюцинациями», поскольку они не оставляют никаких физических следов. Тогда никто не рассматривал возможность, предложенную позже Эндрю Лангом:

Некоторые галлюцинации случайны и произвольны, пишет он в книге «Сны и видения», но наряду с такими видениями и снами существуют галлюцинации

наяву, которые могут быть сознательно вызваны некоторыми людьми. К их числу принадлежат видения, возникающие в процессе созерцания зеркал.

## Визионерский опыт

Учитывая то, насколько яркими и отчетливыми бывают видения, я подумал, что их можно отнести к той же категории, что паранормальные явления, известные как *видения*. Примером тут может служить явление Христа святому Павлу по дороге в Дамаск, а также голоса ангелов Жанны Д'Арк, возглавившей французскую армию.

Такие явления называются *спонтанными видениями*, — то есть люди, их переживавшие, не прилагали к этому никаких сознательных усилий. Вот человек пребывает в своем обычном состоянии, а через секунду ему является видение.

Удивительно много спонтанных видений возникает в зеркалах и других отражающих поверхностях. Кроме того, нередко они возникают на каком-нибудь темном фоне, например на фоне стены или в темном дверном проеме.

Например, одна женщина рассказала мне, что видела призрак матери, являющийся из зеркала в конце коридора. Под взглядом изумленной женщины призрак шел по коридору по направлению к ней, а затем исчез в проеме открытой двери, ведущей в одну из комнат. Другая женщина рассказывала, как, глядя на хрустальный канделябр в своей столовой, она видела в одном из свисающих хрусталиков беседующих друг с другом людей.

Эти видения на протяжении человеческой истории являлись самым разным людям. Авраам Линкольн, например, видел свой удвоенный образ в зеркале у себя дома, в Спрингфилде, штат Иллинойс: он, лежащий на кушетке, и он же, призрачный и бледный, словно мертвец или умирающий.

Меня удивляет не столько тот факт, что у президента Линкольна были видения, сколько то, что он с готовностью говорил об этом. В наши дни для президента США подобные разговоры наверняка означали бы конец политической карьеры, однако Линкольн свободно говорил о своих снах и видениях.

Анатолий Франс рассказывает, как его двоюродная бабушка видела в зеркале образ умирающего Робеспьера приблизительно в то время, когда его застрелили. Вечером 27 июля 1794 года, глядя в зеркало, она вдруг закричала: «Я его вижу! Вижу! Как он бледен! Из рта течет кровь! Челюсть разможжена, зубы выбиты! Слава богу. Кровожадный подлец уже больше не напьется ничьей крови, кроме своей собственной». Затем она закричала и потеряла сознание.

Есть сообщения и о коллективных видениях в зеркалах. Большинство документальных описаний этих случаев сделаны исследователями паранормальных явлений, которые известны исключительно добросовестным отношением к сбору фактических материалов.

Один из таких исследователей — сэр Эрнест Беннет, первый секретарь английского Общества Психических Изысканий. Он проявлял огромный интерес к необъяснимым феноменам, особенно к тем, которые происходят спонтанно. Беннет много писал о паранормальных явлениях для научных журналов и прилежно документировал описания паранормальных случаев. Среди его записей есть описания коллективных видений, когда двое или более людей одновременно видели призрак одного и того же человека. Приведу один из описанных им случаев, где упоминается отражающая поверхность:

*3 декабря 1875 года*

5 апреля 1875 года отец моей жены, капитан Таунс, умер в своей резиденции Кранкбрук, Роуз Бэй, неподалеку от Сиднея, в Новом Южном Уэльсе, Австралия.

Недель через шесть после его смерти у моей жены был такой случай. Часов в девять вечера она вместе с юной мисс Бертон вошла в одну из спален дома (следует отметить, что в продолжение всего нижеописанного эпизода в комнате горела газовая лампа), где женщины с изумлением увидели образ капитана Таунса, как бы отраженный в полированной дверце шкафа. Видна была только часть фигуры: голова, плечи и немного руки. Это напоминало портрет с медальона, но только в натуральную величину. Лицо серое и изможденное, каким оно было перед смертью. На капитане был серый фланелевый жакет, в котором он обычно спал. Изумленные и немного напуганные этим зрелищем, женщины вначале подумали, что видят отражение портрета, висящего на противоположной стене, но, обернувшись, обнаружили, что никакого портрета там нет.

Пока они с изумлением смотрели на изображение, в комнату вошла сестра жены, мисс Таунс, и воскликнула: «Боже милостивый! Вы видите папу?» Мимо комнаты проходила одна из служанок. Ее попросили войти и спросили, видит ли она что-нибудь. «Ах, госпожа! — вскричала служанка. — Да это же хозяин!» Послали за Грэмом, старым слугой капитана Таунса, и он тоже с изумлением воскликнул: «Господи, помилуй! Миссис Лет, это же капитан!» Вызвали дворецкого и няню моей жены, миссис Крэйн, и они тоже подтвердили, что видят капитана Таунса. Наконец, послали за миссис Таунс. Увидев призрака, она протянула к нему руку, желая прикоснуться. Когда вдова провела ладонью по полированной поверхности шкафа, фигура стала постепенно меркнуть, и больше ее никто не видел, хотя в этой комнате с тех пор постоянно кто-нибудь жил.

## Трансформирующее воздействие видений

Приведенный выше документ подписан мистером Летом, зятем капитана, а далее идут показания остальных свидетелей, заверенные их подписями.

В данном случае Беннет не пытался оценить психологическое воздействие видения на увидевших призрака людей, но, полагаю, это воздействие было весьма глубоким. Многие из тех, с кем я работал, говорят, что такие видения влекут за собой облегчение или даже полное исчезновение скорби. Некоторым моим клиентам опыт общения с видениями принес примирение: во время встречи им удавалось уладить конфликты, не решенные при жизни усопшего. Это переживание не сулит ни страха, ни беспокойства. Меня это радует и удивляет, поскольку бесчисленные фильмы и романы учат нас *бояться* призраков. С давних времен среди разных народов бытуют страшные истории о привидениях, которые возвращаются в наш мир, чтобы «досаждать» живым, но в реальности призраки совсем не такие. Исследователи, изучающие их, знают, что ничего пугающего в этом опыте нет. Да, встретившись с видением, человек нередко бывает озадачен, но безумного страха он не испытывает. Ниже я привожу довольно типичную историю о спонтанном видении, которое произошло, когда некая вдова разглядывала отражение в венецианском окне комнаты отеля. На улице стояла ночь, и оконное стекло отражало тусклый свет из соседней комнаты, создававший прозрачную глубину в полированной поверхности.

Это произошло вскоре после гибели моего мужа в автокатастрофе. Было раннее утро, и я лежала в кровати, глядя в окно. Было еще темно, поэтому я не видела, что творится снаружи. Окно казалось просто черным

прямоугольником. Я не помню, чтобы думала о чем-то конкретном, — просто глядела в окно.

Вдруг я увидела бегущего ко мне мужчину. Он был в купальном костюме, с влажными волосами, как будто бежал с пляжа. Я очень обрадовалась, поскольку узнала в нем своего погибшего мужа! Улыбаясь, он бежал прямо ко мне. Я чувствовала его запах и знала, что ощутила бы пальцами влажные волосы, если бы протянула руку и прикоснулась к ним.

«Здесь у нас все хорошо», — сказал он. Он улыбался счастливой улыбкой, и от этого мне стало радостно на душе. Эта встреча помогла мне преодолеть скорбь, ибо я очень страдала, представляя, какую боль он должен был испытать во время катастрофы.

В данном случае, узнав, что муж не страдает в загробной жизни, вдова смогла «завершить круг». Видение, как это часто бывает, помогло женщине преодолеть скорбь. И подобные случаи служат основанием предположить, что специально спровоцированные видения могут оказывать еще более сильное позитивное воздействие.

## Естественная связь

Существует много типов видений и много способов вызвать их, и все же видения остаются в числе самых удивительных феноменов человеческого сознания. Однако еще более удивительным феноменом является тот факт, что психологи так мало их изучают.

Немало людей с самого детства постоянно слышали рассказы о библейских видениях. Кто из людей, знакомых с Библией, не восхищался «колесом в колесе» Иезекииля, или лестницей Якова, или всей книгой Откровения? Не удиви-

тельно, что многие считают визионеров древности людьми исключительными, обладающими редким загадочным даром общаться с Божественным.

В наше время немало людей склонны считать видения явлением патологическим. Существует мнение, что люди, которым являются видения, страдают шизофренией, бредом и даже психопатией. Ныне отношение понемногу изменяется, поскольку целый ряд демографических исследований показывают, что визионерский опыт весьма распространен среди *нормальных* людей. Очень и очень многим людям во все времена являлись видения. Они просто предпочитают не распространяться об этом опыте из опасения, как бы их не сочли сумасшедшими.

Поскольку призраки усопших представляют собой разновидность визионерских видений, нам необходимо поговорить о наиболее распространенных формах видений, в частности о тех, которые могут быть вызваны при помощи известных нам методов. Таким образом, сфера нашего обсуждения сужается до четырех пунктов: парейдолические видения, инкубические видения, гипнагогические видения и видения в зеркалах.

### *Парейдолия: облачные видения*

Все мы время от времени видим очертания лиц в облаках. Это пример зрительной иллюзии под названием парейдолия. Данное явление определяют как иллюзию, поскольку тут есть видимый внешний стимул — облако, — на который накладывается интерпретация, вследствие чего человек видит в небе некий осмысленный образ.

Если, глядя на облако, я увижу там образ Джорджа Вашингтона и скажу об этом кому-то, скорее всего мой собеседник тоже увидит этот образ. Особенность парейдолии состоит в том, что эта иллюзия не исчезает, когда мы пристально в нее вглядываемся.

Поскольку парейдолические иллюзии вызваны внешним стимулом, на эти иллюзорные образы можно указывать окружающим. И группа людей может достичь согласия относительно того, что представляет собой тот или иной образ. Это служит объяснением некоторых групповых иллюзий, когда большое количество людей видят изображение Христа на стене церкви или образ Девы Марии на нефтеналивной цистерне на Ближнем Востоке. Если один человек видит в каком-то наборе штрихов и пятен образ Христа — или любое другое лицо, — тогда его могут видеть и другие.

После того как люди увидели образ, становится практически невозможно убедить их, что все составляющие его черты присутствовали в данном месте всегда. С точки зрения людей, давно знакомых с этим местом, они встретились с видением, материализовавшимся ниоткуда. «Я ежедневно езжу мимо этой цистерны в течение двадцати лет, — может сказать вам визионер. — Если бы Дева Мария была тут и прежде, я бы увидел ее раньше. Я уверен, что она появилась совсем недавно!»

Когда весть об образе распространится по миру, в место, где явилось видение, начинают съезжаться паломники. Посетители, как правило, ведут себя набожно и почтительно, независимо от того, верят они в сверхъестественное происхождение образа или нет. Многие скептики предпочитают держать свои сомнения при себе.

Тут дело не ограничивается религиозными образами. В некоторых районах египетской пустыни есть месторождения соды и окаменевшие растения, образующие подобие каменного леса. Путешественники рассказывают о том, что они видят в этих образованиях останки мумифицированных великанов или огромные каменные корабли.

Парейдолия также лежит в основе некоторых систем прорицания. Гавайские жрецы *ихуна* формулируют вопрос, а затем смотрят на облака, ожидая найти ответ в их изменчивых

формах. Среди коренных народов Центральной Америки до сих пор практикуют капномантию, или гадание, основанное на созерцании дыма. Подобная же практика была распространена у женщин и девушек средневековой Европы. Существует также практика, основанная на созерцании чайных листьев: прорицатель стремится увидеть, какие картины складываются из листьев заваренного чая.

Иногда парейдолические видения служат основой для явления видений умерших близких. Тут можно вспомнить случай, произошедший с генералом Джорджем Паттоном, которому на поле боя во Франции явились духи его предков. Вот как описан разговор об этом эпизоде в мемуарах его племянника Фреда Айера-младшего «Пока не померкли цвета»:

— Я уверен, что наши предки всегда с нами. Они смотрят на нас. И они чертовски многого от нас ждут.

— Что ты имеешь в виду? — спросил я.

— Не имеет значения, знаешь ты об их присутствии или нет. Но иногда ты видишь их воочию. Однажды во Франции мы попали под шквальный огонь немецких пулеметов. Перепуганный до смерти, я лежал пузом на земле, не решаясь даже поднять голову. Наконец я все-таки набрался храбрости и посмотрел на облака, озаренные красным светом заходящего солнца. И там, в небесах, я совершенно отчетливо увидел лица моего дедушки и его братьев. Они не говорили ни слова, губы были неподвижны. Но они смотрели, смотрели... не гневно, а скорее хмуро и печально. В их глазах я прочел укор: «Джорджи, Джорджи, грустно видеть тебя распластавшимся на земле. Вспомни: многие Паттоны погибли в бою, но никто из нас не был трусом». Тогда я встал, поднял винтовку и стал отдавать приказы. Полковник Джордж и другие не исчезли с небес, но теперь они улыбались. И конечно, мы выиграли эту битву.

Если уж речь зашла о генерале Джордже Паттоне — несомненно, одном из наиболее уважаемых и успешных генералов в военной истории США, — стоит отметить, что он твердо верил в существование призраков. Дело в том, что генерала часто посещал на поле боя усопший отец. Вот что генерал рассказал об этом Айеру: «Отец обычно приходил по вечерам. Он входил в мою палатку, садился и заверял меня, что в предстоящем сражении я сделаю все правильно и отвага меня не оставит. Он был столь же реален, как когда-то в своем кабинете на озере Вайнъярд».

### *Исцеление через инкубические видения*

Каждый из нас не раз видел изображение кадуцея — мистического символа медиков. Две змеи, обвившиеся вокруг крылатого жезла, смотрят на нас с дверей отделений «скорой помощи», с больничных стен, с плакатов в кабинетах врачей. Однако мало кто знает значение этого символа. Для того чтобы его узнать, нужно отправиться в Древнюю Грецию, в храмы-инкубатории Асклепия.

Асклепий — реальная историческая личность, прославленный лекарь, который после смерти обрел статус божества. В честь Асклепия у него на родине было воздвигнуто множество святилищ. Всего их было три сотни, но самый известный из них находился в Эпидавре. Этот храм представлял собой что-то вроде клиники Майо\* среди храмов-инкубаториев.

В храмах-инкубаториях пациентов исцеляли при помощи специально спровоцированных фантастических видений. Если человек страдал заболеванием, с которым не мог справиться ни один лекарь, он совершал паломничество в храм

\* Один из самых крупных в мире медицинских центров в г. Рочестере, шт. Миннесота. — *Прим. перев.*

Асклепия. Там у пациентов вызвали сны и видения, как считалось, способствующие исцелению. В случае удачи пациент получал во сне консультацию у самого легендарного Асклепия.

Главный целительский центр в Эпидавре мог разместить и накормить несметные толпы людей, ждущих своей очереди на прием. В центральной части комплекса, за оградой располагалось колоссальное здание *абатон*, окруженное двором. В назначенное время паломники входили во двор, укладывались на лежа и спали до тех пор, пока им не снился особый сон: Асклепий, одетый в меховую мантию, с кадуцеем в руке приглашает сновидца в *абатон*.

Затем пациент входил в храм, где в огромном зале стояли узенькие кровати, называемые *клине*. Эти кровати чем-то напоминали кушетки в викторианском стиле. Одна сторона была поднята под углом приблизительно в 45 градусов, так что голова и туловище спящих возвышались над ногами. Именно от названия этих *клине* произошло слово *клиника*.

Считалось, что по ночам в *абатон* приходит сам Асклепий. Вероятно, он приходил в меховой мантии и с кадуцеем в руках и нес людям утешение и исцеление. Описано много случаев, когда предписанные им лекарства и процедуры помогали больным исцелиться от жесточайших недугов.

Благодарные пациенты нередко нанимали гравировщиков по камню, чтобы те выгравировали подробное описание их болезни, видения и исцеления на каменных табличках, дабы другие люди узнали о чуде. Даже теперь, более двух тысяч лет спустя, очень интересно читать сохранившиеся описания этих клинических случаев:

Мужчина, чьи пальцы на руках — все, кроме одного, — были парализованы, пришел с мольбой к богу. Разглядывая начертанное в храме, он высказывал сомнение по поводу описанных там исцелений и язвил

по поводу написанного. Но во сне ему было видение. Возле храма он играет в кости, и уже совсем собирается бросить их, как вдруг явился бог, схватил его за руку и выпрямил пальцы [пациента]. Когда бог отступил, ему [пациенту] привиделось, будто он сжал руку в кулак, а затем выпрямил все пальцы, один за другим. Когда он разогнул все пальцы, бог спросил, сомневается ли он до сих пор по поводу написанного на каменных табличках. Пациент ответил, что его сомнения развеялись. «Поскольку прежде ты не верил в исцеления, хотя ничего невероятного в них не было, — сказал бог, — отныне твое имя будет "Недоверчивый"». С рассветом он ушел здоровым.

Амброзия из Афин была слепа на один глаз. Она пришла с мольбой к богу. Идя по храму, она смеялась над некоторыми описаниями исцелений, считая невероятным и невозможным, чтобы хромым или слепой исцелился только потому, что увидел сон. Во сне ей было видение. Привиделось ей, что стоит около нее бог и обещает исцелить, но за это женщина должна пожертвовать храму серебряного поросенка в память о своем невежестве. Сказав это, бог вырезал больной глаз и влил в глазницу какое-то зелье. С наступлением дня она ушла здоровой.

Одному человеку приснилось, что, пораженный мечом Асклепия в живот, он умер. Затем этот человек, сделав разрез, вскрыл нарыв, образовавшийся в животе, и исцелился.

\*\*\*

У Пандара из Фессалии были родимые пятна на лбу. Во сне ему было видение. Ему привиделось, что бог по-

вязал ему голову лентой, скрывающей пятна, и предписал снять эту повязку, когда он выйдет из *абатона*, а затем принести ее в жертву храму. Когда наступил день, мужчина проснулся, снял повязку и обнаружил, что на лице его больше нет пятен. Тогда он пожертвовал храму повязку с пятнами, прежде бывшими на его лбу.

Инкубация во сне знакома далеко не одним грекам. Упоминания о ней есть во многих культурах мира, в частности в Древнем Египте, Месопотамии, Ханаане и Израиле. Самое отчетливое упоминание об инкубации в Библии — это момент, когда Соломон отправился к святилищу в Гаваоне, чтобы принести жертву Господу. Там «явился Господь Соломону во сне ночью» и спросил, что Он может дать сыну Давида.

«Даруй же рабу Твоему сердце разумное, чтобы судить народ Твой и различать, что добро и что зло; ибо кто может управлять этим многочисленным народом Твоим?»

Именно благодаря этой встрече с Господом во сне Соломон обрел мудрость, которая помогала ему править Израилем.

Ритуал инкубации во сне играл важную роль в Японии, где его практиковали до XV века. Люди, у которых возникали неразрешимые проблемы, отправлялись в паломничество в священное место в надежде, что божество даст им сон. В этих снах приходило решение проблемы паломника.

Об этой процедуре сохранилось множество рассказов, и по форме они практически идентичны греческим. Посетителю являлся в видении сущности и совершают исцеление, которое, как и в *абатоне*, иногда включает в себя хирургию во сне.

Корни этого японского ритуала уходят в глубокую древность — IV-V век. В те времена такой контакт с иными измерениями был позволен только императору, причем инкуба-

ция представляла собой важную составляющую его духовных обязанностей. В императорском дворце даже был специальный зал для инкубации под названием *камудоко*.

До недавних времен одним из необходимых атрибутов при коронации императора Японии была кушетка *иинза*, идентичная по форме *клине* из храма Асклепия. Однако императору не нужно было во время церемонии ложиться на эту кушетку, так что ее изначальное предназначение забылось. Нет сомнения, что в древности эта кушетка использовалась для инкубации.

Поборники современной глубинной психологии будут настаивать, что эти видения возникают вследствие подключения проходящего через инкубацию человека к своему высшему «я», но такое объяснение не дает нам понимания многих тайн инкубации.

Люди, пережившие этот опыт, особо отмечают несомненное различие между этими видениями и обычными снами. Согласно дошедшим до нас описаниям, многие прошедшие через инкубацию в Древней Греции люди утверждали, что видения являлись им в пограничном состоянии между сном и бодрствованием. Тут мы вплотную подходим к еще одному интересному визионерскому состоянию, в которое отдельные индивидуумы могут войти намеренно.

### *Гипнагогия: между сном и реальностью*

Гипнагогия традиционно описывается как «сумеречное состояние» — промежуточное состояние сознания между нормальным бодрствованием и сном. В состоянии гипнагогии человек видит образы, поставляемые подсознанием. Это могут быть просто яркие цветовые вспышки или же живые образы, как во сне. В некоторых случаях эти отчетливые и на-

туралистические видения оказывают на человека очень большое влияние.

Бывает, что человек входит в состояние гипнагогии, занимаясь повседневными делами. Эта разновидность гипнагогии может служить объяснением многочисленных свидетельств о встречах с представителями «маленького народа» (гномы, эльфы и т. п.) в Ирландии и с «феями» в других странах мира. Кроме того, это явление объясняет странный феномен «исчезающего человека», — когда кто-то видит на вечерней улице прохожего, который затем внезапно исчезает.

Знаменитый английский писатель Чарльз Диккенс описывает один такой эпизод. Он рассказал своему другу, как однажды, идя по улице Лондона, услышал позади себя стук копыт. Чарльз обернулся и увидел всадника, пытающегося совладать с непослушным конем. Диккенс вошел в проем двери одного из домов, чтобы дать коню дорогу. Оглянувшись через секунду, он увидел, что всадник и конь исчезли. На улице было пусто.

Большой процент психически здоровых людей видит яркие видения на границе между сном и бодрствованием. Иногда эти видения принимают форму ярких цветных образов, иногда — сюрреалистических событий.

Гипнагогические состояния использовались некоторыми творческими гениями для решения задач. Использовал эту технику в творческом процессе Томас Эдисон, любивший ненадолго вздремнуть в своем кабинете во время поиска решений.

При этом он столкнулся с проблемой: из гипнагогического состояния очень легко соскользнуть в глубокий сон. А заснув, человек склонен забывать образы, явившиеся ему в промежуточном состоянии. Чтобы избежать этого, Эдисон задремывал с металлическими шариками в руках, а по бокам от стула клал металлические противни. Как только он начинал соскальзывать в бессознательное состояние, шары выпадали из рук и с грохотом падали на противни. Эдисон просыпался с полноценными воспоминаниями о гипнагогическом опыте.

### *Мой личный опыт созерцания зеркала*

Проведя ряд сеансов *созерцания зеркал* с другими людьми, в ходе которых клиентам являлись видения, я решил испытать этот метод и сам. Результатом стала встреча, полностью изменившая мой взгляд на мир.

Вначале я испытывал определенные сомнения. Я не был уверен, стоит ли мне самому становиться объектом исследования в данном проекте. Я опасался, что, став объектом эксперимента и встретившись с привидением, я в какой-то мере утрачу объективность. Если же я ограничусь только ролью исследователя, думалось мне, то смогу оценивать отчеты участников опыта более нейтрально.

С другой стороны, был очень большой соблазн самому пройти через эту процедуру, поскольку с самого детства я интересовался тайнами сознания и всегда хотел увидеть привидение.

Познакомившись с отчетами некоторых участников эксперимента, я поддался соблазну и предпринял собственное путешествие в Срединное Царство.

Наиболее озадачивающая черта осуществленных участниками эксперимента встреч с видениями состояла в том, что они были уверены, будто их визионерские встречи реальные, а не воображаемые. Это особенно удивительно потому, что я специально отбирал для эксперимента очень уравновешенных и рассудительных людей. Я был уверен, что любой из них может отличить реальную встречу от фантазии, и ожидал, что они скажут, будто видения несколько напоминают образы из сновидений, а оказалось — совсем наоборот. Один за другим участники эксперимента, кому удалось вызвать видение, настаивали на том, что они действительно встретились с усопшими родственниками. «Я знаю, что это была моя мама», — сказал один из них, а другой заметил, что этот опыт был «более чем реальным».

Я был уверен, что, если увижу призрак, ощущения у меня будут совсем другие. Если даже я и увижу что-то, думалось мне, то не допущу дурацкой мысли, будто этот опыт реален.

Я решил попытаться увидеть свою бабушку по материнской линии. Я родился во время Второй мировой войны, и мой отец отправился на фронт в день моего рождения. Его не было дома полтора года, и поэтому матери моей мамы пришлось взять на себя значительную часть забот, связанных с моим воспитанием. Бабушка справлялась с этим прекрасно. Она занимает особое место в моих воспоминаниях как очень добрый, мудрый и чуткий человек. Я очень скучал по бабушке после ее смерти и с радостью увиделся бы с ней снова — какую бы форму она ни приняла.

В назначенный день я уделил подготовке к визионерской встрече с ней несколько часов. Я вспоминал все новые и новые эпизоды из детства, связанные с ней, смотрел фотографии, пытался восстановить в памяти доброту и нежность, исходившие от нее.

Затем я отправился в помещение, которое я называю «комната видений», и там, в полумраке, стал смотреть в глубину большого зеркала, установленного так, что наблюдатель видит в нем прозрачное объемное пространство. Я вглядывался в зеркало не менее часа, но не увидел даже намека на видение. Наконец я сдался и покинул комнату видений, придя к выводу, что не способен к зеркальным видениям.

Позже, когда я уже смирился с неудачей, произошла встреча, которая повлияла на меня как мало что в жизни. Происшедшее почти полностью изменило мои представления о реальности. Теперь я понимал тех, кто говорит, что после встречи с видением чувствуют себя совсем не теми людьми, что прежде.

Участники наших экспериментов говорят, что в этом опыте есть что-то невыразимое — что-то такое, что трудно или даже невозможно сформулировать в словах. И все же я попы-

таюсь описать свою визионерскую встречу, поскольку считаю необходимым, чтобы здесь был отчет об этом опыте от первого лица:

Я сидел в комнате один, и вдруг туда вошла женщина. Увидев ее, я ощутил, что знаю ее, но она вошла слишком неожиданно, и у меня ушло несколько секунд на то, чтобы собраться с мыслями и вежливо поздороваться с ней. Прошло некоторое время, возможно почти минута, прежде чем я понял, что эта женщина — моя бабушка по *отцовской* линии, умершая за несколько лет до этого. Вскинув руки к лицу, я воскликнул: «Бабушка!»

Я смотрел прямо ей в глаза, потрясенный. С любовью и нежностью в голосе бабушка подтвердила, что это именно она, и назвала меня детским прозвищем, которое использовала только она. Когда я осознал, кто эта женщина, на меня нахлынула волна воспоминаний. Не все воспоминания доставляли удовольствие, некоторые были явно неприятными. Если воспоминания о бабушке по матери позитивны, то с бабушкой по отцу дело обстоит иначе.

В частности, мне вспомнилась действовавшая мне на нервы привычка бабушки говорить: «Это мое последнее рождество!» Она говорила это каждый год в течение двух последних десятилетий своей жизни.

И еще она постоянно предупреждала меня, что я отправлюсь прямиком в ад, если нарушу хоть одно из множества божьих предписаний — естественно, в ее толковании. Однажды она вымыла мне рот мылом за то, что я произнес слово, которое она не одобряла. В другом случае, когда я был ребенком, бабушка серьезно сказала мне, что летать на самолетах — грех. Чаще всего она была раздражена и настроена ко всему негативно.

Однако, глядя в глаза видения, я сразу почувствовал, что стоящая передо мной женщина очень изменилась в лучшую сторону. Я ощутил исходящие от нее тепло и любовь, а также непостижимое для меня сострадание. Бабушка была уверена в себе и весела. Она принесла с собой дух спокойного достоинства и тихой радости.

Я узнал ее не сразу, потому что она выглядела намного моложе, чем в момент смерти, — даже моложе, чем она была, когда я родился. Я не помню, чтобы видел фотографии бабушки в том возрасте, в каком она явилась мне во время этой встречи, но в данном случае это не имеет особого значения, поскольку я узнал ее не только по внешности. Скорее, я узнал бабушку благодаря ее уникальному присутствию и множеству общих воспоминаний, о которых я вкратце упоминал выше. Короче говоря, эта женщина *была* моей умершей бабушкой. Я узнал бы ее где угодно.

Хочу подчеркнуть, что эта встреча казалась мне чем-то совершенно естественным. Как и у других участников эксперимента, которые встречались с видениями, в моем опыте не было ничего страшного или странного. На самом деле, наш разговор был более непринужденным и приятным, чем все беседы, которые мы вели при ее жизни.

Во время этой встречи речь шла исключительно о наших взаимоотношениях. В течение всей встречи я с изумлением осознавал, что беседую с человеком, которого уже нет, но это никоим образом не мешало общению. Она была передо мной, и, как ни удивителен этот факт, я просто принял его и продолжал беседу.

Мы вспомнили старые времена, поговорили о нескольких эпизодах из моего детства. Она напомнила мне о событиях, которые я забыл. И еще бабушка сообщила мне кое-какую конфиденциальную информации

о ситуации в нашей семье — информацию, неожиданную для меня, но прекрасно объясняющую некоторые моменты нашей жизни. Поскольку многие люди, о ком шла речь, еще живы, я не стану пересказывать эту часть беседы. Но должен сказать, что бабушкины откровения значительно изменили мой взгляд на многие вещи, и я рад, что услышал от нее все это.

Я сказал «услышал», и это не оговорка. Я действительно слышал ее совершенно отчетливо, вот только в голосе ее был какой-то хрустящий электрический оттенок, и от этого он звучал громче и звонче, чем при жизни. Другие участники эксперимента рассказывали о прямом телепатическом общении. У меня тоже было что-то подобное. Хотя большая часть беседы проходила при помощи слов, время от времени я непосредственно принимал мысли бабушки и чувствовал, что она тоже принимает мои.

Во время встречи бабушка казалась вовсе не «призрачной» или полупрозрачной, но совершенно материальной во всех отношениях и выглядела в точности так же, как любой другой человек. Единственное отличие было в том, что ее окружало слабое свечение или своего рода «углубление» в пространстве, словно она была отдалена от этого физического мира.

По какой-то причине бабушка не позволяла мне прикоснуться к ней. Раза два-три я тянулся к ней, чтобы обнять, но она всякий раз поднимала руки и жестом останавливала меня. Поскольку бабушка недвусмысленно давала мне понять, что прикасаться к ней не следует, я и не настаивал.

Не имею ни малейшего представления, сколько времени по часам заняла эта встреча. Мне показалось, что времени прошло довольно много, но я был настолько поглощен общением, что не смотрел на часы. Если говорить о мыслях и чувствах, которыми мы обменялись,

то это должно было занять часа два, но у меня осталось ощущение, что так называемого «реального» времени прошло гораздо меньше.

А как закончилась наша встреча? В какой-то момент я просто почувствовал, что с меня достаточно впечатлений, и сказал «До свидания». Мы пообещали друг другу увидеться еще, и я просто вышел из комнаты. Когда я вернулся, ее уже не было. Видение бабушки исчезло.

Тот случай помог мне примириться в душе с бабушкой. Впервые в жизни я смог увидеть хорошие стороны ее характера и понял проблемы и трудности, которые ей приходилось преодолевать в жизни. Теперь я чувствую по отношению к ней любовь, какой не испытывал до этой встречи.

И еще я вынес из этого визита твердое убеждение, что со смертью жизнь не заканчивается.

Я понимаю, что люди считают подобные встречи с духами галлюцинациями. Как человек, хорошо знакомый с измененными состояниями сознания, я могу утверждать, что моя визионерская встреча с бабушкой полностью согласуется с обычной реальностью, с которой я имею дело всю жизнь. Если бы я назвал этот опыт галлюцинацией, то был бы обязан считать галлюцинацией и всю остальную свою жизнь.

## Увидеть того, кого «нужно»

Благодаря этой встрече, я понял, почему люди, ищущие встречи с видениями, не всегда общаются именно с теми, с кем намеревались. Основываясь на собственном опыте, я пришел к выводу, что мы встречаемся с теми, кого нам *нужно* увидеть.

Мои взаимоотношения с бабушкой по материнской линии были благополучными, а во взаимоотношениях с бабушкой по отцу не все было гладко. Очевидно, что, как правило, наибольшую пользу приносят встречи с людьми, с которыми у нас сохранились проблемы во взаимоотношениях.

Многие люди хотят встретить того человека, кого им действительно нужно увидеть. Тогда происходит именно та встреча, которую они запланировали; в противном случае необходимость может взять верх над пожеланием.

Одна деталь моего опыта побуждает меня принести публичные извинения моей давней подруге, доктору Элизабет Кюблер-Росс. В 1977 году Элизабет рассказала мне о собственной встрече с умершей знакомой. Насколько я помню, дело было так: однажды, идя к своему кабинету, Элизабет увидела стоящую в коридоре женщину.

Между ними завязался разговор, и Элизабет пригласила женщину к себе в кабинет. Через некоторое время Элизабет узнала эту женщину. Это была миссис Шварц, умершая за несколько месяцев до этого пациентка, с которой у Элизабет сложились достаточно доверительные отношения. Миссис Шварц подтвердила, что это действительно она, и женщины еще некоторое время беседовали.

Когда Элизабет рассказала мне эту историю, я возразил. «Постой, Элизабет! — сказал я. — Если ты знала эту женщину так хорошо, как могло случиться, что ты не узнала ее с самого начала?»

Теперь, много лет спустя, я понял. На основании собственного опыта и отчетов многих участников моего эксперимента я убедился, что видения усопших выглядят не так, как в момент смерти. Как ни странно (или, может быть, не так уж это и странно), они выглядят моложе и раскованнее, чем в жизни, и все же остаются вполне узнаваемыми.

\*\*\*

Результаты собственного опыта и более ранних экспериментов дают основания полагать, что *созерцание зеркала* может служить как толчком для спонтанного появления видения, так и инструментом, позволяющим вызывать видения целенаправленно.

Дальнейшие исследования убедили меня, что метод созерцания зеркал активно использовался на протяжении всей человеческой истории с удивительными результатами. Именно исторические свидетельства побудили меня взяться за исследование с еще большим рвением.

### Созерцание зеркал: тайный и запретный метод

В ходе исследования я понял, что за последние столетия метод *созерцания зеркал* много раз запрещали и проклинали, и поэтому у нас остались лишь скудные исторические упоминания об этом явлении, которое некогда играло важную роль в жизни общества. Теперь до нас доносится лишь эхо далекого прошлого, и, вместо того чтобы попытаться понять притягательность и силу этого явления, многие от него просто отмахиваются, утверждая, что все это глупости и предрассудки.

Насколько неблагоприятным занятием могло оказаться *созерцание зеркал*, иллюстрирует история о трагической судьбе Кеннета Мак-Кензи. Кеннет жил в XV веке и был известнейшим в Шотландии *созерцателем зеркал*. Он прославился настолько, что одна провинциальная королева (в период феодальной раздробленности было множество королей и королев) наняла его, чтобы он следил за ее мужем, который отправился по делам в Европу. Мак-Кензи посмотрел в свое зеркало и увидел, как король упоенно развлекается с другой женщиной.

Впоследствии увиденное подтвердилось, но ошибка Мак-Кензи состояла в том, что он рассказал об этом королеве. Она так рассердилась, что велела бросить визионера в котел с кипящей смолой.

Такова была участь профессиональных *созерцателей зеркал*.

В процессе исследования я обозначил по меньшей мере семь причин, почему общество пыталось запретить *созерцание зеркал*. Ниже я назову эти причины и проанализирую их с тем, чтобы попытаться определить, насколько они разумны с индивидуальной и (или) коллективной точки зрения.

### Страх перед бессознательным

Очевидно, существуют измерения сознания, которые обычно скрыты от нас. Фрейд, Юнг и другие светила психологии описали некоторые такие области, но это, несомненно, далеко не все. Нам предстоит еще очень и очень много узнать о человеческом сознании.

Но нам, в частности, известно вот что: когда из подсознания в сознание готовится всплыть что-то неприятное — мысль, воспоминание или побуждение, — нами овладевает беспокойство. Фрейд называл этот феномен *сигнальным беспокойством* (*signal anxiety*).

Одна из причин, почему для некоторых *созерцание зеркал* — табу, состоит в страхе, что бессознательная информация просочится в сознание. Люди боятся, что, когда эти бессознательные воспоминания или чувства выйдут на поверхность, произойдет нечто ужасное. Возможно, человек боится, что он окажется во власти сильных эмоций, или утратит контроль над собой, или, возможно, совершит что-то непростибельное и непоправимое.

Бессознательные мысли действительно всплывают на поверхность в процессе созерцания зеркала, но это отнюдь не

так страшно, как может кому-то представиться. Обычно этот опыт способствует росту и личному развитию.

Хотя некоторые предостерегают от *созерцания зеркала*, поскольку оно якобы пробуждает опасные мысли и побуждения, мой опыт подсказывает, что в этом как раз состоит ценность данного метода. Хорошей иллюстрацией моего подхода может служить история, описанная У. Р. Холлидеем в его написанной в 1913 году книге «Греческое гадание». Это единственное описание неблагоприятной психологической реакции вследствие *созерцания зеркала*, которое я нашел за семь лет исследования данной темы.

В своем описании Холлидей называет *созерцание зеркала* «опасным предрассудком» и затем продолжает, что этот метод «используется с весьма трагическими последствиями среди необразованных людей, не обладающих навыками критического мышления. В газете *The Manchester Guardian* за 28 октября 1909 года опубликован отчет о полицейском расследовании самоубийства жены почтальона из Кардиффа, которая отравилась газом. Ее отчим сообщил, что за неделю до этого она вернулась от прорицателя и сказала: «Он велел мне посмотреть в кристалл, и я увидела себя. Я сидела на стуле и дышала газом».

Холлидей извлекает из этой грустной истории следующую мораль: следует избегать прорицателей, практикующих *созерцание зеркала*. А я уверен, что любой профессиональный психолог понял бы, что, вопреки предположению Холлидея, для этой женщины не видение было причиной самоубийства. На самом деле тут имеет место прямо противоположный причинно-следственный ряд: и ее видение, и сам визит к прорицателю были результатом глубокой депрессии. Она находилась в состоянии депрессии и была готова к самоубийству еще до посещения прорицателя. А в зеркале она, скорее всего, увидела просто отражение своего бессознательного.

Из описанной Холлидеем истории можно сделать вывод, что *созерцание зеркала* может служить методом своевременной диагностики умственных и эмоциональных расстройств — в данном случае, депрессии.

Веру в небезопасность этой практики всячески насаждала церковь. Например, еще в V веке синод под руководством святого Патрика постановил, что всякий христианин, верящий, что в зеркале можно видеть духов, должен быть подвергнут анафеме и отлучен от церкви до тех пор, пока он не откажется от этого верования и не совершит покаяние.

В IX веке архиепископ французский Хинмарус подверг проклятию гидромантию — прорицательскую практику, основанную на *созерцании воды*. В 1379 году Парижский теологический факультет объявил прислужниками Сатаны странствующих *созерцателей зеркал*, называемых спекуляриями.

Римская инквизиция заключила в тюрьму графа Калиостро за его практики, в числе которых важную роль играло *созерцание зеркала*. И такое отношение в некоторой степени сохранилось до наших дней. В 1979 году две женщины были изгнаны из баптистской общины города Индепенденс, штат Миссури, за то, что предсказывали судьбу при помощи хрустальных шаров.

Авторитет официальной церкви напрямую зависит от того, насколько эффективно она будет и впредь насаждать среди верующих жесткие идеологические установки в отношении тела, ума и духа. А для этого нужно отвадить свою паству от любых попыток самостоятельного духовного поиска. Ведь путешественник в царстве духа, исследующий тайны внутренних территорий психики, может совершить открытия, плохо согласующиеся с официальной доктриной.

Религиозные авторитеты не устают твердить, что зло всеми силами старается развратить нас. Я не стану оспаривать утверждения серьезных мыслителей о существовании объ-

ективного зла. Но что касается конкретно метода *созерцания зеркал*, могу лишь отметить, что церковники, связывающие эту практику с демоническими силами, вступают в противоречие со священным писанием, ибо по меньшей мере один из святейших библейских патриархов, несомненно, использовал *созерцание зеркал* для связи с Божественным. У Иосифа была особая серебряная чаша (полированный металл представляет собой зеркальную поверхность), которую он использовал для гадания.

И в то же время в Библии не менее пяти раз говорится о том, что призывающие души умерших прокляты, причем в трех случаях эти слова звучат из уст самого Бога:

Не обращайтесь к вызывающим мертвых, и к волшебникам не ходите, и не доводите себя до осквернения от них. Я Господь, Бог ваш.

Лев 19:31

И если какая-то душа обратится к вызывающим мертвых и к волшебникам, чтобы блудно ходить вслед их: то Я обращаю лице Мое на ту душу, и истреблю ее из народа ее.

Лев 20:6

Мужчина ли или женщина, если будут они вызывать мертвых или волхвовать, да будут преданы смерти; камнями должно побить их, кровь их на них.

Лев 20:27

Значение этих фрагментов не вызывает ни малейших сомнений. Но полностью прочтя те две главы, где содержатся эти стихи, я уже не чувствую, что нарушаю Божью волю, а понимаю, что современные реалии просто вступают в противоречие с нормами тех времен:

И сказал Господь Моисею, говоря... скота твоего не своди с другою породю; поля твоего не засевай двумя родами семян; в одежду из разнородных нитей, из шерсти и льна не одевайся. ...Не стригите головы вашей кругом, и не порти края бороды твоей. ...Не делайте надрезов на теле вашем, и не накладывайте на себе письмен [татуировки]. Я Господь, Бог ваш. ...Не делайте неправды в суде, в мере, в весе и в измерении. Да будут у вас весы верные, гири верные, ефа верная и гин верный. ...И если какая-то душа обратится к вызывающим мертвых и к волшебникам, чтобы блудно ходить вслед их: то Я обращаю лице Мое на ту душу, и истреблю ее из народа ее. ...Если кто будет прелюбодействовать с женою ближнего своего: да будут преданы смерти и прелюбодей и прелюбодейка.

И так далее. Когда фундаменталисты вспоминают о том, сколь мерзостны «вызывающие мертвых и волшебники», я сразу беру Библию и зачитываю, в каком контексте звучат цитируемые ими слова. Если человек следует предписаниям, содержащимся только в этих двух главах, значит, он не носит одежду из смешанных материалов, не стрижет волос, не бреет бороду, не делает татуировок, не выращивает более одной культуры на участке земли и прочее.

### *Созерцатели зеркал как шарлатаны*

*Созерцание зеркал* издавна ассоциируется с мошенничеством и шарлатанством, и исторические источники не оставляют ни малейших сомнений в том, что отчасти это справедливо. Очевидно, некоторые самозванные «специалисты» по *созерцанию зеркал* сознательно обманывали людей в погоне за наживой.

Эта тема отображена и в художественной литературе. Кто забудет прорицателя-шарлатана из сказки «Волшебник страны Оз» — того самого, который установил за кулисами особое выпускавшее пар и издававшее страшные звуки приспособление. «Я — волшебник!» — кричал этот простой смертный и проецировал на огромный экран свой образ — большой и страшный.

Уловки подобного рода собирал католический епископ Ипполит, яростно обличавший мошенников. Вот что пишет о нем историк Е. Р. Доддс: «В коллекции Ипполита было особое приспособление для создания одновременно зрительных и звуковых образов: над небольшим окошком в полу был установлен наполненный водой большой котел с прозрачным дном. Заглянув в котел, человек видел [и, вероятно, слышал?] в его глубинах демонов — которые на самом деле были ассистентами «мага», находившимися в нижней комнате».

Из-за таких вот жуликов общество решило установить законы, призванные защитить людей от недобросовестных созерцателей зеркал. Однако подобные эпизоды не оправдывают полное запрещение данной практики.

На самом деле, в силу того, что общественность получала неверную информацию о природе зеркальных видений, шарлатанам было только проще обманывать своих жертв. В таких условиях мошенники легко могут утверждать, будто обладают сверхъестественными силами, прибегая к уловкам вроде тех, что описаны выше.

Между прочим, ко мне приходили люди, уверенные в том, что метод *созерцания зеркал* — сплошное надувательство. Однако этим людям хватило смелости принять участие в эксперименте, и их усилия увенчались успехом.

Например, после того как я прочел в Сиэтле лекцию о *созерцании зеркал*, некий скептически настроенный врач заявил, что видения в зеркалах есть всего лишь продукт внуше-

ния. Он был уверен, что «здравомыслящий» человек ничего не увидит на моем сеансе. Я пригласил этого врача к себе в отель, задернул шторы, приглушил свет и усадил его под определенным углом к зеркалу — так, чтобы он видел прозрачную глубину. Я помог ему расслабиться и велел смотреть в зеркало. Несмотря на скептицизм, он оказался прекрасным объектом. Несколько минут спустя он сообщил, что видит облака, затем геометрические объекты. Когда появились лица, он предпочел прервать сеанс.

— Вынужден с вами согласиться, — сказал он, — метод работает.

### *Конфликт с современными технологиями*

Повседневная жизнь современного человека столь тесно переплетена с технологическими достижениями, что большинство из нас, вероятно, просто не выжили бы без машин.

Технологии принесли с собой невероятное ускорение ритма жизни, какое никто и представить себе не мог еще сто лет назад. Такой образ жизни не располагает человека к радостям измененных состояний сознания, многие из которых требуют, чтобы мы замедлили свой бег и попробовали мыслить в несколько ином ключе, не так, как мы привыкли.

Технологические достижения заменили собой некоторые сферы применения *созерцания зеркал*. С созданием таких приборов, как телевизор и телефон, а также с развитием психоанализа и психиатрии отпала потребность погружаться в глубины собственного бессознательного — как для более глубокого понимания своего «я», так и для развлечения.

*Созерцание зеркал* требует другого состояния ума, чем то, что культивируется в наше время в людях. Поэтому подготовка к этой процедуре включает замедление жизненного ритма и вхождение, если хотите, в другие временные координаты.

Я создал особую среду, помогающую увести человека из нашего бурного века и вернуть в неспешные и размеренные времена, более совместимые с измененным состоянием сознания, которое мы пытаемся вызвать. Если вы захотите наблюдать явление своего видения, вам придется сделать то же самое.

### *Созерцание зеркал — антинаучная практика*

Научный подход включает в себя специфические методы наблюдения, мышления и рассуждений, возможных только в определенном состоянии сознания, которое характеризуется обостренным вниманием, сосредоточенностью, критичностью и последовательностью.

Поскольку повседневные реалии современного мира в значительной степени являются плодами научного метода, не удивительно, что научное мышление пользуется официальной поддержкой в большинстве культур. Существует масса людей, считающих любой другой образ мышления ложным или сомнительным.

Можно многое сказать в защиту научного мышления, — достаточно бросить беглый взгляд на историю, чтобы испытать глубокую благодарность за тот факт, что этот образ мысли развился.

Однако современное научное мировоззрение, основанное на критическом мышлении, относится к измененным состояниям сознания с большим подозрением. Большинство ученых полагают, что лишь последовательное критическое осмысление реальности способно приблизить нас к истине, тогда как все другие уровни сознания являются «нереальными», «обманчивыми» и даже «иллюзорными» и «бредовыми». Поскольку практика *созерцания зеркал* основана на гипнагическом сознании, ученые склонны пренебрегать ею.

Однако история науки знает множество случаев, когда ученые обретали вдохновение именно в гипнагическом состоянии. В числе этих ученых — Томас Эдисон, Кекуле, Дмитрий Менделеев и Рене Декарт. Именно несколько ярких сновидений подтолкнули последнего к созданию современного научного метода, лежащего в основе любых серьезных научных экспериментов! Сны Декарта прекрасный пример того, как аналитический ум использует в своей работе дары подсознания.

В первую ночь Декарту приснилось, что он, преодолевая сильнейший ветер, идет в церковь, чтобы вознести молитву. Тут он замечает, что прошел мимо знакомого, не поприветствовав его, и хочет вернуться, но ветер не позволяет. Он видит возле церкви другого человека, который говорит, что еще один знакомый ждет Декарта в церкви и хочет дать ему дыню. Тут Декарт просыпается и приходит к выводу, что этот сон послали ему злобные демоны. Он помолился Богу о защите и снова лег спать.

В следующем сне Декарт слышит громкий звук и думает, что это гром. Он тут же просыпается и видит, что комнату озаряют сотни огненных искр.

В третьем сне он видит на своем столе словарь, а рядом с ним сборник стихов под названием «*Cogru Poetarum*». Раскрыв поэтический сборник, он читает строку: «Какой путь я выберу в жизни?» Затем какой-то незнакомый человек дарит ему стихотворение, начинающееся словами «Да и нет».

Проснувшись, Декарт приходит к выводу, что эти три сна были вдохновлены Богом. Первые два — предупреждающие: они показывают, как он жил до этого дня 10 ноября 1619 года. Третий сон является символическим побуждением приступить к исполнению своей жизненной миссии, которая состоит в том, чтобы направить науки на путь знания.

Теперь понятно, что имел в виду Декарт, когда писал: «Однажды я твердо решил и себя самого сделать объектом исследования». Для Декарта научный метод стал «естественным светом рассудка».

### Созерцание зеркал и «общепринятые» представления о реальности

Хотя мы признаем, что у каждого человека своя реальность, нет сомнений, что существуют также некие «общепринятые» представления о реальности.

Великие философы и ученые, чьи идеи легли в основу современного мировоззрения, проводят четкую границу между «реальным» и «нереальным». В большинстве случаев можно согласиться, что граница проведена верно, — проблемы возникают, когда кто-то или что-то пересекает эту черту. Например, большинство мыслителей сходятся в том, что сны не реальны.

Я полагаю, что многие люди с опаской относятся к *созерцанию зеркал* и подобным практикам, поскольку им приходится подвергать сомнению установившиеся в обществе представления о том, что реально, а что нереально. И действительно, нередко люди, пережившие зеркальные видения, вначале бывают крайне озадачены. Но немного подумав, они приходят к выводу, что увиденное полезно для них. Зеркальные видения, как и сны, имеют очень глубокое значение.

Реальность каждого человека уникальна. В рамках моего образа мышления зеркальные видения не являются «нереальными». Скорее, они представляют собой эффективный метод исследования реальности.

### Дешевая игра

В наше время *созерцание зеркал* воспринимается как салонная игра или развлечение, достойное убогих развлекательных парков и набережных. Такая незавидная репутация не является достаточным основанием, чтобы полностью отвергать этот метод. При правильном его использовании оно становится эффективным терапевтическим инструментом для преодо-

ления скорби и достижения новых уровней самораскрытия. Но даже если относиться к этому занятию как к праздному времяпрепровождению, *созерцание зеркал* является прекрасной формой отдыха и забавным развлечением.

Это искусство поможет приобщить к визионерскому опыту множество людей. Теперь для исследования психологических проблем, корнящихся в области бессознательного, не потребуется проводить много часов у терапевта. Получить доступ к глубоко затаенным эмоциям поможет специалист по созерцанию зеркал.

### Предостережения для исследователей

Если вы намерены пуститься в исследование этой области, должен предупредить, что вам придется столкнуться с крайне враждебным отношением со стороны окружающих. Лично для меня это было полной неожиданностью. Прежде люди нередко восхищались научной смелостью, которая с их точки зрения мне потребовалась, чтобы взяться за изучение околосмертного опыта и писать о нем. Мои более ранние исследования не вызвали столько скептицизма и насмешек со стороны ученых и врачей, и я никогда не подвергался таким преследованиям.

Однако с моей текущей работой дело обстоит совсем иначе. Когда я сказал одному психологу о том, что планирую начать это исследование, он заметил: «Твоей карьере конец!» Одна моя приятельница, очень умная женщина, охарактеризовала этот проект как «смешной и глупый» и даже запретила мне говорить о нем в ее присутствии.

Самый неприятный эпизод произошел в 1991 году, когда я лег в больницу из-за исключительно высокого содержания гормона щитовидной железы. Это расстройство называется гипертиреоз, или базедова болезнь.

Почему это произошло, до сих пор остается для меня загадкой. В 1985 году выяснилось, что мой организм испытывает недостаток в этом жизненно важном гормоне, и я начал принимать таблетки. Но, по-видимому, назначенная мне доза оказалась слишком большой, и у меня возникли приступы бреда.

Меня положили в больницу, чтобы врачи могли подобрать нужную дозировку синтроида, синтетического аналога тироксина (гормона щитовидной железы).

Находясь в больнице, я имел глупость попросить врача, чтобы он сделал для меня ксерокопии конспекта моей презентации, посвященной *созерцанию зеркал*. Я собирался представить результаты моих исследований членам международного института образования. Организаторы симпозиума составляли бюллетень для участников, и нужно было подать в канцелярию института конспект моего доклада, чтобы они могли составить аннотацию.

Вернувшись с копиями, врач заметил, что сделал также один экземпляр для себя. Он сказал, что этот конспект является убедительным свидетельством того, что я «склонен к необдуманным поступкам». Хотя я лег в больницу по поводу гипертиреоза, врач диагностировал у меня маниакально-депрессивный синдром и назначил литий!

Я отказался от выписанных им препаратов. Через несколько дней уровень тироксина в моем организме пришел в норму, и симптомы исчезли. Несколько месяцев спустя я представил свой доклад в институте образования, и его приняли очень хорошо.

Этот случай заставил меня особенно остро осознать, что новые идеи вроде *созерцания зеркал* всегда вызывают страх и отвращение у фундаменталистов. Фундаменталисты в любой области, — будь то христианство, иудаизм, психиатрия или психология, — это люди, намертво прикованные к той или иной когнитивной структуре. Иными словами, они одержи-

мы косной системой верований. Эти люди яростно выступают против любых новых идей или изобретений, которые каким-то образом угрожают их закостенелой внутренней структуре. Религиозные фундаменталисты заводят свою извечную песню: «Это все проделки Сатаны». Есть подобная песня и у фундаменталистов от психологии: «Я такого никогда не видел, а потому такого быть не может».

Мне совершенно очевидно, что за подобным отношением кроется неуверенность. Вместо того чтобы непредубежденно заниматься поиском ответов на вопросы мироздания, фундаменталисты прячутся за идеологиями, стремясь защититься от сомнений и неуверенности. Они отказываются признать существование тех сфер человеческой психики, о которых мы знаем очень мало. И конечно, они не хотят, чтобы люди узнали, сколько радости могут доставить некоторые методы психологического исследования — в частности, *созерцание зеркал*, позволяющее человеку решить свои проблемы самостоятельно и при этом еще получить удовольствие.

## Из огня да в полымя

Возможно, вы думаете, что мою работу по поиску методов, провоцирующих видения, приветствуют люди, которые сами исследуют паранормальные явления? Это не совсем так. Некоторые из них высказывали свою обеспокоенность по поводу моей работы. Возможно, они опасаются, что исследования, направленные на то, чтобы подтвердить некоторые данные о мире видений, могут на самом деле эти данные опровергнуть.

Такие опасения недостойны ученого. Мы, исследователи сферы паранормального, должны быть готовы к возможности того, что нам придется в значительной мере пересмотреть наши любимые оккультные доктрины, если этого потребуют

от нас результаты лабораторных исследований. А ведь встречи с видениями отныне также становятся предметом таких исследований.

Существует немало исследователей, которые бы предпочли, чтобы измененные состояния сознания вообще не подвергались серьезному изучению. Это те люди, кого Олдос Хаксли называл «любители аргументов страшных последствий». Они опасаются, что, если мы будем уделять хоть немного внимания таким вещам, как *созерцание зеркал*, человечество рискует скатиться в бездну магического мышления, что может вернуть нас в Темные Века.

Я не вижу никаких предпосылок для этого. Когда речь идет о таком сложном, увлекательном и неоднозначном явлении, как *созерцание зеркал*, нас может удовлетворить только исключительно добросовестный и непредвзятый анализ. Кроме того, исследования документов убедили меня, что *созерцание зеркал* с замечательными результатами использовалось на протяжении всей человеческой истории. Эти исторические свидетельства еще больше подогрели мой интерес к данному методу.

## II

### Вглядимся в историю

Познай себя.

*Древний афоризм, начертанный  
на стене храма в Дельфах*

**Ж**ители Древней Греции были отважными и опытными путешественниками по Срединному Царству, но даже среди них немногие могли сравниться в мастерстве с мудрым Салмоксом. Этот человек сумел вызвать свой собственный призрак!

Салмокс жил в VI столетии до нашей эры во Фракии. В молодости по неизвестным нам причинам он был отдан в рабство. Ему посчастливилось попасть на службу к самому Пифагору, одному из величайших мыслителей Древней Греции. Пифагор считал, что первоосновой Вселенной являются числа. И еще — он верил в жизнь после смерти.

Очевидно, Пифагор много беседовал с рабом о своих идеях. К тому времени, когда Салмокс обрел свободу, он тоже обрел твердое убеждение в существовании жизни после смерти.

Салмокс на несколько лет покидал Фракию и вернулся богачом. Первое, что он сделал после возвращения, — построил амфитеатр, предназначенный для обсуждения связанных с парапсихологией вопросов. Поскольку у Салмокса были склонности к драматическому искусству, я не сомневаюсь, что это был своего рода театр сознания.

Он читал со сцены лекции о жизни после смерти, стараясь убедить сограждан, что нет никакого смысла бояться смерти. Смерть — это не конец, говорил он и приводил аргументы в пользу существования вечной души.

Фракийцы любили Салмокса, а он любил их. Он много занимался благотворительностью. Салмокса радушно принимали везде, где бы он ни появился, и до нас не дошло ни одного плохого слова об этом человеке.

Много лет выступал он с лекциями о жизни после смерти. И все это время Салмокс занимался постройкой подземной комнаты. На самом деле это была даже не комната, а целый подземный дом. Возможно, он построил свое жилище над родником, наполнил закрома вяленным мясом и бочонками с оливками, а также припас свитки и факелы.

Когда подземный дом был готов, Салмокс при большом стечении народа закрылся внутри. Должно быть, это было сделано с большой помпой и особыми церемониями. Хотя описаний этого мероприятия не сохранилось, я полагаю, что Салмокс произнес длинную речь о жизни после смерти, а затем отправился в свою самодельную модель Подземного Мира, куда, согласно представлениям древних греков, человек отправляется после смерти. К ужасу и огорчению толпы, вход в подземное жилище был закрыт гигантской каменной плитой. Создавалось полное ощущение, что великий друг всех фракийцев умер.

Салмокс провел в подземелье очень длительное время. Из исторических записей Геродота следует, что он оставался там три года.

Люди оплакивали его. Поплакали — и зажили своей жизнью. Некоторые регулярно ходили в его амфитеатр и молили богов об освобождении любимого друга. Полагаю, на этой сцене развернулась своего рода нескончаемая мыльная опера. «Жив ли он? Может ли человек прожить так долго под землей? — вопрошали фракийцы. — Увидим ли мы его снова? Как вы думаете, не погиб ли наш друг?»

Его оплакивали как умершего. Великая догадка Салмокса состояла в том, что такая разлука и *является* смертью.

Наконец, три года спустя, он вернулся. К радости фракийцев, он вышел из-под земли и воссоединился с обществом.

Первый известный миру историк Геродот описал это «воскрешение Лазаря» следующим образом: «И тем самым он подтвердил истину, которую проповедовал согражданам, — что смерти бояться не стоит».

Если рассматривать это утверждение с рациональной точки зрения, получается полный абсурд. Но, если взглянуть на событие с эмоциональной точки зрения, все правильно. Салмокс действительно показал, что «смерти бояться не стоит».

После того как граждане стали свидетелями социальной смерти Салмокса, они оплакали его так, будто он и вправду умер. Все их существо противилось мысли о том, что Салмокс ушел от них, и некоторые даже затаили гнев на судьбу за то, что она отняла у них друга. Возможно, кто-то пытался заключить сделку с богами, прося их вернуть Салмокса из Подземного Мира.

Когда он вернулся, гнев утих. После всего этого жителей Фракии уже нельзя было убедить, что смерти следует бояться.

Салмокс дал своему народу возможность замкнуть круг скорби. Он сделал то же самое, что можно сделать при помощи *созерцания зеркал*, но другим способом. Он пересек серединную зону между жизнью и смертью.

## Внутренние путешествия: богатый опыт

В античной культуре сложилась благоприятная среда для внутренних путешествий. Исторические документы не оставляют сомнений: греки верили, что при определенных обстоятельствах можно вызвать дух умерших и даже взаимодействовать с ним.

Для этого использовались психомантеумы, или *оракулы* мертвых, где были созданы условия для перехода между нашим и иным миром.

Гомер оставил нам яркое описание церемонии призвания духа без использования сложных вспомогательных средств и ритуалов, которые применялись в *оракулах*. По совету волшебницы Кирки Одиссей направился к особому *оракулу*, предназначенному специально для общения с духами. Там отважный путешественник вырыл неглубокую яму, заполнил ее кровью жертвенной овцы и барашка и, глядя в образовавшуюся кровавую лужу, общался с духами умерших.

Духи умерших и отошедших в мир иной толпою пришли из Эреба: юноши и девушки, старики, испившие полную чашу страданий, и нежные девы, еще не изведавшие горестей; павшие в битвах бойцы в запятнанных кровью доспехах. Все эти толпы душ, издавая ужасный шум, устремились к яме со всех сторон, и я побелел от страха.

Одиссей побеседовал со своей матерью (он и не знал, что в его отсутствие она умерла). Одиссей предположил, что мать погибла от рук убийцы, или, возможно, от тяжелой болезни, но она отрицает обе причины. «Не от болезни я увяла, — говорит она. — Я очень скучала по тебе. Без твоих ловких проделок и веселых шуток жизнь стала не мила, вот я и умерла.

«Услышав это, я захотел обнять ее, — говорит Одиссей. — Трижды пытался я заключить призрак матери в объятия, и трижды она ускользала из рук, словно тень или сон».

Полагаю, кровь здесь играла роль отражающей поверхности, где Одиссей видел зеркальные образы умерших. Видимо,

в дни Гомера читатели были хорошо знакомы с подобными практиками и прекрасно понимали, что делает Одиссей. Поэту Гомеру, описывавшему приключения Одиссея не нужно было подробно описывать процесс *созерцания зеркала*, — как современному писателю нет нужды подробно описывать читателю, как смотреть телевизор.

## Раскопки оракула мертвых

Согласно описаниям Гомера, это событие произошло у реки Ахерон, возле «города киммерийцев». Геродот также писал, что в том месте расположен *оракул мертвых*. Согласно его свидетельству, этот оракул, также известный под названием *психомантеум*, находился в городе Эфира в Эпире — области на западе Греции.

Древнегреческий географ Страбон тоже утверждал, что оракул мертвых находится в земле киммерийцев. Он рассказывает, что служители оракула живут в подземных глиняных домах, связанных между собой туннелями. По древнему обычаю люди, живущие в непосредственной близости от оракула, никогда не должны выходить на дневной свет — им позволено выбираться на поверхность лишь по ночам. Должно быть, Гомеру их жилища представлялись весьма угрюмым местом, ибо он проявляет сострадание к этим людям: «Унылая ночь навсегда распростерлась над этими смертными».

В конце 1950-х годов греческий археолог Сотирис Дакарис обнаружил это место и начал там раскопки. Оказалось, что оракул представляет собой сложный подземный комплекс — лабиринт комнат и коридоров, сходящихся к длинному залу, где, собственно, и являлись людям призраки.

В этом зале Дакарис обнаружил остатки огромного бронзового котла, окруженного перилами. Археолог предположил,

что перила были нужны для того, чтобы посетители не подходили к котлу слишком близко и не могли видеть прячущихся внутри служителей оракула, исполнявших роль духов, ради встречи с которыми и приходили сюда люди.

У меня есть другая гипотеза.

Обычай использовать котлы, ванны, чаши и другие емкости с жидкостью в качестве зеркал для пробуждения видений является древней практикой, распространенной во многих культурах. Металлическую емкость (а этот котел был именно металлическим) тщательно полировали, чтобы улучшить отражающие свойства.

Я полагаю, что и этот котел был тщательно отполирован изнутри. Котел заполняли Водой, и зрители могли встречаться с видениями на его внутренних стенках. Поскольку котел был круглым, в его прозрачную глубину могли смотреть несколько человек одновременно. Большой котел был нужен для того, чтобы создавать образы в натуральную величину, ибо размер призрака напрямую зависит от размера отражающей поверхности.

Филипп Вандерберг описал, сколь тщательную подготовку проходили люди, обращающиеся к оракулу мертвых в Эфире. Вначале человека приблизительно на месяц заточали в подземелье. В назначенный день его долго вели по темным коридорам и комнатам, и наконец он оказывался в зале видений, где тьма и одиночество сменялись мерцающим светом огня, отбрасывающим причудливые тени на стены. Такая тщательная подготовка служит очередным свидетельством того, что в котле не было никаких жрецов-мошенников.

После окончания созерцания котла и встречи с видением посетителя окуривали серой, традиционно использующейся для очищения человека, контактировавшего с умершими. Затем его выводили на свет дня и вели к реке для ритуального омовения.

## Влияние на Платона

Описание Вандерберга наводит меня на интересную мысль: не является ли «Аллегория пещеры» Платона пародией на ритуал оракула? В своем труде «Республика» древний философ писал о границах человеческого знания и о наших заблуждениях относительно реальности. Он использовал аллгорию, чтобы объяснить, что мы подобны жителям пещеры, которые ничего не знают об удивительном и разнообразном мире снаружи. Оракул в Эфире очень напоминает жизнь в пещере, описанную Платоном. Людей заточают в подземелье; на стенах в зале пророчеств пляшут отблески огня; служители убеждают клиентов, что эти тени — реальность. Когда добровольный пленник подземелья наконец получает свободу, его вначале выводят на поверхность земли, а затем окунают в воду.

Платон был прекрасным пародистом, и этот талант особенно ярко проявился в его «Диалогах». Он даже писал памфлеты на своих товарищей-философов, и некоторых из них помнят до сих пор лишь благодаря Платоновым карикатурам.

Эфирский оракул мертвых, несомненно, действовал при жизни Платона. Существует немало свидетельств, что, несмотря на отдаленность от крупных центров цивилизации того времени, оракул не испытывал недостатка в паломниках. Нет сомнений, что такой информированный человек, как Платон, должен был знать об этом оракуле, и нет сомнений, что в силу своей популярности оракул был очень привлекателен в качестве прообраза для создания аллгории.

Может ли быть, что в книге IV «Республики» Платона действительно содержится намек на Эфирский оракул мертвых? Проанализируйте следующий отрывок:

Позвольте мне теперь привести аллгорию, чтобы вы могли судить, насколько далека или близка наша природа от просветления. Вообразите людей, живущих в под-

земной пещере, чей вход обращен к свету. Обитатели пещеры живут тут с рождения, прикованные за ноги и шею, так что они не могут обернуться назад и видят только стену впереди. Далеко позади них на возвышении горит огонь. Между огнем и людьми расположена невысокая стена наподобие ширмы, за которой скрываются кукловоды, которые управляют марионетками, отбрасывающими тени на стену перед пленниками.

Я полагаю, что эта выразительная и мрачная аллегория на определенном уровне является карикатурой на Эфирский оракул мертвых. Мы можем заметить тут несколько параллелей. В обоих случаях странные обитатели подземного мира никогда не видят дневного света. Анонимные служители обманом заставляют пленников поверить, что отблески огня и тени на стенах пещеры являют реальность. В обоих случаях пленников в конце концов освобождают и вначале выводят на свет дня, а затем позволяют окунуться в воду.

В тексте «Республики» есть и другие места, где можно усмотреть сатиру на оракул мертвых. В самом начале «Республики» содержится диалог Сократа, где он упоминает случай, когда Периандр послал в Эфиру специальную делегацию, чтобы вернуть из подземного царства свою жену. Данный диалог начинается с попытки одного из собеседников дать определение справедливости: справедливость — это готовность вернуть другим то, что ты от них получил. Сократ отвергает это определение, замечая, что его, видимо, придумал Периандр или кто-то на него похожий. Здесь Сократ, несомненно, иронизирует: Периандр явно не был образцом справедливости. Он преступил всякие границы разумного, вызвав жену из царства мертвых, дабы вернуть своему другу то, что тот оставил на его попечении.

Чаще всего при анализе аллегории подземелья исследователи сосредотачиваются на положении узников, однако Сократ упоминает и других обитателей пещеры, а именно —

служителей, которые создают тени для обмана пленников. Полагаю, что под служителями имеются в виду ассистенты, помогавшие посетителям оракула мертвых встретиться с призраками, а под пленниками имеются в виду сами посетители. Вполне возможно, что этими ассистентами были служители какого-то киммерийского культа, которые, согласно местным обычаям, должны были обитать во тьме.

Подозреваю, что Платон и вправду имел в виду Эфирский оракул мертвых, когда писал эту знаменитую аллегория. К сожалению, многие вопросы так и остались без ответа, поскольку Эфиру постигла довольно печальная участь.

В 280 году до н. э. царь Эпира Пирр повел двадцатипяти-тысячную армию на Рим и одержал победу. Год спустя он снова победил римлян, но и его армия понесла огромные потери в этом бою. «Еще одна такая победа, — заметил Пирр, — и я останусь без войска». Отсюда пошло выражение «пиррова победа» — то есть победа, давшаяся непомерно высокой ценой.

Победа Пирра были унижительны для римлян, и они отомстили сто лет спустя: римские легионеры вторглись в Эпир и опустошили семьдесят городов. Среди разрушенных городов оказалась и Эфира. Хотя руины оракула сохранились до наших дней, записи о том, что происходило внутри, уничтожены. До современных исследователей дошли только сами руины и немногочисленные упоминания об оракуле в исторических, литературных и антропологических источниках, что, конечно, очень интересно, но не более, чем эхо прошлого.

## Путеводитель по Срединному Царству

Те, кого серьезно интересует эта тема, могут сами съездить к Эфирскому оракулу мертвых. Ныне, как и в древности,

он находится вдали от проторенных дорог, в горном районе Греции. Античным путешественникам, решившимся обратиться к оракулу мертвых, приходилось пускаться в долгий и трудный путь. Очевидно, так и было задумано, ибо долгое путешествие должно было подогреть ожидания посетителей оракула.

Когда в марте 1993 года мы с женой отправились в Грецию, чтобы посетить первый в истории цивилизации центр психо-мантии, наше путешествие по современным меркам тоже оказалось весьма непростым.

Вначале мы летели из Афин самолетом до городка Иоаннии. Оттуда — два часа на автобусе до Превезы, где мы пересели в автобус на Каналики.

Эти переезды не для слабонервных. Значительную часть пути автобус петлял по узким горным дорогам, а пассажиры с ужасом смотрели в бездонные ущелья, вдоль которых мы ехали.

Однако в пути, минуя дивные пейзажи и колоритные греческие деревни, мы замирали не только от страха, но и от восхищения.

Прибыв наконец в Каналики, мы на такси отправились в некромантеон — так местные называют древний оракул. Он расположен на высоком холме милях в четырех от города. Прямо над оракулом в Средние века была выстроена византийская церковь — возможно, специально для того, чтобы скрыть античное святилище за христианским строением. В течение сотен лет оракул был погребен под землей. Недавно археологи раскопали его, и теперь большая часть руин находится на поверхности.

Водитель высадил нас в нескольких футах от ворот, около железного забора, окружающего древние развалины. Мы попросили его вернуться через некоторое время — и очень удачно сделали, поскольку телефона там не было.

Не было там и других посетителей. Мы с женой оказались одни в месте, где некогда бывали Одиссей и Орфей, а также

тысячи менее знаменитых паломников, стремившихся увидеться с ушедшими в мир иной дорогими их сердцу людьми. С позволения Сократа, — так звали добродушного джентльмена, который в течение двадцати пяти лет служил смотрителем в этом месте, — мы беспрепятственно бродили по остаткам древней духовной обители.

Крыша комплекса не сохранилась, и нашему взгляду открылся лабиринт коридоров и комнат, по которому некогда вели посетителей, прежде чем они попадали в зал видений. Весь комплекс в большей или меньшей степени сохранился. Мы посидели в помещениях, где жили жрецы оракула, — этих жрецов называли *психопомпами*. По меркам античности их комнаты были довольно большими: три на три метра. Блуждая по лабиринтам коридоров, я пытался вообразить, каким это место было две тысячи лет назад, когда здесь царил тьма и ощущение близости потустороннего мира. Чем занимались люди, проводившие здесь по нескольку недель? О чем они думали, о чем говорили? Несмотря на то что я люблю одиночество, меня пугала мысль о такой долгой сенсорной депривации.

Я без труда нашел комнаты, где размещали посетителей, а также зал видений. Это было самое большое помещение в лабиринте, с высокими потолками. Стоя там, я представлял себе, какую встряску получали все чувства человека, когда он входил сюда после того, как месяц пробыл в полумраке. На стенах огромного зала играли отблески факелов, и облаченные в мантии жрецы вели посетителя к полированному металлическому котлу, стоявшему на возвышении. Подводя посетителя ближе, жрецы вели ему смотреть на блестящую отражающую поверхность котла до тех пор, пока не явится призрак, ради встречи с которым он сюда пришел.

Стоя посередине зала, в том месте, где некогда был котел, я представлял себе жрецов, наблюдавших, как люди, один за другим, встречаются с видениями. Из работы в собственном

психомантеуме, находящемся за тысячи миль от Греции, я знал, что на лицах людей, получивших возможность на несколько секунд встретиться с утраченными родными и любимыми, читаются радость и удивление, воздух оглашается восторженными восклицаниями.

Стоя среди руин, я осознал, что этот комплекс является самым настоящим чудом архитектурного искусства древних. Сколько заботы и сил было вложено в это сооружение, чтобы оно дожило до наших дней! Это свидетельствует о том, какую важную роль в тогдашней культуре играло заклинание мертвых.

## От религиозных источников до времен королевы Елизаветы

Поскольку упоминания о *созерцании зеркал* в исторических источниках встречаются редко, практически невозможно написать историю использования этого метода без пробелов. В отличие от истории таких дисциплин, как химия или философия, здесь нет непрерывной традиции, существовавшей сотни лет.

Похоже, что практика *созерцания зеркал* возникает спонтанно то тут, то там, а затем сходит на нет, — мы скорее имеем дело с разрозненными вспышками, чем с непрерывной линией передачи. Тем не менее в моменты, когда этот метод все-таки возрождался, результаты были очень интересными.

Лучшее, что я могу сделать, — это предложить ряд зарисовок о том, какую роль играло *созерцание зеркал* в человеческой культуре. Эти эпизоды взяты из литературы, мифологии, религии, политической истории и обыденной жизни. Несмотря на то что иногда в этой истории случаются бреши в несколько сотен лет, вы убедитесь, что метод *созерцания зеркал* для призвания духов играл важную роль в жизни человека с самых ранних периодов истории. Настолько важную

роль, что ни церковь, ни светская власть не смогли искоренить этот метод.

Упоминание о прорицании есть в Ветхом Завете, в Первой книге Царств. Царь Саул приказывает изгнать из Израиля всех медиумов и волшебников и грозит смертной казнью любому, кто решится вызывать духов. Но когда в тяжелой ситуации ему самому потребовался совет покойного царя Самуила, он, переодевшись, обратился к волшебнице Аэндоре, которая неохотно призывает дух Самуила. Имя Аэндора означает «родник Дора». Дор — это деревня, расположенная на горе со множеством пещер. Как пещеры, так и родники (в чем мы скоро убедимся) ассоциируются с призыванием духов.

Очевидно, дух Самуила, явившийся женщине в видении, сказал, что перед ней находится Саул, ибо, внезапно вскрикнув, она говорит царю: «Зачем ты обманул меня? Ты — Саул!» (1 Цар 28:12)

Лишь после того, как царь заверил прорицательницу, что не причинит ей никакого вреда, она дала ему возможность увидеть дух Самуила. Увидев покойного царя, Саул пал на землю и сказал:

«Тяжело мне очень; филистимляне воюют против меня, а Бог отступил от меня и более не отвечает мне ни через пророков, ни во сне; поэтому я вызвал тебя, чтобы ты научил меня, что делать» (1 Цар 28:15).

Самуил отвечает ужасным пророчеством, которое впоследствии исполнилось: «Для чего же ты спрашиваешь меня, когда Господь отступил от тебя и сделался врагом твоим? Господь сделает то, что говорил через меня; отнимет Господь царство из рук твоих, и отдаст его ближнему твоему, Давиду. Так как ты не послушал гласа Господня и не выполнил ярости гнева Его на Амалика, то Господь и делает это над тобою ныне. И предаст Господь Израиля вместе с тобою в руки Филистимлян: завтра и ты и сыны твои *будете* со мною; и стан Израильский предаст Господь в руки Филистимлян» (1 Цар 28:16-19).

Какой метод использовала эта женщина для призвания духа Самуила? В тексте Библии этот метод не описан, однако вполне возможно, что она использовала какую-то отражающую поверхность, полированный предмет, способный создавать зеркальные отражения. Возможно, именно в прозрачной глубине такого отражения явилось царю Саулу это горькое видение.

Иосиф использовал в качестве отражающей поверхности для прорицания серебряную чашу. Такое заключение позволяют сделать слова его слуги: «Не та ли это [чаша], из которой пьет господин мой и гадает на ней?» (Быт 44:5). И позже сам Иосиф, похваляясь своими талантами, говорит: «Разве вы не знали, что такой человек, как я, конечно, угадает?» (Быт 44:15).

Антропологи и другие ученые, исследующие первобытные племенные культуры, сообщают об использовании их представителями для общения с духами методов, подобных тем, что упомянуты в Ветхом Завете.

## Шаманская традиция

Например, в Сибири тунгусские шаманы «помещали духов» в медные зеркала. На их языке само слово «зеркало» является производным от слова «душа», или «дух», — таким образом, зеркало в этой культуре воспринимается прежде всего как хранилище для духа. Эти шаманы утверждали, что, глядя в зеркало, они видят духов умерших. Между прочим, само слово *шаман* имеет тунгусское происхождение. Задача шамана — решать повседневные проблемы всей общины и отдельных ее представителей.

Некогда живущие на Мадагаскаре мальгаши призывали духи умерших при помощи сложных групповых церемоний. Среди представителей этого народа считалось в порядке вещей рассказывать друг другу о встречах с призраками усоп-

ших родных и близких и о своем взаимодействии с этими духами. Племенные шаманы умели вызывать подобные встречи, вступая в контакт с духами при помощи зеркал.

Североамериканские индейцы из племени пони используют в качестве отражающей поверхности кровь (вспомните Одиссея). Их метод подобен тому, что использовался в Греции. Когда член племени убивал барсука, с животного снимали шкуру не сразу, а только с наступлением темноты. Кровь сливали в котел и детям велели смотреть на свое отражение при свете луны. Если ребенок видел себя седым, это предвещало ему долгую жизнь; если отражение оказывалось темным и смутным, это предвещало смерть от болезни; если отражения вообще не было, это предвещало смерть от руки врага.

Африканцы из племени фез созерцали видения в сосуде с водой. В наше время в Египте используют чернильную лужицу фактически так же, как Одиссей использовал лужу из крови. Путешественник Ди Хадл, посетивший Китай в начале XVIII века, сообщает, что даосские провидцы видели в котле с водой, что происходит во всех уголках империи.

У каждого зулусского старейшины есть особый магический сосуд: считается, что его можно использовать для прорицания, если наполнить водой. На севере Экваториальной Африки шаманы ставят больному диагноз, глядя в чайник с водой.

Наиболее любопытное применение метода созерцания зеркал практикуется в племени нкоми из Кэп-Лопес. Они используют созерцание зеркал в ритуале посвящения мальчиков в мужчины. Один из этапов инициации проводится следующим образом: после длительного поста иницируемого отводят в специальную хижину, где находится деревянный идол, под которым лежат кости давно умершего человека. Перед статуей стоит зеркало.

Мальчику велят смотреть в зеркало до тех пор, пока он не увидит лицо человека. Затем ему нужно этого человека опи-

сать. Если мальчик правильно опишет человека, чьи кости лежат под идолом, считается, что он успешно преодолел данный этап инициации.

В недавно изданной книге о медицинском использовании растений ее авторы, Ричард Эванс Шульц и Альберт Хоффман (химик, изобретший ЛСД), рассказывают об одном племени Западной Африки, члены которого для контакта с духами используют определенное растение и зеркало. Человек, решивший пообщаться с духами, употребляет большое количество растения под названием *ибога*, а затем смотрит в зеркало.

Члены племени буити поведали антропологам, что это растение в сочетании с зеркалом помогает «взломать голову», вследствие чего дух человека может унести в «страну мертвых». Один из людей этого племени написал небольшое стихотворение, в котором постарался, насколько возможно, описать свой опыт словами:

Я пустился в путь по долгой дороге,  
по дремучему лесу,  
наконец я добрался до барьера из черного железа.

Возле этого барьера, который я не смог преодолеть,  
я увидел толпу черных людей,  
и они тоже не могли преодолеть барьер.  
Вдали... было что-то очень яркое.  
Я видел разные цвета в небе...

Вдруг мой отец спустился с неба  
в птичьем обличе.  
Он дал мне имя Эбока

И подарил возможность лететь вместе с ним  
над железным барьером.

## Зеркало Аладдина, нимфы Нумы

Тема призывания духов с помощью зеркала вдохновляла на литературное творчество не только греков. У меня нет сомнений, что в некоторых сказках из цикла «Тысяча и одна ночь» описаны именно зеркальные видения. К их числу относится сказка о волшебной лампе Аладдина. Если я работаю с духами умерших, то в случае Аладдина мы имеем дело с духами иного типа, которые называются джиннами. Эти грозные сущности выполняли желания счастливиц, которые трением извлекали их из ламп, где они томились.

Согласно сказке, первой потеряла лампу мать Аладдина. Она пыталась отполировать ее песком до блеска, чтобы затем продать. Когда женщина чистила лампу, вдруг явился огромный джинн, «столь же ужасный, сколь громадный».

— Чего желаешь, госпожа? — пророкотал он. — Я твой раб, ибо мною владеет всякий, кто владеет лампой.

Мать Аладдина так испугалась, что стала умолять сына:

— Заклинаю тебя молоком, которым я тебя вскормила, выбрось эту лампу!

Очевидно, когда мать Аладдина отполировала лампу, ее металлические бока превратились в зеркало, а джинн был именно зеркальным видением. Затем, судя по всему, видение покинуло зеркальную поверхность и материализовалось в физическом мире.

В давние времена металлические лампы нередко использовались для гадания, и соответствующая практика называлась *лампадомантией*. У меня есть древняя медная лампа из Индии, работавшая на китовом жире, и я прекрасно понимаю, почему возник этот гадательный метод. Я обнаружил, что отполированная лампа представляет собой отличную отражающую поверхность для практики созерцания.

Все это убеждает меня в том, что образ выходящего из бутылки джинна, скорее всего, навеян зеркальными видениями.

Существа, называемые *нимфами*, впервые упоминаются в римской мифологии в дискуссиях Нумы, второго римского царя. Он, как все римляне, верил в водных фей, являющихся из кристально чистых родников.

Нет никаких сомнений, что упоминаемая блаженным Августином Эгерия была зеркальной сущностью. В «Граде Божьем» Августин пишет: «Сам Нума, поскольку его не наставлял никто из пророков Божьих, склонился к гидромантии: он заставлял своих богов (или, скорее, дьяволов) являться из воды и давать ему указания относительно устройства религиозных учреждений».

## Кельтский миф о созерцании котла

Обратимся к одному кельтскому манускрипту XII столетия, повествующему о жизни и приключениях короля Ллуда, древнего британского правителя. Один из эпизодов посвящен тому, как при помощи созерцания котла удалось пленить ужасных драконов. Эти драконы издавали столь страшный вопль, что «мужчины бледнели и утрачивали силы, у женщин случались выкидыши, мальчики и девочки сходили с ума, а звери, и деревьями земля, и воды становились бесплодны». Эти драконы представляли опасность для королевства, и нужно было во что бы то ни стало избавиться от них. Ллуд обратился за советом к своему брату, королю Франции, и тот сказал, что этих драконов можно вызвать через котел с медовым вином, а затем пленить, завернув в шелковую ткань.

— Оберни их всех разом тканью, — сказал Ллуду брат, — заключи в каменный склеп и похорони глубоко под землей в самом укромном месте, какое только найдешь в своем королевстве.

Ллуд последовал совету брата. Он покрыл котел с вином шелковой тканью и, приподняв ее край, смотрел в поверх-

ность вина, пока ему не явились в видении драконы. Завернув чудовищ в шелк, Ллуд избавился от них.

Легенда о Ллуде — лишь одно звено в длинной цепи историй о котле. Одну из ярчайших историй на эту тему мы находим в пьесе Шекспира «Макбет», в том эпизоде, где три ведьмы варят древнее зелье и вызывают из его паров призраков.

В средневековых источниках описан целый ряд ритуалов, направленных на то, чтобы призвать видения и получить от них ту или иную информацию. В качестве созерцателей иногда служили мальчики: они видели духов и передавали соплеменникам информацию из потустороннего мира. Способы призвания духов усопших иногда описывались в медицинских трактатах, и это свидетельствует о том, что в своей практике к помощи духов прибегали и врачи.

Некоторые техники подобного рода встречаются в великой пьесе Гете о легендарном Фаусте. На протяжении всего произведения описываются методы *созерцания зеркал*. Существуют основанные на *созерцании зеркала* методы, направленные на разоблачение вора, на выход за пределы тела, на диагностику заболеваний. Существует даже метод вызова девяти эфирных духов, основанный на созерцании стакана, наполненного родниковой водой.

В XVIII столетии жил реальный человек, во многом подобный доктору Фаусту, и звали его граф Калиостро. Он обрел всемирную славу, когда начал учить людей видеть образы в зеркальных поверхностях. Один писатель рассказал о том, как он встречался и разговаривал с духом Калиостро, который являлся ему «в кристаллах и под стеклянными колокольчиками».

## Созерцатель по имени 007

Возможно, самая увлекательная история о заклинании духов связана с Джоном Ди, выдающимся ученым и изобретате-

лем в Англии времен Елизаветы. Джон Ди родился в 1527 году. Он поклялся посвятить всю свою жизнь обретению знаний и в подростковом возрасте учился каждый день с утра до вечера. Такая любовь к знаниям принесла богатые плоды. К двадцати с небольшим годам Джон уже читал лекции во многих университетах Европы. Особенно Ди любили во Франции, где его эксцентричность не встречала неприятия.

Джон был не только теоретиком, но и изобретателем, причем его изобретения нередко становились причиной неприятностей для него же. Когда его студенты ставили на сцене одну из комедий Аристофана, Ди решил помочь своим подопечным и выстроил сценическую машину — огромного летающего жука.

Со стороны казалось, что жук действительно летает по настоящему, и большинство видевших его людей приходили в изумление, а некоторые даже в ужас. Склонные к предрасудкам зрители при виде механического жука вскакивали со своих мест с криком: «Колдовство!»

Всю жизнь Джона преследовали обвинения в колдовстве. В конце концов это его настолько утомило, что он попросил рассмотреть эти обвинения в суде, чтобы покончить с ними раз и навсегда. Он написал в своей петиции к королю, что суд должен поставить на место «тупоголовых безумных презренных недостойных граждан», которые отравляют ему жизнь. Он даже написал, что с радостью согласится быть побитым камнями, если обвинения в колдовстве и «заклинании дьявола» будут доказаны.

В двадцать с небольшим он уже был всемирно признанным ученым и специалистом по навигационному оборудованию. Он написал школьный учебник математики и изобрел прибор, помогающий морякам ориентироваться по карте.

Джон был хорошо знаком с королевой Елизаветой и выполнял при ней функции личного агента безопасности. Говорят, она была в восторге от его глаз и даже дала ему про-

звище «Айз» (глаза). Поэтому Джон подписывал свои тайные послания к королеве так: рисовал два кружка, символизирующие глаза, а сверху и справа очерчивал эти кружки линией, напоминающей семерку, — возможно, так он отдавал дань признания этому счастливому числу. Таким образом, его подпись напоминала число 007 — кодовое имя Джеймса Бонда, современного шпиона, который, как и Джон Ди, служил в секретной службе Ее Величества.

Изучая привозимые испанцами из Мексики артефакты, Ди обратил внимание на обсидиановое гадательное зеркало, которое, очевидно, принадлежало ацтекам. Он с удивлением обнаружил, что видит в этом зеркале видения, и даже использовал свое открытие для сбора разведанных для королевы. Однажды Елизавета сама посетила его дом, чтобы увидеть то необычайное зеркало.

Жилище Джона Ди представляло собой некий гибрид музея, библиотеки и центра по исследованию сознания, где была собрана огромная коллекция курьезов и одно из богатейших собраний книг в стране. Несмотря на близость Джона к королеве и солидную репутацию в ученых кругах, необразованные лондонцы по-прежнему считали его колдуном. Однажды придворные завистники даже подняли этих темных горожан на восстание против Джона Ди. Когда ученый находился за границей, его дом был разгромлен и подожжен беснующейся толпой. По некоторым сведениям, находясь вдали от родины, Джон видел в обсидиановом зеркале, как горят его книги. Источник утверждает, что Ди отнесся к происшествию стоически, поскольку понимал, что поделаться ничего не может.

В разрушенном доме у Ди была особая комната для зеркальных видений. Он подробно описывал все эти видения, но сохранилась лишь малая часть его записей. Джон рассказывает о духах, которые вначале появляются в зеркале, а затем материализуются в комнате.

Один из этих духов — призрак молодой женщины по имени Мадими — являлся Джону регулярно и свободно перемещался по комнате. Ди сообщает, что зеркальные сущности разговаривали и даже поддерживали осмысленную беседу. Например, одна из этих сущностей, которых Ди называл ангелами, сообщила ему такую вселенскую истину: «Невежество есть нагота и нищета, в которой вы томились от начала времен. И первая напасть человечества — недостаток Науки; недостаток Науки мешает вам познать себя».

Ученые всегда отмахивались от утверждений Ди, объявляя, что все это невозможно. Но я полагаю, что он действительно призывал сущностей и мудрость из глубин бессознательного.

Однако Ди не считал, что делает именно Это. Великий ученый использовал все возможные средства, чтобы *прийти к Богу*. Он надеялся, что через общение с ангелами ему удастся воссоединить католиков и протестантов в единую христианскую веру, основанную на вселенской любви. Несмотря на предупреждения со стороны обеих церквей, что его могут осудить как еретика, Ди продолжал публиковать свои беседы с ангелами.

Вера Ди в то, что при помощи своего обсидианового зеркала он общается именно с ангелами, не способствовала его авторитету при дворе. В 1603 году Елизавету на престоле сменил Яков I. Новый король очень подозрительно относился ко всему, что хоть немного пахло колдовством. Однако, поскольку Ди был верным слугой королевы Елизаветы, Яков I не обращал внимания на обвинения, которые выдвигали против ученого некоторые клерикалы, однако Джон перестал быть желанным человеком при дворе.

Отвергнутый также коллегами-учеными, Джон Ди умер в 1608 году. В последние дни за ученым ухаживала дочь. Временами ей приходилось продавать драгоценные книги отца, чтобы выручить немного денег на еду.

После смерти Ди его работы о созерцании зеркал исчезли, и в течение нескольких десятилетий их судьба была неизвестна. Они всплыли в магазине одного лондонского торговца рыбой — он заворачивал в страницы рукописи свой товар. Этот труд так и пропал бы без следа, если бы не один ученый, по случайности прочитавший бумаги, в которые была завернута купленная им рыба.

## Зеркальное видение президента

Получал откровение через *зеркальные видения* и один из президентов США. В ночь судьбоносных выборов в 1860 году утомленный Авраам Линкольн прилег на кушетку. Вдруг в стоявшем неподалеку зеркале он увидел собственный раздвоенный образ: нормальное отражение и отражение, где он выглядел бледным и призрачным.

Линкольн рассказал об этом случае своей жене, Мэри. Первая леди истолковала это видение следующим образом: она сказала, что Авраама выберут на второй срок, но он погибнет при исполнении служебных обязанностей. Впоследствии это толкование подтвердилось; видение оказалось пророческим.

Меня удивляет, что искусство созерцания зеркал почти умерло, ведь желание увидеться с любимыми после их смерти всегда было свойственно людям. Одна из причин состоит в том, что люди, практиковавшие соответствующие техники, всегда держали их в секрете.

Тот факт, что после призвания духов в Эфире посетителя окуривали серой и окунали в воду, свидетельствует о том, что проводившие ритуал жрецы, кем бы они ни были, знали, что посетителю требуются особые процедуры, чтобы вернуться в реальность. Трогательный жест Аэндоры, пригласившей Саула отобедать, прежде чем он уйдет от нее, свидетельству-

ет: она знала, что после подобного опыта человеку необходимо некоторое время, чтобы прийти в себя.

Кроме того, всегда существовало давление со стороны религии. Религиозные организации с жесткой идеологией всегда стремились отвести людей от самостоятельного духовного поиска. Поскольку *созерцание зеркал* открывает человеку доступ в духовную вселенную, многие религиозные лидеры (речь идет не только о христианстве) активно загоняли эту практику в подполье. Многие религии демонстрировали любовь и заботу к человечеству, сжигая дерзновенных искателей на кострах или истребляя их другими методами.

Важно отметить, что общество всегда сурово обходило с теми, кто не соглашался с общепринятым мнением. Немногие принципы (касающиеся сферы познания или социальной жизни) считаются более неприкосновенными, чем представление о том, что между миром живых и царством мертвых существует непреодолимый барьер. Тот, кто решается пересечь эту границу, навлекает на себя суровое общественное осуждение.

## Фальшивки

Вполне вероятно, что кто-то активно использовал ложные слухи, чтобы отпугнуть людей от мест, где производилось призвание духов умерших. Или, возможно, некоторые «специалисты по призванию духов» в действительности не владели соответствующими техниками и просто обманывали людей. Намек на это содержится в следующем отрывке из работ Ипполита, римского епископа второго века, яростного противника всяческих языческих «ересей»:

Не могу я молчать и о плутовских проделках колдунов, гадающих при помощи котла. Они устраивают специальные комнаты и выкрашивают в них потолки

кьянусом [темно-синей краской]. Посреди комнаты устанавливают котел, наполненный водой. Кьянус отражается в воде, создавая видимость небес. В полу есть специальное отверстие, над которым и устанавливают котел. У котла же дно из прозрачного кристалла, а сам он из камня. Под полом находится тайная комната, невидимая зрителю, где прячутся сообщники колдуна, изображающие богов или демонов — в зависимости от пожеланий мага.

Есть много причин, почему люди — в особенности, представители государства и церкви — противостоят распространению практики *созерцания зеркал*. Это очень разные причины, начиная от фундаменталистского пыла и заканчивая суеверными страхами.

Не стану утверждать, будто все люди, когда-либо практиковавшие *созерцание зеркал*, были кристально честны и руководствовались лишь добрыми намерениями. Среди них было столько же жуликов, сколько среди людей любого другого рода деятельности, начиная от врачей и заканчивая водопроводчиками.

Стоит ли отказываться от полезного метода только потому, что кто-то приспособил этот метод для мошенничества, или потому, что он не признан большинством? Думаю, не стоит. В истории метода *созерцания зеркал* есть как славные, так и позорные моменты. И есть примеры того, как люди отстаивали свои убеждения.

Тут мне опять вспоминается непокорный и мужественный Джон Ди. Он бросил вызов гражданам Англии, предлагая им попытаться доказать его вину в суде. Его даже заточили в тюрьму на шесть месяцев за «недостойную практику призвания духов». Но он и после этого регулярно занимался созерцанием своего обсидианового зеркала и писал об ангелах, которых встречал в его прозрачной глубине.

Может возникнуть вопрос, почему этот гигант мысли елизаветинской Англии так рисковал своей репутацией. Разве это не усложняло ему жизнь? Усложняло. Но им двигала жажда познания, он хотел узнать о себе и о мире все, что только возможно. Очевидно, насмешки окружающих не могли много значить для человека, который писал в своем дневнике: «Я могу и должен прежде всего проповедовать Истину и Искренность, ибо моя цель не удовлетворять собственное любопытство, но творить добро».

### III

## Современный психомантеум

Тому, кто грезит наяву, знакомы многие вещи, неизвестные тому, кто видит сны лишь ночью.

*Эдгар Алан По*

Завершив исследования роли метода *созерцания зеркал* в истории, я решил научиться вызывать визионерские встречи с усопшими приблизительно так, как это делали древние греки.

Я разработал процедуру, при помощи которой, как мне думалось, можно вызвать у человека встречу с усопшим. Но будет ли эта процедура безопасна? Я проконсультировался с доктором Уильямом Роллом, одним из ведущих мировых экспертов по видениям усопших, и он сказал, что никогда не слышал о том, чтобы призрак причинил кому-то вред. На самом деле, вопреки образу, культивируемому в фильмах ужасов, встречи с умершими обычно благотворно влияют на людей, поскольку помогают преодолеть скорбь.

Прежде всего необходимо создать особую атмосферу для проведения процедуры. С этой целью я превратил верхний этаж моей старой мельницы в Алабаме в современный психомантеум. Это была модернизированная версия психоманте-

умов Древней Греции, которые служили той же цели: встрече с душами умерших.

Для встречи с усопшими у меня отведена особая комната. На одной из ее стен я повесил зеркало четырех футов высотой и три с половиной фута шириной\*. Нижняя его кромка находится в трех футах над полом.

У удобного легкого кресла я отрезал ножки, чтобы голова сидящего находилась приблизительно в трех футах над полом. Кресло расположено в трех футах от зеркала и немного наклонено назад. Это сделано не только для удобства, но и для того, чтобы человек не видел собственного отражения. Иными словами, кресло располагается так, чтобы созерцающий видел в зеркале лишь отражение тьмы позади себя. Получается кристально-чистая глубь тьмы.

Для создания этого озера темноты кресло позади и с боков окружено черным бархатным занавесом, висющим на полукруглом карнизе. В результате получился отгороженный занавесом закуток, или комнатка. Внутри этой комнатки, прямо за креслом располагается маленькая синяя лампочка пятнадцати ватт мощностью. Когда свет выключен, а окна закрыты ставнями и плотными шторами, этот слабый огонек представляет собой единственное освещение в комнатке.

Это простое помещение с тусклым освещением, черными стенами и прозрачной глубиной зеркала представляет собой идеальную среду для *созерцания зеркала*. Оборудовав эту комнату, я был готов к проверке своих теорий на практике.

## Начальная стадия исследований

Вопрос, который я перед собой ставил вначале, прост: «Можно ли регулярно вызывать встречи с видениями у нор-

\* Один фут — 30,5 см.

мальных здоровых людей?» Чтобы получить ответ на этот простой вопрос, я отобрал десять добровольцев, которые были готовы уделить время моему эксперименту.

Как это принято в исследованиях подобного рода, я отбирал испытуемых по определенным критериям:

- Это должны быть зрелые люди, интересующиеся исследованиями человеческого сознания,
- Они должны быть эмоционально устойчивыми, любознательными и уметь четко излагать свои мысли.
- Никто из участников эксперимента не должен страдать эмоциональными или психическими расстройствами, — что уменьшает вероятность негативных последствий процедуры.
- Никто из участников не должен быть последователем того или иного оккультного учения, поскольку соответствующие знания усложнили бы анализ результатов.

Я связался с рядом людей, которые, как я знал, отвечали этим требованиям. Среди них были студенты, психологи, психиатры, врачи и специалисты в других областях.

Подробно излагаю суть проекта каждому участнику. Объясняю, что мы попытаемся вызвать призрак умершего человека, которого участник хочет увидеть. Я прошу найти несколько памятных предметов: какие-нибудь вещи покойного, вызывающие у участника эксперимента живые воспоминания. Эти предметы нужно принести в психомантеум в день сеанса.

Затем я назначаю дату эксперимента. Каждому человеку я посвящаю целый день. Участник эксперимента приходит в психомантеум в десять утра, захватив с собой памятные предметы и фотографии покойного.

Нужно, чтобы человек, готовящийся к процедуре *созерцания зеркала*, был одет в свободную одежду и удобную обувь. Допускается легкий завтрак, но следует воздерживаться от чая, кофе и других напитков, содержащих кофеин.

По прибытии участника эксперимента мы вместе совершаем неспешную прогулку по окрестностям и обсуждаем, почему этот человек хочет увидеться с покойным. Я объясняю, что нет никакой гарантии, что эта встреча произойдет. И это, конечно, правда. Я действительно никоим образом не могу обещать, что призрак явится, но у меня есть особая причина подчеркивать это. Нужно, чтобы у человека не было завышенных ожиданий. Завышенные ожидания порождают тревогу, что снижает шансы на встречу с видением.

После прогулки следует легкий обед: суп, салат, фрукты и сок. Затем мы проводим долгую беседу: посетитель подробно рассказывает мне о покойном, о том, какие взаимоотношения у них были. Мы обсуждаем характер усопшего, его внешность, привычки — практически все черты личности.

Вспоминаются важные и трогательные моменты из жизни. Во время этой беседы перед нами лежат памятные предметы, и многие участники эксперимента то и дело берут их в руки. Нередко эти предметы очень трогательны. Один мужчина взял с собой рыболовные снасти отца. Женщина принесла шляпку сестры. Такие предметы служат живыми и яркими напоминаниями о покойном.

Перед началом эксперимента я укладываю некоторых участников на кровать, оборудованную одним из моих сотрудников. Это удобное оборудованное динамиками ложе способствует глубочайшему расслаблению. Музыка буквально пронизывает все тело человека, как бы массирует его, проникая в самые кости. Я укладываю на эту кровать приблизительно половину участников эксперимента, чтобы помочь им глубже расслабиться.

Все эти приготовления продолжаются до заката. Затем человека проводят в комнату для *созерцания зеркала*, где единственным источником света является тусклая лампочка. Участнику эксперимента говорят, чтобы он расслабился и пристально глядел в зеркало, освободив свой ум от любых

мыслей, кроме воспоминаний о покойном. Каждый человек находится в комнате так долго, как хочет, — я только прошу его снять часы, чтобы не было соблазна следить за временем.

В продолжение всего сеанса в соседней комнате находится ассистент, готовый в случае необходимости оказать любую помощь. Когда участник эксперимента выходит из комнаты, мы переходим к обсуждению его опыта. Человек дает волю чувствам и рассказывает о своем переживании до тех пор, пока у него есть потребность говорить. В некоторых случаях эти отчеты о результатах опыта длятся более часа. Я никогда не прерываю и не тороплю собеседника. Сеанс заканчивается тогда, когда считает нужным участник эксперимента.

### «То, что я увидел, совершенно реально»

Приведу типичный случай. Один человек хотел встретиться со своей покойной матерью. Он пришел ко мне после моего выступления в Нью-Джерси, посвященного *созерцанию зеркала*.

Мужчина поведал, что за год до этого у него умерла мать, и он очень скучает по ней. Отец умер, когда он был маленьким, и все заботы о воспитании сына легли на плечи матери. В результате сын был исключительно сильно привязан к матери и теперь очень тосковал.

Я задал ему ряд вопросов личного характера. Ему было немного за сорок, он занимал высокий пост в одной аудиторской фирме Нью-Йорка, и у него не было выявлено никаких психических или нервных расстройств.

Я подумал, что он идеально подходит для участия в нашем исследовании. Он не просто хотел испытать мой метод и

понимал его суть, но и отвечал всем нашим критериям, которые я перечислил выше.

Когда этот мужчина спросил, смогу ли я уделить ему день в своем психомантеуме, я очень обрадовался. В назначенное время он прибыл в Алабаму, и мы совершили все описанные выше процедуры. С утра мы отправились на прогулку по окрестностям и обсудили вопрос, почему он хочет увидеться со своей покойной матерью. Я не раз убеждался, что эта процедура очень помогает человеку раскрепоститься. Некоторые психологи даже включают ходьбу и бег в число своих терапевтических методов. На этого мужчину прогулка тоже подействовала благотворно. Он начал рассказывать о своей матери и очень растрогался, вспоминая о жертвах, которые приносила мать, воспитывая его, в одиночку.

— Перед смертью она сильно болела, — говорил он. — Думаю, одна из причин, почему я так хочу видеть маму, вот в чем: мне нужно убедиться, что теперь она счастлива.

После обеда мы смотрели фотографии: сын и стареющая с годами мать. На ранних снимках была запечатлена счастливая цветущая женщина, но в конце альбома было видно, что она уже подкошена годами и болезнью. На некоторых снимках сын и мать стояли щека к щеке. Хотя на фотографиях мужчина улыбался, было видно, что состояние матери очень его беспокоит.

Затем мы рассматривали вещи матери. Он принес свитер, который она носила в последние годы жизни, а также шляпку, сохранившуюся с ее юности.

— Одежда хранит воспоминания, — сказал он, объясняя, почему принес именно эти вещи. — Я хотел принести нечто, напоминающее, как она выглядела и даже как она двигалась.

Вечером я отвел его в комнату видений и объяснил, что нужно делать. Затем оставил одного. Он вышел приблизительно через час. Лицо его озаряла широкая улыбка. По щекам

текли слезы. Он сообщил, что просто окрылен увиденным. Мы сели в моем кабинете, и мужчина начал свой рассказ:

Нет ни малейших сомнений, что в зеркале мне явилась мама! Не знаю, откуда она пришла, но я уверен: то, что я увидел, совершенно реально. Она смотрела на меня из зеркала. Ее одежда мне не знакома, а на вид ей было под восемьдесят — именно в этом возрасте она умерла. Однако она выглядела более здоровой и радостной, чем в последние месяцы жизни.

Губы не шевелились, однако я отчетливо услышал ее слова.

— У меня все хорошо, — сказала мама и радостно улыбнулась.

Я старался оставаться расслабленным и просто смотрел на нее. Руки дрожали, сердце забилось сильнее. И я решил сказать что-нибудь.

— Рад видеть тебя, — произнес я.

— Я тоже рада тебя видеть, — ответила мама.

И все. Затем она просто исчезла.

Благодаря этому опыту мужчина перестал беспокоиться по поводу своей матери.

— Судя по тому, что я видел и слышал, она не мучится, как в последние дни жизни, — сказал он. — Уже только от этого мне намного легче.

Этот участник эксперимента был уверен, что действительно видел в зеркале свою мать, но не мог сказать, откуда явился этот образ. Он предположил, что, возможно, это некая особая форма воспоминания или же он действительно видел духовное тело матери. И все же точного ответа он не знал.

— Не знаю, каким именно образом это возможно, но я точно знаю, что видел свою мать.

## Неожиданные результаты

До того как были проведены первые сеансы созерцания зеркала, я предполагал, что лишь небольшому проценту участников эксперимента — возможно, одному человеку из десяти — удастся увидеться с призраками. И еще я думал, что эти люди будут сомневаться, «реальна» ли их встреча с видением или это все происходит «только в воображении».

Однако на практике сложилась совсем не такая картина, как я себе представлял. Проведя через процесс *созерцания зеркала* всего десять человек, я понял, что воспроизводить опыт общения с видениями усопших намного проще, чем я думал. Из первой десятки участников эксперимента пятеро встретились с призраками своих покойных родственников. Позже, когда я усовершенствовал метод и отточил свою технику, результаты стали еще лучше. И все же мне до сих пор особенно приятно вспоминать те первые сеансы.

### «Передай маме, что со мной все в порядке»

Один из моих любимых случаев во время тех первых сеансов произошел с врачом с Западного Побережья, который надеялся увидеться со своей тетей. Но вместо этого он неожиданно встретился с покойным племянником. В результате этой встречи он оказался в несколько неловком положении. Хотя этот участник эксперимента только слышал парня и не видел его, он твердо убежден, что беседовал с племянником. Вот как он сам описал этот сеанс:

Входя в комнату видений, я не собирался встречаться с племянником. Я уселся в кресло, и ничего не происходило достаточно долго, во всяком случае, мне каза-

лось, что прошло много времени. Я пытался вызвать видение, но безрезультатно. Тогда я перестал прилагать усилия и расслабился. Я подумал: «Что ж, очевидно, я не увижу призрака».

Именно в тот момент у меня появилось отчетливое ощущение, что рядом находится мой племянник, некогда покончивший жизнь самоубийством. Его звали точно так же, как меня и моего отца.

Присутствие племянника ощущалось очень сильно, и я слышал его голос совершенно отчетливо. Разговор был очень простой. Парень поприветствовал меня и попросил: «Передай маме, что со мной все в порядке и что я ее очень люблю».

Очень глубокое переживание. Я уверен, что он был рядом со мной. Я ничего не видел, но очень сильно ощущал его присутствие. Его голос очень отличался от нормального человеческого голоса, и в то же время это явно были не мои собственные мысли. Он словно говорил в моих мыслях. Не знаю, что это было, но точно знаю, чем это *не было*. Это особая форма общения. Я совершенно уверен, что общался со своим племянником.

Просьба племянника поставила мужчину в неловкое положение. Он нимало не сомневался, что встреча была реальной. И еще он чувствовал себя обязанным передать послание племянника сестре. Но мужчина не был уверен, как сестра отреагирует на новость и не подумает ли она, что ее братец тронулся.

Он решил вначале просто прощупать почву и сказать, что встреча с парнем произошла в необычайно реальном сне. Когда я беседовал с этим мужчиной восемь месяцев спустя, он сообщил, что в конце концов решил сказать сестре правду. Она восприняла опыт брата с пониманием.

### «Он меня обнял»

Одна женщина пришла, чтобы увидеться с покойным дедушкой. Она принесла с собой фотоальбом и, листая страницы за страницей, рассказывала о своей любви к деду. Хотя она отправилась в комнату видений в полной уверенности, что встретит его, никто из нас не был готов к тому, что произошло на самом деле. Дедушка не просто поговорил с этой женщиной, но даже вышел из зеркала и утешил внучку, когда та, увидев его, расплакалась.

Я была так рада нашей встрече, что взяла и разревелась. Но сквозь слезы я все еще видела его в зеркале. Вдруг он приблизился и, должно быть, вышел из зеркала, ибо я почувствовала, что дедушка меня обнимает. Кажется, еще он сказал что-то вроде «все хорошо, не плачь».

Я и не заметила, как он ушел. Я и сейчас ощущаю его прикосновение. И еще я чувствую тепло, словно до сих пор нахожусь в его объятиях.

Как было здорово встретить его снова. Кажется, дедушка счастлив, и это хорошо. Я по-прежнему очень скучаю, но приятно знать, что он там счастлив.

Несмотря на то что описания тактильных контактов с духами довольно часто встречаются в литературе по парапсихологии, меня удивило, что она ощутила объятия своего деда. Согласно одному исследованию, 13 процентов контактов с духами сопровождается тактильными ощущениями — то есть человек чувствует прикосновение призрака. Это довольно типично для вдов: случается, что они ощущают прикосновения покойных мужей, чаще всего ночью или ранним утром. Хотя я был знаком с описаниями «тактильных» контактов с

призраками в литературе, но не ожидал, что нечто подобное произойдет и с участниками моего исследования. Такое случилось не только с этой женщиной, но и с другими.

### «Ты все делаешь правильно»

А вот пример слухового контакта. Женщина из Южной Америки пришла в психомантеум в надежде увидеться с призраком покойного мужа. Он умер от сердечного приступа в сорок с небольшим лет.

Утром в день смерти он обратился в больницу с жалобами на сильную боль в груди. Врачи провели серию стандартных исследований, но не обнаружили никаких сбоев в работе сердца. К вечеру мужчину отправили домой. Несколько часов спустя, когда семья собралась ужинать, он схватился за грудь и замертво рухнул на пол.

Женщину смерть супруга застала врасплох. Она была совсем не готова самостоятельно обеспечивать себя и четверых детей.

Мы обсудили, что она надеется получить от сеанса. Женщина сказала, что прежде всего хочет убедиться, что ее мужу в ином мире хорошо. И еще она хотела бы узнать, доволен ли он тем, как она ведет дела. В последнее время ее жизнь превратилась в самую настоящую гонку: забота о детях и работа забирали все время без остатка. Когда женщина рассказывала о своей вдовой жизни, на ее лице отчетливо проступали морщины.

— Очень часто я не уверена, правильно ли поступаю в той или иной ситуации, но у меня просто нет возможности притормозить и подумать, — жаловалась она. — И я не могу расслабиться. Я обращалась к психологам и к врачам, но они не сумели мне помочь.

После завершения всех стандартных процедур я провел ее в комнату видений. Вот что она рассказала, выйдя оттуда:

Я видела в зеркале облака, огоньки и движение. Облака светились изнутри и изменяли цвет. На миг мне показалось, что я вот-вот его увижу. Но все произошло иначе.

Внезапно я ощутила присутствие мужа. Я его не видела, но знала, что он стоит рядом. Затем я услышала его голос: «Молодец, ты все делаешь правильно и детей воспитываешь как надо».

Потом в зеркале начали проходить сцены из нашей совместной жизни. Мы переживали их заново. Например, тот момент, когда муж присутствовал при родах одного из наших детей. Мне тогда было так радостно, что он рядом... и вот теперь мы словно пережили это снова. Я увидела много других эпизодов из совместной жизни и была счастлива оттого, что мы хотя бы ненадолго снова оказались вместе.

Страшно ли мне было? Вовсе нет. Наоборот, я еще ни разу так глубоко не расслаблялась с момента его смерти. Я знала, что ничего плохого не произойдет. Я ведь была вместе с моим любимым, — как же могло произойти что-то плохое?

Я чувствовала, что весь этот год он был с нами. Я понимала, что он умер, потому что видела это своими глазами, но тем не менее чувствовала, что он с нами. Но ни разу в течение этого года я не ощущала его присутствие так сильно, как в те секунды. Мы снова переживали с\* астные моменты нашей совместной жизни.

Я хотела бы провести еще один сеанс. Я чувствую, что муж присутствует в моей жизни, и, чтобы укрепить это ощущение, я хочу еще раз прийти в вашу комнату видений. Мне нужно *увидеть* его.

На следующий же день мы провели еще один сеанс, в ходе которого женщина попыталась увидеть призрак мужа. Теперь она была более расслабленной, чем накануне, и сеанс оказался еще более успешным. На этот раз она смогла побеседовать с мужем, и его голос звучал совершенно отчетливо. Хотя женщине снова не удалось его увидеть, но она чувствовала, что муж стоит рядом.

Я увидела новые сцены из нашей совместной жизни. Его образ лишь несколько раз едва промелькнул в зеркале, но голос звучал совершенно разборчиво. Муж словно находился в одной комнате со мной и отвечал на мои мысленные вопросы.

Он очень сожалеет, что мне так тяжело приходится, но говорит, что тут уж ничего не поделаешь и нужно просто научиться относиться ко всему проще.

Я была так рада. Хотелось его обнять, но я знала, что это невозможно. Очень приятно осознавать, что он рядом, когда мы в нем нуждаемся.

Эти две встречи принесли женщине огромное облегчение. Напряжение, искажавшее ее лицо, почти ушло. И если до сеансов эта женщина совсем не улыбалась, то теперь радостная улыбка то и дело озаряла ее лицо.

В этом случае сеанс встречи с видением дал два результата. Женщина убедилась, что ее муж не страдает и вполне доволен местом, где он оказался. «Я знаю, что у него все хорошо. Он сам сказал мне это». Ей было очень важно узнать об этом, особенно потому что он умер так внезапно и болезненно. Данный опыт удовлетворил ее потребность знать, что жизнь мужа закончилась счастливо.

И еще во время этой встречи муж одобрил ее заботу о детях. После его смерти она устроилась на две работы — и это вдобавок к столь трудоемкому делу, как воспитание четвер-

рых детей. Выполняя этот титанический труд, она постоянно спрашивала себя, как он оценил бы ее усилия. Теперь она получила его одобрение. Во время обоих сеансов *созерцания зеркала* муж говорил, что он одобряет то, что она делает, чтобы обеспечить детей, и доволен тем, как она их воспитывает.

«Теперь я чувствую себя более уверенно, — сказала она мне. — Я убеждена, что он все время со мной. Он помогает мне каждую секунду».

Эта участница эксперимента покинула психомантеум с чувством огромного облегчения. Во многих отношениях болезненный предыдущий год закончился. Она расслабилась, обрела уверенность в себе и перестала бояться будущего. «У меня есть подтверждение, что я все делаю правильно, и я более уверенно смотрю в будущее, — отметила женщина. — Теперь мне не о чем беспокоиться».

### «У меня все хорошо, и я люблю тебя»

Еще один участник эксперимента — хирург из крупного города на востоке США. Он хотел встретиться с матерью, умершей в 1968 году. Этот человек испытывал к матери огромную благодарность, ибо именно она заложила основы его жизненного успеха. Все эти годы он очень скучал по матери и постоянно задавался вопросом, как сложилась бы его жизнь, будь она жива. Этот врач входил в комнату видений с единственным желанием: встретиться с матерью. Вот что он рассказал по окончании сеанса:

Входя в комнату, я опасался, что у меня ничего не получится. Довольно долго я безуспешно пытался освободить ум от посторонних мыслей и войти в нужное со-

стояние. Наконец мне удалось расслабиться до состояния полудремы.

Тогда через зеркало словно пошла туманная дымка. Затем из этой дымки стала формироваться фигура человека, сидящего на диване.

Вначале я видел только очертания, лишённые каких бы то ни было деталей. Затем, возможно через минуту, стали проявляться черты. И они появлялись не все сразу. Это было похоже на компьютерную картинку по телевизору. Лицо словно заполнялось сверху вниз, и наконец я смог сказать себе: «Вот моя мать».

— Как поживаешь? — спросил я ее.

Мамины губы не двигались, но я принял телепатическое послание:

— У меня все хорошо, и я люблю тебя.

— Тебе было больно после смерти? — спросил я.

— Совсем нет, — услышал я внутри себя. — Переход к смерти был очень легким.

Вначале я задавал вопросы вслух — просто проговаривал их, как обычно. Но несколько раз ответы приходили ко мне еще до того, как я успевал спросить. Причем мама говорила беззвучно. Я просто знал, что она говорит. Тогда я стал задавать вопросы мысленно.

— Что ты думаешь о женщине, на которой я собираюсь жениться?

— Очень хороший выбор, — сказала мать. — Однако тебе нужно уделять больше внимания вашим взаимоотношениям. Ты должен измениться. Постарайся проявлять по отношению к ней больше понимания.

Я мысленно задал еще с десяток вопросов, а затем фигура матери померкла и совсем исчезла из виду. Я изо всех сил пытался вернуть ее, но делал это слишком эмоционально, и ничего не вышло. К концу беседы я очень расчувствовался.

## Потрясающие результаты

Результаты первых исследований меня по-настоящему потрясли. Хотя миллионы людей ежегодно видят призраки умерших любимых, ученые всегда предполагали, что эти явления спонтанны и не могут быть вызваны специально. Большинство исследователей настаивают на том, что призраки являются тогда, когда им вздумается, и специально вызвать их невозможно.

В целом я был согласен с этим, но все же некоторые сомнения у меня сохранялись. А теперь мне удалось научиться вызывать видения в лабораторных условиях.

Подобно древним грекам, я создал психомантеум, где люди общаются с духами усопших. Мне стало ясно, что при соответствующей подготовке значительное количество людей могут, используя мои техники, встретиться с умершими.

Я понял, что это не только интересно, но и полезно. Теперь люди, глубоко скорбящие об умерших близких, получают прекрасную возможность облегчить свою душевную боль. Вместо того чтобы часами рассказывать о своих чувствах психотерапевту, они могут напрямую поговорить с умершим супругом или ребенком.

Исследуя околосмертный опыт, я не раз убеждался, что встреча с умершими близкими оказывает на человека колоссальное психотерапевтическое воздействие. Общение с видениями является одной из составляющих околосмертного опыта, и это общение оберегает человека от страха и душевных травм. Исследования показывают, что околосмертные переживания полностью трансформируют жизнь человека: он перестает бояться смерти. И происходит это отчасти потому, что человек видит, что его близкие счастливы в ином мире.

Как в результате околосмертного опыта, так и из-за встречи с видениями скорбь об усопших ослабевает. В этом одна из общих черт этих явлений. Визионерские встречи с ушедшими

любимыми вовсе не страшны. Наоборот, они являются позитивным опытом, дарующим человеку надежду и уверенность в том, что умершие счастливы, довольны и по-прежнему духовно остаются рядом с нами.

Приведу пример. Один мужчина из Пенсильвании потерял дочь. Она пошла с друзьями на озеро купаться и утонула. Отец отправился на берег озера и оставался там до тех пор, пока подводники не нашли тело девушки. Затем он сопровождал ее в морг, готовился к похоронам...

Через два дня после трагедии, в день похорон, когда этот человек надевал перед зеркалом галстук, возле него внезапно появился призрак утонувшей дочери. Она была в купальнике, вся в каплях воды, словно только что вышла из озера. Девушка положила руку отцу на плечо, поцеловала его в щеку, попрощалась и исчезла.

Эту историю рассказала мне вторая дочь того мужчины. Она утверждает, что, когда отец вышел из ванной и рассказал родным о том, что произошло, его плечо и щека были еще влажными.

— Он часто рассказывал эту историю до самой своей смерти, — добавила женщина. — Люди спрашивали, не стало ли ему жутко в тот момент, и он отвечал, что ни капли не испугался. Папу очень утешило, что она пришла попрощаться.

Осознав, какие перспективы сулит созерцание зеркал, я решил продолжить исследования.

## IV

### Театр сознания

Если люди смеются над твоим желанием  
исследовать что-то — исследуй это.

*Неизвестный источник*

Весной 1990 года я понял, что мне потребуется специальное помещение для дальнейших исследований метода *созерцания зеркал*, и решил построить исследовательский центр в моей старой мельнице. Я назвал свою лабораторию «Театр сознания». В моем театре для создания атмосферы, способствующей вхождению в измененные состояния сознания, используется целый комплекс средств: живопись, музыка, игра, релаксация, творческая деятельность, физические упражнения, созерцание природы, гипнагогические состояния, иллюзии, интеллектуальные стимулы и юмор.

Театр исключительно многогранен: он одновременно является храмом, обителью прорицателя, центром для духовных ритритов, музеем, школой, библиотекой и развлекательным центром. Кроме того, в нем возрождены некоторые давно забытые учреждения древних: греческие оракулы мертвых; храмы-инкубатории Асклепия; и *Музеион*, прообраз современных музеев, куда люди ходили для того, чтобы получить вдохновение от муз. Все это скомпоновано таким образом, чтобы настроить человека на встречу с видением.

## Факторы, способствующие измененным состояниям

Моя стратегия состояла в том, чтобы использовать как можно больше факторов, облегчающих переход в измененные состояния реальности. Задача Театра сознания — образование, развлечение, духовный рост и преодоление скорби через измененные состояния сознания. Достижению таких состояний способствуют следующие факторы:

### *Красота природы*

Красота природы способна стимулировать мистические и другие духовные переживания. Природа очень сильно задевает какие-то сокровенные струны человеческого существа.

Театр сознания расположен в бывшей мельнице на берегу ручья в девственном уголке Алабамы. Из окон гостиной видны берега ручья, куда то и дело приходят дикие твари из дикого леса, — да и сам лес манит на прогулку туда, где ничто не напоминает о цивилизации и можно слиться с природой.

### *Изменения в ощущении времени*

Люди, пережившие измененные состояния сознания, нередко сообщают, что в таком состоянии ощущение времени изменяется. Чтобы участники эксперимента могли *потеряться* во времени, я прошу их при входе в театр снять часы. Кроме того, я позаботился, чтобы и в самом театре часов не было. Лишь иногда я устанавливаю во дворе солнечные часы, чтобы напомнить о первобытном методе отсчета времени.

В моем доме не только средства отсчета времени анахроничны, но и само его убранство. Везде стоит старинная

мебель. Коллекция стереоскопических фотографий XIX столетия служит как бы окном в далекое прошлое.

Все это вместе с самой мельницей, построенной в 1839 году, дезориентирует сознание и подсознание, выталкивая человека в прошлое.

Гости мельницы отмечают, что у них возникает ощущение, будто они живут в прошлом. Многие говорят, что их словно поместили в машину времени и перенесли из нашей технологической действительности лет на сто в прошлое.

### *Измененные состояния сознания и искусство*

Художественные произведения также способствуют возникновению измененных состояний. Один итальянский психиатр даже описал феномен, который он назвал синдромом Стендаля. Это странное расстройство, напоминающее нервный срыв, иногда случается с людьми при встрече с великими произведениями искусства. Синдром Стендаля чаще всего наблюдается во Флоренции и поражает главным образом туристов из стран, где труд считается главной добродетелью в обществе. Когда такие люди попадают во Флоренцию и видят бессмертные Произведения искусства, которыми богат этот город, их переполняют эмоции. Иногда доходит даже до небольшого нервного срыва. После непродолжительного лечения туристы выздоравливают. Очевидно, после многолетней сенсорной депривации на работе избыток красоты приводит к некоторой перегрузке мозга.

Есть свидетельства, что в измененное состояние сознания входили многие музыканты, сотрудничавшие с концертирующим пианистом Эриком Пигани. Ряд всемирно известных музыкантов во время прослушивания у него ощущали необычайный духовный подъем. Некоторые из них сообщали, что чувствовали, будто их омывает свет.

Сам Пигани заинтересовался измененными состояниями сознания у музыкантов, когда сам однажды вышел из тела во время выступления. Он внезапно обнаружил, что парит над сценой и наблюдает за собственной игрой.

Все это убеждает меня в том, что искусство и музыка могут вызывать измененные состояния сознания — в частности, выход из тела.

В своем Театре сознания я попытался использовать искусство для стимуляции измененных состояний сознания. По всему дому висят провокационные и необычные картины и рисунки. В местах, предназначенных для отдыха и ожидания, разложены художественные альбомы.

Произведения искусства и украшения призваны не только вызывать эстетическое наслаждение, но и удивлять, шокировать, поражать своей несочетаемостью. На мельнице практически нет наборов, сервизов и гарнитуров, поскольку любые наборы создают ощущение однообразия, стабильности, предсказуемости. Например, все предметы посуды на обеденном столе разные: простая грубая тарелка из белого фаянса и тонкая синяя фарфоровая чашка, формой напоминающая виноградную гроздь. В гостиной деревянная статуя индейца стоит рядом с лампой от Тиффани\*. Плакаты Максфилда Пэрриша\*\* с изображением ангелов соседствуют с кадрами из мультфильма про Дональда Дака. Благодаря этому ум посетителя постоянно находится под воздействием новых стимулов — в постоянном изумлении.

Очень дорогая современная дизайнерская фирма, производящая драгоценности, светильники из цветного стекла и т. д.  
Максфилд Пэрриш (1870-1966) — знаменитый художник и иллюстратор.

## *Стимуляция с помощью знаний и юмора*

У меня богатая библиотека, где собраны книги и материалы об измененных состояниях сознания, паранормальных явлениях и духовности. Поскольку познание всегда было важным каналом, посредством которого люди обретают духовное руководство и просветление, я поощряю посетителей листать эти книги.

При этом я пристально слежу за тем, чтобы интеллектуальный аспект нашей программы не перевешивал развлекательный. Ведь юмор тесно связан с творчеством. Веселье само по себе может быть отнесено к числу измененных состояний сознания, поскольку радость пьянит и влечет за собой расслабление скелетных мышц тела.

Парадоксальность юмора способствует интуитивным прозрениям, а также самопознанию. И еще юмор помогает участнику эксперимента оставаться расслабленным перед лицом предстоящего опыта — встречи с видением.

## *Атмосфера игры*

Некоторые считают любовь к игре одним из ранних этапов развития человека на пути к взрослению. Многие взрослые совсем разучились играть и выработали предельно серьезный подход к жизни.

Таким людям чаще всего трудно входить в измененные состояния сознания. Они не видят, что между игрой и сферой паранормального существует явная связь. Я же обнаружил, что парапсихология и паранормальные явления связаны с игрой, юмором и развлечениями столь же тесно, как и с научным исследованием.

Утверждая это, я вовсе не пытаюсь высмеивать или порочить парапсихологию. Фактически, я полагаю, что приня-

тие этой идеи многое *добавит* к изучению парапсихологии. Игра, юмор и развлечения входят в число наиболее важных человеческих занятий, хотя некоторые серьезные люди склонны недооценивать их значение. Например, одним из важнейших источников открытий и изобретений является творческая игра.

На мой взгляд, признав связь между парапсихологией и развлечениями, мы открываем ей новый простор для деятельности, даем новую возможность сыграть важную роль в человеческой жизни. Различные виды искусства — а искусство, между прочим, является формой развлечения, будь то поэзия, музыка, живопись, скульптура или драма, — в течение долгого времени служили для описания и углубления духовной жизни человечества.

В конечном счете, парапсихология представляет собой систематическое изучение паранормальных явлений. Парапсихология, как и искусства, может вызывать сильный духовный подъем, пробуждать благоговение, восхищение, надежду и удивление, помогать нам вновь осознать, сколь велика и непостижима Вселенная, в которой мы живем.

Не исключено, что фундаменталисты отвергают эту область знания именно в силу бессознательного понимания того, что исследование паранормальных явлений приносит радость и удовольствие. Ведь им не по вкусу все, что связано с игрой и юмором.

Поскольку я убежден, что игра тесно связана со сферой паранормального, я ввел в процесс созерцания зеркал элементы игры. В гостиной, где мы проводим предварительные сеансы «знакомства», участники эксперимента сидят в больших креслах-гамаках, свисающих с потолка. Если кому-то они покажутся неудобными, можно усесться на разбросанные по полу подушки.

В комнате много игрушек, — и взрослых они манят так же, как детей. Это калейдоскопы, головоломки, книжки с картинками и т. п.

Во всем доме на видных местах стоят зеркала — они символизируют путь самопознания. Глядя в зеркало, мы получаем толчок к исследованию своей души и самопознанию. В Театре сознания есть как нормальные зеркала, так и кривые. Искаженные отражения позволяют посетителям ослабить свою привязанность к общепринятому взгляду на реальность.

## Двери души

Цель всего этого состоит не в том, чтобы просто развеселить или развлечь посетителя, но в том, чтобы помочь ему открыть двери своей души. Когда эта дверь открыта, человек может исследовать иные измерения сознания, отказавшись от некоторых старых комплексов. Как сказал один участник эксперимента, описывая свой опыт: «Я словно преодолел какой-то временной барьер и вошел в другой мир. Я почувствовал, что время не реально».

Создание Театра сознания, работающего с произведениями искусства, предметами старины, природой, развлечениями и игрой, помогло не только увеличить количество встреч людей с видениями, но и улучшить качество этих встреч. Этот успех помог мне осознать роль настроения в медицине, особенно в той призрачной ее области, которая называется психологией.

В случае *созерцания зеркал* необходимое настроение создается за счет среды, в которой происходит подготовка и сама процедура. Эту среду можно назвать ритуальной — в том смысле, что она настраивает человека на определенный поведенческий паттерн, способствующий глубокой релаксации.

Лишь после достижения глубокой релаксации посетитель попадает в Комнату видений, где он созерцает зеркало, в котором ему являются призраки.

Занимаясь исследованиями метода *созерцания зеркал* в Театре сознания с 1990 года, я провел через этот опыт более трех тысяч человек и принял у них отчет о пережитом.

Многие из этих сеансов имели своей целью контакт с усопшим близким человеком (именно этому, главным образом, и посвящена данная книга). Другие сеансы проводились ради того, чтобы помочь людям глубже понять себя (что является одним из инструментов нового психотерапевтического метода).

Такие способы использования *созерцания зеркала* описаны в нашей книге далее. Пока же я ограничусь перечислением наиболее неожиданных открытий, связанных со встречами с усопшими родственниками.

**Многие участники эксперимента встречаются не с тем умершим, с кем намеревались.** Каждый из посетителей назначается на встречу с определенным человеком. И все же приблизительно каждый четвертый видит кого-то *другого*.

**Не все призраки остаются в зеркале.** Приблизительно в десяти процентах случаев призрак выходит из зеркала и оказывается в обычном мире. Нередко участники эксперимента сообщают, что призраки к ним «прикасались» и приближались вплотную. Это не было для меня полной неожиданностью, поскольку доктор Ди в описании своих сеансов *созерцания зеркала* сообщает о подобных случаях. Однако в одном случае призрак умершего совершенно однозначно запретил созерцателю зеркала прикасаться к нему.

Происходит также и противоположное. Около десяти процентов созерцателей сами входят в зеркало, где встречаются с усопшими.

## «Он вышел прямо из зеркала»

Приведу пример, когда оба эти феномена имели место одновременно. Некий бизнесмен, охарактеризовавший себя словами «заинтересованный скептик», увидел призрак не того человека, что ожидал, и при этом призрак вышел из зеркала. Этот человек пришел в Театр сознания в надежде встретиться с видением отца, умершего, когда сыну было всего двенадцать лет. Он восхищался отцом и говорил, что очень долго остро переживал утрату.

Мы тщательно подготовились к сеансу, рассматривая семейные снимки и эскизы мебели, которую делал отец посетителя. Мужчина делился воспоминаниями о прогулках в парке вместе с отцом и поездках к бабушке в деревню. Затем он направился в комнату видений. Выйдя оттуда, он поведал мне удивительную историю:

Прошло довольно много времени, прежде чем я освоился в этой комнатухе. Все, как вы и говорили: если ты пытаешься форсировать процесс или гадаешь, получится ли у тебя что-то, ничего не выйдет. Я уже совсем было собрался встать и уйти, но все-таки подумал: «Посижу еще немного» — и успокоился. Думаю, все началось именно благодаря тому, что я успокоился и перестал заботиться о том, получится что-то или не получится.

Я увидел в зеркале туман и, откровенно говоря, на секунду подумал, что вам придется вызывать пожарную команду, поскольку мне показалось, что это дым... Скоро я понял, что это всего лишь туман. Затем в зеркале стали появляться цвета, складывающиеся в образы. Среди них были сцены из моего детства. Очень реалистичные. Меня со всех сторон окружали трехмерные образы. В некоторых из них я узнал события своей жизни, но не во всех.

Одна из сцен: отец сидит на ступеньках крыльца. Момент из глубокого детства, но я хорошо помню его, так что это было просто воспоминание, но очень отчетливое. Я мог прикоснуться к отцу. Во всяком случае, мне так казалось. Но я не чувствовал, что он рядом: это было просто воспоминание, отражающееся в зеркале.

И еще передо мной пробежали картины различных мест, где я никогда не бывал. Очень красивые места. Не знаю, где они находятся, но у меня было ощущение, что видение окружает меня со всех сторон, так что, очевидно, я оказался в самом зеркале.

Там, в зеркале, я чувствовал, что полон энергии как никогда. Я чувствовал, что рядом со мной кто-то есть, но не знал кто. Затем я увидел формирующуюся человеческую фигуру. Человек проявлялся постепенно. Он словно выходил из тьмы на свет.

Это прозвучит странно, но мне казалось, что в зеркале нахожусь я, а он входит из комнаты видений.

Да, я помню совершенно определенно: человек сформировался в комнате видений. На секунду мне показалось, что я нахожусь в зеркале, но затем я вернулся в комнату видений и оказался рядом с этим человеком. Он был приблизительно моего роста. И он непрестанно двигался: вначале из тьмы на свет, а затем из зеркала в комнату видений— очень плавное движение. Он вышел прямо из зеркала. И в то же время именно я двигался взад-вперед, в зеркало и из зеркала. Это продолжалось приблизительно минуту, но в конце концов я окончательно вернулся в комнату и почувствовал, что сижу в кресле.

Должно быть, узнав его, я просто подпрыгнул, ибо это оказался мой бывший партнер по бизнесу. Он был года на два младше меня, и мы проработали вместе пятнадцать лет. И вот однажды, придя домой, жена обнаружила его в душе мертвым: сердечный приступ.

Он умер совсем молодым — тридцать восемь лет, — и у них было четверо детей.

Странно, но пока мы работали вместе, я не считал его своим близким другом. Мы были просто партнерами по бизнесу. Но когда он умер, я совсем захандрил. Позже моя жена сказала, что она даже думала настоять на том, чтобы я на время лег в больницу.

Как бы там ни было, в комнате видений был именно он, и я видел его отчетливо. Он стоял всего футов в двух от меня. Я был изумлен и совершенно не знал, что делать. Это был он, совсем близко: моего размера, я видел его от пояса и до головы. Фигура была объемной и непрозрачной. Он ходил взад-вперед, и при этом его руки и голова совершенно естественно двигались в трех измерениях.

Он выглядел совсем как перед смертью, разве что немного моложе. У него словно забрали все внешние недостатки, и он был очень бодр.

Партнер был рад меня видеть. Я был изумлен, а он, кажется, нет. Похоже, он отлично понимал, что происходит. Он явно хотел меня подбодрить: сказал, чтобы я не волновался, мол, у него все хорошо. Я уловил его "мысль о том, что мы когда-нибудь снова встретимся. Его жена уже мертва, и партнер мысленно сообщил мне, что она с ним, но я с ней не увижусь.

Я не слышал ни слов, ни каких-либо звуков. Мы просто обменивались мыслями. В словах не было потребности.

Я задал партнеру несколько вопросов. Хотелось кое-что узнать об одной из его дочерей, чья судьба меня особенно беспокоила. С тремя его детьми я постоянно поддерживал связь, помогал, чем мог. Но со второй дочерью сразу возникли проблемы. Я пытался наладить с ней контакт, но девушка явно винила меня в смерти отца. Когда

она немного подросла, то без обиняков заявила, что-папа работал слишком много и от этого умер. Поэтому я спросил у него, что делать, и партнер дал мне исчерпывающий ответ и пролил свет на некоторые вещи.

Когда разговор закончился, он быстро исчез, а я встал с кресла. Выходя из комнаты видений, я немного дрожал от волнения. Я чувствовал, что это именно он, и у меня в этом нет ни малейших сомнений.

Когда я видел картинки с отцом, у меня не возникло ощущения, что он действительно был рядом, а в отношении партнера такое ощущение было. Я совсем не знал, что делать и как себя вести. Но я чувствую, что у меня с ним не осталось никаких невыясненных вопросов.

Этот мужчина настаивает на том, что призрак в комнате с зеркалом был вовсе не иллюзией, а действительно его партнером по бизнесу. Он обосновывает это ощущение ответами партнера на его вопросы. Некоторые из этих вопросов томили его многие годы, а тут за несколько минут общения он получил все ответы.

«Я по-прежнему хотел бы увидеться с отцом,— сказал он, — но, видимо, потребность поговорить с бывшим напарником оказалась сильнее, чем я мог предположить».

Месяцев шесть спустя этот человек рассказал мне, что опыт в психомантеуме и дальше оказывал на него сильное влияние. Он повторил, что у него «не осталось никаких невыясненных вопросов» с партнером и исчезло беспокойство по поводу семьи напарника.

Он сказал, что частенько задумывается о своем посещении психомантеума и ничуть не сомневается, что действительно увиделся тогда со старым приятелем.

**Происходят реальные беседы.** Во время предварительных исследований мне и в голову не приходило, что участники экс-

перимента смогут полноценно общаться с видениями, которые встретят в психомантеуме. Однако почти в 50 % случаев происходили осмысленные разговоры — начиная от обмена несколькими словами ободрения и любви и заканчивая длинными, содержательными диалогами.

Приблизительно в 15 % случаев посетители психомантеума говорили, что отчетливо слышали голоса усопших. Они слышали их не так, как человек слышит собственные мысли, но скорее так, как мы слышим звуки. Остальные говорят, что общение было телепатическим: призрак и человек непосредственно ощущали мысли и чувства друг друга и потребности в вербальном общении не было.

**Видения являются позже.** Приблизительно 25 % людей, с которыми я работал, встречались с видениями не в психомантеуме. Встреча с усопшим происходила по возвращении в отель или домой. В моем случае это произошло, когда я вышел в другую комнату. Обычно встреча происходит в течение двадцати четырех часов после сеанса.

## «Я осознала, что вижу призрак»

Уважаемая журналистка шестидесяти с небольшим лет пришла в Театр сознания в надежде увидеть сына, совершившего самоубийство приблизительно за год до этого.

Как вы увидите из ее отчета, вначале ничего не получилось. Встреча произошла лишь через несколько часов после того, как женщина покинула психомантеум:

Призрак сына явился ко мне через несколько часов после того, как я покинула комнату видений, и до сих пор воспоминания о той встрече свежи в моей памяти, словно я вижу все это прямо сейчас. Я вижу его

лицо. Если бы была художницей, могла бы написать портрет.

Вернувшись в комнату отеля, я совершила несколько звонков, поскольку день, проведенный в Театре сознания, очень взволновал меня и мне хотелось поговорить с родными. Затем я улеглась в кровать и крепко уснула.

Не знаю точно, который был час, когда я проснулась, но в комнате отчетливо ощущалось чье-то присутствие. Между телевизором и туалетным столиком стоял молодой человек.

Вначале его черты ничего не выражали, он просто смотрел на меня. Я очень испугалась, казалось, сердце вот-вот выскочит из груди. Хорошо, что я лежала на двуспальной кровати, иначе могла бы с перепугу свалиться на пол.

В голове промелькнула мысль: «Боже, должно быть, в комнате есть еще один вход», — до того реальным казался этот человек.

Это был не сон. Я, вне всяких сомнений, бодрствовала. Я совершенно отчетливо видела все его тело за исключением стоп. Я смотрела на него, а он — на меня. Не знаю, долго ли это продолжалось, но мне нужно довольно много времени, чтобы испугаться, и испугать меня не так-то просто.

Вдруг я осознала, что вижу призрак и это призрак моего сына. Вначале я не поняла, что это он, но потом узнала. На самом деле он выглядел, как за десять лет до смерти.

Мне стало очень спокойно. Я поняла, что с сыном все хорошо и он меня любит. Это был исключительно важный момент для меня. Прекрасный момент.

**Встречи с усопшими воспринимаются как «реальность».**  
К моему изумлению, обнаружилось, что люди воспринима-

ют эти видения как реальные события, а не фантазии и сны. Почти все посетители психомантеума, встретившиеся с призраками, утверждают, что встреча была совершенно реальной, они как будто действительно увиделись с покойным.

**Опыт общения с призраком оказывает глубокое воздействие на человека.** Хотя все происходит в лабораторных условиях, я полагаю, что данный опыт пробуждает в человеке сильную позитивную трансформацию. Для этого есть все предпосылки:

- Происходит паранормальное событие, потрясающее основы реальности человека.
- Это позитивный опыт, отвечающий глубоким духовным потребностям.
- Данный опыт изменяет взгляд человека на смысл жизни.

На основании своих наблюдений я пришел к выводу, что изменения, происходящие в человеке в результате *созерцания зеркала*, подобны изменениям вследствие околосмертного опыта. Такие люди становятся добрее, проявляют больше понимания и меньше боятся смерти.

## «Мне хотелось кричать от счастья»

Примером того, насколько «реален» этот опыт и насколько глубоко он воздействует на эмоции, может послужить история двадцатилетней женщины, пришедшей в Театр сознания, чтобы увидеться со своей любимой тетюшкой. Случилось так, что ее тетя Бетти умерла в одиночестве, и племянница, как и другие члены ее семьи, беспокоилась, что, возможно, она страдала перед смертью и некому было помочь ей. Эта женщина оказалась в числе тех, кто сам вошел в зеркало во время сеанса.

Вначале мне было как-то тревожно там [в комнате видений], но вскоре я успокоилась. На самом деле я не думала, что у меня что-то получится. Подобные вещи, знаете

ли, всегда происходят с кем угодно, только не с тобой. Но, как ни странно, все началось почти сразу же. Видение, — если это было видение, — оказалось необычайно правдоподобным. Ни малейшего сомнения в реальности происходящего — не знаю, как объяснить это ощущение.

Вначале видения были в зеркале: цветные узоры, затем маленькие яркие искорки. Потом дымка заполнила зеркало, словно снизу потянуло густым туманом, а после этого вспыхнул яркий свет. Свет был очень далеко, и я увидела какие-то коротенькие сценки, но скоро перестала обращать внимание на сценки, поскольку увидела какой-то коридор и почувствовала, что должна идти по нему.

И я пошла. Не могу сказать, что я вошла в зеркало, поскольку не заметила, чтобы проходила сквозь стекло, но уверена, что оказалась в ином измерении. Вдали был свет, а вокруг разворачивались все новые сценки, но я не обращала на них внимания, поскольку знала, что мне нужно просто идти по коридору;

Я все шла и шла, и наконец увидела этих троих. Они стояли чуть в стороне, и я направилась к ним. Это были моя бабушка, моя любимая тетя Бетти и еще одна женщина, которую я не узнала.

Тетя Бетти каким-то образом дала мне знать, что третья женщина — моя прабабушка Гарриет. Я вспомнила, что видела ее на фотографиях. Однако прабабушка выглядела не так, как на снимках, — была более бодрой и деятельной. И еще, она умерла в глубокой старости, а здесь выглядела совсем молодой. У нас в семье часто о ней вспоминали, — я помню это с самого детства. Да и здесь присутствие прабабушки ощущалось очень сильно.

Мне хотелось кричать от счастья. Так здорово было встретить бабушку и тетю Бетти. В них было какое-то

новое понимание... Казалось, теперь им ведомо намного больше, чем при жизни.

Во время нашей встречи меня переполняла радость. Я была счастлива. Не возникало ни малейших сомнений, что они рядом, и я их вижу, и эта встреча столь же реальна, как любая встреча на улице. Пожалуй, я могла бы даже прикоснуться к ним.

Они сказали, что все в порядке, им хорошо. Это принесло мне огромное облегчение. Теперь я уже не волнуюсь о тетушке. Она была очень спокойной и непринужденной.

Если бы я только могла описать этот свет! Никогда прежде не видела ничего подобного. Я не вошла в свет, а лишь смотрела на него с некоторого расстояния. Я не слышала голосов, но знала, что хотят мне сказать эти женщины. Похоже на то, как описывают чтение мыслей.

Некоторое время я пообщалась с бабушкой. Я была ее первой внучкой, и она испытывала ко мне особые чувства. Она тоже сказала, что у нее все хорошо. Мы все были очень рады этой встрече.

С виду они ничуть не отличались от обычных людей. Я видела их отчетливо, находясь очень близко, но не подходя ни к кому вплотную. Я понимала, что наше свидание не будет долгим, но осознавала, что они по-прежнему живы и когда-нибудь мы увидимся снова. Я видела их не полностью — только начиная от колен.

Все продолжалось не очень долго. Я просто снова оказалась в кресле, а образы в зеркале стремительно померкли. Этот опыт, несомненно, даст мне богатую пищу для размышлений. Прежде я никогда бы в подобное не поверила. Однако у меня нет ни малейших сомнений, что все это было реально. Мои родственницы были прямо передо мной, и это были именно они.

Через четырнадцать месяцев после этого визита женщина рассказала мне, что у нее были еще две краткие встречи с призраком тети Бетти. Ни одна из них не была такой сложной, как первая, но в обоих случаях женщина ощутила присутствие тети. Посещение психомантеума изменило ее представления о паранормальном. Если прежде женщина сомневалась в том, что жизнь после смерти есть, то теперь любые сомнения отпали.

Надолго ли закрепляется такая трансформация? Я не знаю, ибо для того, чтобы ответить на этот вопрос, нужно наблюдать людей на протяжении многих лет после посещения психомантеума. Пока я могу сказать, что удачный сеанс *созерцания зеркала* влечет за собой по меньшей мере кратковременную трансформацию личности.

## Разнообразие опыта

Приведенный выше анализ разнообразных феноменов, имеющих место при стимулированных встречах с видениями, — результат долгой работы со многими посетившими мой психомантеум людьми. Для меня это — поток незабываемых встреч с чувствительными и зрелыми людьми.

Было чрезвычайно интересно наблюдать, как здравомыслящие люди рассказывают об очень необычных событиях, которые они считают совершенно реальными. Незабываемые рассказы.

## «Они кого-то ждали»

Одним из первых участников эксперимента был мужчина чуть старше семидесяти, опытный психотерапевт. Я называю его профессию, чтобы подчеркнуть, что он обладал глубоким пониманием человеческого сознания.

Весь день мы посвятили подготовке. Он надеялся встретиться со своим отцом, умершим три десятилетия назад. Мы вместе рассматривали пожелтевшие фотографии и древние потрепанные документы. Старик перебирал приятные и не очень воспоминания об отце. Когда стало смеркаться, я отвел его в комнату видений. Он вышел часа полтора спустя, явно тронутый и удовлетворенный своим удивительным путешествием в Срединное Царство.

Некоторое время ничего не происходило, — не знаю, как долго. Наконец зеркальная глубь стала заполняться дымкой, словно там поднимались клубы мелкой пыли. Затем дымка исчезла и появились какие-то быстро пролетающие в зеркале геометрические узоры. По телу пробежала дрожь, немного закружилась голова, как перед потерей сознания, но сознание я не потерял.

Я двинулся вперед. Головокружения уже как не бывало. Я плавно скользнул к зеркалу и прошел сквозь стекло.

Довольно скоро я увидел что-то во тьме впереди себя. Нет, там было не совсем темно, скорее сумрачно, но вдалеке виднелся яркий свет, и по сравнению с тем местом все остальное казалось темным. Я двигался через сумрак к источнику света, и, несколько приблизившись, увидел какую-то конструкцию. Не знаю, что это было. Я видел, но описать словами не могу.

Это было что-то вроде помоста или сцены. В какой-то момент мне показалось, что это железнодорожный перрон. Там стояли двое, — будто ждали кого-то, кто должен приехать поездом. И все это было освещено ярким желтоватым светом.

Я шел к этому помосту, пытаюсь разобраться, что это такое, и не понимая, что происходит. Я стал пристально разглядывать тех двоих, что всматривались

вдаль, словно кого-то ждали. Подойдя поближе, я узнал двоюродных брата и сестру, Гарри и Рут, с которыми был очень дружен.

Я поднялся на платформу, — или мне казалось, что поднялся, — и они обрадовано направились ко мне, но вплотную не подошли. Не знаю, как объяснить, но во время встречи нас разделяла какая-то преграда или щит. Я ничего не видел, но чувствовал, что она есть. Откуда-то я знал, что ни я, ни они не должны пересекать эту незримую границу.

Они оба сразу же узнали меня. Когда я их только увидел, казалось, они ждут кого-то, и мне подумалось, что они ждали именно меня. Они не сказали «здравствуй», но каким-то образом приветствовали меня. Они, несомненно, осознавали мое присутствие.

Мне было радостно. Брат и сестра выглядели намного моложе, чем в момент смерти, — скорее они были похожи на себя в молодости, в те годы, когда мы особенно много общались. Но даже от себя молодых они немного отличались: выглядели здоровее, в них было больше энергии, больше жизни.

Я понял, что брат с сестрой хотят сказать мне, что у них все хорошо, они рады меня видеть и когда-то мы все снова будем вместе. Однако слов я не слышал. Это было сугубо мысленное общение.

Я был счастлив и чувствовал, что они тоже счастливы. Вдруг меня потянуло назад, и я снова почувствовал, что сижу в кресле.

Когда я спросил о его ощущениях от этой встречи, старик сказал, что на сон это совсем не похоже. Все было совершенно реально, и он просто убежден, что действительно виделся с двоюродными братом и сестрой. И старый человек как минимум дважды отметил, что ему сразу показалось, будто они ждут его.

У этой истории есть грустное продолжение. Несколько месяцев спустя со мной связался друг этого человека и сказал, что старик погиб в автокатастрофе. Меня не оставляет мысль, что, возможно, образ ждущих на платформе родственников был предвестием его скорой смерти.

## «Он стоял рядом со мной»

Женщина под пятьдесят хотела встретиться с покойным отцом.

Это был типичный случай встречи вне зеркала, когда призрак выходит из зеркала и оказывается в комнате. Вот рассказ этой женщины:

Когда я вошла, было немного страшно. Не пойму почему, ведь я целый месяц с нетерпением ждала сеанса. Возможно, это была просто тревога оттого, что долгожданный момент наконец наступил.

Когда мы в кабинете перебирали оставшиеся у меня на память об отце вещи, я почему-то была уверена, что увижу его. Когда я показывала вам сделанную им шкапулочку для драгоценностей, эта уверенность окрепла окончательно.

Но, войдя в комнату видений, я немного испугалась. В конце концов, это довольно странный поступок. Мои сотрудники просто никогда не поверили бы, что я могла пойти на такое. Да и мне самой странно... Просто в наших отношениях с папой осталось много невыясненных вопросов, и я слишком часто думала о нем после смерти.

Итак, я уселась в кресло, и довольно скоро начались видения. Вначале это были просто цветные пятна и облака, а затем стали мелькать мимолетные картинки.

Помню маленькую деревушку, наверное, где-нибудь в Англии или во Франции, но в давние-давние времена. Казалось, я смотрю в прошлое.

Люди были одеты в старинные одежды, — наверное, такое носили во времена средневековья или еще раньше. Прямо передо мной прошел какой-то мужчина. Он с озабоченным выражением лица выгонял коров с огорода. Не могу понять, откуда все эти образы. Я никогда не жила в деревне.

Эти сценки пролетали очень быстро, но когда появился папа, все стало совсем по-другому. Он не прошел мимо, как остальные, а направился ко мне, глядя прямо в глаза.

Отец заговорил со мной как всегда, весело и задорно: «И с чего бы это вдруг ты захотела увидаться со мной, девочка моя?»

Нельзя сказать, что я слышала его, как слышу вас. Голос звучал прямо в моей голове, но совершенно иначе, чем собственные мысли. Мы не говорили вслух. Я просто знала, что он намеревается сказать.

Он любил поворчать, но ворчал понарошку. У него всегда была наготове какая-нибудь шутка или острое замечание. Вот и сейчас он вел себя как при жизни.

Отец широко улыбался. Это немного странно, но он был со мной в комнате, я уверена. Вначале он стоял футах в трех от меня, а затем подошел ближе. Я видела его не в зеркале; он стоял рядом со мной.

У нас состоялась очень личная беседа о различных семейных делах, главным образом о матери. Вся эта ситуация воспринималась совершенно естественно — в точности как беседы в гостиной, которые мы вели, когда я была подростком, и даже после того, как я вышла замуж. Вот только он ведь давно умер!

Я видела только его голову и туловище выше пояса. Это было не все тело, но я видела его так же отчетливо, как вас. И еще, я чувствовала, что нечто нас разделяет — энергия какая-то, что ли. Я боялась, что стоит мне протянуть руку — и папа исчезнет.

Мы пробыли вместе довольно долго, переходя от темы к теме. Он был немного удивлен, что я проявила нетерпение и захотела поговорить с ним прежде, чем умру и окажусь с ним в одном мире. Мы словно поменялись ролями, поскольку я всегда была очень терпеливой, а он хотел получить все немедленно и всегда торопил события. Возможно, он просто дразнился, в отместку за то, что некогда я сама постоянно упрекала его в нетерпеливости.

Беседа была довольно долгой, возможно, минут тридцать, но время пролетело очень быстро.

Последнее, что он сказал мне: «А теперь возвращайся и радуйся жизни!» Мне было так приятно это слышать... Я испытала огромное облегчение и прилив светлых чувств. Кажется, мне никогда не было так хорошо с тех пор, как он умер. Словно перевернулась очередная страница, и боль от его смерти ушла. Затем папа исчез, и осталось только зеркало.

Опыт этой женщины имеет немало общего с другим сеансом: его участником была женщина пятидесяти с лишним лет. Обратите внимание на сходство.

## «Мама вышла из зеркала»

Впервые мать явилась мне в видении много лет назад, когда я еще и не слышала ничего о методе *созерцания зеркала*. Она совершила самоубийство в 1975. Мой

дедушка, ее отец, был священником, так что мне с детства внушили мысль, будто самоубийство — непростительный грех. Поэтому, когда мама умерла, я расстроилась не только потому, что ее не стало, но еще больше потому, что считала, будто мать загубила свою душу.

Идя на похоронную службу, я очень горевала по этому поводу. Но в часовне ко мне обратился тихий голос — я называю его *тихий голос Бога* — и велел посмотреть вверх. Я подняла взгляд и увидела под потолком видение: моя мать уходила прочь, держа за руку Христа. Они оба обернулись, улыбнулись мне и исчезли.

Это дало первый толчок моему духовному поиску. В тот момент я поняла: многое из того, что мне говорили в церкви, неправда.

Не прошло и года, как погиб мой муж, Билл. Мы были вместе десять лет. Наступила воистину темная ночь моей души. Но с тех пор я прочно вступила на духовный путь.

Я подолгу медитировала, стараясь погрузиться в медитацию достаточно глубоко, чтобы связаться с мужем. Поэтому, входя в комнату видений, я была совершенно спокойна.

Не знаю, много ли времени прошло, прежде чем все началось, — возможно, пятнадцать минут, возможно, меньше. Но вскоре зеркало исчезло и я увидела свою мать.

Вначале она находилась далеко, и это было только лицо. По мере того как мама приближалась, она становилась все призрачнее, но это ничуть не пугало. Она становилась все менее отчетливой и плотной. К тому же ее окружала какая-то дымка.

Она улыбнулась и назвала меня пташкой, как в детстве. «Пташка, — сказала мама, — Билл прийти не может, и поэтому пришла я. Биллу еще многому нужно

научиться, а я продвинулась несколько дальше на этом пути. Он учится. Но у него все хорошо, и он тебя очень любит».

В этот момент мама вышла из зеркала. Казалось, она находилась прямо в комнате. Ее лицо было прекрасно. Оно светилось.

Мне стало очень тепло, — я так и не поняла, от возбуждения или от исходящей от мамы энергии. Голос у нее был не такой, как у обычных людей. Больше всего это похоже на то, что я слышала, работая оператором международной телефонной связи. Когда сигнал приходил через спутник, голос приобретал какой-то особый тембр. Примерно так же звучал и голос матери.

Все это не игра воображения. Это очень реально и священо.

Забавно... мама была очень близко, и я легко могла бы до нее дотянуться. Не знаю, что было бы, попытайся я это сделать. Я сидела, словно зачарованная, ловила каждое ее слово и неотрывно смотрела в глаза, — мне и в голову не пришло прикоснуться к матери. Теперь мне жаль, что я не попыталась. Хотелось бы знать, что могло из этого выйти.

Не думаю, что мы разговаривали вслух. Полагаю, это была мысленная беседа, но не уверена. Мама отвечала на все мои вопросы так быстро, что, очевидно, у меня просто не было времени выговаривать слова. Насколько я помню, в основном говорила она, а я слушала. Мне казалось, что я нахожусь в пространстве между мирами, — я испытывала благоговение и мне хотелось все получше изучить.

Вероятно, я находилась в комнате видений тридцать-сорок минут. Затем все окутала легкая дымка и мама исчезла.

После сеанса жизнь этой женщины изменилась к лучшему. Она расслабилась и стала больше радоваться жизни. Когда бывает тяжело, она снова встречается с мамой во время медитации.

Обычно я вижу маму в моменты, когда меня одолевают сложные проблемы. Она утешает меня, обещая, что все будет хорошо. Приятно, что можно иногда обратиться к ней.

### «Все они были совсем как живые»

Один молодой человек двадцати шести лет попытался прикоснуться к окружившим его родственникам. Он пришел в психомантеум в надежде встретиться с умершей сестрой. Вот его рассказ:

Некоторое время я просто сидел в кресле, а потом вдруг в комнату вошли трое и обступили меня. Казалось, они вышли из зеркала, но я не верил, что такое возможно, и был крайне удивлен. Я просто не понимал, что происходит.

Мне пришло в голову, что вы пытаетесь меня разыграть. Поэтому я протянул руку, пытаюсь прикоснуться к вошедшим, но пальцы нащупали лишь бархатный занавес.

Но я по-прежнему их видел, всех троих. Кроме сестренки Джил, пришел мой друг Тодд и дедушка. Все трое смотрели на меня и выглядели совсем как живые.

Я не слышал их голосов и не пообщался с ними. Все произошло так быстро... я был потрясен. Они не сказали ни слова, но выглядели очень хорошо, и я чувствовал, что все трое пытаются сообщить мне, что у них все в порядке.

Их озарял какой-то необычный свет. Все трое выглядели счастливыми. Это было очень реально. И еще, я *ощущал* их присутствие. Казалось, они находятся со мной в комнате.

Этот молодой человек мог бы отлично понять, какое разочарование испытал Одиссей, пытаясь обнять свою мать. Его не оставляет вопрос, что было бы, не попытайся он прикоснуться к призракам. Сейчас он намерен повторить опыт, чтобы на этот раз позволить событиям развиваться своим чередом.

### Запоздалые видения

Сорокачетырехлетняя женщина пришла в психомантеум, чтобы увидеться с мужем, умершим двумя годами ранее. Мы готовились целый день, обсуждая их взаимоотношения. Вечером она отправилась в комнату видений, но через час вышла разочарованная, увидев лишь смутные очертания фигуры, похожей на мужскую. Пообщаться не удалось, и образ быстро пропал.

Однако самое интересное произошло не в комнате видений. Это был случай «запоздалого» видения — то есть призрак явился ей позже.

Вот рассказ этой женщины:

Пока длился сеанс, мне то и дело казалось, что я вижу что-то в зеркале. Когда я пыталась разглядеть получше, образ исчезал. Иногда мне казалось, будто что-то появилось справа от меня. Когда я поворачивала голову, все исчезало. Видение напоминало фигуру человека, но я не могла понять, кого конкретно.

Затем появился еще один образ. Казалось, что это мужчина, но я не могла разобрать, кто именно. На са-

мом деле мне показалось, что это вы зашли посмотреть, как я себя чувствую.

Этот мужчина был одновременно в зеркале и вне его. Когда он появился, я посмотрела направо. Он был похож не на отражение, но на настоящего человека, вышедшего из зеркала, но стоило мне на секунду отвернуться — и он исчез.

Тогда я сдалась и вышла из комнаты. Я была очень расстроена, поскольку решила, что у меня ничего не получится.

Я пошла домой. В первую же ночь у меня возникло отчетливое ощущение, что в спальне кто-то есть. Я лежала в кровати и не могла избавиться от чувства, что рядом кто-то есть. Несколько раз я даже просыпалась ночью с тем же ощущением, но не могла понять, кто в комнате.

Во вторую ночь я снова проснулась с отчетливым ощущением, что в комнате находится мой отец. Я была уверена, что он попытается поговорить со мной, но не понимала, что он хочет сказать. Заснуть мне уже не удалось.

Наступила еще одна ночь, и все повторилось. Третью ночь подряд я просыпалась с отчетливым ощущением, что в комнате кто-то есть. На этот раз я даже почувствовала запах папиного лосьона после бритья.

Тут я проснулась окончательно. У меня нет ни малейших сомнений в том, что это не сон. Переживание было очень отчетливым и ярким.

Я оглядела спальню. У двери стоял мой отец. Я встала с кровати и подошла к нему. Мы стояли в четырех шагах друг от друга. Это, несомненно, был мой папа, но только он выглядел гораздо здоровее, чем в последние месяцы жизни. Упитанный цветущий мужчина. По папиному виду было понятно, что все у него хорошо.

Я не слышала его голос, но понимала, что он хочет сказать. Отец просил меня не волноваться. У меня было отчетливое чувство, что он говорит, что у него все хорошо.

Я всегда очень переживала из-за того, что отец умер в одиночестве. Рядом никого не оказалось, и я не знала, не нужна ли ему была помощь, — например, не испытывал ли он в ту ночь недостатка в кислороде. Все это очень беспокоило меня, поскольку я его единственный ребенок, а с мамой на момент смерти они были давно разведены.

Но, увидев его той ночью, я поняла, что все у него хорошо. Он пытался сказать мне, чтобы я о нем не беспокоилась и не казнила себя. Я просто ощущала его мысли, а он — мои.

В конце концов он просто ушел. Я еще некоторое время не могла заснуть. Я чувствовала, что он по-настоящему был со мной, и мне не хотелось терять это ощущение.

Женщину несколько озадачил этот опыт. Она настроилась на встречу с покойным мужем, а увидела призрак отца. Она высказала предположение, что, вероятно, метод *созерцания зеркал* не оставляет нам возможности выбирать.

Я словно проделала дырочку в огромном заборе и сказала: «Хочу увидеть мужа». А вместо этого нужно было просто ждать, кто придет.

После встречи женщина больше не беспокоится по поводу отца. Теперь она может думать о нем без чувства вины. «Теперь я думаю о папе с большой нежностью. Между нами установилась по-настоящему прочная связь».

Этот опыт подобен инкубации во сне, и такое нередко случается с посетителями психомантеума.

Чаще всего такое происходит с теми, кто ничего не увидел в комнате видений или увидел мало. Настоящая встреча происходит после возвращения домой.

### «У кровати стояла Джейн»

А вот еще один случай запоздалого видения. Клиент — мужчина лет пятидесяти. За пять лет до этого при трагических обстоятельствах погибла его дочь. Он обратился ко мне, поскольку не мог преодолеть боль утраты.

В комнате видений он так и не встретился с дочерью. Однако два дня спустя он позвонил мне и описал встречу, происшедшую предыдущим вечером.

Я отправился спать приблизительно в полдвенадцатого, после вечерних теленовостей, и заснул, едва коснувшись головой подушки. Затем я проснулся и сел в кровати. Я почувствовал, что моя дочь находится в комнате. Я посмотрел на часы. Было два часа тридцать семь минут.

У кровати стояла Джейн. У меня возникло то же чувство, которое возникало, когда она забежала к нам в комнату поздороваться, вернувшись поздно из колледжа.

Выглядела она прекрасно. Улыбающаяся, счастливая, радостная. Она все твердила: «Ты, папа, успокойся. Успокойся хотя бы на минутку».

Я не слышал ее голоса, — вообще ни звука не слышал. Она просто посылала мне свои мысли, и эти мысли были так сильны, словно родились в моей голове.

Сквозь жалюзи с улицы пробивался свет, и я видел ее очень хорошо. Должен заметить, что все это время я

бодрствовал, — в этом у меня нет ни малейших сомнений. Вы же знаете, я не из тех, у кого слишком буйное воображение.

Это была моя дочь. Она сказала, что все хорошо и она чувствует себя отлично. Я понял, — или это она мне сказала, — что смерть совсем не такая, как я всегда представлял себе. Она все время радостно улыбалась: «Успокойся. Я не смогу побыть здесь долго, но волноваться тебе не о чем. У меня все в порядке».

Скоро все закончилось. Она сказала: «До свиданья» — и ушла.

Встреча продолжалась четыре минуты. Девушка исчезла мгновенно, «словно выключили свет».

Этот человек уверен, что это не галлюцинация, его на самом деле посетила дочь. В результате этой встречи он стал намного меньше тосковать из-за смерти дочери. «Это был не сон, но самая обычная встреча, как с любым другим человеком, — говорит он. — Я ни капли не сомневаюсь, что однажды увижу ее снова».

### Разновидности видений

После нескольких подобных случаев я стал предупреждать посетителей психомантеума, что, возможно, видение состоится уже после возвращения домой.

На самом деле, работая с каждым посетителем Театра сознания, я узнаю что-то новое о практике призвания видений усопших и вношу соответствующие изменения в процедуру.

В частности, я объясняю людям, что существует немало разновидностей видений и они могут являться различным чувствам. Большинство видений — визуальные, когда чело-

век *видит* образ усопшего. Довольно часто встречаются и звуковые призраки (согласно некоторым данным, 27 %), немало также и тактильных призраков (13 %).

Далее я привожу три примера звуковых призраков.

### «Ему неловко говорить с тобой»

Почти сорокалетняя женщина, психиатр по профессии, пришла в психомантеум в надежде увидеться с отцом, который в последние годы жизни постоянно оскорблял своих родных и винил их во всех грехах.

Чтобы пробудить в себе воспоминания, женщина принесла отцовы поделки из дерева и семейные фотографии. Отец умер за два года до ее прихода ко мне, а еще за несколько лет до этого отношения между дочерью и отцом стали очень напряженными и конфликтными. В свете такой напряженности в отношениях результаты сеанса вызывают особый интерес:

Некоторое время ничего не происходило. Я видела в зеркале различные образы, цветовые пятна, узоры. Затем с удивлением услышала голос бабушки. Я отчетливо слышала ее голос, — впервые за годы, прошедшие после ее смерти.

— Бабушка, это ты? — спросила я.

— Да, это я, — ответила она. — Я пришла вместе с Говардом и Катлиной [мои покойные дядя и тетя]. И твой папа тоже здесь.

— Он может поговорить со мной? — спросила я.

— Нет, — сказала бабушка, — ему неловко говорить с тобой.

Я поняла, что отец испытывал неловкость из-за того, что в последние восемь лет жизни относился к своим детям весьма недоброжелательно. Полагаю, его также одо-

левали некоторые параноидальные подозрения в отношении близких. Он думал, что мы хотим от него избавиться.

Из беседы с бабушкой я поняла, что теперь он понимает, что был неправ, и ему стыдно за свое поведение и за ужасные слова.

Вот что я могу сказать о самом этом опыте: я много раз имела дело с пациентами-шизофрениками, которым являлись голоса. Часто они говорят, что голоса им что-то приказывают, или ругают их, или просто бормочут что-то неразборчивое.

Голос моей бабушки не был похож на то, о чем говорят они. Он звучал в точности так, как при ее жизни. Казалось, что она находится около меня. И все же это было странно. Я не ожидала встретиться с ней. У меня было отчетливое ощущение, что она находится со мной в одной комнате.

### «Казалось, что она рядом»

Еще одному посетителю моего оракула мертвых, услышавшему голос из иного мира, было около двадцати пяти лет. Он пришел, чтобы встретиться с девушкой, которая погибла, когда они оба были еще подростками. Он не увидел ее, но все же был удовлетворен сеансом.

Минут через пять я услышал голос своей подруги, которая погибла, когда перевернулась ее лодка. Она обращалась ко мне. Это были не мои мысли, не грезы, не игра воображения. Никогда ничего подобного не слышал.

Сказала, что ей хорошо там, где она оказалась. Я совершенно отчетливо слышал каждое слово, хотя голос чем-то напоминал эхо, как если бы она говорила через жестяную трубу. Но, несомненно, это был ее голос.

Я очень тяжело пережил ее смерть. Всем ее друзьям было тяжело. До этого у меня не умирал никто из друзей или родных, так что это был для меня первый опыт подобного рода. Я очень жалел, что не смог попроситься к ней и сказать о своей любви.

Так что это была прекрасная встреча. У меня было полное ощущение, что я нахожусь рядом с ней. Я ее не видел, но казалось, что она рядом.

### «Это был прямой эмоциональный контакт»

Следующий случай был особенно интересен для меня, поскольку эта женщина была первой посетительницей психомантеума, которая пережила околосмертный опыт. Это очень грустная история. Всего через несколько месяцев после того, как ее сестра погибла в автокатастрофе, эта женщина тоже попала в автокатастрофу, едва не стоившую ей жизни. В больнице женщина пережила околосмертный опыт, в ходе которого встретила с погибшей сестрой. Встреча произошла после ее выхода из тела и оказала на нее столь сильное эмоциональное воздействие, какого она не испытывала никогда прежде. «Я поняла, что физическое тело мешает свободному движению эмоций, — сказала она. — Когда я оказалась вне тела, мои эмоции были обнажены. Такое чувство, что мои эмоции просто встретились с эмоциями сестры. Это был прямой эмоциональный контакт».

Мне было очень интересно попытаться вызвать ее встречу с видением, поскольку я хотел сравнить ощущения от *созерцания зеркала* и околосмертного опыта. Вот как она описала свой сеанс в психомантеуме:

Вначале мне показалось, что зеркало поднимается. Затем я увидела, как из него появляются образы: фор-

мы и вспышки света. Потом показался красный свет с зеленым туманом в центре. А потом сестра сказала:

— Я здесь.

— Хотелось бы тебя увидеть, — мысленно сказала я.

— Но я же здесь, — ответила она.

Я попыталась расслабиться, но увидеть физический облик сестры так и не смогла. Но я ее ощутила! Я почувствовала, как сестра поцеловала меня в щеку, — она часто так делала, пока была жива. А затем она снова сказала:

— Я здесь.

Я не увидела сестру, но знала, что она рядом. Я чувствовала ее присутствие, ее любовь. И еще передо мной возникла краткая картинка из прошлого. Я увидела, как мы сидим в комнате и слушаем музыку. И еще я увидела нас на трибунах стадиона, — мы пришли поддержать любимую футбольную команду. Я была исполнена любви в эти моменты, — той же любви, что была в моем сердце, когда все это происходило на самом деле.

Я попросил эту женщину сравнить зеркальное видение с околосмертным опытом. Во время околосмертного опыта она увидела сестру, тогда как в комнате видений только услышала ее голос и ощутила прикосновение. Но на эмоциональном уровне разница была небольшая. «Казалось, я физически слышу ее голос. Совершенно отчетливо. Словно она склонилась ко мне и говорила на ухо».

### Печаль и знания

Слово «*психомантеум*» в буквальном значении подразумевает место, где духи умерших используются для прорицания, — они отвечают на вопросы о будущем или о других

скрытых вещах. Жрецы древних психомантеумов сказали бы, что созданное мною заведение не является собственно психомантеумом, ибо его цель не состоит в том, чтобы вызвать усопших для прорицания. Люди приходили (и до сих пор приходят) ко мне в надежде удовлетворить страстное желание увидеться с теми, кого отняла у них смерть. Несмотря на все различия между древними заведениями подобного рода и моим современным психомантеумом, их, на мой взгляд, объединяют общие методики.

Работая над стимуляцией встреч с видениями, я осознал, как сильно может влиять на человека скорбь. Греческий историк Плутарх рассказывает трогательную историю, иллюстрирующую силу скорби. Однажды у известного и богатого человека по имени Елисей умер сын. Отец был одержим мыслью, что его сына отравили. Терзаемый душевными муками, Елисей отправился в находящийся на территории современной Южной Италии психомантеум, где, очевидно, использовали одну из разновидностей инкубации во сне. После необходимых ритуалов Елисей заснул и встретил во сне своего отца. Елисей рассказал отцу все, что случилось, и попросил узнать причину смерти мальчика. Вместе с отцом Елисея был молодой человек. Как это часто бывает в моем психомантеуме, Елисей вначале не узнал молодого человека, который и оказался его сыном. Он понял это лишь после того, как юноша сам заговорил с ним, объяснив, что его смерть была вызвана естественными причинами.

Полагаю, что мы стремимся встретиться в видениях с умершими примерно по тем же причинам, что и древние греки. Я уверен, что ныне, как и тогда, большинство людей идут в психомантеум не за знаниями, но за приключениями, примирением и утешением.

## V

## Путь к открытию себя

Я будто бы бродил по миру духов  
И сам себе казался тенью сна.

Алексей Толстой

В современном мире размышление и медитация, к сожалению, играют второстепенную роль. В лихорадочной жизненной гонке люди совершенно утрачивают связь с собой. Пытаясь не отстать от других, человек забывает о своем внутреннем мире. *Созерцание зеркал* может помочь нам изменить ситуацию. Видения, возникающие в результате свободного созерцания форм, являющихся в зеркале (в данном случае речь не идет о стимуляции явления призраков), иногда дают человеку возможность заглянуть в глубины внутреннего колодца, известного как бессознательное.

## «Мне становилось очень страшно»

Одна сорокачетырехлетняя женщина, услышав от меня о *созерцании зеркал*, решила попытаться провести эту процедуру самостоятельно. В течение многих лет она пыталась найти решение одной личной психологической проблемы при помо-

щи традиционной психотерапии. После нескольких сеансов *созерцания зеркала* она отыскала воспоминание, которое помогло ей намного глубже понять себя. Вот ее рассказ:

Когда я приступала к *созерцанию зеркала*, в душе всплывало сильнейшее беспокойство. Было очевидно, что я подбираюсь к каким-то эмоциям, которые в обычном состоянии сознания заблокированы.

Мне стало очень страшно, но я не знала, откуда этот страх. Иногда я буквально вскакивала с кушетки и убегала от зеркала, поскольку боялась того, что мне предстоит увидеть.

В частности, я обнаружила, что страшусь перспективы остаться одной и заботиться о себе самостоятельно. И еще, я очень боялась неудач.

В зеркале мне являлись различные лица и ситуации. Каждая из них показывала, насколько сильно меня одолевают страхи.

Во время одного из сеансов я увидела модель собственных взаимоотношений с людьми. Все началось в детстве: я была старшим ребенком в семье и вынуждена была заботиться о младших.

Я увидела себя до того, как родились братья, — тогда меня берегли как зеницу ока. Затем появились братья и все изменилось. Все стали заботиться о них, а не обо мне. Чтобы привлечь внимание отца и добиться похвалы от него, я стала заботиться о братиках. В одном из фрагментов зеркального видения я увидела, как купаю малышек в ванной, а родители в это время сидят в гостиной.

Я всегда старалась угодить мужчинам и ставила себя на второе место во взаимоотношениях с ними. Если отношениям что-то угрожало, активные усилия, чтобы сохранить их, предпринимала именно я. В зеркале я уви-

дела много случаев, когда я делала то, чего не хотела делать, лишь бы доставить радость мужчине.

Затем я увидела, как семья готовится к празднику. Моей двоюродной бабушке должно исполниться девяносто, и мать с братьями планируют праздник. В зеркале я увидела, как пытаюсь угодить им. Я увидела, как звоню матери и обещаю приготовить праздничный ужин.

Мне стало очень больно. Я осознала, что мои так называемые друзья и родственники никогда не приходят ко мне просто для того, чтобы повеселиться. Они обращаются только тогда, когда им нужна моя помощь. Благодаря *созерцанию зеркала* я поняла, что отяготила себя множеством забот и не позволяю себе никаких радостей.

После этого видения женщина очень многое изменила в своей жизни. Она перестала брать на себя обязанности, не доставляющие ей удовольствия. Вместо того чтобы вваливать на себя основной груз забот по организации семейных праздников, она теперь развлекается сама, а хлопоты предоставляет другим. То же касается взаимоотношений с детьми: раньше она принимала за них практически все решения, а теперь позволяет им учиться на собственных ошибках и лишь иногда помогает советом. «Вместо того чтобы давать им подробные инструкции в той или иной ситуации, я ограничиваюсь лишь общими советами», — поведала мне она.

## Символические видения

Видение, описанное выше, состояло из «реалистических», а не символических образов. В таких видениях легко

разобраться, поскольку ничего не нужно интерпретировать. Однако при *созерцании зеркала* может возникнуть и символическое видение. Понять его будет труднее. Однако если это удастся, то от подобных видений может быть не меньше пользы, чем от реалистических. Иногда видения этого типа даже более содержательны, чем реалистические, поскольку позволяют человеку проанализировать целый ряд явлений своей жизни, которые могут быть связаны с тем или иным символом.

Например, следующее видение сугубо символическое.

Я очень боюсь змей. Несколько раз во время сеанса в глубине зеркала появлялась змея.

В одном из видений на дом, где я выросла, напала змея почти такого же размера, как сам дом. Она становилась в стойку, шипела и выпускала язык, словно собираясь укусить. Затем рядом с первой змеей появилась вторая, такая же огромная. Однако она отличалась от первой. Вторая змея была голубая с красивыми синими глазами. И она улыбалась.

Глядя на эту змею, я подумала: «Ну разве она не прекрасна?» Но затем я все же испугалась и убежала. Я не поверила в доброту змеи.

После окончания сеанса мы поговорили об этом видении. Практически не колеблясь, женщина согласилась, что образы в зеркале были связаны с проблемой *доверия*.

— Я боюсь обмануться в людях и пострадать от этого, — сказала она, анализируя различие в характере двух змей. — Я не доверяю людям. И я часто в них ошибаюсь, а потом чувствую себя обманутой.

## «Я увидела павлина!»

Еще одно символическое видение было у девушки, которая пришла на сеанс просто для того, чтобы «посмотреть, что из этого получится». Я был рад этой посетительнице, поскольку мне очень любопытно анализировать видения людей, которые не ждут от сеанса ничего определенного. Это отличная возможность выяснить, что может дать *созерцание зеркал* людям, которых интересует просто исследование себя.

Ей было двадцать три года, она выпускница одного из южных университетов. Девушка сказала, что не принадлежит ни к какой религиозной конфессии и не интересуется религией. Однако я полагаю, что она все-таки ведет духовный поиск в той или иной форме. Моя догадка основана на содержании ее видения. Вот ее рассказ:

Я заняла место [в комнате видений] и около пяти минут выполняла дыхательные упражнения для релаксации. Все, что я видела, это рамка зеркала и чернота за зеркальным стеклом. Некоторое время я вглядывалась в черноту, и вдруг там затанцевали тени. Затем тени вышли из зеркала и стали танцевать по комнате вокруг меня!

Скоро за зеркальным стеклом стало серо и туманно. Зеркало разделилось на движущиеся друг относительно друга пространства. Некоторые из них удалялись от меня, а некоторые приближались. Я уже не видела раму и поняла, что зеркало поглотило меня. Я была внутри!

Затем я увидела павлина. Он стоял ко мне хвостом. Затем он повернулся ко мне головой. Потрясающая раскраска! Он повернулся ко мне головой и распустил хвост. Огромный!

Казалось, что у него человеческое лицо, однако я видела его нечетко. Затем я увидела кое-что поза-

ди павлина. Как будто чернокожий человек лежал на жертвенном алтаре. Его голова и руки свисали с алтаря, как у мертвого. Его лицо было повернуто ко мне, однако оно было закрыто волосами.

Я снова оказалась перед зеркалом. Все, что я видела, это металлический треугольник, — как колокольчик, используемый для того, чтобы сзывать людей к обеду, — и металлическая палочка, какой обычно бьют по такому колокольчику. Колокольчик зазвонил, и звонил минуты две. Он звонил протяжно, как церковный колокол, и звук был настолько умиротворяющим, что я едва не заснула.

Однако я не успела заснуть, поскольку вдруг поняла, что танцую с Христом! Я огляделась и осознала, что танцую с ним во время Тайной вечери! Мы танцевали вокруг стола, а затем Пришла чернокожая женщина и увела меня.

Как и многие другие посетители, эта женщина отметила, что *созерцание зеркала* помогло ей расслабиться, как ей редко удавалось в жизни. И, хотя она сказала, что не понимает смысла этого видения, я полагаю, смысл в том, что она ныне пытается осознать роль религии в своей жизни. Например, павлин — это древний символ Христа. Она говорит, что хвост павлина был «огромным» и «потрясающе красивым». Это свидетельствует, что ее привлекает доброта и любовь, лежащие в основе христианского учения, которое она всегда отвергала. А тот факт, что эта женщина смогла танцевать с Христом, свидетельствует, что она верит в его доброту и тепло.

Чернокожий на алтаре символизирует гонения. Поскольку чернокожий новоявляется в связке с образом Христа-павлина, я готов сделать смелое предположение, что он символизирует ту или иную форму преследования христиан. Чернокожая женщина, которая увела ее с Тайной вечери, это, возможно, ее няня.

Вероятно, эта посетительница психомантеума стремится привести больше духовности в свою жизнь, и ее привлекает доброта, проповедуемая христианством.

Эти два случая демонстрируют, как зеркало извлекает из нашего подсознания на поверхность мысли и чувства, о которых мы и сами не подозревали. Регулярные сеансы психотерапии приводят к тем же результатам. Но *созерцание зеркала* требует намного меньше времени и намного нагляднее демонстрирует, что происходит в глубинах сознания.

## Взгляд в бессознательное

Процедура *созерцания зеркала* может помочь психотерапевту выяснить, что происходит в сознании пациента.

Фрейд называл сны «столбовой дорогой бессознательного», и многие согласны с ним в этом. Он полагал, что сны могут обнажить истинные мотивы, стоящие за нашими порывами и действиями, — мотивы, которые бодрствующее сознание отрицает.

Я думаю, что *созерцание зеркала* тоже дает доступ к содержанию подсознания. Поскольку образы в зеркальной глубине в значительной мере представляют собой порождения сознания созерцателя, они являются своего рода проекционным тестом, аналогом знаменитых тестов Роршаха. Подобные тесты являются ценнейшим инструментом оценки состояния сознания клиента.

Практикуя *созерцание зеркал* с клиентами, я диагностировал у них самые различные проблемы, включая навязчивые страхи, депрессию и проблемы в браке.

Для этого я разработал особую процедуру — что-то вроде того, что использовалось в античных инкубаториях. За день до сеанса *созерцания зеркала* я прошу клиента сформулиро-

вать идею ожидаемого видения. На-пример, если клиентку тревожат отношения с матерью, я прошу ее в течение дня представлять свою мать в разное время ее жизни. Так, когда в конце концов мы займемся *созерцанием зеркала*, подсознание, занятое воображением конкретного лица, скорее выдаст нам требуемый образ. И образы эти всегда бывают гораздо более живыми и четкими, чем во сне, и послание значительно яснее.

Кроме того, в отличие от снов, которые пациент рассказывает врачу через несколько часов или даже дней после того, как их увидит, и которые нередко запоминаются не полностью, зеркальные видения могут быть спровоцированы непосредственно во время психотерапевтического сеанса, что дает возможность непосредственного доступа к бессознательному.

## Островитянин

Приведу пример использования *созерцания зеркала* в качестве терапевтического инструмента. Клиент — простоватый студент из деревни на юге США — с готовностью признал, что он парень без затей и родители у него такие же. Мать — домохозяйка, а отец — страховой агент.

На момент нашего сеанса он все еще жил дома у своих родителей. Он говорил о своей жизни ровным голосом, без эмоций. Но после окончания сеанса парень был готов признать, что у него есть кое-какие проблемы в семье. Вот что он увидел:

Я увидел пляж, где были какие-то люди. Они развели костер и что-то готовили, — кажется, рыбу. Меня не столько интересовали их действия, сколько люди и само место.

Мы находились на небольшом острове. За спиной у нас возвышались холмы. У меня было ощущение, что этот остров можно очень быстро обойти по кругу.

Мы были одеты в яркие костюмы, сшитые из материи, напоминающей бумагу. При ходьбе юбки людей шуршали. Когда эти люди проходили мимо меня, казалось, кто-то шелестит обоями. Юбки были разных расцветок — от яркой зелени леса до интенсивной пестроты цветов.

Следующий фрагмент: мы вместе с группой этих людей бегаем по берегу и собираем рыбу, оставленную отливом. Мы счастливы. Кроме того, на острове много фруктов — сладких и питательных.

Мы все чувствовали себя как одно племя. Не было ощущения, что кто-то здесь мне мать или отец, — все мы были равны. Самое удивительное, что я даже не мог точно сказать, мужчина я или женщина. Было только ощущение юности.

Я был очень привязан к одному человеку. Веселый старик, толстяк с черными вьющимися волосами. Он был для меня настоящей опорой. Я помню, как мы сидели вместе с ним на берегу и беседовали. Мне было очень хорошо, хотя я не помню, о чем мы говорили.

Меня заинтересовало, что в этом видении юноша жил на берегу и не выросл. Когда я отметил этот момент, клиент согласился, что действительно так оно и было. Видение повторяло реальную ситуацию в жизни этого парня: его родители тревожились и огорчались, что сын скоро покинет «родное гнездо» и отправится навстречу миру, который они сами не знают и которого побаиваются. Как сказал он сам: «Они постоянно тянут меня обратно в свою трясины», — иными словами, стараются удержать его дома и хотят, чтобы он подольше оставался ребенком.

В ходе нашей беседы я понял, что толстяк из племени — это не отец, ибо к отцу парень не испытывал особого уважения. Это также и не дедушка, поскольку оба деда умерли еще до его рождения. Обсудив различные варианты, мы пришли к выводу, что это местный полицейский, с которым парень дружил в детстве.

Этот сеанс помог молодому человеку осознать ряд проблем. Благодаря *созерцанию зеркала* мы поняли, что именно ему следует изменить в жизни. Потом он еще несколько раз приходил ко мне побеседовать о значении различных эпизодов видения. В конце концов молодой человек решился покинуть родительский дом и зажил своей жизнью.

## Созерцание зеркал и образовательный процесс

Как профессор психологии, я нахожу *созерцание зеркала* очень эффективным средством наглядной демонстрации при изучении бессознательных процессов. В данном случае цель *созерцания зеркала* состоит не в том, чтобы встретиться с усопшими родственниками, и даже не в том, чтобы разобратся в своих подсознательных ощущениях. Скорее, цель состоит в том, чтобы показать студентам, что их подсознание активно даже в те моменты, когда им кажется, будто оно отключено.

Я часто провожу для студентов групповое *созерцание зеркала*. В некоторых сеансах участвовали по сорок человек одновременно. Вначале группа почти всегда относится к эксперименту скептически. Но в ходе сеанса я слышу изумленные восклицания студентов, когда они видят в зеркале образы. К концу сеанса большинство студентов в группе несказанно удивлены тем, что они увидели. Один из студентов сказал, что у него «как будто включили видеомэгнитофон в голове».

Другая студентка говорила, что ее образы напоминали стереофильм.

Групповое *созерцание зеркал* всегда пробуждает в студентах изумление, дающее им заряд энергии на целый семестр. Несмотря на то что таинство *созерцания зеркала* для меня — дело привычное, результаты некоторых сеансов ошеломляли даже меня, в очередной раз напоминая, что людям еще предстоит очень и очень многое узнать о сфере бессознательного.

Так, во время одного из групповых сеансов я обратил внимание на одного из участников. После того как молодой человек выполнил дыхательное упражнение на расслабление, его глаза широко раскрылись, словно от величайшего изумления. Позже он рассказал мне, что увидел:

Я изо всех сил старался вызвать видение. Затем махнул на все рукой и расслабился. И тогда я сразу же перенесся в зеркало, развернулся на сто восемьдесят градусов и обнаружил, что сижу внутри зеркала и смотрю в зал. Да, у меня возникло ощущение, что я куда-то несусь, а потом я оказался в зеркале.

Потом начались видения. Я увидел равнину, где было множество ковбоев и индейцев. Я отчетливо видел боевую раскраску на лицах краснокожих и их цветные одежды. Индейцы и ковбои проносились по равнине мимо меня. Я словно находился «внутри» этой сцены.

Откуда пришла эта сцена времен освоения Запада? Сам студент легко объяснил ее происхождение. В детстве он был одержим «ковбойской культурой» Дикого Запада. Все детство он носил ковбойскую шляпу и игрушечные револьверы на поясе.

На фоне детского увлечения Диким Западом источник этого видения вполне понятен. Его потрясло, что видение

было более реалистичным, чем сон, и более интересным. «Я бодрствовал и находился в самой гуще событий, — сказал он. — Сны этого не дают».

В другом случае семь студентов из одной группы описали одно и то же видение, причем они видели его из разных концов зала. Я не имею ни малейшего представления, почему семь человек из тридцати увидели мужчину в тюрбане. Был также случай, когда два студента за разными столами видели в зеркале балерину. А одному парню привиделось лицо с раздвинутой от флюса щекой. Когда он сказал об этом, его соседка вскрикнула от изумления и сказала, что этим утром ей удалили воспаленный зуб.

Во всех этих случаях, насколько мне известно, студенты перед сеансом не разговаривали ни о чем таком, что могло бы пробудить у них эти видения.

Ценность подобных демонстраций состоит вот в чем: у нас появляется возможность показать студентам-психологам, что бессознательное — это не какая-то абстракция, а реально существующий уровень человеческого сознания, где идут свои мыслительные процессы. *Созерцание зеркала* помогает студентам глубоко осознать этот факт. Одна студентка сказала: «Никогда не думала, что эти образы так сильны. Я всегда была уверена, что бессознательные образы существуют, но только теперь убедилась в том, насколько они реальны».

## Река знания

Уильям Джеймс называл подсознание «рекой, непрестанно текущей через сознание человека». Этот образ обретает особую силу, когда осознаешь, как мало мы знаем о том, что находится в глубинах этой реки. Возможно, именно *созерцание*

*зеркал*, дающее возможность зачерпнуть из этих незримых вод знания, позволит нам увидеть свои самые затаенные мысли и стершиеся воспоминания. Если так, то данный метод может быть использован в качестве инструмента психологического исследования, который значительно сократит необходимое для психоанализа время.

## VI

### Как создать собственный психомантеум

Озеро — это важнейший и наиболее выразительный элемент ландшафта. Это глаз земли, и, заглянув в него, человек может измерить глубину собственной природы.

*Генри Дейвид Торо*

**С**озерцание зеркала — это форма самоисследования. Здесь, как в любом исследовании, для достижения удовлетворительных результатов необходимо, чтобы исследователь находился в определенном настроении и обладал соответствующим оборудованием.

Устройство моей комнаты для *созерцания зеркал* не отличается от устройства психомантеумов прошлого. С древности известно, что для стимуляции видений необходимо создать среду, полностью изолированную от повседневной реальности, чтобы подсознательные процессы могли выйти на поверхность.

Именно эта потребность в особой среде побудила создателей психомантеума в Эфире построить специальный подземный комплекс. Посетителя долго вели через лабиринт из

пещер и едва освещенных комнат, прежде чем он наконец попадал в зал видений, где ему предлагали всматриваться в наполненный водой полированный котел, — и тут для него становились видимыми образы подсознания.

В доме, где Джон Ди общался с ангелами, был специально оборудованный кабинет, который вполне уместно будет называть *комнатой привидений*. В нем было приглушенное приятное освещение и множество отражающих поверхностей, включая знаменитое обсидиановое зеркало.

Комната Джона Ди имела множество прототипов в еще более глубоком прошлом. Все люди, искавшие контакта с духами, — от Древней Греции и до времен Елизаветы, — принимали попытки связаться с потусторонним миром в специально оборудованных помещениях.

И я понял, чем руководствовались люди, создававшие и использовавшие все эти вспомогательные средства. Они знали, что такие духовно и эмоционально заряженные встречи должны происходить в обстановке, имеющей определенные физические, психологические и эстетические характеристики. Этому есть две причины:

- Опыт, способный повлечь за собой глубокую духовную трансформацию, должен проходить в приятной обстановке, способствующей душевному подъему.
- Такая обстановка должна способствовать возникновению измененного состояния сознания.

Все эти факторы, несомненно, учитывали древние греки, устанавливающие свои оракулы в живописных местах, где, согласно их представлениям, наш мир соприкасается с миром иным. Например, считалось, что эфирский оракул расположен неподалеку от входа в подземный мир.

В Эфире эффект многомерности достигался за счет одновременного гармоничного использования многих известных

способов введения человека в измененное состояние сознания. Уже само подземное расположение оракула создавало атмосферу, оказывавшую весьма сильное воздействие на психику. С той же целью индейцы инки использовали сенсорную депривацию и изоляцию от общества, а представители племени буити лишали человека сна и воздействовали на него психоделиками. И все они использовали для контакта с духами зеркальные поверхности.

## Создание соответствующего настроения

При создании современного психомантеума я решил применить весь комплекс известных средств стимуляции зеркальных видений, уделяя особое внимание связи между областью паранормального и игрой. Я поощряю смех как интегральную составляющую моей программы, — но цель состоит не в том, чтобы привести посетителей в беззаботное или фривольное настроение. Скорее, я вижу свою задачу в том, чтобы помочь им легко и непринужденно преодолеть некоторые блоки и тем самым облегчить переход в измененное состояние сознания. Из-за того что посетитель посмотрит комедию по видео или полистает комиксы, он не станет легкомысленно относиться к предстоящему опыту (к общению с видениями). Зато ему будет намного проще принять это переживание. В этом смысле юмор становится для некоторых дверью в мир паранормального.

Кроме того, я старался использовать как можно больше факторов, облегчающих переход в измененное состояние сознания. Помимо юмора, эти факторы таковы: природа, изменение в ощущении времени, искусство, интеллектуальная стимуляция и, конечно же, отражающие поверхности, — например, зеркала.

Выше я уже рассказывал о том, как я использую эти факторы в Театре сознания. Теперь же я дам несколько рекомендаций тем, кто хочет практиковать *созерцание зеркала* самостоятельно.

**Природа.** Поскольку Театр сознания расположен в сельской местности, посетители моего психоманте-ума имеют свободный доступ к красотам природы. Непо-Далеку есть живописные леса и поля, где очень приятно гулять. В ручье, бегущем мимо бывшей мельницы, которую я превратил в Театр сознания, водятся змеи и черепахи, журчание воды создает неповторимую атмосферу умиротворения.

В большом городе, где соприкоснуться с природой намного трудней, можно попытаться имитировать природную среду. Найдите записи звука волн, бьющихся о берег, шелеста дождя в тропическом лесу. Я убедился, что, слушая такие записи в плеере во время прогулки по парку и даже по улицам города, можно достичь достаточно глубокого уровня расслабления.

**Изменение в ощущении времени.** Я прошу посетителей Театра сознания не иметь при себе часов. Дом полон старинных вещей, но среди них нет часов. Все это делается для того, чтобы окунуться в прежние времена, когда люди в меньшей степени зависели от технологий. Такая обстановка помогает ощутить свою связь с прошлым, — с чередой сменявших друг друга поколений. **И** еще начинаешь понимать, что люди прекрасно жили и в те времена, когда темп жизни был намного медленнее, чем ныне.

Если у вас нет старинной мебели или антикварных вещей, можно создать у себя соответствующее настроение, рассматривая старинные фотоальбомы или иллюстрированные книги. Если вы хотите, чтобы картины прошлого по-настоящему ожили, отыщите в антикварной лавке стереоскоп и фотогра-

фии к нему. Это забытое приспособление является своего рода окном, позволяющим нам заглянуть в далекое прошлое.

Кроме того, я рекомендую накрыть чем-нибудь циферблаты всех часов в доме. Это позволит не только углубить иллюзию перехода в прошлое, но и избавиться от современного ощущения времени. Если вам все-таки необходимо следить за временем, я рекомендую отмерять его песочными часами — метод архаичный и в то же время эффективный.

**Искусство.** Уже одного только искусства достаточно, чтобы вызвать у некоторых людей измененное состояние сознания. Выше я уже упоминал синдром Стендаля — форму нервного срыва под воздействием великих произведений искусства. И еще я говорил о музыкантах, переживавших во время исполнения музыкальных шедевров паранормальные ощущения, включая выход за пределы тела.

Это натолкнуло меня на мысль использовать музыку и изобразительное искусство для стимуляции измененных состояний сознания у моих посетителей. Произведения искусства можно увидеть во всех уголках Театра сознания, причем далеко не все они выглядят «мило». Мои произведения искусства призваны изумлять, шокировать, смешить, тревожить. Их цель — вытолкнуть сознание за рамки привычного.

Подобный эффект нетрудно создать и дома. Например, можно просто сменить картины у себя на стенах. Или, чтобы избежать расходов и хлопот, можно использовать с той же целью книги по искусству. Альбомы с цветными репродукциями работ Сальвадора Дали, Макса Эрнста и Пабло Пикассо можно купить в любом крупном городе; их картины стимулируют пробуждение глубинных слоев психики у большинства людей. Кроме того, я обнаружил, что подобное воздействие оказывают также работы мультипликаторов, — в частности, рисунки Карла Баркса, придумавшего дядюшку Скруджа Мак-Дака.

Одна из задач искусства в ходе подготовки человека к *созерцанию зеркала* — помочь расслабиться. Другая, не менее важная, задача — удивить, шокировать, выбить из колеи. Кроме того, само по себе эстетическое наслаждение является разновидностью измененного состояния сознания. Главная цель — изумить человека и подготовить к новому чувственному опыту.

**Интеллектуальная стимуляция.** Знания всегда играли важную роль в человеческом поиске духовного пути и просветления. Как я уже говорил, в моем Театре сознания есть богатое собрание книг об измененных состояниях сознания, паранормальных явлениях и духовных течениях в мировой культуре. Вы можете легко собрать подобную библиотеку дома, — в крупных книжных магазинах всегда есть богатый выбор книг такого рода.

Я не думаю, что источником интеллектуальной стимуляции служат только книги. Поскольку *созерцание зеркала* — это визуальная практика, весьма полезно искать способы именно визуальной стимуляции интеллекта, в особенности такие способы, которые позволяют уму в любой момент отвлечься.

Для этого отлично подходит микроскоп. Недавно я установил в своем психомантеуме микроскоп, и теперь посетители могут совершать умопомрачительные экскурсии в микрокосмос.

Не меньший интерес представляет и макрокосмос. Недавно один астроном рассказал мне, что читал в астрономическом журнале статью о том, что очень многие представители его профессии, созерцая необъятные просторы Вселенной в телескоп, выходят из тела или совершают другие изумительные внутренние путешествия.

Это свидетельствует о том, что Вселенная вокруг нас способствует расширению сознания и при близком контакте может оказывать удивительное воздействие на наши органы чувств.

**Воспоминания.** И наконец, если вы хотите встретиться с духом покойного, необходимо, чтобы этот человек был очень четко запечатлен в вашем сознании. Добиться этого несложно. Наиболее эффективны тут фотографии. Снимки из семейного альбома воздействуют как на сознание, так и на подсознание. То же касается семейных видеофильмов.

В значительной мере помогают пробудить воспоминания вещи покойного. Чаще всего посетители психомантеума приносят на сеанс предметы одежды того, с кем они хотят встретиться. Кроме того, люди приносили удочки, инструменты для резьбы по дереву, шахматные наборы, курительные трубки, очки, старые письма и так далее. Любой предмет, ассоциирующийся с покойным, способен пробудить воспоминания и чувства.

## Сочетание этих факторов

Все эти факторы призваны ослабить внутренние предубеждения против *созерцания зеркала*, а также создать настроение, способствующее вхождению в иное измерение сознания.

К сожалению, я не могу дать конкретных рекомендаций относительно того, как долго нужно подвергать себя воздействию каждого из вышеперечисленных факторов. Для кого-то час общения с природой — это слишком много, а полчаса созерцания старых фотографий — слишком мало. При работе с посетителями я обычно перехожу к следующему этапу подготовки, когда заинтересованность человека текущим видом деятельности падает.

Мой совет прост: не утомляйте себя. Если вам кажется, что пятнадцати минут созерцания произведений искусства достаточно, значит, так оно и есть. Если вам хочется полчаса прогуляться по лесу — идите. То же самое касается памятных вещей. Если вам кажется, что достаточно посмотреть фотографии

полчаса, значит, этого действительно достаточно. Занимайтесь каждым этапом подготовки ровно до тех пор, пока вам интересно; как только становится скучно — прекращайте.

Состояние сознания, необходимое для встречи с видением, очень тонко. Напряженное ожидание блокирует видение. Вероятность явления призрака наиболее высока, когда человек ждет его спокойно и уверенно. Очевидно, один из главных факторов здесь — расслабленность.

После того как вы прошли все этапы подготовки, можно приступать к *созерцанию зеркала*.



## Отражающая поверхность

Для созерцания используются самые разные объекты. Некоторые из них упоминались в данной книге: хрустальные шарики, зеркала, полированный металл, чаши, наполненные водой, чернилами или вином, полированные лампы, озера и так далее. Почти любой объект, создающий прозрачную глубину, может быть использован в процедуре *созерцания зеркала*.

В древности люди полагали, что зеркальные видения обусловлены магическими свойствами конкретной отражающей поверхности. Вера в это бытует до сих пор. Иногда в магазинах мистических принадлежностей я слышу, как продавцы говорят посетителям, что лучше всего для созерцания подходит кварцевый кристалл, поскольку он, дескать, обладает магическими свойствами.

Вообще-то разные материалы вызывают разные эмоциональные ассоциации. Так, гидромантия — один из самых распространенных видов созерцания отражающих поверхностей во все времена — обращает нас к мифологическим сюжетам, связанным с водой. При этом вода — универсальный символ сферы бессознательного. Кристалл — символ человеческого «я». Камни (полированные камни иногда используются в ка-

честве отражающей поверхности для созерцания) символизируют постоянство. Кроме того, они ассоциируются с духовным и интеллектуальным поиском: Христос подчеркивал, что он строит свою церковь на *камне*; мусульмане совершают паломничество к священному *камню* в Мекке; розетский *камень* послужил ключом к расшифровке древнего письма; Джон Ди созерцал зеркало из обсидиана, утверждая, что этот *камень* священный.

Иногда выбор отражающей поверхности может иметь определенное значение. Действительно, тот или иной предмет нередко становится символом «я». Кеннет Мак-Кензи, шотландский созерцатель зеркал, живший в XV веке, утверждал, что его камень для созерцания упал ему на грудь однажды во время сна. Джон Ди говорил, что ему принесли камень посетившие его ангелы. Многие современные созерцатели тоже утверждают, что получили свой объект созерцания каким-то необычным образом.

К предмету, отражающему ваше внутреннее существо, действительно может развиваться отношение как к части себя. Вероятность этого тем больше, чем глубже вы погружаетесь в исследование своего «я». Данный предмет становится символом самопознания. Один юморист очень точно подметил, что мы не верим хрустальному шару, если прорицатель видит в нем нечто, не соответствующее нашим ожиданиям, — и это еще одно свидетельство того, что такой предмет должен прежде всего отражать наше «я».

В конечном счете, источником видений является именно *сознание* созерцателя, а не какие-то оккультные свойства предмета. Предмет является всего лишь зеркалом души. *Созерцание зеркал* кажется нам чем-то сверхъестественным именно в силу непонимания этого факта. Процессы, происходящие в сознании, обретают ореол тайны, поскольку нам кажется, будто они происходят внутри отражающего предмета.

Принимая во внимание все это, я полагаю, что в качестве отражающей поверхности следует использовать тот предмет, к которому у вас лежит душа. Я предпочитаю обыкновенное зеркало. Кто-то может предпочесть что-то другое. Не имеет значения, что именно вы используете, главное, чтобы это *работало*.

## Процесс созерцания

Позаботьтесь о том, чтобы во время *созерцания зеркала* вас никто не тревожил. Найдите уединенное место; отключите телефон; если нужно, можете даже повесить на дверь табличку «не беспокоить». Очень важно, чтобы у вас было удобное место, где вы можете по-настоящему расслабиться.

Большое значение имеет поза. Сядьте в удобное кресло с высокой спинкой, чтобы у головы была опора на случай, если вы глубоко расслабитесь. Установите зеркало так, чтобы можно было разглядывать его, не напрягая и не сжимая глаз.

Как правило, лучше всего, если слабый источник света расположен позади вас, хотя, возможно, вам придется поэкспериментировать, пока освещение не начнет вас удовлетворять. Согласно моим наблюдениям, лучше всего использовать свет свечи или ночника. Наиболее благоприятное время — сумерки. Похоже, в это время суток многие люди легче всего входят в измененные состояния сознания. Со временем, набравшись опыта, вы сможете практиковать *созерцание зеркала* даже при ярком свете.

Сама по себе техника созерцания удивительно проста. Усядьтесь поудобнее, расслабьтесь и смотрите в прозрачную глубину отражающей поверхности, не стараясь ничего увидеть. Некоторые говорят, что это подобно тому, как если бы вы смотрели вдаль. При правильном расслаблении руки кажутся очень тяжелыми, а в кончиках пальцев ощущается

покалывание, словно они слегка заряжены электричеством. Это покалывание почти всегда свидетельствует о вхождении в гипнагогическое состояние.

На этом этапе отражающая поверхность обычно как бы затуманивается. Некоторые люди говорят, что зеркало становится похожим на небо в облачный день. Другие говорят, что зеркало темнеет. В любом случае, когда зеркальная глубь утрачивает прозрачность, это свидетельствует о приближении видения.

## Пусть все течет, как течет

Люди часто спрашивают, следует ли сознательно направлять видение или лучше просто пассивно наблюдать. Я считаю, что, как правило, на первых порах лучше не пытаться воздействовать на видение. Пускай образы разворачиваются сами собой.

Попытки управлять образами усложняют процесс, что уменьшает вероятность возникновения образов в зеркале. Когда вы приобретете некоторый опыт, можете попытаться сформулировать вопросы *до* вхождения в транс. Особенно это полезно, если вы стремитесь к самопознанию или самоисследованию. Попытки направлять образы *после* их появления обычно заканчиваются тем, что видения просто исчезают. Не знаю, почему так происходит, но полагаю, что активная работа сознания выводит человека из гипнагогического состояния, в котором они происходят.

Как долго продолжается видение? Обычно менее минуты, особенно если человеку трудно оставаться расслабленным. Некоторым из участников эксперимента удавалось с первой же попытки удерживать образы до десяти минут. Чем больше опыта вы приобретаете в *созерцании зеркал*, тем дольше видите образы в зеркале.

Некоторые люди не видят ничего, но слышат голос покойного и ощущают его прикосновения. Бывает, что человек ощущает всю гамму ощущений, кроме зрительных. Как вы уже знаете из данной книги, у вас может возникнуть чувство, что вы входите в зеркало, или же зеркальные образы могут выйти к вам. В любом случае, вы четко ощутите начало и конец видения.

## Делайте записи

Я рекомендую после каждого сеанса описывать происшедшее. Описывайте свой опыт как можно подробнее: ощущения, предшествовавшие видению, само видение, что вернуло вас в обычную реальность.

Подробные записи подскажут вам, чего ждать от следующего сеанса. Кроме того, вы сможете проанализировать, чем отличаются друг от друга сеансы, и в конечном счете научиться управлять своими видениями.

И еще, записи помогут вам подробно вспомнить каждый сеанс. Описывайте природу видения, указывайте, кого вы видели или слышали и как себя чувствовали во время сеанса. Благодаря записям вы сможете в любой момент в точности восстановить в памяти все случившееся.

## Не напрягайтесь

Если видение не приходит, следует рассмотреть ряд факторов, которые могут служить причиной неудачи.

Самая распространенная причина состоит в том, что человек слишком напрягается, стараясь что-нибудь *увидеть*. Участники моих экспериментов нередко сообщают, что видение появилось как раз тогда, когда они решили отказаться от

попыток что-то увидеть или по меньшей мере обдумали возможность отказаться.

Однажды я проводил семинар для восьми человек, которые лечились от алкоголизма. Лишь двоим из них во время сеанса явились видения. Возможная причина состоит в том, что, как они сами отметили, алкоголики помешаны на стремлении все контролировать, /а" поэтому~нѐмогут расслабиться и позволить сознанию блуждать свободно^ посоветовал им в следующий раз «сдаться» и просто посидеть в кресле, поскольку уже сама мысль о том, чтобы отказаться от попыток увидеть что-то, должна помочь им расслабиться.

В каком-то смысле состояние сознания, необходимое для визионерского опыта, противоположно состоянию, когда мы сознательно пытаемся сделать что-то. Но в то же время появлению видений способствует и состояние *уверенного ожидания*. И важнейшим фактором в данном случае является расслабленность ума.

Еще одна распространенная помеха для видений — отвлекающие факторы. В их число могут входить внешние шумы и физический дискомфорт. Может быть, в комнате слишком жарко, или слишком холодно, или просто шумно. Многим не удастся увидеть видения после плотной трапезы, хотя легкая закуска рекомендуется, поскольку поднимает уровень сахара в крови и человека не отвлекает голод. Мало кому удастся увидеть видение после употребления кофеина, поскольку этот стимулятор возбуждает нервную систему. Согласно моим наблюдениям, калий в пище способствует возникновению видений, а кальций - наоборот, препятствует. Отсюда делаем вывод: накануне сеанса следует есть овощи и фрукты и воздержаться от молочных продуктов.

Хочу подчеркнуть, что важной предпосылкой глубокой релаксации являются физические упражнения. Даже после легких упражнений большинство людей легче расслабляются, у них снижается артериальное давление и частота сердцеби-

ения. Если во время сеанса *созерцания зеркала* вам сложно расслабиться или рассредоточить ум, возможно, вам нужна небольшая зарядка. Физические упражнения — один из наиболее эффективных методов достижения глубокого мышечного расслабления, которое необходимо для возникновения видений. Конечно, прежде чем начинать занятия физкультурой, посоветуйтесь с врачом.

Еще один фактор, препятствующий возникновению видений, — физическая боль. Например, некоторые люди не могут комфортно сидеть, а тем более расслабиться, из-за боли в спине. В таком случае я рекомендую осуществлять *созерцание зеркала* лежа.

. Во многих случаях для достижения успеха просто требуется время или несколько попыток. Бывает, что человек расслаблен, чувствует себя непринужденно, и все же видение не появляется. Наберитесь терпения и предпринимайте новые попытки. Лишь около половины посетителей моего психомантеума встречают видения с первого же раза. Тем не менее большинству все-таки удается увидеть видение со второй, третьей или даже четвертой попытки.

Почему люди возобновляют попытки после первой неудачи? Возможно, причина в том, что сеанс *созерцания зеркала* приятен сам по себе, даже если ничего увидеть не удалось. Многие говорят, что они никогда в жизни так глубоко не расслаблялись. Некоторые даже созерцают зеркало просто ради релаксации, а к видениям относятся как к забавному побочному продукту.

## Пусть все это будет игрой

Если все это напоминает вам скорее игру, чем научную деятельность, значит, я достиг своей цели.

В какой-то момент парапсихология превратилась в отвлеченную интеллектуальную дисциплину и почти утратила

свою связь с душой. Она пытается быть серьезной наукой, а поэтому не всегда способна утешить тех, кто обращается к ней во времена утрат и печалей.

С одной стороны, парапсихология действительно имеет немало общего с наукой. Но я также полагаю, что она непосредственно связана с развлечением, юмором и игрой.

Юмор и игра — важнейшее достояние человечества, однако люди «серьезные» недооценивают их. Юмор и игра несут утешение, которое иногда бывает просто необходимо для того, чтобы жить дальше. К тому же творческая игра является важным источником научных открытий и изобретений.

Парапсихология в своих лучших проявлениях может пробудить наш интерес к непостижимым загадкам Вселенной, в которой мы живем, и к изумительному миру сознания, при помощи которого мы постигаем эту Вселенную.

В конечном счете, парапсихология — это сочетание определенных методов и техник систематического исследования мира, направленного на достижение духовных целей. Она способна пробудить в человеке глубокое благоговение и изумление. Хотя она и не в силах доказать существование жизни после смерти, но может дать нам надежду.

Я ни в коем случае не утверждаю, что парапсихологи (включая и вас, если вы уже практикуете *созерцание зеркала*) недостаточно трепетно относятся к истине. Вы должны любить истину так же глубоко, как ученые, хотя ваши методы поиска истины нередко отличаются от научных.

## За границами привычного мира

Все составляющие процесса *созерцания зеркала* нацелены на определенный результат: открыть дверь к другим измерениям сознания. Поэтому мне особенно приятно слышать, когда посетители говорят, что они «будто вступили в другой мир».

Люди, пользующиеся разработанными мною техниками, регулярно сообщают о феноменах, которые принято относить к сфере паранормального. Однако для достижения этих состояний мы используем методы, не дающие основания говорить о метафизической природе данных переживаний.

Я поощряю участников моих экспериментов самостоятельно решать для себя, насколько реален и значителен их опыт. В разработанной мною среде, — которую несложно смоделировать дома, — вы можете совершать путешествия в самые дальние пределы человеческого сознания.

## VII

### Перспективы использования метода созерцания зеркал

У подсознания есть окна, позволяющие смотреть наружу, и двери, позволяющие войти внутрь, что бесконечно расширяет пространство поиска истины.

Уильям Джеймс

Можно без труда представить себе целый ряд возможностей для практического применения метода *созерцания зеркал*. Большинство из них направлены на исследование возможностей человеческого сознания. Но *созерцание зеркал* может использоваться не только в психологии, но и в исследовании истории и литературы.

Вначале рассмотрим, какую роль оно может играть в психологических исследованиях.

Вероятно, для исследователей человеческого сознания *созерцание зеркал* наиболее интересно как дверь в измененные состояния сознания. Если спровоцированные встречи с видениями усопших идентичны спонтанным, то феномен, который мы доныне относили к сфере паранормального, становится доступен систематическим исследованиям.

Под словом «исследование» я имею в виду не просто собирание рассказов людей, переживших подобный опыт. Я говорю о том, что метод *созерцания зеркал* наконец позволяет изучить измененные состояния в лабораторных условиях. Это стало бы важным шагом в развитии психологической науки. Ведь теперь можно опрашивать и наблюдать участника эксперимента сразу после того, как он выйдет из измененного состояния сознания, и даже в то время, когда он все еще пребывает в этом состоянии.

Во время встречи с призраком можно снимать электроэнцефалограмму или проводить томографию мозга, чтобы наконец составить карты метаболической активности мозга во время подобных состояний.

Поскольку прежде не было возможности исследовать измененные состояния сознания в лабораторных условиях, скептики утверждали, что люди, имеющие паранормальные переживания, а также исследующие их, «преувеличивают» значимость случившегося или даже все попросту выдумывают. Эти скептики редко принимали во внимание то, как много людей видят призраков, переживают околосмертный опыт и даже выходят из тела. Уже только в эти три категории попадают миллионы людей, — можно ли объявлять их всех лжецами или сумасшедшими, начисто отрицая реальность их опыта?

## Призраки, привязанные к определенному месту

При помощи спровоцированных видений в психомантеу-мах можно попытаться объяснить существование призраков, привязанных к определенному месту. Иногда эти призраки остаются на одном месте столетиями — особенно если их не тревожат. Некоторые знаменитые привидения обитают в европейских замках, храмах и на пустошах. Чаще всего они

появляются в результате насильственной смерти человека, в частности убийства.

Ниже я привожу типичный отчет о встрече с таким призраком. Этот рассказ записали Гарднер Мерфи и Герберт Клемме.

3 октября 1963 года миссис Колин Баттербох, секретарь Сэма Дала, декана Уэслианского университета, что в городе Линкольн (штат Небраска), по просьбе начальника относилась письмо профессору Мартину (псевдоним) в его офис, расположенный в Белом корпусе университета. Приблизительно в 8:50 утра миссис Баттербох вошла в здание и быстро пошла по его длинному коридору. Из аудиторий доносились голоса преподавателей и студентов. Где-то шли занятия по музыке, и особенно отчетливо выделялся звук маримбы. Войдя в приемную, миссис Баттербох застыла на месте, едва сделав четыре шага. Ее остановил какой-то сильный запах — удушающий запах плесени. Подняв взгляд, она увидела очень высокую черноволосую женщину в блузке и юбке до пола. Правой рукой та пыталась дотянуться до одной из верхних полок старого книжного шкафа. Далее мы приводим слова самой миссис Баттербох:

«Когда я только вошла в комнату, все было нормально. После того как я прошла шага четыре, меня остановил сильный запах. Удушающий запах, который буквально сбивает с ног. Вначале я смотрела себе под ноги, но, ощутив этот запах, почувствовала, что в помещении есть кто-то еще. И тут я осознала, что в эту комнату совсем не доносятся звуки из коридора. Тихо, как в склепе. Я подняла взгляд и что-то заставило меня посмотреть на книжный шкаф, стоящий в соседней комнате. Там она и была... Женщина стояла спиной ко мне совершенно неподвижно, протянув руку к одной из полок. Она не знала о моем присутствии. Пока я на нее

смотрела, женщина не пошевелилась. Фигура не была прозрачной, однако я знала, что она не реальна. Затем она просто растворилась под моим взглядом: ее тело исчезало не по частям, а все одновременно.

До той секунды, как женщина растворилась, я не думала, что в комнатах есть кто-то еще, но, когда она исчезла, я поняла, что по-прежнему не одна. Слева от меня стоял стол, и я чувствовала, что за этим столом сидит мужчина. Я повернулась в ту сторону и никого не увидела, но присутствие по-прежнему ощущала. Тут я посмотрела в окно позади стола и ужаснулась. Не помню, как я покинула эту комнату. За окном не было ни одного современного строения! Не было ни улицы, ни нового университетского корпуса. Вот тогда я и осознала, что эти люди не принадлежат моему времени. Я попала в их время».

Что представляют собой эти привязанные к месту призраки? Почему одного и того же призрака видят многие люди, иногда даже не знающие о том, что он обитает в данном месте?

Можно исследовать эти вопросы при помощи наших методов, и, возможно, нам откроются ответы, долго скрывавшиеся от ученых.

## Коллективные сеансы

С развитием наших методов можно будет попытаться вызывать коллективные видения у нескольких человек одновременно, попросив их настроиться на встречу с одним и тем же существом. Существуют описания спонтанных коллективных зеркальных видений, и некоторые греческие источники позволяют предположить, что они практиковались в психомантеумах. Это вселяет в меня надежду, что исследования в данном направлении дадут интересные результаты.

Однако это непаханое поле я оставляю для других исследователей. Мне лучше даются индивидуальные сеансы, поэтому я даже не буду браться за это дело, но, надеюсь, что данное направление заинтересует коллег, имеющих более богатый опыт работы с группами людей. Такие исследования могли бы многое рассказать нам о динамике коллективных видений.

## Терапия скорби

Изучение спровоцированных видений может пролить свет на некоторые вопросы психологии людей, переживших утрату. Хорошо известно, что объятые горем люди нередко испытывают одержимость образами усопшего. Они носят с собой фотографии умерших любимых и то и дело на них глядят. Если предположить, что способность видеть призраки умерших является естественной функцией сознания,^то наш метод может помочь понять, что происходит в душе скорбящего, — а это позволит смягчить боль утраты.

Нередко после спонтанной встречи с видением умершего любимого человек тоскует меньше или даже совсем избавляется от душевной боли. О том же свидетельствуют и отчеты посетителей моего психомантеума, которым удалось встретиться с призраками. Многие говорят, что эта встреча помогла им решить некоторые проблемы во взаимоотношениях с умершими.

## Психология истории

Я, со своей стороны, намерен продолжать свое исследование в трех направлениях. Сейчас я собираю исторические материалы, так или иначе связанные с древними оракулами мертвых. Я собираюсь посетить эти места, в надежде почув-

ствовать их атмосферу и узнать методы, использовавшиеся древними для призвания мертвых.

Многие люди, понаслышке знающие о шаманизме, полагают, что шаманы являются шарлатанами или душевно больными, либо же наоборот, что шаманы обладают какой-то необычной способностью, которой нет у большинства из нас. Как мы уже отмечали, шаманы утверждают, что могут путешествовать по иному миру при помощи своих волшебных зеркал, где они видят духов умерших. Из этой книги вы уже знаете, что внутренний мир, куда на самом деле входят эти первобытные целители, доступен каждому.

Человеку, знакомому с процедурой *созерцания зеркала*, легко понять смысл многих древних традиций. Кроме того, знакомство с нашим методом проливает свет на многие обстоятельства жизни некоторых исторических деятелей. И еще — мы начинаем лучше понимать некоторые важные общественные институты Древней Греции.

К тому же мы обнаружили, что визионерские состояния могут стимулировать творческую деятельность. Так, например, Томас Эдисон, входя в гипнагогические состояния, исследовал глубины бессознательного, где, очевидно, и почерпнул многие свои изобретения, в корне изменившие жизнь человечества. То же самое можно сказать о других великих ученых, изобретателях и мыслителях. На основании того, что так много великих людей во все времена приобщались к чудесам подсознания, можно предположить, что нечто подобное происходило и с другими выдающимися личностями и будет еще не раз происходить в будущем.

## Грустная история племени кхоса

История знает примеры того, как этот феномен становился причиной ужасных событий, когда попадал в культуру, не

готовую понять его. Вас, возможно, удивит, что одержимость зеркальными видениями могла овладеть целым народом, и эти видения стали руководить жизнью людей. Однако подобные вещи случались в человеческой истории, и последний случай — национальное самоубийство южноафриканского племени кхоса.

Существует немало документальных описаний этой трагедии, происшедшей в XIX веке. Началось с того, что в первобытном племени спонтанно возник психомантеум. Результатом стала одержимость зеркальными видениями. У членов племени возникли нереалистические ожидания.

На тот момент народ кхоса уже был деморализован. Эти люди восставали против европейских колонистов с 1778 года, и только в первой половине XIX века у них было полдюжины войн с англичанами.

С оружием каменного века эти люди не могли противостоять огневой мощи европейцев. Все их битвы заканчивались поражениями. Самым унижительным было поражение в войне, завершившейся в 1850 году. Война длилась три года и унесла жизни шестнадцати тысяч кхоса.

Британцы не согласились довольствоваться Просто победой на поле боя. Генерал-губернатор вынудил старейшин племени целовать его сапоги в знак признания поражения.

Одним из предметов гордости кхоса был скот. Эти люди были прекрасными животноводами — они искренне уважали и лелеяли своих животных. Некогда у них даже были религиозные церемонии поклонения животным. У каждого животного было свое имя, о них слагали стихи и песни. Мужчины из племени идентифицировали себя со своими любимыми животными — как многие современные американцы идентифицируют себя со своими автомобилями. Но было одно важное отличие: от скотины зависела сама жизнь представителей этого народа. Без животных они просто погибли бы.

Однажды осенним вечером 1856 года девочка по имени Нонгкасе прибежала в селение и сказала, что она видела в озере возле реки десятерых черных незнакомцев. Поскольку дядя девочки был в племени важным человеком — шаманом и пророком, — к ее видению отнеслись внимательно.

Дядя немедленно отправился к реке и тоже увидел в озере людей. Он с изумлением узнал среди них своего покойного брата. Один из призраков сказал, что у них есть важное послание с *Другой Стороны*. Затем они исчезли.

В течение следующих недель Нонгкасе ежедневно отправлялись к озеру, где она, стоя по пояс в воде, беседовала с зазеркальными людьми. Известие об этом чуде облетело все деревеньки племени, и скоро юная пророчица и ее дядя уже вполне успешно обучали старейшин кхоса видеть образы в воде.

Наконец к озеру пришел сам Крели, великий король кхоса, чтобы лично увидеть чудо, о котором все толковали. И королю удалось увидеть призрак покойного сына. Позже он сказал, что у него было полное впечатление, что мальчик вернулся к жизни.

Короля Крели глубоко тронул этот опыт, и он стал настаивать на выполнении всех пророчеств из пруда, даже если оракул требовал убивать скот, чтобы предки могли восстать из мертвых.

Некоторые не соглашались с этими пророчествами — особенно жители отдаленных деревень, которым было обидно, что предки выбрали для явлений такое далекое от их родных селений озеро. Они говорили, что предпочли бы видеть усопших предков где-нибудь поближе.

И через девять месяцев это случилось. Одиннадцатилетняя дочь шамана в одной из отдаленных деревень начала общаться с зеркальными сущностями в местном озере. Она утверждала, что общалась с духом одного покойного кхоса, пользовавшегося большим уважением в деревне. И он тоже велел убивать скот, чтобы оживить духов предков.

Так начался повальный забой скота. Вскоре туши убитых животных валялись повсюду. Пытаясь остановить безумие, британские колониальные власти начали арестовывать визионеров, но было уже поздно. Начался голод, опустошавший деревню за деревней, а предки к жизни так и не вернулись.

Британцы никак не могли понять, что толкает людей на убийство животных. Мы же понимаем, что причиной беды этого первобытного народа стали зеркальные видения в сочетании с заниженной самооценкой.

Трагедия народа кхоса напоминает нам о том, что практика *созерцания зеркал* не должна превращаться в культ. Взвешенный анализ позволит удержать визионерский опыт в должных рамках, — эти практики должны оставаться способом помочь людям, а не подменять собой смысл жизни.

## Измененные состояния сознания и история

Нет сомнений, что измененные состояния сознания могут пробудить в человеке интерес к истории, вдохновить на новое ее понимание или, — как это случилось с Арнольдом Тойнби, — на написание серьезного исследования.

В десятом томе своего монументального «Исследования истории» Тойнби посвящает целую главу событиям, вдохновлявшим историков на работу. У большинства историков, о которых он говорит, интерес к истории пробудили великие войны. Но у самого Тойнби и Эдварда Гиббона интерес к предмету обусловлен видениями. У Гиббона, написавшего «Упадок и гибель Римской империи», мистическое видение случилось, когда он сидел на ступенях храма Юпитера и слушал песнопения нищенствующих босоногих монахов. Вдруг современный город превратился в руины города древнего, а затем все снова вернулось на свои места. Узрев эти руины,

Эдвард захотел проследить историю упадка империи, равной которой, вероятно, не было в мире. Подводя итоги видения Эдварда Гиббона, Тойнби описывает природу подобных переживаний следующим образом:

Эта череда образов стала единственной вспышкой вдохновения в жизни Гиббона. Не будь этого опыта, возможно, дивный гений Эдварда так никогда и не расцвел бы и его славное имя не нашло бы места в анналах интеллектуальной истории человечества. С точки зрения хронологии это событие, имевшее столь значительные последствия для науки, возможно, занимало всего лишь долю секунды из тридцати шести лет взрослой жизни великого историка. Но бдительная муза не упустила мимолетной возможности на миг проникнуть в сознание человека, обычно невосприимчивого к божественным откровениям, ибо он был защищен от них щитом внутреннего скептицизма, который вызрел в интеллектуальном климате Западной Европы XIX века.

Далее Тойнби описывает собственное видение, явившееся ему в сумерках, когда он, утомленный долгой прогулкой, сидел на склоне горы напротив Спарты. Задумчиво созерцая раскинувшийся на противоположной горе город, Тойнби задался вопросом, был ли здесь когда-то еще более древний город до Спарты. Вспомнились отрывки из Библии: «Град, стоящий на холме, не спрячешь» и «Обращусь взглядом к холмам, откуда придет мне помощь».

«И вдруг, — пишет Тойнби, говоря о себе в третьем лице, — смотрящий увидел прямо перед собой, на утесе, нависающем над дальним берегом Эвроты, напротив места, где по случайному совпадению стояли древняя Спарта и новая Спарта, — он увидел там доэллинический

прообраз франкских и османских цитаделей. И он смотрел на современный город через зубцы на стенах этой крепости».

Тойнби словно заглянул — или даже совершил путешествие — в прошлое. Он очень трепетно относился к этому воспоминанию. Тойнби даже говорит, что, возможно, никогда и не написал бы свое фундаментальное «Исследование истории», не будь этого переживания. Как он писал (снова говоря о себе в третьем лице), может быть, Тойнби и не создал бы свою многотомную работу, «если бы это зрелище не открылось его взгляду, когда он стоял на горе Мистра 12 мая 1912 года».

Не исключено, что зеркальные видения могут быть использованы, чтобы пролить свет на то, как ученые изучают и пишут историю. Многие исследователи, погружаясь в подробности жизни той или иной исторической фигуры, говорят, что их периодически посещает видение предмета исследования.

Может быть, биографы могут целенаправленно встречаться со своими персонажами в психомантеуме. Вполне возможно, что исследователь сможет углубить свое понимание исторических событий благодаря взаимодействию сознательных и бессознательных факторов.

На первый взгляд, эта идея кажется абсурдной, но пример Тойнби свидетельствует, что обращение к бессознательному и измененные состояния сознания могут играть важную роль в изучении истории.

С этим соглашается и сам Тойнби. Он признает влияние, которое оказали на него работы Карла Густава Юнга:

К. Г. Юнг... открыл для меня новое измерение в Жизни. Удивительная широта, с какой Юнг использует самые разнообразные материалы для иллюстрации своих идей, дала мне импульс самому искать путь в *terra incognita* бессознательного, продвигаясь от неизвестно-

го к известному... Всплытие осколков сознания, которые были погружены в глубины подсознания, подобно всплытию субмарины после подводного путешествия...

Тойнби также воздает должное Платону, отмечая, что тот учил историков будущего брать с собой неопровержимые факты и с ними бесстрашно отправляться в мир воображения. Вот как пишет об этом он сам:

Платон своим примером научил меня, не стыдясь, использовать воображение наряду с интеллектом. Когда во время полета мысли я обнаруживаю, что оказался на таких высотах, где уже не хватает кислорода для Разума, я без колебаний позволяю воображению вынести меня на крыльях мифа еще выше, в стратосферу... Пример Платона... дал мне смелость распрощаться с Западным Духом Времени начала XX века, чьи оракулы — весы и циркуль, поскольку этот Дух наложат себе на глаза шоры и теперь считает реальным лишь то, что можно взвесить и измерить.

При случае я всегда предлагаю историкам провести сеанс *созерцания зеркала*, если им это интересно. Такое путешествие из известного в неизвестное наверняка даст интересные результаты. Возможно, оно поможет кому-то найти недостающие связи между историческими событиями, которые не удавалось отыскать при помощи традиционных методов исследования.

Бессознательное — мощный инструмент познания. В этой загадочной области сознания решаются задачи и выясняются вопросы задолго до того, как они достигнут сознания. Метод *созерцания зеркал* дает нам возможность черпать из этого мощного информационного пласта, что, несомненно, представляет огромный интерес для тех, кто хочет побольше узнать о прошлом.

## Изучение литературы

До сих пор никто толком не понимал, откуда в фольклорных произведениях разных культур взялись фантастические мотивы, связанные с зеркалами. Но в свете новых знаний становится ясно, что в истоке многих мифов, легенд, сказок, предрассудков, религиозных практик, исторических событий и даже увлекательных путешествий лежало созерцание зеркальных поверхностей. Ниже я привожу перечень характерных, связанных с созерцанием зеркал элементов, которые присутствуют в литературных произведениях:

**Присутствие отражающих поверхностей или предметов.** Котел Ллуда, выловленный рыбаком медный кувшин, одиссеева лужа с кровью, обсидиановое зеркало доктора Ди — все это встречающиеся в литературе отражающие поверхности, дающие возможность увидеть видение.

**Зеркальной поверхности или предмету нередко приписывают магические свойства.** Например, Кеннет Мак-Кензи из Шотландии, проснувшись однажды после дневного сна, обнаружил на своей груди полированный камень. Он сказал, что этот камень принесли ангелы, и считал его своим самым ценным зеркалом для созерцания.

**Для пробуждения волшебных сил зеркала требуется волшебство или особое ритуальное действие.** Мифология полна подобными сюжетами. Один из самых известных примеров — мачеха Белоснежки, которая при каждом обращении к своему волшебному зеркалу поет: «Свет мой, зеркальце, скажи...» Алладину необходимо было потерять свою лампу, чтобы в ее блестящей ясной глубине появился джинн.

Ритуал всегда играл важную роль в зеркальных видениях. Несомненно, протертая поверхность ярче блестит и лучше

## Загадка ящика Пандоры

Похоже, зеркальные видения приближают нас к пониманию одного из самых загадочных мифов — мифа о ящике Пандоры.

Приведу наиболее известный вариант этого мифа. Пандора — первая женщина на земле. Спустившись в мир, она открывает ящик, где хранятся все беды человечества. Большинство современных людей полагают, что то был именно ящик, поскольку так пересказал этот миф ученый XIV века Эразм Роттердамский.

Однако в более раннем пересказе мифа, который принадлежит перу греческого поэта Гесиода, сказано, что Пандора пришла на землю не с ящиком, а с *пикетом*. *Пиксис* — это большой кувшин, использовавшийся для самых разнообразных целей. Вот как пересказан этот миф в «Мифологии» Балфинча:

Первую женщину звали Пандора. Она была создана на небесах, и многие бога внесли свой вклад в ее создание. Венера дала ей красоту, Меркурий — умение убеждать, Аполлон — музыкальный талант и т. д. Затем Пандору переправили на землю и даровали царю Эпиметею, который с радостью этот дар принял, хотя брат и советовал ему опасаться Юпитера и его даров. У Эпиметея в доме был кувшин, где хранились беды. Пандоре стало любопытно, что находится в сосуде, и однажды она открыла его. Бесчисленные несчастья вышли из кувшина и рассеялись по всему миру: подагра, ревматизм и колики — для тела; зависть, злоба и мстительность — для ума. Пандора спешно захлопнула крышку, но — увы! — беды уже успели выбраться наружу. На дне осталось лишь одно — *надежда*. Так и повелось: какие бы беды ни одолевали человека, надежда никогда не покидает его. И пока остается надежда, нас не сломят никакие горести.

Я думаю, что история о Пандоре напрямую связана с зеркальными видениями. Во-первых, чтобы открыть кувшин, ей пришлось снять крышку, что явно ассоциируется с ритуальным действием, необходимым для активизации зеркальной поверхности. Во-вторых, после того как женщина заглянула в кувшин, оттуда появились некие сущности. По-гречески эти сущности называются *керы* — маленькие шумные вредоносные духи. История об их освобождении из сосуда напоминает нам о зловещем джинне из бутылки и о драконах, нарушающих покой царства Ллуда.

Пандора встречает порицание — участь всех созерцателей зеркал, — и в мифе она, очевидно, выступает в роли злодея. Центральная тема сюжета — бедствия, вызванные тем, что эта женщина приоткрыла крышку. Ее поступок привел к распространению бед по всему миру и к возникновению всех известных человечеству зол и болезней.

Эта история содержит в себе также скрытую ассоциацию со смертью, которая без труда распознавалась античным читателем. Дело в том, что *пиксис* нередко использовали в качестве гробов для бедняков. Кувшин, принадлежавший мужу Пандоры Эпиметею, обладал какими-то особыми свойствами, но какими именно — для нас загадка.

Еще одним подтверждением связи между историей Пандоры и практикой *созерцания зеркал* является ритуал, бытовавший в Риме через сотни лет после возникновения мифа о Пандоре. Ритуальное действие настолько напоминает заглядывание в сосуд, что у меня возникает подозрение, будто между ним и мифом о Пандоре существует непосредственная связь.

Римляне выкапывали круглую яму под названием *мундус*. Обычно эту яму накрывали большой крышкой из драгоценного синего камня, который мы ныне называем лазуритом. Скорее всего, эту яму наполняли водой или вином. Трижды в году — 24 августа, 5 октября и 6 ноября — крышку снимали и проводили ритуал, каким-то образом связанный с призраками.

Римский историк Варро говорит, что «когда открыт мундус, открыты врата унылого подземного мира».

Так что я думаю, что, в некотором смысле, я открыл кувшин Пандоры. Однако из этого современного кувшина выйдут хорошие вещи, например надежда и понимание.

Возможно, ученые вскоре обнаружат, что именно *созерцание зеркал* послужило источником многих мифов и легенд. Подозреваю, что подобная мысль еще не приходила в голову исследователям, изучающим происхождение мифов. При чтении древних текстов я обнаруживаю все больше указаний на то, что зеркальные видения оказали заметное влияние на формирование легенд, сыгравших значительную роль в формировании нашей цивилизации.

Тут есть широкое поле для исследования, однако меня прежде всего интересует работа непосредственно с людьми, которые стремятся встретиться с умершими любимыми. Именно в *психомантеуме* происходят самые захватывающие и загадочные события.

Гораздо лучше, чем я, может сказать об этом одна женщина, пришедшая, чтобы увидиться со своим сыном. Ее сын умер за два года до ее прихода в психомантеум. Он умер от рака, с которым сражался несколько лет. Его борьба с недугом была типична для подобных случаев. Болезнь переходила в стадию ремиссии и, когда все уже думали, что удалось победить ее, возвращалась с новой силой. В конце концов, после нескольких рецидивов, он просто сдался.

Женщина ужасно скучала по сыну. Она пришла в психомантеум лишь ради того, чтобы узнать, закончились ли его страдания.

Весь день мы готовились к встрече, и в сумерках я проводил ее в комнату видений. Женщина осталась довольна сеансом. Она увидела много «видений-воспоминаний» о его детстве. И еще у матери было отчетливое ощущение, что сын находится с ней в

комнате призраков. «Он сидел рядом со мной, — рассказывала она. — Мы вместе смотрели фрагменты из нашей жизни».

Приблизительно неделю спустя эта женщина позвонила мне и рассказала невероятную историю. Через несколько дней после сеанса она проснулась ночью из глубокого сна. Она не просто проснулась, но находилась в состоянии «гипербоддрствования, то есть сознание было намного более ясным, чем обычно».

В комнате стоял ее сын. Когда женщина привстала на кровати, чтобы рассмотреть его получше, она увидела, что внешние признаки рака исчезли. Сейчас он выглядел радостным и здоровым, как до недуга.

Женщина была безмерно рада. Она встала с кровати и заговорила с сыном. Беседа длилась несколько минут — более чем достаточно, чтобы выяснить, что он счастлив и больше не страдает от боли.

Они успели обсудить многие вещи, включая перестановку в доме, которую она сделала после смерти сына. Она даже провела его по комнатам, показывая новую обстановку.

Наконец до нее дошло, что происходит. Она говорит с призраком покойного сына. «Мне просто не верилось, что это он, — сказала она мне, — и я спросила, можно ли прикоснуться к нему».

Без малейших колебаний призрак шагнул к матери и обнял ее. Затем он поднял ее над землей, как ребенка.

«Все случившееся было совершенно реально. Я думаю, он действительно приходил ко мне, — говорила она. — Теперь я действительно чувствую, что его болезнь и смерть уже позади, и я могу нормально жить своей жизнью».

Подобные случаи лишний раз убеждают меня в том, что я должен непременно продолжать свою работу.

## Литература

- Ayer, Fred. *Before the Colors Fade*. Boston: Houghton Mifflin, 1964.
- Barrett, Sir William. *Deathbed Visions: The Psychical Experiences of Dying*. The Colin Wilson Library of the Paranormal. Aquarian Press, 1986.
- Belo, Jane. *Trance in Bali*. New York: Columbia University Press, 1960.
- Bennett, E. *Apparitions and Haunted Houses*. London: Faber and Faber, 1939.
- Besterman, Theodore. *Collected Papers on the Paranormal*. Garrett Publications, 1968.
- \_\_\_\_\_. *Crystal Gazing: A Study in the History, Distribution, Theory and Practice of Scrying*. University Books, 1965.
- Bulfinch, Thomas. *The Age of Fable or Beauties of Mythology*. New York: A Mentor Book, 1962.
- Bulgatz, Joseph. *Ponzie Schemes, Invaders from Mars and More Extraordinary Popular Delusions and the Madness of the Crowds*. Harmony Books, 1992.
- Burton, Richard F. (trans.) *Adapted by Jack Zipes. The Arabian Nights*. Penguin Books, 1991.
- Day, John. *Aztec: The World of Moctezuma*. Denver: Denver Museum of Natural History and Roberts Rinehart Publishers, 1992.
- Deacon, Richard. *John Dee: Scientist, Geographer, Astrologer and Secret Agent to Elizabeth I*. The Garden City Press Limited, 1968.
- Dee, Dr. John. *A True & Faithful Relation of What Passed for Many Years Between Dr. John Dee (A Mathematician of Great Fame in Queen Elizabeth and King James Their Reigns) and Some Spirits: etc.* Redwood Burn Limited, Trowbridge & Esher, 1974.
- Dumas, Francois Ribadeau. Translated by Elisabeth Abbott. *Cagliostro*. George Allen and Unwin Ltd., 1966.
- Edelstein, Emma J., and Ludwig Edelstein. *Asclepius: A Collection and Interpretation of the Testimonies, Vols. I and II*. Reprint Edition. Ayer Company Publishers, Inc., 1988.
- Eliade, Mircea. *Shamanism: Archaic Techniques of Ecstasy*. Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1964.
- French, Peter. *John Dee: The World of an Elizabethan Magus*. Dorset Press, 1972.
- Gauld, Alan. *The Founders of Psychical Research*. Routledge & Kegan Paul, 1968.
- Johann Wolfgang von Goethe. Translated by Abraham Hayward. *Faust by Goethe*. Hutchinson & Co. Publishers Ltd.
- Goldberg, Benjamin. *The Mirror and Man*. University Press of Virginia, 1985.
- Harrison, Jane Ellen. *Prolegomena to the Study of Greek Religion*. Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1991.
- Herodotus. Translated by Aubrey de Selincourt. *The Histories*. Penguin Books, 1972.
- Homer. Translated by W. H. D. Rouse. *The Odyssey*. A Mentor Book, New American Library, 1937.
- Hultkrantz, Ake. Translated by Monica Setterwall. *The Religions of the American Indians*. University of California Press, 1967.
- Jackson, Kenneth Hurlstone (trans.) *A Celtic Miscellany*. Penguin Books, 1951.
- Kieckhefer, Richard. *Magic in the Middle Ages*. Cambridge, Eng.: Cambridge University Press, 1989. King, Frank. *Cagliostro: The Last of the Sorcerers*. London: Jarrolds Publishers, 1929. Lang, Andrew. *The Making of Religion*. A M S Press, 1968.

- Leeds, Morton, and Gardner Murphy. *The Paranormal and the Normal: A Historical, Philosophical and Theoretical Perspective*. The Scarecrow Press, Inc., 1980.
- Lindsay, Charles (photographs and journals), and Reimar Schefold (historical essay). *Mentawai Shaman: Keeper of the Rain Forest*. An Aperture Book, 1991. Loewe, Michael, and Carmen Blacker (eds.). *Divination and Oracles*. George Allen & Unwin, 1981. MacKay, Charles. *Extraordinary Popular Delusions and the Madness of Crowds*. New York: Farrar Straus Giroux, 1932. MacKenzie, Alexander. *The Prophecies of the Brahan Seer*. Stirling: Eneas MacKay, 1909. Mavromatis, Andreas. *Hypnagogia: The Unique State of Consciousness Between Wakefulness and Sleep*. Routledge & Kegan Paul Ltd., 1987.
- Mishlove, Jeffrey. *Thinking Allowed*. Council Oaks Books, 1992.
- Morse, Melvin, M.D., with Paul Perry. *Transformed by the Light: The Powerful Effect of Near-Death Experiences on People's Lives*. New York: Villard Books, 1992.
- Panofsky, Dora and Erwin. *Pandora's Box: The Changing Aspects of a Mythical Symbol*. Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1991.
- Parke, H. W. *Greek Oracles*. Hutchinson University Library, 1967.
- Pausanias. Translated by Peter Levi. *Guide to Greece, Vols. I and II*. Penguin Classics, 1971.
- Plato, *The Republic* (B. Jowett, trans.). New York: Random House, 1955.
- Rawcliffe, D. H. *Occult and Supernatural Phenomena*. Dover Publications, 1959.
- Schultes, Richard Evans, and Hoffman, Albert. *Plants of the Gods: Their Sacred, Healing and Hallucinogenic Powers*. Healing Arts Press, 1979.
- Strabo. Translated by Horace Leonard Jones. *The Geography of Strabo, Vol. II*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press, Loeb Classical Library, 1917.

- Thomas, Northcote W. *Crystal Gazing: Its History and Practice, with a Discussion of the Evidence for Telepathic Scrying*. Dodge Publishing Company, 1905; Health Research, 1968.
- Toynbee, Arnold. *A Study of History*. London and New York: Oxford University Press, 1935-1961.
- Trowbridge, W. R. *ty Cagliostro: Savant or Scoundrel? The True Role of This Splendid, tragic Figure*. University Books (n.d.)
- Vandenberg, Phillip. *The Mystery of the Oracles*. Macmillan Publishing Company, Inc., 1979.

