

КИРПАЛ СИНГХ

ВЕНЕЦ ЖИЗНИ  
ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ЙОГЕ

Посвящается  
Всемогущему Богу,  
работающему через всех Мастеров, которые приходили,  
и Баба Саван Сингху Джи Махарадж,  
у чьих Лотосовых Ног  
автор впитал сладостный эликсир  
Святого Наама – Слова

1 издание – 1961, Рухани Сатсанг, Дели  
2 издание – 1965  
3 издание – 1970  
4 издание – 1971  
5 издание – 1973  
6 издание – 1980

#### ПРЕДИСЛОВИЕ

Это исследование по сравнительной йоге было вызвано первоначально различными вопросами, которыми засыпали меня ищущие и посвященные на Западе. Но при попытке ответить им систематическим и исчерпывающим образом оно выросло в нечто большее, чем первоначальное намерение. В его теперешнем виде оно, я надеюсь, будет полезно не только тем, чьи вопросы сперва привели к его написанию, а вообще всем ищущим, которые хотят понять, что такое йога, разнообразие ее форм, их соответственные способы действия и духовную эффективность.

В наш век публикаций нет недостатка в книгах по йоге. Однако, если тщательно изучить их, то можно обнаружить, что большинство из них ограничивается тем или иным направлением. Они либо трактуют ее прежде всего как систему АСАН и физических упражнений, либо как абстрактную и высоко монистическую систему мысли, исходящую из единства всего существующего, и полное единство индивидуальной души и Сверхдуши. В каждом из случаев взгляд на йогу является неполным, превращающим ее из практического способа духовного подъема и единения с Абсолютом в систему физической культуры или в школу (или группу школ) философии.

Чтобы избежать возможности такой ошибки, фокусирующим пунктом всех дискуссий в этом исследовании будет оставаться конечная цель всякой йоги: единение с Высшим Господом. Все важные формы йоги, как древние, так и современные, анализируются по порядку; объясняются и обсуждаются их упражнения, а также тот уровень, до которого каждая из них может довести нас на пути к конечной цели. Это последнее, возможно, легче всего вызывает недоразумение и представляет наиболее запутывающий аспект сравнительного исследования по йоге. Характерным для мистического опыта является то, что душа, когда она поднимается на план, более высокий, чем тот, к которому она привыкла, склонна (при отсутствии высшего руководства) ошибочно принимать более высокий план за наивысший – Царство Абсолюта. И таким образом мы обнаруживаем, что большинство йог, доведя нас до определенной точки во внутреннем путешествии, ошибочно считает ее концом, а относительную реальность провозглашает абсолютной.

Единственным способом, с помощью которого мы можем эффективно оценить сравнительную духовную ценность каждой формы йоги и избежать таким образом существующей путаницы, является принятие в качестве нашего стандарта самой высокой формы йоги, чья эффективность абсолютна, а не относительна. Этому стандарту удовлетворяет Сурад Шабд Йога, известная также как Сант Мат (или путь Сантов, или Учителей этой мистической школы), поистине Венец Жизни.

Осуществляя практическую часть под надлежащим руководством, ее адепты достигли сфер, неизвестных другим мистическим школам, и в конце концов соединились с Высшим Господом в Его Абсолютном Состоянии, Безмянном и Бесформенном. В своих трудах они многократно утверждают несравнимое превосходство этой Йоги Звукового Потока и, описывая через непосредственное внутреннее восприятие различные духовные уровни других йог, продолжают разъяснять абсолютную природу их собственной.

Как только ищущий начнет улавливать перспективы сравнительного мистицизма, которые может обеспечить Сант Мат, он обнаружит, я уверен, что этот предельно сложный предмет становится все яснее ему самому. Он увидит, что противоречия, тревожащие многих, кто впервые начинает сравнительное исследование мистицизма, не существенны для мистического опыта как такового, а являются результатом ошибочного принятия относительной истины за абсолютную, ошибки, не существующей для тех, кто, следуя наивысшим путем, испытал на опыте из первых рук все внутренние состояния и знает пункты, до которых может довести каждая йога. У него больше не будет искушения избегать решения проблем духовности, отклоняя ее как простой пережиток старого предубеждения и черной магии, но он увидит в ней своего рода вечную внутреннюю науку с ее собственными неизменными законами и разнообразными способами действия; со знанием, которое не статично, а развивается по мере того, как люди переходят от более низких к более высоким формам йоги. И самое главное, я надеюсь, он поймет, что слияние с Высшим Господом – это не просто сон наяву или гипотетический постулат монистической школы философии, а реальная возможность, осуществление которой есть истинная цель человеческого существования, и достижение которой, при правильном руководстве, правильном методе и правильном усилии доступно всем, невзирая на возраст, пол, расу или веру.

Саван Ашрам, Дели. 6 июня 1961 года.

Кирпал Сингх

## СОДЕРЖАНИЕ

Часть первая. ВИДЫ ЙОГИ 6

1. Йога: Введение 6

1.1. Что такое врити 8

1.2. Душа и Сверхдуша 9

1.3. Пракрити, или материя 11

1.4. Взаимосвязь между тремя телами и пятью кошами 13

1.5. Деление творения в соответствии с кошами 13

2. Йог видья и йог садхана Путь йоги в теории и практике 15

2.1. Базис древней йоги 15

2.1.1. Истоки и техника систем йоги 15

2.1.2. Основные понятия 16

2.2. Путь и ответвления Аштанг Йоги 17

2.2.1. Яма и Нияма 18

2.2.2. Асаны 21

Асана как форма йоги 23

Достоинства асан 23

Совершенство в асанах (АСАНА СИДДХИ) 26

Пища 27

2. 2. 3. Пранаяма, или йогическое дыхание 28

Плексусы и чакры 29

Пранаяма: элементарные упражнения 29

Пранаяма Сукх Пурвак 30

Пранаяма как форма йоги (Прана Йога) 31

Праническая дисциплина 32

Достоинства Прана Йоги 33

2.2.4. Пратьяхара, или контроль чувств 33

2.2.5. Дхарна, или Самъям 34

Дхарна как форма йоги (Мансик Йога) 38

2.2.6. Дхиан (Созерцание или медитация) 43

Дхиан как система йоги 44

Достоинства Дхиан Йоги 45

2.2.7. Самадхи 46

Самадхи Йога 48

2.3. Аштанг Йога и современный человек 50

3. ФОРМЫ ЙОГИ 53

3.1. Мантра Йога, или Йога Произнесения 53

Техника в Мантра Йоге 54

3.2. Хатха Йога 55

3.3. Лайя Йога 59

3.4. Раджа Йога 60

3.5. Джнана Йога, или Йога Знания	63
3.6. Вхакти Йога, или Йога Преданности	64
3.7. Карма Йога, или Йога Действия	66
3.8. Другие Йоги, упоминаемые в Гите	67
Йога медитации	68
Йога духовного опыта	68
Йога мистицизма	68
3.9. Йога в священных писаниях зороастрийцев	69
3.10. Йога и внешние науки	71
4. АДВАЙТИЗМ	72
4.1. "Я" – базис сознательной жизни	73
4.2. Природа творения	74
4.3. "Я" или атман	74
4.4. Природа "Я"	75
4.5. Индивидуальное знание и сознание	75
4.6. Знание и его источники	75
4.7. Природа Брахмана	77
Часть вторая. Исследование Сурат Шабд Йоги	79
5. СУРАТ ШАБД ЙОГА Йога Небесного Звукового Потокa	79
5.1. Звуковой Поток	83
5.2. Краеугольные камни	85
5.3. Совершенная наука	93
5.4. Мастер	97
6. СУЩНОСТЬ РЕЛИГИИ	108
6.1. Древняя религиозная мысль: индийская, китайская и иранская	109
6.1.1. Индуизм	109
6.1.2. Буддизм	113
6.1.3. Таоизм	115
6.1.4. Зороастризм	117
6.2. Христианство	118
6.3. Ислам	123
6.4. Сикхизм	127
7. НЕКОТОРЫЕ СОВРЕМЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ	132
7.1. Розенкрейцерство, теософия и движение "Я есть"	133
7.2. Христианская Наука и Субуд	134
7.3. Спиритизм и спиритуализм	135
7.4. Гипноз и месмеризм	136
8. ЗАКЛЮЧЕНИЕ	136

#### Часть первая. ВИДЫ ЙОГИ

##### 1. Йога: Введение

Все великие Учителя человечества всех времен и народов – Ведические Риши, Зороастр, Махавира, Будда, Христос, Мухаммед, Нанак, Кабир, Баба Фарид, Хазрат Баху, Шамас Табриз, Маулана Руми, Тулси Сахиб, Сваמידжи и многие другие – дали миру только одну САДХНУ, или духовную дисциплину. Поскольку Бог Один, то путь к Богу тоже может быть лишь один. Истинная религия, или путь возврата к Богу, создан Самим Богом; и следовательно он наиболее древний так же, как и наиболее естественный путь, в котором нет выдумки или искусственности. В своей практической части эта система нуждается в руководстве адепта или Мастера, хорошо разбирающегося в теории и практике ПАРА ВИДЬЯ, Науки о Высшем, как ее называют, ибо она находится за пределом понимания разума и чувств. Там, где мирские философии кончаются, начинается истинная религия. Тексты священных писаний дают нам, в лучшем случае, какое-то описание Пути, насколько он может быть выражен в несовершенных словах, но они не могут ни привести нас к Пути, ни вести нас по этому Пути.

Духовный Путь по сути своей есть Путь практический. Только Дух, освобожденный от бремени и деперсонифицированный, может предпринять духовное путешествие.

Внутренний человек, душа в человеке, должен подняться над телесным сознанием, прежде чем он сможет перейти в высшее, или космическое сознание, и сознание запредельное. Все это и больше становится возможным через посредство СУРАТ ШАБД ЙОГИ, или единения "я" в человеке (СУРАТ, или сознание) с ШАБДОМ или Звуковым Принципом, по милости какого-либо Мастера-души.

Для того чтобы иметь ясное представление об учениях Мастеров с седой древности до настоящего времени, стоит изучить природу и диапазон Сурат Шабд Йоги и ее

учения по отношению к различным системам йоги, которым учили древние, а также принципам адвайтизма, выдвинутым Шанкарачарьей.

Термин **ЙОГА** происходит от санскритского корня **ЙУДЖ**, который означает встреча, единство, единение, завершение, абстракция, осуществление, поглощенность или метафизическое философствование наивысшего типа, которое обещает сблизить душу и Сверхдушу (**ДЖИВА-АТМА** и **ПАРМАТМА**, или **БРАХМАН**). Патанджали, признанный отец системы йоги, в манере своего предшественника Гаудапады определяет йогу как устранение **ВРИТИ**, или модуляций, которые всегда поддерживают колебание в веществе разума, или **ЧИТ**, в форме ряби. Он называет это **ЧИТ ВРИТИ НИРОДХА**, или подавление врити, т.е. очищение разума от колебаний. Согласно Яджнавалкья, йога означает воздействовать или вызывать единение индивидуальной души с Ишваром или Брахманом. Йоги обычно определяют ее как раскрытие духа и освобождение его от многочисленных покрывающих его оболочек, в которые он завернут в своем физическом существовании. **САНТ МАТ**, или Путь Мастеров, далек от отказа от любой из этих целей йоги, он полностью принимает и подтверждает все, что сказано выше, и в какой-то мере согласен с целями и тем, что вытекает из них, но считает их, в лучшем случае, лишь указателями к цели. Однако он не останавливается на этом, а идет дальше и говорит нам о "Пути Выхода" из могучего лабиринта вселенной и "Пути Входа" в Небесный Дом Отца - духовном путешествии, которое дух должен предпринять из смерти в жизнь бессмертную (из **ФАНА** в **БАКА**), поднимаясь над телесным сознанием с помощью регулярной системы самоанализа, извлечения духовных потоков из тела и сосредоточения их в месте пребывания души, (**Тисра Тил**), а затем постепенного прохождения через промежуточные центры по ту сторону **БУНК-НААЛ**, перевернутого трубообразного прохода, пока он не достигнет конечной стадии совершенства - единства со своим Источником.

Здесь может возникнуть вопрос относительно необходимости единения души со Сверхдушой, если обе по существу представляют одно и то же и уже запечатлены одна в другой.

Теоретически это верно, но многие ли из нас сознательно понимают это и практически претворяют в жизнь это знание и осознание? С другой стороны, душа всегда следует за лидерством разума, разум - за чувствами, а чувства - за чувственными объектами, в результате чего душа, постоянно, век за веком соединенная с разумом и чувствами, полностью утратила свою собственную индивидуальную (неделимую) идентичность и во всех практических намерениях отождествила себя с разумом. Именно эту завесу невежества, возникшую между душой и Сверхдушой, нужно устранить, чтобы дать возможность душе стать самой собой, осознать свою собственную природу, затем искать свой настоящий дом и достигнуть жизни вечной. Все религии были первоначально задуманы человеком единственно с этой целью, но, к сожалению, с течением времени человек постепенно уносится прочь от реальности и становится рабом своих собственных творений и религий, так как религии вырождаются в узаконенные церкви и храмы, в жесткие кодексы морального и общественного поведения, которым недостает живого контакта и пульсирующего жизненного импульса их основателей.

"Я не знаю болезни души, кроме невежества", - говорит Бен Джонсон. Как устранить завесу невежества - это проблема всех проблем. Мы позволили ей вырасти в непроницаемую скалу, слишком крепкую, чтобы быть разрушенной. Однако, мудрецы предоставили разные средства, чтобы разорвать непроницаемую иначе завесу, такие как **ДЖНАНА ЙОГА**, **БХАКТИ ЙОГА**, **КАРМА ЙОГА** и другие методы. Свет истинного знания, который позволяет увидеть Джнана Йога, способен рассеять тьму невежества, как зажженная свеча может рассеять мрак в темной комнате. С помощью Бхакти Йоги можно сменить отношение ненависти, отделенности и двойственности на отношение любви ко всем, единства и единения со всеми живыми созданиями и посредством этого утвердиться во всеохватывающей любви ко всем. Наконец, с помощью Карма Йоги можно искоренить чувства эгоизма, эгоцентризма, самовозвеличения и любви к себе, заняться благотворительностью филантропии и тому подобными делами, которые могут быть полезны человечеству в целом, видеть отражение вселенной в своем "я" и отражение своего "я" во всех других, реализовав в конечном счете принцип Отцовства Бога и братства людей. Таковы, в основном, три пути, или скорее три аспекта интегрированного пути головы, сердца и рук, посредством которых можно достигнуть желаемой цели - единства души со Сверхдушой. Для удобства их можно кратко называть процессом самообладания, самовозвышения и самопожертвования, ведущим в конечном счете к "Космическому Сознанию", или к осознанию всепроникающей Реальности как базиса всего существующего.

Задача в каждом случае одна и та же, и каждый стремится к той же самой цели, хотя на начальных стадиях каждый из них начинает с дуалистического отношения. Начинается с дуализма, а кончается не-дуализмом (адвайтизмом); и для этого можно выбрать путь божественного знания, всеобщей любви и преданности или бескорыстного служения человечеству.

Цель всегда остается той же самой,  
Хотя стреляющих в цель может быть так много.

Раджаб

Например, в Джнана Йоге необходимо развить способность распознавания, чтобы быть способным отличить АГЬЯН от ГЬЯН, т.е. невежество от истинного знания, иллюзорный характер Майи от Брахмана. Когда убеждаешься в последнем, получаешь проблески того, что везде – только всепроникающий Брахман в Его беспредельной сущности, внутренне присущей всем формам и цветам, которые извлекают свой узор и оттенок только из этой сущности. Такое восприятие является рассветом истинного знания и божественной мудрости.

В Бхакти Йоге подобным же образом мы начинаем с двойственного принципа БХАГАТ и БХАГВАНТ, или преданный и божество, и преданный постепенно утрачивает свое маленькое "я" и видит свое божество всепроникающим, а его собственное "я" распространяется настолько, что охватывает все целиком, как его собственный ИШТ-ДЭВА (божество).

"Кто бы ни вошел в соляную шахту, начинает просаливаться." Как вы мыслите, такими вы и станете. Опять таки, в Карма Йоге можно войти в КАРМА КШЕТРА, или поле действий, начиная под воздействием какой-то побуждающей силы, но с течением времени познается ценность бескорыстной Кармы. Когда Кармы выполняются ради них самих, без какой-либо привязанности к плодам их, то связывающее действие исчезает, и силой привычки постепенно становятся НЕХ-КАРМА (бездействие в действии) или неподвижной точкой в вечно вращающемся колесе жизни.

Таким образом, когда с периферии своего существа человек достигает центра своего существа, он достигает бездеятельности в действии и освобождается от сковывающего действия Кармы.

1.1. Что такое врити

Когда поток, исходящий из духа, наталкивается на какой-нибудь объект, например, физический предмет, ментальное чувство, мысль или чувственное ощущение и возвращается к своему источнику, это называется ВРИТИ. Врити создает модуляцию в веществе разума. Все наше знание о мире снаружи и внутри приходит от врити, или лучей мысли. Луч света, отраженный от объекта или исходящий из него, проходит через глаза в мозг, где он превращается в мысленные впечатления, которые делают нас осведомленными об объекте.

Врити бывают пяти видов:

1. ПАРМАН: взаимоотношение между чистой душой и ПРАКРИТИ, или Природой, называется ПАРМАН. В каждом проявлении чистая душа находит в основе свою собственную сущность, и ничто не существует отдельно от Нее.

2. ВИПРЕХ: взаимоотношение между познающей душой и Пракрити, или объектом Природы, называется Випрех. Она обманывается и принимает проявленную форму за действительность, но остается скептической относительно единого и активного жизненного принципа в основе.

3. ВИКАЛЬП: это взаимоотношение, которое душа, управляемая разумом, имеет с объектами, вызывая сомнения и иллюзию по отношению к самим объектам, их существованию, их внутренней природе и жизненному принципу в их основе.

4. НИДРА: это отношение, которое душа, покрытая праной, имеет с объектами. Оно включает в себя похожие состояния сна со сновидениями и глубокого сна, невзирая на существующее окружение.

5. СМРИТИ: взаимоотношение воплощенной души с объектами мира на физическом плане.

Все эти врити создают множество преград на пути души, жаждущей понять свою истинную сущность и природу, которая в действительности есть не что иное, как сущность Бога. Поэтому Кабир говорит: "Душа – из той же самой сущности, что и сущность Бога."

Подобным же образом и мусульманские святые выражают ту же мысль, когда говорят о душе как об АМАР-И-РАББИ, или указе Бога.

Если бы только очистить ЧИТ от врити (ЧИТ ВРИТИ НИРОДХА, как это называют), ничего бы не осталось, кроме чистой сущности Божественного. Отсюда часто повторяемые прославленные изречения о йоге:

ЧИТ ВРИТИ НИРОДХА (очищение разума от умственных колебаний)

есть сущность йоги.

Патанджали

Единение души и Сверхдуши есть йога.

Яджнавалкья

Выпутывание души из материалов жизни

Путем снятия с нее окутывающих ее покровов есть йога.

Мачхандра Натх и Горакх Натх

Самый легкий, наиболее древний и естественный путь получить плоды Йоги, которому учили Кабир, Нанак и другие до и после них – это путь Шабд Йоги или Сехадж Йоги, который давали Учителя-святые с незапамятных времен. Когда дух способен с помощью практики духовной САДХНЫ сбросить одну за другой различные оболочки, он становится чистым духом, совершенным в себе, сознательной сущностью, самосущей и самосветящейся, вечно одинаковой и вечно свободной. Согласно учениям святых, йога – это общение души со святым Словом (Богом в проявлении), Силой Бога или Духом Бога: ШРУТИ, СРАОША, КАЛЬМА, НААМ или Святым Духом, как по-разному определяли его мудрецы в разное время.

1.2. Душа и Сверхдуша

1. Душа – есть Реальность и Сущность. Она – одна, а также всеобщность. В одном всегда существует иллюзия множества, а целое означает существование в нем множества частей. Идеи части и целого идут рука об руку, и обе – как часть, так и целое – характеризуются подобием своей сущности, своей природы.

2. Сущность предмета имеет свою собственную атрибутивную природу; одно нельзя отделить от другого. Как сущность находится в одном и во множестве, так же и с ее атрибутивной природой.

3. Сущность вещи – это ее ДЖОХАР, само ее жизненное дыхание. Это единственный первичный принцип, который пронизывает все и является реальностью за всеми формами и цветами. Этот активный жизненный принцип является самым источником творения и называется по-разному: в тонком мире – ПРАКРИТИ, в причинном – ПРАДХАН, а в физическом мире – МАЙЯ, или материя.

4. Атрибутивная природа предмета – это его неотъемлемая составная часть, которой присуща его природа. Возьмем случай со светом. Можно ли представить себе свет без солнца или излучающуюся жизненную силу без замечательно здорового человека? Одно не существует без другого, оба неразделимы и полностью заключены одно в другом.

5. Любая попытка считать эти два предмета, природу и ее сущность, разделенными, хотя бы в воображении, приведет нас к идее дуальности. Лишь в терминах этой дуальности можно рассматривать творение отдельным от творящего принципа как результат внешней игры двойственных сил духа, называемых материей и душой. Научные исследования сейчас также пришли к неопровержимому выводу, что вся жизнь есть единое непрерывное существование на разных уровнях; а то, что мы называем инертной материей, есть не что иное, как энергия на своей самой низкой ступени. В самой Природе, как на тонком, так и на причинном плане, эти два принципа всегда в действии: на тонком плане – БОГ и ПРАКРИТИ, на причинном – БОГ и ПРАДХАН, в физической вселенной – ДУША и МАТЕРИЯ. Творение везде является лишь результатом влияния одного на другое.

6. Итак, душа – это жизненный принцип и коренная причина в основе всего, ибо ничто не может проявиться без нее. Она производит оживляющее действие и сообщает свой жизненный импульс казалось бы инертной материи путем контакта с ней. Именно жизнь и свет оживляющего импульса души позволяют материи принимать множество форм и цветов с их разнообразием образцов и типов, которые мы видим во Вселенной.

7. Этот жизненный поток, или душа, предельно тонок, это самосветящаяся искра Божественного Света, капля из Океана Сознания без начала и конца; вечно одинаковое, неизменное постоянство, безграничное, совершенное в Себе, вечно существующая и все ощущающая сущность, присущая любой форме, видимой и невидимой, ибо все предметы проявляют себя благодаря Ей. Нет ничего, что не сотворено Ею.

Один остается, множество меняется и уходит,  
Жизнь, как купол из многоцветного стекла,  
Пятнает белое сияние Вечности.

Шелли

8. Как солнце распространяет в мир свои лучи, как океан несет на своей поверхности пузыри, рябь, волны, потоки и течения, как лес состоит из бесчисленных деревьев, так и Сверхдуша, или Бог, если смотреть на Него через Его

творение, кажется расщепленным на множество форм, демонстрирующих и отражающих свет и жизнь Бога в богатой панораме разнообразия цветов. Хотя дух Его пронизывает все в равной мере, как нить множество бус, Он, беспристрастный, остается в стороне от всего в Своей собственной полноте.

9. Первая проекция духовного потока, исходящего из Бога вниз, приводит к проявлению эфира (АКАШ), который является самым тонким из элементов, распространенным повсюду в пространстве. Он имеет два аспекта. Один - аспект духа, или души, остающийся непроявленным в эфире, а другой аспект - проявленного эфира, в котором есть две силы, положительная и отрицательная, дальнейшие сочетания которых проявляют воздух (ВАЮ), и точно таким же путем проявление воздуха порождает огонь (АГНИ), а проявление огня производит воду (ДЖАЛ), а проявление воды ведет к образованию земли (ПРИТХВИ), в то время как дух каждого элемента, в сущности один и тот же, остается везде непроявленным.

Таким же способом, как описано выше, тот, кого мы называем Богом, имеет сущностную Божественность, абсолютную и лишённую образа - жизнь и дух Вселенной - и в то же самое время саму Вселенную с ее разнообразными созданиями, в разнообразии их форм и цветов, появляющимися и исчезающими, как волны на море жизни. Непроявленный и безличный Бог лишен всех атрибутов, в то время как Его индивидуализированные лучи, проявленные в бесчисленных формах и цветах в результате постоянного контакта с МАЙЕЙ, ПРАКРИТИ и ПРАДХАНОМ (физическим, тонким и причинным) чувствуют себя, из-за неведения своей истинной природы, ограниченными и отделенными друг от друга и, вследствие этого, они втянуты в сферу неумолимого Закона Кармы, или Закона Причин и Следствий, который влечет за собой последствие за каждое дело, каждое слово и каждую мысль. Что не исполняется в одной жизни, исполняется в другой, и так гигантское колесо жизни и смерти, однажды приведенное в движение, продолжает непрерывно вращаться силой своей неистощимой инерции.

В этом заключается различие между индивидуализированной душой с одной стороны, и Великой Душой Вселенной (называемой Богом) - с другой; одной - связанной и ограниченной, а другой - без оков и пределов.

### 1.3. Пракрити, или материя

Термин ПРАКРИТИ - сложный и состоит из санскритского корня ПРА первый, и КАР - действовать; таким образом, ПРАКРИТИ означает "первичная материя" (скрытая энергия), которая, при воздействии на нее положительной духовной силы, порождает множество форм, видов и типов в огромном творении Великого Создателя. Это называется МАЙЯ, и все, что можно увидеть и ощутить чувствами, подпадает под категорию материи, или ПРАКРИТИ. Как объяснялось выше, материя - это скрытая энергия на ее самом низком уровне, которая приобретает активность и становится способной принимать множество различных форм, которые мы воспринимаем как явные. Этот переход от пассивности к активности энергии ведет к творению или проявлению непроявленной до этого духовной силы.

БРАХМАН, или духовная сила, приходит к бытию только через грубый покров (КАЯ). Подобно тому как общность кажущихся индивидуализированными душ образует Сверхдушу (Бога), так же и могучий лабиринт созданных существ и вещей различных форм и цветов в своей общности называется ПРАКРИТИ.

Пракрити саму по себе нельзя ощутить чувствами, у нее самой нет никакого существования, она проявляется только тогда, когда на нее действует духовная сила. Как у лучей солнца нет существования отдельно от солнца и они появляются лишь когда солнце встает над горизонтом, так и Пракрити в соединении с жизненным импульсом принимает бесчисленные образы и формы, которые выше человеческого понимания, и Одна невидимая душа, кажется, порождает многообразие индивидуализированных частей с различными именами и разнообразных видов, которые не описать и не счесть.

Йоги насчитывают пять КОШ, или окутывающих оболочек, которые скрывают духовный поток при его спуске вниз; они изобрели и сформулировали способы и средства устранить их. Эти коши, или оболочки, вкратце можно описать так:

1. ВИГЬЯН-МАИ КОШ: оболочка из мыслительного аппарата или интеллекта с ее двумя фазами: одна имеет отношение к знанию (ГЬЯН) на физическом плане, а другая - к просветлению (ВИГЬЯН) на духовном плане. Это первая оболочка, в которую завертывается дух, когда он вступает в контакт с тонкой материей, называемой Пракрити. Свет души, который отражается в интеллектуальном центре, приводит в действие то, что называется интеллект, состоящий из внутреннего духовного восприятия и внешнего познания. Душа вместе с этой отраженной интеллектуальной способностью становится как познающей, так и воспринимающей.

2. МАН-О-МАИ КОШ: это второй покров, или оболочка, в которую интеллектуализированная или познающая душа завертывается при дальнейшем интенсивном контакте с Пракрити, которая теперь начинает отражать также и вещество разума; и с этой дополнительной способностью душа становится склонной к разуму и постепенно разум овладевает ею.

3. ПРАН-МАИ КОШ: покров из ПРАН (жизненных энергий) составляет третью оболочку вокруг души. Когда мыслящая (познающая) душа, связанная разумом, продолжает давить на Пракрити (материю), она начинает вибрировать пранами, которых существует десять типов в соответствии с их различными функциями. Это делает познающую, связанную разумом душу ПРАН-МАИ, т.е. приведенной в движение оживляющим эффектом.

4. АННА-МАИ КОШ: когда познающая, связанная разумом и импульсивная душа действует на Пракрити, она выковывает там еще один вид покрова оболочку АННА-МАИ. Это последняя из пяти оболочек, и для ее поддержания она начинает чувствовать постоянную необходимость в АННА, или продуктах питания и других чувственных объектах. Эта оболочка АННА-МАИ представляет собой внутреннее содержание физического тела (грубой материи), которое фактически является ее внешним проявлением; она продолжает окутывать душу даже тогда, когда ее внешняя форма, то есть тело, разлагается и распадается.

Существование этого грубого физического тела зависит от здорового состояния АННА-МАИ КОШ внутри него.

Некоторые души, даже когда они сбрасывают внешнее физическое тело, продолжают страстно желать пищи из-за АННА-МАИ КОШ, гоняются за мирскими удовольствиями и продолжают часто посещать жилища людей в своих скитаниях ради удовлетворения своих врожденных желаний. Именно для удовлетворения этих страстных желаний физически развоплощенных душ индусы совершают ПИНД ДАН и САРАДХИ, делая примирительные подношения для МАНЕС или ушедших душ, чтобы они могли обрести покой и мир.

5. Однако, первая и главная из этих Кош, или оболочек - АНАНД-МАИ КОШ (БЛАЖЕНСТВО), почти интегральная часть самой души. Она - самая тонкая из оболочек, подобно тонкому покрову над зажженным канделябром. Ее можно ощутить немного, когда после глубокого сна без сновидений (СУШУПТИ) при пробуждении сохраняется смутная мысль об АНАНДЕ, или блаженстве, которое было пережито в этом совершенно спокойном состоянии отдыха.

Таковы пять Кош, или ХИДЖАБ (завес или одеяний), как их называют мусульмане, и они окутывают душу, одна в другой. Цель или задача всех йог - постепенно высвободить душу из этих оболочек, одна за другой, пока она, наконец, не освободится от них всех и не вернется к своему исходному, первоначально великолепному состоянию самосветимости (СВАЯМ ДЖИОТИ), которая не меньше, чем у нескольких солнц, вместе взятых. Это - стадия АХАМ БРАХМ АСМИ или "Я есть Брахм"; когда она достигается кем-либо, он не только чувствует свое единство с Богом, но и действительно приветствует Бога словами "АЯМ АТМА БРАХМА" - "О Боже! Я - из той же сущности, что и Ты." Большинство систем йоги считает это венцом всех духовных усилий. Это, фактически, самая высокая и последняя стадия самореализации (самопознания), но это еще полпути в духовном путешествии; стадия, не имеющая большого значения, ибо именно отсюда редкая душа начинает движение к наиболее желанной цели полной реализации Бога, поскольку именно КХУД ШАНАСИ (Самопознание) постепенно ведет к КХУДА ШАНАСИ (познанию Бога).

Самопознание и фактическая самореализация - кульминационная точка процесса самоанализа, без которого невозможно достичь Божественности и войти в Царство Божие. В этом процессе инверсии и обращения духа внутрь посредством подъема над телесным сознанием и освобождения духа от щупалец тела и разума самым легким, самым быстрым и надежным является процесс соединения с ШАВДОМ, или Звуковым Поток (Святым Словом), и это - единственное средство Богопознания. Этот наиболее древний путь, известный миру, появился в нем на рассвете самого творения. Он - современник Человека с того дня, когда тот оказался отделенным от своего Отца Небесного. Все великие Мастера человечества давали это Слово своим ученикам. Это - крещение Святым Духом, как выражался Христос.

1.4. Взаимосвязь между тремя телами и пятью кошами

Человеческое тело состоит из трех одеяний: физического, астрального или тонкого, и причинного или тела-семени.

В физическом теле у нас есть все пять кош, или оболочек; вот почему мы в своем бодрствующем состоянии получаем какое-то знание и опыт всех пяти вещей -



блаженства, познания (внутреннего или внешнего), способности помнить (ЧИТ и его ВРИТИ, или ментальные модуляуии), пранических вибраций и физической системы. Когда поднимаются в астральное или тонкое тело, теряют сознание физического существования, в то время как душа ментально переживает четыре другие состояния, т.е. блаженство, познание, способность помнить и пранические вибрации. Когда дух поднимается выше, в причинное тело, то даже умственный аппарат сбрасывается и остается только способность СМРИТИ (воспоминания); она свидетельствует и дает отчет о блаженстве, испытанном в этом состоянии.

#### 1.5. Деление творения в соответствии с кошами

Все существа, от богов до человека, а также другие формы жизни, включая растения, классифицируются на пять категорий в зависимости от преобладания той или иной способности:

1. Существа чистого знания, такие как Брахма, Вишну, Махеш и др.
2. Существа, наделенные веществом разума: Индра и другие божества, боги, богини, и т. д.

3. Существа, наделенные праническими вибрациями: якши, гандхарвы и другие духи.

4. Физические существа: люди, животные, птицы, рептилии, насекомые и другие.

Создания, наделенные физическими телами, имеют в себе все пять кош, или оболочек, с различной степенью плотности (АНАНД-МАИ, ВИГЪЯН-МАИ, МАНОМАИ, ПРАН-МАИ и АННА-МАИ); те, что наделены праническими вибрациями, имеют только четыре коши, сбросив Анна-маи. Аналогично, создания, наделенные веществом разума, имеют только три коши, сбросив Пран-маи тоже; и, наконец, познающие существа имеют лишь две коши, а именно, Ананд-маи и Вигъян-маи, т.к. они освобождены от оков разума, пран и необходимости в Анна, или продуктах питания.

Таким образом, существует очень близкое соответствие между пятью первичными элементами (земля, вода, огонь, воздух и эфир), из которых созданы тела, и кошами, или оболочками. Фактически, сами коши, в большей или меньшей степени, являются действительным результатом пяти основных элементов и наделяют создания пятью способностями, перечисленными выше.

5. Освобожденная душа (ДЖИВАН МУКТА) имеет лишь прозрачную пелену из Ананд-маи Кош. Дух в его чистой и неподдельной форме – это Создатель, ибо все творение возникает из Него и Он иногда известен как ШАБД БРАХМ. Это – самосветящийся свет, самосуществование и беспричинная причина всего видимого и невидимого. Дух и Бог по своей природе и сущности – одно, т.е. тонкость и блаженство. Это блаженство есть самое первое порождение взаимодействия души и Пракрити, и, будучи первичным проявлением Божественности в душе, остается в своей полноте дольше всего, до конца, несмотря на другие четыре покрова, окутывающие ее и затемняющие ее блеск. Блаженство – существенное и неотъемлемое качество души – присуще самой ее природе. Вот почему ищущая душа вечно чувствует беспокойство, очень сильно ощущая потерю своей сущности в могучем водовороте мира. Именно поэтому Христос многозначительно заявил:

Итак смотри: свет, который в тебе, не есть ли тьма?

Лука, 11:35.

Таким образом, потеряв из виду внутреннее блаженство, мы пытаемся найти счастье в мирских объектах и принимаем преходящие удовольствия за настоящее счастье, но очень быстро теряем иллюзии, что ведет к врожденному поиску истинного счастья. Это вечный поиск в душе человека, и от внешних эфемерных и мимолетных удовольствий приходится обратиться внутрь в поисках этого истинного счастья. Это приводит к истокам различных систем йоги, каждая из которых соответствует индивидуальным нуждам ищущего.

1. Люди с грубыми тенденциями и животными инстинктами, заинтересованные только в процессе формирования тела и развития АННА-МАИ АТМА, успешно прибегают к помощи Хатха Йоги.

2. Люди, страдающие болезнями дыхания и желудка из-за расстройства ПРАНА ВАЮ в своем организме, могут побороть их с помощью Прана Йоги.

3. Люди с преобладанием МАНО-МАИ АТМА, страдающие от МАЛ, АВАРАН и ВИКШЕП, то есть ментальных нечистот, невежества и модуляций разума, могут с помощью РАДЖА ЙОГИ побороть их и проникнуть сквозь МАНО-МАИ КОШ.

4. Люди, одаренные сильной интеллектуальностью, вечно заняты поисками "почему" и "откуда". Таким ищущим подходит путь ВИГЪЯН, или ДЖНАНА ЙОГА.

5. Те, кто стремится освободиться от мира и всего мирского и ищет блаженства ради него самого, встают на путь АНАНД ЙОГИ, или Йоги Истинного Блаженства, называемой СЕХАДЖ ЙОГА.

В Сехадж Йоге ищущий не должен подвергаться никаким суровым тренировкам, характерным для других йог. У него должно быть искреннее и неиссякающее стремление к концу всех концов, цели всех целей, не связанное с развитием только его физических и умственных способностей. И когда существует такое стремление, раньше или позже он найдет, как Рамакришна нашел Тотапури, адепта, который соединит его с живительным потоком жизни внутри, и поток этот своей собственной силой и влечением потянет его вверх без лишней борьбы или усилий с его стороны. Именно это делает ее в определенном смысле самой легкой из всех йог, и часто ее называют СЕХАДЖ ЙОГА (йога, не требующая усилий). Ею могут одинаково легко заниматься ребенок и старый человек, женщина и мужчина; интеллеktуал и простодушный; саньясин и семьянин. Она заключается в настройке души на духовный поток, вечно вибрирующий внутри. Отсюда и ее название СУРАТ ШАБД ЙОГА, или Йога Звукового Потока.

После этих предварительных замечаний, мы теперь можем обсудить предмет йоги с ее различными неотъемлемыми частями, как учил Патанджали, чтобы понять роль, которую играет каждая, ее технику, как отрабатывается каждый шаг и насколько йогические упражнения помогают практически в достижении желаемого результата – освобождении души от оков разума и материи, чтобы осознать свою потенциальную природу как отличную от телесного сознания, а затем подняться в Космическое Сознание и далее в Сверх-Космическое Сознание. Именно освобожденная душа должна пережить на опыте "осознание" на различных уровнях, от реализации "Я" до реализации "Космического", и в конце концов – до реализации "Сверх-Космического", или Бога.

## 2. Йог видья и йог садхана

Путь Йоги в теории и практике

### 2.1. Базис древней Йоги

#### 2.1.1. Истоки и техника систем йоги

Из ЯДЖНАВАЛКЬЯ СМРИТИ мы узнаем, что Хираньягарбха (Брахма) был первым учителем йоги. Но как система йога была впервые представлена великим мыслителем и философом Патанджали в его ЙОГА СУТРЕ незадолго до христианской эры. Йогическая система является одной из шести школ индийской философии (КХАТ ШАСТРЫ), которая систематизировала и развила индийскую мысль о космосе, индивидуальной душе и их взаимосвязи. Эти философские школы появились в результате попытки реформировать и восстановить древние и освященные временем представления по психологическим и метафизическим вопросам.

Слово ЙОГА в общепринятом смысле означает "метод". Терминологически оно означает "соединение" или "единение" индивидуальной души со Сверхдушой, или Богом. Английское слово "уоке" означает "объединять" или "соединять вместе" и "подчинять дисциплине". В этом контексте система йоги означает "методическая дисциплина", которая имеет целью, с одной стороны, ВИЙОГ (разъединение), или отделение индивидуальной души от разума и материи, а с другой стороны – ЙОГ, или соединение ее с Брахманом. Она означает, следовательно, и подразумевает поиск трансцендентального и божественного в человеке, или нахождение "ноуменального" (сверхчувственного) в "феноменальном" путем сведения физических и метафизических состояний к их наиболее существенному общему фактору, к базису и субстрату всего существующего, видимого и невидимого. Как таковые, йогические методы подразумевают систему мощного усилия, самой напряженной попытки и упорной борьбы за достижение совершенства посредством контроля над физическим телом, всегда активным разумом, самоутверждающимся эго или волей, ищущим и вопрошающим интеллектом, праническими вибрациями, беспокойными способностями и мощными чувствами. Аллегорически сегодняшнее состояние индивидуализированной души описывается как езда в колеснице тела с ошеломленным интеллектом в качестве возницы, потерявшим голову разумом вместо вождей и чувствами в виде могучих коней, несущихся по полю чувственных объектов и чувственных удовольствий. Все это показывает, что изучающий йоговскую дисциплину должен предпринять курс предельно строгой и предписанной деятельности, которая может помочь деперсонализировать душу и освободить ее от всех ограничивающих приращков жизни – физического, ментального и супраментального, а затем соединить ее с силой Бога и достигнуть единства с Богом.

Слово ЙОГА, однако, не следует путать с ЙОГ-МАЙЯ и "йогическими способностями", которые означают соответственно высшую Силу Бога саму по себе (создающую, контролирующую и поддерживающую все творение), и психические способности (Риддхи и Сиддхи), которых можно достигнуть на пути йоги.

В свою очередь, ЙОГ-ВИДЬЯ, или наука йоги, имеет двойной аспект: физический и духовный. В первом смысле имеется в виду йогическая система физической культуры, помогающая гармонично развивать различные составные части человеческого тела. Но мы здесь имеем дело с духовным аспектом йоги, который имеет целью благополучие духа, или души, истинного жизненного принципа в человеке, пренебрегаемого и игнорируемого в настоящее время. Термин ЙОГА в этом контексте должен строго ограничиваться одной из систем философской мысли, берущей начало из Вед и имеющей единственную цель – возвращения души (посредством духовной дисциплины), затерявшейся теперь в деятельности разума и материи, с которыми она отождествила себя за многие тысячелетия долгой и постоянной связи. Короче говоря, йога означает технику переориентации и реинтеграции духа в человеке, потерянного материка его истинного "Я".

#### 2.1.2. Основные понятия

Йога заранее предполагает два фактора, которые объясняют сотворение мира: 1) ИШВАР, или Бог, и 2) АВИДЬЯ, или Майя.

В то время как первый полностью разумен, вторая совершенно лишена разумности. Человек тоже является комбинацией этих двух основных принципов. ДЖИВА, или индивидуальная душа, хотя внутренне имеет ту же самую сущность, что и Бог, заключена в разум и материю. Душа, обусловленная миром времени-пространства-причины, имеет лишь несовершенное восприятие и не может видеть реальность АТМАНА, или Божественную Основу, в которой она покоится и из которой получает свою светоносность. В то время как АНТАХКАРАН, или разум – это отражатель, Атман – это осветитель, свет которого отражается через чувства, воспринимающие мир. Мир является соединением "видящего" и "видимого". Непривязанность к этому соединению – это освобождение, а совершенное понимание – средство освобождения. Таким образом, спасение заключается в изоляции видящего от видимого, совершенной непривязанности субъективного ко всему объективному: физическому, ментальному и причинному, чтобы "Я", или видящий, могло видеть себя в своей собственной светимости, или СВЕТЕ ПУСТОТЫ, как это называется.

Чтобы освободить индивидуальную душу от оков разума и материи, йога настаивает на 1) концентрации, 2) активном усилии или старании, которое включает преданное выполнение упражнений и умственной дисциплины. Наивысшей формой материи является ЧИТ, неизмеримой глубины озеро подсознательных впечатлений, и цель йоги заключается в том, чтобы освободить внутреннего человека, или дух, от этих оков. Именно наиболее тонкий и разреженный элемент материи составляет чит, или малое "я" (это) человека. Будучи само по себе лишены сознания, оно подвергается видоизменениям под воздействием трех ГУН. У него есть также способность сжиматься и расширяться в соответствии с природой тела, в которое оно время от времени помещается, или в зависимости от окружающих обстоятельств. Хотя этот ЧИТ, или разум, кажется внешне связанным в каждом индивидууме, фактически он является частью всепроникающего всеобщего разума. Системы йоги нацелены на трансформацию ограниченного и обусловленного разума в беспредельный и необусловленный Всеобщий Разум путем развития САТВА-ГУНЫ (чистой) и подавления гун РАДЖАС (активной) и ТА-МАС (тупой). В этом состоянии йоги достигают всезнания, будучи едиными со Всеобщим Разумом (БРАХМАНДИ, или НИДЖ МАНАС). Чит – это отражающее зеркало души и существует для ЧАЙТАНМАЙЯ, или оживления материи душой, которая является самосветящейся и в чьем духовном свете происходит все восприятие, включая свет знания, ментального и супраментального. Подсознательные впечатления в чит являются причиной желаний и интереса, которые, в свою очередь, создают потенции, ведущие к личности, приводя этим в бесконечное движение колесо мира. Когда однажды душа освобождается от ЧИТ, МАНАС, БУДХИ и АХАНКАР, она становится самой собой, деперсонализованной и лишенной желаний. Это – великое освобождение, которое йога обещает йогам. При этом отделении от четырехкратных оков разума воплощенная душа (ДЖИВА) становится освобожденной душой (АТМАН), неиндивидуализированной, самосветящейся, и достигает реализации как таковой. Следовательно, наивысшей целью йоги является "Самопознание".

#### 2.2. Путь и ответвления Аштанг Йоги

Искусство Йоги – долгое, извилистое и трудное. Реальное "Я" спрятано в дебрях разума – в МАЛ, АВАРАН И ВИКШЕП, то есть грязи или нечистотах, незнании истинных ценностей жизни и постоянных модуляциях, или колебаниях в ЧИТ. Умственный пласт нужно, таким образом, очистить от них всех, а затем, пристально вглядываясь и проникая сквозь него, найти божественную природу "Я", или АТМАН. Чтобы достигнуть этого, нужно побороть желания, развить неподвижность мысли,

культивировать такие добродетели, как целомудрие, воздержание, умеренность, праведность и т.д., и развить ВАЙРАГЬЯ, то есть непривязанность.

Чтобы преодолеть эти препятствия и реализовать "Я", Патанджали дает детально разработанный путь, который он называет АШТАНГ ЙОГА, предусматривающий восьмиричный метод, состоящий из: 1) ЯМА, 2) НИЯМА, 3) АСАНА, 4) ПРАНАЯМА, 5) ПРАТЬЯХАРА, 6) ДХАРНА, 7) ДХИАН и 8) САМАДХИ.

#### 2.2.1. Яма и Нияма

ЯМА: термин ЯМА буквально означает выгнать, извергнуть, выбросить или устранить. Он означает воздержание от пороков и от любых злых мыслей или восприятия любых негативных впечатлений, которые могут ослабить разум и волю.

НИЯМА: термин НИЯМА, наоборот, обозначает принятие, культивирование, выполнение и развитие позитивных добродетелей, добрых мыслей и принятие этих добродетелей как своей системы.

Таким образом, два этих слова означают одновременно и отказ от зла, и принятие и неутомимое культивирование добра. Патанджали перечисляет такие виды воздержания и соблюдения как АХИМСА (ненанесение вреда), САТЬЯ (воздержание от лжи), АПРИГРЕХА (воздержание от зависти и собственности), АСТЕЯ (не-воровство) и БРАХМАЧАРЬЯ (не-сексуальность).

В отношении воздержаний сказано:

- а) тот, кто утвердился в АХИМСЕ, не имеет врагов;
  - б) у того, кто укрепился в САТЬЕ, слова всегда правдивы и приносят плоды;
  - в) тот, кто утвердился в АСТЕЯ – настоящий друг природы, и природа раскрывает ему все свои богатства;
  - г) тот, кто практикует БРАХМАЧАРЬЯ, доходит до достижения абсолютной силы;
- НЕКОТОРЫЕ ВИДЫ ЯМА И НИЯМА

#### ЯМА

воздержание от НИЯМА

Принятие и соблюдение

1. Отрицания Бога. Веры в Бога и Божественную силу.
2. Потворства своим желаниям. Самоконтроля и целомудрия (БРАХМАЧАРИЯ, или чистота мыслей, слов и дел).
3. Нечестного и мошеннического способа зарабатывать на жизнь. Зарабатывания на жизнь честными и правдивыми способами.
4. Негигиеничных и нечистых условий жизни, как внутренней, так и внешней.  
Чистоплотности: внутренней – с помощью промывания водой и чистого воздуха ; внешней – регулярными омовениями, сидячими ваннами, солнечными и воздушными ваннами и т.д., гигиеничный образ жизни в чистом окружении.
5. Нанесения вреда другим в мыслях, словах и делах (ХИМСА). Ненасилия в мыслях, словах и делах (АХИМСА).
6. Проявления лживости, обмана и завистливости. Развития правдивости, искренности и милосердия.
7. Нетерпеливости, скупости и эгоизма. Терпения, удовлетворенности и бескорыстного служения.
8. Самоуверенности и эгоцентризма. Смирения и самоотдачи.

д) тот, кто практикует АПРИГРЕХУ, разгадывает загадку жизни; прошлое, настоящее и будущее для него – открытая книга.

Должны соблюдаться следующие пять добродетелей: ШАУЧА (чистота тела и разума), САНТОШ (удовлетворенность), ТАПАС (аскетизм), СВАДХЬЯЯ (духовное обучение, включающее джапа и др.), ПРАСАДХНА, или ИШВАРА ПРАНИДХАНА (настроенность мыслей и абсолютная зависимость от Бога).

ШАУЧА вырабатывает чистоплотность и нелюбовь к СПАРША (контакту с чьим-либо телом).

САНТОШ делает человека удовлетворенным и, следовательно, духовно богатым.

ТАПАС освобождает от всяких нечистот и дарует сверхъестественные силы, а именно: разложение себя на атомы; полную потерю веса, перемещение с любой скоростью, мгновенное достижение любого места, исполнение всех желаний, способность быть всепроникающим, достижение божественных сил, контроль над всеми существами и элементами природы и т.д. Все это приходит само по себе через созерцание и сосредоточение на противоположности того, чего в самом деле желают.

СВАДХЬЯЯ персонифицирует божество, которому человек поклоняется. ИШВАРА ПРАНИДХАНА приносит насыщение и отсутствие желаний.

В УПАНИШАДАХ, однако, каждый из этих пунктов состоит из десяти воздержаний и обетов. Так, АПРИГРЕХА уступает место доброте, прямоте, прощению, выдержке, умеренности и чистоте. Аналогично, ШАУЧА должна уступить место вере, милосердию, скромности, интеллигентности, ДЖАПА и постам. Однако в любом случае конец – это САДАЧАР, или праведная жизнь, которая готовит дорогу для внутреннего духовного развития. Список добродетелей, которые надо развить, и недостатков, которые надо искоренить, может варьироваться от одного учителя к другому, но цель всегда одна и та же. МАНУ, например, объясняет принципы САДАЧАР, или ДХАРМА, в своих собственных терминах и категориях.

Занятия как ЯМОЙ, так и НИЯМОЙ, воздержаниями и обетами развивают САДАЧАР, или праведное поведение, которое представляет собой краеугольный камень всех религий мира.

Ману дает нам сущность дхармы как АХИМСА, САТЯ, СТЕЯМ, ШАУЧАМ, ИНДРИЯ НИГРЕХА (ненанесение вреда, правдивость, чистота, праведная жизнь и контроль чувств). Согласно Сандалья Риши, список включает в себя:

- а) ШАУЧА (внешняя телесная чистота вместе с чистотой места и направления, а также внутренняя чистота мыслей, чувств и эмоций);
- б) ДАЯ (милосердие и сострадание ко всем живым существам при любых обстоятельствах);
- в) АРДЖАВА (уравновешенный и неподвижный разум во всех действиях и при любых условиях);
- г) ДХРИТИ (мужество и выдержка при любых обстоятельствах);
- д) МИТ-АХАРА (дисциплинированная жизнь в умеренности вообще, а в частности в еде и питье).

В Бхагават Гите Господь Кришна тоже придает огромное значение выполнению Яма и Нияма.

Сострадательный Будда также предписывал своим последователям благородный Восьмиричный Путь Праведности, включающий в себя правильные взгляды (знание), правильные стремления (решительность), правильную речь, правильное поведение, правильный образ жизни, правильное усилие (старательность), правильный склад ума (мышление и восприятие) и правильное созерцание (поглощенное внимание), а прежде всего он придавал огромное значение правильной компании или обществу святых, "борцов за Истину и воскресителей веры", которые, благодаря процессу осмоса (инфильтрации), вселяют веру и поклонение в умы ищущих.

Биккху Буддаракхита, описывая современным читателям МАДЖЖИМА ПАТИПАДА, или Срединный Путь, Золотое Средство между двумя крайностями потворства своим слабостям и умерщвления своей плоти, дает нам буддийский курс развития и дисциплины посредством БХАВА, а именно:

1. Шила Бхавна, или этическая чистота.
2. Чита Бхавна, или умственная чистота.
3. Прагна Бхавна, или интуитивное озарение.

Этот же автор настаивает на необходимости развития ШИЛА, или морального очищения, как основы всего остального, будь то в мирской жизни или в духовном продвижении. Будда заявлял, что истинно добродетельные извлекают пять выгод: хорошее богатство с помощью прилежания, доброе имя за границей, почтение во всех собраниях, ясное сознание до конца и перерождение со счастливой судьбой.

Основным минимумом буддиста-мирянина являются пять заповедей, или ПАНЧ ШИЛА, способствующие правильному поведению, одному из важных шагов в описанном выше восьмиричном пути. Это – воздержание от убийства, воровства, половой распущенности, лжи и питья опьяняющих напитков и вместе с тем соблюдение положительных добродетелей: МАЙТРИ (дружественность ко всем), ДААН (благотворительность), БРАХМЧАРИЯ (целомудрие), приверженность истине и трезвенность. В Панч Шила Будды мы находим точную параллель Яма и Нияма, предписанных древними.

Шила, или процесс очищения, покоится на двух основах: ХИРИ – совести, и ОТТАППА – стыде; так как одно отвергает зло из уважения к себе и совестливости, и соблюдает уважение к другому; а другое боится порицания и осуждения. В результате развивается скромность вместе с прямотой и пристойностью. Эта истина из буддизма справедлива также и для джайнской мысли, которая предписывает пять великих обетов – ненасилия, не-воровства, не-жадности, правдивости и целомудрия. Это двоякое ударение на Яма и Нияма не является особенностью древнеиндийской мысли. Оно должно соблюдаться среди всех людей, которые когда бы то ни было активно искали религиозный опыт. Так, когда мы изучаем развитие иудейской и христианской мысли, мы встречаем то же явление. Моисей изложил десять заповедей,

указав на слабости, которых следует избегать, а именно: поклонение богам и божествам, создание изображений, представляющих Бога, повторение имен Бога всуе, осквернение субботы, непочтительность к родителям, совершение ужасных преступлений, таких как убийство, супружеская измена и воровство, и, наконец, социальное зло лжесвидетельства и зависти соседу на дом, жену и имущество. (Исход, 20:4-17). Иисусу осталось дополнить картину, когда он подчеркнул добродетели, которые нужно развивать, в своих десяти заповедях: простота духа, раскаяние, кроткость, голод и жажда справедливости, милосердие, чистота сердца, миротворчество, терпение преследования ради справедливости и молчаливое перенесение всякого рода оскорблений и клеветы (Матфей, 5:1-11). Он справедливо заявлял:

Я пришел не нарушить закон, но исполнить.

Учение Ислама делает ударение на ШАРИАТ (моральное предписание), ТАУБА (раскаяние), ФАКР (самоотречение), ТАЗКИЯ-И-НАФС (подчинение чувств), ТАВАКАЛ (вера в Бога), ТАВХИД (единство) и ЗИКР (духовная дисциплина); а сикхские Гуру (предписывающие культивирование основных добродетелей как целомудрие, терпение, понимание, знание, страх Бога, аскетизм, любовь и сострадание), пришедшие намного позднее, обнаруживают подобную же систему. Гуру Нанак, вкратце, поместил истинную жизнь выше всего иного:

Истина превыше всего,  
Но еще выше истинная жизнь.

Шри Раг

Нетрудно понять, почему это должно быть именно так. Чтобы быть способным прогрессировать духовно, покой и гармония разума абсолютно необходимы. Пока остаешься рабом того или иного желания, такая гармония невозможна. Поэтому надо искоренить все желания, уводящие "я" от этой гармонии. Но природа не терпит пустоты, и то, что истинно для физических явлений, истинно и для психологических. Единственный путь очистить разум от его негативных и разрушительных импульсов – заменить их позитивными и интегрирующими. Однако, культивируя САДАЧАР, искатель истины должен помнить, что это только средство, а не цель, и, зная это, идти за его пределы к духовной цели. Свами Вивекананда, проанализировавший этот процесс с большой ясностью в "Тайне труда", излагает это так:

"Вы должны помнить, что свобода духа является целью всех йог... Золотая цепь – такая же цепь, как и железная. В моем пальце колючка, и я использую другую, чтобы вынуть первую, а когда я выну ее, я выброшу обе... Так, плохие склонности должны быть нейтрализованы хорошими, и плохие впечатления разума должны быть устранены свежими волнами хороших, пока все злое не исчезнет или не будет покорено. Так ПРИВЯЗАННЫЙ становится НЕПРИВЯЗАННЫМ."

2.2.2. Асаны

Термин АСАНА означает сидение, позу и положение при выполнении йоговской тренировки. Это другая внешняя помощь в йоговской практике. Асана должна быть устойчивой, твердой, приятной и комфортабельной, чтобы держать тело неподвижным, но бодрствующим во время йоговской тренировки.

В Шветашветара Упанишад 2:8 сказано:

"Держи верхние части: грудь, шею и голову, прямыми, и покори в сердце чувства вместе с разумом. Мудрый с плотом Брахмана пересекает все мощные течения мира."

Подобно этому, в Бхагават Гите 4:11-14 процедура изложена следующим образом:

"На чистом месте он должен устроить для себя сидение, не слишком высокое, не слишком низкое, и покрытое тканью, шкурой оленя или травой куша. На этом сидении он должен усесться с направленной мыслью, со сдержанными действиями разума и чувственных инструментов, и для очищения духа работать над Правилom.

Твердо держа туловище, голову и шею в неподвижном равновесии, глядя на кончик своего носа и не глядя вокруг себя, спокойный духом, лишенный страха, пребывающий под обетом целомудрия, со сдержанным разумом и мыслью, установленной на мне, пусть сидит так тот, кто под Правилom и вручен мне."

Термин АСАНА буквально означает ЛЕГКИЙ и КОМФОРТАБЕЛЬНЫЙ. Патанджали предписывал простую и приятную позу (Йога Даршана, 2:46). Та поза – лучшая, которая дает возможность изучающему йогу оставаться неподвижным долгое время: два-три часа подряд с легкостью и без усилий, с целью устранить телесные реакции и растворить разум в созерцании. Уравновешенность в асане дает спокойствие телу, а оно, в свою очередь, разуму. Теоретически говоря, по традиции, есть столько же асан, сколько видов живых существ в мире, то есть 8400000, но из них только 84 важны и четыре общеприняты как основные и очень ценные:

- 1) СУКХ АСАНА. Это означает легкая и комфортная, так как она приятна для выполнения. Она состоит просто в сидении со скрещенными ногами, засунув левую стопу под бедро правой ноги и с открытыми ладонями на коленях, сделав круг кончиками большого и указательного пальцев.
- 2) СИДХ АСАНА. Этот термин означает дисциплинированную позу или позу совершенства, достижения. Она состоит в сидении со скрещенными ногами и, вдобавок к предыдущей, следует поместить правую стопу на левую голень с пятками напротив лобковых костей, без какого-либо давления на половые органы, ладони лежат одна на другой. Она очень полезна для достижения СИДДХИ – йогических сил, отсюда название – СИДХ АСАНА. Она очищает вены и артерии, снабжая свежей кровью. Она укрепляет сердце и легкие, делает дыхание глубоким и медленным, регулирует пищеварительную систему и излечивает болезни вроде простуд, лихорадок и сердечных расстройств.
- 3) ПАДАМ АСАНА. Это поза лотоса, как подразумевает само название. В этой позе ноги образуют лепестки лотоса, когда они скрещены. Это достаточно трудная поза для людей с жесткими суставами, но очень важная для практики Хатха Йоги. Она известна также как АНАНД АСАНА, так как она дает предвкушение покоя и блаженства и склоняет к созерцанию. Она излечивает человека, выполняющего ее, от всех болезней и освобождает организм от расстройств, отравления и токсинов. Она избавляет человека от лени, вялости и умственной слабости.
- 4) СВАСТИКА АСАНА. (счастливая или благоприятная поза). Она имеет все добродетели ее имени.

Для целей духовного развития Сукха или Сидха Асана подходят превосходно. Кроме них, некоторые из хорошо известных асан таковы: ГАУ АСАНА (поза коровы), СИМХА АСАНА (поза льва), ВАДЖРА АСАНА (поза молнии), ХАЛ АСАНА (поза плуга), ШИРШ АСАНА (стойка на голове), САРСАНГ АСАНА (стойка на плечах), ДХАНУР АСАНА (поза лука), ШАВА АСАНА (поза трупа), МАРКАТ АСАНА (поза обезьяны), МАЮР АСАНА (поза павлина), КУКАТА АСАНА (поза петуха), ГАРУД АСАНА (поза орла), УШТР АСАНА (поза верблюда), ВАТЬЯН АСАНА (поза лошади), БХУДЖАНГ АСАНА (поза кобры), САЛАБХ АСАНА (поза саранчи), ПАДАХАСТ АСАНА, ТРИКОН АСАНА, ВИРКШ АСАНА (поза дерева) и т.д. Это показывает широту человеческого разума – учиться даже у животных и других объектов.

Асана как форма йоги

Некоторые рассматривают асаны как составляющие Йогу сами по себе и дали им название АСАНА ЙОГА. Но она не должна использоваться для показа физических подвигов и умения, как делают некоторые гимнасты, или как средство зарабатывать на жизнь. Это – йога в том смысле, что без дисциплинированной асаны невозможно наблюдать, искоренять и устранить ВРИТИ, или ментальные потоки, которые продолжают возникать в материи разума, или неизмеримом озере разума (чит). Система йоги подразделяется обычно на две части: ПРАН-КАЛА, или Путь Пран и ЧИТ-КАЛА, или Путь Чит. В то время как Хатха Йога имеет дело с Пран-Кала, Раджа Йога связана с Чит-Кала. Асаны образуют неотъемлемую часть обеих йогических систем, и, фактически, являются существенной частью в каждой форме йоги, какова бы она ни была. Асаны из-за их важности были выделены в систему йоги сами по себе; так же как ДХАРНА и ДХИАН ввиду их важной роли в практике йоги часто описываются как Дхарна Йога и Дхиан Йога. Тело по необходимости должно быть установлено в одной позе на значительное время – три часа – потому что, постоянно меняя позу, невозможно заниматься практикой йоги, так как с каждым изменением позы врити приводятся в движение, и разум никогда не станет устойчивым и спокойным. Следовательно, необходима твердая и устойчивая поза, но характеризующаяся легкостью и комфортом, чтобы практикующий мог не чувствовать усталости и утомления в то время, когда он сидит для ЧИТ-ВРИТИ-НИРОДХА (устранения модуляций разума).

Достоинства асан

Кроме помощи в контроле разума, устойчивая асана имеет много достоинств, и они могут быть классифицированы следующим образом.

1. Физические достоинства:

- а) мышечная и артериальная системы приводятся в надлежащий порядок;
- б) все тело заряжается здоровьем, силой, излучающейся жизненной энергией;
- в) пупковый центр в теле полностью обеспечивается теплом, которое помогает в пищеварении;
- г) праны, или жизненные энергии в теле, начинают функционировать с регулярным и ритмичным движением;
- д) бесстрашие, мужество и сила воли приходят сами по себе;

е) получают контроль над телом и никогда не чувствуют усталости, подавленности и удрученности.

ж) у того, кто ощущает внутреннюю радость и бодрость духа, лицо сияет здоровьем.

2. Ментальные достоинства:

а) разум становится устойчивым и устремленным, приобретает привычку работать с фиксированным вниманием;

б) свежесть разума;

в) быстрое понимание и ясность видения;

г) развивается воображение и улучшается сосредоточение внимания, или ДХИАН;

д) развивается привычка глубокого и сосредоточенного размышления над трудными для понимания духовными проблемами.

3. Духовные преимущества:

а) с помощью ухода физического сознания благодаря устойчивости тела, человек постепенно поднимается над парами противоположностей или состоянием двойственности, то есть голодом и жаждой, теплом и холодом, привязанностью и непривязанностью, и так далее;

б) легко пересекая состояние ТАМОГУН (инертности) и РАДЖОГУН (беспокойства), человек приобретает состояние САТОГУН (покоя и уравновешенности).

Несколько предосторожностей обычно рекомендуется, чтобы обезопасить садхака от возможных осложнений или препятствий. Он должен практиковать асаны в уединении, чтобы они никогда не стали для него средством показать свою виртуозность аплодирующей публике. Ему также желательно избегать близости к огню, компании женщин, нежелательных друзей или чего-либо подобного, в чем может заключаться риск для его тела или умственного равновесия. Он должен также избегать злоупотребления в пище и питье, а также поста; так как первое обременяет тело и отвлекает его энергии, а второе подрывает жизненность. Это и есть срединный путь, которому Будда учил своих учеников, как он сказал в своей первой проповеди:

"Чувственность обессиливает, потворствующий себе человек - раб своих страстей, и искание удовольствий - унижительно и вульгарно."

"Страдая, изнуренный аскет производит смущение и нездоровые мысли в своем разуме. Убиение плоти не способствует даже мирскому знанию, насколько же меньше - победе над чувствами."

Правило золотой середины, относящееся ко всему, применимо также к упражнению.

Понимающий садхак не будет ни рассеивать свои энергии в сверхнапряженном упражнении типа поднятия тяжестей, бега, прыжков в высоту или в длину, ни притуплять их до летаргии. Короче, умеренность и простота должны быть лозунгами его жизни.

Те, кто специализируется в Хатха Йоге или также в Прана Йоге, далее устанавливают следующие условия своей повседневной жизни:

а) уединенное место на умеренном уровне;

б) крытая соломой хижина, желательно квадратная по форме, среди естественного пейзажа и зелени;

в) в ней должна быть кирпичная или деревянная платформа (такхат) для сидения;

г) сидение должно быть покрыто пальмовыми листьями или сухой травой, шерстяным ковром или шкурой оленя;

д) место должно быть выбрано так, чтобы иметь ровный, умеренный климат круглый год;

е) нужно упражнять тщательную умеренность в диете и напитках, желательно одну порцию овсянки в день;

ж) никому постороннему не должно разрешаться посещать святыню.

ГХЕРАНДА САМХИТА, хорошо известный трактат по йоге, дает детальное описание асан и связанных с ними практик, то есть МУДРА и БАНДХА. МУДРА - это закрытые позы, а БАНДХА - фиксированные позы. Первые, будучи психофизическими по природе, обычно называются ЖЕСТАМИ, а вторые, будучи чисто физическими по природе, являются лишь СОКРАЩЕНИЯМИ МЫШЦ и используются как уловки для удержания пран в определенных местах.

В то время как есть достаточно большое число мудра, бандха немногочисленны.

Хорошо известные мудры, или жесты, таковы: 1) МАХА МУДРА (великий жест), МАХА БАНДХА, 3) МАХА ВЕТХА, 4) УРГЬЯН (УДЛЪЯМ), 5) КХЕЧАРИ (движение в пустоте), 6) ВАДЖРОЛИ, 7) ДЖАЛАНДХАР, 8) МУЛВАНТ, 9) ВИПРИТ КАРНА (САУВАНГ), 10) ШАКТИ ШАЛАНА или ПРИТХВИ, АМБХАВИ, ВАЙШВАНАРИ, ВАЯВИ и АКАШИ, соответствующие пяти элементам: земля, вода, огонь, воздух и эфир. Вдобавок к ним есть еще другие, такие как



НАБЛО МУДРА, ЙОНИ, МАНДУКИ, КАКИ, МАТАНГИ, БХУДЖАНГИНИ, АШВИНИ и т.д. Другие, не перечисленные, являются модификациями этих.

Мы можем кратко описать некоторые из них:

1) АШВИНИ МУДРА. Как указывает название, она состоит в чередующемся расширении наружу и сжатии внутрь мышц прямой кишки глубоким вдохом и выдохом, как делает АШВИНИ или кобыла после выбрасывания кала. Это помогает в очищении кишок, толстой кишки и стенок, и в изгнании ядовитых газов.

2) ВАДЖРОЛИ МУДРА. Она состоит во внутреннем очищении половых органов орошением главных проходов прежде всего насыщением кислородом или воздушной ванной с помощью катетера, а затем орошении их водой, смешанной со слабым антисептиком. Это выполняется процессом НАУЛИ или с помощью пульверизатора или душа. В своей высшей технике, нужно удерживать извержение своих половых выделений и вновь поглощать их в организм.

3) КХЕЧАРИ МУДРА (движение в пустоте). Она состоит в поворачивании языка назад и вдавливания его глубоко в горло. Упражняющийся расщепляет свой язык в форме вилки, как у змей. Эти вилообразные языки затем омываются смешанной жидкостью из молока, очищенного масла и золы; а затем с праническим упражнением он закрывает или затыкает две дыры позади ноздрей кончиками раздвоенного языка и остается поглощенным в этом состоянии дни напролет; и, как змея или черепаха, он может продолжать пребывать в бессознательном состоянии до такой степени, что не может сам возвратиться в сознание без помощи извне.

Весь процесс очень сложен и не может выполняться мирянином безнаказанно, без помощи совершенного йога. Как указывает название, разум остается поглощенным в КХЕ (пустоте), как язык в пустоте глотки.

Но этот тип самадхи – не настоящее самадхи с пробуждением в космическом масштабе и сверхкосмическом состоянии, а лишь род транса, в котором полностью теряют самосознание. Это не цель истинной йоги, которая направлена на ЧАЙТАНЬЯ САМАДХИ в отличие от ДЖАР САМАДХИ. Хатха йог с помощью практики этой мудры может, собрав свои праны в САХАСРАР, закрыться в ящике, который может быть закопан на месяцы. Этот вид Джар Самадхи не приносит какого-либо сверхчувственного знания, мудрости и осознания, характеризующих полное пробуждение, или Чайтанья Самадхи, которое достигается, когда сила сознания полностью утвердилась в своей истинной природе, и которое может быть прекращено по желанию. Это есть КАЙВАЛЬЯ, или состояние вечного унисона с космической и сверхкосмической жизнью, в отличие от камнеподобного, инертного состояния.

Для развития концентрации можно практиковать следующее:

1. АГОЧАРИ МУДРА (незаметный жест). В ней нужно сидеть в своей асане с концентрацией, фиксированной на кончике носа.
2. ВХОЧАРИ МУДРА (жест пустоты). В ней внимание сосредоточено на пустоте, пространстве на четыре пальца вниз от кончика носа, до которого доходит дыхание.
3. ЧАЧАРИ МУДРА. Она называется жестом черной пчелы, так как в ней разум должен быть фиксирован на черном пятне позади глаз.

Занимаясь контролем дыхания, или пранаямой, можно выполнять УНМАНИ МУДРА или КАВАЛА КУМБХАК. Последнее – состояние ошеломленного упоения, а первое – мирного покоя.

Опять же, при выполнении некоторых асан нужно делать определенные мышечные сокращения или узлы с целью контроля жизненной энергии. Эти сокращения или узлы называются термином БАНДХА. Они особенно необходимы при занятии пранаямой.

Важнейшие из них:

- а) МУЛА БАНДХА (сжатие основного плексуса). Ею АПАНА ВАЮ, или выделительная энергия, закрывается и отводится внутрь и вверх в область праны, что вызывает соединение праны с апаной, дыхательной энергии с выделительной. Она делается давлением на прямую кишку пяткой и сильным втягиванием внутрь дыхания.
- б) ДЖАЛАНДХАРА БАНДХА: сжатие шейного плексуса, где встречаются все артерии. Она выполняется давлением подбородка на ямку между ключицами на груди. Она препятствует нектару, идущему вниз из Сахасрара, быть поглощенным огнем в области пупка.
- в) УДДИЯНА БАНДХА: она состоит в сжатии мышц пупка, чтобы дать опору легким и желудку во время вдоха и выдоха. Она также заставляет жизненное дыхание течь через тонкий нерв и поэтому известна под именем летучего сжатия.

Совершенство в асанах (АСАНА СИДДХИ)

Есть три признака совершенства в АСАНА СИДДХИ:

1. Во время асаны тело должно быть в состоянии совершенного покоя и расслабления, без всякого движения какой-нибудь его части.

2. Кроме того, нужно подниматься над телесным сознанием и не осознавать даже сенсорных и моторных потоков, которые должны оставаться сами по себе, без всякой мысли о них.

3. Последнее, но не наименьшее, нужно ощущать и действительно наслаждаться счастьем и блаженством внутри.

Можно приобрести Асана Сиддхи, или дисциплину, за год, занимаясь этим регулярно от одного до шести часов в день.

Однако, прежде чем следовать дальше в нашем обзоре Аштанг Йоги Патанджали, мы должны напомнить себе, что овладение асанами и умеренность в жизни должны рассматриваться как средство, а не как цель. Садхак не должен забывать, что физическая культура является подготовкой. Как он использовал этику с ее Яма и Нияма, чтобы очистить свой разум для внутреннего путешествия, так же он должен дисциплинировать свое тело и повседневную жизнь, а затем работать ради своей конечной цели: единства с Брахманом. Это положение нужно подчеркнуть, потому что человеческая природа такова, что следуя трудным путем, часто забывают конечную цель, принимая средства за цель. Многие йоги принимаются за развитие физической культуры так, будто это начало и конец йоги. В таких случаях успех в практике асан и в умеренности потребностей вместо подготовки пути для дальнейшего прогресса приносит с собой чувство гордости и тщеславия, приводя к самодовольству и духовной инерции. Различающий садхак освоит основы этой ветви йоги – секрет здоровья и лучшую позу для медитации – но он не будет пытаться специализироваться в ней или овладеть всеми ее тонкостями, так как он будет знать, что быть поглощенным средствами – значит забыть цель.

Пища

"Какова пища, таков разум", – гласит древнее изречение, и в нем заключена неопровержимая истина, так как именно пища формирует тело и мозг.

Сатвичная пища играет важную роль в совершенствовании тела, которое предусматривается Хатха Йогой, и помогает в проведении любой садханы, или йоговской дисциплины, без усталости, вялости, лени или сонливости. Таблица на следующей странице перечисляет некоторые из продуктов, помогающие йоговской садхане или мешающие ей.

Короче, свежие и зеленые овощи, листья овощей, фрукты и орехи, молоко, масло и ГХИ (очищенное топленое масло) составляют идеальную диету для любого человека. Трехразовое питание считается более чем достаточным. Мы можем отметить, что несвежая, очень пряная, недоваренная или переваренная пища, а также перезрелые, недозрелые или надрезанные фрукты, сладости и конфеты должны избегаться. Также газированные напитки, стимуляторы вроде чая и кофе, а также интоксиканты всех видов не должны употребляться.

Продукты Хатха Йоги

Пища, способствующая йоговской садхане

Пища, тормозящая йоговскую садхану

1. Ячмень, черный грам (вид гороха), цельный мунг (зеленый грам), рис, тил (кунжутное семя), шакар (неочищенный пальмовый сахар), молоко и молочные продукты, масло и топленое масло – все умеренно.

Мот, маш, мусур (чечевица), горошек, необлущенный грам, пшеница, масла растительные и жиры, кислое молоко и творог, несвежее гхи, мясо во всех видах, рыба, птица, яйца и т.д.

2. Черный перец, миндаль, имбирь, смородина, плод лайм – умеренно.

Ананас и красная редиска.

3. Манго, виноград, гуава, яблоки, апельсины, инжир, крыжовник, финики и персики – умеренно.

Арбуз и какари.

4. Дыня, огурцы – в малых количествах.

Тури (тыква), каша-фал (красная тыква), бринджал (баклажан), дамский пальчик и чулаи (амарант – растение типа шпината).

5. Тыква, плаин тури (горная тыква), гхия тури (равнинная тыква), шпинат, парвал (coecinia indica), листья сваран – в малых количествах.

Специи, приправы, чилли, перец, соусы и другие кислые продукты, действующие как стимуляторы, острое, горькое и кислое.

### 2. 2. 3. Пранаяма, или йогическое дыхание

Тот, кто знает прану, знает Веды.

Сантис

Прежде чем иметь дело с пранаямой, необходимо знать, что такое ПРАНЫ (жизненные энергии), их классификацию, функции и т.д. в теле, как они действуют и связанные с ними вещи. Прана – это общая сумма всей энергии, проявленная во Вселенной, общая сумма всех сил в Природе. Тепло, свет, электричество, магнетизм, гравитация и т. д. – все это проявления праны. Все силы, энергии и даже сами праны исходят из одного и того же источника – первоисточника атмана. ПРАН ТАТВА намного выше МАНАС ТАТВА, или умственного принципа, о котором Нанак говорит: Тот, кто побеждает разум, побеждает мир.

Движущей силой материала разума, как уже сказано, является сила праны, и поэтому регулирование и контроль праны, первичной силы во Вселенной, имеет первостепенную важность и намного выше всех остальных психофизических дисциплин. В ГОРАКХ САМХИТА сказано, что знающий секрет праны знает секрет йоги, так как в ритмичном регулировании праны заключается, главным образом, практический аспект йоги.

Праны классифицируются на пять важных категорий согласно природе их функций:

- а) ПРАНА – связана с дыхательной системой. Это дыхание жизни и, как птица в клетке, дает жизненность человеческой системе. Ее местонахождением, говорят, является область между двумя бровями, называемая ЧИД-АКАШ, до этого места простирается поле ее действия.
- б) АПАНА – помогает выделительной системе, так как имеет тенденцию течь вниз. Она действует в области ниже пупка.
- в) САМАНА – помогает пищеварительным органам. Она названа так, потому что она подводит пищу одинаково ко всей системе. Ее местонахождение – пупок, и она распространяется во все стороны, питая тело в целом.
- г) УДАНА – связана с глотанием. Она названа так по ее качеству поднимать, тянуть или направлять дыхание. Ее движение ощущается между пупком и головой. Ее местонахождение – в шее, и она имеет тенденцию течь вверх.
- д) ВЬЯНА – помогает в поддержании циркуляционной системы во всем теле. Она воздействует на внутреннее разделение и диффузию, и названа так по ее способности проникать во все тело (вьяпати), как эфирный элемент.

Кроме этих главных пран есть пять других видов меньшей важности, а именно:

1. НАГА – помогающая отрыгиванию или отрыжке.
2. КУРМА – связана с глазами, помогает процессу моргания и вызывает сон.
3. КРИКАЛА – понижает лицевые мышцы и распространяется в действии чихания.
4. ДЭВА-ДАТТА – вызывает зевоту и легкий сон.
5. ДХАНАН-ДЖАЙ – связана с работой усвоения.

Эти жизненные энергии пронизывают кожу, кости, мышцы, сухожилия, связки и тому подобное.

Плексусы и чакры

Точка или центр, в которой переплетаются друг с другом несколько нервов, артерий и вен, называется сплетением (плексусом). Аналогично, есть плексусы, или центры жизненных сил, в СУКШАМ, или тонких НАДИ, и они называются ЧАКРЫ или ПАДМЫ. НАДИ – это астральные трубы, сделанные из астральной материи и служащие проходами для тонких пран, через которые они действуют в тонком теле так же, как нервы, артерии и вены в грубом физическом теле. Все эти тонкие трубы, нади, исходят из КАНДА центра, где СУШМАНА НАДИ встречается с МУЛАДХАРА ЧАКРА в основании позвоночника. Самые важные из этих нади – ИДА, ПИНГАЛА и СУШМАНА. Все эти три нади находятся внутри спинного мозга. Ида и Пингала находятся слева и справа соответственно от Сушмана или СУКХМАН. Дыхание обычно течет через каждый около двух часов попеременно. Но когда оно течет через Сушмана (канал АГНИ), разум становится устойчивым. Эта устойчивость, или УНМАНИ АВАСТХА, как ее называют, является высшим состоянием в Раджа Йоге, так как в этом состоянии медитация чудесна. Практика Пранаямы необходима для очищения нади, так как из-за нечистот в них дыхание не может пройти через средний нади.

Грубая прана путешествует в нервах физического тела, а тонкая движется в астральных трубах (нади). Дыхание является внешним эффектом проявления грубой праны.

Существует очень тонкая связь между грубой и тонкой праной. Если разум и прана прекращают вибрировать, никакие мысленные волны не возникают.

Разум функционирует с помощью праны,  
Именно от праны (жизни) все произошло.

Чхандогья Упанишад

Когда прана уходит из тела, все органы прекращают функционировать, так как в теле нет большей силы, чем биоэнергия (прана).

Пранаяма: элементарные упражнения

ХАТХА ЙОГА ПРАДИПКА обращает большое внимание на йоговское дыхание, ибо "вся жизнь существует только от дыхания до дыхания", и сказано, что "тот, кто дышит наполовину, живет только наполовину". Мы должны, поэтому, развивать голод на воздух, потому что "жизненные энергии являются настоящим *rabulum vitae* (питание жизни - лат.)", - говорит Гиппократ. Глубокое дыхание - большая позитивная помощь в самосовершенствовании и помогает в сохранении здоровья, молодости и долголетия. Привычка к сознательному глубокому дыханию дает хорошее упражнение дыхательным органам и обеспечивает свободную циркуляцию крови. Дыхание состоит из попеременного расширения и сжатия, когда воздух втягивается и выбрасывается из легких, что называется вдохом и выдохом. За каждым из них следует задержка на вдохе и выдохе. Итак, пранаяма имеет четыре процесса, а именно: ПУРАКА (вдох), АНТАР КУМБХАК (задержка на вдохе), РЕЧАКА (выдох) и за ним следует ВАХЬЯ КУМБХАК, или СУНЬЯКА, (пауза на выдохе). Это можно делать через обе ноздри очень, очень медленно и нужно повторять это от 10 до 20 раз утром и вечером в течение трех месяцев. Можно начать с Пурака и Речака, а после некоторого времени добавить две остальные фазы пауз (Антар и Вахья Кумбхака) на несколько секунд. Практикой и настойчивостью можно приобрести сноровку в йоговском дыхании. Задержка дыхания по желанию после вдоха или выдоха называется КЕВАЛЬЯ КУМБХАКА.

Пранаяма Сукх Пурвак

(легкая и комфортная форма пранаямы)

Сидя в Падам или Сукх асане, нужно закрыть правую ноздрю большим пальцем правой руки и выдыхать воздух медленно и ритмично в долгом и непрерывном выдохе через левую ноздрю. Теперь левую ноздрю тоже нужно закрыть маленьким или безымянным пальцем правой руки и нужно сохранять Вахья Кумбхак как можно дольше, без малейшего дискомфорта. Затем нужно вдыхать очень, очень медленно через правую ноздрю после убирания большого пальца, после чего следует Антар Кумбхак. Затем порядок обратный. Все эти восемь процессов составляют одну пранаяму. Нужно начинать с пяти - десяти пранаям утром и вечером, на пустой желудок, и постепенно увеличивать их число до двадцати, вместе с увеличенным Кумбхак, или задержки, не вызывая никакого неудобства. Делая пранаяму, можно думать, что ДИВЬЯ САМПАРДИ (Ниямы), такие как милость, сострадание, любовь, мир и радость, поглощаются организмом, а Асурая Сампарди (Ямы), такие как гнев, похоть, жадность, эгоизм, выбрасываются из организма. Было бы хорошо повторять СИМРАН, если пожелаешь, во время пранаямы.

На более высоких стадиях пранаямы жизненное дыхание поднимается в Сушмана Нади и течет к САХАСРАРУ. В первое мгновение движение ощущается как движение муравья, постепенно вырастает в движение лягушки, пока с очищением нади длительной практикой прана не начнет летать как птица.

Есть различные типы контролирующего дыхание процессов:

- 1) выдох и вдох через оба носовых канала в сочетании с Кумбхака;
- 2) выдох и вдох через один из носовых каналов за один раз в сочетании с последующей Кумбхака; это называется СУРЬЯ БХЕДАНА и ЧАНДРА БХЕДАНА, когда выполняется через правую и левую стороны соответственно;
- 3) вдох через оба и выдох через один из носовых проходов за один раз;
- 4) ШИТКАРИ и ШИТАЛИ - это две формы втягивания и всасывания воздуха через надутые губы, вдоль языка (после закрывания обеих ноздрей) и, после задержки воздуха немного в глубине, выпускание его через ноздри. Это напоминает питье жизненного дыхания через вороний клюв.
- 5) БХАСТРИКА. Она состоит в быстрой последовательности вдохов через один канал за один раз и затем медленном выдохе последнего дыхания через другой канал и наоборот. Она похожа на работу мехов и поэтому называется "дыхание мехов", или БХАСТРИКА.

Пранаяма, или йоговское дыхание, может выполняться с пользой и успехом под руководством Гуру, или адепта в методике, теми, кто соблюдает правдивость, воздержание, умеренность в диете, трезвенность, смирение и терпение, не

употребляет никаких наркотиков и, превыше всего, свободен от болезней сердца и легких, а также врожденных расстройств.

Великое достижение пранаямы – пробудить и привести в полное действие свернутую кольцами змеевидную силу Кундалини, лежащую в дремлющем состоянии в центре основания позвоночника. При ее подъеме выше и выше по Сукхман различные тонкие центры в тонких нади становятся освещенными, пока она не достигает Сахасрара, источника света. С уничтожением пелены над Сиянием Вечности разум быстро становится поглощенным, и концентрация следует сама собой.

Контроль мышц и нервов с помощью практики асан – это лишь подготовительная стадия, а настоящая техника йоги начинается с использования жизненных пран, или десяти движителей в теле.

Пранаяма приносит ЧИТ ШУДХИ, МАНАС ШУДХИ и НАДИ ШУДХИ, и посредством их делает устойчивым разум и помогает в концентрации, а также в разрушении покровов, коша, на душе. Она устраняет все желания, улучшает решимость и помогает в сохранении БРАХМЧАРИИ (воздержания), в достижении ЭКАГРАТА (сосредоточенности) и КУМБХАКА (состояния покоя), с или без ПУРАКА или РЕЧАКА – процессов вдоха и выдоха.

Пранаяма должна делаться после ответа на зов природы (туалет) и после тщательной прочистки ноздрей или носовых каналов чистой и тепловатой водой и полоскания горла.

Она должна выполняться в одиночестве, в сидячей позе, в комнате с открытыми окнами, чтобы впустить свежий воздух, и с закрытым ртом. После пятнадцати минут практики хороша чашка молока. Нужно избегать ванны (купания) сразу после таких упражнений.

Цель пранаямы – сдержать врити разума и сделать вещество разума устойчивым, как пламя лампы в безветренном месте. Все АБХЬЯС, или практики, направлены на приведение разума к его источнику – ХИРДЕЙ ГУХА – и поглощение его в атмане. Злые врити разума можно устранить культивированием хороших врити, чтобы заменить похоть (кам) воздержанием (брахмчария), гордость (мадха) смирением (нимрта), жадность (лобх) удовлетворенностью (сантош), скупость – великодушием, иллюзию – различием, неискренность – искренностью, непостоянство – решимостью, надменность – вежливостью, зависть – благородством, привязанность – непривязанностью, враждебность – дружественностью и т.д.

Ведантический метод состоит в обрезании ветвей САНКАЛЬПА с дерева разума (манас), а затем уничтожении самого дерева обрезанием корней в эго.

Пранаяма как форма йоги (Прана Йога)

Важность пранаямы как неотъемлемой части Хатха Йоги и Раджа Йоги так велика, что некоторые стали считать ее саму по себе независимой формой йоги и дали ей название Прана Йога.

Как уже объяснялось, нади Ида и Пингала, начинающиеся от СВАДХИСТАН ЧАКРА, центра жизненного дыхания, идут спирально вокруг центрального нади, Сукхмана, и кончаются в левой и правой ноздре соответственно. Ида находится под влиянием Луны, а Пингала – под влиянием Солнца. Ида имеет избыток влаги Луны и представляет женский принцип, а Пингала имеет энергию Солнца и представляет мужской принцип в природе. Обе эти нади, негативная и позитивная, работают под воздействием ПРАКРИТИ и ПУРУШ, т.е. материи и души в сочетании.

Когда Пингала Нади, находящийся под влиянием энергии Солнца, находится в активном движении, пища принимается легко и быстро усваивается. Когда Ида Нади начинает действовать, он приносит силу и жизненность организму, помогает в развитии тела и телесных мышц и т.д. Именно под влиянием обоих этих небесных тел, действующих через эти нади, происходит дальнейший рост в природе и в человеческих существах – и мужских, и женских. Влага Луны помогает производству РАДЖ в женщинах, а жизнедающая энергия Солнца – ВИРАДЖ, или семени, в мужчинах. В дневное время солнечный нади (Пингала) действует большую часть времени, и поэтому пищу нужно принимать, когда жизненная энергия Солнца находится в активном движении, так она легко растворится в организме и станет источником силы. Пища, принятая ночью, после захода Солнца, может создать лишний вес и жир в теле, желудочные расстройства, которые могут привести к нарушению равновесия элементарных составляющих в теле: КАФ (флегмы), САФРА (жара) и САУДА (газовых вибраций), и т. д.

Праническая дисциплина

Эта дисциплина, вкратце, состоит в развитии:

- а) какого-то центра внутри тела, скажем, плексуса сердца, или области жизненных энергий, где пребывает МАНО-МАЙ-АТМАН;
- б) некоторого центра вне тела;

в) нужно работать над обоими центрами внутри и снаружи и делать пранаяму между этими двумя центрами;

г) практики ТРАТАК, или тренировки видения (зрения), постепенным переносом внимания извне внутрь и удерживанием его фиксированным на одном из этих внутренних центров некоторое время.

Для развития центров вне тела нужно сидеть в уединении и сделать желтое пятно на белой бумаге, которую надо поместить на стол или повесить на стену на уровне глаз. Затем делается тратак, или фиксирование взгляда, на этом пятне, когда действует Пингала нади. Внимание также нужно фиксировать на Звуче Анахат и постепенно быть поглощенным в нем. После такой практики в течение нескольких дней пятно следует заменять голубым, красным, голубовато-белым и, наконец, ярко белым, практикуясь на каждом окрашенном пятне по несколько дней. Цель практики тратак (смотрения на пятно) – иметь ясное видение цветов элементов, представляющих цвета земли, воды, огня, воздуха и эфира, соответственно. Для более быстрых результатов это нужно делать по крайней мере два-три часа ежедневно. Это улучшает зрение и очень помогает во влиянии на других.

Однако, нужно позаботиться о расстоянии между пятном и органом зрения. Для начала пятно нужно расположить на расстоянии около двух футов; после нескольких дней практики расстояние нужно уменьшить до одного и трех четвертей, затем до одного и до полфута. Когда этот тратак развивается во что-то вроде возбуждающей поглощенности, оно может быть поднесено еще ближе к кончику носа. Тогда начинается настоящая садхна (садхана), и постепенно внимание должно быть приведено к корню носа между двумя бровями. Важность этой практики в том, что разбросанные врити должны контролироваться, быть собраны от блуждания извне в неподвижной точке в теле, в местонахождении разума, и обращены внутрь, чтобы привести их в контакт со Звучом Анахат. Это также само собой вызывает ритм в пранах; врити и праны одновременно приспосабливаются сами по себе. С помощью процесса тратак разум и праны становятся гармонизированными, и душа прорывается сквозь mano-mai и pran-mai коши, или покрывающие оболочки.

Достоинства Прана Йоги

Практика Прана Йоги помогает в развитии всех чувственных способностей – восприятия, слуха, обоняния, осязания и вкуса. Йог может силой своей мысли привлечь себе на помощь из атмосферы все силы, какие захочет, связавшись с ними мысленно. Очень холодной зимой садхак может сидеть в сидх асане с фиксированным на груди подбородком, думать о солнце и начать практику с Пингала, или солнечным нади. Само собой будет генерироваться тепло, и он покроется потом. Тем же путем можно летом в полуденный зной иметь ощущение холода. Все это зависит от силы мысли, при условии знания, как фиксировать свое внимание на местонахождении души. Такова высота Прана Йоги. Можно развить все эти силы, приведя разум и праны на один общий уровень. Сила мысли исходит из разума, и Прана Йога состоит в приведении праны в унисон с разумом на уровне души, или божественном плане.

2.2.4. Пратьяхара, или контроль чувств

(Уход внутрь и абстрагирование)

Это означает изъятие чувств из чувственных объектов. Разум делается чистым практикой яма, нияма и пранаяма, а ПРАТЬЯХАРА дает высшее господство над чувствами. Контроль чувств, поэтому, является главным фактором в йогической науке. До тех пор пока кони чувств не контролируются и не сдерживаются в их сумасшедшей скачке по полям удовольствий и наслаждений, разум, вероятно, не может быть успокоен. Поэтому чувства должны быть убраны с сенсорного плана и защищены от принятия всех внешних впечатлений и влияний. Визуальное восприятие и слух являются двумя основными каналами, по которым мы получаем не менее 88 – 95 процентов наших впечатлений, а оставшиеся 5 процентов или около того приходят от других чувств. Итак, первостепенной важностью является закрытие шлюзов глаз и ушей, чтобы помешать потоку извне войти и наводнить озеро разума. Чтобы решительно закрыть разум от атак чувств, изучающему йогу необходимо удаляться на некоторое время каждый день в "монашескую келью" своего сердца, так как общеизвестно, что мутная вода становится чище сама по себе, если позволить ей отстояться некоторое время.

Можно практиковать пратьяхару (контроль чувств как предварительную стадию для достижения состояния задумчивости, или отвода чувств) с помощью различения и проницательности. Со знанием истинных ценностей жизни мы приходим к игнорированию нездоровой и недостойной пищи, которой иначе потворствуют чувства, и тем самым подходим к контролю вещества разума. Это равносильно нарушению движения чувств в мире с помощью взрыва полей иллюзорных удовольствий силой

различия. Пратъяхара очень важна для достижения успеха в йоге. С обращенными внутрь чувствами йог может работать ради сознания внутри себя. Разум становится очищенным благодаря этой практике, вырастает уверенность в своих силах, и это позволяет вести строго аскетическую жизнь.

В Бхагават Гите мы читаем:

Пусть он держит все эти (чувства) сдержанными и концентрируется на Мне; так как тот, кто держит инструменты чувств под своей властью, имеет постоянную мудрость. Упомянутые выше пять факторов – ЯМА, НИЯМА, АСАНА, ПРАНАЯМА и ПРАТЪЯХАРА – представляют подготовку для прогресса в йоге. Они являются лишь вспомогательными, но не главными элементами йогической системы. Они помогают в очищении тела, пран, разума и ИНДРИЙ.

Теперь мы подходим к непосредственным внутренним средствам помощи в йоге; их три – ДХАРНА, ДХИАНА и САМАДХИ, которые образуют АНТАРАНГ САДХНА или внутреннюю дисциплину.

#### 2.2.5. Дхарна, или Самъям

(Поглощенность или концентрация)

Контролируя праны с помощью пранаямы и чувства с помощью пратъяхары, изучающий йогу теперь должен фиксировать свой разум на чем-то. Его можно фиксировать на чем-то внешнем, таком как идол, картина или любой другой вид изображения; или его можно фиксировать на чем-то внутреннем, на каком-нибудь из телесных центров в ПИНД или на какой-нибудь идее, или на каком-нибудь из астральных центров в АНД. Следовательно, дхарна (дхарана) состоит в фиксировании разума на конкретном месте, объекте, идее или центре, как находят удобным. Любой тип дхарны помогает сделать разум устойчивым и полезен по-своему.

1. Дхарна на любое из чувственных восприятий обеспечивает устойчивость разума, собирая его блуждания в фокусе.

а) На кончик носа: это дает опыт ДИВЬЯ ГАНДХ, или божественного аромата. Это называется ВАРТА СИДДХИ.

б) На кончик языка: это дает опыт вкуса эссенции дивья, или божественной материи – манны и нектара. Божественное знание вкуса известно как АСВАДАН.

в) На середину языка: это дает опыт божественного прикосновения, или близости возвышенного присутствия. Божественное знание прикосновения известно как ВИДАНА.

г) На корень языка: это дает опыт звуков дивья, или святой гармонии. Это называется СРАВАНА.

д) На небо над языком: это дает опыт цветов дивья, или составных частей яркости. Это божественное знание зрения называется АДАРША.

2. Дхарна на светящуюся ментальную форму в местонахождении разума. Ее выполняют сначала вдыхая, а потом выдыхая и одновременно думая о перевертывании вверх восьмилепесткового лотоса ниже сердца, лежащего в настоящее время лицевой стороной вниз, а затем фиксируя внимание на сияющем свете в лотосе, через который проходит СУШМАНА или БРАХМ НАДИ.

3. Дхарна на Мастеров-Душ, таких как Будда, Христос или, еще предпочтительнее, на живого Мастера, свободных от всех желаний, также освобождает от всех желаний, умственных привязанностей и от рабства разума и материи.

4. Дхарна или Самъям на внешние объекты: дхарна на небесные тела – Солнце, Луну, планеты и т.д. – дает сверхчувственный опыт, например:

а) На Солнце: это дает знание Брахманда, состоящего из четырнадцати бхаван, или сфер; семи верхних, более высоких миров, или ЛОК (БХУР, БХУВА, СВАХ, МАХА, ДЖАНАХ, ТАПАХ И САТЪЯМ) и семи более низких ЛОК (СУТАЛА, ВИТАЛА, ТАЛАТАЛА, МАХАТАЛА, РАСАТАЛА, АТАЛА И ПАТАЛА).

б) На Луну: это дает знание звезд.

в) На Полярную звезду: это дает знание движения звезд.

г) На слона или ХАНУМАНА: это дает силу и мужество.

д) На форму тела: это вызывает исчезновение самого тела, так как способность понимания приостанавливается и связь между светом и глазами прерывается.

5. Самъям на внутренние центры, "Я" и индрии; дхарна или самъям, может выполняться на что-то вроде добродетелей, на внутренние центры, чакры и нади, например:

а) На НАБХИ, или пупок (МАНИПУРА ЧАКРА) – это дает знание строения тела.

б) На ямку на горле (ВИШУДХИ ЧАКРА) – это дает освобождение от голода и жажды.

в) На САХАСРАР – это дает божественные видения и ДАРШАН СИДДХОВ.

Методом последнего является концентрация на Брахмарендра, или отверстия Брахмы – отверстия внутри МУНДХУ, или головы, через которое божественный свет течет вниз.

НИРГУН УПАСАКИ проводят свою абстрактную медитацию на этот центр, который также известен как САХАСРАР.

г) На АНХАТ ЧАКРУ в сердце – это дает знание разума.

д) На КУРМА НАДИ (астральную трубу в груди, ниже горла, через которую КУРМА – второстепенный вид праны – управляет веками) – это дает устойчивость телу.

е) На внутренний свет сердца – это дает знание тонкого (ясновидение), неизвестного (зарытые сокровища), отдаленного (повсюду).

6. Можно делать самьям на свое "Я". Это дает ясновидение, ясновосприятие и другие трансцендентальные силы, также более высокие осязание, вкус, обоняние и т.д.; все это с помощью интуиции, или ПРАТИБХА, без каких-либо других специализированных самьям.

Посредством самьяма на природу своей сущности (познавательные возможности) получают способность чистого познания без внешней помощи чувств и органов чувств. С индриями, дремлющими в соответствующих им центрах, наслаждаются невыразимым блаженством (ананд) в состоянии, называемом САНАНД САМАДХИ.

7. Путем самьяма, или дхарны, на определенные черты тела, такие как цвет лица, голос и что-то иное, начинают понимать состояние и природу разумов других.

8. Посредством самьяма:

а) на разум (или мысли) – узнают содержание разума;

б) на время – получают знание всего;

в) на воздух и эфир или на отношение между ними – наделяются божественным слухом (шабд), и можно слышать любой тонкий звук с любого расстояния просто по желанию. Подобно, контактируя с АДХИСТАНА-БХУТА (ВАЮ ТЕДЖАС, ПРИТХВИ и т.д.), можно развить способности других органов до их полной силы.

г) На отношение между эфиром и телом или на легкость хлопка – приходит способность летать сквозь эфир или воздух, так как тело становится крайне легким, и можно двигаться везде в пространстве, как птица, и можно даже ездить на лучах солнца.

Йог, имеющий СИДДХИ в КХЕЧАРИ МУДРА, тоже может летать в воздухе. (Тот, кто знает САММОХАН ВИДЬЯ, или ИНДРА ДЖАЛА, тоже может двигаться через пространство, но это – ДЖАЛА, или только трюк, а не что-то реальное, так как он в действительности остается на земле, и если вы сфотографируете его, вы не получите фото человека, летящего в воздухе.)

д) На три модификации разума – приходит знание прошлого и будущего.

е) На ВИДЕХА – можно выходить из тела по желанию и функционировать без тела, ощущать всепроникающую природу в ее полной вездесущности, и можно выполнять КАЯ ПАРВЕШ, т.е. можно входить в тело любого другого человеческого существа и действовать через его тело и разум.

ж) На САМСКАРА (впечатления разума) – приходит знание предыдущих рождений.

9. Путем господства над:

а) УДАНА ВАЮ – прекращают иметь какой-либо контакт с водой, грязью или колючками, и можно окончить свое существование по желанию, так как с помощью УДАНА можно отделить свое астральное тело от физического и путешествовать в пространстве.

б) САМАНА ВАЮ – приходит сияние, и можно создавать огонь и вспышки света из своего тела.

10. Путем самьяма на добродетели:

а) На дружелюбие и другие добродетели – приходит способность передавать то же другим.

б) На различение (особое отношение между САТВА, или чистотой, и ПУРУША, или душой) – приходит сила всемогущества и всезнания.

в) На ШАБД – приходит знание звуков всех живых существ (включая звуки животных и птиц).

г) На кармы – получают знание времени своей смерти.

Когда разум становится необычайно чист и насквозь наполнен САТВА до самых своих корней, приходит спонтанное озарение. Разум имеет пять состояний:

а) КШИПТА, или блуждающий разум, с веществом разума в состоянии постоянной рассеянности.

б) МУДХА, или тупой и забывчивый разум, не знающий почти ничего. В нем разум находится в состоянии путаницы и тупости.

в) ВИКШИПТА, или разум, который собирается на мгновение, а затем разбрасывается. Это состояние несовершенной устойчивости.

г) ЭКАГРАТА, или разум, одаренный сосредоточенным вниманием и фиксированностью цели.



д) НИРОДХА – дисциплинированный, контролируемый и хорошо сдерживаемый разум. Никакая йога невозможна в первых трех состояниях. Она возможна только в четвертом и пятом состояниях.

Кроме этого, есть восемь видов СИДДХИ, способностей, которые обычно развивают сиддха, высшие существа:

а) АНИМА – способность проникать во все вещи, даже в АНУ, или атом, чтобы видеть его внутреннюю структуру.

б) ЛАГХИМА – способность приобретать легкость, чтобы ездить даже на лучах солнца. Это часто используется в левитации и транслевитации, несмотря на законы гравитации.

в) ГАРИМА – способность стать тяжелым, как сталь, и сделать любой объект недвижимым. Это противоположность ЛАГХИМА.

г) МАХИМА – способность приобретать обширную и всепроникающую величину, как пространство, и видеть работу всемирного устройства и отдаленные объекты, вроде солнечных систем.

д) ПРАПТИ – способность достигать всего, даже Луны. Она наделяет чувством проникновения во все.

е) ПРАКАМЬЯМ – способность иметь все желания исполненными.

ж) ВАСИТВАМ – способность командовать и контролировать все создания и стихийные силы, типа ветра и дождя.

з) ИШИТВА – способность играть роль творца, хранителя и разрушителя.

Кроме этих, есть много дополнительных достижений, которые получают просто путем процесса самоконтроля и концентрации, тоже называемые САМЬЯМ, например:

1) Понимать язык птиц и зверей.

2) Знать свои предыдущие рождения и иметь предвидение смерти.

3) Читать сокровенные мысли других.

4) Знать скрытые и тонкие предметы издалека, такие как планеты и звезды.

5) Предсказывать будущие события.

6) Переноситься в любое место в мире.

7) Исцелять прикосновением.

8) Достигать телесных совершенств в РУПА (форме), РАНГА (цвете лица), БАЛА (силе и мужестве), САНХАНАН (постоянстве), ЛАВАНЬЯ (физическом очаровании) и т.д.

Необходимо сказать здесь слово предупреждения относительно РИДДХИ и СИДДХИ, или сверхъестественных сил, которые очень часто приобретают в практике йоговской садхны, или йоговской дисциплины. Их нужно тщательно избегать, так как они – настоящие преграды на пути истинного духовного прогресса и достижения самореализации и реализации Бога, которые являются целью и завершением системы йога. ДЕВТЫ очень часто становятся ревнивы к человеческой душе, путешествующей по Духовному Пути. Они приходят с улыбкой приветствовать йогов, которые находят вход в более высокие сферы, приглашают их сладкими хитрыми словами и пытаются вызвать их падение. Даже великий йог Вишвамित्रа был соблазнен красотой небесного существа, девы, посланной Индрой соблазнить его. Он невольно попал в ловушку и сошел с Пути. Эти соблазны атакуют на второй стадии Пути, но оказываются бессильными против того, кто предан Пути, тверд и стоек в своей садхне.

Оставь сиддхи и уничтожь семена рабства,  
И достигни Кевалья, состояния совершенного  
Покоя и независимости.

И снова:

Не соблазняйся обаятельными улыбками небожителей

И избегай контакта со всем нежелательным.

Патанджали

Дхарна как форма йоги (Мансик Йога)

Фиксированность внимания является необходимым главным элементом во внутренней йогической садхне, и его значение нельзя переоценить.

Когда чувства успокоены, разум находится в покое и интеллект не колеблется – это, говорят мудрые, наивысшее состояние.

Катха Упанишад, 2:3-10

Именно из-за того, что она занимает стержневое положение в системе, некоторые считают ее формой йоги самой по себе, и дали название МАНСИК, или умственная йога (йога самопоглощенности).

Большинство изучающих посвящает себя полностью и единственно строгому соблюдению только яма и нияма, и этим едва ли делают какое-либо должное продвижение по Пути йоги, направленному на самореализацию и реализацию Бога. Те, кто идет немного

вперед, не идут дальше йоговских поз (асаны, мудры и бандхи) и заняты процессами развития тела и мышц, делая это единственной целью всех своих усилий. Они ограничиваются физкультурным аспектом йоги, чтобы победить болезнь, старость и раннюю смерть. Немногие счастливые души, продвигающиеся вперед до пранаямы, делают ее альфой и омегой йоговской садхны и, получая удовольствие в удержании своих пран в БРАХМАРЕНДРА, тратят большую часть своего времени, как черепаха в своей скорлупе, в ЙОГА НИДРА, считая инертность высшей формой самадхи. Все это лишь средства для более высоких целей йоги и должны практиковаться только как таковые. Цель йоги – самопознание путем регулярного процесса самоанализа и ухода внутрь, чтобы суметь подняться над телесным сознанием к более высокому космическому и сверхкосмическому сознанию.

Истинная йога – это естественный процесс без какой-либо искусственности в нем. Она должна быть понимаема без труда и легко выполняема. Но за недостатком соответствующих учителей, сведущих в теории и практике йоги, она стала обременительным и запутанным делом, слишком трудным для понимания и еще более трудным на практике. Сегодня жизнь стала слишком сложной, чтобы позволить кому-либо досуг и возможность овладеть всеми разделами йоги (каждый из которых стал более специализированным с ходом времени), а затем проследовать до конечной цели. В результате претенденты начинают ошибочно принимать ту или иную ветвь йоги за окончательную и растрачивают свои энергии в этом поиске, удовлетворяясь приобретением физических или магических сил.

В действительном опыте, разум в состоянии СУШУПТИ (глубокого сна) подходит в какой-то мере к низшему плану блаженства (АНАНД) и низшему плану познания (ВИГЬЯН), так как по пробуждении он несет в своем сознании ощущение необеспокоенного и чистого блаженства, которым он наслаждался в глубоком сне. Но это произвольный опыт в ПИНД, или на чувственном плане, а не сознательно приобретенный по желанию. С должным пониманием и практикой настоящей садхны, можно смело поднимать пелену и нырять в источник блаженства на духовном уровне, когда пожелаешь, и оставаться внутренне в контакте непосредственно с самим потоком жизни, являющимся настоящим источником истинного блаженства и счастья. Как с помощью пранаямы можно связать праны с разумом, так же с помощью пратьяхары и дхарны можно связать план разума с планом познания в более высоких духовных центрах свыше.

Термин ПРАТЬЯХАРА означает "сдерживание", и, следовательно, он означает сдерживание вещества разума и чувств от вытекания в мир и рыскания в поисках чувственных удовольствий от чувственных объектов. Но это едва ли возможно, пока чувства и разум не обеспечиваются чем-то сродни или еще приятнее, чем мирские объекты, что может служить якорем, удерживающим чувства и разум фиксированными внутри. Это называется ДХАРНА, что означает "принимать" и "быть поглощенным" в объекте концентрации. Пратьяхара и дхарна идут совместно; так как, с одной стороны, разум нужно отучить от мирских удовольствий извне, а, с другой стороны, нужно обеспечить его чем-то более привлекательным внутри.

Йоги, сидя в какой-нибудь асане, сначала контролируют пупочный плексус, а затем, притягивая праны в сердечный плексус, приводят их в соответствие с планом разума, после чего, различными практиками вроде траатак на некотором более высоком центре, они пытаются инвертировать разум и заставить его отступить. Первая часть называется пратьяхара, а вторая – удаление и поглощенность в более высоком центре – называется дхарна.

Разум одной только силой привычки, тянущейся из века в век, приобрел тенденцию стремиться к удовольствиям. Удовольствия мира можно разделить на следующие пять классов:

- 1) РУП и РАНГ, или прекрасные формы, конструкции и цвета, которые могут привлечь глаз.
- 2) ШАБД, или мелодии, мелодичные и чарующие, которые могут пленить ухо.
- 3) РАС, или восхитительная пища и яства, способная очаровать вкус.
- 4) ГАНДХ, или душистые ароматы, способные непосредственно привлечь чувство обоняния.
- 5) СПАРШ, или физически приятные ощущения, которые приходят от осязания.

В бодрствующем состоянии, с чувствами настороже, наслаждаются физическими аспектами удовольствий, перечисленных выше. В состоянии сна, являемся более или менее отражением астрального или тонкого, больше всего наслаждаемся звуком, так как в этом состоянии он имеет непосредственную привлекательность для разума. В состоянии глубокого сна без сновидений, которое является отражением причинного или семенного состояния, получают познание глубокой поглощенности.

Поэтому нужно увлечь себя внутрь в сердечный центр посредством тракат на различных основных цветах, связанных с эфиром, воздухом, огнем, водой и землей, и они перерастут в восхитительное сияние. Регулярной практикой йоги приобретают сверхъестественные силы и способности испытывать все пять упомянутых выше удовольствий в их тонкой форме с большого расстояния. Эти силы приходят естественно при совпадении пран с разумом.

Практика пратьяхары и дхарны может быть развита еще дальше с помощью тракат, пока не сможешь двигаться и уходить внутрь и вверх в центр щитовидной железы или горла (КАНТХ ЧАКРА) и посредством этого контактировать с планом познания. Это движение из низшего центра в более высокий приходит с практикой как пратьяхары, дающей возможность покидать низший центр, так и дхарны, посредством которой овладевают и становятся поглощенными в следующем более высоком центре. Этот процесс продолжается вплоть до достижения АГТЯ ЧАКРЫ, которая расположена позади и между двух бровей - в местонахождении души - когда она функционирует в физическом мире в бодрствующем состоянии.

Когда чувственные потоки собираются в этом центре и, забывая о себе, поднимаешься над телесным сознанием, постепенно появляется внутренний духовный свет, который, при большой поглощенности, или дхарне, перерастает в большее сияние. С совершенством в дхарне, или в полной поглощенности, все центры вниз до МУЛ, или ГУДА чакры в прямой кишке становятся освещенными.

В связи с этим, мы можем здесь обратиться к физиологии системы йоги. Система головной-спинной мозг является основой тела. Позвоночник в йоговской терминологии называется МЕРУ, или БРАХМ ДАНДА. Согласно ШИВА САМХИТА, в человеческом организме есть 350000 нади, и из них следующие десять играют важную роль:

- 1) ИДА: Начинаясь от самого нижнего плексуса (ГУДА ЧАКРА) на правой стороне позвоночника, он тянется вокруг СУШМАНА спирально и доходит до левой ноздри.
- 2) ПИНГАЛА: начинаясь из той же чакры на левой стороне позвоночника, он тянется спирально до правой ноздри.
- 3) СУШМАНА, или СУКХМАНА: является центральным нади между Ида и Пингала нади и идет по позвоночнику от Гуда чакры в Великое Отверстие, известное как БРАХМАРЕНДРА позади и между бровями.
- 4) ГАНДХАРИ: идет в левый глаз после поднятия от передней части центральной нади.
- 5) ХАСТИДЖИВХА: идет в правый глаз после поднятия от задней части центрального нади.
- 6) ПУШПА: идет в правое ухо от центрального нади.
- 7) ЯШВИНИ: идет в левое ухо от центрального нади.
- 8) АЛАМБХУШ: тянется к основанию рук.
- 9) КУХУ, или ШУБХА: проходит вниз до кончика полового органа.
- 10) ШАНКХНИ: проходит вниз до прямой кишки.

Первые три - Ида, Пингала и Сушумна нади - самые важные. Ида и Пингала нади перед вхождением в основание ноздрей пересекаются друг с другом и известны как ганглиозные шнуры.

Третий, Сушумна или Сукхмана, центральный нади, проходит через позвоночник и идет через следующие шесть плексусов, или центров:

- а) МУЛАДХАРА (Основной плексус) с четырехлепестковым лотосом, раскрытым на четыре стороны.
- б) СВАДХИШТАНА (Подчревный плексус) с шестилепестковым лотосом, раскрытым на четыре стороны плюс один внизу и другой сверху.
- в) МАНИПУРАКА (Солнечный плексус) с восьмилепестковым лотосом, имеющим четыре дополнительные стороны между четырьмя первоначальными.
- г) АНАХАТА (Сердечный плексус) с двенадцатилепестковым лотосом. Это лотос безударного звука, как указывает название.
- д) ВИШУДДХА (Горловой плексус) с шестнадцатилепестковым лотосом есть всепроникающий эфирный лотос. Это центр великой чистоты, как указывает название.
- е) АГТЯ (Полостной плексус) с двухлепестковым лотосом, также называемый АДЖНА ЧАКРА, что означает "центр господства".

Кроме этих плексусов есть АНТАХКАРАН (состоящий из ЧИТ, МАНАС, БУДХИ и АХАНКАР) с четырехлепестковым лотосом, образуя в целом 52 лепестка, соответствующие 52 буквам алфавита в Санскрите, матери всех языков. Мы должны, однако, подняться выше всех АКШРА в запредельное состояние, называемое НЕ-АКШРА ПАРА, которое вечно и постоянно, и о котором Кабир говорит:

Три лока и пятьдесят две буквы - все подвержено упадку,

Но вечное и бессмертное святое Слово  
Совершенно отлично от них.  
Кабир

## ТАБЛИЦА ЧАКР, ИЛИ ПЛЕКСУСОВ

№	Место ганглиозных центров	Главенствующее божество	Соответствующий ей элемент	Ее цвет	Ее функции	Заслуги от медитации на ней
1	Гуда (прямая кишка)	Ганеш	Земля	Желтый	Очищение тела	Избавляет от всех болезней и дает способность летать в воздухе (левитация)
2	Индри (половой орган)	Брахма (Михаил)	Вода	Голубой	Создание видов	Бесстрашие, свобода от всякого рабства
3	Набхи (пупок)	Вишну (Исраэль)	Огонь	Красный	Поддержание и сохранение видов	Владыка всех желаний; исцеляет все болезни; провидец скрытых сокровищ, способность входить в другие тела
4	Хирдей (сердце)	Шива (Гавриил)	Воздух	Бело-голубой дымчатый	Уничтожение, упадок и смерть видов	Прошлое, настоящее и будущее раскрывают свои тайны
5	Кантх (горло)	Шакти, Великая Мать Вселенной	Эфир (все-проникающий)	Белый (безупречный)	Сила, контролирующая все через посредство трех вышеупомянутых Регентов с их специфическими функциями	Дает возможность стать Йогишваром и знатоком Вед, жить 1000 лет
6	Аггья, или Аджна (позади и между бровей, там же Антахкаран, разум)	Атман – развоплощенный дух, свободный от всех покровов	Активный	жизненный принцип сама душа Творения	Сияние и свет в полном величии, невыразимый	Все во всем, внутренне присущ всему, Альфа и Омега всего – видимого и невидимого

Каждые два плексуса (см. таблицу чакр) вместе образуют ГРАНТХИ, или узел, и они таковы: БРАХМА ГРАНТХИ, ВИШНУ ГРАНТХИ и ШИВА ГРАНТХИ.

Путь йогов, описанный выше, связан с медитацией на эти пять центров, начиная с самого нижнего и постепенно поднимаясь от одного к другому, более высокому, с помощью пратьяхары и дхарны, как уже объяснялось. В этом процессе также призывают на помощь КУНДАЛИНИ ШАКТИ, или великую Змеевидную Силу, лежащую дремлющей в блуждающем нерве и свернутую в три с половиной витка, как змей. Эта скрытая энергия или сила пробуждается с помощью пранаямы. Йог пытается собрать вместе все скрытые жизненные энергии в теле в центре пупочного плексуса и в этом процессе пробуждает скрытую силу тоже. В Аджна чакре он ухватывается за звук АНАХАТ и достигает САХАСРАР, высшего неба йогов. Это достаточно долгий, утомительный и трудный путь. В каждом из центров нужно упорно работать годами, пока не сможешь успешно покорить, пройти через него и подняться к следующему, более высокому центру. Невозможно принять эту трудную дисциплину, не будучи сильным и крепким физически, способным выдержать постоянное и напряженное усилие долгое время.

Как предварительный шаг, йог должен вычистить авгиевы конюшни геркулесовой силой, а для этого нужно обратиться к ХАТХА-ЙОГА-КРИЯ, или упражнениям типа ДХОТИ, БАСТИ, НЕОЛИ, ГАДЖ КАРАМ, ВАДЖРОЛИ и т.д. со строгим контролем диеты. Кроме того, для контроля разума он должен обратиться к пранаяме, или хорошо отрегулированным дыхательным упражнениям типа ПУРАКА, КУМБХАКА, РЕЧАКА и СУНЬЯКА, каждое из которых требует огромной осторожности, внимания и мастерства под руководством адепта.

Процесс йоги, описанный выше, чреват бесчисленными трудностями. Он сродни процессу контролируемой смерти – вынужденному извлечению не только духовного потока от одного центра к другому, но также пран, что делает его еще более трудным. Он действительно следует процессу умирания, будучи противоположным жизненному потоку, по мере того, как он спускается от центра к центру в процессе творения. В процессе смерти элемент земля поднимается из Гуда чакры в Индри чакру и растворяется там в воде, делая руки и ноги безжизненными. Когда элемент вода поднимается в Набхи чакру, он превращается в парообразное состояние огнем в области пупка, и производительный орган парализуется. Затем элемент огонь сам погашается в элементе воздух в сердечном плексусе, делая область ниже сердца совершенно холодной. Когда элемент воздух превращается в эфир в Кантх, местонахождении эфира, он делает сердце и пульс неподвижными. (Можно отметить,

что по этой системе остановка сердца не обозначает конец жизни, а лишь предшествует ему.)

Даже в практике системы Сехадж Йоги нужно пройти и завершить точно тот же самый процесс, за исключением того, что второй метод естественен, в то время как первый произволен и контролируем, и поэтому крайне труден для выполнения. Каждая из ТАТВ по очереди вливается в свой источник: анна – в праны, праны – в манас, манас – в вигьян, а вигьян – в плексус Кантх. (Можно упомянуть, что вишнуиты и члены ордена Кабир Пантхи носят листья тулси, а шиваиты носят шива-линг вокруг шеи, чтобы напоминать себе о Кантха чакре, которую они ставят своей целью.)

Вместо этого трудного обратного процесса йоги от основного плексуса назад и вверх в Сахасрар, область тысячелепесткового лотоса, насколько легче было бы игнорировать праны (как мы делаем в своей повседневной жизни), собрать сенсорный поток в местонахождении души в Аджна чакре, где мы всегда находимся в своем бодрствующем состоянии, и двинуться прямо вверх с помощью Звукового Поток (к которому йоги получают доступ после тяжелой битвы в шести чакрах в ПИНД, или теле), чтобы достичь Сахасрара. Звуковой Поток имеет магнетическую притягательность, которой трудно противиться, когда душа поднимается над телесным сознанием под руководством знающего и полностью компетентного живого Мастера, способного пробудить жизненный импульс внутри нас.

#### 2.2.6. Дхиан (Созерцание или медитация)

Из непрерывной концентрации, как предусмотрено дхармой, вырастает непрерывный поток восприятия, который называется ДХИАН, или созерцание (медитация). Дхиан, или медитация бывает двух типов – грубая и тонкая. Совершенно невозможно сразу взяться за тонкую медитацию. Поэтому надо начинать с грубой медитации, перед тем как браться за практику тонкой медитации. Грубая, или объектная, медитация состоит в медитации на личный аспект Бога, ИШТ, на Богочеловека, или Гуру (живого Мастера – Святого).

В тонкой медитации внимание фиксируется на БИНДУ, или едином оке – неподвижной точке в теле позади и между бровей. Это – линия пересечения времени и безвременного, где Непроявленное становится проявленным. Ее отражение находится в ПИНД, или в нижней области тела, т.е. Гуда чакре (Муладхара), где лежит свернутая кольцом энергия в запертом состоянии. После некоторой практики в бинду темное пятно становится освещенным, и постепенно внутренний свет принимает Светящуюся Форму Мастера. Отсюда начинается то, что называется созерцанием света.

Когда в медитации Богочеловек появляется внутри, видишь тайны Вечности, как открытую книгу.

#### Руми

В то время как в грубом созерцании медитируют на воспринимаемую форму (сваруп) ИШТ-ДЭВА или Гуру, в тонком созерцании медитируют на аруп (бесформенное) или на темную точку концентрации между бровями, которое постепенно расцветает в сияние. Здесь мы можем предупредить искателей Истины. Мы не можем иметь каких-либо осязаемых результатов от медитации на формы прошлых Мастеров, которые, исполнив свою Божественную миссию на земле, контактируя с ДЖИВАМИ, или душами, в свое время, больше не находятся в контакте с физическим миром. Кроме того, мы должны быть на страже в своем поиске совершенного Мастера, так как любая медитация на форму несовершенного мастера не принесет плода. Чтобы избежать всех ловушек, намного безопаснее отказаться от медитации на какую-либо форму, будь то форма прошлого или живого Мастера. Лучше проводить садхну согласно данным инструкциям и, если Мастер совершенен, Его Светящаяся Форма сама появится внутри и позаботится об индивидуальной душе, как только она поднимется над телесным сознанием. Сам Бог проявляется внутри в форме ГУРУДЭВА, при условии, конечно, что Гуру действительно внедрен в Силу Бога. Эти замечания применимы, с необходимыми изменениями, к медитации на Ишт-дэва, как она обычно делается. Медитировать на Бесформенное за пределами человеческого понятия, поскольку невозможно постичь Реальность за пределами всякого понимания. Можно в таком случае получить проблеск тонких элементов, которые сами по себе не могут вести нас никуда.

Чтение священных писаний и других священных книг не приносит много пользы на этом Пути, кроме возбуждения интереса. Величайший учитель человечества – человек. Достаточно, если знаешь как открыть страницы великой книги человеческого сердца ("сердце" здесь означает местонахождение души, т.е. АГТЬЯ, или АДЖНА ЧАКРА), которое является единственной неистощимой сокровищницей всего знания и мудрости. Нужно просто закрыть глаза, отвести внутрь чувства, вступить

в святую своего сердца и слить само свое существо с Высшей Душой в сокровенных глубинах внутри. Он, Вечно Существоющий, Самосветящийся Свет, совершенный в Себе и вечно Одинаковый, пребывает в храме человеческого тела, и тот, кто желает познать Его и достичь Его, должен глубоко погрузиться в себя, и все, несомненно, откроется ему. "Стучите, и отворят вам", – таково высказывание мудрецов и провидцев во все времена и во всех странах. Это погружение внутрь дает душе целостный опыт всего, что существует, видимого и невидимого, непосредственное интуитивное знание и божественную мудрость, являющиеся дарами, которые приходят сами, свободно и в изобилии, если забываешь мир, забываешь своих друзей и родственников, забываешь свое окружение, забываешь даже свое собственное телесное существо. Добровольная забывчивость – это величайшая духовная садхна. Забыв все иное, нужно подняться над телесным сознанием, так как это первое условие правильной медитации.

Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим,  
и всею душою твоею, и всем разумением твоим.

Матфей, 22:37

Путем глубокой и молчаливой медитации нужно слить само свое существо в сладостном созерцании Любимого внутри и потеряться в Великой Душе Вселенной. Это – высшее созерцание, и оно ведет к самой заветной цели – самадхи.

Дхиан как система йоги

(Йога Созерцания)

Рассмотрев основы дхьяна, мы теперь в состоянии изучить дхиан (дхьян) как форму йоги саму по себе. Разум всепроникающ. Кабир говорит, что манас находится в каждом сердце и поэтому занимает среднее положение в человеческом организме. Ментальный поток всегда строит свои собственные сферы, и он делает это особенно, когда спускается вниз. Это центральное положение покрова МАНО-МАИ придает ему особую важность. Он имеет две оболочки над собой – ВИГЪЯН-МАИ и АНАНД-МАИ – и две ниже себя – ПРАН-МАИ и АННА-МАИ. Если он обращен вверх, он получает познание мудрости (просветление) и блаженство. Если он обращен вниз – познание пранического и физического мира.

1) АДЖНА ЧАКРА, область третьего глаза, за двумя бровями, связана с АНАНД-МАИ КОШ.

2) КАНТХА ЧАКРА, область между третьим глазом и ХИРДЕЙ, является центром ВИГЪЯН-МАИ-КОШ.

3) ХИРДЕЙ ЧАКРА – область хирдей (сердце), где праны, или жизненные энергии, главенствуют. Это центр МАНО-МАИ КОШ.

4) НАВХИ ЧАКРА, та часть области хирдей, которая простирается вниз до пупка – это центр ПРАН-МАИ КОШ.

5) ИНДРИ-ЧАКРА – область, простирающаяся от пупка вниз до Гуда это центр АННА-МАИ КОШ.

6) ГУДА ЧАКРА – основной плексус, или корень, в котором укоренены все тонкие трубы, или нади.

Все пять оболочек (коши) – это различные места, с которых можно действовать на разных уровнях; два верхних – духовные и два нижние чувственные планы.

Оболочка Ананд-маи – это КАРАН, или причинное тело (тело-семя), из которого прорастает все иное ниже, т.е. тонкий и физический планы ниже. Вигьян-маи тесно связана с ней и является ближайшей к ней.

Эти три оболочки, Вигьян-маи, Мано-маи и Пран-маи, вместе составляют СУКШАМ, или тонкое тело, в человеке, которое является связующей нитью с другими двумя – Ананд-маи вверху и Анна-маи внизу, или причинным и физическим соответственно. Анна-маи кош является, так сказать, внутренней подкладкой физического тела и тесно связана с Пран-маи кош.

Во всех трех телах разум является активным агентом, как бы приводимым в действие жизненной силой души, в жизни и свете которой он работает. Во всех намерениях и целях сила разума одна выглядит силой, которая работает и поддерживает все остальные четыре коши в порядке. Физическое тело – это то место, откуда пять чувственных и пять двигательных сил выполняют свои действия на физическом плане. Аналогично, именно отсюда (т.е. из разума) десять тонких (пранических) сил вместе с ментальными силами ЧИТ, МАНАС, БУДХИ и АХАНКАР выполняют свою работу на тонком плане. Кроме того, именно разум, когда успокоен, несет в себе все скрытые и ноуменальные впечатления и отражает свет и звук духа. Из-за этой обширной власти разума, простирающейся от физического до причинного планов, он часто называется ТРИЛОКИ НАТХ, или Владыка трех миров. В причинном плане он служит

серебряным экраном, который принимает и отражает духовные вибрации в форме Света и Звука.

Достоинства Дхиан Йоги

Преимущества йоги созерцания, или дхиан, бесчисленны. Занимающийся этой формой йоги может простым созерцанием иметь все свои желания исполненными. "Как ты мыслишь, таким ты и станешь", – хорошо известный афоризм. Созерцанием атрибутов Бога можно развить эти атрибуты в своем собственном "Я", быть свидетелем и самому удостовериться в Небесном Свете, в то время как чувства приобретают трансцендентальные силы. Разум также вкушает блаженство ВИГЪЯН, когда чит врити, или ментальные модуляции, успокаиваются.

Эта йога избавляет от всех грехов, и человек ощущает внутреннее блаженство и безмятежное спокойствие. Все виды ментальных болезней, такие как страх, стыд, нерешительность и самоутверждение, постепенно исчезают и уступают место бесстрашию, уверенности, твердости и счастью, и человек приобретает ровность характера во всевозможных условиях жизни. Такой человек не одержим ни привязанностью, ни непривязанностью и, как цветок лотоса, плавает над и выше мути обычного существования. Со знанием истинных ценностей жизни, он становится твердым в своих убеждениях и больше не становится жертвой беспочвенных страхов и случайных ветров, дующих над ним. Он не имеет причины для хвалы или порицания, и поэтому говорит мало и делает много; все его действия мотивированы добротой и доброй волей ко всем. Его слова сладки, как мед, и авторитетны. Его не мучат гордость и предрассудки, он ведет жизнь совершенной уверенности и справедливости. Он побеждает лень и безделье; ест мало и спит мало, и вряд ли есть какое-либо различие в его состояниях бодрствования и сна. Он всегда и везде один и тот же, с сияющим и лучистым лицом, говорящим о его внутренней славе.

Кабир говорит:

Мир – лишь обманчивое рабство, и Кабир,  
сосредоточенный на Нааме, навеки свободен.

#### 2.2.7. Самадхи

Термин САМАДХИ получен от двух санскритских корней: САМ с его английским эквивалентом SYN означает "вместе с" и АДХИ (Первичная Сущность) с его ивритским эквивалентом АДОН или АДОНаЙ, означающим "Владыка". Оба вместе, САМ плюс АДХИ, означают состояние, в котором разум полностью поглощен во Владыке, Боге. Это состояние, в котором все ограничивающие формы отпадают, и индивидуум с его полностью растворенной индивидуальностью на опыте получает великую истину – АЯМ АТМА БРАХМА "Я есть Ты".

Это последняя и кульминационная стадия в долгом процессе экспериментальной йоги, и поэтому, можно сказать, она является расцветом йоговской системы. Дхиан сам постепенно развивается в Самадхи, когда созерцающий, или медитирующий, теряет всякую мысль о себе, и разум становится ДХИЯ-РУПА, самой формой его мысли. В этом состоянии он не осознает никакого внешнего объекта, кроме самого Сознания, состояния полного Блаженства, или совершенного счастья.

Есть два средства, которыми можно достичь состояния Самадхи. ВЕДЕХА, или те, кто поднимается над телесным сознанием, достигают его уничтожением самой природы вещества разума, который все время стремится к материальным объектам, направляя его с сосредоточенным вниманием внутрь. Другие развивают это состояние, практикуя прежде всего различение через веру, энергию и память. Есть также другие вариации Самадхи.

В дхиан, или медитации (сосредоточенном внимании), сохраняют различие между созерцающим и созерцаемым, но в Самадхи, или идентификации со всеобщностью, даже это исчезает, так как собственная индивидуальность, так сказать, уничтожена. Именно эта поглощенность в Бесконечном дает освобождение от всех ограничивающих придатков, так как тогда получают прозрение в самое сердце вещей и имеют опыт тонкого (АДХИ-ДЭВАКА) и абстрактного (АДХИ-АТМИК) аспектов всего существующего. Самадхи, или идентификация с Абсолютом, может сопровождаться осознанием своей индивидуальности, в этом случае оно известно как САВИКАЛЬПА, или оно может не сопровождаться таким осознанием, и тогда оно известно как НИРВИКАЛЬПА. Первое сравнивалось Шри Рамакришной с тряпичной куклой, которая, будучи опущена в воду, пропитывается ею, а второе – с куклой из соли, которая, будучи погружена в воду, растворяется и теряется в ней. Из них Нирвикальпа явно выше Савикальпа, которое, хотя и расширяет видение, все же является лишь предварительным шагом к необусловленному состоянию. Не все йоги могут достичь Нирвикальпа, и те, кто достигает его, обычно делают это лишь раз в своей жизни.

Этим они окончательно избавляются от царства имени и формы и становятся освобожденными душами. Их не давшие плодов кармы прошлого и настоящего (САНЧИТ и КРИЯМАН) больше не могут связывать их, но импульс их теперешних жизней (ПРАРАВДХА) должен быть завершен и прожит до самого конца. По возвращении из Нирвикальпа, или безусловленного состояния, к повседневному человеческому сознанию они живут и движутся как остальные человеческие существа. Но будучи занятыми мирскими обязанностями, они всегда сосредоточены на Божественном и никогда не отделяются от Него. Это состояние обычной активности на плане чувств, но наполненной реализацией Бога, называется Сехадж Самадхи, или состояние спокойного Единения.

Сидят ли, стоят или ходят вокруг, они всегда остаются в состоянии вечного равновесия.

#### Кабир

Мы можем также упомянуть другую форму Самадхи, называемую БХАВА САМАДХИ, в котором поклоняющийся, потерявшись в религиозной музыке и пении, теряет всякую мысль о себе и мире вокруг. Эта форма Самадхи легко достигается людьми с эмоциональным темпераментом и приносит преходящий экстаз и внутреннее умственное облегчение, но не дает единства с Божественным или расширения сознания. Термин "Самадхи" как таковой едва ли применим к нему, так как оно не обнаруживает ни одного из центральных атрибутов сверхсознательного состояния и поэтому не слишком помогает на внутреннем духовном пути.

Состояние Самадхи – не камнеподобное инертное состояние или состояние ухода внутрь, как у черепахи, ушедшей в свой панцирь. Каждый из нас наделен богатой внутренней жизнью, полной несказанных духовных жемчужин, которые мы как правило не осознаем в повседневной сегодняшней жизни чувств, которую мы обычно ведем. Мы можем обратиться внутрь и расширить наше видение так, чтобы охватить в его пределах не только космическую жизнь, но также сверхкосмическую, простирающуюся в горизонты за пределами человеческого понимания. Это есть состояние бытия, непосредственное восприятие, целостный опыт души, немедленное и прямое знание духовной АНУБХАВА (внутренней реализации), как это обычно называется.

Профессор Генри Бергсон верил и чувствовал, что есть источник знания выше интеллекта, ограниченного процессом логического рассуждения. Он назвал его интуицией, но это состояние бытия выходит даже за пределы интуиции, к прямому и немедленному знанию, так как интуиция лишь другое название для общей суммы прошлых опытов. Обычный человек не должен рассуждать или интуитивно познавать солнце, чтобы поверить в его существование. Оно находится перед ним, это ПРАТАКША, что делает все доказательство необязательным. "Все истинное знание существует само по себе и совершенно независимо от чувств. Это есть деятельность души, и она совершенна без чувств", – говорит Бен Джонсон. "Надежнейший путь к Истине, – говорит Генри Бергсон – через восприятие, интуицию, рассуждение до определенной точки, затем – совершение смертельного прыжка". Это ДИВЬЯ ДРИШТИ, или ДЖНАНА ЧАКШУ (т.е. непосредственный опыт души, Самой Реальности). Именно через духовные вспышки и проблески из запредельного получают некоторое видение Истины в форме духовного прозрения, вдохновения и откровения. Духовный опыт, хотя он сам себя подтверждает и стоит за пределами самых дальних границ разума, однако, не противоречит разуму, а делает его совершенным.

Кроме того, Самадхи является ЧАЙТАНЬЯ – Всесознанием, в отличие от ДЖАР Самадхи. Хатха йогин, практикой КХЕЧАРИ МУДРА отводит свои праны в Сахасрар Чакру, местонахождение Джива-Атма или души, и может сидеть в этом состоянии пустоты в горной пещере или подземной полости месяцами и годами. Это вид ЙОГА НИДРА, или йогического сна, не дающий сверхчувственного знания или духовного опыта. В противоположность этому, находящийся в Чайтанья Самадхи пребывает в состоянии совершенного сознания и может выйти из него по желанию с новым супраментальным опытом и духовной мудростью. Дхар Самадхи невозможно прервать самому, это должны сделать другие сложной процедурой массажей и т.д. Раджа, Бхакта или Джнана йог может быть легко пробужден кем-то простым встряхиванием его тела, дутьем в раковину или ударом гонга. Чайтанья Самадхи достигается, когда гуны, лишённые движения, становятся дремлющими, и сила сознания устанавливается в своей собственной природе; поэтому оно часто называется КАЙВАЛЬЯ САМАДХИ, или Самадхи совершенной свободы и независимости.

#### Самадхи Йога

Йога, как уже сказано, означает устойчивость разума, порожденную чит-врити-ниродха (сведение разума на нет или устранение из разума всех ментальных вибраций), а термин САМАДХИ, включающий два санскритский корня САМ и АДХИ,



означает принятие, поглощенность и устойчивость в созерцании или глубокую внутреннюю концентрацию.

Каждый индивидуум приходит в мир со своим собственным прошлым, которое делает его подходящим для конкретного типа йоги. Поэтому он должен заниматься такими йоговскими практиками, которые могут лучше всего подходить ему. Самадхи йога – высшая форма йоги. Некоторые дети естественно склонны к ней, и некоторые люди могут приняться за нее, даже не проходя трудную тренировку, обычно предписываемую для обыкновенных людей. Ее практика, в таких случаях, может быть предписана без каких-либо сомнений тем, кто созрел для нее посредством прошлых САМСКАР.

Разум достигает ВИГЬЯН или ДЖНАНА в горловом плексусе (КАНТХ ЧАКРА), который тесно связан с местонахождением сознания в бодрствующем состоянии. ВИГЬЯН и АНАНД, или сознание блаженства, появляется только в САХАСРАРЕ или САХАСДАЛ-КАНВАЛЕ, тысячелестковом лотосе позади бровей, и Самадхи йога направлена на реализацию этого состояния, в котором можно внутренне ощутить присущее душе блаженство.

Самадхи – это состояние чистого блаженства, прямой источник всего иного: ВИГЬЯН (ДЖНАНЫ), МАНАСА (вещества разума), ПРАН (жизненных энергий) и АННЫ (физического мира чувственных объектов). Ананд, или блаженство, есть внутренний и основной субстрат всего существующего, и именно поэтому все создания имеют врожденную жажду удовлетворенности, счастья и блаженства. Не говоря о человеке, даже животные, насекомые и, фактически, все созданные существа всегда заняты поиском этого в различных степенях и аспектах, каждый согласно своей природе. Но его огромная важность или сознание пробуждается только в человеке, когда он находится в состоянии Самадхи. Это постепенный процесс поднятия с одного плана на другой, пока джнана не объединится с блаженством на уровне Самадхи, и состояние блаженства не реализуется сознательно и полностью. Эта единственная цель и является целью Самадхи йоги.

Существенное качество блаженства характерно для души, или атмана. Именно пелена ВИГЬЯН, или ДЖНАНА скрывает их состояние блаженства. В тот момент, когда пелена устраняется и человек поднимается над более высоким уровнем интеллекта (самосознания), он осознает истинное счастье и блаженное море атмана, расстилающееся внутри и вокруг него до неизмеримых глубин и высот. Все промежуточные четыре КОШИ: АННА, ПРАНА, МАНАС и ВИГЬЯН являются привалами у дороги в духовном путешествии для выработки шаг за шагом йоговской садхны в ее полном расцвете, или джнана, и обеспечивают питание сознанию, когда оно спускается ниже. Но когда оно однажды становится устойчивым и вступает в контакт с духовным блаженством, оно осознает истинные и более высокие ценности жизни, перестает интересоваться преходящими и призрачными удовольствиями мира и ищет поглощенности в Абсолютном Блаженстве. Это кульминационный пункт в духовной садхне, или практике, и когда он достигнут, ничего больше не остается делать. Но беда большинства из нас в том, что мы часто считаем ДЖНАНА, или ГЬЯН целью всех человеческих усилий, и поэтому не пытаемся проникнуть сквозь ее пелену, выйти за ее пределы в сознание "Я" и вкусить из блаженного источника души, который лежит впереди. В результате, без контакта с осознанием блаженства и его предвкушения, мы становимся ВАЧАК ГЬЯНИ, или гьяни только по имени, и всегда становимся жертвой беспочвенных страхов и угнетенных состояний разума, сомнений и горя, которые могут атаковать нас в повседневной жизни в мире. Поэтому правильно сказано, что:

Настоящий ДЖНАНИ тот, кто связан со Словом.

ВИГЬЯН, кроме того, является состоянием ниже состояния АНАНД, или Настоящего Блаженства. Как поклонники физического тела остаются запутанными в паутине АННА-МАИ КОША, поклонники чувственных удовольствий в паутине ПРАН-МАИ КОША, а контролируемые разумом – в МАНО-МАИ КОША, так же многие так называемые джнани, или гьяни, остаются пойманными в трясине ВИГЬЯН-МАИ КОША, не понимая, что есть еще стадия намного большей важности за ее пределами и выше ее. Четыре окутывающие оболочки являются плотными и тяжелыми, складки внутри складок, и они скрывают драгоценность совершенного блаженства (ананд). Великий Ювелир, Бог, держит АНАНД скрытым в сокровенной и чарующей шкатулке ВИГЬЯН, которая своими цветистыми чарами держит даже так называемого ДЖНАНИ привязанным к телесному сознанию.

Борцы, спортсмены и ЧАРВАКА, или эпикурейцы, которые считают физическое благополучие и удовольствие целью жизни, относятся к классу АННА-МАИ ДЖИВА, которые живут и умирают только ради этого. Затем, есть люди немного смелее,

храбрые и предприимчивые. Они лелеют свои идеи, принципы и убеждения так же, как свои физические формы, и всегда готовы постоять за них, временами даже ценой мирских удобств. Такие люди –

ПРАН–МАИ ДЖИВА, так как они находятся под властью пран, от которых зависит вся жизнь, и в них преобладает элемент вода, так как прана означает жизнь, а жизнь есть итог воды. В ЧХАНДОГЬЯ УПАНИШАД сказано, что вода, а не пища, является источником жизни, и именно от воды зависит жизнь.

В свою очередь, люди, наделенные сильными эмоциями и чувствами, остаются привязанными больше к манасу, чем к чему-либо иному, так как в них преобладает элемент огня. Все поэты, писатели, изобретатели, конструкторы и архитекторы попадают в категорию МАНО–МАИ ДЖИВА. Вся их энергия направлена в разум, и они заняты поисками, близкими их сердцу. Они – страдальцы пути разума.

Затем, имеется класс людей, которые, разумно заботясь о своих телесных удобствах, своих мыслях, верованиях и ментальных поисках, связаны, в основном, с интеллектуальным рассуждением и логикой в нахождении причин вещей. Они классифицируются как ВИГЬЯН–МАИ ДЖИВА и находятся в основном под влиянием элемента воздуха в них.

Высшими в шкале человеческого творения являются АНАНД–МАИ ДЖИВА, которые отдают предпочтение Блаженству, или истинному счастью, превыше всего иного, всегда заняты поиском его и не успокаиваются, пока не найдут его и не будут жить им. Они – эфирные существа и живут во всепроникающем эфире без ограничений. Это самый тонкий из окутывающих покровов, за пределами которого лежит состояние самой Нирваны, вечного блаженства, не сдерживаемого никакими КОШАМИ, невыразимо безмятежное, возвышенное состояние сознательной неподвижности во Всезнании.

### 2.3. Аштанг Йога и современный человек

Такова вкратце система йоги, первоначально изложенная Хираньягарбхой и растолкованная миру Гаудападой и Патанджали, хорошо известными философами и мыслителями. На этих немногих страницах сделана попытка дать краткий обзор философии йоги, как она дошла до нас из седого прошлого, которая и поныне считается краеугольным камнем древней мудрости Индии.

Система йоги – это тренировка, включающая интенсивную и уединенную медитацию, соединенную с физическими упражнениями и позами, для дисциплинирования и контроля разума и пран, чтобы заставить их работать определенным образом, который может помочь в покорении чувств. Как таковая, она предназначена для очищения тела и разума, и готовит путь для блаженного видения. Поклонение Богу, или Ишваре, тоже играет важную роль в йогической реализации. Личный Бог йоговской философии стоит особняком в йоговской системе, потому что конечной целью для некоторых йогов является отделение атмана от разума, а не единство с Богом. Эта система, следовательно, всегда работает в области дуализма. Ее главной целью является отделение покрытой наслоениями дживы из воплощенного состояния, чтобы стать атманом, свободным от обусловленного состояния разума и материи. Как разумная воля, так и колеблющийся разум тогда прекращают свою индивидуальную работу и становятся успокоенными, таким образом освобождая душу, чтобы она сияла в своем собственном истинном и прирожденном свете.

Йоговские упражнения обычно дают здоровье, силу и долголетие, они в некоторой степени помогают победить болезнь, дряхлость и раннюю смерть. Можно также приобрести психические и сверхъестественные силы, контролируя Природу и ее законы. Обостренной силой чувств йогини могут слышать и видеть на больших расстояниях, проникать в прошлое, настоящее и даже в будущее, передавать мысли и творить чудеса.

Многие современные ученые, больше с западным образом мыслей, впервые сталкиваясь с йогой, стремятся отбросить ее как тщательно разработанное средство самогипноза. Такое отношение совершенно ненаучно, хотя оно часто щеголяет в одеянии науки. Оно обычно является результатом предрассудка, порожденного невежеством или поверхностным знанием предмета. Для нас естественно пытаться отнести к области суеверия явления, с которыми мы не знакомы и которые не поддаются нашим привычным путям мышления о жизни, ибо чтобы изучить, понять их, проверить и принять, требуются усилие и настойчивость, на которые большинство из нас неспособно. Вполне правдоподобно, что некоторые из так называемых йогов могут оправдывать ярлык "самогипнотизеров". Но те немногие, кто подлинно заслуживает имя йогов, слишком скромны, чтобы искать рекламы, и ничем не напоминают невротика, бегущего от жизни. Они неизменно проявляют необыкновенно чувствительное осознание жизни во всей ее сложности и разнообразии, и это осознание вместе с их скромностью делает всякий разговор о самообмане совершенно

невозможным, неуместным и даже смешным. Ибо, чтобы искать Неизменное за меняющимся, Реальное за феноменальным, конечно не нужно "гипнотизировать" себя. Пожалуй, это показывает дух исследования, исключительный в своей искренности и целостности, который не удовлетворится ничем меньшим, чем абсолютная истина, и практиковать требуемое для этого самоотречение является самым трудным. Поэтому, с ходом времени, когда знание постепенно разрушает невежество, прежнее мешанство неуклонно стирается. Новые выводы физических наук сыграли немалую роль в содействии этому процессу, так как, обнаруживая, что все в этой физической вселенной относительно и что материя - не материя сама по себе, а в конечном счете форма энергии; это подтвердило, по крайней мере, на более низком уровне йоговской идеи, концепцию мира, присущую системе йоги, давая научное подтверждение тому, в чем раньше сомневались.

Все же, даже если принимать основы Аштанг Йоги такими, как они дошли до нас от Патанджали, нужно признать, что ее далеко не просто практиковать. Даже Гаудапада признавал, что выполнить это - все равно что пытаться опустошить море капля за каплей с помощью травинки. Поэтому, даже когда она была впервые разработана, она требовала очень строгой дисциплины жизни, и идеал четырех АШРАМОВ был неизбежным следствием. Для достижения чего-либо существенного нужно было начинать с раннего детства. Первые двадцать пять лет БРАХМЧАРЬИ должны были использоваться для дальнейшего развития тела и разума, формирования физического и умственного здоровья, способного выдержать трудности жизни. Следующие 25 лет, ГРИХАСТЬЯ, нужно было прожить как семьянин, глава семьи, опора старикам, жене и умелый воспитатель детей. Когда обязанности в обществе исполнены, смерть приближается и жизнь отведена сполна, человек был свободен искать ее внутренний смысл и зреть для его понимания. Итак, следующие 25 лет нужно было провести в ВАНПРАСТХ, в уединении гор и лесов, пока с помощью различных садхна и напряженной медитации не достигалось просветление. Теперь, наконец, можно было называться саньясином и посвятить последнюю четверть века, предусмотренного для совершенной жизни, задаче помощи своим братьям в их поиске духовной свободы.

Даже в старые дни идеал четырех ашрамов был нелегким. Нечего удивляться, что йога была ограничена немногими избранными и не проповедовалась как курс, которому должны следовать обычные люди, продолжаясь только как тайная школа, факел которой передавался от ГУРУ к ЧЕЛА (САДХАК) в ограниченной линии. Пожалуй, современные условия сделали поиск в этой области еще более трудным и почти невозможным. Так как жизнь стала сложнее и различные профессии - более специализированными, люди больше не считают возможным посвящать первые 25 лет своей жизни только развитию тела и разума в подготовке к финальному поиску. Они должны проводить их в школах, колледжах и институтах, используя максимум своих возможностей в подготовке к своей карьере. При постоянно растущем населении нельзя ожидать, что четверть членов общества - ГРИХАСТХИ обеспечат средства физического существования для остальных трех четвертей, как возможно было когда-то.

Как будто этого было недостаточно, цельная восьмиричная йога Патанджали, кажется, стала еще более специализированной и сложной с ходом времени. Каждая из ее ветвей развилась до точки, где она выглядит почти самостоятельной. Неудивительно, что человек, занимающийся различными деталями яма и нияма, или овладением различными асанами, или изучением контроля пранических, или МАНСИК (умственных) энергий, начинает воображать, что его конкретная область специализации является не ступенькой в лестнице целостной йоги, как предусмотрено Патанджали, а самой йогой. Несомненно, он получает какую-то пользу от того, что он практикует, часто обретая сверхъестественные психические или физические способности; но эти самые дары, отвлекая его понимание от конечной цели, вместо помощи ему становятся подлинным препятствием для его прогресса. Только очень немногие люди исключительной физической выносливости, долголетия и необычайной способности не забывать отдаленную цель могут в наше время выполнить Аштанг Йогу Патанджали до ее логического завершения, ее высшей цели - единства с Брахманом. Для остальных она должна оставаться или слишком трудной для выполнения, или процессом, который, поощряя их ошибочно принимать промежуточную стадию за конечную, средства за цель, отрицает свою собственную цель. Если духовность должна вызывать медленное восхождение по всем ступеням этой запутанной и сложной лестницы йоги, то у нее нет выбора, кроме как оставаться строгой тайной для человечества в целом. Однако, если она должна стать свободным даром Природы, как солнце, воздух и вода, тогда она должна стать доступной с помощью метода, который поместит ее в пределы досягаемости каждого: как

взрослого, так и ребенка, как сильного, так и слабого, как САНЬЯСИНА, так и семьянина. Именно такой метод Кабира и Нанака, дающий нам надежду, и будет рассмотрен позднее.

### 3. ФОРМЫ ЙОГИ

Обсудив систему йоги в целом, как она истолкована Патанджали, мы перейдем сейчас к изучению различных форм йоги, которые возникли впоследствии. Начиная с традиционных, можно указать четыре различных типа: 1) Мантра Йога, 2) Хатха Йога, 3) Лайя Йога и 4) Раджа Йога. Большая часть в них заимствована у Патанджали и представляет собой переформулирование его основных учений, каждая специализируется на том или ином из его аспектов. Таким образом, некоторая степень повторения неизбежна; все же, мы должны пойти на это, чтобы иметь более ясный взгляд на обширный предмет йоги.

#### 3.1. Мантра Йога, или Йога Произнесения

Они даже забывают, что все божества пребывают в человеческой груди.

Уильям Блейк

Мантра Йога занимается, в основном, приобретением той или иной материальной или ментальной способности или способностей с помощью постоянного повторения особой МАНТРЫ, или устной формулы, чтобы привлечь главенствующую силу-божество, с которой связана эта мантра, а затем принудить эту силу служить добру или злу, согласно воле и желанию практикующего. Тот, кто использует эти силы для вызывания зла и причинения вреда другим, часто рискует принести себя в жертву и обычно падает жертвой гнева вызванного божества. Те, кто использует эти силы по эгоистичным мотивам, с целью материального приобретения для себя за счет других, очень скоро теряют свою силу и в конце концов терпят крах. Эти силы, однако, могут быть выгодно использованы для блага других, и в этом нет большого вреда, хотя это может означать потерю некоторой жизненной энергии после каждого такого действия.

Все типы чудес низшего порядка, такие как чтение мыслей, передача мыслей, исцеление верой, особенно в случаях нервных и психических болезней, подпадают под эту категорию. Поэтому намного лучше избегать таких вещей и сохранять любые психические силы, которые человек смог обрести, и использовать их для достижения хотя бы низших духовных планов и сфер, которые составляют местонахождение вызываемых божеств, в духе бескорыстного поклонения. Тогда все психические силы будут функционировать сами по себе, не вызывая никакой потери от их приобретения. Однако нужно помнить, что повторение мантр само по себе не приносит никакого результата, если не делается с полным вниманием, фиксированном на специфических мантрах, и с большой преданностью, которые могут вызвать особые вибрации внутри, связанные с ними. Но Мантра Йога сама по себе не имеет никакой ценности в самореализации, и чаще всего практикующие эту форму йоги остаются всегда запутанными в бесполезных поисках того или иного типа, как описано выше, без большой пользы для себя в возвышении своего "Я", или души.

Что касается использования МАНТРА СИДДХИ, или сверхъестественных сил, приобретенных с помощью эффективности медитации на мантрах, Патанджали в своей ЙОГА СУТРА дает определенное предупреждение:

Они – препятствия для Самадхи, и являются силами лишь в мирском беспорядке.

Техника в Мантра Йоге

Мантра йога – это йога ритмичного повторения герметически скрытых формул – священных и тайных – подготовленных древними МАНТРАКАРАМИ (адептами в фонетике и силе звуков, включая ультразвук, или звуки за пределами восприятия человека); каждая из них составлена отдельно для привлечения конкретного бога или богини, представляющих те или иные силы природы. Ее можно практиковать с помощью четок РУДРАКША, как делают шиваиты, или четок тулси, используемых вишнуитами, или без них.

Мантры представляют собой вибрации. Самая священная из ведических мантр – ГАЯТРИ. Это МУЛ МАНТРА Вед, и поэтому она считается имеющей первостепенную важность. Говорят, ее сила велика, и ее джапа или повторение предписывается всем индусам с самого раннего возраста. Самый легким и эффективным является священный слог АУМ, символизирующий сам созидательный жизненный импульс, и поэтому большинство мантр начинаются этим священным слогом. Адвайтисты, видящие Силу Бога внутренне присущей всем формам и пронизывающей все, верят в мантру отождествления атмана с Парматманом: АХАМ БРАХАМ АСМИ (Я есть БРАХМАН) и АЯМ АТМА БРАХМАН (Я есть ТЫ); они часто сокращаются до СОХАМ или СОХАНГ и ХАНСА или

АХАМ-САХ, означающие соответственно "Я - ОН" и "ОН - Я". Ведантисты повторяют ОМ ТАТ САТ (АУМ - ИСТИНА и РЕАЛЬНОСТЬ), а буддисты - ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Следующими по значению считаются мантры, посвященные или адресованные тому или иному божеству в поклонении, хвале, умилоствлении или мольбе о благах.

Эффективность мантры зависит от ее правильного произнесения, правильной оценки ее важности, которая часто очень глубока, правильной позиции личности, занятой Мантра Йогой, и от компетенции наставника, или Гуру, который овладел не только техникой, но и успешно проявил для себя силу семени, лежащего скрытым в ядре мантры, и может даровать ее как ПРАШАД, или дар милости, своему ученику.

Некоторые из мантр приносят быстрые результаты, некоторые приносят плоды в свое собственное благоприятное время, а некоторые - и в соответствии с заслугой данного индивидуума. Некоторые, однако, запрещенного типа и, следовательно, враждебные по природе, и чаще всего они оказываются вредными.

Кроме того, эффект мантры также зависит от того, как джапа выполняется. Джапа, выполняемая шепотом, считается более похвальной, чем произносимая вслух, а произносимая тихим бормотанием - еще лучше, в то время как МАНСИК ДЖАПА, выполняемая языком мысли, заслуживает наибольшей похвалы.

Джапы тоже бывают различных типов, согласно случаю, сезону и намерению делающего. Например, НИТЬЯ ДЖАПЫ нужно выполнять каждый день как дело привычки. НАМИТТИКА - для определенных церемониальных случаев. ПРАЯШЧИТТА - делается как аскеза для искупления промахов на пути высокой нравственности. Затем, есть ЧАЛА и АЧАЛА джапы, которые могут выполняться в любое время, в любом месте и при любых обстоятельствах, в любом состоянии или позе. Другие требуют особой асаны, места, времени, направления и т.д., вместе с тщательно разработанным ритуалом, т.е. дарением цветов, благовониями, фимиамом, маханием светильником и звоном колокольчика, ХАВАН и ТАРПАН (ритуалы огня и воды), с различными очистительными действиями.

Для успеха в Мантра Йоге необходимо, чтобы садхак соблюдал чистоту внутри и снаружи, имел искреннюю преданность, примерный характер и поведение до того, как он сможет иметь какую-то степень концентрации и созерцания.

Мы наблюдаем подобные практики среди мусульманских факиров, которые практикуют ВИРД, или повторение священных слов, таких как ХУ, ХАК, АНАЛ-ХАК и используют ТАЗБИХ (четки) для этой цели. Христианские монахи также перебирают свои четки и поют гимны и псалмы.

### 3.2. Хатха Йога

Эта форма йоги имеет дело с контролем тела и телесной активности как средством успокоения разума. Ее цель - сделать человеческое тело достаточно сильным и способным выдержать труднейшие и тяжелейшие условия, сделать его невосприимчивым, насколько возможно, к физическим болезням. Но кроме крепкого телосложения и возможного долголетия с помощью пранаямы, или ХАВС-И-ДАМ, как ее называют мусульмане (контроль и регулирование дыхания), сама она не очень помогает в самореализации, хотя она может в некоторой степени подготовить почву для более высокого типа духовной дисциплины, приводя к ней. Она в некотором смысле является "лестницей к Раджа Йоге". Она даже не может дать разуму сколько-нибудь большую степень контроля, как это обычно предполагается. Практикой Хатха Йоги можно достичь некоторых сиддхи, или психических сил, с помощью выполнения определенных асан, мудр, бандх или физических положений и поз и практики пранаямы. Эта система включает соблюдение ряда епитимий и аскетических упражнений типа постов и бдений, МАУН, или обета молчания, на месяцы и годы, ПАНЧ АГНИ ТАПАС (сидения с зажженными огнями с четырех сторон и палящим солнцем над головой), стояния на одной ноге, подвешивания себя головой вниз и т.д.

Некоторые из христианских святых доходили до больших крайностей, вроде одевания пробитых гвоздями одежд, власяниц, бичевания тела, порки себя - все это для имитации страданий Христа. Даже среди мусульман-шиитов мы видим следы мучения себя, когда в дни МУХАРРАМ они бьют себя в грудь и по спине ножами, прикрепленными к железным цепям, в память об ужасных страданиях Хассана и Хуссейна, внуков Пророка, которым они подвергались с горсткой своих верных последователей в защиту своей веры в руках своих единоверцев под Язидом на палящих равнинах Карблы. Но все эти ужасные самоистязания, какими бы они ни были героическими, едва ли дадут какую-нибудь духовную пользу. Что толку мучить и подвергать пытке тело, когда змей разума лежит, безопасно скрытый глубоко под поверхностью, и продолжает процветать невредимым?

Оставляя в стороне подобные формы самоистязания, Хатха Йога направлена на совершенствование тела как инструмента для более высоких типов йог и, как таковая, может иметь некоторую ценность, чтобы дать возможность телу выдержать стресс и напряжение, вызванные ими. Но даже обычные ХАТХА ЙОГА КРИИ слишком трудны для выполнения и часто ведут к внутренним осложнениям, которые временами оказываются серьезными и неизлечимыми и угрожают жизни.

Эти крии предназначены для очищения артерий и других каналов тела от всех видов накопившихся минеральных отложений, вроде мела, извести, соли и т.д., засоряющих организм и являющихся коренной причиной дряхления и болезней. Этот процесс деинтоксикации и омоложения делается с помощью очистительных действий, называемых ШАТ КАРМА (шесть действий):

1. НЕТИ КАРМА (очищение носа). Кусок тонкого муслина длиной в три четверти ярда скручивается, как шнурок, и покрывается оболочкой из воска. Он просовывается через каждую ноздрю по очереди и вынимается изо рта после небольшого растирания, чтобы очистить их от слизи и т.д. Это полезно для лечения болезней носа и горла. Оно сохраняет голову холодной и улучшает зрение. Страдающие от расстройств носа и глаз или кислотности могут заменить его ДЖАЛА НЕТИ, или промыванием носовых каналов чистой водой.

2. ДХОТИ КАРМА (промывание желудка). Длинный кусок ткани трех дюймов шириной и около семи ярдов длиной макается в теплую воду и слегка выжимается. Его постепенно проглатывают, из горла он проходит в желудок с помощью теплой воды, а два фута другого конца держат в руке. После оставления его на несколько минут и встряхивания живота, он очень-очень медленно вынимается. Это очищает пищеварительный тракт от нечистот, вроде слизи и желчи, и излечивает увеличенную селезенку, кашель и т.д. Это упражнение требует крайней осторожности и внимания, чтобы ткань не запуталась в кишечнике и не привела к серьезным осложнениям, которые могут оказаться даже фатальными. Оно не должно выполняться страдающими от воспаления и болезней горла, раздражения желудка и во время кашля.

3. БАСТИ КАРМА (промывание кишечника). Это своего рода клизма, посредством которой вода втягивается через прямую кишку в нижнюю часть кишечника. После оставления ее там на некоторое время, она встряхивается в стороны и выбрасывается. Оно устраняет запор и удаляет внутренний затвердевший кал, который обычно приклеивается внутри. Добавление немного глицерина в теплую воду делает его полезнее. Оно применяется при болезнях мужского члена и заднего прохода, излечивает газообразные расстройства желчи или лимфы, болезни селезенки и печени. Ежедневное выполнение Басти ослабляет хрупкий кишечник и может воспалить внутреннюю поверхность, поэтому необходимо тщательное руководство в таких делах. Его можно заменить воздушным очищением, если необходимо, втягивая и выпуская воздух вместо воды.

4. ГАДЖА КАРНИ, или КУНДЖ КАРМА. Оно также известно как ШАНКХА ПАШАЛА. Упражнение состоит в набирании полного живота воды, а затем полоскании водой внутри с помощью мышечной активности и выбрасывании ее изо рта, как гаджа, или слон, делает своим хоботом. Для этого выпивают две - три кварты теплой воды и отрыгивают после промывания внутренних органов круговым движением мышц внутри. Оно особенно полезно страдающим желчностью или кислотностью.

5. НИЙОЛИ КАРМА (трясение животом). Его делают, сидя прямо в Сиддха или Падма асане с руками, лежащими на коленях. Верхняя часть тела вместе с кишечником затем встряхивается быстро справа налево, чтобы устранить все внутренние нечистоты, приклеившиеся к внутренним стенкам. Это упражнение полезно для избавления от желудочных болезней типа гастрита и газов, высвобождая желудочные секреты. Оно помогает сокращению мышц, которые, в свою очередь, помогают йоговскому дыханию, или пранаяме.

6. ТРАТАК КАРМА (фиксирование взгляда). Это ДРИШТИ САДХАНА и состоит в фиксировании взгляда сначала на внешних центрах, а затем постепенно на внутренних центрах, как объяснялось ранее в разделе "Пранаяма", где говорилось о Йог Видья и Йог Садхна. С его помощью взгляд становится устойчивым и, когда он обращен внутрь, начинают видеть чудеса внутреннего мира Трикути, высшего неба таких йогингов.

Кроме этих, есть еще два упражнения:

1) КАЛПАЛ ДХОТИ (быстрые вдохи и выдохи) для очищения легких. Оно может с успехом заменить НЕТИ, но должно избегаться в дождливый сезон и при плохом здоровье. Дыхание должно быть быстрым, но не слишком, чтобы не затронуть легкие и дыхательную систему.

2) ШАНКХ ПАШАЛИ. Оно состоит в питье воды ртом и немедленном выбрасывании ее через задний проход, после небольшого встряхивания животом. Оно очищает всю пищеварительную систему, отмывая ее от всех нечистот.

Все эти процессы, если они делаются не под надзором, руководством и контролем адепта в йоговских садханах, чаще всего приносят больше вреда, чем пользы. Нужно признать, что в них есть что-то искусственное и неестественное, и сообщалось о случаях, когда даже адепты пострадали от их выполнения. Поэтому лучше обратиться к естественным методам: простой, здоровой и свежей вегетарианской диете в ее естественной форме, небольшому количеству коровьего молока и гхи, свежей воде, регулярным, но не утомительным упражнениям, глубокому дыханию и т.д., которые свободны от каких-либо опасностей, сопровождающих упражнения Хатха Йоги. Таким образом, мы видим, что в Хатха Йоге нужно, прежде всего, привести физический дом в порядок, и это делается практикой Шат Карм, или шести предварительных упражнений, описанных выше. После этого, для успешного выполнения этого типа Йоги и приобретения опытности в ней, нужно обратиться к следующим дисциплинам:

а) Скрупулезное культивирование Яма и Нияма.

б) Соблюдение САНДЖАМ, или умеренности и дисциплины, во всех фазах жизни, и, в частности, в мыслях, словах и делах.

в) Физические позы: асаны, мудры, бандхи.

г) Пранаяма, или контроль и регулирование дыхательной системы. Все они были объяснены в Аштанг Йоге.

Мы можем сейчас рассмотреть то, что говорят некоторые писатели о месте Хатха Йоги на духовном пути. Шри Йогиндра во Введении к своей "Хатха Йога (упрощенная)" говорит о Хатха Йоге следующее:

"Необходимость этой системы Йоги должна была ощущаться в далеком прошлом, когда тренировка и развитие физического становились весьма важной формой дисциплины и контроля умственного, морального и психического. В этом контексте Хатха Йога должна быть и считается методическим подходом к достижению наивысшего в йоге. Поскольку она имеет дело, в первую очередь, с физическим человеческим телом по отношению к ментальному, ей подходит определение физиологической йоги, или ГХАТАСЯ ЙОГИ."

Автор Элейн Даниелу в своей книге "Йога: Метод Реинтеграции" описывает метод Хатха Йоги как реинтеграцию через силу, потому что "'Я' не в пределах досягаемости слабого", и, касаясь ее цели и метода, говорит:

"Хатха Йога – это название, данное техническим практикам и дисциплинам, с помощью которых можно взять под контроль тело и жизненные энергии. Как одно из средств йоги, она является первичной подготовкой к пути реинтеграции, существенной для дальнейшей реализации."

Все трактаты по йоге настаивают, что единственная цель физических упражнений Хатха Йоги – преодолеть физические препятствия на духовном или королевском пути реинтеграции – пути Раджа Йоги.

"Хатха" буквально означает "сила воли" или неукротимая воля сделать что-нибудь или достичь какой-нибудь цели, какой бы необычной она ни могла бы показаться. Значение слова "хатха" Даниелу продолжает объяснять из "ГОРАКША САМХИТА" так: "Слог ХА представляет Солнце, и слог ТХА представляет Луну, а соединение (йога) Солнца и Луны является поэтому Хатха Йогой.

Космические принципы, проявляющиеся в планетарном мире как Солнце и Луна, обнаруживаются в каждом аспекте существования. В человеке они проявляются, в основном, в двух формах: одна в тонком теле, другая в грубом теле. В тонком теле они проявляются как два канала, по которым наши восприятия перемещаются между тонким центром в основании позвоночника и центром на вершине головы. Они называются Ида и Пингала; один соответствует холодному аспекту Луны, а другой – теплому аспекту Солнца.

В грубом теле лунный и солнечный принципы соответствуют дыхательной, холодной, и пищеварительной, теплой, жизненным энергиям и называются прана и апана. Именно координацией этих двух самых мощных жизненных импульсов, йог достигает своей цели. Что касается дыхания, вдыхаемый холодный воздух называется ПРАНА ВАЮ, а выдыхаемый теплый воздух АПАНА ВАЮ."

Хатха Йога имеет несомненные достоинства, многие из которых уже описаны в предыдущей главе, когда описывались асаны, пранаяма и пратьяхара. Она закладывает основание здоровой жизни, способной выдержать большие физические нагрузки, с помощью удаления ядовитой и нечистой материи из телесной системы. К йогу смерть приходит не как мучительный конец долгого процесса дряхления, а как

осенний лист или зрелый плод; это отделение совершается естественно благодаря внутренней зрелости. Достижение контроля над различными физическими функциями естественно приносит с собой также некоторую степень умственного контроля, так как никакая строгая дисциплина тела невозможна без дисциплины воли, и развитие одной стимулирует другую.

Тем не менее, психические и физические силы, которые Хатха Йога обеспечивает успешному садхаку, не лишены ловушек и опасностей. Вместо того, чтобы держать их в строгой тайне для дальнейшего духовного прогресса или использовать только для самых гуманитарных целей, они часто применяются для завоевания восторга публики и богатства. Не случайно, обычный человек связывает эту йогу с людьми, которые ходят по горячим углям, глотают битое стекло или металлические лезвия, едят головы змей и грызунов, сдерживают едущие машины или позволяют, чтобы грузовики и слоны проходили по ним. Серьезно мыслящий человек, изучающий йогу, наблюдая эти злоупотребления, должен использовать эти практики строго как средства к достижению Раджа Йоги или иначе отбросить их полностью, как еще одно отвлечение от цели, другое средство для балования эго, которым он намеревается овладеть. Хьюстон Смит в "Религиях человека" изложил дело откровенно:

"Некоторые люди заинтересованы, в основном, в координировании своих тел. Нечего говорить, что они имеют своих индийских двойников людей, которые считают овладение телом своим основным интересом... В то время как Запад искал силу и красоту, Индия интересовалась точностью и контролем, идеально полным контролем над каждой функцией тела... Джулиан Хаксли осторожно высказался, что Индия, кажется, открыла некоторые вещи о том, что тело можно заставить делать, о которых Запад не имеет понятия. Это обширное собрание наставлений включает подлинную Йогу, Хатха Йогу. Первоначально она практиковалась как предварительная ступень к духовной Йоге, но так как она в основном потеряла эту связь, она не должна интересовать нас здесь. Суждение индусских святых на эту тему может быть принято нами: с телом можно делать невероятные вещи, если это вам интересно и вы согласны посвятить свою жизнь этому. Но эти вещи имеют мало общего с просветлением. Фактически, они вырастают из желания покрасоваться, овладение ими делается из гордости и этим враждебно духовному прогрессу."

### 3.3. Лайя Йога

Это йога поглощенности или слияния. ЛАЙЯ буквально означает потеряться в какой-то всепоглощающей идее или преобладающей страсти. Глубокой и постоянной поглощенностью через концентрацию постепенно приходят в состояние забвения обо всем ином, включая само тело, имея только одну господствующую мысль в уме, которая является целью для реализации. Эта навязчивая идея может быть о чем угодно – о мирском приобретении, власти и деньгах, имени и славе, даже о приобретении риддхи и сиддхи, или сверхестественных сил, или, превыше всего, о достижении Конечной Реальности, которую мы называем Богом. Так, есть различные формы и стадии Лайя Йоги; высшей, конечно, является поглощенность созерцанием Бога. Концепцией йогов на этот счет является астральный свет, а средствами к этому – практика мудра, замкнутых поз, многие из которых уже описаны в предыдущей главе, так как Лайя Йога близко соответствует взглядам Патанджали на дхиан. Высший тип созерцания в Лайя Йоге поднимает над телесным сознанием, ведя к Божественной Земле человеческой души – Сахасрару, или штабквартире тонких сфер с тысячелепестковым лотосом, полным огней в пирамидальном образовании. Забвение всего, кроме темы непрерывной медитации – ключ к успеху в этой форме йоги. Это естественный результат пратьяхары и дхарны, ведущих к дхиану, которые, будучи соединены вместе, образуют основу Лайя Йоги.

Йоги верят в двойственные принципы – Пуруш и Праkritи, позитивный мужской и негативный женский принципы – как в Человеке, так и в Природе. В Человеке эта энергия Природы лежит свернутой в основном, в нижнем центре тела, и процесс состоит в пробуждении ее к действию выполнением асан и практикой йоговского дыхания и приведению ее вверх через центральный нади – Сукхман – пока она не достигнет и не волеется в высший центр – Пуруш в Сахасраре – отсюда название "Йога слияния".

Для успеха в Лайя Йоге нужно полагаться на огни различных элементов, которые преобладают в чакрах, или центрах пинд, физического тела. Так как этот путь слияния разума с чид-акаш не свободен от опасностей, необходимо проделывать его под строгим руководством адепта этой линии.

Лайя Йога принципиально отличается от других форм йоги, которые главным образом имеют позитивный подход через концентрацию или созерцание какого-либо фиксированного объекта. В Лайя Йоге подход негативного типа. Вместо контроля



разума, как обычно делают системы йоги, она концентрируется на контроле Кундалини, жизненной энергии, которая лежит скрытой и латентной, и возможно потому, что она имеет дело с латентностью, она названа Лайя Йогой.

#### 3.4. Раджа Йога

Как указывает и предполагает название, это означает "королевский путь к реинтеграции", реинтеграции души, сейчас находящейся в состоянии раздробленности, потеряв свою целостность из-за отвлекающего влияния разума, идущего по столь многочисленным внешним каналам. Этот путь дает научный подход к Божественному и лучше всего подходит людям, одаренным научным разумом и научной точкой зрения как на внутреннее, так и на внешнее, приверженным экспериментированию. Она основана на предположении, что истинное "Я" в человеке совершенно отлично и более чудесно, чем то, что обычно предполагается и чем кажется в повседневной жизни, где оно подвержено ограничениям, давящим на него со всех сторон, заставляя его выглядеть для всех практических целей конечным элементом, а не безграничной реальностью, какой оно в действительности является. Кроме того, эксперименты в Раджа Йоге должны выполняться на самом себе, в отличие от других наук, в которых весь процесс экспериментирования проводится на внешней природе. От Раджа Йога не ожидается принятие вещей само собой разумеющимися или слепое признание авторитета священного писания или чего-то иного. Его путь – это эксперимент на себе в лаборатории разума, и он продвигается медленно, но неуклонно, шаг за шагом, и никогда не останавливается, пока цель не достигнута.

Человек, согласно Раджа Йоге – "слоистая сущность", и одет во множество оболочек, одна внутри другой, т.е. тело, телесные привычки, образ жизни, усвоенные и приобретенные чувства и пристрастия, жизненные энергии, беспокойный разум с бесчисленными умственными вибрациями, всегда активная воля и эгоцентричность и т.д. – все они образуют коши или завесы, покрывающие атман. Внутри них лежит драгоценность самой Сущности, вечное "Я" под феноменальной личностью. Таким образом, полное освобождение (МУКТИ) состоит в полном избавлении от бесчисленных ограничивающих процессов, окутывающих Бесконечный Океан Созидательного Жизненного Принципа, чтобы иметь всю силу, всю жизнь, всю мудрость, всю радость, все блаженство и все остальное в его полноте. Иными словами, это означает деперсонализацию души, буквально, срыванием личности или маски, которую надевает актер, когда выходит на сцену играть свою роль. Работа Раджа Йога – раскрыть Реальность внутри себя, устранив бесчисленные маски или ложные отождествления, и тем отделить великое "Я" от окутывающих оболочек, которыми оно загромождено.

Аштанга Йога, или восьмиричный путь Патанджали, ведет к тому, что широко известно как Раджа Йога. Это лестница, посредством которой достигают НИРВИДЖ САМАДХИ, УНМАНИ, СЕХАДЖ-АВАСТХА или ТУРЬЯ ПАД, которое является венцом всех систем йоги и цветом йоговского искусства. Она имеет дело с тренировкой разума и его психическими силами до той степени, которая может привести к Просветлению, посредством которого достигается истинное восприятие, и человек приобретает уравновешенность, состояние бодрствующего транса. Его душа непоколебимо внутренне фиксирована в своем центре, САМ, даже если он может внешне быть занят мирскими делами, как остальное человечество. Это состояние является кульминацией всех йоговских усилий и практик и, однажды достигнув его, йог, живя в мире, больше не принадлежит миру. Именно так Радж Риши Джанак и Господь Кришна, принц йогов, жили в мире, всегда занятые мирской деятельностью, поддерживая колесо мира в своих руках в постоянном движении, и все же с неподвижным центром, фиксированным на Божественном Plane. Все их действия характеризовались деятельностью в бездействии. Такова вершина системы йоги, состояние, в котором чувства, разум и интеллект приходят к неподвижности. В КАТХА УПАНИШАД сказано: Когда все чувства успокоены, когда разум находится в покое, когда интеллект не волнуется – это, говорят мудрые, есть высшее состояние – Кайвалья Пад (состояние высочайшей реализации).

Оно направлено на Самадхи (финальный шаг в системе йоги Патанджали), посредством которого индивид деиндивидуализируется и воспринимает внутри себя всеобщность, неограниченную и невоплощенную, безграничную и свободную, всепроникающую, как эфир. Таково видение всех вещей в аспекте вечности.

Здесь были бы уместны несколько слов о состоянии Самадхи. Самадхи может быть сознательным или сверхсознательным. В первом разум осознает объект, а во втором есть внутреннее спокойствие, в котором как будто при вспышке видят и получают

настоящее прозрение об объекте, каков он в действительности. Это есть видение души (внутренним духовным глазом), когда наши телесные глаза закрыты, это есть познание прямым и непосредственным восприятием, в отличие от опосредованного знания, т.е. через посредство дымчатых очков чувств, разума и интеллекта. Это состояние "спокойного безмолвия", далеко удаленного от сводящего с ума внешнего мира. Это мистическое состояние, в котором чит, манас, будхи и аханкар теряют свои соответственные функции, и только освобожденное и деиндивидуализированное "Я" сияет своим собственным ярким светом. Вьяса рассказывает нам об этом состоянии:

Йогу лучше всего можно узнать только посредством йоги, так как йога проявляется через йогу.

Йога Бхашья, 3:6

Самый священный слог Раджа йогов – АУМ. В Мандукья Упанишад мы имеем детальное описание этого слова. Это то же самое, что Святое Слово в Евангелии от Иоанна. Это КАЛЬМА или БАНГ-И-КАДИМ мусульман, АКАШ БАНИ или ВАК ДЭВИ древних Риши, УДГИТ или НААД Упанишад, СРАОША Зороастра и НААМ или ШАБД Мастеров. Мир и Веды – все произошло от этого слога АУМ. В Гите сказано:

Брамин, повторяющий и думающий об Аум, идет вперед, оставляющий тело идет дальше к высшему пути.

Господь Кришна говорит о себе:

Я – ОМКАР, Я – ПРАНВА во всех Ведах, в речи Я – ЭК-АКШРА (Один Слог).

В Упанишадах заявляется:

Аум – лук, разум – стрела, Брахман – мишень. Познай Брахмана концентрацией, попади в цель целенаправленностью зрения (ЭКАГРАТ), а затем как стрела, становящаяся одним с мишенью, индивидуальная душа станет отождествленной с Брахманом.

Единственная вибрация в Брахмане (ЭКО АХАМ БАХУСЬЯМ) создала все локи и этим привела к существованию все планы – духовный, причинный, астральный и физический с их бесчисленными делениями и подразделениями. Физические вибрации в человеке соответствуют одной первоначальной вибрации, которая привела к проекции СРИШТИ, или Вселенной, со всеми ее троицами, такими как БРАХМА, ВИШНУ и ШИВА; САТВА, РАДЖАС и ТАМАС; ДЖАГРАД, СВАПАН и СУШУПТИ, каждый из которых содержится в Ауме, владыке трех миров.

Господь Яма, Бог смерти, убеждая Начикету, сказал:

Цель, одинаково превозносимая всеми Ведами, за которую человек борется посредством всех своих тапа – это, вкратце, Аум.

Аналогично, термин ПРАНВА означает что-то всегда новое и свежее, неизменное и вечное (КУТАСТХА НИТЬЯ), как связь между Шабдом и его значением, в противоположность ПАРИНАМА НИТЬЯ, которое вечно меняется.

Из сказанного выше следует, что каждая из четырех классических форм йоги – не что иное, как неотъемлемая часть системы йоги в целом, данной Патанджали, с особым ударением на том или ином аспекте системы, и что эти формы образуют поступательное развитие от Мантра Сиддхи к Раджа Йоге, где каждый шаг готовит путь для следующей, более высокой стадии на йоговском пути.

Чтобы сделать йогу более осуществимой, в более поздние времена были сделаны различия для разных типов людей, основанные на индивидуальных темпераментах и профессиях. Высоко интеллектуальные люди, которые обдумывают все, очень часто принимали Джнана Йогу, или "Йогу Знания"; людям эмоционального темперамента предлагали Бхакти Йогу, или "Йогу Поклонения", состоящую из благочестивых упражнений типа пения гимнов и псалмов (как делали принцесса Мира и Чайтанья Махапрабху). Опять таки, занятые прежде всего внешней мирской деятельностью считались лучше всего подходящими для Карма Йоги, или "Йоги Действия", состоящей из аскез вроде постов и бдений, выполнения ЯДЖНА и других благотворительных дел, похвальных деяний типа паломничества в святые места, чтения святых писаний и т.д., и, превыше всего, пути бескорыстного исполнения долга. Таким путем возникли три типа "популярных йог", а именно – йоги головы, сердца и руки, т.е. Джнана Йога, Бхакти Йога и Карма Йога. Первое ясное и недвусмысленное изложение этих йог находится в Бхагавад Гите, а Господь Кришна занимает по отношению к ним такое же положение, как Патанджали к четырем традиционным типам.

Но нужно отметить, что эти три типа нельзя классифицировать как совершенно отдельные. Каждая из них едва ли может выполняться сама по себе, при полном исключении остальных. Они просто указывают на преобладающие и внутренне присущие черты в натуре стремящихся. Чисто теоретическое знание йоги без преданности и

действия подобно дереву, лишенному листьев и плода, и пригодному только для топора дровосека. К тому же, преданность сама по себе бессмысленна, если не имеешь интеллектуального понимания и фактического опыта предмета и не борешься за это активно. Действия сами по себе, хорошие или плохие, без преданности и знания, держат человека в постоянном рабстве, как оковы из золота или стали, потому что оба вида имеют одинаковую связывающую силу и эффективность. Этот мир – КАРМА КШЕТРА, или поле действия, и все действия, выполненные на плане чувств без различающего знания и любящей преданности, приносят плод, который деятель должен пожинать, хочет он этого или нет. Только действие, выполненное без привязанности и желания плода, может принести свободу. Поэтому, нужно стать НЕХ-КАРМА в этом КАРМА БХУМИ, чтобы избежать колеса кармического рабства. Закон Кармы суров и неумолим, и человек не должен без необходимости продолжать делать кармы бесконечно и оставаться в вечном рабстве. Только тот свободен от связывающего эффекта карм, Кто общается со Святым Словом.

Гуру Амар Дас

Таким образом, система Йоги является, в сущности, единым целым и не может быть разделена на какие-то искусственные классификации. В Бхагавад Гите, или Небесной Песне, которая прежде всего является ЙогаСутрой, принц йогов, Господь Кришна, дает ясное изложение различных типов йог принцу-кшатрию Арджуне, чтобы убедить его в важности СВАДХАРМ, или Пути Долга, определенного с различных точек зрения, ибо работа – это не что иное, как поклонение в истинном смысле слова, если понимать ее как таковую и делать ее без привязанности к ее результату.

3.5. Джнана Йога, или Йога Знания

(Правильное Различение)

Путь Джнана – для тех, кто одарен сильным интеллектом или сообразительностью и имеет тонкую интуицию, способных проникнуть в причины вещей, чтобы достичь ядра реальности. Это означает правильное различение и знание, самую первую неотъемлемую часть в восьмиричном пути праведности, провозглашенном Буддой.

Именно от правильного понимания истинных ценностей жизни последует в правильном направлении все остальное, так как без правильного и точного знания Истины все усилия с самыми лучшими намерениями, вероятно, пойдут вкривь и вкось и приведут нас рано или поздно к трудностям.

Важность истинного знания ощущается фактически во всех аспектах йоговской жизни, будь то Карма Йога или Бхакти Йога. В Карма Йоге нужно знать и понимать, что человек имеет право на действие или работу, но не на результат этого. Так как невозможно не делать работу, то работу нужно выполнять в истинном духе своего долга, посвящая ее Господу, с разумом, фиксированным на Нем. Отказ от привязанности к результатам приносит ровность характера, и в спокойной самоотдаче заключается истинная йога созерцания, совершенный покой, порожденный полным подчинением своей жизни Богу.

Также в Бхакти Йоге бхакта, или поклоняющийся, должен в качестве предварительного шага понять истинное значение бхакти, или преданности Господу, а затем развивать в себе правильную перспективу, которая может позволить ему видеть свет своего ИШТ-ДЭВА не только в человеческих существах, но и в каждой форме жизни.

Короче, путь Джнана Йоги делает ударение на истинном знании самой сокровенной Реальности, то есть истинной природы атмана. "Самосозерцание", лейтмотив истинного джнани, пытается упражнением правильного различения отделить гигантское на вид маленькое "я" (внешнего человека) от маленького великого "Я" внутри (внутреннего человека), так как "я" – враг "Я", и соответственно тренируемое "я" становится другом "Я". Цель этой йоги – изгнать тьму невежества факелом знания. Это высоко аналитический путь, и для его успешной работы нужно тщательно придерживаться трех вещей:

1) ШРАВАН, или слушание: слушание священных писаний, философских рассуждений, и превыше всего, живых Мастеров духовности с личным опытом Реальности, которые могут передать свой жизненный импульс тем, кто вступает в контакт с ними, так как именно в обществе истинно пробужденной души человек пробуждается от своей долгой спячки.

2) МАНАН, или мышление: оно состоит в интенсивном и вдумчивом обдумывании услышанного и понятого, чтобы конкретизировать абстрактное и сделать интеллектуальные понятия пульсом сиюминутной жизни посредством тщательного упражнения различения, которое на каждом шагу отличает истину от лжи. Это

приводит к освобождению души человека от петли эгоизма всеми возможными средствами по его команде. Это похоже на взбивание масла из пахты.

3) НИДХЬЯСАН, или практика: она состоит в перенесении центра тяжести с эфемерного и меняющегося "я" на постоянное и вечное "Я", с окружности в центр своего существа. Это постепенно вызывает непривязанность к парам противоположностей – богатству и бедности, здоровью и болезни, славе и позору, удовольствию и боли и т.д. – в которых все имеют тенденцию плыть по течению в обычном ходе существования.

Путь Джнана – укороченный путь к йоге, но он пугающе крутой, и очень немногие могут принять его. Он требует редкого сочетания острого, как бритва, интеллекта и интенсивной духовной жажды, которыми обладают лишь немногие, типа Будды и Шанкары.

Однако, путь может стать ровным, если человек по чрезвычайно счастливому случаю встретит Мастера-душу. Сант Сатгуру может своей длинной и сильной рукой вытащить претендента прямо из бездонного вихря жизни чувств без необходимости для него делать слишком много садхны.

### 3.6. Бхакти Йога, или Йога Преданности

Тот, кто с непоколебимой преданностью (Бхакти Йога) служит Богу, перешел за пределы берегов и подходит для спасения.

#### Бхагавад Гита

Это есть йога поклонения с любящей и живой верой, абсолютной и твердой, в своего ИШТ-ДЭВА, или объект своего почтительного обожания. Это очень популярный путь, самый подходящий для тех, кто наделен эмоциональной склонностью разума.

Бескорыстная преданность – ключ к успеху на этом пути. Бхакта, или преданный, всегда восторгается в восхищенных нотах и всегда занят пением гимнов хвалы своему Господу, и никогда не устаёт от них. Он стремится отличаться от джнани как в своем взгляде на жизнь, так и в своем подходе к Богу, так как вместо поиска истинного "Я", которое является также Брахманом, он устанавливает дуализм между собой и Богом, которого он обожает как отдельное и высшее существо. Но этот дуализм не обязательно окончательный; бхакта знает секрет – становишься тем, кого обожает.

Культе бхакти занимает важное неотъемлемое место во всех йоговских садхнах. Джнанину он обеспечивает существенную поддержку в форме преданности причине самопознания. В Карма Йоге он проявляется в форме следствия и находит свой расцвет в действиях любящей преданности общему благу всех созданий, так как все они – творение Бога.

Путь бхакти характеризуется тремя существенными чертами: ДЖАПА, ПРЕМ и символическим представлением объекта поклонения.

1) ДЖАПА: это означает постоянное воспоминание и повторение имени Бога; вначале устно, посредством языка, а затем мысленно. Все верующие занимаются этой практикой независимо от того, какая у них религия. Практика перебирания четок широко распространена в мире. Их индусское название – МАЛА, христианское – четки, а мусульманское – ТАСБИХ. Если это не выполняется с преданностью и концентрацией, оно не достигает цели, так как рискует стать механическим. Так, в некоторых странах вся практика превратилась в простое вращение колеса, на котором написаны различные молитвы, только рука занята этим, а разум вместо фиксации на Боге свободно блуждает в мирских мыслях.

2) ПРЕМ БХАВА, или любящее отношение, принимает многообразные формы у бхакты. Иногда он принимает роль ребенка и цепляется за Бога, как за своего отца или мать; в других случаях он полностью меняется ролями и играет с Ним, как со своим ребенком. Иногда он занимает позицию друга и компаньона (сакха-бхава), любящего, томящегося по своей возлюбленной супруге, преданного раба своего Хозяина или пьяницы к вину, как мы находим в четверостишиях Омара Хаяма. Все это зависит от различных настроений и пристрастий. Христос всегда говорил о Боге как об "Отце", Парамаханса Рамакришна обожал Его как "Мать", Арджуна, принц-воин, и Мира, раджпутская принцесса, всегда считали Его САКХА другом и компаньоном, а Гопи пели песни муки и горя, как любая влюбленная девушка о своем любимом.

3) Затем следует избранный символ Господа. Каждый имеет свое понятие об инкарнациях и проявлениях Бога. Как Безымянное принимает много имен, так и Бесформенное появляется во множестве форм, согласно желаниям своих поклонников. Один может находить Его в камне, как делал Садна, другой – в идоле, так как Он внутренне присущ всем формам и отвечает на молитвы всех Его искренних бхакта и никогда не позволяет им опуститься. Можно, конечно, служить Господу, когда Он

появляется как Богочеловек, Учитель человечества, такой как Будда, Христос, Кабир, Гуру Нанак, которые своим присутствием освещают мир.

Процесс бхакти постепенно расширяет кругозор бхакты до тех пор, пока он не увидит свет своего избранного идола пронизывающим все в нем и вокруг него и не начнет чувствовать себя расширяющимся от любви до того, что он обнимет все творение Бога. Такова кульминация, к которой любовь приводит его. Этот процесс прекрасно проиллюстрирован в наше время жизнью Шри Рамакришны. Сначала он поклонялся Божественной Матери как идолу в храме Дакшинешвар, затем – как принципу, который проявляется во всех хороших и святых вещах, и наконец – как духу, пронизывающему все, зло не меньше чем добро, считая даже куртизанку его проявлением. Стадии прогресса истинного бхакты от дуализма к монизму, от ограниченной личности к всеобщности, традиционно называются так:

а) САЛОКЬЯ: стадия, на которой поклоняющийся желает пребывать в той же области, что его Любимый.

б) САМПРИЯ: стадия, на которой он хочет пребывать не только в той же области, но также в тесной близости к своему Любимому.

в) САРУП: стадия, на которой поклоняющийся желает для себя ту же форму, что у его Любимого.

г) САЮДЖА: финальная стадия, когда поклоняющийся не удовлетворяется ничем, кроме как стать единым с Божеством.

Когда бхакта достиг конца своего пути, он больше не видит никакой двойственности, а созерцает одно Божество, пронизывающее все и везде. Он может продолжать говорить о Нем в привычной манере, как об Отце или Матери, но он больше не знает никакого различия между этой Сущностью и собой, о чем мы читаем высказывания Христа: "Я и Отец Мой – Одно".

### 3.7. Карма Йога, или Йога Действия

Карма – это сущность жизни, будь то жизнь человека или Бога, Владыки Кармы. Кармы, которые выполнены правильно, в духе служения Божественному, могут привести к духовному освобождению.

Кармы, или действия, бывают двух типов: хорошие и плохие. Хорошие дела – это такие, которые направлены на приближение нас к нашей духовной цели, в то время как плохие дела отдаляют нас от нее. Нет удовольствия более высокого и постоянного, чем возникающее от открытия вновь своего истинного "Я", которое действительно является нахождением своей идентичности с миром вокруг.

Жизнь во всех ее формах характеризуется активностью, изменения закон жизни. Ни один человек не может обойтись без действия, даже на долю секунды. Вордсворд описал это состояние вечной активности так:

Глаз не имеет выбора, кроме как видеть,

Мы не можем заставить ухо быть глухим,

Наши тела чувствуют, где бы они ни были,

По нашей воле или против нее.

В этом случае все, что человеку нужно сделать – это возвысить ход своих действий от начала до конца настолько, чтобы они очистились от шлака низких и скверных желаний и чувственных отношений. Бескорыстное служение человечеству – высшая добродетель. "Служение другим прежде, чем себе" должно быть ведущим принципом в жизни. Поскольку вся жизнь исходит от Бога, источника жизни и света, жизнь должна быть постоянно посвящена Ему, безо всякого желания результата этого. БРАХМСТХИТИ, или установленность в Брахмане, приходит не отказом от работы (САИВЬЯС), а отказом от желания ее результата (ТЪЯГА). Не работа, а именно побудительная сила за работой связывает нас и балует это.

Карма, чтобы быть средством МОКША, или освобождения от разума и материи, должна удовлетворять трем условиям:

1) Истинное знание более высоких ценностей жизни: сама Жизнь, будучи непрерывным принципом, внутренне присуща всем формам творения и поэтому достойна уважения и обожания. Это реалистический аспект Кармы.

2) Искренние и любящие чувства ко всем живым существам, от так называемых низших до высших. Это эмоциональный аспект Кармы.

3) Карма должна выполняться с активной волей, без страха наказания или надежды на воздаяние. Иными словами, она должна быть спонтанной, автоматически вытекающей из специфической природы человека (СВАДХАРМА), то есть из чувства долга – работа ради работы, а не по какому-либо ограничению или по принуждению. Человек – не просто создание обстоятельств, он имеет волю, посредством которой может изменять свое окружение и направлять свою собственную судьбу. Это волевой аспект Кармы.

Человек, живущий полностью для других, живет не для себя и не позволит своему это раздуваться от мыслей об обладании. Будучи полностью непривязанным духом, карма йог живет в полном отмежевании от своего обычного "я".

Кто выполняет задачу, продиктованную долгом, не заботясь вовсе о результате действия, тот - йог.

Бхагавад Гита

Короче, "бескорыстная преданность долгу" - ключ к успеху на пути действия. При исполнении долга нужно подняться над чувственными объектами, чувствами, разумом и сознательной волей, чтобы все, что делается от полноты своего бытия, было спонтанным действием в свете атмана и праведным действием, давая возможность видеть деятельность в бездействии и бездействие в деятельности и быть неподвижной точкой в вечно вращающемся колесе жизни, которая находится сразу и в деятельности, и в бездействии. Таким образом, "правильно выполненное" и "правильно отвергнутое" действия ведут к одной и той же цели, так как именно правильное понимание природы действия приводит к йогическому состоянию.

Итак, таковы три основных типа йоги, предназначенных и приспособленных согласно человеческой натуре. Каждый получает мистический зов к тому, к чему он склонен по своему темпераменту. Рассудительному философу, одаренному логическим умом, он приходит так: "Оставь все иное и познай меня". Стремящийся к духовности, наделенный эмоциональным умом, получает его таким: "Оставь все иное и потеряйся в моей любви." А высоко практический и активный ум получает такой зов: "Оставь все иное и служи мне".

Как уже сказано, эти три подхода частично совпадают и не могут быть полностью разделены. Что-то от бхакты и карма-йога присутствует в истинном джнани; что-то от джнани и карма йога - в истинном бхакте; и что-то от джнани и бхакты - в истинном карма-йоге. Дело не в исключительности, а в преобладающей тенденции.

### 3.8. Другие Йоги, упоминаемые в Гите

Кроме этих хорошо известных и популярных форм, Господь Кришна дает нам также еще несколько типов с некоторыми оттенками различий между ними.

Йога медитации

Это йога сосредоточенного внимания, как "свет лампы в безветренном месте". Она - для контролирующего себя, способного упорно бороться. С разумом, всегда фиксированным на атмане, человек с помощью сознательной воли постепенно отводит себя от рассеянности разума и обнаруживает себя живой и самосветящейся душой, и после этого всегда движется к совершенству. Для этого нужно отделаться от всех стремлений, желаний, надежд и имущества и удалиться в уединенное место, чтобы практиковать контроль над разумом и телом.

Йога духовного опыта

Этот опыт получают, прорвавшись сквозь трехмерное яйцо гун: САТВА, РАДЖАС и ТАМАС и поднявшись над физическим и умственным состояниями. Это приходит с пониманием истинной природы вещей, т.е. ВИБЕК, или различием. Ее заслуга больше, чем от выполнения обрядов и ритуалов, жертвоприношений и церемоний, изучения священных писаний и пения псалмов, аскетической практики, подавания милостыни и совершения других благотворительных дел, каждое из которых поневоле делается на плане чувств и связано с ним, но не может доставить в Запредельное.

Йога мистицизма

Это прибежище в Господе посредством полной самоотдачи Ему. Оно приходит от знания истинной природы Бога и от непосредственного видения. Этим путем освобождаются от добрых и злых последствий своих действий, каждое из которых выполняется как жертвоприношение у Лотосовых Стоп Господа.

Бхагавад Гита - это поистине конспект систем йоги, преобладавших во время ее обнародования, и фактически их упомянуто восемнадцать: ВИКХАД ЙОГА (гл.1), САНКХЬЯ ЙОГА (гл.2), КАРМА ЙОГА (гл.3), ГЪЯН-КАРМА-САНЬЯС ЙОГА (гл.4), КАРМА-САНЬЯС ЙОГА (гл.5), АТАМ САНДЖАМ ЙОГА или ДХИАН ЙОГА (гл.6), ГЪЯН-ВИГЪЯН ЙОГА (гл.7), АКШАРА-БРАХМА ЙОГА (гл.8), РАДЖА ВИДЬЯ РАДЖ ГУХЬЯ ЙОГА (гл.9), ВИБХУТИ ЙОГА (гл.10), ВИШВА-РУП ДАРШАН (гл.11), БХАКТИ ЙОГА (гл.12), КШЕТРА КЕХЕТРАГЪЯ ВИБХАГ ЙОГА (гл.13), ГУН ТРАИ ВИБХАГ ЙОГА (гл.14), ПУРШОТТАМ ЙОГА (гл.15), ДЭВАСУРА САМПАД ВИБХАГ ЙОГА (гл.16), ШРАДХА ТРАИ ВИБХАГ ЙОГА (гл.17) и МОКШАР САНЬЯС ЙОГА (гл.18).

Из приведенного выше анализа ясно, что отличия, обрисованные между разными аспектами системы йоги, скорее иллюстрируют свойство человеческого разума смотреть на одно и то же по-разному, чем какое-нибудь внутреннее различие между одним типом и другим. Они являются разными гранями одного и того же предмета и часто частично совпадают и взаимопроникают друг в друга. Если изучить Гиту

достаточно хорошо, начнешь видеть, что, в то время как Господь Кришна говорит о различных йогах, чтобы гармонизировать различные человеческие подходы к Божественному, сопровождающая их практическая эзотерическая дисциплина – одна и та же. Когда Он посвятил Арджуну в мистическую науку, Он открыл его ДИВЬЯ ЧАКШУ, или третий глаз, и только после этого принц смог созерцать Его Вселенскую Форму, или ВИШВА РУПА (гл.11). В конце концов, как Гуру великий королевский йог сказал ему, чтобы он оставил все иное и полностью подчинился Ему; САРВА ДХАРМАН ПАРИТЬЯДЖЬЯ МАМ ЭКАМ ШАРАНАМ ВРАДЖА (гл.18). В Гите нет недостатка в дальнейших намеках на внутренний путь; так, в главе 1 нам говорится, что в самом начале Господь затрубил в раковину пяти мелодий. Но при отсутствии учителя, который сам практически овладел наукой, мы стремимся истолковать это или на уровне интеллектуальной дискуссии, или на уровне ритуального пения, таким образом упуская ее внутренний смысл.

Можно отметить, что дуалистическое предположение характеризует первые стадии не только Бхакти Йоги, но также и всех остальных типов йоги. Они начинают с отличия дживы от Брахмана; одна – несовершенная, конечная и ограниченная, а другой – Совершенный, Бесконечный и Неограниченный. Само творение – это продукт двух принципов, позитивного и негативного: САТ и САТО в чисто духовном мире, ПУРУШ и ПРАКРИТИ в более высоких сферах Брахманда, БРАХМА и ШАКТИ в середине Брахманда, КАЛЬ и МАЙЯ еще ниже, и ДЖИОТИ и НИРАНДЖАН в нижней части Брахманда. Именно их союз, какова бы ни была стадия, приводит различные формы к проявлению, от мельчайшего атома до огромнейшей Вселенной.

Сам термин "БРАХМАН" происходит от двух корней: ВИРЕХ – что означает "рост" или "расширение", и МАНАН – что означает "понимание". В процессе творения Единое проецирует себя в дуалистические и плюралистические формы, и путь возврата – через обратный процесс, от дуализма и множественности к Единому. Но пока человек остается в теле, он не может, согласно йогам, всегда быть в состоянии Самадхи, или единства с Ади Пуруш, Первичным Существом. Поэтому система йоги верит в ВЕДЕХ МУКТИ, или окончательное освобождение только после смерти. Кроме того, высшее небо йогов – Сахасрар, сфера тысячелепестковых огней, а йогишваров – Трикути, штабквартира Брахманда, самое начало или яйцо Брахмана. Большинство Пророков мира нисходит из этой сферы, являющейся как бы гостиницей на полпути между физическим и чисто духовными планами; иногда на Запредельное ссылаются как на ПАР БРАХМ только. Путь Святых и Мастеров, однако, лежит за пределами этих планов, так как они определенно говорят о САТ ЛОК, Обители Истинного, царстве Чистого Духа, и даже о планах за его пределами: \*, \*\* и \*\*\*.

### 3.9. Йога в священных писаниях зороастрийцев

Будет интересно узнать, что мы имеем в Гатхах Зороастра пятиричную систему Блаженного Единения с Ахура Мазда, которая близко соответствует йоговским системам, таким как Джнана, Бхакти, Карма, Раджа Йога и т.д., которые мы рассмотрели. Мы процитируем много из "Практической Метафизики Зороастрийцев" м-ра Миночехра Хормусджи Тут, ведущего зороастрийского ученого.

#### 1. Гатха Ахура Ваити – Путь Божественного Знания

Смотри внутрь проникающим просветленным разумом и найди истину своего личного "я", чтобы преодолеть низменное "я" и грубый физический эгоизм АКИН путем эволюции лучшего и высшего "я", ВАХЬО, и в конце концов реализовать наилучшее, Абсолютное Бытие (ВАХИШТ АХУРА) и наивысшее "я" – АХУРА МАЗДА, или Высшую Реальность Вселенной, АША ВАХИШТА.

Полярность "Лучшего и Низменного", изначальной духовной тонкости и грубейшей инертности, создается двойственными духовными силами: разворачивающей (СПЕНТО) и выпрямляющей (АНГУ), произведенными Маздой. Как Жизнь, так и Материя произведены гармоничным соединением этой пары духовных сил и развиваются к совершенству их соединенной активностью. Это метафизический путь духовного знания, данный ГАТХА АХУРА ВАИТИ (соответствует Джнана Йоге).

#### 2. Гатха Ушта Ваити – Путь Любви и Преданности

"Путь АРМАИТИ, Божественной Любви и Преданности, приобретаемой устойчивой привязанностью к Истинному Любимому Мастеру Рату Заратустре. Считая, что Любимый Мастер, связанный со Всепроникающей, Бесконечной Реальностью, есть все во всем, альфа и омега, поклоняющийся остается непривязанным и незапутанным в мирских привязанностях, и приобретает божественную любовь, которая ищет и лелеет Блаженное Единение со Всепроникающей Реальностью Творца Ахура Мазда.

Так провозглашает Рату Заратустра в этой Гатхе:

Так Я открываю Слово, которому Самый Раскрытый научил меня,  
Слово, которое лучше всего слушать смертным;

Кто бы ни оказывал мне повиновение и постоянное внимание,  
Добьется для своего собственного "я"  
Всеобъемлющего Цельного Бытия и Бессмертия;  
И с помощью служения Святому Божественному Духу  
Познает Мазда Ахура.

Ха. 45:8 (соответствует Бхакти Йоге)

3. Гатха Спента Маинью – Путь Бескорыстного Служения  
Бескорыстное служение оказывается для помощи,  
Роста и блага всей вселенной и всех живых существ в ней:  
Объединительное Знание – лучшее для людей с их рождения,  
Пусть бескорыстное служение будет делаться для вселенной,  
Эта вселенная должна процветать для нашего возвышения.

Ха. 8:5

Мы должны принести в жертву конечное "я", это, или индивидуальность, на алтарь  
благотворительного, филантропического служения всей Вселенной, чтобы приобрести бесконечное  
видение Единства Жизни и имманентности Всепроникающей Реальности с помощью  
поклонения Ахура Мазде, Творцу, Источнику и Конечной Цели всего.

Гатха кончается волнующей душу аксиомой жизни:

Самая Возвышающая, Облагораживающая Воля или Сила Воли – это воля праведного  
служения, Которую Создатель индивидуализированного человеческого существования  
кульминирует в Просветленный Сверхразум. (соответствует Карма Йоге)

4. Гатха Ваху-Кшетра – Путь Самообладания

Контролированием низменных умственных склонностей и скверных тенденций  
физической природы с помощью возвышения силы воли, стремлением в Божественное  
Царство единения со Вселюбящим и Всепроникающим Ахура Мазда, самообладание  
достигается умиротворенным и успокоенным разумом.

Святое Самообладание – это самое поддерживающее абсолютное господство.

Интроспекцией почтительного служения оно достигается внутренне через  
Всепроникающую Реальность. О Мазда! Пусть мы достигнем этого лучшего сейчас.

Ха. 51:1 (соответствует Раджа Йоге)

5. Гатха Вахишто Иштиш – Путь Самовозвышения

Он состоит в физической, умственной и духовной культуре с помощью  
культивирования более высоких и благородных качеств головы и сердца в попытке  
познать свое истинное "Я" по отношению к Высшему "Я" Ахура Мазды и в посвящении  
конечного "я" и относительного бытия Ахура Мазде.

Жизнь на земле – это великая жертва, ЯДЖНА (ЯГНА) – добровольная жертва себя на  
благо своих братьев. Именно самовозвышением в конце концов оканчиваются все  
человеческие усилия, и фактически оно является целью, к которой ведут все  
описанные выше пути. Без истинного знания двойственных духовных сил, лучшей и  
низменной, без любящей преданности претендента великому делу и бескорыстного  
служения невозможно овладеть самоутверждающимся "я" внутри себя, чтобы подняться  
над телесным сознанием и этим подготовить себя для духовного пути, лежащего  
впереди.

В зороастрийской философии парные принципы или "Лучшая и Низменная духовные  
силы" – это фундаментальный закон относительного существования, проявленный во  
Вселенной. Эта полярность существенна для эволюции жизни от грубейшего  
низменного до лучших и более высоких стадий духовности, вплоть до реализации  
бесконечного добра и высшего блага Абсолютного Бытия за их пределами. Без этой  
полярности Лучшего и Низменного наилучшее Абсолютного Запредельного никогда не  
может быть реализовано, и Безличное Верховное Существо не может быть постигнуто:  
Действительно, твоему "Я", как лучшему из всего,

Самосветящаяся личность передаст Самопросветление,  
Так что, о Всезнающий Мазда, Ты будешь открывать Себя  
Через Твой Самый Благой Дух и будешь даровать  
Блаженную Мудрость Божественного Разума  
Через Всепроникающую Реальность.

Гатха Уштаваити

В ВЕНИДАД Верховный Ахура Мазда уверяет нас:

Действительно, Я не позволю двум противоположным духовным  
Формам выступить против сверхчеловека, который продвигается  
К Лучшему Абсолютному Бытию.

Звезды, луна и солнце, О Заратустра, славят такого человека;  
Я славлю его, Я, Творец Ахура Мазда,  
Призываю Блаженство на тебя, о Сверхчеловек!



Ты пришел из брэнного места в Вечное.

Венидад

### 3.10. Йога и внешние науки

Обсудив в некоторых деталях различные методы йоги, мы можем в заключение напомнить себе справедливое предупреждение Шанкары:

Троякий путь – путь мира, путь желаний и путь священных писаний, далекий от того, чтобы дать знание Реальности, держит нас постоянно связанными в тюрьме Вселенной. Освобождение приходит только тогда, когда освобождаешься от этой железной цепи. Освобождения нельзя достичь иначе как восприятием тождественности индивидуального духа со Всеобщим Духом. Этого нельзя достичь ни йогой, ни Санкхьей, ни практикой религиозных церемоний, ни простой ученостью.

Чтобы осовременить послание Шанкары о том, что Истинное знание дело непосредственного восприятия, а не просто церемонии, ритуала или логического вывода, мы можем добавить, что оно также не может прийти через внешние науки. Открытия внешних физических наук действительно впечатляют и подтвердили многие взгляды на природу космоса и существования, высказанные йоговскими системами. Они установили, без сомнения, что все во вселенной относительно, и что все формы, в сущности, приводятся к существованию взаимодействием позитивной и негативной энергии. Эти открытия привели некоторых к предположению, что физические науки могут и приведут нас к тому же знанию, которое йоги прошлого искали с помощью Йоги, что наука заменит Йогу и сделает ее неуместной.

Слепой, хотя он не может видеть солнца, все же может чувствовать его тепло. Его осознание какого-то явления, которое он не может воспринимать непосредственно, может привести его к замыслу и выполнению серии экспериментов, чтобы узнать его природу. Эти эксперименты могут дать ему много ценных данных. Он может быть способен проследить более точно, чем обычный человек, ход солнца, его сезонные изменения и различную интенсивность его излучения. Но может ли все это знание, которое он собрал, заменить возможность на одно мгновение увидеть солнце непосредственно самому?

Как обстоит дело со слепым и человеком нормального зрения, так же с ученым и йогом. Физические науки могут дать нам много ценного косвенного знания о вселенной и ее природе, но это знание никогда не сможет занять место непосредственного восприятия; так же как логическое знание слепого не сможет понять главный атрибут солнца – свет, так и ученый в своей лаборатории не сможет понять главный атрибут космической энергии – Сознание. Он может знать очень много о вселенной, но его знание никогда не сможет достичь всеобщего сознания. Этого сознания можно достичь только через внутреннюю науку, науку йоги, которая открытием нашего внутреннего глаза приводит нас лицом к лицу с Космической Реальностью. Тому, чей внутренний глаз открыт, больше не нужно полагаться на то, что говорят о духовности, на утверждения своего Учителя или просто на философский или научный вывод. Он видит Бога сам, и это превосходит всякое доказательство. Он может сказать вместе с Христом: "Узри Бога!" или с Гуру Нанаком: "Господь Нанак виден везде", или со Шри Рамакришной: "Я вижу Его, как тебя – только намного более интенсивно" (отвечая Нарену – впоследствии известному как Свами Вивекананда – в его самый первый визит на его вопрос: "Мастер, вы видели Бога?").

### 4. АДВАЙТИЗМ

Йога вечна, как сам Брахман. Так как с каждым новым циклом человек приходит к осознанию Всепроницающего, он пытается подыскать средства для реализации Его. Говорят, Хираньягарбха был первым, кто учил йоге или Божественному Пути, но именно его преемники, Гаудапада и Патанджали, развили ее в упорядоченную систему. Как мы уже видели в предыдущей главе, вся истинная йога начинается с дуалистического предположения, но кончается недуализмом. Неудивительно поэтому, что многие изучающие внутреннюю науку должны были быть озадачены этим парадоксом. С ходом времени путаница привела к спору и полуйстина часто ошибочно принималась за полную истину. Именно в такое время появился Шанкара, необыкновенно одаренный человек из Южной Индии, чтобы проповедовать истинную философию адвайтизма.

Он был одарен изумительными способностями к рассуждению, логике и прозрению, и немногие достигли глубины, тонкости и последовательности видения, которые находят в писаниях Шанкары. Взяв все великие священные писания, как они дошли из прошлого, он недвусмысленно истолковал их смысл и установил идентичность их сути. Он показал, что Реальность – Одна и, в конечном счете, не может допускать никакой множественности или дуализма. Индивидуальная джива может начать как

отличная от Брахмана, но ко времени, когда она достигнет полной реализации, она реализует свое единство с Абсолютом, Всепроникающим. Вооруженный интеллектуальной способностью ясновидения, он очистил индийскую мысль от всех кажущихся противоречий, препятствовавших ее свободному развитию. Теперь мы можем рассмотреть некоторые из основных понятий, кото-рым он учил.

#### 4.1. "Я" – базис сознательной жизни

Шанкара считал эмпирическую жизнь индивидуального сознания не чем иным, как сном в бодрствовании и, как любой другой сон, нереальной субстанцией. Ее нереальность обнаруживается, когда переходишь от ограниченного к космическому сознанию или созерцаешь относительную природу физического сознания, когда оно изменяется от бодрствования (ДЖАГРАТ) ко сну (СВАПАН), а от него – ко сну без сновидений (СУШУПТИ). Если эмпирический опыт относителен по характеру, в чем заключается его реальность? Ответ, данный Шанкарой, таков: ее нужно искать в Мыслящем Разуме, который, в свою очередь, только отражает свет Атмана, вечного "Я", неизменного, абсолютного, реального свидетеля (САКШИ).

Принцип причинности является просто условием познания. Объекты кажутся реальными, пока мы работаем в пределах причины и следствия. В тот момент, когда мы поднимаемся над этими ограничениями, все объекты исчезают, как воздушное ничто. В истинной природе реальности нет места причинности, потому что причинные объяснения всегда неполны и в конце концов никуда не ведут. Объекты появляются на мгновение, как пузырьки или рябь на поверхности воды, и исчезают в следующий момент в воде без следа. Одна вода остается реальным субстратом всего явления. Точно таким же образом, Реальное содержит и превосходит феноменальное, и свободно от всех отношений времени, пространства и причины. Весь мир живет в разуме человека, и именно движение сознательного разума производит различия восприятия, воспринимающего и воспринимаемое, дифференциацию, которой фактически нет, так как все является частью обширного океана единства. Это состояние не признает различий познающего, познаваемого и познания, каждое из которых является лишь относительным термином без завершенности в нем. Подобно этому, три состояния человеческого опыта (бодрствование, сон со сновидениями и сон без сновидений) нереальны, так как ни одно из них не длится достаточно долго и каждое уступает место другому по очереди, когда разум переходит от состояния к состоянию. Каждое из них имеет начало и конец и существует только в отсутствии других.

Термин "относительность" сам по себе предполагает свою противоположность, "реальность", и за пределами этих трех состояний, описанных выше, лежит атман как основа их всех. Он один находится и постоянно остается за вечно меняющейся панорамой жизни, всегда нерожденный, вечно бодрствующий, бессонный и самосветящийся, по самой своей природе чистое познание, в отличие от непознаваемости состояния сна.

#### 4.2. Природа творения

Творение как таковое не существует само по себе. Действительное и реальное – всегда одно и то же и не подвержено изменению. Необусловленное не может быть обусловлено, как бесконечность нельзя сделать конечной. Все, что существует – это Брахман, и не может быть ничего, кроме Абсолютного Единства. Он проецирует Себя в различные формы, являющиеся выражением Его силы; но если мы воспринимаем их в терминах множественности, двойственности или ограниченности, то не потому, что эти качества присущи Абсолюту, а потому, что наше собственное восприятие ограничено узким, повседневным человеческим сознанием. Тот, кто перешел от АВИДЬЯ к ВИДЬЯ, от невежества к знанию, знает, что мир относительного – только Майя, или иллюзия, и видит Абсолют во всем; точно так же, как знающий истинную природу льда видит в нем только другую форму воды. Сила Абсолюта, популярно известная как Ишвар и называемая Творцом, является коренной причиной всего сознания. Мир множественности или двойственности – это просто Майя (инструмент для измерения вещей на уровне интеллекта), в то время как Реальный – недвойственен и поэтому является сразу безмерным и неизмеримым. Можно использовать известное сравнение: "Разнообразие существует в атмане, как змея в канате или привидение в пне дерева." Как эмпирическое знание не является ни идентичным с атманом, ни существующим отдельно или независимо от него, так и мир не является ни единым с атманом, ни отдельным от него.

Атман – единый и всеобщий, обусловленный и безграничный, как пространство, но когда он обусловлен разумом и материей, он выглядит как ГХАТ-АКАШ, или пространство, заключенное в кувшине, которое тем не менее становится единым со всеобщим пространством, когда кувшин разбивается. Все различия тогда заключаются

только в названии, емкости и форме. Джива и атман являются одной и той же сущностью. Кабир, говоря об этом, сказал, что дух – часть и частица Рам или Всепроницающей Силы Бога. Мусульманские богословы также описывают его (РУХ) как АМАР–И–РАВБИ, или Указ Бога. В то время как джива обусловлена и ограничена ограничивающими придатками – физическим, ментальным и причинным; атман, или развоплощенная джива, освобожденный от этих ограничивающих придатков, безграничен и необусловлен.

#### 4.3. "Я" или атман

Основа истины лежит в несомненности "Я". "Я" предшествует всему иному в мире. Оно приходит даже прежде потока сознания и всех понятий – истины и неистины, реальности и нереальности; и прежде всех соображений – физических, моральных и метафизических. Сознание, знание, мудрость и понимание предполагают некоторый вид энергии, известный как "Я", которой все они подчинены; и фактически, они текут из него. Все физические и умственные способности, даже жизненные энергии и эмпирические впечатления, появляются в свете сияющего "Я", самосветящегося атмана. Все они имеют цель и результат, лежащие намного глубже них самих и образующие трамплин для всех видов деятельности: физической, ментальной и супраментальной. Все они, однако, неспособны понять реальную природу "Я", будучи сами в состоянии непрерывного течения. "Я", будучи базисом всякого доказательства и существуя до доказательства, не может быть доказано. Как и кем может быть познан Знающий? Фактически, "Я" является сущностной природой каждого, даже атеиста. Кроме того, это "Я" вечно, неизменно и совершенно, и по своей сущности всегда одинаково во все времена, при всех условиях и во всех состояниях.

#### 4.4. Природа "Я"

Хотя мы знаем, что "Я" существует, все же мы не знаем, что это такое, так как знание само следует за "Я", благодаря ему и из-за "Я". Однако, истинная природа "Я" может быть понята через посредство "Я", если очистить Его от всех окутывающих оболочек чувств, разума, понимания и воли, в которые оно одето и которыми покрыто. То, что остается тогда, по-разному описывается как "Недифференцированное Сознание", "Вечное Знание" или "Чистое Осознание", и характеризуется Светом Великой Пустоты. Это – высший принцип, сущностная природа которого является самосветящейся. Он бесконечен, трансцендентален и является сущностью абсолютного знания. Он имеет три атрибута: САТ, ЧИТ И АНАНД, или чистое существование, чистое знание и чистое блаженство. Так как "Я" совершенно в Себе и С собой, Оно не имеет ни своей собственной активности, ни какой-либо нужды в ней, и Ему не требуется никакой внешней посредник. Всепроницающее и самосущее, Оно не знает границ и мотивов.

#### 4.5. Индивидуальное знание и сознание

Хотя окончательной реальностью является недвойственный дух, все же определенное знание и эмпирический опыт предполагает существование: 1. Познающего, или субъекта, который познает отдельно от внутреннего органа, за пределами чувств и познаваемого объекта. Познающий разум является лишь зеркалом, отражающим светимость атмана, в котором растет знание. 2. Процесса познания, определяемого модификациями во внутреннем органе: врити, или волнами, создающими рябь и пузырьки в потоке сознания. Эти врити бывают четырех типов: Неопределенное (МАНАС, или вещество разума), Определенное (БУДХИ, или сознательная воля), чувство "я" (АХАНКАР, или самоутверждающееся эго) и Подсознательное (ЧИТ, или глубокие и скрытые потенции). 3. Объекта, познаваемого через свет атмана, отражаемый внутренним органом (АНТАХКАРАН).

#### 4.6. Знание и его источники

Знание бывает двух типов: окончательное и конечное, или эмпирическое и относительное. Знание в своей окончательной реальности является состоянием бытия и никогда не растет. Оно уже существует и открывается светом атмана, который превосходит сразу как познающего субъекта, так и познаваемый объект, и выше которого нет ничего.

Истинное знание является целиком действием души и совершенно само по себе, оно независимо от чувств и органов чувств. "Всезнающий разум, – говорит профессор Дж.М.Мюррэй, – охватывает тотальность бытия под аспектом вечности. Когда мы получаем доступ в мир бытия, полное видение является нашим." Согласно Шанкаре, "высшее знание является непосредственным свидетелем самой реальности", так как тогда познающий и познаваемое становятся одной реальностью. Но реальное "Я", являющееся чистым осознанием, не может быть объектом познания.

Эмпирическое знание внешнего мира подобно животному знанию. Оно основано на органах чувств и получено от них, и как таковое, имеет формы и способы, которые бросаются в глаза отсутствием в них истинного знания. Но ничто не становится реальным, пока оно не познано на опыте. Даже пословица не является пословицей, пока она не проиллюстрирована в действительной жизни и на практике. Все эмпирическое знание открывается либо восприятием, либо свидетельством священных писаний. Человеческое восприятие никогда не считалось истинным, совершенным и точным. Можно увидеть змею в канате или привидение в пне дерева. Обычно вещи не таковы, какими они кажутся. Цвета вещей, которые мы видим – это те, которые не поглощаются ими, а отвергаются и выбрасываются. Краснота розы – не часть розы, а что-то чуждое ей. Кроме того, выводы и свидетельства священных писаний не полностью непогрешимы. Источник вывода – предыдущий опыт, который сам подвержен ошибкам, и даже если бы их не было, ситуации в настоящее время могут не полностью соответствовать знанию, полученному в прошлом. Так обстоит дело даже с интуицией, являющейся общей суммой всего опыта в подсознательном. Облако дыма на вершине отдаленного холма может указывать на огонь или полосу тумана. Подобным образом, свидетельство священных писаний, хотя и принимаемых за непогрешимый и надежный источник знания, не всегда может трактоваться как таковой. Веды, которые составляют Божественное знание, появляются и исчезают с возникновением и уничтожением каждого цикла времени. Они считаются неистощимым источником универсального и идеального знания. Но термин "знание" предполагает запись духовных опытов, полученных на сверхчувственных планах. В тот момент, когда полученные таким образом опыты переводятся на человеческий язык и сводятся к записи, они приобретают форму и метод; а в тот момент, когда они приобретают форму и метод, они теряют свою свежесть и жизнь, свое качество неограниченного бытия. То, что не может быть ограничено или определено, начинает трактоваться как нечто определенное и ограниченное, и вместо сообщения жизненно важного знания священные писания направлены на то, чтобы отвлечь людей от него, давая только абстракции. В лучшем случае, они могут только указать на Истину, но они никогда не могут дать ее. Концепции Всеобщего, содержащиеся в них, остаются просто концепциями, так как их нельзя ни получить, ни вывести логически, ни правильно передать; они начинают обретать смысл только когда человек научится подниматься над эмпирическим планом и на опыте познает Истину сам. Из изложенного выше вытекает неизбежный вывод, что "видение", или прямое и непосредственное восприятие, выше всякого доказательства и свидетельства. Именно видение в чистом свете атмана свободно даже от малейшей тени соотносительности. Это не что иное, как прямой, целостный опыт души. ШРУТИ, или священное писание-откровение, без личного внутреннего опыта звучит бессмысленно. Все полеты мысли, воображения или фантазии и все эмпирическое знание неадекватны и не могут воздать должное Истине, или Конечной Реальности. АНУБХАВА – поистине реальное и абсолютное знание, являющееся знанием Абсолюта. Это самоподтверждающийся опыт души, несущий доказательство записанного духовного опыта мудрецов, данного в Шрути.

#### 4.7. Природа Брахмана

Сама идея конечного предполагает существование Бесконечного, как слово "нереальное" – чего-то реального, базиса всего интеллекта и воображения. К тому же, мы имеем несметные свидетельства текстов священных писаний, которые говорят о религиозных опытах всех провидцев во все времена и во всех местах. Природа Брахмана не может быть выражена в словах. Она является основой всего существующего. Она распространяется везде и в то же время нигде по отношению к чему-либо конкретному. Это парадокс бытия и в то же время небытия. Есть два пути рассмотрения этой проблемы: негативный и позитивный. Существует Бог, Непостижимый Абсолют, и Бог, который действительно творит, работает и является Первопричиной, известный по-разному как ЛОГОС, или Святой Дух; КАЛЬМА, или БАНГ-И-КАДИМ; НААД, или УДГИТ; НААМ, или ШАБД. Последние термины указывают на жизненный принцип, Слово или Силу Бога, которая имманентна и вибрирует везде, от высшего до низшего во Вселенной. Оно является как материальной, так и действенной причиной мира. Это принцип Истины и Дух Бога (Бог в действии – ЭКАНКАР). Об этой Силе Бога Евангелия говорят нам: "И свет во тьме светит, и тьма не объяла его". Эта Сила Брахмана (Ишвара), или Божественность является посредником между Брахманом и вселенной и принимает участие в природе обоих. Но на Его единственность не влияет самовыражение во множестве – ЭКО АХАМ БАХУСИАМ. Эти два существуют как реальность и видимость, и различие возникает из-за ограниченного понимания человека.

Короче говоря, Высшая Реальность – базис мира, каким мы знаем его, говорим о нем и видим его. Множественность, или разнообразие в единстве, является результатом ошибочного суждения. Мир нереален, но это не субъективная иллюзия. Абсолют находится в мире, но мир не является Абсолютом, так как тень не может занять место предмета. Вещь, основанная на реальном, не может быть сама этим "реальным". Мир – это лишь феноменальная истина, а не сущностная истина Реальности, или центростремительной силы в его сердцевине.

Индивидуальное "я" является комплексом симпатий и антипатий, предпочтений и предрассудков, целей и проектов, воспоминаний и ассоциаций. Обусловленная джива является, по существу, необусловленным атманом. Это эмпирическое "я", или индивидуальное понимание, из-за незнания своей настоящей природы есть активный деятель, наслаждающийся и страдающий в чистом свете атмана, о котором оно не имеет ни знания, ни какого-либо опыта. Заключенное в физическое тело, составленное из пяти элементов (эфир, воздух, огонь, вода и земля), тонкое тело состоит из семнадцати элементов (пять органов восприятия: глаза, уши, нос, язык и кожа; пять органов действия: зрение, слух, обоняние, вкус и осязание; пять жизненных энергий, манас и буддхи), туда же заключено причинное, или семенное тело. "Я" следует неизбежному закону кармы, когда оно мигрирует из одного тела в другое в гигантском Колесе Жизни. Эти ограничивающие придатки (физический, ментальный, причинный) сводят атман до уровня дживы (индивидуального сознания) и определяют его судьбу, втягивая его в бесконечное круговращение. В сердцевине дживы находится Свидетельствующее "Я", которое просто смотрит на всю сцену и придает ей блеск, и, освещая это, разум, чувства и чувственные объекты, продолжает светить своим собственным светом, даже когда сцена пуста. Именно на фоне этого освещенного серебряного экрана происходит все шоу.

Достижение состояния, в котором атман познает себя, для чего он существует, и понимает, что он – не что иное, как Брахман, является целью адвайтизма. Это состояние непосредственного опыта и, как предельно прояснил Шанкара, оно не может быть достигнуто просто рассуждением, чтением священных писаний или выполнением ритуалов. Оно может прийти только через занятие йогой, и нужно помнить важную вещь, что адвайтизм сам по себе не йога, а, строго говоря, представляет философию йоги в ее тончайшем и глубочайшем виде. Шанкара, как он сам разъяснил, не говорил что-то новое. Он был занят задачей переформулирования того, что уже было выражено в Упанишадах и Гите. Наделенный необычайным интеллектом и изумительной способностью к логике, он переформулировал в последовательной и систематической форме понимание, заключенное в Шрути, которое с течением времени было запутано и привело к многим ненужным спорам. Он продемонстрировал раз и навсегда, что любой подход к Брахману, не проповедующий немножественную и недвойственную реальность, является по самой своей природе нелогичным, и что адвайтизм, фактически, является логическим завершением йогической мысли. Безоговорочным в этом подходе является взгляд, что из всех стадий самадхи та, в которой индивидуальный атман теряет себя в Брахмане (называемая НИРВИКАЛЬП САМАДХИ), есть наивысшая. Этого состояния нужно достичь здесь и сейчас, и можно стать освобожденным в этой жизни (ДЖИВАН МУКТА). Тот, кто проник под феноменальное в Абсолют, никогда снова не будет обманут видимостью. Он – освобожденный дух, живущий в свете Истинного Знания. Прошлые действия могут вести его вперед через физическое существование, но как только они истощатся, он полностью поглощается в Брахмане, чистом сознании.

Шанкара был действительно человеком замечательной учености и интуиции, и его вклад в индийскую мысль нетленен. Доведя ее до ее логического завершения, он придал ей блеск последовательной ясности. Но как ритуал и священное писание не могут быть заменой непосредственного внутреннего опыта, точно так же и просто знание, что "Я" и Брахман Одно, не может заменить действительного опыта этого единства. Философия йоги – не то же самое, что йога. В лучшем случае, она может только прояснить наше мышление от его теперешней путаницы и указать окончательную цель для достижения, но остальное должно быть делом практической и личной реализации с помощью йоги.

Часть вторая. Исследование Сурат Шабд Йоги

##### 5. СУРАТ ШАБД ЙОГА

Йога Небесного Звукового Поточка

В предыдущих разделах этого исследования мы видели, как индийские мудрецы с незапамятных времен учили, что за видимым "я", которое мы осознаем в повседневной жизни, "я", избегающим боли и стремящимся к удовольствию, меняющимся от мгновения к мгновению и подверженным влиянию времени и

пространства, есть неизменное "Я" – Атман. Этот Атман образует основную реальность, конечную субстанцию, сущность сущностей, и именно в свете его бытия все остальное приобретает смысл. Мы также видели, как индийские мистики анализировали природу вселенной. Наблюдаемый с поверхности, наш мир кажется странной смесью противоречивых элементов. Встретившись с этими противоречиями, человек вынужден искать Творца, удерживающего в равновесии противоборствующие силы и представляющего постоянство за потоком существования. Но когда он проникает все глубже и глубже, он обнаруживает, что противоречия – лишь кажущиеся, а не реальные: далекие от того, чтобы быть противоположными по природе, они являются дифференцированными проявлениями одной и той же Силы, и даже не "проявлениями", собственно говоря, а иллюзиями невежественного разума, которые рассеиваются в свете реализации, когда начинают познавать, что океан неизменен, хотя кажется меняющимся.

Эти два понимания являются основными в индийской мысли, и при более тщательном изучении будет видно, что они являются не отдельными, а одним. Признание абсолютной природы внутреннего "Я", Атмана, предполагает признание истинной природы существования Параматмана, Брахмана; в то время как понимание природы Параматмана или Брахмана предполагает понимание Атмана. Если за меняющимся, зависящим от времени "я" есть вечное, неизменное и вневременное Единое и если за потоком переменчивости творения, как мы обычно знаем его, есть Абсолютная Неизменная Реальность, тогда эти два должны быть связаны и, фактически, должны быть отождествлены. Как может быть два Абсолюта? Как может быть Атман отличен от Брахмана, когда все существующее – лишь проекция Брахмана?

В тот момент, когда мы постигаем эти истины о природе "Я" и "Сверх-Я", или Одну Истину о природе Реальности, неизбежно встает проблема: почему в повседневном существовании мы воспринимаем мир в терминах двойственности и множественности, чувствуя себя отделенными друг от друга и от жизни в целом, и каковы могут быть средства, чтобы подняться над этим необязательным сжатием себя и погрузиться в Океан Сознания, являющийся нашим основным состоянием? Ответ на первую часть вопроса был таков: дух в его нисхождении окутывается в оболочку за оболочкой ментального и материального аппаратов, которые заставляют его воспринимать жизнь в терминах их ограничений, пока, больше не осознавая свою собственную внутреннюю природу, душа не отождествит себя с их царством времени и пространства – НАМ-РУП-ПРАПАНЧ. Ответом на вторую часть вопроса было то, что душа сама может свидетельствовать о себе при условии, что она может избавиться от своих ограничивающих приращений. Множество форм и вариаций йоги, рассмотренных нами, является не более чем различными методами, привлекаемыми для совершения этого процесса высвобождения, или духовной инволюции.

Одной и той же повторяющейся темой в учениях всех великих риши и мистиков была та, что их прозрения основаны не на унаследованной учености, философском размышлении или логическом рассуждении, а на личном внутреннем опыте, или АНУБХАВА – слове, ясность выразительности которого отвергает перевод. Они объясняют, что видимые различия обусловлены не каким-либо противоречием в том, что они говорят, а тем, что люди сильно отличаются по темпераменту; и то, что возможно для человека развитого и утонченного ума, невозможно для необразованного крестьянина, и наоборот. Различные реки могут течь через разные равнины, но все они достигают моря.

Восьмиричный путь Патанджали является первой большой попыткой связать множество имеющихся путей в одну согласованную систему духовной реинтеграции. Последующие риши и учителя извлекли много руководящих указаний из него, но их учения безусловно содержат признание, что его система слишком трудна и ведет к отрицанию духовного достижения для среднего человека. Более того, она так сложна, что для большинства садхаков (стремящихся) она может стать лабиринтом, в котором они теряют свой путь и ошибочно принимают промежуточные цели за окончательную. Итак, в то время как Мантра Йога, Лайя Йога, Хатха Йога и особенно Раджа Йога продолжают традицию Патанджали в модифицированных формах, возникают три другие большие формы, представляющие, в противоположность Аштанга Марг, большое упрощение и специализацию. Джнана йогу, Карма йогу и Бхакте больше не нужно удаляться от мира и подвергаться трудным психофизическим дисциплинам. Каждый приближается к цели под особым углом и достигает ее целеустремленной концентрацией.

Целью всей йоги, как прояснил Шанкара, является поглощенность в Брахмане. Поэтому все пути нацелены на самадхи, в состоянии которого этот опыт может быть достигнут. Но если система Патанджали и ее производные имеют некоторые серьезные

недостатки, возникает вопрос, полностью ли лишены их три другие большие формы. Если для Карма Йога свобода заключается в непривязанности и отсутствии желаний, возможно ли для него быть полностью свободным? Не ищет ли он освобождения в следовании по своему пути, и не является ли само это формой желаний? Кроме того, возможно ли для человеческого разума психологически быть полностью непривязанным к своей обычной области опыта, не закрепившись сначала в другой и более высокой? Всеобщей характеристикой человека является то, что он ищет сходство с чем-то иным, нежели он сам. Это закон его жизни и источник всех его великих достижений. Ребенок привязан к своим игрушкам, а взрослый – к семье и обществу. Как в случае с ребенком вы не можете без вреда лишить его игрушек, пока он не перерастет их психологически, так же и ожидать, что садхак оставит свои социальные и семейные привязанности, пока он не перерос их, открыв что-то большее и великое, означало бы подрезать корень жизни. Это принесет не прогресс, а регресс, так как человек, предпринимающий это как вынужденную дисциплину, сможет лишь подавить свои естественные желания. Результатом этого будет не усиление сознания, а его онемение и атрофия, не непривязанность, а безразличие. Это, как указал м-р Т.С. Элиот, полностью отличается и от "привязанности", и от "непривязанности", напоминая

...других, как смерть напоминает жизнь,  
Будучи между двумя жизнями – нерасцветших,  
Между живой и мертвой крапивой.

Дисциплина Карма Йоги является необходимой, но если она должна быть исполнена до своего конца, ее нужно дополнить другой дисциплиной эзотерического типа, без которой она склонна свести себя к бесплодной попытке поднять себя вверх за шнурки от своих ботинок.

Что касается Джнана Йога, то Джнана может повести его в самом деле очень далеко. Она может вывести его за пределы грубого физического плана в духовные планы. Но может ли Джнана вести его за пределы себя? И если Джнана, которая, как мы видели, образует одну из кош, окружающих атман, хотя и очень разреженную, как может тогда она дать душе абсолютную свободу? Джнана – это помощь, и все же она может оказаться препятствием. Несомненно, она имеет силу избавить душу от всех загромождений грубее себя, но достигнув этого, она стремится помешать дальнейшему прогрессу. И так как она не из истинной сущности души, Абсолюта, она не может быть полностью выше досягаемости КАЛА, или Времени.

Мистики различают два царства времени – КАЛА и МАХАКАЛА: первое из них простирается над физическим миром и менее грубыми сферами непосредственно выше него, а второе простирается на все более высокие планы, которые не из чистого духа. Поэтому достижения джнани могут быть вне пределов времени, как мы обычно воспринимаем его (Кала), но они не полностью за пределами досягаемости более великого времени (Махакала). Едва ли нужно указывать, что то, что верно для Джнана Йоги, верно и для тех форм йоги, которые зависят от пранических энергий. Они тоже не из истинной природы атмана, и, как таковые, не могут вести его к состоянию Абсолютной Чистоты, за пределы царства относительности.

Кроме своей неспособности обеспечить абсолютную свободу, Джнана Йога – путь, недоступный для среднего человека. Она требует необычайных интеллектуальных сил и выносливости, которыми немногие обладают. Чтобы преодолеть эту трудность, а также трудность, возникающую в Карма Йоге, когда она выполняется сама по себе, появилась Бхакти Йога, заняв видное положение. Тот, кто обычно неспособен быть непривязанным к миру и не имеет умственных сил отличить истинное "Я" от неистинного, может силой любви перепрыгнуть пропасть и достичь цели. Но как может человек любить то, что не имеет ни вида, ни формы? Так бхакта укрепляется в любви к некоторому ИШТ-ДЭВА, какому-то определенному проявлению Бога. Но при преодолении этой практической трудности он оказывается в тех же ограничениях, что и джнани. Избранный Ишт-дэва по самой своей природе представляет ограничение, накладываемое на Безымянный и Бесформенный Абсолют. И даже если бхакта достигнет уровня этого проявления, сможет ли это ограниченное существо взять его за пределы себя к Тому, что не имеет ограничений?

Изучение жизней выдающихся представителей этой системы проясняет дело. Рамануджа, хорошо известный мистик средних веков, не смог понять учения своего предшественника, Шанкары. Он следовал тому, что в индийской философии известно как школа ВАСИШТ АДВАЙТА, т.е. что Атман может достичь Ишвара (Бога как проявленного Творца вселенной) и может стать насыщенным космическим сознанием, но он никогда не может стать единым с Ним. Что говорить тогда о достижении Бога как Непроявленного, Безымянного Брахмана? Опыт Шри Рамакришны в наше время еще

раз выявляет это ограничение. Он всегда был поклонником Божественной Матери, и она часто благословляла его своими видениями. Но он всегда воспринимал ее как нечто иное, нежели он сам, как силу вне себя, для чьих действий он часто мог становиться посредником, но с которой он сам не мог слиться. Когда он впоследствии встретил Тотатури, адвайта-саньясина, он понял, что он должен выйти за пределы этой стадии на ту, где нет имени или формы, и где "Я" и "Сверх-Я" становятся едины. Когда он попытался войти в такое состояние, он обнаружил, что его прежние достижения стали препятствием, несмотря на все его усилия. Он рассказывает нам:

"Я не мог пересечь царство имени и формы и привести свой разум в необусловленное состояние. У меня не было трудности увести свой разум от всех объектов, кроме одного, и это была слишком знакомая форма Блаженной Матери – сияющая и из сущности чистого сознания – которая появлялась передо мной, как живая реальность, и не позволяла мне пройти царство имени и формы. Снова и снова я пытался сконцентрировать свой разум на учениях адвайты, но каждый раз форма Матери стояла на моем пути. В отчаянии я сказал "обнаженному" (его Мастеру Тотатури): "Это безнадежно. Я не могу поднять свой разум в необусловленное состояние и встретиться лицом к лицу с Атманом." Он возбудился и резко сказал: "Что! Ты не можешь сделать это? Но ты должен." Он посмотрел вокруг и, найдя кусок стекла, поднял его и надавил им в точку между бровями, сказав: "Концентрируй свой разум на этой точке." Тогда с суровой решимостью я снова сел медитировать и, как только прекрасная форма Божественной Матери появилась передо мной, я использовал свое различие как меч и разрубил им ее пополам! Для моего разума больше не оставалось препятствия, и он сразу воспарил за пределы относительного плана, и я потерялся в самадхи." (Sayings of Ramakrishna. Mylapore-Madras, 1954, p.313)

Поэтому ясно, что бхакта может духовно пойти очень далеко, может сильно повисить свое сознание, достичь чудесных сил и, укрепившись в более высокой любви, подняться над любовью этого мира, но все же для него невозможно выйти за пределы плана "имени и формы", и поэтому относительности. Он может потеряться в созерцании Бога с его изумительными атрибутами, но он не может познать на опыте то же самое в его НИРГУНА и АНАМИ, "Необусловленном" и "Безымянном" состоянии. Он может чувствовать себя насыщенным космическим сознанием, но оно приходит к нему как что-то вне его, как дар милости, и он не способен потеряться в Нем и стать единым с Океаном Бытия. Если он стремится достичь этого состояния, его достижение как бхакты, вместо дальнейшей помощи ему, будет препятствовать и мешать ему.

Две вещи, вытекающие из изучения популярных форм йоги, развившихся после Патанджали, таковы: первое, душа может подняться над физическим сознанием, даны средства, с помощью которых она может сфокусировать свои энергии, не прибегая к трудному контролю пран; и второе, полная духовная реализация, или истинное самадхи – это не просто вопрос о преодолении пределов физического (хотя это необходимо как первый шаг), но она является концом сложного внутреннего пути со многими промежуточными стадиями, достижение которых при определенных условиях может быть ошибочно принято за конечную цель и этим воспрепятствовать дальнейшему прогрессу. В такой ситуации перед истинным искателем возникает проблема – обнаружить средства, иные чем праны, Джнана или Бхакти Ишт-дэва, чтобы не только позволить духовным потокам быть освобожденными от их теперешнего физического рабства, но также дать возможность душе быть беспрепятственно ведомой вверх с одного духовного плана на другой, пока она не поднимется полностью над всеми царствами относительности НААМ и РУП, КАЛА и МАХАКАЛА и не достигнет своей цели: единства с Безымянным и Бесформенным.

### 5.1. Звуковой Поток

Именно в контексте этой проблемы Сурат Шабд Йога, или йога небесного Звукового Потока, приобретает свою уникальную важность. Овладевшие этой йогой учат, что Абсолют, хотя и свободный от атрибутов в Своем первичном состоянии, проецирует себя в форму и принимает два первичных атрибута: Свет и Звук. Это не простое совпадение, указывают они, что в книгах откровений всех основных религий есть частые упоминания "Слова", которое занимает центральное положение в их построениях. В Евангелиях мы имеем:

В начале было Слово, и Слово было у Бога,  
и Слово было Бог.

Иоанн, 1:1



В древнеиндийских священных писаниях мы читаем неоднократно об АУМ, священном Слове, пронизывающим три царства бхур, бхува и свах (т.е. физическое, астральное и причинное).

К тому же, Нанак говорит:

Земля и небо – не что иное, как Шабд (Слово).

От Шабда одного свет родился,

От Шабда одного творение возникло,

Шабд – ядро сущности во всем.

Шабд – управляющий агент Бога, причина всего творения.

Прабхати

Мусульманские суфи провозглашают:

Творение пришло к бытию от Саут (Звук, или Слово),

И от Саут распространяется весь свет.

Шамас Табриз

Великое Имя – сама сущность и жизнь всех имен и форм.

Его проявленная форма поддерживает творение;

Это великий океан, в котором мы – просто волны,

Только тот может понять это, кто овладел нашей дисциплиной.

Абдул Разак Каши

Моисей услышал заповеди Бога среди грома и пламени, а в зороастрийской и таоистской мысли одинаково есть ссылки на "Творческий Глагол", "Божественный Свет" и на "Бессловесное Слово", молчаливое Слово.

Некоторые ученые и теологи в последующие времена из-за их собственного ограниченного опыта истолковали эти описания как метафорические ссылки на интуитивное или интеллектуальное просветление. При более тщательном изучении такая позиция будет признана несостоятельной. Термины "Слово" или "Логос", использованные греками, иудеями и европейцами, могли быть искажены до значений "разум" или "порядок", а "свет", мог даже быть сведен до значения не большего, чем умственное просветление; но их эквиваленты в другой религиозной литературе – НАД, УДГИТ, АКАШ-БАНИ, ШАБД, НААМ, САУТ, БАНГ-И-ИЛАХИ, НИДА-И-АСМАНИ, СРАОША, ТАО, ДЖИОТИ, ПРАКАШ, ТАДЖАЛЛИ, НУР-И-ЯЗДАНИ и т.д. отказываются поддерживать подобную пародию на их первоначальное мистическое значение. Более того, некоторые провидцы установили их значение таким образом, что не может быть места для двусмысленности или сомнения в том, что это не образное выражение обычного умственного опыта, а трансцендентальное внутреннее восприятие. Так, в Откровении Иоанна Богослова мы читаем:

... И очи Его – как пламень огненный... и голос Его – как шум вод многих... и лицо Его – как солнце, сияющее в силе своей.

Откр., 1:14-16

... и я слышал Голос с небес, как шум от множества вод, и как звук сильного грома, и услышал голос как бы гуслистов, играющих на гуслиях своих.

Откр., 14:2

Тогда как в Упанишадах нам говорится:

Сначала бормочущие Звуки, напоминающие звуки океанских волн, падения дождя и затем бегущих ручьев, после которых будет слышен БХЕРВИ, перемежающийся со звуками колокола и раковины.

Над Бинд Упанишад

Пророк Мухаммед слышал небесную музыку, которая постепенно приняла форму Гавриила и превратилась в слова; а Баха У`лла рассказывает:

Мириады мистических языков находят высказывание в одной речи, и мириады Его скрытых мистерий открываются в единственной мелодии; все же уши, нет ни уха услышать, ни сердца понять! Ослепи свои глаза, чтобы ты мог созерцать Мою Красоту, и заткни свои уши, чтобы ты мог слушать сладостную мелодию Моего Голоса.

Эти ссылки на Свет и Звук, говорят Мастера Сурад Шабд Йоги, не образны, а буквальны, они относятся не к внешним огням или звукам этого мира, а к внутренним, трансцендентальным. Они учат, что трансцендентальный Звук и Свет являются первичными проявлениями Бога, когда Он проецирует Себя в творение. В Своем Безымянном состоянии Он – ни свет, ни тьма, ни звук, ни тишина; но когда Он принимает форму, Свет и Звук появляются как Его первичные атрибуты. Эта духовная сила, Слово, НААМ, КАЛЬМА или Бог в действии, ответственна за все существующее; и физические вселенные, известные нам, не единственные, созданные Им. Он привел к бытию мириады планов и мириады творений над физическим и выше

него. Действительно, все в целом – это величественная, непостижимая, неограниченная структура, в которой Позитивный полюс (САЧ КХАНД или САТ ЛОК) является планом чистого беспримесного духа, а Негативный полюс (Пинд) является грубой физической материей, с которой мы в этом мире знакомы. Между ними находятся бесчисленные планы, которые те, кто путешествовал от одного конца до другого, часто делят на три различных плана в соответствии с балансом позитивно-духовной и негативно-материальной сил в каждом плане.

Мастера учат, что единый постоянный принцип, связывающий все эти планы от чистого духа до грубой материи – это принцип пламенеющего звука или звучащего пламени. Слово, или Шабд, когда оно спускается вниз, приобретает различную плотность духовно-материальных сил. Мистики говорят о пурпурном свете, полуденном свете или заходящем солнце и ссылаются на звуки флейты, арфы, скрипок, раковин, грома, колокольчиков, бегущей воды и т.д., но хотя и проявляясь различно на разных уровнях, Шабд все же остается постоянным в Себе.

Когда река вытекает со снежного пика крутой горы и течет к морю, она претерпевает много изменений окружающей обстановки, формы, движения и вида, и все же ее вода остается той же самой.

Если сумеешь открыть этот слышимый жизненный поток внутри себя, если сумеешь открыть его низшие пределы, то можно использовать его как путь, неизменно ведущий к своему источнику. Потоки могут в некоторых точках входить в ущелье и быстрину, но все же они являются надежнейшим путем восхождения вверх. Каким бы неприступным ни был склон, воды прорежут путь и сделают проход, и тот, кто воспользуется их руководством, всегда сможет найти путь. И так как этот НААМ, или Слово-Поток, течет из АНААМ, или Бессловесного, тот, кто твердо держится за Него, неизбежно достигнет начальной точки, пересекая план за планом меняющейся относительности, пока не достигнет самого источника имени и формы, чтобы там влиться в То, что не имеет имени и формы.

## 5.2. Краеугольные камни

Звуковой Поток, несомненно, дает надежнейший путь человеку для достижения Бесформенного, начиная с формы; но возникает вопрос: как человек может получить доступ к Нему и таким образом завершить свое внутреннее путешествие? Те, кто опытен в этом пути, всегда утверждают, что есть три условия, которые должны быть выполнены прежде, чем успех в этой истиннейшей из всех йог может быть достигнут: САТГУРУ: Первое условие – нахождение Сатгуру, или истинного Мастера, являющегося адептом в этой мистической науке. Дело в практической самореализации, а не в философской диссертации или интуитивном чувстве. Если бы это было делом просто теории, тогда книги и священные писания были бы достаточны для нашей цели; и если бы это было просто делом чувства, тогда каждый мог бы положиться на подсказки своего собственного разума. Но перед нами стоит вопрос об открытии "шестого" чувства прямого трансцендентального восприятия, внутреннего слышания и видения. Родившийся слепым и глухим может с помощью шрифта Брайля изучить самые детальные описания ценных и разнообразных аудио-визуальных опытов человека, но его изучение никогда не может дать ему непосредственного опыта. Самое большее, что он может получить из книг – это понимание обширного плана опыта, находящегося полностью вне пределов его досягаемости, и это может породить в нем жажду открыть средства, с помощью которых он сможет преодолеть свои физические ограничения. Только опытный хирург или доктор может провести лечение (при условии, что его болезнь излечима). А попади он в руки шарлатана, его состояние только станет хуже и еще сложнее.

Подобным же образом, претендент, который ищет внутреннее духовное мастерство, должен искать помощи у того, кто уже овладел этим путем. Все его чтения священных писаний, все его размышления могут в лучшем случае привести к одному выводу, при условии, что он восприимчив к подразумеваемому: необходимости живого Мастера. Без такого Мастера он не сможет даже понять истинное значение священных писаний-откровений. Они говорят об опытах, находящихся за пределами его уровня опыта, и даже на его собственном языке они могут говорить только метафорами и притчами; ибо как могут рассуждения слепого выразить непосредственно опыт видения?

Попытка истолковать богатое духовное наследие в нашей религиозной литературе полностью в терминах нашего ограниченного опыта может привести к искажению истинного смысла. Мы можем собрать много психологической мудрости, но ее внутреннее значение будет потеряно для нас, и все наше интеллектуальное теоретизирование только приведет нас к нескончаемым теологическим противоречиям, с которыми различные институционализованные религии сталкиваются сегодня.

Только тот, кто сам на опыте познал то, что описывают великие священные писания, может вести нас к их настоящему смыслу. Но задача духовного учителя не кончается на этом. Прояснение истинного значения религии – не более чем первый шаг. После того как претендент понял природу своей цели, он должен стремиться к ней практически и рационально. Знать – это одно, а делать – это совершенно другое. Только после объяснения претенденту цели, которой нужно достичь, начинается настоящая работа Мастера. Недостаточно диагностировать причину слепоты большого, доктор должен также выполнить операцию. Так же и духовный руководитель во время посвящения дает ученику личный опыт внутреннего Света и Звука. Он приводит его в контакт с Божественным Поток, пусть на его низшем уровне, и наставляет его в садхнах, которые нужно выполнять для консолидации и развития этого внутреннего опыта в его полной степени.

Благословен тот, кто может найти такого Мастера. Но обнаружить такого человека и быть им посвященным недостаточно. Начальный духовный опыт, который он дает, нужно выращивать и развивать до его полного духовного расцвета. Чтобы быть способным сделать это, нужно принять то, о чем узнаешь, и пытаться воплотить это на практике. Знать такого человека – значит любить его, а любить его – значит следовать его заповедям. Пока не сможешь так любить, повиноваться и таким образом преобразовать свою жизнь, дар Гуру останется подобным семени, запертому в сейфе, где оно не может прорасти и дать плод.

САДАЧАР: Именно необходимость самодисциплины делает садачар вторым краеугольным камнем системы. Слово САДАЧАР нелегко перевести. Можно найти много буквальных эквивалентов, но ни один из них реально не выражает его обширное и многостороннее значение. Вкратце, оно означает добрую и чистую жизнь. Оно не предполагает какого-либо жесткого кодекса или набора моральных формул, но наводит на мысль о чистоте и простоте, которые излучаются изнутри и распространяются вовне, пропитывая каждое действие, каждое слово, каждую мысль. Это столько же забота о своих личных привычках, хороших и гигиеничных, сколько и о своей индивидуальной и социальной этике. И со своей этической стороны оно касается не только отношения к своим собратьям-людям, но и ко всем живым существам, т.е. гармонии, являющейся результатом признания, что все вещи – из одной и той же Сущности, и поэтому червяк – настолько же часть Брахмана, насколько и мощнейший из божеств, Индра.

Первый урок, преподаваемый истинным Гуру – это урок "тождественности субстанции", и понявший эту истину будет соответственно дисциплинировать свою жизнь. Он не будет жертвой чрезмерных желаний, и его единственной целью будет достижение неподвижной точки, содержащей в себе все действия; точки, где не иметь ничего означает обладать всем. Он будет знать, что единственный путь к выполнению – через отречение, и единственный путь к достижению Всемогущего – через освобождение себя от всех остальных привязанностей:

Чтобы прийти к тому, чтобы иметь удовольствие во всем,

не желайте иметь удовольствия ни в чем.

Чтобы прийти к обладанию всем, не желайте обладать ничем.

Чтобы быть всем, не желайте быть ничем.

Св. Иоанн Креститель

Очисти палаты своего сердца,  
чтобы твой Любимый мог войти.

Тулси Сахиб

Где нет ничего, там есть Бог.

В.В. Итс

Тот, кто свободен от демона желания (кама), будет свободен и от демона гнева (кродх), который следует за крушением желания. Освобожденный от них, он будет свободен также от жадности (лобх), привязанности (мох) и гордости (аханкар), являющихся лишь следствиями желаний.

Его жизнь будет жизнью непривязанности, или НИШКАМА. Но непривязанность не будет для него жизнью безразличия или аскетического самоотречения. Знать всю жизнь – значит обнаружить новую связь между собой и остальным творением. Тот, кто знает это, не может быть просто "безразличным". Он волей-неволей должен быть переполнен симпатией ко всем, с кем он сталкивается, и симпатия ко всему в целом должна предполагать определенную святую нейтральность к частности. Он больше не будет привязан к своим узким индивидуальным интересам, а будет делиться своей любовью и средствами со всеми. Он разовьет, медленно, но верно, нечто от сострадания Будды и любви Христа. Он не почувствует себя призванным оставить мир ради уединения леса, гор или пустынной пещеры.

Непривязанность должна быть внутренней, и тот, кто не может достичь ее дома, не достигнет ее в лесу. Он признает огромную пользу отхода время от времени от мирских дел и забот в тишину уединенной медитации и концентрации, но он не будет искать бегства от жизни и ее обязанностей. Он будет любящим мужем и хорошим отцом, но в то же время он никогда не будет забывать конечную цель жизни, всегда зная, как отдать кесарю кесарево и сохранить Божие для Бога. Он будет знать, что путь преодоления желания состоит не в его подавлении, а в том, чтобы встретить его честно и побороть его. Для него САНЬЯСА – дело не внешнего уклонения или эскапизма, а внутренней свободы, идея которой хорошо выражена Нанаком:

Пусть удовлетворенность будет твоими серьгами, стремление к Божественному и уважение к высшему "Я" – твоей котомкой, а постоянная медитация на Нем – твоим пеплом, пусть готовность к смерти будет твоим плащом, и пусть твое тело будет, как целомудренная дева. Пусть учение твоего Мастера будет твоим посохом.

Джап Джи

Двумя главными добродетелями, которые такой человек разовьет, будут милосердие и целомудрие. Он будет велик сердцем и щедр, заботясь больше о страданиях других, чем о своих собственных, и легко прощая тех, кто вредит ему. Он будет прост и сдержан в своих привычках. Его потребности будут немногочисленны и легко удовлетворяемы, так как имеющий слишком много желаний и слишком много привязанностей не может быть чист сердцем. Для него воздержанность распространится даже на отказ от мяса и выпивки. Когда вся жизнь едина, жить за счет плоти других живых существ означало бы оскорблять себя. И когда целью является достижение даже более высоких планов сознания, прибегать к наркотикам и интоксикантам – это только осуждать себя на регресс. Это не особенность стиля индийских провидцев, что они должны были сделать воздержание от мяса и выпивки необходимой частью духовной дисциплины. Мы имеем подобные предписания в Коране и в Святой Библии. Так, в "Книге Притчей Соломоновых", 23:20, мы находим:

Не будь среди упивающихся вином, среди пресыщающихся мясом.

И в "Послании к Римлянам" Св. Апостола Павла, 14:21:

Лучше не есть мяса, не пить вина

и не делать ничего такого, от чего брат ваш преткнется, или соблазнится, или изнемогает.

И в "Первом Послании Коринфянам" Св. Апостола Павла, 6:13:

Пища для чрева, и чрево для пищи:

но Бог уничтожит и то, и другое.

Тело же не для блуда, но для Господа,

и Господь для тела.

В "Ессейском Евангелии от Иоанна" (прямой перевод с арамейского чисто оригинальных слов Иисуса) мы имеем:

"Но они спросили Его: `Должны ли мы идти, Мастер, ...так как с Тобой слова Жизни Вечной. Скажи нам, каких грехов мы должны избегать, чтобы мы могли никогда больше не видеть болезнь?` Иисус ответил: `Будь так согласно вашей вере`, и он сел среди них, говоря:

"В старые времена было сказано: 'Почитай Отца Своего Небесного и твою Земную Мать, и их заповеди, чтобы дни твои могли быть долгими на земле.' И следующей дана эта заповедь: 'Не убивай', так как жизнь дана всем Богом, и то, что Бог дал, человек да не отнимет. Ибо Я говорю вам истинно, от одной Матери происходит все, что живет на земле. Поэтому тот, кто убивает, убивает своего брата. И от него Земная Мать отвернется и отдернет от него свои животворные груди. И он будет избегаем ее ангелами. Сатана будет иметь свою обитель в его теле. И плоть убитых зверей в его теле станет его собственной могилой. Ибо истинно говорю вам, тот, кто убивает, убивает себя, и кто бы ни ел плоть убитых зверей, ест от тела смерти. И их смерть станет его смертью. Так как плата за грех – смерть. Не убивайте, не ешьте плоть вашей невинной жертвы, чтобы не стать вам рабами Сатаны. Так как это путь страданий, и он ведет к смерти. Но исполняйте Волю Божию, чтобы Его ангелы могли служить вам на пути жизни. Поэтому повинуйтесь словам Бога: 'Вот, Я дал вам всякую траву, сеющую семя, какая есть на всей земле, и всякое дерево, у которого плод древесный, сеющий семя: вам сие будет в пищу. А всем зверям земным, и всем птицам небесным, и всякому пресмыкающемуся по земле, в котором душа живая, дал Я всю зелень травную в пищу.' ...'Также молоко всего, что движется и что живет. будет пищей вам; так же как зеленую траву Я дал

им, так Я даю их молоко вам. Но плоть и кровь, которая оживляет ее, вы не должны есть."

И Иисус продолжал: "Бог заповедовал вашим праотцам: 'Не убивай'. Но их сердце ожесточилось – они убивали. Тогда Моисей пожелал, чтобы, по крайней мере, они не убивали людей, и он позволил им убивать зверей. И затем сердце ваших праотцов ожесточилось еще больше, они убивали людей и зверей тоже. Но я говорю вам: 'Не убивайте ни людей, ни зверей, ни пищу, которая идет в ваш рот. Так как если вы съедите живую пищу, она будет оживлять вас; но если вы убьете вашу пищу, мертвая пища убьет вас тоже. Так как жизнь приходит только от жизни, и от смерти приходит всегда смерть. Так как все, что убивает вашу пищу, убивает ваши тела тоже. И все, что убивает ваши тела, убивает ваши души тоже. И ваши тела становятся такими, какова ваша пища, так же как ваши души также становятся такими, каковы ваши мысли."

С воздержанностью в пище и питье придет иной род воздержанности, который относится к сексу. Человек не будет подавлять всякое сексуальное желание, так как подавление может только породить невроз и подготовить путь для падения, но он будет всегда стремиться возвысить его. Он будет понимать, что цель природы в этом инстинкте – сохранить расу, и будет направлять его так, чтобы исполнить эту цель, никогда не делая его самоцелью, источником физического удовольствия; так как когда секс становится таковым, он превращается в наркотик, который парализует дух и начинает отвергать цель природы – продолжение рода, поощряя изобретение и использование противозачаточных средств.

Короче говоря, искренний и добросовестный претендент переориентирует весь свой образ жизни в еде и питье, мышлении, действиях, чувстве и т.д. Он последовательно удалит из своего разума все неуместные и нездоровые желания, пока постепенно не достигнет состояния чистоты и простоты, которое отличает ребенка.

Истинно говорю вам, если не обратитесь и не будете как дети, не войдете в Царство Небесное.

Матфей, 18:3

Все религиозные учителя мира придавали большое значение высшим моральным ценностям, которые, фактически, образуют основу для их учений. Истинный Мастер всегда настаивает на ведении записи ежедневных промахов в мысли, слове и деле в ненанесении вреда, правдивости, целомудрии, всеобщей любви и бескорыстном служении всем – пяти главных добродетелях, прокладывающих путь духовности. Только знание наших промахов может заставить нас искоренить их и прилагать усилия в правильном направлении.

Во время всего этого процесса реинтеграции вдохновляющим для ученика будет пример его Мастера и внутренний опыт, который Он дает. Жизнь его Мастера будет живым подтверждением, зовущим ученика к идеалу САДАЧАРА, и опыт Слова внутри, который он имеет, будет доказательством истинности того, чему учит его Мастер. САДАЧАР – не сухая дисциплина, которой можно достичь следованием некоторому набору формул. Это образ жизни, и в таких делах говорить может только сердце с сердцем. Именно это делает Сатсанг, или общество истинного Мастера, столь важным. Это не только служит постоянным напоминанием ищущему о цели, но посредством магического влияния личного контакта постепенно преобразует весь его образ мыслей и чувства. Когда его сердце и разум под этим благотворным влиянием постепенно становятся чище, его жизнь полнее сосредоточивается на Божественном. Короче говоря, по мере того, как он все больше понимает на практике идеал садачара, его мысли, прежде разбросанные и рассеянные, достигают равновесия и целостности, пока не придут в такой утонченный центр, что завесы внутренней тьмы сторают дотла, и открывается внутреннее великолепие.

САДХНА: И теперь мы подходим к третьему краеугольному камню духовного здания – духовной садхне, или дисциплине. Одна и та же повторяющаяся тема о ПУРАН ГУРУ, или совершенном учителе, указывает на то, что хотя добродетельная жизнь очень желательна и необходима, сама по себе она не является целью. Цель жизни – это нечто внутреннее и иное. Это восхождение от плана относительности и физического существования к плану Абсолютного Бытия. Тот, кто признает это, будет строить свою жизнь соответственно; во-первых, потому что такое признание предполагает состояние разума, которое, будучи свободным от эго и привязанности, выражает себя в добродетельном и созидательном действии, и во-вторых, потому что без культивирования такого состояния разума и жизни невозможно достичь уравновешенности и концентрации, требуемых для внутреннего восхождения.

Итак, просветленный учитель всегда придает основное значение трансцендентальной цели. Он учит, что пранические и вигьянические энергии – это не сущность Атмана,

они рождаются в планах ниже плана чистого духа. Тот, кто использует их как лестницу, может подняться над телесным сознанием, может достичь планов, откуда они исходят, но он не сможет достичь Запредельного. Поскольку Дух одинаков во всех, то средства к духовному просветлению тоже должны быть доступны всем. Но как уже было видно, такие формы йоги, которые основаны на пранах или на Джнанае, предъявляют особые требования, невыполнимые для всех. Пранические системы недоступны людям старого и очень малого возраста, а также страдающим дыхательными и пищеварительными расстройствами. Путь Джнаны предполагает умственные и интеллектуальные способности, которые Природа дарует лишь немногим. Если бы эти подходы были естественны и открыты нам, тогда был бы логичен вывод, что Природа очень избирательна в своих благословениях, делая различия между людьми. Почему же, если солнце светит всем и ветер дует для всех, внутренние сокровища будут доступны только немногим избранных? Они так же для ученых, как и для неученых.

Йоги, которые так избирательны в выборе занимающихся ими и так строги в своей практике, не могут быть полностью естественными. Метод, которому учат Мастера Сурат Шабд Йоги, иной. Как упомянуто выше, ищущему объясняются природа творения и путь возврата к изначальному источнику Жизни. Во время посвящения ему дается личный внутренний опыт, который его учат развивать. Местонахождение души расположено между и позади бровей. По крайней мере, это признается всеми йогами. Именно на эту точку мистики ссылаются, когда они говорят о ШИВ НЕТРА, ДИВЬЯ ЧАКШУ, ТИСРА ТИЛ, БРАХМ-РЕНДРА, ТРИАМБКА, ТРИЛОЧАНА, НУКТА-И-СВЕДА, КОХ-И-ТУР - третьем глазе, единственном оке, образно называемом неподвижной точкой, горой преобразования и т.д. Именно в этой точке садхак, закрыв свои глаза, должен сосредоточивать свое внимание, но попытка концентрации должна быть без усилия, не должно быть даже речи о каком-либо физическом или умственном напряжении. Чтобы помочь этой попытке, учитель дает ученику МАНТРУ, или заряженную словесную формулу, которая является символом предстоящего пути. Эта формула, повторяемая медленно и любяще языком мысли, помогает ученику постепенно собрать свои разбросанные мысли в одной точке. То, что дает эта мантра, ее эффективность - это не какая-то магическая сила, присущая самим словам; все дело в том, что ее дал тот, кто своей собственной духовной практикой и мастерством зарядил ее внутренней силой. Когда претендент, с помощью своей внутренней концентрации и мысленного повторения заряженных слов, приводит свой внутренний взор в тонкий и устойчивый центр, он обнаруживает, что тьма внутри, с которой он сначала столкнулся, постепенно освещается движущимися точками света. Когда его сила концентрации увеличивается, огоньки прекращают мерцать и перерастают в одну светящуюся точку.

Этот процесс концентрации, или собирания СУРАТ, автоматически притягивает духовные потоки, обычно рассеянные по всему телу, к духовному центру. Этому отводу внутрь очень помогает СИМРАН, или повторение заряженной мантры; а восприятие внутреннего света, ведущее к ДХИААНУ, или сосредоточенной концентрации, убыстряет процесс еще больше. В свою очередь, дхиан, когда он полностью развит, ведет к БАДЖАНУ, или внутреннему слышанию. Внутренний свет начинает становиться звучащим.

В тебе есть Свет, и в Свете - Звук,  
и это будет держать тебя привязанным к Истинному.

Гурбани

Когда практикующий закрывает свои физические уши, он быстро поглощается в музыку. Общим опытом является то, что хотя свет может привлечь глаз, он не может удержать его надолго и не имеет в себе самого магнетического качества. Но с музыкой по-иному. Того, кто слушает ее в молчании и неподвижности, непреодолимо влечет как бы в другой мир, в другое царство опыта. И так процесс ухода внутрь, начинающийся с симрана, стимулируется дхианом и быстро распространяется баджаном. Духовные потоки, уже движущиеся медленно, несутся вверх, собираясь, в конце концов, в третьем глазе - местонахождении души. Духовный переход за пределы физического сознания, или смерть в жизни, достигается при этом с минимумом усилия и труда.

Когда изучающие другие формы йоги достигают состояния полного подъема над физическим после долгого и трудного овладения низшими чакрами, они обычно предполагают, что достигли конца своего пути. Внутренний план, на котором они оказываются - сфера Сахасрар, или Сахасдал Камал, часто символизируемая солнцем-колесом, лотосом или многолепестковой розой - действительно несравненно более прекрасен, чем что-либо на земле, и в сравнении кажется вечным. Но когда

изучающий Сурат Шабд Йогу достигает успеха в подъеме над физическим сознанием, он обнаруживает Светящуюся Форму своего Мастера, ожидающую непрощенно, чтобы принять его. В самом деле, именно здесь устанавливается настоящая связь ГУРУ-ШИШЬЯ, или учитель-ученик. До этой стадии Гуру был немногим больше обычного учителя, но теперь он виден как Божественный руководитель, или ГУРУДЭВ, показывающий внутренний путь:

Ноги моего Мастера появились в моем лбу,  
и все мои блуждания и испытания закончились.

Гуру Арджан

С появлением Светящейся Формы Мастера внутри ни один секрет не остается скрытым в лоне времени.

Христос тоже говорит в том же духе:

Нет ничего сокровенного, что не открылось бы,  
и тайного, что не было бы узнано.

Матфей, 10:26

Под руководством этого Небесного Руководителя душа учится преодолевать первый шок радости и понимает, что ее цель находится еще далеко впереди. Сопровождаемая Светящейся Формой и ведомая Слышимым Жизненным Поток, она пересекает сферу за сферой, план за планом, сбрасывая кошу за кошей, пока, наконец, не лишится полностью всего, что не соответствует ее природе. Так, освобожденная и очищенная, она может, наконец, войти в царство, где она увидит, что она из той же сущности, что и Высшее Существо, что Мастер в его Светящейся Форме и душа - не отдельны, а Одно, и что нет ничего, кроме Великого Океана Сознания, Любви и невыразимого Блаженства. Кто опишет великолепие этого царства? Только сердце сердцу может говорить о блаженстве, которое познают мистики; ни вестник не может рассказать этого, ни послание - передать его.

Хафиз

Когда перо должно описать это место,  
оно ломается на куски, и рвется листок.

Персидский мистик

Достигнув конца пути, искатель тоже сливается со Словом и вступает в общество Свободных. Он может продолжать жить, как другие люди, в этом мире человеческих существ, но его дух не знает ограничений и бесконечен, как Сам Бог. Колесо перевоплощения больше не может воздействовать на него, и его сознание не знает ограничений. Как его Мастер перед ним, он стал Сознательным Сотрудником Божественного Плана. Он не делает ничего для себя, но работает во имя Бога. Если есть действительно какой-нибудь НЕХ-КАРМИ (свободный от уз действия), так это он, потому что нет более мощного средства к свободе, чем Сила Слова. Только тот освобожден от действия, кто общается со Словом.

Гурбани

Свобода для него - не что-то, приходящее после смерти (ВИДЕХ-МУКТИ); это то, что достигается в самой жизни. Он - ДЖИВАН-МУКТА (свободный в жизни); как цветок, распространяющий аромат, он распространяет послание свободы, куда бы он ни шел. Для тех, кто общался со Словом, окончатся их труды. Их лица сиять будут славой, спасенье получают они. И многие с ними, о Нанак, найдут свободу свою.

Джап Джи

В действительной практике духовной дисциплины значение придается СИМРАНУ, ДХИААНУ и БАДЖАНУ, каждый из которых играет специфическую роль в раскрытии "Я". Мастер дает Симран, или мысленное повторение заряженных слов, который помогает собрать вместе блуждающий разум практикующего в неподвижной точке души между и позади двух бровей, к которой должны отойти сенсорные потоки, сейчас пронизывающие тело с головы до ног, и тогда теряется сознание плоти. Успешное выполнение этого процесса само ведет к дхиану, или концентрации. Слово ДХИААН получено от санскритского корня ДХИ, означающего "связывать" и "держаться". Открытым внутренним глазом практикующий теперь видит мерцающие полосы небесного света внутри себя, и это поддерживает его внимание сосредоточенным. Постепенно свет в этой садхне становится устойчивым. ДХИААН, или концентрация, когда он совершенен, ведет к БАДЖАНУ, или настраиванию на музыку, исходящую из центра святого света. Эта чарующая святая мелодия имеет магнетическое притяжение, которое непреодолимо, и душа может лишь следовать за ней к духовному источнику, откуда исходит эта музыка. Этот тройной процесс помогает душе выскользнуть из оков

тела, стать сосредоточенной на небесном сиянии своего "Я" (атмана) и быть приведенной в небесный дом Отца.

Весь процесс подпитывается с помощью САТ-НААМА, САТГУРУ и САТСАНГА, являющимися фактически синонимами Силы Мастера в действии. Сат-Наам – это Сила Абсолюта, побуждаемая к состраданию, и когда она обретает плоть, она принимает форму Гуру (Слова, ставшего плотью), и работает через Него посредством Сатсанга, внешнего и внутреннего, который помогает дживе созреть для возрождения. Эта Сила работает на всех планах одновременно, согласно нуждам каждого индивидуума: словом из уст как Гуру в человеческой форме, разделяя во всем радости и горести человеческих существ; внутренним руководством – как Гурудэва в своей астральной, светящейся или сияющей форме; и, наконец, как Сатгуру подлинный Мастер Истины.

Есть два пути внутри: ДЖИОТИ МАРГ и ШРУТИ МАРГ (путь света и путь звука соответственно). Святой Свет держит душу сосредоточенной и поглощенной, и в определенной степени тоже ведет душу, но Святое Слово тянет ее вверх и переносит ее с плана на план, несмотря на различные препятствия на Пути, типа ослепляющих и ошеломляющих огней, полной тьмы и т.д., пока душа не достигнет своей цели.

### 5.3. Совершенная наука

Даже предыдущий общий обзор природы и диапазона Сурат Шабд Йоги сообщает некоторые из ее уникальных черт. Тот, кто изучает ее в соотношении с другими формами йоги, не может не заметить полноту решения ею всех проблем, с которыми сталкивается ищущий, занимаясь другими системами. На плане внешнего действия она не основывается на сухой и жесткой дисциплине, которая часто обременена последствиями психологического подавления. Она считает, что некоторая дисциплина необходима, но добавляет, что в конечном счете она должна вдохновляться внутренним духовным опытом и быть делом непринужденной жизни, а не строгого аскетизма и слишком нарочитого самоотрицания.

Ищущий должен стремиться к состоянию уравновешенности и поэтому должен культивировать добродетель умеренности в мысли и деле. Целостность, которой он достигает посредством этого, дает ему возможность добиться большей концентрации и более высокого внутреннего опыта; а этот внутренний опыт должен, в свою очередь, повлиять на внешние мысли и действия. Связь садачара с внутренней садхной взаимная; одно оживляет и дает смысл другому, и одно без другого – как птица с одним крылом. Как может дух быть приведен к совершенной сосредоточенности без чистоты разума и тела, и как может душа подняться над всеми человеческими привязанностями и несовершенствами, не сосредоточившись в любви к Божественному?

Когда достоинства Древнейшего Дня раскрыты были, тогда достоинства земных вещей сжег Моисей.

Руми

Сурат Шабд Йога не только обеспечивает средства для достижения на практике трудного идеала садачара, она также дает образ жизни, чтобы, поднимаясь над этим физическим миром, не быть рабом царства Имени и Формы. Мастера этого пути слишком хорошо знают, что абстрактные рассуждения о бескачественном аспекте Абсолюта не могут привести к Нему. Как может человек, обусловленный именем и формой, быть приведенным непосредственно к тому, что находится за пределами имени и формы? Любовь ищет что-то, что она может понять и к чему она может привязаться, и Бог, если Ему нужно встретиться с человеком, должен принять какую-то форму. Именно признание этого вдохновляет поклонение бхакты Шиве, Вишну, Кришне или Кали, Божественной матери. Но эти божества представляют фиксированные проявления Бога, и как только поклоняющийся достигает их плана, сама их фиксированность, как мы уже видели, препятствует дальнейшему прогрессу. Мастера Сурат Шабд Йоги полностью преодолели это ограничение, связывая ищущего не с фиксированным, а с всепроникающим проявлением Бога – Сияющим Звуковым Поток.

Именно это АНХАТ и АНХАД НААМ, безударное и неизмеримое Слово, поддерживает различные планы творения от чистого духа до грубой материи, Его мелодии пронизывают каждое царство, каждую сферу, и оно бежит через них, как река, текущая через долины, которые оно привело к бытию. И как река, оно существует в текущем состоянии, меняясь на каждом плане, но все же всегда оставаясь одним и тем же. Ищущий, вдохновленный любовью реки Слова, действительно благословен, так как он не знает ни одного из ограничений, имеющих у тех, кто поклоняется Богу в других формах. По мере того, как его влечет вверх Его блаженная Сила, он находит Его меняющимся, становящимся все сильнее и чище, зовущим его ко все более интенсивному усилию, никогда не позволяющим ему останавливаться или



бездельничать, а ведущим его от плана к плану, от долины к долине, пока он не прибудет к самому источнику, откуда Непроявленное приходит в проявление, Бесформенное принимает форму и Безымянное имя. Именно эта завершенность внутреннего пути, которую делает возможной Йога Звукового Потока, позволила Кабиру заявить:

Все святые достойны почитания,  
но я поклоняюсь только овладевшему Словом.

Сурат Шабд Йога – не только самая совершенная из различных Йог, но она также сравнительно легка для практики и доступна всем. Следующие этим путем не только достигают конечной цели, но делают это с большей экономией сил, чем это возможно другими методами. Йог, следующий путем пран, достигает поднятия над физическим сознанием только после долгой и трудной тренировки, а занимающиеся Сурат Шабд Йогой достигают этого иногда в первой же медитации во время посвящения. Не просто случайность или совпадение, что это должно быть так. Дело в том, что Сурат Шабд Йога применяет более научный и естественный подход к духовным проблемам человека. Если духовный поток достигает телесных чакр не снизу, а сверху, зачем, утверждает она, нужно овладевать каждой из этих чакр по очереди? Если человек, стоящий в центре долины, желает достичь истока реки, он не должен путешествовать вниз до ее устья, а затем снова пересекать это расстояние. Далее утверждается, что если прана и разум (даже в их самой очищенной форме) – не из истинной сущности духа, то как они могут быть лучшими средствами освобождения его от его наслоений? Если бы его можно было привести в контакт с тем, что из его собственной сущностной природы, подобное привлекло бы подобное, и с минимумом усилия был бы достигнут желаемый результат. Именно из точки ТИСРА-ТИЛ, третьего глаза, духовный поток распространяется по телу. Все, что требуется – это воспрепятствовать его течению вниз от этой точки, контролируя свои чувства, и он самотеком сам соберется и потечет вверх к своему источнику.

Закрой свой рот, свои уши и свои глаза,  
И если ты не увидишь Истину,  
Пусть тогда твое презрение падет на меня.

Хафиз

Ищущему не нужно начинать с самого низа; все, что он должен сделать это обратиться в направлении духовного потока, и остальное последует.  
Что такого в достижении Бога?

Нужно только пересадить сердце.

Инаят Шах

Именно эта простота подхода в сочетании с экономией сил побудило многих назвать Сурат Шабд Йогу СЕХАДЖ МАРГ или "Легкий Путь". Она начинается в той точке, где другие йоги обычно стремятся закончить. Сахасрар, сфера тысячелепестковых огней, отмечающая конец обычного пути йога после прохождения различных телесных чакр, является почти первым шагом, предпринимаемым последователем Сурат Шабд Йоги. Далее, отказываясь беспokoить энергии пран или кундалини, эта Йога сильно уменьшает напряжение выхода за пределы физического. Контактуря со Звуковым принципом, сенсорные потоки автоматически притягиваются вверх, без сознательной борьбы практикующего за достижение этой цели, а моторные потоки остаются нетронутыми. Это упрощает не только процесс входа в состояние самадхи, но и процесс возвращения из него тоже. Адепт этого пути не нуждается во внешней помощи для возвращения к физическому сознанию, как в случае с некоторыми другими формами йоги; духовный подъем и спуск происходят полностью по желанию и могут выполняться с быстротой мысли.

Метод трансцендентального слышания есть только расширение нашей обычной повседневной практики. Когда мы встречаемся с какой-то запутанной проблемой, все наши сознательные энергии стремятся сфокусироваться в одной точке – местонахождении души – без затрагивания пранических и моторных энергий, автоматически функционирующих в нашем теле. Практикующий Сурат Шабд Йогу достигает этой концентрации по желанию, при контролируемых условиях, с помощью симрана и дхиана; и как только он вступает в контакт с реверберирующим Словом, сенсорный духовный поток, который еще находится в теле, непреодолимо притягивается вверх, и достигается полный выход за пределы физического.

Именно это качество СЕХАДЖ, естественности и легкости, делает Сурат Шабд Йогу доступной всем. Музыка Божественного Слова вибрирует во всех одинаково, и тому, кто следует Его путем, не предъявляются никакие особые требования, физические или интеллектуальные. Она так же открыта старому, как и молодому, грешникам – как и святым, простому как и ученому, женщинам и детям – как и мужчинам.

Действительно, женщины, дети и простодушные, благодаря их более простому образу мыслей и их непосредственной вере, с помощью этого метода часто достигают внутреннего прогресса быстрее, чем их более умудренные братья.

Однако, полное достижение в этой области требует непоколебимой настойчивости и усилия, на которые не всегда можно рассчитывать. Так как никакой строгой и чрезмерной дисциплины в пище, физических упражнений и т.д. не требуется, она не делает необходимым САНЬЯСУ, или полное отречение от мира, и настолько же открыта для ГРЕХАСТИ, семейных, как и для БРАХМЧАРИ, принявших обет безбрачия. Будь пранические и вигьянические системы самыми естественными, тогда мы должны были бы заключить, что Природа пристрастна, так как физические и умственные способности, которых они требуют, распределены неодинаково среди людей. Если солнце и воздух доступны всем, почему духовные дары должны быть зарезервированы только для немногих избранных? Кроме того, прана и вигьян могут в лучшем случае довести до плана их источника, и так как они не являются чисто духовными, как могут они привести в царство чистого духа?

Однако, сказать, что Сурат Шабд Йога – самая совершенная из йоговских наук и самая естественная – это не значит утверждать, что она не требует усилия, и что любой может заняться ею и достичь успеха. Если бы дело обстояло так, человечество не барахталось бы, как это происходит сегодня. Факт тот, что компетентные Учителя этого венца всех наук редки, и что даже когда Учитель найден, немногие готовы подвергнуться требуемой дисциплине. Дух может желать, но плоть слаба. Большинство людей так глубоко поглощено любовью к миру, что даже после того, что они мельком увидели внутренние сокровища, они не хотят оставить свои мирские пути и сосредоточиться на обладании тем, что делает владыкой всего. Так как ударение в этой Йоге всегда на внутреннем и никогда на внешнем, ни один путь не может быть в известном смысле более трудным для людей обычного типа. Многие могут проводить всю жизнь во внешнем ритуале и церемониале, но немногие могут достичь совершенной внутренней концентрации, не нарушаемой мирскими мыслями даже на несколько мгновений. Именно поэтому Кабир сравнивал ее с хождением по обнаженному мечу, а суфи говорили о ней как о РАХ-И-МУСТКИМ – тоньше волоса и острее лезвия бритвы.

Христос описывал это словами "тесны врата и узок путь", которым идут всегда только немногие. Но для того, кого не соблазняет мир и кто наполнен горячей любовью к Богу, ничего не может быть легче и быстрее. Ему не нужна иная сила, кроме его собственного побуждения, и очищенная от земных привязанностей своей искренней и сильной жадью, его душа полетит домой, несомая потоком Шабда к своему Источнику, гавани блаженства и мира. Если душа встретит какие-то препятствия в своем полете домой, ее Светящийся Друг всегда рядом, чтобы провести ее мимо них и защитить от всех ловушек.

Дорога через более высокие планы лежит перед душой, описанная так же полно, как для Хатха Йога низшие телесные чакры; а с такой Силой, переносящей ее, и с таким Другом, чтобы вести, ничто не может задержать ее или поймать в ловушку, ничто не может нарушить неизбежность ее курса.

Держись за одеяние Того, о храбрая душа,  
кто знает хорошо все места – физические,  
ментальные, супраментальные и духовные;  
Ибо Он останется твоим другом в жизни, а также  
в смерти, в этом мире и в запредельных мирах,  
убеждал Джалалуд-дин Руми.

И Нанак пел:

Тот, кто нашел Истинного Мастера  
и следует по совершенному пути Святого Слова,  
смеясь и живя в этом мире,  
найдет полную свободу и освобождение.

И еще:

Как лотос поднимется он, безупречный,  
над тиной мира и, как лебедь,  
вынырнет из его грязных вод  
нетронутым и беспрепятственным.

#### 5.4. Мастер

Кроме ее научного подхода, сравнительно легкой доступности, естественности и свободы от недостатков других форм йоги, другой отличительной чертой Йоги Звукового Потока является уникальное и повсеместное подчеркивание необходимости на каждом шагу САТГУРУ, ПИР-Е-РАХ или МУРШИД-И-КАМИЛ (компетентного, живого

Мастера). Хотя кое-что на эту тему уже упоминалось в разделе "Краеугольные камни", многое осталось тщательно проработать.

Отношение ГУРУ-ШИИШ или ГУРУ-СИКХ важно во всех формах практической йоги, но здесь оно является стержневым в уникальном смысле. Ибо Гуру в Сурат Шабд Йоге – это не только существо, которое объясняет нам реальную природу существования, наставляет нас в истинных ценностях жизни и рассказывает нам о садхнах, которые нужно практиковать для внутреннего достижения, Он – все это и больше. Он является также внутренним гидом, ведущим душу с плана на план к ее конечной цели; гидом, без помощи которого душа ошибочно приняла бы промежуточные стадии за конечную цель и встретила бы препятствия, которые не смогла бы преодолеть. Роль Мастера такова, что неудивительно, что все мистики, прошедшие этим путем, пели о нем в превосходных степенях почитания и поклонения. Мы читаем у Кабира:

Я хочу и жажду Пыли от Его Ног –  
Пыли, которая создала вселенные,  
Его Лotosовые Ноги – истинное богатство и гавань мира.  
Они даруют невыразимую мудрость и ведут по пути к Богу.

И священные писания сикхов воспевают:

Сладостны Лotosовые Ноги Мастера;  
Человек видит их по указу Бога;  
И мириады благословений следуют за таким видением.

Гуру Арджан

У суфи мы имеем:

Если бы я пел хвалы его бесчисленным благословениям  
до вечности,  
я едва ли смог бы что-нибудь сказать о них.

Джалалуд-дин Руми

Некоторые мистики доходят даже до того, что считают Его позицию выше Бога:  
Мастер более велик, чем Бог.

Кабир

Гуру и Бог оба стоят проявленные,  
кому же мне поклоняться и повиноваться?  
Действительно чудесен Гуру,  
открывший Силу Бога внутри.

Сехджо Баи

Все это может привести скептика к подозрению в человеческом идолопоклонстве. Он может спросить: "К чему это обожествление человеческого существа? Зачем осыпать такими восхвалениями того, кто смертен?" Мистики временами отвечают на это вопрос со святым безразличием:

Люди порицают, что Кхусро стал идолопоклонником;  
Да, действительно, но что у мира общего со мной?

Амир Кхусро

Но иногда они сами отвечали на это исчерпывающе:  
Без чрезмерной щедрости Мастера не получишь ничего,  
даже если занимаешься миллионом благих дел.

Гурбани

Поклонение Богу держит человека запутанным  
в этой (физической) жизни – подумайте серьезно,  
Но преданность Мастеру приводит его обратно к Богу.

Кабир

Войдите внутрь и проверьте сами,  
кто более велик из двух: Бог или Гуру.

Гурбани

Бог привел меня в пустыню мира,  
а Мастер прервал для меня  
беспрерывную цепь перевоплощения.

Сехджо Баи

Все великие духовные Учителя утверждали, что без помощи живого Мастера духовный путь трудно и невозможно пройти до самого конца. Джалалуд-дин Руми, персидский мистик, убедительно говорит об этом:

Скрыто это было от Моисея,  
Хоть весь был он сила и свет;  
Тогда ты, не имеющий крыльев вовсе,  
Не пытайся летать.

И делает смысл этого еще яснее в другом месте:

Найду Мастера-душу,  
Ибо без Его активной помощи и руководства  
Этот путь чреват опасностями и страхами.  
В Евангелиях та же нота звучит в высказываниях Иисуса:  
Никто не может придти ко Мне,  
если не привлечет его Отец,  
пославший Меня.

Иоанн, 6:44

...Никто не знает Сына, кроме Отца;  
и Отца не знает никто, кроме Сына,  
и кому Сын хочет открыть.

Матфей, 11:27

...Никто не может придти ко Мне,  
если то не дано будет ему от Отца Моего.

Иоанн, 6:65

Передавая апостольство двенадцати ученикам, Иисус сказал им:  
Кто принимает вас, принимает Меня; а кто  
принимает Меня, принимает Пославшего Меня.

Матфей, 10:40

Поэтому Он был способен спасти их до последнего, тех, кто пришел к Богу через  
Него, видя, что он всегда живет для заступничества за них.  
Мастер – действительно "Заступник", или РАСУЛ, который движется между нами и  
Богом, связывая нас со Святым Словом, и без Него не может быть ни малейшей  
надежды на спасение. Никакая дружба не может быть больше Его дружбы, никакая  
любовь не истиннее Его любви, никакой дар не больше Его милости. Случайные ветры  
могут разлучить иных, и смерть может разделить самых верных возлюбленных, Он  
один неизменен в жизни так же, как в смерти:  
Я с вами во все дни до скончания века .

Матфей, 28:20

Только тот – друг, кто сопровождает меня  
в моем последнем путешествии  
и защищает меня перед судом Бога.

Гурбани

Другие дары могут увядать и разрушаться, но Его дар, дар Слова Бога –  
неувядаемый, неразрушимый, всегда сияющий, всегда свежий, всегда новый, благо в  
жизни, еще большее благо в смерти.

Откуда Мастер получает эту уникальную и сверхчеловеческую силу, делающую Его  
почти равным Богу и в глазах Его учеников ставящую Его даже выше Бога? Может ли  
смертная плоть состязаться с Бессмертным и конечное обогнать Бесконечное? Это  
может казаться миру парадоксом, но те, кто пересек с открытыми глазами  
внутреннее царство, видят в этом не противоречие, а тайну величия Бога. Истинный  
Мастер – тот, кто под руководством и наставлением своего собственного Учителя  
научился отделять душу от тела, прошел внутренний путь до самого конца его,  
созерцал источник всего света и жизни и слился с Безмянным. После слияния с  
Безмянным он становится единым с Ним и единым со всем существующим. На  
человеческом плане Он может казаться ограниченным, как любой из нас, но на  
духовном Он Неограничен и Бесконечен, как сам Бог:

О мой слуга, повинуйся Мне,  
и я сделаю тебя подобным Себе.  
Я говорю: "Будь", и это есть,  
и ты скажешь: "Будь", и это будет.

Баха У`лла – Четыре долины

И Слово стало плотью и обитало с нами.

Иоанн, 1:14

Слово – Мастер и Пророк, полный мудрости,  
Глубокой и проникновенной.

Гуру Нанак

Когда я вспенил море тела,  
Странная истина выяснилась –  
Бог был отождествлен в Мастере,  
И никакого различия Нанак не смог найти.

Гуру Рам Дас

Гуру – Брахма, Гуру – Вишну, Гуру – Шива  
и Гуру – подлинный Пар Брахм,

и мы приносим свое приветствие Ему.  
Отношение Гуру-шиш очень часто описывается так:  
Кто истинный Гуру для ученика?  
Шабд на самом деле – Гуру,  
А Сурат – ученик Дхуна (Звука).

Гуру Нанак

Шабд-Гуру слишком глубок и неизмерим,  
Без (Контролирующей Силы) Шабда  
Мир был бы лишь пустыней.

Гуру Нанак

Слово Мастера – это в самом деле Мастер,  
Полный дающей жизнь воды,  
Тот, кто следует Его Слову,  
Поистине пересекает берега времени.

Гуру Рам Дас

Ученик-Сурат может пройти по Пути только с Шабд-Гуру,  
Исследуя небесные тайны, он находит покой  
В перевернутом колодце (голове).

Тулси Сахиб

Знай наверняка, что Шабд-Гуру – это подлинный Гуру,  
Сурат может поистине стать учеником Дхуна,  
Будучи Гурмух (вместилищем для Слова).

Бхай Гурдас

Гуру пребывает в гаган (духовном царстве наверху),  
А ученик – в гатх (между двумя бровями).  
Когда двое, Сурат и Шабд, встречаются,  
они соединяются навеки.

Кабир

Существует важная и неразделимая связь между Богом и Богочеловеком, так как Он служит человеческим полюсом, в котором Сила Бога играет свою роль и помогает в возрождении джив. Излишне различать между магнитом и магнитным полем, и поэтому сказано:

Преданность Сатгуру – это поклонение Богу, Сатгуру  
обеспечивает спасение, давая контакт с Наам (Силой Бога).

Не завидующий мирским богатствам, Он может казаться бедным, но Он богат в Бесконечности Бога, и когда смертные оболочки сбрасываются, Он вновь поглощается в неподвижном центре, не подверженный никаким ограничениям. То, что придает Ему его уникальную исключительность – это именно духовное единство с Абсолютом, и судить о Нем на человеческом уровне – значит не суметь понять Его. Руми хорошо сказал:

Никогда не принимайте Богочеловека за человека,  
так как хотя Он выглядит им, Он – еще намного большее.

Именно благодаря сверхчеловеческому потенциалу Он становится Мастером. Слившись с Божественным Сознанием, Он, в своей человеческой форме, становится Его посредником и говорит не по своей индивидуальной компетенции, а как глашатай Бога:

Его рука – рука Бога, и Сила Бога работает через Него.

Руми

О мой друг, я ничего не говорю от себя,  
я произношу только то,  
что Любимый вкладывает в мои уста.

Гуру Нанак

Слова, которые говорю я вам, говорю не от себя;  
Отец, пребывающий во Мне, Он творит все вещи.

Иоанн, 19:10

Поскольку Мастер является таковым, неудивительно, что Его должны почитать так высоко. Так как Он – инструмент Божественного, хвала Ему – это лишь иной путь хвалы Богу, и превозносить Его выше Бога – значит не противопоставлять конечное Бесконечному, а утверждать, что с человеческой точки зрения аспект Бога, который склоняется к человеку, чтобы поднять его до Себя (то есть центростремительный) выше того, который позволяет ему идти своим путем в мире относительности от рождения к рождению (то есть центробежного), хотя оба на сверхчеловеческом уровне выглядят единым и неделимым.

Система, в которой Учитель настолько централен в каждом аспекте внешней и внутренней дисциплины и прогресса ученика, что без его наставления и руководства ничего нельзя сделать, должна особо подчеркивать принцип Милосердия, и в мистической литературе нет недостатка в подчеркивании этого аспекта. Но если, с одной стороны, именно Мастер дарует все ученику, то не нужно забывать, что делая это, он лишь возвращает долг, который он должен своему Гуру, ибо дар, даваемый им, получен им самим, когда он был на стадии ученичества, и поэтому он обычно никогда не объявляет ничего своим, а приписывает свою силу своему Учителю. Кроме того, с другой стороны, все находится в самом ученике, и Мастер не добавляет ничего извне. Только когда садовник поливает семя и заботится о нем, оно прорывается к жизни, но все же тайна жизни находится в самом семени, и садовник может только обеспечить условия для того, чтобы оно принесло плод. Такова на самом деле функция Гуру.

Древнеиндийская притча ярко выявляет этот аспект отношения Мастер-ученик. Она рассказывает, что однажды пастух поймал львенка и воспитывал его с остальным своим стадом. Львенок, судя о себе по тем, кого он видел вокруг, жил и действовал, как овцы и ягнята, довольствуясь травой, которую они щипали, и слабым блянием, которое они издавали. И так шло время, пока однажды другой лев не заметил растущего львенка, пасущегося с остальным стадом. Он догадался о том, что произошло, и пожалев бедного львенка, привел его на берег спокойного потока, заставил его посмотреть на свое отражение и собственное отражение льва, и, отвернувшись, издал мощный рык. Львенок, поняв теперь свою истинную природу, сделал то же самое, и его прежние компаньоны разбежались от него. Наконец-то он был свободен наслаждаться своим истинным положением и с этого дня бродил, как король леса.

Гуру – это в самом деле такой лев. Он приходит пробудить душу от ее спячки и, даруя ей зеркало, заставляет ее созерцать свою собственную прирожденную славу, которую без контакта с Ним она бы продолжала не осознавать. Однако, не будь она сама из сущности жизни, ничто не смогло бы поднять ее к духовному сознанию.

Гуру – это лишь зажженная свеча, которая зажигает незажженные. Горючее есть, фитиль есть, Он лишь дает дар пламени, безо всякой потери для себя. Подобное касается подобного, искра проскакивает между ними и то, что было темным – просветляется, а то, что было мертвым, пробуждается к жизни.

Как с зажженной свечой, чье преимущество заключается не в том, чтобы быть индивидуальной свечой, а в том, что она является местонахождением неиндивидуализированного пламени, которое не принадлежит ни этой свече, ни той, а состоит из самой сущности всего огня, так же и с истинным Мастером. Он – Мастер не в силу того, что он – индивидуальный мастер, как кто-нибудь еще, а Он – Мастер, несущий в себе Вселенский Свет Бога.

К тому же, как лишь та свеча, которая еще горит, может зажигать другие свечи, а не та, которая уже выгорела, так и только живой Мастер может дать необходимый оживляющий контакт, но не тот, который уже ушел из этого мира. Те, кто ушли, были действительно велики и достойны всякого уважения, но они были исключительно для своего собственного времени, и задача, выполненная ими для тех, кто окружал их, для нас должна быть выполнена тем, кто живет и движется среди нас. Память о них священное сокровище, вечный источник вдохновения, но единственное, чему учит воспоминание о них – это искать для себя в мире живых того, кем были они сами. Только поцелуй живого Принца (Мастера) может вернуть спящую Принцессу (душу) к жизни, и лишь прикосновение живой Красавицы может вернуть Зверю его изначальное прирожденное великолепие.

Поскольку руководство компетентного живого Учителя является первостепенной необходимостью, задача нахождения и признания такой подлинной Души приобретает высшую важность. Нет недостатка в лжепророках и волках в овечьих шкурах. Сам термин Сатгуру, или истинный Мастер, предполагает существование противоположности, и именно ложное попадает на глаза на каждом повороте. Хотя найти Богочеловека может оказаться трудно (так как такие существа редки, ненавязчивы в своем смирении и неохотно заявляют о себе зрелищными чудесами или ищут расположения публики), но все же можно выделить Его из остальных. Он является живым воплощением того, чему Он учит, и хотя кажется бедным, богат в своей бедности:

Мы можем казаться нищими, но наши действия  
более чем королевские.

Шамас Табриз

Он непривязан к мирским объектам и никогда не завидует. Он дает свои учения и наставления как свободный дар природы, никогда не ища ничего взамен, содержа себя своим трудом и никогда не живя на пожертвования других:

Не склоняйтесь перед тем, кто называет себя Мастером,  
но живет на пожертвования других.

Лишь тот – истинного пути, кто сам зарабатывает на жизнь  
и помогает нуждающимся.

Гуру Рам Дас

Далее, подлинный Мастер-душа никогда не возбуждает никаких противоречий в наших разумах; все различия между верованиями и убеждениями исчезают при соприкосновении с ним, и ясно открывается единство внутреннего опыта, воплощенного в различных священных писаниях:

Только глаз ювелира

Может одним взглядом отличить рубин.

Бхаи Нанд Лал

Одна повторяющаяся тема учения таких Мастеров такова, что несмотря на все внешние различия, которые запутывают и озадачивают нас, внутренняя духовная сущность всех религиозных учений одна и та же. Поэтому Мастера приходят не распространять новые верования или догмы, а исполнять существующий Закон:

О Нанак, знай, тот – совершенный Мастер,  
кто соединяет всех в одну паству.

Гуру Нанак

Если Он пытается обратить в свою веру, то ищет не внешние имя и форму, а крещения духа внутри. Для Него внутренняя жизнь является наукой, открытой людям всех верований и наций, и кто бы ни взялся за ее дисциплину, тому все остальное приложится.

Таким образом, именно внутреннее послание всегда имеет первостепенную важность в учениях подлинного Мастера. Он может лучше всего истолковать истинное значение священных писаний, но Он говорит об этом не как эрудит в таких делах, а как тот, кто сам на опыте познал то, что описывают такие записи. Он может использовать священные писания для убеждения своих слушателей в том, что то, чему Он учит – самая древняя истина, однако Он сам никогда не подвластен им, и Его послание превосходит просто интеллектуальный уровень; оно вдохновляется живостью и глубиной непосредственного личного опыта. "Как можем мы прийти к согласию, – сказал Кабир пандитам-теоретикам, – когда я говорю из внутреннего опыта, а вы только из книжной учености." Он побуждает ищущего всегда обращаться внутрь, рассказывая ему о ценных сокровищах внутри:

Ты считаешь себя крошечной формой,  
когда внутри тебя заключена Вселенная?

Али

Не придет Царствие Божие приметным образом,  
и не скажут: "Вот оно, здесь", или: "Вот, там".  
Ибо вот, Царствие Божие внутри вас есть.

Лука, 17:20-21

Приглашая и убеждая его принять дисциплину, которая открывает эти сокровища, Он говорит:

Вычисти слизь из своей головы  
и вдыхай свет Бога вместо этого.

Руми

И эта дисциплина, если он действительно совершенный Учитель, сфокусируется не на Хатха Йоге или других таких крайних практиках, а на трансцендентальных слышании и видении, сопровождаемых постоянным внешним очищением своих мыслей и дел посредством умеренности и интроспективной самокритики скорее, чем мучением, суровостью или аскетизмом. Но самый важный и безошибочный признак Сатгуру в том, что Его учения не только всегда будут сконцентрированы на этой внутренней науке, но во время Посвящения Он сможет дать ученику определенный опыт – пусть даже самый зачаточный – внутреннего Света и Звука и, когда ученик научится подниматься над телесным сознанием, Его Светящаяся Форма появится сама, чтобы вести ученика по долгому пути.

Чудесную и Светящуюся Форму Мастера

только истинный Мастер

может заставить явиться духу.

Гуру Нанак

Тот – показной Гуру, кто не может обратить тьму (гу) в свет (рух). Нанак сказал:

Я не поверю своему Мастеру на слово,  
пока не увижу своими собственными глазами.  
Если Он – подлинный Учитель, Он никогда не пообещает спасения, которое приходит только после смерти. Поэтому для Него оно всегда здесь и сейчас. Тот, кто не достиг освобождения в жизни, не может надеяться достигнуть его после смерти. Иисус тоже всегда побуждал своих учеников овладеть искусством умирания ежедневно. Мастер далее будет утверждать, что духовность – это наука, хотя субъективная, и каждый индивидуум может и должен проверить ее истину в лаборатории своего собственного тела при условии, что он может создать требуемое состояние, которым является сосредоточенная концентрация.  
Жизнь – это один непрерывный процесс, который не знает конца, хотя она может принимать различные аспекты на различных уровнях существования. Когда человек беспомощно переходит с одного плана на другой, его считают умершим на плане, оставленном душой, так как мы еще не имеем знания и еще менее – опыта жизни на других планах, куда приводимся движущей силой кармических вибраций. Именно путь к освобождению от этого рабства вынужденных приходов и уходов Мастер готовит в этой самой жизни, связывая живую с вечными линиями жизни, бесконечно пронизывающими творение, и дает действительное предвкушение более высоких духовных сфер, при условии готовности оставить плоть ради духа. "Научитесь умирать, чтобы вы могли начать жить", – увещевает христианский Мастер. Блажен человек, который ежедневно готовится умирать.  
Те, в ком говорит вечное Слово, освобождены от неопределенности, и это действительно работа Мастера – сделать это Слово слышимым в человеке.  
О Нанак! Порви все узы мира,  
служи истинному Мастеру,  
и Он дарует тебе истинные богатства.

Гурбани

Действительно благословен тот, кто имеет такого Учителя, так как он поистине подружился с Самим Богом и нашел компаньона, который не оставит его до конца света, в этой жизни или после смерти, и который не прекратит руководить им, пока он не достигнет своей конечной цели и не станет столь же велик и бесконечен, как Он сам.  
Философский камень, в лучшем случае, может превратить низкий металл в золото, но слава Мастеру, который может трансформировать ученика в свою собственную небесную форму.  
Каковы бы ни были проблемы человека, в Его обществе есть мир и утешение, и близость с Ним дает силу и стимулирует внутреннее усилие; отсюда настоятельная необходимость Сатсанга (общения с Истинным) для тех, кто еще не научился контактировать с Ним на внутренних планах.  
Ищущий должен определенно быть критичным и различающим в своем поиске совершенного Мастера, но когда он преуспеет в нахождении Его (а подлинный искатель всегда найдет – таков Божественный Указ), каков будет характер его отношений с Ним? Продолжит ли он быть критичным к тому, что он видит и что говорится ему? Продолжит ли он проверять каждое действие своего Учителя микроскопом своего различения? Сохранять такое отношение даже после того, как первоначально удостоверился в подлинности Совершенного – значит не суметь оценить Его величие и правильно реагировать на это. Встретить такую душу – значит встретить бесконечно большего, чем ты сам, а знать, что Он един с Богом – значит быть смиренным и полным благоговения. Судить о Нем с помощью своих ограниченных способностей – это пытаться удержать океан в пробирке, так как Он движим соображениями, которые мы никогда не сможем понять.  
Тот, кто может оценить благословение быть взятым в паству Сатгуру, или МУРШИД-И-КАМИЛ, всегда будет петь о Его Милосердии, красоте и совершенной любви:  
Если бы Прекрасный взял мою душу под свое крыло,  
я пожертвовал бы всеми империями  
ради единой родинки на его лице.

Хафиз

Он никогда не спросит о действиях своего Мастера, даже если неспособен понять их, ибо знает, что даже  
Если ХИЗР потопил корабль на море,  
все же в этой неправоте есть тысяча правд.

Руми



Он должен развивать веру ребенка, который, доверившись любящей руке, движется как указано, никогда не спрашивая ничего.

...Если не обратитесь и не будете как дети,  
не войдете в Царство Небесное;  
Итак, кто умалится как это дитя,  
тот и больше в Царстве Небесном.

Матфей, 18:3-4

Даже если Он попросит тебя  
окрасить место поклонения вином,  
не будь шокирован, а сделай это,  
так как Он – твой Руководитель, и хорошо знает путь  
и его этапы.

Руми

Загадочные слова Богочеловека очень часто не поддаются человеческому пониманию. Его повеления временами могут внешне звучать противоречащими текстам священных писаний или этическим предписаниям, но в действительности это не так. Нужно следовать им с полной верой, и в должное время их истинное значение откроется. Любовь последователя должна быть подобна любви ребенка, полна смирения и простоты. Только чистота ее пламени сожжет шлак мира:

Зажги огонь любви и сожги все вещи,  
затем вступи на землю любящих.

Баха У'лла

Сварите воедино сосуд, который сейчас раздроблен на тысячу частей, чтобы он мог подойти для вмещения Света Бога. Это связующее звено между ищущим и его Другом, и через Него – между ищущим и Абсолютом.

Как можно любить Безымянного и Бесформенного иначе, чем через Того, кто является Его истинным Воплощением; как Господь открыл Мухаммеду:

Я не пребываю ни высоко, ни низко,  
ни в небе, ни на земле, ни даже в раю,  
О любимый, поверь мне, это может показаться странным,  
Я пребываю в сердце верного,  
и именно там Меня можно найти.

Руми

На этом мистическом пути рассуждение – помощь, но оно также и препятствие. Только любовь может перекинуть мост через бездну, соединить края пропасти и связать конечное с Бесконечным, смертное с Бессмертным, относительное с Абсолютом. Такая любовь – не от этого мира или от этой плоти. Это зов души к душе, подобного к подобному, чистилище и рай. Кто опишет ее экстаз?

Не говори о горе Лейлы или Маджнуна;  
твоя любовь превратила в ничто всю прошлую любовь.

Саади

Живи свободным от любви,  
Ибо самый ее покой – мука.

Арабское стихотворение

Миллион говорит о любви,  
Однако сколь немногие знают,  
Что истинная любовь – это не терять воспоминание  
Даже на мгновение.

Кабир

Действительно, именно качество непрерывного воспоминания – это сущность любви. Тот, кто помнит таким образом, должен жить в постоянной памяти о заповедях своего Любимого и в постоянном повиновении. Такая любовь сжигает в своем огне шлак эго; маленькое "я" забывается, и любящий слагает свою индивидуальность на алтарь своего Любимого.

Если ты хочешь путешествовать по дороге любви,  
сначала научись смирять себя в пыль.

Ансари из Герата

Любовь не растет в поле и не продается на рынке,  
кто бы ни имел ее, король или нищий,  
должен платить своей жизнью.

Принеси свою голову на ладонях, как подношение,  
если ты хочешь войти в Чудесную Страну Любви.

Кабир

И еще:

Будь проклята жизнь,  
в которой не находишь любви к Господу;  
Отдай свое сердце Его слуге,  
ибо Он возьмет тебя к Нему.

Такая самоотдача – это только прелюдия к наследованию большего и более чистого "Я", чем то, которое мы обычно знаем, так как сила ее магии такова, что кто бы ни постучал в ее дверь, будет превращен в ее цвет:

Любящий становится Возлюбленным –  
такова алхимия его любви;  
Сам Бог ревнует к такому Возлюбленному.

Даду

Взывая к Ранджха, я сам становлюсь единым с Ним.

Булле Шах

Именно о такой любви Господь Кришна говорил в Гите, и о такой любви Апостол Павел проповедовал своим слушателям:

Я сораспялся Христу,  
И уже не Я живу, но живет во мне Христос.  
А что ныне живу во плоти,  
То живу верою в Сына Божия,  
Возлюбившего меня и предавшего Себя за меня.

К галатам, 2:19–20

Именно об этом рассказывают суфи, когда они говорят о ФАНА-ФИЛ-ШЕЙХ (уничтожении в Мастере):

Обширное пространство меня самого  
так наполнено льющимся через край ароматом Господа,  
что сама мысль о себе полностью исчезла.

Именно об этом заявляли христианские мистики, когда они подчеркивали необходимость "смерти во Христе". Без такой самоотдачи ученость сама по себе может быть мало полезна:

Ученость – лишь дитя священных писаний,  
Именно любовь – их мать.

Персидское стихотворение

Мир потерялся в чтении священных писаний,  
Однако он никогда не придет к знанию,  
Но тому, кто знает йоту любви, открыто все.

Кабир

Только такая любовь является ключом к внутреннему царству:  
Кто не любит, тот не познал Бога,  
потому что Бог есть любовь.

I Иоанн, 4:8

Секрет тайн Бога – любовь.

Руми

Любовью может Он быть получен и удержан,  
но мыслью – никогда.

Облако незнания

Истинно, истинно я говорю тебе,  
что только те, кто любил, достигли Господа.

Гобинд Сингх

И мы познали любовь, которую имеет к нам Бог,  
И уверовали в нее. Бог есть любовь, и пребывающий в любви  
Пребывает в Боге, и Бог в нем.

I Иоанн, 4:16

Будем любить Его, потому что Он прежде возлюбил нас.

I Иоанн, 4:19

Это отношение любви между САТГУРУ и его ШИШЬЯ, Богочеловеком и его учеником, проходит много фаз и этапов развития. Оно начинается с уважения к тому, кто знает больше. По мере того как ученик начинает ценить бескорыстную заботу Мастера о его благе и прогрессе, его чувства начинают смягчаться росой любви, и он начинает развивать веру, повиновение и благоговение. С большим повиновением и верой приходит большее усилие, а с большим усилием приходит большая любовь Мастера. Усилия и милость идут рука об руку, и каждое из них в свою очередь помогает в развитии другого. Какова любовь матери к своим детям, такова и любовь Божественного Пастыря к своей пастве. Он не различает между заслуживающим и

незаслуживающим, а подобен матери; глубины и сокровища Его любви открываются только тем, кто откликается и отвечает на Его любовь: Он со всеми одинаков, однако каждый получает свою долю согласно своим заслугам.

Гуру Амар Дас

Своим большим усилием и большей милостью Мастера ученик делает большой прогресс в своих внутренних садхнах, ведущих в конце концов к полному выходу за пределы телесного сознания. Когда этот выход достигнут, он созерцает своего Гуру, ждущего в Его Светящейся Форме, чтобы принять и вести его дух на внутренние планы. Сейчас впервые он видит Его в Его истинной славе и постигает неизмеримость Его величия. Отныне он знает, что Он более чем человек, и его сердце переполняется песнями хвалы и смиренной преданности.

Чем выше он поднимается в своем духовном путешествии, тем более настойчив он в своей хвале, ибо он сильнее осознает, что Тот, кого он однажды принял за друга, является не просто другом, а Самим Богом, сошедшим вниз, чтобы возвысить его до Себя. Эти узы любви своим постепенным развитием становятся отражением его внутреннего прогресса, двигаясь, как и он, от конечного к Бесконечному. Любовь начинается во плоти и кончается в духе.

Св. Бернард

В своей начальной фазе она может находить аналогии в земной любви - между родителями и ребенком, друзьями, влюбленными, учителем и учеником, но как только она достигает точки, где ученик обнаруживает своего Учителя в Его сияющем великолепии внутри себя, тут все аналогии рушатся и все сравнения забываются навсегда; все, что остается - это жест, а потом молчание:

Давайте напишем как-нибудь по-другому

О тайнах любви - лучше так.

Оставьте все эти страсти и шум,

И не говорите больше о Шамасе Табризе.

Руми

## 6. СУЩНОСТЬ РЕЛИГИИ

В предыдущей главе мы обрисовали основные контуры Сурат Шабд Йоги и кратко рассмотрели ее характерные черты. Мы видели, как она устанавливает, что Бог, когда Он проецирует Себя в проявление, принимает форму Слова, НААМ, ШАБД, УДГИТ, КАЛЬМА, САУТ или СРАОША, и что эти термины относятся не к абстрактным понятиям Божественной Воли или Разума, а к чему-то большему - духовному потоку небесной гармонии, излучающему сияние. Этот поток находится в центре всего творения, приводя к бытию свои различные планы, оживляя и поддерживая их. Кто умеет контактировать с этим потоком внутри, под руководством того, кто сам освоил Путь, имеет возможность подняться над физическим миром и постоянно подниматься над всеми планами относительности; и когда он станет единым с Ним, он достигнет самого Его истока, тем самым уходя из царства ограниченности в царство Бесконечного Сознания и Абсолютного Бытия.

Чтобы указать, что эти учения не ограничены каким-либо одним народом или веком, но имеют всеобщую применимость, каждый важный аспект был кратко проиллюстрирован высказываниями мистиков различных религиозных традиций: индийской, исламской и христианской. Однако, эти высказывания являются только способом иллюстративных ссылок. Если доктрины Сурат Шабд Йоги действительно всеобщие, если они действительно указывают на абсолютную истину и основаны не на догме, а на "фактах", пусть сверхфизической природы, но на фактах, которые могут быть проверены каждым, кто готов подвергнуться дисциплине, требуемой для их изучения, тогда изучающий ее искатель наверняка может с уверенностью утверждать, что эти доктрины, в той или иной форме, должны быть в основе всех великих религий, и он бы желал более систематической демонстрации этого, нежели та, которая была возможна в предыдущем описании Сурат Шабд Йоги. Доступная и детальная разработка этой темы выходит за рамки этой книги, и в лучшем случае мы можем только предложить некоторые плодотворные линии исследования, которым могут следовать желающие идти дальше. Кроме того, повторяющейся темой всех великих Мастеров является то, что хотя их учения всеобщие по природе и могут быть подтверждены обширной священной литературой мира, все же ограничить себя просто изучением интерпретаций - значит полностью упустить истинное значение их учений.

Все, что нужно сделать ищущему - это установить из прошлых записей, что сказанное ему является древнейшей из истин, чтобы он мог принять требуемую дисциплину с полной верой и без оговорок. Окончательное подтверждение должно быть делом непосредственного и личного внутреннего опыта, а не книжной учености,

которая, когда выходит за должный предел и делается самоцелью, отрицает свое назначение и становится серьезным отвлечением от цели.

6.1. Древняя религиозная мысль:

индийская, китайская и иранская

6.1.1. Индуизм

Индуистская религия – это обширный океан религиозной мысли, берущий начало в древнейших временах, задолго до рассвета истории, она содержит в своей многоцветной текстуре оттенки за оттенком, бесконечное разнообразие узора и рисунка, которое выросло в человеческом разуме; от анимизма до поклонения Природе, от сил природы в абстрактном до персонифицированных и конкретизированных природных форм, от богов и богинь до одного Высшего Бога, сначала личного, а затем безличного; от формы до бесформенного. Индуистский пантеон дает любопытствующему исследователю обзор обширного и мощного сонма, который проникает во мглу седого прошлого.

Гелиолатрия, поклонение Гелиосу, или Солнцу, была обычной практикой у людей мира. Сол, или Солнце, всегда было объектом большого почитания человека, и ему поклонялись во всем мире с незапамятных времен. Древние греки и римляне строили храмы Аполло, или Фебу, как они называли бога Солнца в свое время. Во всех их храмах изображение или образ бога Солнца занимал важное место в их иерархии. Есть знаменитый храм Солнца в Конарк, в Южной Индии, и в историческом городе Мултан, или стране Солнца, на севере. Кроме того, храмы ДЖОГ-МАЙЯ или ДЖОТ-МАЙЯ покрывают весь Индостан.

Древние греки тоже говорили о Шабде. О Сократе писали, что он слышал внутри себя особый звук, который непреодолимо тянул его в более высокие духовные царства. Пифагор тоже говорил о Шабде, так как он описывал Бога как "Высшую Музыку природы Гармоний." Бог был для него "Абсолютной Истиной, одетой в свет". Когда он приказывал орлу слететь вниз к нему и медведю – остановить буйствующего Апулия, удивленная толпа спросила его об источнике, из которого такие силы пришли к нему. Он ответил, что он обязан всем этим "Науке Света."

К тому же, в греческом языке мы имеем мистическое слово ЛОГОС. Оно происходит от корня ЛЕГО, означающего "говорить", и от него мы имеем общие термины – монолог, диалог, пролог, эпилог и т.д. ЛОГОС означает "Слово" или "Разум". Термин ЛОГОС появляется также и в еврейской, и христианской философии и теологии, он используется в его мистическом смысле эллинистическими и неоплатоническими философами. Христиане используют его для обозначения второго лица Троицы.

Античный Запад унаследовал это понятие от своих предков, которые за тысячу лет до христианской эры приобрели большую любовь и обожание к Сурье, которого они считали началом и концом всех человеческих усилий в их поиске мощной силы Бога, и ее видимым представительством на этой земле. Они несли эту идею с собой, куда бы они ни шли, на запад или на восток, слагали гимны и пели псалмы в восхваление этого сияющего небесного светила, источника всей жизни на этой планете. Те, которые поселились в Иране (Персия) и впоследствии стали известны как парсы, все еще поклоняются великому божеству в другой форме – огня, который они поддерживают горящим все время в своих храмах как символ священного пламени, горящего в человеческом сердце и всегда идущего в небеса. Рату Зороастр, иранский пророк жизни и света, воспевал в любящей и живой вере величие Бога Света и учил людей делать так же.

АГНИ, или огонь, был скрытым секретом богов, охранявших эту таинственную силу очень ревниво. Согласно греческой легенде, он был украден Прометеем и дан человеку, за что Юпитер, бог-отец, осудил его на вечную муку. В главе 6 Чхандогья Упанишад сказано, что он является "первичным элементом, чье сотворение сделало возможным творение других элементов – воды, земли" и т.д.

Вторая ветвь ариев, повернувшая на восток, в Индо-Гангскую равнину, также с любовью обращается к АДИТЬЯ; в Ведах мы встречаем гимны, обращенные к ХИРАНЬЯГАРБХА, САВИТАР и УША, которые все означают Одну поддерживающую жизнь силу – Солнце. Все почтенные Мастера эпохи Вед были поклонниками очищающих и целительных атрибутов бога-Солнца, и поэтому неудивительно, что в ведической литературе мы видим много гимнов, обожествляющих Солнце. В книге X, 191, мы находим:

В начале возник Хираньягарбха, рожденный

Единственным Господом всех созданных существ;

Он закрепил и поддерживает эту землю и небеса;

Какому богу будем мы поклоняться нашим жертвоприношением?

В какое время мощная вода пришла, содержащая

Всеобщий зародыш, производящий Агни;

Оттуда возник Бога Единый Дух;

Какому богу будем мы поклоняться нашим жертвоприношением?

В другом гимне о нем упоминается как о "самосветящемся мудром Адитья". В книге 1, 113, мы имеем гимн Рассвету, и в нем появляются, между прочим, следующие строки:

Этот свет приходит, среди всего света наиволшебнейший;

Рождающий сияющую, далеко распространяющуюся яркость,

Ночь, отгоняемая подъемом Савитара,

Дала рождение утру...

Поднимись! Дыхание, жизнь снова достигли нас:

Тьма ушла, и свет приближается.

Она оставила солнцу путь, чтобы двигаться;

Мы прибыли туда, где люди продлевают существование.

Все это может быть принято буквальным образом как немногим большее, чем поклонение Природе, поклонение солнцу, объяснимое для людей, зависящих от земледелия в своем существовании. Но древняя индийская литература имеет неуловимое свойство. Кажется, что она учит нас на одном уровне, и когда мы приспособились к нему, она внезапно переводит нас на другой. Тот, кто может следовать ее тонкостям, находит в ней богатство, редко встречаемое где-нибудь еще. Существует многообразие значений, простирающихся от физического до космического и духовного, и от буквального до символического и эзотерического, что призывает нас ко множеству уровней опыта и дает достойное вознаграждение. Так, когда мы начинаем изучать эти частые ссылки на солнце, мы начинаем видеть, что упоминание "солнца" не всегда относится к центру нашей физической вселенной, за который мы его первоначально принимали. Так, в Иша Упанишад нам говорится: Дверь Истинного покрыта золотым диском.

Открой ее, о Пушан, чтобы мы могли увидеть

Природу Истинного.

После таких утверждений, когда мы читаем о Брахмане, или о Высшем, как о ДЖИОТИСВАТ, полном света, и ПРАКАШВАТ, наделенным великолепием, мы начинаем обнаруживать в таких терминах эзотерический смысл, которого раньше не видели.

Это приходит в голову, когда мы читаем ГАЯТРИ, десятую мантру шестнадцатой сутры в третьей мандале Риг Веды:

Бормоча священный слог "Аум",

Поднимись над тремя сферами

И обрати свое внимание

На Всепоглощающее Солнце внутри.

Принимая его влияние, стань поглощенным в Солнце,

И оно сделает тебя по своему подобию Самосветящимся.

Эта мантра считается самой священной, МУЛ МАНТРА, среди ведических текстов, и ее повторению индусов учат с малых лет. Здесь внутреннее духовное значение солнца становится совершенно ясным. Объект поклонения - не то, что обеспечивает нас светом во внешнем мире, а принцип, который находится выше трех планов существования - физического, астрального и причинного, и является источником внутреннего просветления. Этот принцип приписывается АУМУ, термину, три буквы которого обозначают три плана человеческого опыта: А относится к бодрствующему состоянию (ДЖАГРАТ), У - к состоянию сна (СВАПНА) и М - к состоянию глубокого сна (СУШУПТИ). Конечная реальность включает все три плана и три фазы человеческого опыта, но все же выходит за их пределы. Тишина, следующая за каждым повторением слова АУМ, вызывает состояние ТУРЬЯ, или Абсолютного Бытия, которое является неопишым источником и концом всего. Это - Брахман, Превосходящий все, чьим первичным атрибутом является сияние, но который сам по себе находится даже за пределами этого сияния. Поэтому эта мантра в своей первоначальной форме в Риг Веде имеет еще одну строчку, добавляемую в нее, когда она дается только саньясином и избранным ученикам:

ПАРО РАДЖ - АСАЛ САВАД АУМ.

Тот, кто превосходит сияние, есть этот Аум.

Гаятри не только проясняет обычный смысл ссылок на солнце, которыми изобилуют Веды, но также выдвигает на первый план другую повторяющуюся тему в индийской мысли. Ее большая образность и популярность приводит нас к вопросу о мантрах и их месте в индийской религиозной практике. Мантры, или словесные формулы, в санскритских стихах или прозе классифицируются на два типа: предназначенные только для произнесения и не нуждающиеся в понимании, и божественные призывы,

смысл которых нужно знать, чтобы дать возможность поклоняющемуся держать свое внимание сфокусированным на божественном объекте. Каждая из разносторонних мантр имеет свою индивидуальную пользу. Есть такие, овладение которыми, или СИДДХИ, дает контакт с магическими силами низшего разряда (ТАМСИК); есть иные, дарующие силу, храбрость и мощь (РАДЖСИК); и наконец такие, единственной целью которых является духовный подъем (САТВИК). Среди последних, как мы уже видели, Гаятри – самая почитаемая.

Тональность мантр с незапамятных времен подчеркивает духовную важность Звука. Если пение некоторых словесных формул приносит магические способности или помогает духовному продвижению, то в самом Звуке должна быть скрытая эзотерическая сила. Вот почему ВАК ДЕВИ, богиня речи, почиталась очень высоко. Каждое слово имеет свое уникальное свойство и место, но из всех слов АУМ – самое священное. Мы уже рассмотрели некоторые из его символических значений. К ним мы можем добавить еще другие. Это не только термин, дополняющий качества Абсолютного Брахмана, но он также означает Самого Брахмана. В Риг Веде мы имеем: Праджapati ваи идам агреф асеет

Тасья ваг двитья асеет,

Ваг ваи пармам Брахма.

В начале был Праджapati,

Брахман, с которым было Слово,

И Слово было поистине Высший Брахман.

Этот текст в высшей степени соответствует началу Евангелия от Иоанна:

В начале было Слово,

и Слово было у Бога,

и Слово было Бог.

Иоанн, 1:1

Таким образом, АУМ становится Брахманом, проявляя Себя в Слове, и в Таиттрия Упанишад Оно упоминается как "Ножны Брахмана", как нечто, что получает Свою жизнь от Брахмана и содержит Его. Этот аспект сделан еще яснее в Сам Веде:

Брахман есть сразу и Шабд, и Ашабд,

и Брахман один вибрирует в пространстве.

Другими словами, Абсолютный является не только внутренним сиянием, но также чем-то за пределами его, на что намекается в Гаятри. Он находится со Словом, Шабд или АУМ, и все же за пределами Его. Звук и Свет фактически упоминаются как Его первичные проявления. Гаятри рекомендует, чтобы, концентрируясь на Божественном Слове АУМ, мы фиксировали наше внимание на внутреннем Солнце; в то время как в Чхандогья Упанишад нам говорится, что НААД, или Божественная Музыка, берущая начало от Всеобщего Солнца (Брахманда) – это именно тот секрет, который был дан Ангрис Риши Кришне, любимому сыну Дэвки (III:17-6 и 93).

Именно это мистическое прозрение, которое обнаруживается в ШРУТИ, священных писаниях, открытых через внутреннее слышание, привело к развитию того, что называется СПХОТА-ВАДА, или философия Слова. Учителя этого пути проповедовали, что Абсолют находится за пределами Слова и образа, неопишум и необусловлен.

Когда Он пришел в проявление, Он спроецировал Себя как СПХОТА, или Слово, сияющее Светом и вибрирующее неопишумой Музыкой. Искатель, желающий подняться над относительным планом к Вечному и Неизменному, должен вступить в контакт со СПХОТА, или Силой Слова, с помощью которой он может подняться к Брахману, находящемуся за пределами Шабд, или СПХОТА. Путь к реализации Бога определенно не легок. Трудно получить доступ, трудно познать, трудно пребывать и трудно пересечь; однако, это единственно возможный Путь для того, кто предан своему Гуру и Его делу.

Таковы в действительности истины, которым учили и которые практиковали в лесах святые древней Индии. Но сколько из них сохранилось с тех пор? По большей части мы находим ритуалы: такие как дутье в раковины, звон колокольчиков, махание огнями и поклонение солнцу. Они несут свидетельство о тайнах внутри, но сколь немногие осознают их реальное значение? Несмотря на мощное и длительное влияние Господа Кришны, донесшего лучшие из ведантических учений до сердца обычного человека, религия в Индии, как и везде, имела тенденцию вырождаться просто в касту или церемонию. Поклоняются свету и музыке извне, а пламенеющее и звучащее Слово внутри, на которое они указывают, остается незамеченным:

И свет во тьме светит, и тьма не объяла его.

#### 6.1.2. Буддизм

Учения Будды представляют во многих отношениях реакцию против религиозных традиций Вед, несколько искаженных, и все-таки они подтверждают многие из

основных доктрин, которые мы уже рассмотрели. Жизнь самого Будды стала легендой, воплощающей ярким и поразительным образом человеческую потребность обратиться от феноменального, внешнего мира к ноуменальному, внутреннему.

При наличии королевского происхождения и всего, что могло сделать его жизнь дома счастливой, уход Будды из дворца в дикую местность нищенствующим монахом в поиске Истины был беспрецедентной жертвой. Это действительно была героическая попытка с его стороны – блуждать шесть долгих лет и прибегать ко всем видам аскетизма и физических страданий, доведя себя до голого скелета, и это вызывает глубокое и неизменное восхищение и поклонение. Но ни жизнь в роскоши дома, ни жизнь тапаса в джунглях не могли помочь ему разрешить проблему несчастья, горя, болезни и смерти, которые он наблюдал как обычный жребий человеческой жизни в физическом мире.

Это было его мгновенным решением – оставить аскетическую жизнь, как он сделал прежде с жизнью в роскоши. Во время того, как он сидел под деревом боддхи в Гайя в спокойном созерцании, он отдался божественному влиянию, которое действует само по себе, когда целиком подчиняют свое "я" самому святому и высшему в Природе, и вдруг перед его внутренним взором сверкнуло долгожданное решение самой трудной проблемы жизни в виде последовательной цепи причин и следствий: 1) несомненный факт страдания, 2) причина страдания, 3) возможность устранения страдания и, наконец, 4) путь, ведущий к освобождению от страдания. Это был Путь Золотой Середины, между самопотворством и самоумерщвлением, которые одинаково болезненны и бесполезны в поиске истины. Поэтому ему было дано название Срединного Пути, состоящего в праведности в восьми аспектах жизни, которые уже описаны в первой части этой книги.

Таким, вкратце, было содержание первой проповеди Мастера в Сарнатхе, проведенной перед первыми пятью БХИККУ. Простые и прямые учения, свободные от изощренности жреческого клана – браминов, сделавших обряды и ритуалы началом и концом человеческого спасения, имели огромное влияние на людей в целом. Неудивительно поэтому, что новая вера имела большое число обращенных, от правителей до мирян, пылко принимавших желтое одеяние.

Это – внешний аспект, как во всех остальных религиях мира до и после времени Будды, и он хорошо воздействовал на массы, так как давал им ясную перспективу жизни и жизненного пути. Запутанные ведические проблемы, ведический пантеон и ведический способ поклонения миновались одним махом, людей просили развивать и возвышать свое поведение, и все остальное последует само по себе. Это было, в известной степени, строгим соблюдением Яма и Нияма, которое должно было сделать Садачар (праведное поведение) первым и главным шагом в правильном направлении. Это не означает, что Будда отрицал существование Бога или шагов, ведущих к Нему по духовному пути. Явное публичное неутверждение чего-то, имеющего более высокую ценность и жизненно важный интерес, далеко опережающий свое время, и что обычный человек был еще не подготовлен и не склонен принять, не означает отрицание этого. Более высокий Путь был, конечно, оставлен для немногих избранных и хранился для избранников, достойных мистического учения, связанного с трансцендентальным слышанием, как мы читаем в СУРАНГАМА СУТРЕ, в которой описаны духовные опыты высших БОДХИСАТВ, МАХАСАТВ и великих АРХАТОВ, таких как Маха Кашьяпа, Сарипутра, Самант Бхадра, Металунипутра, Маудгальяна, Акшобья, Веджурия, Майтрея, Махастхема-Прапта и другие.

Все они в своих описаниях свидетельствуют, в той или иной форме, о пурпурно-золотом блеске, бесконечности чистой сущности разума, трансцендентальном восприятии, трансцендентальном и внутреннем слышании, полученных на опыте внутренним разумом, ведущих к неопишуемому и таинственному Звуку Дхармы, подобному реву льва или битью барабанов; о проникающей силе элемента огонь, делающей интуитивное прозрение ярким и ясным, дающей им возможность видеть все царства Дэва и в конце концов Страну Неподвижности Будды, открывающуюся в ядре самого центра сбалансированных и ритмичных эфирных вибраций. Они также говорят о "Высшем, чудесном и совершенном Самадхи Трансцендентального Сознания", называемом "Алмазным Самадхи", которое достижимо посредством "Внутреннего Слышания", когда разум, свободный от ментальных загрязнений, теряется в "Божественном Потоке".

После выслушивания различных персонажей, Манджушри, принц Дхармы, придал огромное значение достижению "высшей чистоты сущности разума и ее внутренней яркости, сияющей самопроизвольно во всех направлениях", и убеждал Великую Ассамблею "обратить внешнее восприятие слышания внутрь и слушать внутренне

совершенно унифицированный и внутренне присущий Звук сущности разума". Затем он резюмировал тему следующими памятливыми словами:

"Это единственный путь к Нирване, и им следовали все Татхагаты прошлого. Более того, он и для всех Бодхисатв и Махасатв настоящего и для всех в будущем, если они надеются достичь совершенного просветления. Не только Авалокитешвара достиг совершенного просветления в далеком прошлом с помощью этого Золотого Пути, но в настоящее время я тоже один из них... Я свидетельствую, что средство, примененное Авалокитешварой, является самым целесообразным средством для всех". К тому же, созерцатель в школе буддизма Хинаяна тоже называется ШРАВАК, что означает "слушатель", то есть слушатель внутреннего Звукового принципа. Но после ухода Господа Будды тайные учения, данные им немногим избранным, постепенно исчезли, и буддизм, как и все остальные религии, послужив большой необходимости момента, теперь остается собранием догм и верований и дает мало утешения искателям Истины, которая приходит только от Души, реализовавшей Истину – настоящего Святого с духовным достижением и внутренним опытом Реальности.

### 6.1.3. Таоизм

Обратившись к Китаю, мы обнаруживаем, что лучшее из буддистской мысли перешло в религиозные традиции китайцев. Но вместе с этим, мы можем заметить собственное учение Лао Цзы, отца китайского мистицизма (ХУАНЧАО), или Таоизма. Термин ТАО, означающий "дорогу" или "путь", имеет в виду скрытый "принцип вселенной".

Лао Цзы говорит о Тао как об "Абсолютном Тао", являющимся "Сущностью" и "Квинтэссенцией" (духовной истиной), совершенно отличной и все же имманентной в своих проявлениях. Как индийские мистики различали между Аум, который мы поем, и Аум, который является Неопишваемым, Невыразимым, Бессловесным Словом, точно так же и Лао Цзы говорит нам:

Тао, о котором можно говорить,  
Не является Абсолютным Тао;  
Имена, которые можно дать,  
Не являются Абсолютными Именами.  
О характере Тао далее говорится:  
Тао – всепроникающий,  
И его польза неистощима!  
Неизмерима!  
Как источник всех вещей.

И еще:

Великий Тао течет везде,  
(Как поток) Он может идти налево или направо.  
Мириады вещей получают свою жизнь от него,  
И Он не отрицает их.

И снова:

Тао не делает никогда,  
Однако через Него сделано все.  
В книге II, где речь идет о применении Тао, дан Принцип Реверсии:

Реверсия – действие Тао,  
Тонкость – функция Тао,  
Вещи этого мира приходят от Бытия,  
А Бытие приходит от Небытия.  
Тао – источник всего знания:

Не выходя за дверь,  
Знаешь, что происходит в мире. Не выглядывая из окна,  
Можно видеть Тао Небес.

Чем дальше овладеваешь знанием,  
Тем меньше знаешь.

Поэтому мудрец знает без суеты,  
Понимает без видения, совершает без делания.

Великая Гармония Тао, таинственный секрет вселенной, становится проявленной:  
Когда мистическая сила становится чистой,  
Далеко достигающей,

И вещи возвращаются обратно (к их источнику),  
Тогда и только тогда возникает Великая Гармония.

О своих учениях, как и об учениях великих мудрецов, он говорил:  
Мои учения очень легко понять и очень легко практиковать,  
Но никто не может понять их и никто не может Практиковать их.  
В моих словах есть принцип,



В делах человека есть система,  
 Поскольку они не знают их,  
 Они не знают также и меня.  
 Так как немногие знают меня,  
 Поэтому я выдающийся.  
 Поэтому мудрец одевает грубую ткань,  
 Но носит нефрит внутри своей груди.  
 И наконец, говоря о Пути в Небеса, он говорит:  
 Истинные слова – не красиво звучащие,  
 Красиво звучащие слова – не истинные.  
 Добрый человек не спорит;  
 Тот, кто спорит – не добрый человек.  
 Мудрый не знает много вещей;  
 Тот, кто знает много вещей – не мудрый.  
 Мудрец не накапливает (для себя).  
 Он живет для других людей,  
 И становится богаче в себе самом;  
 Он дает другим людям  
 И имеет большее изобилие.  
 Тао Небес благословляет, но не вредит.  
 Путь мудреца в завершении, но не в состязании.  
 Из приведенного выше ясно, что Тао – это Путь, Путь к Реальности, невыразимой и трансцендентальной, самой основе всего существования, лону, из которого возникает вся жизнь. Он приходит только через развитие спокойствия, или избавление разума от вещества разума, спокойствия, которое лишь немногие могут практиковать, наслаждаться им и излучать его другим. Процесс приближения к внутреннему лежит через реверсию и очищение духа путем отстранения "я".  
 "Жди в молчании и сияние духа придет и займет свое место." Именно с помощью метода бдительного наблюдения и ожидания разум становится чистым и спокойным. Такому разуму Природа отдает свою тайну. ВЕ ВЕЙ, или "Созидательное Спокойствие", содержащее и означающее сразу "высшую активность" и "высшее расслабление", жизненно необходимо для реализации Тао. Именно "жизнь, проживаемая без напряжения" действует как магическое заклинание. Тао действует без действия и никогда не может быть изучено, и поэтому "благоразумный человек предпочитает внутренний глаз внешнему". Путь Тао всегда находится в согласии с природой и приходит через стремление к простоте. Это образ жизни, и нужно жить так, тогда это приносит всеобъемлющую непрерывность Тао.  
 Но сейчас таоизм без Лао Цзы потерял свое первоначальное глубокое значение и приобрел вторичный смысл, означая просто Путь Вселенной, или Путь, согласно которому индивидуум может упорядочить свою жизнь, и трудно увидеть, насколько он самостоятельно может подойти к Тао, упорядочивая свою жизнь без Мастера-души, который поставит его на Путь.

#### 6.1.4. Зороастризм

То, что индуисты называют АУМ, НААД, ШАБД, буддисты описывают как львиный рык Джармы, а Лао Цзы – как Тао, Рату Заратустра, древнеперсидский мудрец называет СРАОША, или "слышимое":

Я побуждаю призывать это Божественное Сраоша (т.е. Слово),  
 являющееся величайшим из всех божественных даров,  
 для духовной помощи.

Ха 33:35

Созидательный глагол,  
 Ассимилируя развертывающееся "я" человека  
 Своей всепроникающей Реальностью,  
 Всезнающий, Самосуший Жизнедатель обрामил  
 этот мистический Глагол и его мелодичный ритм  
 Божественным Порядком личного самопожертвования  
 для Вселенной, для возвышающих себя душ.  
 Он – та личность, которая Просветленным Высшим Разумом  
 может дать их оба  
 (Мистический Глагол и Божественный Порядок)  
 через свои милостивые уста смертным.

Ха 29:7

В Гатха Уштаваити Зороастр провозглашает:  
 Итак, я открываю Слово, которому Самый Раскрытый научил меня;

Слово, которое лучше всего слушать смертным.  
 Кто бы ни оказывал мне повиновение и постоянное внимание,  
 Добьется для себя Всеобъемлющего Бытия и Бессмертия;  
 и с помощью служения Святому Божественному Духу  
 познает Мазда Ахура (Бога).

Ха 35:8

Но сегодня мы видим только символический огонь, горящий все время в храмах парсов и их очагах, и пение псалмов и гимнов, без внимания к живому Сраоша, или Созидательному Глаголу, который благородный иранец сам практиковал много лет на горе Албурз и которому он учил людей, в противоположность поклонению древним богам Вавилона и Ниневи. Однако неудивительно, что парсы теперь известны как "огнепоклонники", привязанные к огненному символу первоначального Сраоша. Таким образом, мы видим, что каждый святой или мудрец дал в свое время миру то, что он сам познал на опыте, в той форме, которая могла быть легко понята и усвоена обычными людьми. Каждый из них достоин высшего почитания за его вклад в общую сумму духовного знания, которое мы имеем, но реальное прозрение в это знание и действительный опыт духовных истин нельзя получить от прошлых Мастеров, так как они не могут сейчас сойти на физический план, чтобы дать живой контакт со святым Словом людям и утвердить их в общении со Святым Духом, называйте это любым именем, каким хотите. Это требует прикосновения живого Мастера, который, как и Мастера прошлого, сам находится в постоянном контакте со Словом, ибо вся жизнь приходит от жизни, как свет приходит от света.

6.2. Христианство

Иисус Христос был в сущности человеком Востока, и Его учения пропитаны восточным мистицизмом. Говорят даже, что Он провел много лет своей молодости (о которой Евангелия молчат) в Индии и многому научился у йогов и буддистских монахов в Своих путешествиях с места на место. Возможно, Он начал Свое учительство прямо в Индии и мог иметь предвкушение преследования от браминского сословия и так называемых высокопоставленных кругов общества за свою всеобщность видения, так как Он не верил в классовые барьеры и проповедовал равенство человека. Его вклад в религиозную мысль мира можно видеть в том особом значении, которое Он придавал необходимости Всеобщей любви и Царству Божьему внутри человека – двум кардинальным принципам, давно известным древним, но забытым и игнорируемым на практике.

Не думайте, что Я пришел нарушить закон или пророков;  
 не нарушить пришел Я, но исполнить.

Матфей, 5:17

Давайте рассмотрим некоторые из относящихся к делу высказываний, показывающих, что Иисус был знаком с древней религиозной мыслью и практиковал Путь Мастеров Слышимого Жизненного Потока; высказываний, которые часто игнорируются или неправильно истолковываются изучающими Его учения сегодня:

Светильник для тела есть око.

Итак, если око твоё будет чисто,

то все тело твоё будет светло;

Если же око твоё будет худо,

то все тело твоё будет темно.

Итак, если свет, который в тебе, тьма,

то какова же тьма?

Матфей, 6:22-23

Явно, что "око" относится к "единому оку", и слова "если око твоё будет чисто" означают концентрированное осознание внутри, в центре между и позади глаз. К тому же, слова "если око твоё будет худо" относятся к состоянию рассеянности разума вовне, в противоположность концентрации внутри, и результатом определено будет "тьма" – тьма, порожденная неведением об истинных и реальных ценностях жизни, так как это величайшее зло для души.

У Апостола Луки звучит нота предупреждения, когда он говорит:

Итак смотри: свет, который в тебе, не есть ли тьма?

Лука, 11:35

Что говорю вам в темноте, говорите при свете;

и что на ухо слышите, проповедуйте на кровлях.

Матфей, 10:27

Это – слова совета Иисуса своим избранникам, немногим избранным, т.е., нести людям открыто (при свете) значение того, что они услышали "в темноте", т.е. в

тайной медитации, и рассказывать о Божественной Мелодии, услышанной ими в ухе посредством трансцендентального слышания.

Слухом услышите, и не уразумеете;

и глазами смотреть будете, и не увидите.

Матфей, 13:14

Переданная идея относится к эзотерической природе духовной науки, которую можно познать на опыте в глубинах души в лаборатории человеческого тела и нельзя познать на интеллектуальном уровне или на уровне чувств.

Апостол Матфей затем продолжает объяснять суть дела:

Ибо истинно говорю вам, что многие пророки и праведники желали видеть, что вы видите, и не видели, и слышать, что вы слышите, и не слышали.

Матфей 13:17; Лука 10:24

В ясных и недвусмысленных словах мы имеем упоминание о внутреннем духовном опыте, о достижении Царства Света и Гармонии, которые подлинный Мастер, подобный Иисусу, мог побудить проявиться в своих учениках.

Как другие провидцы, Иисус дал мистический опыт своим искренним ученикам. Массам Он всегда говорил в притчах - о горчичном семени, фиговом дереве, десяти девах и т.д., которыми изобилуют Евангелия.

В образной притче Он объясняет сеяние Слова в сердца людей и говорит нам, что Слово, посеянное у дороги, обычно крадется Сатаной из сердца; что Слово, посеянное на каменистой земле, не дает корней, выдерживает немного и смывается несчастьями и преследованиями из-за Слова; что Слово, посеянное среди колючек, заглушается мирскими заботами, обманчивостью и похотями плоти; и наконец, Слово, посеянное на хорошей земле, такой как у тех, кто слышит Слово и воспринимает, приносит плод. (Марк, 4:14-20)

Путь, которому учил Иисус - это Путь самоотречения и подъема над телесным сознанием, процесс, равносильный опыту смерти-в-жизни.

Тогда Иисус сказал ученикам Своим:

если кто хочет идти за Мною,

отвергнись себя и возьми крест свой и следуй за Мною;

ибо кто хочет душу (жизнь) свою сберечь, тот потеряет ее;

а кто потеряет душу свою ради Меня, тот обретет ее;

Какая польза человеку, если он приобретет весь мир,

а душе своей повредит?

Или какой выкуп даст человек за душу свою?

Матфей, 16:24-26

Это означает, что нужно пожертвовать внешним человеком, состоящим из плоти и плотского разума, ради Внутреннего человека, или души. Иными словами, нужно сменить жизнь чувств на жизнь духа.

К тому же, любовь к Богу должна быть сделана ведущей страстью в жизни:

Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим,

и всею душею твоею, и всем разумением твоим.

Матфей, 22:37

Апостол Марк идет дальше и добавляет:

и всею крепостию твоею.

Марк, 12:30

Сия есть первая и наибольшая заповедь; вторая же подобна ей:

"возлюби ближнего своего, как самого себя";

На сих двух заповедях утверждается весь закон и пророки.

Матфей, 22:37-40; Марк, 12:30-31; Лука, 10:27

Принцип любви еще более усиливается так:

Любите врагов ваших, благословляйте проклинающих вас, благотворите ненавидящим вас и молитесь за обижающих вас и гонящих вас.

Матфей, 5:44

И зачем все это? - чтобы достичь совершенства в подобии Богу:

Итак будьте совершенны, как совершенен Отец ваш Небесный.

Матфей, 5:48

У Апостола Луки, в главе 3, нам говорится, что

...был глагол Божий к Иоанну, сыну Захарии, в пустыне.

И Иоанн, проповедуя крещение покаяния для прощения грехов, сказал удивленной толпе:

Я крещу вас водою, но идет Сильнейший меня,

у Которого я недостоин развязать ремень обуви;  
Он будет крестить вас Духом Святым и огнем.

Лука, 3:2-3 и 16

Мы должны обратить внимание на слова "крестить Духом Святым" и "огнем", так как одно относится к Небесной Музыке (Святому Слову), а другое символизирует Небесный Свет, и они являются двойственными принципами Звука и Света, Первичными проявлениями Божественного, или Силой Бога, стоящей за всем творением.

Путь в Царство Божие может быть открыт тому, кто знает, как "просить" этого, как "искать" его и как "стучать" в ворота. В этих трех простых словах у Апостола Матфея в главе седьмой и у Апостола Луки в главе одиннадцатой резюмировано то, что ищущий должен делать. К сожалению, мы еще не знаем, где находятся врата, в которые нужно стучать. Гуру Нанак тоже эмоционально заявляет:

О слепые, вы не знаете врата.

Об этих вратах Апостол Матфей рассказывает нам:

Входите тесными вратами;... потому что тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь, и немногие находят их.

Матфей, 7:13-14

Это, в сущности, путь превращения, так как никто не может войти в Царство Небесное, если не обратится и не станет как малое дитя (Матфей, 18:3), т.е. оставит свое тщеславие, станет кротким, чистым, простым и невинным, как малое дитя. У Апостола Луки подробно разработана эта тема в главе 18:15-17, так как, когда ученики упрекали приходящих, что они привели с собой детей, Иисус позвал их к себе и сказал:

Пустите детей приходить ко Мне и не возбраняйте им, ибо таковых есть Царствие Божие.

Истинно говорю вам: кто не примет Царствия Божия, как дитя, тот не войдет в него.

У Апостола Иоанна, в главе первой, мы находим подробное изложение учения Христа. Он начинает свое Евангелие памятными словами, подлинное значение которых немногие стремятся понять:

В начале было Слово, и Слово было у Бога, и Слово было Бог.

Оно было в начале у Бога.

Все чрез Него начало быть,

и без Него ничто не начало быть, что начало быть.

В Нем была жизнь, и жизнь была свет человеков;

И свет во тьме светит, и тьма не объяла его.

Был Свет истинный, Который просвещает всякого человека, приходящего в мир.

В мире был, и мир чрез Него начал быть,

и мир Его не познал.

И Слово стало плотью, и обитало с нами.

Иоанн, 1:1-5, 9-10, 14

В приведенном выше высказывании Апостола Иоанна не может быть никаких сомнений относительно природы Слова. Ясно, что это Свет и жизнь мира, Созидательный Жизненный принцип, в котором мы живем, движемся и имеем наше бытие. Это Дух Божий, самая сущность души, потерянная сейчас в мощном круговороте мира и всего мирского. Только контакт с Духом указывает путь возврата к Богу и является, таким образом, истинной религией. Этот контакт называют по-разному: вторым рождением, воскресением или приходом в жизнь снова. Обращаясь к Никодиму, фарисею и начальнику иудейскому, Иисус сказал:

Истинно, истинно говорю тебе:

если кто не родится свыше,

не может увидеть Царствия Божия... (Отметьте слово "увидеть") Истинно, истинно говорю тебе:

если кто не родится от воды и Духа,

не может войти в Царствие Божие... (Отметьте слово "войти")

Не удивляйся тому, что Я сказал тебе:

должно вам родиться свыше.

Иоанн, 3:3,5,7

Иисус сравнивает рожденного от Духа с ветром, который

...дует где хочет, и голос его слышишь,

а не знаешь, откуда приходит

и куда уходит.

Иоанн, 3:8

В другом месте Он говорит о Святом Слове как о "воде живой", воде, текущей в "жизнь вечную" (Иоанн, 4:10,14).

Иисус говорит о себе как о "хлебе жизни", "хлебе живом", сошедшем с небес; и просит своих учеников есть "Плоть Сына Человеческого" и пить "Кровь Его", так как без этого "не будешь иметь жизни в себе" (Иоанн, 6:48,51,53).

Таковы вкратце основы учения Христа, Мастера христиан, но не христианства как религии. Большинство христианских доктрин были сформулированы не Иисусом, а Апостолом Павлом, который превратил Христа в жертвенного агнца во искупление грехов мира, и вокруг этой центральной идеи, заимствованной из иудаизма и культов, процветавших в Средиземноморье в то время, выросла масса ритуалов и церемоний.

Постулаты Христа остаются превосходными моральными заповедями и несомненно указывают путь к внутренней реализации, но не могут сами по себе поставить искателя на Путь реализации, так как в них сейчас недостает живого импульса и пульсирующего касания Учителя, который завершил назначенную Ему работу в свое время и не может сейчас посвящать, вести людей и делать Истину реальной для них, приводя их лицом к лицу с Реальностью.

Из всего мистического учения Христа мы сейчас находим лишь символическое зажигание свечей в церквях и церемониальный звон большого колокола во время службы. Немногие, если вообще кто-нибудь, знают реальный смысл этих ритуалов, являющихся внешними представлениями двойственных принципов Света и Звука, или изначальных проявлений Божественного, ответственных за все, что существует во Вселенной, видимое и невидимое.

Некоторые из крупных церковных сановников, когда их спрашивают, говорят, что колокол звонит просто для созывания людей на молитву, и что говорить о Боге как об "Отце светов" (Иаков, 1:17) - это лишь образное выражение, обозначающее Его величайшие дары (свет разума и интеллекта). Едва ли имея какой-нибудь опыт внутренних истин, они воспринимают эти слова буквально и пытаются объяснить все теоретически.

Сам Иисус в недвусмысленных словах заявил:

Я свет миру; кто последует за Мною,  
тот не будет ходить во тьме, но будет иметь свет жизни.

Иоанн, 8:12

Говорить о себе как о "свете жизни" не может означать ссылку на свет солнца, хотя солнечный свет в физическом мире является источником дающей жизнь энергии. У Матфея 13:14, Иисус продолжает пояснять свою точку зрения и предостерегает против буквального истолкования его слов, когда проводит разграничение между "слышанием" и "пониманием", и между "видением" и "восприятием". Только пробужденные души, Мастера Истины, находящиеся в живом контакте с Реальностью, которые имеют ключи к Царству Духа, могут вести вперед человека, сейчас полностью потерявшего в жизни чувств, и вновь открыть ему великое наследие Всей Жизни и Всего Света, ибо сказано, что "тогда откроются глаза слепых, и уши глухих отверзнутся. Тогда хромым вскочит, как олень, и язык немого будет петь; ибо пробьются воды в пустыне и в степи потоки." (Исайя, 35:5-6)

Сколь немногие из нас действительно понимают и ценят внутренний смысл слов Иисуса. Мы удовлетворяемся лишь этической стороной Его учений, которое, конечно, было необходимым сопровождением духовной. Этические принципы широко распространялись и даже усердно поддерживались, так как они действительно отмечают большой прогресс в моральной шкале человеческих ценностей с дней Моисея. Но сами по себе они не могут объяснить заявления, такие как "Судный День" или "Покайтесь, ибо Царствие Небесное близко", или "Бог есть Дух, и поклоняющиеся Ему должны поклоняться в Духе и Истине". Если такие высказывания принять буквально, это сведет их к бессмыслице. "Судный День" не пришел, несмотря на пророчество о его близости, и либо Христос не знал, о чем говорил, либо мы не можем понять истинный смысл Его слов. В том, что Он говорил, всегда есть внутренний смысл, который ясен тем, кто имел те же мистические опыты, но озадачивает тех, кто пытается истолковать его в терминах интеллекта или даже интуиции.

Не имея непосредственного внутреннего восприятия (не следует путать его с философским размышлением или интуитивной пронизательностью), мы пытаемся истолковать смысл учений, оставленных нам, в терминах нашего ограниченного опыта. То, что имелось в виду как метафора, мы принимаем буквально, а сверхчувственные описания мы сводим к метафорам. Мы легко забываем, что когда Иисус говорил, что Он "свет миру", "Сын Бога" и Тот, Кто не оставит и не забудет

своих учеников даже до конца света, Он говорил не о своей способности как смертного, но, подобно всем другим великим Мастерам, как Тот, Кто слился со Словом и стал единым с Ним. Забывая это, вместо следования за Ним по духовному Пути, который Он указал, мы думаем о Нем как о козле отпущения для несения наших грехов и средстве избежать внутренней духовной проблемы.

### 6.3. Ислам

Как указывает название, ислам – это религия мира и доброй воли для всех, кто верит в Пророка и следует его заветам. Каждая религия, которая приходит к бытию, выполняет назначение Бога и требование времени, заполняя пробел в религиозной истории человека. Пророк Мухаммед тоже пришел в такое время и место, которое смердело буйным суевением, идолопоклонством, деградацией общества и моральным банкротством мужественной арабской расы, униженной, как и их братья евреи, и как иногда бывало с другими расами. И арабы, и евреи – семитского происхождения и являются потомками Авраама; одни – от Ишмаэля, высланного на восток, а другие – от его брата Исаака, оставшегося в основной области Палестины.

Грубые и сильные бедуинские племена пустыни, благодаря преданности лишь Маммоне и Бахусу, погрязли в крайнем невежестве и всей душой предавались войнам друг против друга. Именно для спасения таких людей Мухаммед, глубоко религиозный мальчик-пастух, был избран самым Высшим в качестве Его Избранника, чтобы выполнить указ Милостивейшего среди Его созданий. Призыв к Служению Богу пришел к нему только после того, как он практиковал интенсивную духовную дисциплину в течение нескольких лет в лишенной комфорта и бесплодной пещере Гхар-и-Хира в пригороде Мекки.

Он начал свою миссию в истинном духе смирения не для того, чтобы творить чудеса, которые всегда порицал и от которых воздерживался, а как простой проповедник слов Бога, обычный человек, как любой другой. Его послание было, в сущности, посланием Единого Бога, так как он выразительно заявил:

Нет Бога, кроме Бога, и Аллах – Его имя.

Мухаммед – лишь Его посланник, или вестник.

На этом фундаментальном базисе монотеизма он построил свою систему этических учений и демократического братства. Это было действительно необходимостью времени, и он превосходно исполнил это. Варварской, грубой и интеллектуально недоразвитой расе он вряд ли мог дать метафизические постулаты на их рассмотрение, когда даже его простое учение вызывало насмешку, порицание людей и свирепое поношение, которые привели со временем к открытой враждебности, заставившей его вместе с последователями бежать в Медину для безопасности. Это было в 622 году н.э., когда группа верных переселилась из Мекки, и за этим последовал период тяжелой борьбы за новорожденную веру, для сохранения и распространения которой Пророк вынужден был извлечь меч в самообороне. Процесс консолидации занял около 100 лет безжалостной войны, во время которой образовалась мощная империя с востока до запада, от Индийского океана с одной стороны до Атлантики с другой.

Коран, или исламская Библия, является большим и выдающимся чудом, превзошедшим все иное из того периода. Он имеет 114 Суры, или главы, каждая из которых содержит от 286 до 6 стихов, число стихов убывает в нисходящем порядке. Он написан на элегантно и отточенном арабском языке и открывался по частям неграмотному Пророку в моменты интенсивной медитации Гавриилом, архангелом Божиим, голос которого, исходящий из звона колоколов, постепенно принимал звучание, вид и форму.

Простое учение Корана сосредоточено вокруг АЛЛАХА (Бога), Его МАХЛУКА, или сотворенного мира, ИНСАНА (человека) и КИАМАТА, или Судного Дня. Так как Аллах реален и в сущности благ, то таково и все остальное, созданное Им. Поскольку вся жизнь индивидуальна, каждый должен давать отчет за свои дела в жизни; ибо тот, кто сбивается с Пути, должен нести полную ответственность за свое отступничество после жизни, в день расплаты, или КИАМАТ.

Путь мира и праведности для человека определяется как посвященный: 1) Аллаху, или Богу; 2) НАМАЗУ, или молитве, предписываемой по крайней мере пять раз в день, будь то стоя, сидя, стоя на коленях или лежа (что означает постоянное воспоминание), которую можно выполнять в любом месте, расстелив молитвенный коврик (САДЖАДА) и повернувшись лицом к Мекке, одному общему центру поклонения для верных; 3) ЗАКААТУ, или жертвованию одной четверти своего дохода раз в год бедным и нуждающимся, чтобы все могли делиться друг с другом, как члены одной и той же человеческой семьи; 4) РОЗА, или посту во время месяца РАМАЗАН, чтобы верный мог знать, что такое голод, и научиться облегчать страдания голодного, а

также развивать духовную дисциплину, любовь к Богу и сострадание к своим собратьям; и наконец, 5) ХАДЖУ, или совершению паломничества в Мекку, Иерусалим верного, по крайней мере один раз за свою жизнь, в простой грубой одежде, как у всех, что делает равными богатого и бедного, по крайней мере на время.

Таково, вкратце, социальное учение ислама, задуманное для улучшения арабского общества. Но в Коране есть небольшое упоминание о духовных практиках самого Пророка, которые превратили простого погонщика верблюдов в Пророка-проповедника и государственного деятеля высокого уровня. Это снова напоминает о древней формуле, что есть какое-то знание, зная которое, все остальное становится известным, знание, вызывающее полное отождествление с центром Вселенной в состоянии МАРАКБА, или медитации. Мастера-Святые говорят нам, что практика в уединенной Гхар-и-Хира (пещере Хира) была не чем иным, как медитацией на Шугал-

и-Насири, или Звук, действующий как "сезам, откройся!" к Царству Аллаха. Шейх Мохд Акрам Сабри рассказывает нам, что Пророк практиковал общение с Аваз-и-мустким в течение пятнадцати лет, прежде чем он начал получать послания от Бога. Мы также узнаем, что Пророк совершил ШАКУЛ-КАМАР, т.е. он сломал луну надвое, оседлав молочно-белого боевого коня БАРК, что образно и буквально означает молнию. Это ясные указания на внутренние духовные опыты тех, кто путешествует по Пути Звукового Потока и знает, что он должен пересечь звезду и луну на своем духовном пути. Сегодня мы видим символические представления этого в звезде и полумесяце на мусульманских знаменах, монетах, почтовых марках и т.д. К тому же, появление луны в дни ИД всегда приветствуется с радостью, шумным одобрением, и везде люди мусульманской религии нетерпеливо ждут и наблюдают с крыш, чтобы увидеть восход новой луны на горизонте, мало зная о внутреннем смысле этого. Привязанные к Книге, они правильно называются КИТАБИ - люди Книги. Мухаммед может быть последним в линии Пророков, которые приходили, но Коран предписывает искать какого-нибудь посредника для контакта с Богом.

Кроме этих упоминаний, мы имеем неопровержимое свидетельство мусульманских мистиков, или СУФИ, которые в недвусмысленных словах высоко говорили о спасительной жизненной связи как о КАЛАМ-И-КАДИМ, БАНГ-И-ИЛАХИ, НИДА-И-АСМАНИ, САУТ-И-САРМАД - все это означает Абстрактный Звук (ИЗМ-И-АЗАМ), единый созидательный жизненный принцип во всей природе - КАЛЬМА, который создал 14 ТАБАК, или планов. К этому классу мистиков относятся Шамас Табриз, Маулана Руми, Хафиз Ширази, Абдул Разак Каши, Инаят Хан, Баба Фарид, Булле Шах, Шах Нияз, Хазрат Абдул Кадар, Хазрат Миан Мир, Хазрат Баху, Хазрат Низамуд-Дин и многие другие; все они практиковали СУЛТАН-УЛЬ-АЗКАР (высший Звуковой Принцип). ФУКРА-И-КАМИЛ, путешественники в области МАРФАТ, или истинной мудрости, минуют как ШАРИАТ, так и ТАРИКАТ, пути священного писания, а также ХАДИС, или традиции. Хазрат Инаят Хан в своей книге "Мистицизм Звука" говорит о творении как о "Музыке Бога" и рассказывает нам, что Саут-и-Сармад - это опьяняющий напиток из Сада Бога.

Все пространство, - говорит он, - наполнено Саут-и-Сармад, или Абстрактным Звуком. Вибрации этого звука слишком тонки, чтобы быть слышимыми или видимыми материальными ушами или глазами, так как глазам трудно видеть даже форму или цвет эфирных вибраций на внешнем плане. Именно Саут-и-Сармад слышал Мухаммед в пещере Хира, когда он потерялся в своем идеале. Коран называет это КУН-ФЕУ-КУН - "Будь и все стало". Именно этот звук слышал Моисей на КОХ-И-ТУР, или горе Синай, будучи в общении с Богом. То же самое Слово было слышимо Христу, когда Он был поглощен в Своем Небесном Отце в пустыне. Шива слышал тот же АНХАД-НААД в Гималаях. Флейта Кришны аллегорически символизирует тот же Звук. Этот Звук есть источник всего откровения Мастерам, которым оно открывается изнутри, и поэтому Они знают и учат одной и той же Истине, ибо именно в этой абстрактной реальности объединяются все благословленные Богом.

Этот Звук Абстрактного всегда продолжается внутри, вокруг и около человека. Те, кто способен слышать Его и медитировать на Него, освобождаются от всех беспокойств, забот, горестей, страхов и болезней, и душа освобождается из плена чувств и физического тела и становится частью Всепроницающего Сознания.

Этот Звук развивается через и в десяти различных аспектах из-за Его проявления через различные трубы тела (НАДИ), и звучит как гром, рев моря, звон колокольчиков, жужжание пчел, чириканье воробьев, вина, флейта, звук ШАНКХА (раковины), пока Он наконец не станет ХУ, самым священным из всех звуков, будь они от человека, птицы, зверя или вещей.

В одном из своих обращений Абду`л-Баха сказал:

"Мы должны благодарить Бога, что Он создал для нас как материальные блага, так и духовные дары. Он дал нам материальные дары и духовные милости: внешнее зрение, чтобы видеть свет солнца, и внутреннее видение, которым мы можем воспринимать Славу Бога. Он предназначил внешнее ухо для наслаждения мелодиями звука и внутреннее слышание для того, чтобы могли слышать Голос нашего Творца."

В "Скрытых Словах" Баха У`лла, святого-мистика из Персии, мы имеем:

О сын праха! Слушай мистический голос, зовущий из царства Невидимого... вверх из твоей тюрьмы, поднимись в великолепные луга наверху и из твоей смертной клетки направь свой полет в рай Не Имеющего Места.

Многие другие суфийские мистики пели подобно этому:

С небесной башни Бог зовет тебя домой.

Увы! Ты не слушаешь Божественный Зов,

Никто не знает дом Любимого,

Но наверняка перезвон колоколов идет оттуда.

Хваджа Хафиз

Поднимаясь над горизонтом, слушай Божественную Мелодию.

Пророк должен уделять внимание Ей, как любому другому делу.

Маулана Руми

О Боже, приведи меня туда, откуда течет невыразимый Кальма без слов.

Шах Нияз

Все повторяют Кальму словом уст,

Редкая душа может делать это языком мысли,

Тот, кто общается с ним ментально,

Едва ли может описать его словами.

Хазрат Баху

В "Тазкра-и-Гхаусия" (стр.332) Амир Хусро, великий поэт-мистик и известный ученый, дал описание десяти звуков, которые слышат внутри, и он прекрасно завершает следующими строками:

Таков действительно Небесный Оркестр, о Хусро;

именно в эти десять мелодий поглощен йог.

Со спокойными чувствами и успокоенным разумом,

так говорит Хусро;

с расцветом беспредельного звука внутри

все похоти плоти и смертные грехи отлетают.

Мастер тоже имеет Свой чудесный мир,

и Хусро теперь глубоко поглощен внутри себя.

Из приведенного выше совершенно ясно, что внутренний духовный опыт Звукового

Потока находится в пределах досягаемости человека при условии, что есть

компетентный Мастер, способный передать свой собственный жизненный импульс,

который может привести сознание человека к центру его существа и затем привести

в контакт со Светом и Звуком Бога с помощью открытия внутреннего глаза и

распечатывания внутреннего уха.

Следы этого можно теперь найти в КАВАЛИ, или внешней музыке, и в РАК, или танцах

со звенящими ножными браслетами, которыми занимаются некоторые мусульмане, чтобы

достичь ВАДЖД, состояния забвения, как средства к более высокому внутреннему

пути.

#### 6.4. Сикхизм

Сикхизм – самая молодая из мировых религий, прослеживающая свое происхождение от

Гуру Нанак, первого в последовательности десяти великих Гуру. Как другие веры,

он принял характер религии только в последующие времена. Его Мастера никогда не

претендовали на какую-либо новизну своих учений. Фактически, они особо

подчеркивали то, что их учения являются истинами, которым учили с незапамятных

времен. Чтобы подчеркнуть всеобщность духовного послания, Гуру Арджан Дэв (пятый

Гуру), составляя ШРИ АДИ ГРАНТХ, священное писание сикхов, собрал гимны и

отрывки из мистических писаний святых всех каст и верований, включая

мусульманина-ткача Кабира, джата (крестьянина) Дханну, сапожника Рави Даса,

мясника Садну и других.

Сикхские священные писания занимают уникальное положение в религиозной истории.

Они представляют не только намеренную попытку показать единство всех религий, но

и составлены на языке, который является еще живым, а не делом прошлого. Поэтому

они не потеряли ничего из своей первоизданной свежести и не похоронены полностью



в дебрях теологического истолкования. Они написаны, в основном, в форме религиозной лирики, и их привлекательность не только в описании. Они говорят о человеке в целом, поют о его проблемах, его слабостях, тщетности мира и вечности Абсолюта, призывая его ко все большим и большим усилиям в направлении к его Божественному Дому. Язык, используемый ими, поддается сжатости, свободно обходясь без союзов, этим давая возможность своим поэтическим и музыкальным элементам быть использованными с огромным эффектом. Ищущая философия и глубокая метафизика присущи каждой фразе, тем не менее эти произведения говорят прямо с сердцами людей, на языке, которым они пользуются, их значения неистощимы, и это оставляет отпечаток на всем.

Более того, сикхская вера, появившаяся из учений не одного, а непрерывного ряда великих Мастеров, раскрывает почти каждый важный аспект духовного поиска человека. Если Будда подчеркивал необходимость непривязанности и умеренности, Христос – любви, то сикхские учения преуспели в подчеркивании всех граней. Кроме того, будучи сравнительно недавнего происхождения, записи о личной жизни десяти великих Гуру сохранились, и мы много знаем об их путешествиях и действиях. Ничего подобного неизвестно о Мастерах-душах, давших индуизму его Упанишады. Они говорят, как отдаленные голоса, доходящие до нас из далекого мифического прошлого.

Внутренний путь – это путь практический, и человеку нужна не только философия, но и демонстрация чьей-то жизни, которая иллюстрирует ее. Читаем ли мы о смирении Нанак, ходившего пешком с места на место, неся духовный факел, или о Гобинд Сингхе, последнем из десяти Гуру, ездившем верхом с одного конца страны в другой, организуя своих последователей в братство, которое смогло встретить силу силой и успешно сопротивляться угрозе физического истребления фанатичным императором Аурангзебом, мы понимаем снова и снова, что жизнь Бога – это внутреннее совершенство, образ существования, самоосуществление, и она не должна смешиваться с интеллектуальной философией или метафизическими загадками. Тот, кто завоевал такую духовную свободу, не может быть затронут или запятнан внешним действием, ибо Он сделал Волю Бога своей собственной и не делал ничего сам. И поэтому, ведя своих воинов воевать с моголами, Гуру Гобинд Сингх все же мог петь:

Сач Кахун, сун лейо сабхай  
Джин прем кийо, тин же Прабх пайо.

Истинно, истинно Я говорю вам,  
Те, кто любил, нашли Бога.

Попытаться изложить мистическое послание великих сикхских Гуру означало бы повторить большую часть того, что уже сказано в предыдущей главе. Ибо учения Нанак и Кабира (его современника) представляют окончательное развитие мистицизма внутреннего видения и слышания в Путь Сурат Шабд Йоги. Оба великих Мастера, один был первым в линии сикхских Гуру, а второй – ткачом из Варанаси (прежде Бенарес), были неутомимы в подчеркивании неэффективности внешнего ритуала, интеллектуального умствования и йоговского аскетизма:

Сант мата кучх аур хаи Чхадо чатураи  
Путь Мастеров отличен,  
Оставь свои интеллектуальные тонкости.

Кабир

Невозможно понять Его размышлением,  
Даже если размышлять веками.  
Невозможно достичь внутреннего покоя внешним молчанием,  
Даже если сидеть немьм веками.  
Невозможно ни купить удовлетворенность  
за все богатства мира,  
Ни достичь Его всей изобретательностью разума.

Нанак

Оба святых порицали кастовые различия и одинаково подчеркивали единство всей жизни, единство духа, который поддерживает все, они неоднократно заявляли, что высший и самый достижимый метод единения с Богом пролегает через путь НААМ, или ШАБД. В самом деле, никакие священные писания не настаивают так на всепроникающей способности Слова, как писания сикхов или Кабира, подборка которых, как уже упоминалось, была включена Гуру Арджан Дэвом в Шри Ади Грантх. Внутренний свет, АНТАР ДЖОТ, и внутренняя музыка, ПАНЧ ШАБД или Слово из пяти мелодий, музыка которого беспредельна (АНХАД БАНИ), являются повторяющейся темой почти во всех произведениях, содержащихся в Грантх Сахиб.

ДЖАП ДЖИ Гуру Нанак, которое фигурирует как пролог к Грант Сахиб, может послужить иллюстрацией духовных богатств, содержащихся в сикхских священных писаниях. Это чудесное лирическое произведение, замечательное своей поэтической красотой и даже больше – Божественными высотами, которых оно достигает. Оно открывается рассуждением о природе Абсолютной Реальности как отличной от феноменальной:

Есть Одна Реальность, Непроявленный Проявившийся;  
Всегда существующий, Он есть Наам (Сознательный Дух);  
Создатель, проникающий во все;  
Без страха, без враждебности;  
Вневременной, Нерожденный и Самосуший,  
Совершенный в Себе.

Пролог

Эта Реальность находится за пределами человеческого рассудка и понимания:  
Невозможно понять Его рассудком,  
Даже если рассуждать веками.

Станса 1

И все же Его можно достичь, и путь, ведущий к Нему – единственный:  
Есть Путь, о Нанак: сделать Его Волю нашей собственной,  
Его Волю, которая уже выполняется в нашем существовании.

Станса 1

Это нечто, что находится не вне нас, а внутри; это часть нашего существа, сама наша сущность, и все, что нужно – это настроиться на Него, так как быть настроенным на Него означает быть свободным от рабства эго и, следовательно, майи:

Все существует по Его Воле;  
И ничто не стоит вовне;  
Настроенный на Его Волю, о Нанак,  
Полностью свободен от эго.

Станса 2

Как можно настроиться на Божественную Волю? Ответ дается в самом начале:  
Через благосклонность Его истинного слуги, Гуру,  
Он может быть познан.

Эта тема рассматривается в Стансе 16 более детально:

Святой (персонифицированное Слово) принимается  
При Его Дворе и является главным избранником в нем;  
Святой украшает порог Бога и почитается даже королями;  
Святой живет Единым Словом и медитирует на Него.

Дар истинного Мастера – это дар Наама, в котором Он Сам – адепт. Это Слово есть проявление Воли Бога и Его Владычества, и Оно находится в сердце всех Его созданий:

По одному Слову Его это обширное творение зацвело к бытию,  
И тысячи потоков жизни возникли к существованию.

Станса 16

Путь к единению с Волей Бога проходит через настроенность на Слово:  
Общаясь со Словом, становишься обителем всех добродетелей;  
Общаясь со Словом, становишься шейхом, пиром и истинным  
духовным царем;  
Общаясь со Словом, духовно слепые находят свой путь  
к Реализации;  
Общаясь со Словом, пересекают Безграничный Океан иллюзорной материи;  
О Нанак! Преданные Ему живут в постоянном экстазе,  
так как Слово смывает весь грех и горе.

Станса 11

Именно поэтому Нанак заявляет:  
Возвышен Господь и возвышенна Его Обитель;  
Еще более возвышенно Его Святое Слово.

Станса 24

Описав природу Абсолюта и путь, ведущий к слиянию с Ним, Нанак продолжает рассказывать нам о том, что требуется для успешного продолжения путешествия. Необязательно, заключает он, превращаться во внешнего саньясина; все, что нужно сделать – быть саньясином в духе, обходясь без внешних форм, и вместо этого внедрять внутренние добродетели:  
Пусть удовлетворенность будет твоими серьгами,

стремление к Божественному и уважение к высшему "Я" -  
твоей котомкой, а постоянная медитация на Него - твоим пеплом,  
пусть готовность к смерти будет твоим плащом,  
и пусть твоё тело будет, как целомудренная дева.  
Пусть учение твоего Мастера будет твоим посохом.  
Высшая Религия - подняться к Всеобщему Братству  
И считать все создания равными себе.  
Победи свой разум, так как победа над собой  
Это победа над миром.

Приветствие, приветствие Ему одному,  
Изначальному, Чистому, Вечному,  
Бессмертному и Неименному во все века.

Станса 28

Наконец, в заключительных разделах Джаяп Джи Гуру Нанак дает нам общую  
перспективу паломничества духа. Первое царство, над которым нужно подняться -  
план ДХАРМ КХАНД - Царство Действия, или мир добрых и злых деяний, каким мы  
знаем его. Следующим идет ГЪЯН КХАНД, или Царство Знания, первое из внутренних  
Небес, полное богов и полубогов:

Бесчисленны его элементы, воздух, вода и огонь,  
И бесчисленны Кришны и Шивы, и бесчисленны Брахмы,  
Придающие форму различным творениям  
Бесчисленных форм и оттенков.  
Бесчисленны Поля Действия, бесчисленны золотые горы...  
Бесчисленны источники творения, бесчисленны гармонии,  
Бесчисленны слушающие их, и бесчисленны последователи Слова,  
Бесконечно и нескончаемо, о Нанак, это царство!

Станса 35

Если правящей силой этой сферы является знание, то в следующей, САРМ КХАНД, или  
Царстве Блаженства, ею является экстаз. Этот план - за пределами описания, и кто  
бы ни пытался описать его, должен пожалеть о своей глупости. В нем, наконец,  
душа освобождается от своих ментальных придатков и окончательно становится самой  
собой:

В нем разум, рассудок и понимание испаряются,  
"Я" становится самим собой,  
И развивается пронизательность богов и мудрецов.

Станса 36

Но "еще выше" находится КАРМ КХАНД, Царство Милости - милости, заработанной с  
помощью праведного действия и медитации:

Здесь Слово есть все во всем, и ничто иное не преобладает,  
Здесь пребывают храбрейшие из храбрых, победители разума,  
Напитанные Божественной Любовью...  
Все сердца наполнены Богом, они живут  
За пределами досягаемости смерти и иллюзии.

Станса 37

Это царство, где душа, наконец, избавляется от суеты относительности: оковы  
времени, смерти и изменения больше не воздействуют на нее. Но хотя она пребывает  
в постоянном присутствии Господа, она может двигаться еще дальше, чтобы слиться  
с Его Бесформенным Состоянием:

Сач Кханд, или Царство Истины,  
Есть место Бесформенного,  
Здесь Он создает все творения, радуясь в творении,  
Здесь много сфер, небесных систем и вселенных,  
Считать которые - значит считать бесчисленное.  
Здесь из Бесформенного небесные плато и все иное  
приходит в форму,  
Всему суждено двигаться согласно Его Воле.  
Тот, кто благословлен этим видением,  
Радуется в созерцании этого.  
Но, о Нанак, такова Его красота, что пытаться описать ее -  
Значит пытаться сделать невозможное.

Станса 37

Мир будет продолжать катиться по рельсам добрых и злых деяний, зажатый в  
пределах Кармы, но:  
Для тех, кто общался со Словом, окончатся их труды.

Их лица сиять будут славой, спасенье получают они.  
И многие с ними, о Нанак, найдут свободу свою.

Финал

Таким было возвышенное послание не только Гуру Нанак, но также Его преемников. Их слово пламенело, как летний огонь на равнинах Пенджаба, сметая все ложные кастовые различия, созданные упадочным брахманизмом. В то время, когда религиозный фанатизм между индусами и правящими мусульманами возрастал, оно продемонстрировало единство всех истинных религий, очищая индуизм от его раболепства перед внешним ритуалом и ставя перед исламом более высокий внутренний идеал, забытый им во внешних именах и формах. Не случайно, что суфийская традиция и сикхское религиозное движение расцвели в одно и то же время. В самом деле, история во многих случаях намекает на активное сотрудничество между ними. Некоторые из сикхских Гуру, особенно Гуру Нанак и Гуру Гобинд Сингх, а также их последователи, такие как Бхаи Нанд Лал, владели персидским языком и оставили изысканные сочинения на этом языке. Гуру Нанак, говорят, путешествовал в Мекку и, как и Его последователи, имел много учеников-мусульман; а суфи-мистики вроде Хазрат Миан Мира были в хороших отношениях с Гуру Арджаном. И суфи, и сикхские Мастера не были привязаны к догме и учили уроку всеобщего братства. Они воздействовали друг на друга, и важно то, что Сурад Шабд Йоге, или Йоге Звукового Потока, уделяется равное внимание и в писаниях величайших суфи и в сикхских священных писаниях – факт, резюмированный Инаят Ханом в уже процитированном отрывке из его книги "Мистицизм Звука." Но учения всех великих Мастеров имеют тенденцию сводиться к религиям после того, как они оставляют этот мир. Учения сикхских Гуру не были исключением из правила. Хотя они еще оказывают глубоко возвышающее влияние на массы, они больше не побуждают их к мистическим усилиям, как когда-то они должны были делать. То, что когда-то искалось, чтобы подняться над всеми религиозными перегородками, само стало религией. То, что стремилось жестоко критиковать касту и упор на касту, постепенно развило определенное кастовое сознание. То, что стремилось прорваться через все внешние формы и ритуалы, разработало форму и свой собственный ритуал. В каждой религиозной церемонии люди слышат пение стихов, воспевающих красоты внутри:  
Все знания и медитация исходят из Дхун (Звукового Принципа),  
Но что Это такое, не поддается определению.

Гуру Нанак

Истинное Бани (Слово) дается через Гуру  
И реверберирует в Сукхмана.

Гуру Арджан

Не извлеченная ударом Музыка  
Слышна по Милости Богочеловека,  
Но немного тех, кто общается с ней.

Гуру Нанак

Совершенна Анхад Бани (Беспредельная Песнь),  
И ключ к ней находится у Святых.

Гуру Арджан

И все же эти стихи поются без внимания или понимания глубокого духовного смысла, скрытого в них.

## 7. НЕКОТОРЫЕ СОВРЕМЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ

Первым воздействием науки на Западе, кажется, был подрыв религии. Христианство, развившись в сложный и жесткий институт с догматическими рамками, было не в состоянии приспособиться к требованиям, предъявляемым новым знанием, имеющимся у науки. Результат был неизбежен: любое столкновение между ними оставляло религию потрясенной, а науку – укрепившей свои позиции. Однако, как мы уже говорили в предыдущей главе, физические науки сами по себе не могут объяснить жизнь полностью или даже адекватно. Хотя внешние науки сказали свое слово, определенные неизвестные проблемы бытия продолжают озадачивать и смущать разум человека. В прошлом веке наблюдалось появление многих движений, которые стремились тем или иным способом указать на внутреннюю жизнь, которую наука, по крайней мере до некоторой степени, стремилась не принимать в расчет. Современная Индия была местом рождения многих религиозных движений, но по большей части они были способом возрождения того, что уже знали древние, будь то ведантизм Шри Рамакришны, Шри Ауробиндо или Рамана Махарши, или, как мы уже довольно подробно рассмотрели, различные индийские йоговские системы. Однако, может быть плодотворным мельком взглянуть на некоторые из движений,

преобладающих на Западе, движений, которые часто приближаются к восточным традициям и подвергаются их воздействию.

#### 7.1. Розенкрейцерство, теософия и движение "Я есть"

Даже когда христианство имело неоспоримую власть в Европе, некоторые неортодоксальные школы мистицизма процветали в узком кругу наряду с ним. Розенкрейцерство было одним из самых первых. Однако, они оставались тайными обществами, на которые широкая публика смотрела с подозрением. Но когда официальное христианство начало терпеть поражение от науки, они внезапно приобрели важность, которой никогда не имели прежде.

Люди, вера которых в христианство была поколеблена Дарвином и Хаксли, но которые не могли принять механистический взгляд на Вселенную, обратились к этим обществам в надежде прийти к более удовлетворяющему объяснению жизни. Многие приняли догматы розенкрейцерства, а другие, ища свое вдохновение у Востока, основали теософское движение. Третьи, утверждавшие, что ими руководит Сен-Жермен, разработали то, что называется Обществом "Я есть".

Эти движения не объявляли себя религиозными в традиционном смысле, хотя они даже имели свои собственные кодексы. Они являются скорее оккультными обществами, разделяющими общую веру, что человеческая жизнь руководится и направляется невидимыми космическими существами, или Мистическими Братствами. Эти Существа нельзя встретить непосредственно в этом физическом мире; они живут или в далеких горных цитаделях, или работают с плана, который выше, чем земной.

Однако, можно верой в них и следованием особой дисциплине предаться их влиянию и получить от этого пользу. Хотя все они предполагают, тем или иным образом, единство жизни в ее основе, на практике они, кажется, касаются только его бахромы. Самое большее, что ученик может надеяться сделать, это вступить в непосредственный контакт с одним из Космических Существ; но то состояние, в котором душа становится единой с Источником Времени и Вневременным, о котором говорили великие Мастера, редко трактуется как практическая возможность.

Кроме того, так как ищешь руководства не от такого же человеческого существа, как ты сам, которое реализовало Бесконечное, а от фантастических существ, которых можно никогда не встретить, также отсутствует детальная инструкция и руководство шаг за шагом в каждой области жизни, что является важной чертой Сурат Шабд Йоги. Однако, каждое движение своим собственным путем стремится продвинуть человеческую эволюцию на шаг дальше, и предпринятый шаг определенно не плох. Так, мадам Блаватская, описывая в "Голосе Безмолвия" внутренний Звук, говорит о довольно продвинутом мистическом опыте:

"Первый – сладкий голос соловья, поющего песнь разлуки своей подруге. Второй приходит, как звук серебряных цимбал Дхиани, пробуждающих мерцающую звезду. Следующий – стенающие мелодии океанского духа, заключенного в своей раковине. За ним следует песнь вины. Пятый, как звук бамбуковой флейты, визжит в ушах. Он сменяется победным звуком духового инструмента. Последний вибрирует, как слабое громохание грозных туч."

#### 7.2. Христианская Наука и Субуд

Христианская Наука – еще одно неортодоксальное западное движение, но оно отличается от тех, которые мы уже упоминали, изменением акцента. Хотя оно предполагает мистическую основу, все же на практике оно не очень заботится об этом. Оно стремится по-своему истолковать жизнь Христа, фокусируя свое внимание просто на чудесах, совершенных Им.

Оно утверждает, что Бог, или Истина, благ, и что все зло и болезни – лишь результат потери контакта с этой Внутренней Силой. Тот, кто может быть приведен в контакт с ней, может быть излечен от всякой болезни, и Христианская Наука стремится концентрировать свое внимание на этой цели. В результате она стала больше учением о здоровье, чем о духовной эволюции, и не всегда легко провести границу между целительством путем самовнушения и гипнотического внушения и целительством через посредство силы Истины (как заявляет Христианская Наука). Многие даже сомневались в природе мотивов ее основателя, г-жи Мэри Бейкер Эдди. Но одно может быть несомненно – что даже если исцеления, совершенные Христианской Наукой, идут из духовного источника, исполнители не владеют этим сознательно и не находятся в непосредственном и сознательном контакте с высшей силой, а действуют как ее бессознательные инструменты.

Хотя было бы поспешным ставить в один ряд с Христианской Наукой СУБУД, или СОШИЭЛЬ БОДХИ ДХАРМ, который основал индонезийский учитель-мистик Пак Субех, ставший сейчас международным движением, все же можно с некоторой справедливостью отметить сходную тенденцию. Мистическая основа в практике Субуд намного важнее,

чем в Христианской Науке, но все-таки направлена к той же цели. Он стремится, с помощью следования определенному курсу упражнений под названием ЛАТИХАН, привести своих последователей в контакт со скрытыми психическими силами. Это, видимо, не повышает сознание непосредственно, но обогащает его косвенно через увеличение сил интуиции.

Глядя на опыты Мохаммада Рауфе или Джона Беннетта понимаешь, что в практике Субуд человек может служить медиумом для более высоких духовных сил, исцеляя людей от болезней, не становясь сознательным сотрудником. В результате, вместо прогрессирования к все более и более высоким планам сознания, вплоть до слияния с Бесконечным, стремятся развить пассивную восприимчивость к психическим силам, которые не обязательно могут быть более высокого типа. Многие ученики во время Латихан копируют странные опыты животных или птиц – большая разница с Нирвикальп Самадхи или Сехадж Самадхи, о котором говорят величайшие мистики.

### 7.3. Спиритизм и спиритуализм

Наконец, не менее важно то, что мы должны отличать духовность от спиритизма и спиритуализма, так как духовность совершенно отлична от них обоих. Спиритизм вселяет веру в существование развоплощенных духов отдельно от материи, которые, как верят те, кто верит в спиритизм, пребывают либо в нижних областях как привидения или злые духи, либо даже как ангелы или добрые духи в нижних астральных сферах. Временами они даже интересуются индивидуальными человеческими делами и для исполнения долго лелеянных, но неисполненных желаний, пытаются искать удовлетворения в трюках всех видов; и те, кто поверхностно занимается черной магией, проповедует и обучает развивать власть над ними с помощью магических заклинаний. Но ни один из учеников Мастера не должен беспокоиться о них, поскольку ни одно дурное влияние не может приблизиться к тому, кто находится в общении со Святым Словом, так как сказано:

Великий Ангел Смерти – непобедимый враг, но он тоже боится приблизиться к тому, кто общается со Словом.

Он улетает далеко прочь от мелодий Божественной Гармонии, чтобы не пасть жертвой Гнева Господнего.

Спиритуализм идет на шаг дальше спиритизма. Это вера в сохранение человеческой индивидуальности после физической смерти и возможность коммуникации между живым и мертвым. Сторонники спиритуализма часто проводят сеансы установления коммуникаций с так называемыми духами. Их способ работы – медиумизм, так как они работают через какого-нибудь посредника – может быть, планшеты для записи на ней, стука по столу или даже человеческого существа, которое делается бессознательным, чтобы вызванный дух мог использовать его тело и общаться через него. Эта связь обычно действует между физическим, или земным планом, и низшими субастральными планами, известными как магнетические поля.

Результаты, которые следуют из таких коммуникаций, очень ограничены, по большей части ненадежны и крайне вредны для медиума, который страдает от ужасного ущерба, временами лишаясь своего рассудка. Поэтому Мастера духовности очень осуждают практику спиритуализма. Их контакт и связь с духовными сферами, вплоть до Дома Господа (Сач Кханда), являются непосредственными, они приходят и уходят по своей доброй воле и удовольствию, без какого-либо позволения или препятствия, и поэтому независимые от субъективного процесса медиумизма.

В то время как их подход – совершенно нормальный, естественный, непосредственный и конструктивный, спиритуалист, с другой стороны, работает субъективно, косвенно и опосредованно, с помощью процесса, чреватого опасностями и риском как для себя, так и для медиума. Спиритуализм, кроме знания о выживании духов после смерти, мало добавляет нашему опыту и не дает ничего существенного на пути духовности.

### 7.4. Гипноз и месмеризм

Упомянутое выше равно применимо к гипнозу и месмеризму, в которых человек с более сильной волей пытается влиять на более слабых пассами рук или жестами, соединенными с концентрированным на субъекте вниманием. При определенных болезнях, вроде истерии и т.д., некоторые врачи тоже используют эти процессы и способны временно излечить и облегчить боли, от которых они не могут найти подходящее лекарство.

Духовность, напротив, является наукой души и, следовательно, имеет дело со всеми аспектами души – где она пребывает в человеческом теле, какова ее связь с телом и разумом, как она внешне действует и реагирует через чувства и на них, какова ее реальная природа и как ее можно отделить от всех ее ограничивающих приращков.

Она описывает духовный путь с его богатством духовных планов и подпланов, духовные силы и возможности, и присущую им ценность. Духовность раскрывает, что такое Святое Слово и как контактировать с Ним, рассказывает нам, что конечная цель – самореализация и реализация Бога, или единение души со Сверхдушой, и учит тому, как этого можно достичь посредством Сурат Шабд Йоги, или Пути Звукового Потока, как описано выше.

#### 8. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Предшествующий краткий обзор основных религий мира и некоторых из их современных ответвлений делает совершенно ясным общее движение к определенному общему базису всех верований:

- а) что физическая вселенная – не более чем малая часть намного большего целого;
- б) что, подобным же образом, наше повседневное человеческое существование – только фрагмент обширной и сложной структуры жизни;
- в) что за феноменальным, физическим и человеческим миром существует Абсолютная Реальность, или состояние Совершенного Бытия, не подверженное изменениям или разрушению, совершенное в Себе, которое ответственно за все существующее и все же находится над и выше Своего творения;
- г) что эта Реальность, это состояние Совершенного Бытия может быть достигнуто человеком (под компетентным руководством) через посредство Слова, или Божественного Потока, излучающего Свет и Гармонию, которые представляют собой первичные проявления Бесформенного в Форму, и из которого, по мере его спускания вниз, возникли все планы и сферы.

Если весь религиозный опыт ведет в одном и том же направлении, почему, спрашивается, существует столько конфликтов и споров в сфере религии? Почему последователи каждой веры считают только свою истинной, а все остальные ложными? Зачем тогда догматическая вера в духовную монополию и отсюда Крестовые походы, резня в Варфоломеевскую ночь, испанская инквизиция и общинные мятежи в Индии в 1947 году? Вопрос справедлив, и причины, которые должны привести к ответу на него, многочисленны и сложны.

Первое, что поражает, когда берешься за сравнительное изучение религии – это ее существование на различных уровнях. В ядре каждой большой религии находится практический мистический опыт какого-то великого мудреца или последовательного ряда мудрецов. Вокруг этого центра накапливаются наслоения социальных кодексов, обычаев и ритуалов. Далее, это ядро может быть общим для мистиков различных веков и стран, но социальный контекст, в котором опыт получен и передан, должен по необходимости меняться.

На Западе оголяют голову в знак уважения, а на Востоке покрывают ее. Индусы, живя в стране со множеством рек и изобилием воды, купаются перед молитвами, а их мусульманские братья, пришедшие из пустынь Аравии, удовлетворяются сухой ванной из песка. Европейец, живя в более холодных областях, не чувствует ни одного из этих побуждений. Такие различия обычаев простираются также на другие сферы. Многоженство может быть законно для мусульманина, но это грех для католика. Идолопоклонство может быть совершенно позволительно в индуизме, но ненавистно пуританам.

Это факт, что все религиозные лидеры подчеркивали необходимость поддержания высоких этических стандартов, но их этика никогда не была абсолютной природы. Они учитывали общественные условия, существовавшие среди людей в те времена, когда они приходили, и пытались поднять их до высшей возможной точки, стремясь не столько к стандартизации внешних обычаев, сколько к внутренней чистоте сердца и доброй воле по отношению к своим человеческим и нечеловеческим братьям. Ближайшие слушатели Иисуса не смогли оценить истину Его утверждения, что Он пришел не "нарушить" закон, но "исполнить"; и все же, если Моисей провозглашал заповедь "Око за око и зуб за зуб", то Христос учил своих учеников любить своих врагов и подставлять правую щеку, когда ударят по левой. Моисей говорил согласно условиям своего времени, а Иисус – согласно своего, поэтому этика христианства отличается от этики иудаизма, пусть даже это расширение старой веры. Вследствие факторов, начавших действовать при развитии религии как социального института, мы находим, что каждая религия создает вокруг себя определенный шаблон обычаев, догм и ритуалов. Этот шаблон различен в каждом случае, поэтому последователи каждой веры должны обязательно чувствовать себя обособленными от последователей других вер не только по их одежде и манерам, но также по их стилю социальных понятий и отношений. Однако, жизнь всех великих религиозных лидеров, подобных Иисусу и Будде, показывает, что каждый из них принимал и расширял кодекс своего народа, тем не менее они никогда не забывали, что все люди –

братья, и обращались с членами других обществ с тем же уважением и предупредительностью, какое они оказывали людям своего собственного. За различающимися внешними формами, которые характеризуют жизнь, они видели одно и то же пульсирующее Единство Бытия, и именно с этого уровня они рассматривали все человечество.

То, что было возможно для великих основателей религий, должно быть возможно для тех, кто заявляет, что следует им. Но когда мы смотрим на вещи как они есть, мы находим, что эта возможность взаимосвязи, сотрудничества и понимания между различными верами редко, если вообще когда-либо была реализована. Мистик вроде Шри Рамакришны мог практически продемонстрировать внутреннее единство всех религий\*, но остальные из нас не могут понять этого. Факт тот, что каждая большая мировая религия после ухода ее основателя переросла в учреждение с духовенством для управления ее делами: пандиты в Индии, муллы и маулви в исламе, фарисеи и раввины в иудаизме и монахи и епископы в христианстве. Это развитие сделало возможным распространение послания великих основателей массам, которых они бы никогда не смогли наставлять сами. Будда лично встретил и повлиял на многих людей, но каково было их число по сравнению с миллионами, услышавшими учение Дхармы, когда Ашока создал различные сангхи, или ордена буддийских монахов, через два столетия после его смерти? Кроме того, это дало возможность увековечить его послания в течение веков. Будда пришел и ушел, Иисуса можно было распять на кресте, но сангха и церковь продолжают существовать и поддерживают их учения живыми и широко распространенными, что не могло бы быть сделано без образования таких учреждений.

Но если институализация учений великих духовных лидеров дала возможность их распространения и увековечения, она также привела к их трансформации. Послание Христа или Будды, каким оно было впервые провозглашено каждым из них – это одно, а в руках церкви и сангхи, которые последовали, оно стало другим. Великие религиозные лидеры были ведомы и движимы личным внутренним опытом, и именно эта действительность лежит в основе их учений. Они видели ее как нечто всеобщее, нечто скрытое в каждом человеке, и именно на это они направляли внимание своих учеников, используя этический прогресс как рычаг для духовного прогресса. Когда их задача после их смерти была принята быстро увеличивающимися организациями, которые стали со временем более сложными, нельзя было ожидать, что все их члены достигнут тех же высот или даже увидят мельком внутренние мистические царства. Тогда неудивительно, что с ростом церкви и подобных ей интерес в каждой религии имел тенденцию сместиться с мистического на этическое, ритуальное и доктринальное; короче, со всеобщего на частное.

Только редкая душа может проникнуть сквозь темную пелену внутри, но на каждое такое существо будет миллион, даже миллиард тех, кто может обсуждать проблемы этики, практиковать внешние церемонии и иметь определенные мнения на различные темы, мнения, не вдохновленные или проверенные личным опытом, а подобранные на базаре жизни.

И поэтому, несмотря на то, что мы не находим жестких рамок ритуала или доктрины, или внешнего кодекса в учениях самого Иисуса – все текуче и гибко, в состоянии готовности быть направленным на служение мистическому посланию – такие жесткие рамки появились с ростом христианской церкви. Когда произошло это изменение, возникли новые барьеры между последователями Иисуса и других вер, барьеры, никогда не существовавшие прежде.

Как будто этого было недостаточно, возникновение духовенства заработало в еще одном направлении. Церковь, в фазе ее роста, в большинстве случаев должна была бороться с большими разногласиями, так как все новое обычно встречается сильным сопротивлением. Она могла даровать только крест опасности и лишения, а не розу процветания. Те, кто вступал в нее, делали это ради своих убеждений, не из любви к власти. Но когда церковь была принята, она начала оказывать большое влияние на людей. Они приносили ей дары и титулы, и сделали ее решающим арбитром не только в духовных делах, но и в мирских тоже.

Так начался процесс, при котором духовенство повернулось от внутренней жизни к внешней, от самопожертвования – к мирской власти. Чтобы сохранить свое положение, церковь поощряла рост доктрин и традиций, которые усиливали монополию ее власти. Чтобы укрепиться, она создала ореол вокруг алтаря, которому она служила, и порицала алтари, которые не были в ее подчинении. Если самозванные слуги Иеговы или божества с каким-нибудь другим именем должны были сохранять и увеличивать свое положение и власть, то было необходимо, чтобы все боги филистимлян или язычников были порицаемы.



Эти факторы, рассмотренные нами, действуют в каждой области человеческой деятельности. Историк тоже очень хорошо знает судьбу каждого нового движения, религиозного или светского по характеру. Оно возникает в человеке предвидения, подвергается быстрому распространению в руках тех, кого вдохновил его личный пример, а затем вступает в процесс постепенного старения и упадка. Падение от пульсирующего видения до механической догмы – это особенность не только религии, но все же существуют определенные признаки в религии, которые не встречаются где-либо еще.

Эти уникальные проблемы возникают в результате мистического опыта в основе каждой великой религии. Мистический опыт, как мы видели, простирается до планов существования, к которым обычно человеческие существа не имеют доступа. Только горстка, даже еще меньше, может заявить об обладании им в любом веке. Этот опыт уникален по характеру, так как он обладает богатством, обширностью, интенсивностью и красотой, не находящими параллели в земной жизни. Но мы на этом земном плане можем понять его значение только в пределах ограничений нашего земного опыта. Мистику остается, если он желает сообщить нам что-то из своего уникального опыта (не просто кончая молчанием или негативными утверждениями ведантиста или Иоанна Крестителя), поневоле обратиться к метафоре и притче.

В "Маснави" Мауланы Руми нам говорится:

Негоже, чтобы я говорил тебе больше,  
так как ложе ручья не может вместить море.

Иисус совершенно ясно высказался по этому вопросу, когда говорил своим ближайшим ученикам (которым Он мог прямо сообщить личный внутренний опыт):

Вам дано знать тайны Царствия Небесного, а им не дано;

Потому говорю им притчами, что они видя не видят,  
и слыша не слышат, и не разумеют.

Матфей, 13:11,13

В то время как прямое утверждение имеет тенденцию быть ограниченным анализируемыми качествами объекта, образное утверждение не страдает от такого препятствия. Поэты описывали свою любовь к женщине в терминах розы, звезды, мелодии, пламени, луны и т.д. Мистики использовали подобный прием, говоря о своей любви к Богу. Но в то время как слушатели поэта, говорящего о человеческой любви, всегда осознают, что он использует метафоры, хорошо зная что такое женщина, слушающие мистика не имеют такого сравнения и часто склонны забывать, что то, что он говорит, это только образное выражение. Поэтому утверждения человека духовного видения часто принимаются буквально, когда они предназначены быть только метафорами, и как метафоры, когда они должны пониматься буквально. Так, когда Иисус или Мухаммед заявляли, что Они – сыновья Бога, или Мессии, как говорили все великие души, слившие свою волю с Божественной Волей, это понималось буквально: что каждый из Них – единственный Сын Всемогущего. Или еще, когда Иисус, говоря не о своей способности как конечной личности, а о способности Вечного Божественного Принципа, который Он воплощал, сказал: "Не оставлю тебя и не покину тебя", "Я с вами во все дни до скончания века", Его понимали буквально. Поэтому искать духовного руководства от живого Учителя, после того как Иисуса больше не было, стало признаком неверия и поэтому считалось ересью. Но когда Иисус совершенно буквально говорил о "едином оке" или о Боге как "Свете", Его понимали как образно говорящего о целостности сознания и свете разума.

Тогда неудивительно, что если каждое утверждение понимается так, или вернее, понимается неправильно, то должны появляться смысловые значения, которые мудрец даже не подразумевал, и во имя его должны проповедоваться догмы и доктрины, имеющие мало связи со всеобщими внутренними опытами, вдохновлявшими его. Поэтому возникли различия между учениями одной веры и другой, которые никогда не предполагались их основателями. Более того, внутренние царства так обширны и разнообразны, что ни один мистик никогда не мог надеяться указать все аспекты внутренней панорамы. В лучшем случае, он может намекнуть на некоторые ее места, и это могут быть не точно те же части, о которых говорили другие, в результате чего читатель, сам не имеющий прямого доступа к внутренним царствам, может усмотреть определенные несоответствия между писаниями того и другого мистика, фактически не существующие.

Далее, не все мистики достигают высшей духовной цели. Лишь немногие могут прорваться сквозь пелену внутренней тьмы в полной мере, и из них большинство никогда не достигает плана выше первого внутреннего духовного плана. Из тех, кто смог пройти дальше, большая часть никогда не пересекает второй план и т.п.

Теперь, каждый из планов имеет свои особенности и характеристики, и в то время как более высокие планы вмещают и поддерживают более низкие, обитатели более низких планов редко осознают существование более высоких. Каждый план по сравнению с предыдущим кажется самым совершенством; и каждый мистик, говоривший о своем божественном опыте, описывал его так, будто это конечная цель духовного прогресса. Неизбежный результат этого таков, что мы встречаем описания Абсолюта, которые, после допущения различий в образных выражениях, не могут быть согласованы.

Иисус говорит о Божественном в Его отцовском аспекте, Шри Рамакришна - в материнском. Мистики Санкхьи говорят о Боге, Пракрити и Атмане как навсегда изолированных; Рамануджа - как о связанных, но никогда не сливающихся в одно; а Шанкара видит их как одну и ту же сущность, а их отдельность - не реальностью, а лишь иллюзией. Все это означает массу путаницы для обычного читателя. Но когда он встретит того, кто достиг высшего плана и знаком с опытом каждого из внутренних планов, тогда все противоречия исчезнут, так как такой может продемонстрировать, что хотя шесть слепых сделали противоречивые на вид замечания о природе слона, они все могут быть в конце концов согласованы тем, кто смог увидеть всего слона в целом.

В этом контексте, учение Сурад Шабд Йоги приобретает еще одно значение. Мы уже видели довольно подробно, что она излагает самые быстрые, самые практические и самые научные средства для достижения духовной цели человека. Мы можем теперь добавить, что беря его на высшие духовные планы, туда, где Бесформенный приходит в Форму, она обеспечивает ему наилучшую позицию для обзора обширного поля духовности.

То, что смутило и озадачило бы других, оставляет адепта этого Пути невозмутимым. Противоречия исчезают при его прикосновении, и то, что смущало и озадачивало, разрешается после его объяснения в безупречную последовательность. Он понимает каждое из духовных и квазидуховных движений, с которыми мы сталкиваемся сегодня. Он может по желанию войти во внутренний опыт, который каждый из них может дать, и он может лучше всех судить об их относительных заслугах. Он не порицает и не атакует; он не движим ненавистью или оппозицией. Так как он увидел Наивысшее, его цель - взять своих собратьев-людей к Нему самым спокойным и быстрым путем. Он знает, что не нужно смешивать жизнь внутри с внешней жизнью, и проповедует свое послание не как кодекс, а как науку: "Попытайся войти внутрь, - говорит он нам, - и посмотри сам."

Наука, которой он учит, не новая. Это древнейшая из наук. Но, в то время как в прошлом она имела тенденцию присоединяться ко многому несущественному для нее, он желает сохранить ее в чистом состоянии и первозданном великолепии. Он доводит до своего логического вывода мистические истины, заключенные во всех великих священных писаниях, подчеркивая, что если Бог в Его первичной форме является Светом и Музыкой, то мы должны внутренне обратиться к ним, а не к какому-либо другим средствам для возвращения к Нему и слияния с Ним. Туда, где был хаос, Он приносит порядок; туда, где было отчаяние, Он приносит надежду, и для каждого из нас, каковы бы ни были наши способности, Он имеет некоторое утешение и может дать какое-то озарение.