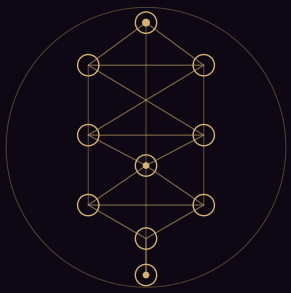
O.V.K — X.T.R

ВОСХОЖДЕНИЕ

НАУКА
О СТУПЕНЯХ МИРОВ



СВЕТ, СОСУД И ЛЕСТНИЦА

✧

O.V.K — X.T.R

ВОСХОЖДЕНИЕ

НАУКА О СТУПЕНЯХ МИРОВ

Книга о том, как устроены ступени мира и человека:
о свете и сосуде, четырёх этажах, десяти сферах и трёх опорах,
о намерении, слове, дыхании и ритме подъёма

✦

НАСТОЛЬНОЕ ИЗДАНИЕ

«И вот, лестница стоит на земле, а верх её касается неба».

— Сон о лестнице

✧

Книга писана для того, кто хочет подняться
и не потерять землю под ногами.
Устройство изложено как устройство,
вера — как вера.

ОГЛАВЛЕНИЕ

✦ ✦

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. ОСНОВАНИЯ

I. Что такое восхождение 2
II. Три основания 3
III. Мир ступенями 4
IV. Человек как лестница 5
V. Где хранилось это знание 6
VI. Язык ступеней 7
VII. Восхождение и вера 8
VIII. Чем восхождение не является 9

ЧАСТЬ ВТОРАЯ. УСТРОЙСТВО

IX. Бесконечное 11
X. Отступление: место для мира 12
XI. Свет и сосуд 13
XII. Четыре этажа мира 14
XIII. Десять сфер 15
XIV. Три опоры 16
XV. Буквы и числа 17
XVI. Мера 18

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ. РЕМЕСЛО

XVII. Намерение 20
XVIII. Слово как действие 21
XIX. Сочетание букв 22
XX. Дыхание и звук 23
XXI. Созерцание имени 24
XXII. Ночное бдение 25
XXIII. Седьмой день 26
XXIV. Подъём по ступеням 27

ЧАСТЬ ЧЕТВЁРТАЯ. ПОРЧА РЕМЕСЛА

XXV. Восхождение ради силы 29
XXVI. Бегство от жизни 30
XXVII. Числа вместо смысла 31
XXVIII. Гордыня поднявшегося 32
XXIX. Видения как цель 33
XXX. Обряд без внимания 34
XXXI. Тайна за плату 35
XXXII. Спешка 36

ЧАСТЬ ПЯТАЯ. ГРАНИЦА

XXXIII. Чего восхождение не может 38
XXXIV. Что устройство, а что вера 39
XXXV. Восхождение и дело 40
XXXVI. Упражнения 41
XXXVII. Гигиена восходящего 42
XXXVIII. Правила подъёма 43
XXXIX. Правила возвращения 44
XL. Заключение: восхождение и мера 45



ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

✧

ОСНОВАНИЯ

Что такое восхождение, три основания, мир ступенями,
человек как лестница, где хранилось это знание,
язык ступеней, восхождение и вера

ГЛАВА ПЕРВАЯ

Что такое восхождение

✦

Восхождение — наука о том, как сознание поднимается по ступеням мира и возвращается обратно.

Ступени. Мир устроен не плоско: от плотного к тонкому, от вещи к замыслу.

Путь. Человек устроен так же, поэтому может пройти этими ступенями внутри себя.

Средства. Внимание, слово, дыхание, ритм и действие.

Цель. Не уйти из мира, а увидеть его целиком и вернуться с этим видением в дело.

Правило: *подняться, чтобы увидеть; спуститься, чтобы сделать*.

ГЛАВА ВТОРАЯ

Три основания

✦

Вся наука держится на трёх утверждениях.

Первое. Мир исходит из одного источника и спускается к нам ступенями.

Второе. Человек — малый мир: в нём есть те же ступени.

Третье. Внимание и поступок человека отзываются выше, а не пропадают.

Следствие. Подъём возможен, потому что лестница уже стоит внутри.

Правило: *один источник, одна лестница, один отклик*.

ГЛАВА ТРЕТЬЯ

Мир ступенями

✦

Всё, что есть, различается не только видом, но и уровнем.

Плотное. Вещи, тела, события — нижняя ступень, где всё уже случилось.

Сила. Выше — желание и движение, которые двигают вещами.

Образ. Ещё выше — форма, замысел, порядок.

Источник. Наверху — то, что не имеет формы и из чего формы исходят.

Смысл. Каждая вещь — нижний край чего-то высшего.

Правило: *в каждой вещи ищи ступень над ней*.

ГЛАВА ЧЕТВЁРТАЯ

Человек как лестница

✦

Человек повторяет строение мира.

Тело — опора и место действия.

Чувство и влечение — сила, которая поднимает или тянет вниз.

Ум — способность видеть порядок.

Глубина — то, что в человеке знает больше ума; тихий центр.

Вывод. Подниматься по миру и подниматься в себе — одно и то же движение.

Правило: *лестница мира начинается с твоих ступней*.

ГЛАВА ПЯТАЯ

Где хранилось это знание

✦

Знание о ступенях долго жило внутри еврейского предания.

В тексте. Каждое слово читали на нескольких уровнях, от простого смысла до тайного.

В слове. В ежедневной речи, обращённой вверх, где каждая фраза несла намерение.

В ритме. В укладе недели, месяца и года.

Здесь всё это изложено без обряда и веры — как устройство, доступное любому внимательному человеку.

Правило: *форма хранит знание, но знание больше формы*.

ГЛАВА ШЕСТАЯ

Язык ступеней

✦

О таких вещах трудно говорить прямо, поэтому язык этой науки — образ.

Свет — то, что исходит сверху и даёт.

Сосуд — то, что принимает и удерживает.

Лестница — путь между уровнями.

Имя — слово, в котором собрана суть.

Понимание. Образы — указатели, а не сами вещи.

Правило: *образ — палец, указывающий на луну, а не луна.*

ГЛАВА СЕДЬМАЯ

Восхождение и вера

✦

Восхождение не требует принять чью-то веру.

Устройство описывает, как всё связано, и проверяется опытом.

Вера отвечает на вопросы, на которые опыт не отвечает.

Здесь они разведены: книга излагает устройство, а вера остаётся делом каждого.

Итог. Идти по лестнице может и верующий, и сомневающийся.

Правило: *проверяй ступенью, а не убеждением*.

ГЛАВА ВОСЬМАЯ

Чем восхождение не является

✦

Скажем ясно, чего здесь нет.

Не бегство. Подъём не отменяет жизни и обязанностей.

Не колдовство. Сила не даётся ради власти над людьми.

Не видения. Картины по дороге — не цель.

Не избранность. Лестница есть в каждом.

Не учение о прошлом. Это ремесло на сегодня.

Правило: *кто ушёл от жизни, тот никуда не поднялся*.

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

✧

УСТРОЙСТВО

Бесконечное, отступление, свет и сосуд,
четыре этажа мира, десять сфер, три опоры,
буквы и числа, мера

ГЛАВА ДЕВЯТАЯ

Бесконечное

✦

В начале — то, у чего нет границ, формы и имени.

Невыразимое. О нём нельзя сказать «оно такое»: любое слово уже ставит предел.

Отрицание. Его описывают только через «не»: без конца, без начала, без частей.

Проявления. Всё остальное — его ступени, на которых оно становится видимым.

Смысл. Вершина лестницы — не вещь, к которой приходят, а глубина, в которой растворяются.

Правило: *о высшем — молчанием*.

ГЛАВА ДЕСЯТАЯ

Отступление: место для мира

✦

Если Бесконечное заполняет всё, где место для мира?

Отступление. Бесконечное сжалось и оставило пустоту — место для иного.

Луч. В пустоту вошёл тонкий луч света, и с него начались ступени.

Мера луча. Свет вошёл не весь, а столько, сколько могло вместиться.

Для человека. Чтобы дать место другому — ребёнку, ученику, новому делу, — нужно отступить.

Правило: *творить — значит сначала освободить место*.

ГЛАВА ОДИННАДЦАТАЯ

Свет и сосуд

✦

Всё в мире — встреча света и сосуда.

Свет даёт, **сосуд** принимает и придаёт форму.

Разбитие. Первые сосуды не выдержали света и раскололись; осколки упали вниз, и в них остались искры.

Исправление. Задача человека — найти искры в обыденном и поднять их вниманием и делом.

Смысл. Нет мест, где света нет совсем; есть места, где он спрятан.

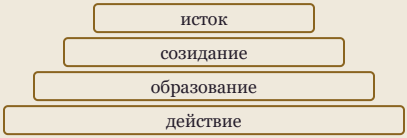
Правило: *в каждом осколке — свет, который ждёт.*

ГЛАВА ДВЕНАДЦАТАЯ

Четыре этажа мира

✦

Мир делят на четыре этажа, от замысла к вещи.



Исток — чистый замысел, ещё без отдельных вещей. **Созидание** — первые формы. **Образование** — образы, силы, связи. **Действие** — плотный мир вещей и поступков.

Применение. Любое дело проходит те же этажи: замысел, план, образ, исполнение.

Правило: *что не задумано наверху, рассыплется внизу*.

ГЛАВА ТРИНАДЦАТАЯ

Десять сфер

✦

На каждом этаже свет проходит десять сфер — десять способов, которыми одно становится многим.



Как. Сверху вниз — путь света в мир; снизу вверх — путь подъёма.

В человеке: воля, озарение, разбор, щедрость, граница, равновесие, упорство, отклик, связь, воплощение.

Правило: *десять ступеней — одна лестница.*

ГЛАВА ЧЕТЫРНАДЦАТАЯ

Три опоры

✦

Десять сфер стоят на трёх опорах.

Правая — давать, расширять, прощать.

Левая — сдерживать, ограничивать, судить.

Средняя — равновесие, по которому идёт подъём.

Ошибка. Одна щедрость растекается, одна строгость ломает.

В деле. Перед решением спросить: где здесь «дать», где «удержать» и где их середина.

Правило: *поднимаются по середине*.

ГЛАВА ПЯТНАДЦАТАЯ

Буквы и числа

✦

Мир, по этой науке, собран из десяти чисел и двадцати двух знаков.

Числа задают меру и порядок.

Буквы — силы, из сочетаний которых складываются вещи.

Слово поэтому не просто звук: его строение повторяет строение вещи.

Для ремесла. Работая со словом, человек касается самого строения.

Правило: *в букве — сила, в числе — мера.*

ГЛАВА ШЕСТНАДЦАТАЯ

Мера

✦

На уке о подъёме нужна мера, иначе она отрывает от земли.

Мера высоты. Подняться выше, чем можешь удержать, — значит упасть.

Мера времени. Ступень берётся годами, а не за вечер.

Мера схемы. Чертёж — карта, а не местность.

Мера себя. Видеть больше — не значит быть больше.

Правило: *поднимайся на ту ступень, на которой можешь стоять.*

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

✧

РЕМЕСЛО

Намерение, слово как действие, сочетание букв,
дыхание и звук, созерцание имени, ночное бдение,
седьмой день, подъём по ступеням

ГЛАВА СЕМНАДЦАТАЯ

Намерение

✦

Главное орудие восхождения — намерение.

Что. Ясно знать, ради чего делаешь то, что делаешь.

Как. Перед любым делом назвать себе его цель одной фразой.

Итог. Обычный поступок становится шагом по лестнице.

Без намерения самое высокое слово остаётся звуком.

Правило: *важно не что делаешь, а куда это направлено.*

ГЛАВА ВОСЕМНАДЦАТАЯ

Слово как действие

✦

Слово, сказанное с вниманием, меняет того, кто говорит.

Речь вверх. Короткое обращение утром и вечером, произнесённое медленно.

Как. Держать в уме каждое слово, пока оно звучит; не спешить к следующему.

Своё слово. Лучше несколько простых фраз своими словами, чем длинный чужой текст.

Итог. Внимание собирается, а речь становится лестницей.

Правило: *говори так, будто каждое слово — ступень.*

ГЛАВА ДЕВЯТНАДЦАТАЯ

Сочетание букв

✦

Старое упражнение — перестановка букв.

Как. Взять короткое слово и медленно переставлять его буквы, проговаривая каждое сочетание.

Зачем. Ум отпускает привычные смыслы и становится тихим и подвижным.

Итог. Из тишины приходят новые связи и ясность.

Мера. Не больше получаса; после — простое дело руками.

Правило: *переставь буквы — переставишь ум*.

ГЛАВА ДВАДЦАТАЯ

Дыхание и звук

✦

Звук связан с дыханием, а дыхание — с состоянием.

Как. На выдохе тянуть один гласный звук, на вдохе молчать.

Порядок. Пять гласных по кругу, каждый по несколько раз, тише и тише.

Положение. Сидеть прямо, глаза прикрыты, плечи опущены.

Итог. Дыхание выравнивается, внимание уходит внутрь.

Правило: *длинный выдох — короткий путь к тишине*.

ГЛАВА ДВАДЦАТЬ ПЕРВАЯ

Созерцание имени

✦

Имя — собранная суть вещи.

Выбор. Одно короткое слово высокого смысла: свет, жизнь, единое.

Как. Держать его перед внутренним взглядом и видеть его буквы, будто они светятся.

Итог. Внимание сжимается в точку и поднимается.

Мера. Если приходят картины или мысли, спокойно вернуться к буквам.

Правило: *держи имя — и имя держит тебя*.

ГЛАВА ДВАДЦАТЬ ВТОРАЯ

Ночное бдение

✦

Полночь — время, когда мир тише всего.

Как. Проснуться в середине ночи, сесть, зажечь малый свет.

Первая половина. Вспомнить свои потери и разломы, не убегая от них.

Вторая половина. Обратиться к тому, что поднимает: к замыслу, к благодарности.

Смысл. Ночь — спуск во тьму, утро — подъём; бдение проходит оба.

Мера. Раз в неделю, не в ущерб сну.

Правило: *кто встретил полночь, тот знает цену рассвету*.

ГЛАВА ДВАДЦАТЬ ТРЕТЬЯ

Седьмой день

✦

Подъём требует остановки.

Ритм. Шесть дней — делание, седьмой — прекращение.

Как. Один день без работы, покупок и спешки: тишина, чтение, беседа, прогулка, общий стол.

Начало и конец. Зажечь свет вечером, когда день начинается, и проводить его вечером следующего дня.

Итог. Сделанное оседает, а человек вспоминает, что он больше своих дел.

Правило: *без седьмого дня шесть дней — бег по кругу*.

ГЛАВА ДВАДЦАТЬ ЧЕТВЁРТАЯ

Подъём по ступеням

✦

Всё ремесло складывается в один подъём.

Порядок. Успокоить тело, выровнять дыхание, собрать чувство, прояснить ум, затем — тишина.

Как. На каждой ступени задержаться, пока она не станет твёрдой.

Возвращение. Спускаться тем же путём, ступень за ступенью, до тела.

Итог. Увиденное приносится вниз, в обычный день.

Правило: *подъём проверяется спуском*.

ЧАСТЬ ЧЕТВЁРТАЯ

✧

ПОРЧА РЕМЕСЛА

Восхождение ради силы, бегство от жизни,
числа вместо смысла, гордыня поднявшегося, видения как цель,
обряд без внимания, тайна за плату, спешка

ГЛАВА ДВАДЦАТЬ ПЯТАЯ

Восхождение ради силы

✦

Первая порча — искать в подъёме власть.

Признак. Интерес к тому, что можно сделать с другими людьми и с обстоятельствами.

Итог. Человек остаётся внизу, но убеждает себя, что стоит наверху.

Лекарство. Спрашивать себя: стал ли я тише, яснее и добрее?

Правило: *сила без смирения тянет вниз.*

ГЛАВА ДВАДЦАТЬ ШЕСТАЯ

Бегство от жизни

✦

Вторая порча — уйти в высокое от трудного.

Признак. Дела заброшены, близкие забыты, зато упражнения каждый день.

Итог. Подъём превращается в убежище, а убежище — в тюрьму.

Лекарство. Мерить путь делами и отношениями, а не часами созерцания.

Правило: *лестница стоит на земле*.

ГЛАВА ДВАДЦАТЬ СЕДЬМАЯ

Числа вместо смысла

✦

Третья порча — подсчёт ради подсчёта.

Признак. Слова складывают в числа и находят «доказательства» чему угодно.

Итог. Игра ума выдаётся за откровение, а случайное совпадение — за знак.

Лекарство. Число — повод подумать, но не довод.

Правило: *число указывает, а не решает*.

ГЛАВА ДВАДЦАТЬ ВОСЬМАЯ

Гордыня поднявшегося

✦

Четвёртая порча — считать себя выше других.

Признак. Снисходительность к «непосвящённым», язык избранных, тайный тон.

Итог. Гордость — самая тяжёлая ноша; с ней не поднимаются.

Лекарство. Помнить: лестница есть в каждом, а ты лишь чуть раньше вышел в путь.

Правило: *чем выше ступень, тем ниже голова*.

ГЛАВА ДВАДЦАТЬ ДЕВЯТАЯ

Видения как цель

✦

Пятая порча — гоняться за картинами.

Признак. Ценность упражнения меряют яркостью образов и силой ощущений.

Итог. Человек застревает в цветном коридоре и принимает его за вершину.

Лекарство. Отметить видение, записать и пройти мимо.

Правило: *картины — по дороге, а не в конце*.

ГЛАВА ТРИДЦАТАЯ

Обряд без внимания

✦

Шестая порча — пустая форма.

Признак. Слова произносятся, ритм соблюдается, а ум далеко.

Итог. Форма остаётся, жизнь из неё уходит, и привычка выдаёт себя за путь.

Лекарство. *Лучше одна фраза с вниманием, чем сто без него.*

Правило: *форма без намерения — сосуд без света*.

ГЛАВА ТРИДЦАТЬ ПЕРВАЯ

Тайна за плату

✦

Седьмая порча — торговля ступенями.

Признак. «Высшие миры» обещают за деньги, амулеты, посвящения и закрытые круги.

Итог. Ищущий платит и остаётся там же, где был.

Лекарство. Само ремесло просто и почти ничего не стоит; дороги только время и внимание.

Правило: *лестницу нельзя купить, её можно только пройти*.

ГЛАВА ТРИДЦАТЬ ВТОРАЯ

Спешка

✦

Восьмая порча — желание всего сразу.

Признак. Прыжки через ступени, сильные упражнения без основы, много часов подряд.

Итог. Срыв, страх, бессонница, разочарование.

Лекарство. Каждую ступень проходить, пока она не станет обычной.

Правило: *медленный подъём — единственный быстрый*.

ЧАСТЬ ПЯТАЯ

✧

ГРАНИЦА

Чего восхождение не может, что устройство, а что вера,
восхождение и дело, упражнения, гигиена,
правила подъёма и возвращения, заключение

ГЛАВА ТРИДЦАТЬ ТРЕТЬЯ

Чего восхождение не может

✦

У науки о подъёме есть пределы.

Не лечит. Она не заменяет врача и лекарства.

Не решает за тебя. Выбор и ответственность остаются внизу, с тобой.

Не доказывает. Опыт подъёма личен; его нельзя предъявить как довод.

Не обещает. Ступени берутся, но не по расписанию.

Правило: *знай предел — тогда и путь ясен*.

ГЛАВА ТРИДЦАТЬ ЧЕТВЁРТАЯ

Что устройство, а что вера

✦

Полезно разделять.

Устройство. Ступени внимания, намерение, ритм, действие слова и дыхания на ум — это проверяется опытом.

Вера. Существуют ли высшие миры сами по себе, кто стоит на вершине, что ждёт после смерти — это вопросы веры.

Итог. По лестнице можно идти, не решив этих вопросов.

Правило: *проверенное — делай, непроверенное — держи как вопрос.*

ГЛАВА ТРИДЦАТЬ ПЯТАЯ

Восхождение и дело

✦

Подъём нужен ради жизни внизу.

Работа. Ясное намерение делает труд точнее и спокойнее.

Люди. Кто видит ступени, видит в другом больше, чем тот показывает.

Решения. Четыре этажа помогают проверить замысел до исполнения.

Ссоры. Три опоры подсказывают, где уступить, а где стоять.

Правило: *что увидено наверху, проверяется делом*.

ГЛАВА ТРИДЦАТЬ ШЕСТАЯ

Упражнения

✦

Короткий свод.

Утро. Одна фраза-намерение на день.

Перед делом. Вопрос «куда это ведёт?».

Вечер. Пройти день снизу вверх: дела, чувства, мысли.

Неделя. Седьмой день и одно ночное бдение.

Месяц. Новая луна — начало, полная — подведение итога.

Правило: *малое каждый день сильнее большого раз в год*.

ГЛАВА ТРИДЦАТЬ СЕДЬМАЯ

Гигиена восходящего

✦

Беречь себя на пути.

Сон. Не жертвовать им ради упражнений.

Тело. Ходить, работать руками, есть просто.

Собеседник. Иметь рядом трезвого человека, которому можно рассказать.

Перерывы. После сильного опыта — неделя обычной жизни.

Знаки беды. Бессонница, страх, отрыв от близких — остановиться.

Правило: *здоровое тело — твёрдая нижняя ступень*.

ГЛАВА ТРИДЦАТЬ ВОСЬМАЯ

Правила подъёма

✦

Как идти вверх.

Начни с намерения.

Успокой тело.

Выровняй дыхание.

Собери чувство.

Проясни ум.

Не держись за картины.

Не спеши.

ГЛАВА ТРИДЦАТЬ ДЕВЯТАЯ

Правила возвращения

✦

Как спускаться.

Спускайся по ступеням.

Вернись в тело.

Сделай простое дело руками.

Запиши увиденное.

Не рассказывай всем.

Проверь делом.

ГЛАВА СОРОКОВАЯ

Заключение: восхождение и мера

✦

Сведём книгу к немногому.

Восхождение есть *наука о ступенях*: мир спускается из одного источника, человек повторяет мир, а внимание и действие поднимают его обратно.

Устройство — бесконечное, отступление, свет и сосуд, четыре этажа, десять сфер, три опоры, буквы и числа.

Ремесло — намерение, слово, буквы, дыхание, имя, ночное бдение, седьмой день, подъём и спуск.

И последнее. *Лестница стоит на земле, а верх её касается неба.*

✧

ВОСХОЖДЕНИЕ

Наука о ступенях миров

Изложение в сорока главах

O.V.K — X.T.R

Набрано и свёрстано
для настольного издания
формата 148 × 210 мм