

ДАО УСПЕХА

Пять шагов к счастью и процветанию
в древних китайских притчах



Дерек Лин

СОФИА

Дерек Лин

ДАО УСПЕХА

Пять шагов к счастью и процветанию
в древних китайских притчах



«СОФУЯ»

2011

УДК 130.123.3
ББК 88.2
Л59

Перевод с английского М. Королева

Лин Дерек

Л59 Дао успеха: Пять шагов к счастью и процветанию в древних китайских притчах / Перев. с англ. — М.: ООО Издательство «София», 2011. — 224 с.

ISBN 978-5-399-00244-6

Восточный подход к науке успеха! Современный даосский мастер, комментируя древние китайские притчи, показывает, как можно культивировать постоянный прогресс в пяти сферах человеческой жизни — духовности, разуме, отношениях, физическом окружении и судьбе. Даосская философия, какой представляет ее Дерек Лин, — это не туманный мистицизм, а очень практический подход к жизни, гарантированно приносящий успех как в материальном мире, так и в духовном развитии.

УДК 130.123.3
ББК 88.2

Copyright © 2010 by Derek Lin

The Tao of Success. The Five Ancient Rings of Destiny

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Публикуется с разрешения Jeremy P. Tarcher, a member of Penguin Group (USA) Inc.

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

ISBN 978-5-399-00244-6

© «София», 2011

© ООО Издательство «София», 2011

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	7
<i>Шаг первый. Ваша духовность 19</i>	
Истинное спокойствие	24
Подарок на день рождения	30
Молитва	37
Бытие	44
Восстановление храма	54
<i>Шаг второй. Ваш разум 61</i>	
Похититель топора.....	65
Преданный буддист	72
Спасатель.....	78
Наполовину пуст или наполовину полон?.....	89
Величайшая тайна дедушки	96
<i>Шаг третий. Ваши отношения 103</i>	
Обет молчания.....	107
Ядовитая стрела	113
Школа кунфу.....	120
Крестьянин и охотник	128
Одеяло.....	137
<i>Шаг четвертый. Ваш мир 145</i>	
Пустота.....	150
Сверчок	156
Древние книги	162
Первая охота князя.....	169
Древняя ваза	175
<i>Шаг пятый. Ваша судьба 181</i>	
Самый лучший дом	186
Состязание в стрельбе из лука.....	191
Мытье посуды.....	197
Статуя и ступенька	207
Визит мудреца.....	214

Введение

Трансформация жизни — чудесный и таинственный процесс. Внезапно вы осознаете, что в результате некоего перехода ваша жизнь трансформировалась. Ничего не изменилось, но тем не менее все стало другим, потому что внутренне вы уже не тот человек.

Наблюдая за трансформацией жизни другого человека, вы заметите, что этот процесс столь же необычен. Физически человек остается прежним, но преобразуется духовно. Его душа подобна вышедшей из куколки бабочке. Она смотрит на мир новыми глазами; расправляет крылья и летит. Быть свидетелем подобной трансформации большая честь, поскольку духовное перерождение столь же чудесно, как физическое рождение.

Фактически трансформация жизни — основная цель культивирования Дао. Древние мастера изучали Дао — путь существования — не ради выведения философских абстракций, а для понимания того, как нужно постепенно продвигаться к следующему уровню духовности. Согласно представлениям древних, «правильное следование Дао» как раз и обеспечивает успешный переход на следующий уровень.

Древние были внимательными наблюдателями и в течение веков постепенно накапливали знания о Дао. Они

учились у природы и у людей, которым естественным образом и без усилий удавалось добиться выдающегося успеха. Дао совершенствовалось и постепенно превратилось в надежный, проверенный временем способ изменить жизнь навсегда.

Как и древние, мы тоже желаем совершенствовать себя. Однако вместо того, чтобы использовать проверенные методы, мы часто следуем тенденциям. Мы слушаем аудиокниги по самосовершенствованию, присоединяемся к мотивационным программам и скупаем последние бестселлеры.

Результаты оказываются разными. Некоторым людям удастся по-настоящему изменить жизнь к лучшему. Они правильно следуют Дао, даже если называют его по-другому. Другим везет меньше. Они, может, и добиваются успеха, но потом наблюдают за тем, как он постепенно меркнет. Возможно, им удастся на некоторое время изменить себя, но затем они возвращаются к своим старым привычкам. Эти люди сошли с пути Дао.

Путь древних мудрецов надежнее. Они обладали всесторонним пониманием природы человека и выработали систему, которая позволяет нам не только оставаться на правильном пути, но и осознавать, когда мы отходим от него. Нужно лишь начать применять это **Дао успеха** прямо сейчас.

Успех и Дао

Некоторые люди уверены в том, что Дао — это диаметрально противоположность поиску успеха в жизни. Они любят изрекать такого рода сентенции:

- ◇ В Дао нет ни успеха, ни неудачи.
- ◇ По большому счету, успех не имеет значения.
- ◇ Для достижения успеха не нужно ничего делать, потому что вы уже добились успеха.

Подобные высказывания кажутся весьма глубокими, но если вы начнете серьезно изучать китайскую культуру, то обнаружите, что китайцы на самом деле очень сильно ориентированы на успех. Китайцы с радостью будут обсуждать с вами *чэн гун чжи дао* (Дао успеха), а если вы попытаетесь убедить их в том, что оно, по большому счету, никому не нужно, то лишь озадачите их. Вам приведут в пример человека, который трудится на благо семьи, или на мастера кунфу, годами совершенствующего свое мастерство. Такие почтенные в глазах каждого китайца люди определенно не считают, что они уже добились успеха и что им больше нечего делать.

Как такое может быть? Как сами китайцы могут не понимать фундаментальную даосскую концепцию *увэй*, или недеяния? Разве даосские мысли веками не проникали в каждый аспект китайской культуры?

Вот простой ответ: Дао, как оно представлено на Западе, — не то же самое, что всеобъемлющее Дао Востока. На Западе это понятие искажено языковым барьером. *Увэй* вовсе не означает «недеяние». Вообще говоря, под видом «китайской мудрости» до нас часто доходят банальности из «печенья судьбы». Кстати, хотя последнее считается китайской традицией, фактически оно тоже изобретено на Западе.

Так вот, подлинные, глубокие учения Дао не ограничиваются разговорами о бессмысленности бытия. Большинству людей так и не удастся услышать о таких учениях; потому-то

некоторые и полагают, что отсутствие смысла — высшая форма мудрости. В действительности же это лишь самое начало.

В даосской традиции есть история, поясняющая смысл пустоты.

В Древнем Китае жил молодой человек, который настолько проникся идеей о пустоте существования, что не мог перестать рассказывать об этом. Любому, кто был готов его слушать, он говорил: «Когда вы постигнете суть всего, то осознаете, что ничто не имеет внутреннего смысла».

Однажды некий мудрец услышал, как этот молодой человек разговаривает с друзьями. «Все бессмысленно», — настаивал он и предлагал опровергнуть его утверждение. Но он так ловко все обосновывал, что никто не мог этого сделать.

Мудрец подошел и спросил у молодого человека:

— Почему вы так полагаете? Почему все бессмысленно?

Тот ответил:

— Зачем спрашивать почему? Причина тоже бессмысленна. Возможно, вообще нет никакой причины.

— Причина существует всегда, — возразил мудрец. — Все бессмысленно, потому что именно так и должно быть. Дело в том, что пустота дает человеку свободу наполнить ее смыслом. Пустота сосуда делает его полезным. Бытие — это чистая доска, которая приглашает вас проявить свои творческие способности.

Тут словно луч света проник в темную комнату. Каждый в тот день получил немного просветления. Молодой

человек осознал, что ему еще многому нужно учиться. Он лишь начинал следовать Дао.

И с успехом дело обстоит точно так же. Перед вами открыта возможность наполнить что-либо смыслом и проявить свои творческие способности. Наполните пустоту уникальным, личным определением хорошей жизни. Ваше следование по пути Дао успеха только начинается.

Практика Дао

После публикации моей книги «*Дао повседневной жизни*» у меня появилась возможность встречаться со многими людьми и говорить с ними о трансформационной силе Дао. Во время одной такой встречи читатель задал интересный вопрос.

— Дерек, в вашей книге хорошо рассказывается о Дао, — сказал он. — Благодаря ей мне больше, чем когда бы то ни было, захотелось практиковать Дао. Я бы с радостью поучаствовал в более структурированной и систематической программе и следовал бы ей шаг за шагом. Вам известно о подобных программах?

— Боюсь, что нет, — ответил я. — Практика Дао в высшей степени децентрализована, поэтому не существует общепризнанного учебного плана. Нет никаких сертификационных экзаменов и ученых степеней. Каждый из нас сам определяет, какие сферы жизни требуют внимания и затем старательно работает над ними.

— Позволю себе задать вопрос по-другому, — настаивал читатель. — Допустим, я перееду в Азию и найду настоящих учителей Дао, чтобы совершенствовать себя. Велят ли

они мне работать над теми аспектами, над которыми мне захочется работать?

— Нет. Вам придется пройти через процесс духовного познания. Вы будете работать с разными аспектами самого себя в особой последовательности ... Ага, теперь я понимаю, что вы имеете в виду.

Он улыбнулся:

— Да-да! Над какими своими аспектами я смогу работать? Какова эта особая последовательность, которую я должен соблюдать?

Я описал в общих чертах тренировочную программу. Все очень хотели узнать больше. Именно тогда я впервые начал осознавать, что люди испытывают сильный интерес к этой теме. Позднее, когда я говорил с другими группами, я понял, что интерес этот не только сильный, но и широко распространенный. Собственно, это и побудило меня написать данную книгу.

Пять шагов к трансформации жизни

Хотя для Дао не существует общепризнанного учебного плана, имеются общие принципы традиционной практики. Эти принципы не являются случайными или произвольными. Они были выработаны на основе более чем тысячелетнего опыта. Когда древние мудрецы наблюдали за тем, как кто-либо добивался значительных перемен к лучшему, они отмечали соответствующие моменты. Как произошли перемены? Какие факторы были связаны с ними? Могут ли другие люди добиться такого же результата?

Появилось несколько принципов, и один из них состоял в том, что для достижения настоящих перемен человек

должен меняться внутренне. Люди, которые пытались делать наоборот, не могли добиться хороших результатов. Они меняли внешние аспекты своего поведения, но не свое восприятие действительности, не свое мышление. Эти люди лечили симптомы, а не причину. Они терпели неудачу, потому что внешняя видимость должна в конечном счете отражать внутреннее состояние, каким бы оно ни было.

Принимая это во внимание, древние мудрецы рассматривали человека как совокупность концентрических колец. Вы начинаете свой путь в центре и шаг за шагом продвигаетесь от внутреннего кольца к внешнему. Перемены, осуществляемые вами с каждым шагом, подобны ряби от упавшего в пруд камня — эффект от перемен распространяется во все стороны.

Всего существует пять колец, поэтому, чтобы пройти от центра до края, нужно сделать пять шагов. Каждый шаг (тоже состоящий из пяти элементов) представляет некое важное достижение в жизни. Все пять шагов вместе полностью реконструируют ваше «я» и запустят процесс полной трансформации. Вот эти пять шагов.

Шаг 1: Ваша духовность

Первый из пяти шагов заключается в культивировании духа. Дух иногда путают с разумом, но это совершенно разные вещи. Разум, как и все остальное в этом мире, находится в постоянном состоянии потока. Его можно сравнить с бурей, которая всегда в движении. Иногда она даже может выйти из-под контроля. Дух находится в глазу этой бури. Как бы ни вела себя буря, в ее глазу, в центре, всегда спокойно.

Глаз бури — то место, где вам нужно начинать свою работу. Некоторые могут полагать, что цель подобной работы — стать спокойнее и сдержаннее, но это лишь начало. Спокойствие и самообладание позволяют установить сильную связь с духом, что в свою очередь дает вам возможность подключиться к его безграничной силе. Ключом является ясное понимание природы духовного «я» и того, как можно использовать его силу не просто в данный момент, а начиная с данного момента.

Шаг 2: Ваш разум

Цель второго шага — думать в соответствии с Дао, а не стать более умным или знающим. Это основа для двух последующих шагов, поскольку все, что вы делаете, исходит от вашего разума. Все ваши слова, решения, действия начинаются с мыслей. И ваше положение в мире не улучшится, пока ваш разум не станет мыслить более продуктивно.

Хотя существует много различных способов тренировать разум, пять из них особенно важны для трансформации жизни. Эти способы могут не соответствовать вашим ожиданиям, поскольку они не связаны с увеличением способностей разума — вы не станете читать быстрее или запоминать больше. Скорее они связаны с силой восприятия, отношением к тем или иным вещам и точкой зрения — необходимыми компонентами правильной настроенности на успех.

Шаг 3: Ваши отношения

Третий шаг — это исправление отношений с другими людьми. Предыдущие два шага концентрируются на ва-

шем внутреннем мире. Приступая к следующему шагу, вы связываете внутреннее с внешним. Разум, который был трансформирован при помощи Дао, обладает естественной тенденцией тянуться к другим разумам. Если вы будете работать в данном направлении, вы сможете передать силу трансформации от своего разума людям, с которыми вы общаетесь.

Как внешнее отражает внутреннее, так и ваши друзья являются отражением вашего истинного «я». Когда работа, требуемая для выполнения этого шага, вдохновит вас, вы обнаружите, что способны вдохновлять людей, присутствующих в вашей жизни. Они естественным образом будут меняться в лучшую сторону, их не придется принуждать к этому, им не нужно будет притворяться. Вы также обнаружите, что к вам начнут тянуться чудесные люди, которые будут вдохновлять вас так же, как вы вдохновляете своих друзей.

Шаг 4: Ваш мир

Четвертый шаг связан с материальным миром. Этот шаг является логическим продолжением предыдущего, поскольку касается вашего восприятия предметов, а не людей. Подобное утверждение может удивить тех, кто полагает, что Дао относится лишь к неземным и нематериальным аспектам жизни. На самом деле Дао охватывает все существующее, включая все материальное.

Данный шаг подчеркивает разумную и реалистическую природу аутентичной практики. Однако при выполнении этого шага стремление разбогатеть не является особой целью. Если вы овладели тремя предыдущими шагами, материальное изобилие в жизни у вас появится в качестве

естественного побочного эффекта. Таким образом, основное внимание при выполнении данного шага сосредоточено на управлении вашим благосостоянием. Вам нужно правильно управлять своими доходами, а не позволять им управлять вами.

Шаг 5: Ваша судьба

В ходе этого последнего шага результаты работы, выполненной в ходе четырех предыдущих шагов, гармонично объединяются и используются для трансформации жизни. Древние мудрецы осознавали, что ничья судьба на самом деле не высечена в камне. Люди, которые не знали Дао, не имели выбора, и им приходилось лишь следовать predetermined им судьбе. Тот же, кто понимал Дао, мог при желании переписать судьбу. Подобное изменение судьбы должно производиться особым способом, и именно этому и посвящен данный шаг.

Этот шаг также затрагивает важность вашей конечной цели. Иметь возможность изменить судьбу недостаточно. Также недостаточно культивировать дух и разум или усиливать свою связь с людьми и вещами. Эти задачи могут иметь смысл, только если вы будете выполнять их, служа чему-то большему, а не просто себе. Таким образом, данный шаг связан не только с определением вашей судьбы, но и с целью этого определения.

Метод практики

Не думайте, что для выполнения этих пяти шагов вам нужно удалиться от цивилизации. Хотя в древние времена некоторые адепты действительно жили и проходили обуче-

ние в далеких монастырях, учеников, которые находились среди обычных людей и спокойно, не привлекая внимания, самостоятельно практиковали Дао, было все-таки больше. Мы не слишком много о них слышим, возможно потому, что они не соответствуют нашему представлению об экзотическом Востоке, но это не уменьшает обоснованности их методов.

Вы можете практиковать Дао таким же образом, включая изложенные в этой книге уроки в свою занятую повседневную жизнь. Уроки представлены в виде притч, что помогает запоминать их, поэтому, когда вам будут встречаться описываемые в них принципы, вам будет легче узнавать их. Это узнавание должно задействовать ваши воспоминания о соответствующей дхарме, чтобы вы могли надлежащим образом изменить свои мысли и действия.

Не отчаивайтесь, если вы вдруг забудете применить Дао. Нужно немало потрудиться, чтобы последовательно думать и действовать подобно мудрецу. К счастью, у большинства из нас в жизни происходит столько всего, что возможности для практики Дао никогда не закончатся. Если вы будете упорно заниматься, то начнете видеть безошибочные признаки перемен в своей жизни. Они откроют дверь в более богатый мир, который приносит больше удовлетворения, чем большинство людей могут себе представить.

Когда эта дверь откроется, это станет особым днем не только для вас, но и для меня. Конечный уровень трансформации жизни не означает простого осуществления перемен в собственной жизни или наблюдения за тем, как трансформация осуществляется в жизни другого человека. Существует нечто большее. Речь идет об активной помощи остальным людям. Тогда они тоже узнают о возможности подлинных изменений и осуществляют их на практике.

Когда вы читаете эти слова, знайте, что я буду поддерживать и подбадривать вас. Если я смогу хотя бы немного помочь вам в трансформации вашей жизни, то сочту это наивысшей честью!

ШАГ ПЕРВЫЙ

Ваша духовность

心 靈

Бессмертная душа — это проявление вечного Дао на уровне отдельного человека. Если макрокосмическое Дао является порождающим источником Вселенной, то ваше духовное «я» — источник вашего мира. Таким образом, это начальная точка всего, включая все возможные трансформации, большие и маленькие.

Основная цель данного шага — высвободить скрытую внутри силу. Ваш дух, как и Дао, не имеет границ, но его истинная сила дремлет большую часть времени. Он подобен мощному двигателю в блестящей спортивной машине. Сейчас машина стоит неподвижно на парковке и никуда не движется.

Чтобы завести двигатель, необходимо обдумать и задействовать пять важнейших элементов. Сейчас мы о них поговорим.

1. Спокойствие

Человек начинает осознавать истинную важность спокойствия, когда понимает, что спокойствие стало первым неотъемлемым элементом первого шага. Без спокойствия вам будет трудно сосредоточиться на божественном, поскольку вы слишком часто будете отвлекаться. Спокойствие — необходимое условие для любой духовной работы.

Спокойствие в Дао, как и другие элементы, которые будут рассмотрены, выходит за рамки обычных учений. Недостаточно создать тихую обстановку, мало просто успокоить разум. Это учение Дао не ограничивается об-

суждением разума или окружающей обстановки, а затрагивает непосредственно суть дела — наивысшую форму спокойствия.

2. Природа Будды

Как только вы поймете, как достичь истинного спокойствия на духовном уровне, следующей задачей станет знакомство с природой Будды. Данная концепция еще не слишком хорошо известна на Западе. Некоторые считают, что речь идет просто о душе. Хотя в целом подобное представление примерно соответствует действительности, концепция эта на самом деле гораздо богаче. В буддийских учениях природа Будды является скрытым потенциалом для духовного пробуждения; в даосизме она известна как истинное «я».

При исследовании данной концепции вы познакомитесь с ее определениями. Также вы узнаете, как она связана с саморассмотрением, кармой, жизнью, смертью и вечностью. В природе Будды сокрыто больше, чем может показаться на первый взгляд, и чем больше будет проясняться ваше понимание, тем больше смысла все будет обретать.

3. Вера

По мере того как вы будете осознавать свою природу Будды, ваше осознание будет переводить вас на следующий уровень осмысления. Именно там вы столкнетесь с заключенной в вас огромной силой. Пока вы задействовали далеко не весь свой потенциал. Получить доступ к этой огромной силе нелегко, но она всегда присутствует и всегда пребывает в состоянии готовности.

Вера — ключ ко всему. Культивировать веру — значит развивать доверие к себе. У вас уже есть неудержимая сила, способная произвести серьезные и глубокие перемены. Чтобы использовать ее, вам просто нужно развить в себе достаточное доверие. Дайте себе разрешение вставить ключ и завести двигатель. Когда машина ответит глубоким и довольным ревом, вы поймете, что все сделали правильно.

4. *Существование*

Четвертый элемент данного шага относительно прост. Как только вы запустите находящийся внутри вас двигатель, вам, естественно, захочется взглянуть на карту вашего путешествия. Посмотрев на карту, вы получите представление о том, где вы сейчас находитесь, куда направляетесь и как выглядит местность.

Это описание по сути своей является метафизическим. В нем излагается полнота существования и показывается реальность глазами Дао. Найдите себя в масштабе Вселенной и узнайте о том, как это все работает. Как водитель должен обладать хорошим представлением о своем маршруте, прежде чем тронуться в путь, так и вы должны достичь соответствующего осознания, прежде чем позволить духу начать движение вперед.

5. *Обновление*

Оно необходимо для поддержания движущей силы, которую создают предшествующие элементы. Истинное овладение этим элементом не позволит вашей духовной

энергии растрачиваться впустую, а вашему прогрессу со скрипом остановиться.

Вам не нужно «добавлять бензин» для подпитки своего духовного двигателя, потому что он уже обладает бесконечным запасом топлива. В Дао процесс поддержания скорости субтрактивен, а не аддитивен. Чем больше вы избавляетесь от ненужных препятствий, тем более гладко все идет. Чем больше вы сможете вернуться к своей первоначальной природе, тем больше будете обновлять и усиливать безграничный источник внутри вас.