

УРОКИ ПО ЙОГЕ ПАТАНДЖАЛИ

Уроки по йоге Патанджали, данные доктором Э. Кришнамачарьей
в Институте Планетарного Синтеза в Женеве в течение октября 1981 г.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Вещи случаются внезапно, особенно тогда, когда они значат нечто большее, чем то значение, которое мы им придаём. Когда мой Брат Рудольф Шнайдер впервые встретил меня в Женеве, мы узнали друг друга по той же самой работе, которая уже долго выполняется через нас. События сложились так, что он организовал Институт Планетарного Синтеза — это позволяло лучше осуществлять назначенную цель. Он предложил мне провести первую серию уроков по Патанджали под патронажем этого института. Эта серия из девяти встреч началась 16 октября 1981 г. Студенты, собиравшиеся в 8 утра, своим интересом только добавляли сияния утреннему солнечному свету. Лекции были записаны на магнитофон, расшифрованы на бумагу и посланы мне в Индию. Всё это курировала Рут Бруннер. Брат Рудольф предложил издать эти записи, и все мы надеемся, что они насколько возможно представят портрет Патанджали под тем углом, под которым он будет выглядеть естественно. Я выражаю благодарность Рудольфу, Рут и братьям из World Teacher Trust, в Вишакхапатнаме, Индия, которые внесли свой вклад в работу по выпуску этой книжки.

Э. Кришнамачарья,
Вишакхапатнам, 22.VI.1982

УРОК 1

Утренние занятия в И.П.С., 16 октября 1981

Дорогие братья!

Я счастлив представленной вами возможности упрочить связь Планетарного Синтеза между нашими группами в Индии и Женеве. Связь эта была установлена и действовала уже в течении нескольких лет через моего брата

Рудольфа. У нас сложилось понимание того, что эту связь следует поддерживать ради духовного слияния, которое является целью всемирной сети света доброй воли. Мы уже начали работать на внутренних планах сознания. Сегодня же это приняло вот такой вид, и я рад этому.

В нашей индийской группе сотрудники работают в своих семьях, находясь в той же самой осознанности, которая охватывает и мужа, и жену, и детей. Для World Teacher Trust в Индии работает около 4000 семей. Названия же групп существуют лишь для удобства распространения той же самой истины. Имена не должны указывать на какое-то большее различие. Теперь же мы образуем это объектное связующее звено в уже существующем субъектном потоке.

Я объясню кое-что, дав введение в науку йоги, которая даётся Патанджали и Бхагавад-гитой. Эта наука предполагает нужность и полезность индивидуальных усилий для того, чтобы подняться в истинное Я от деятельности не-я, то есть от низшего существа человеческого бытия.

В этом божественном творении всё естественно. Приход человека на эту Землю тоже естественен, поскольку он не задуман человеком. Этот процесс был запрограммирован, запланирован заранее, и он образует часть планетной работы этой Земли. Земля продолжает создавать свои царства: минеральное, растительное, животное и человеческое. Всё творение начинается с работы тех разумов природы, которых мы называем представителями царства дэв. В конце же мы обнаруживаем человеческое царство, в котором — и цветок, и плод эволюции нашей Земли. Потому дэвы ожидают, что люди соединят руки с царством дэв, став их помощниками и передовым отрядом. Эта роль, предназначенная человеку, называется на санскрите *яджня*. Пифагор называет это *теократией*. Для достижения этой цели человеческое существо и обучается дэвами нашей планеты.

Хотя всё и естественно, в человеческой эволюции имеет место очень тёмный кризис, который мы видим вокруг и внутри себя в форме нашего поведения. Мы знаем это также и из замечаний, сделанных в своих учениях Учителями Мудрости. Суть его заключается в следующем.

Как только происходит появление индивидуального ума, он начинает индивидуальную деятельность, которая должна в чём-то отличаться от деятельности природы. В результате человеческие существа создают на низших планах сознания реактивную природу, и нашим обязательным долгом

становится нейтрализация этой природы и возвышение её до степени активной природы человеческого существования. Каждый должен совершить такую попытку, когда это необходимо — это значит, что он эту необходимость чувствует. Каждый чувствует свою необходимость, когда приходит время. И наоборот, как он почувствует необходимость — значит, время для него пришло. Пока эта попытка не предпринята, человек живёт на индивидуальном плане, пытаясь выяснить, в чём же он отличается от других. Когда она предпринята, наступает время практиковать йогу. Её практикуют, пока не будет найден верный путь, который для каждого может быть лишь один. Нет двух верных путей, как нет двух центров у круга.

Путь этот был известен людям, жившим в разных местах и в разные века, под разными названиями. Языки разнятся, цивилизации разнятся, разнятся и выражения. Оттого родилось столько имён, означающих тот же Путь. Когда люди из разных мест встречаются, они иногда испытывают трудности с различными терминами. Им нужно вырасти в своей осведомлённости до более близкого понимания и должного выравнивания терминов, и тогда опыт будет точно распознаваться. Пройдя через все эти трудности, нам нужно найти общее руководство, имеющее универсальную ценность, и освоить терминологию этой книги. Тогда мы сможем иметь общение на уровнях истины.

К счастью, у нас есть две книги такого рода — это Йога Сутра Патанджали и Бхагавад-гита. В этих двух книгах используется почти та же самая терминология. Слова "йога", "читта", "прана" и т.п. применяются в обеих книгах, неся тот же смысл. Книга Патанджали содержит практические инструкции, которым нужно следовать, чтобы достичь совершенства в учёбе. Бхагавад-гита в дополнение к этому предлагает нам путь внешнего проявления высшего Я через низшие проводники человека, позволяющий жить жизнью этих высших ценностей. Она указывает, что наша жизнь должна быть выражением, изречением и внешним проявлением света души через наши слова, мысли и действия. Таким образом, в Бхагавад-гите мы находим дополнения к информации, данной в книге Патанджали. Однако в том, что касается практических инструкций, Патанджали даёт нам более ясный, подробный и практический метод, поскольку это именно учебник по практике йоги. Бхагавад-гита в этом отношении иногда бывает лаконичной.

Нужно сказать несколько слов введения в предмет йоги: очень немногие верно понимают первый афоризм Патанджали. Там используется слово "анушасана", что означает наставления практического уровня, а вовсе не рассуждения.

Многие переводят первый афоризм так: "а теперь рассуждения о йоге", и это неверно. Это не рассуждения, а набор инструкций, которым нужно следовать.

Там даётся то, что надо делать, а не описывается, что произойдёт, если мы это сделаем. Вот почему ни в какой из частей книги Патанджали или Бхагавад-гиты вы не найдёте ни объяснений о таких концепциях как кундалини или чакры, вводящих многих в заблуждение, ни даже самих этих названий.

Вся область применения йоги состоит в том, чтобы сделать деятельность нашей низшей природы более возвышенной и дать ей поглотиться в изначальное существование, чтобы с той же самой машиной человеческого строения можно было жить истинным бытием. После стадии понимания того, как он отличается от остальных, ученик начинает понимать, как он с ними един. (Вездесущность своего я известна под названием Единое Я). Когда-нибудь это преобразование должно произойти с каждым. Тогда человек начнёт пробуждаться к этому факту. Это единственное верное предсказание в его гороскопе, единственно верное пророчество в мировых писаниях, данное для каждого. Обещано, что оно будет исполнено, и каждый когда-нибудь обнаружит, что оно исполнилось и для него. Необходима индивидуальная попытка, и это начало. Эволюция человека готовит для него склонность, побуждение к принятию индивидуального решения. Когда наступает время зрелости, каждый обнаруживает, что его тянет к той же попытке — поднять своё низшее я и утвердить в качестве себя самого Свет Высшего Я. В этот момент и возникает потребность в Науке Йоги. Даже после получения побуждения имеет место долгий процесс, в котором научный метод открывается методом многих проб и ошибок.

На протяжении предварительной эмоциональной фазы индивидуальная деятельность приводит ко многим благим попыткам поднять себя через политические, социологические, психологические и религиозные области. И при каждой такой попытке беда в том, что практикующий пытается сохранять идентичность своей работы отличной от работы других. Страдая от напряжённости благочестивого аристократизма, такая работа кончается неудачей, но она открывает новые виды, новые перспективы, чтобы выбрать

нечто лучшее. И снова это — нечто лучшее согласно собственному выбору человека. Новая мантра, новая медитация, новая методика, другое писание и лучшая группа, которые дают ему обращение в новую религию или загоняют его в новый загон. Он переходит от метода к методу и не удовлетворён тем, что с ним происходит, поскольку это не отвечает его потребностям. Да, когда улучшение делается по его собственному выбору, оно не удовлетворяет. Причина в том, что выбор был сделан тем же самым умом, который с тех пор не стал лучше. Разные замки пробовались одним ключом. Недостаток соответствия всё превращает в тупик, где нет никакого выхода к истинной духовной свадьбе.* Каждый шаг даёт то или иное развитие, но это развитие на индивидуальном плане, или в лучшем случае ему дозволяется расшириться и на личностный уровень сознания. Под сводами этого слоя человек учится коммерциализировать свои добродетели. Дисциплине следуют, чтобы получить добродетели и выгодно продавать их. Вести себя как хороший человек, иметь хорошую репутацию, жить гладко — всё это понимается как некий более широкий инструмент, позволяющий вести дело более прибыльно. Он прививает себе хорошие привычки, чтобы выделяться среди других в лучшую сторону. И некоторое время такая торговля идёт ради денег, власти, а потом и ради более ужасной вещи — славы. И так продолжается, пока он не узнаёт, что он должен совершить попытку подняться, как птица. Тогда он ступает на верный путь, который и есть единственный. Он обнаруживает, что для таких названий как "кундалини" и "чакры" нет особой нужды, и отныне его корабль в безопасной гавани — у Патанджали и Бхагавад-гиты.

* Здесь игра слов: deadlock — тупик, и wedlock — свадьба. Прим. пер.

Это не следует понимать так, что кундалини и шести чакр нет. Кундалини — символический термин, обозначающий определённый уровень сознания с его расширением через многие слои осознанности. Этот термин не указывает на нечто находящееся физически в основании позвоночника человека, точно так же как слова "разум" и "воля" не указывают на вещи, которые можно обнаружить при помощи рентгена в клетках мозга или в позвоночном столбе. Можете ли вы выявить электричество в любой электрической машине, или посмотреть на него? Вы можете узнать лишь его проявления в понятиях силы, света и звука. Вы можете также знать, как собрать генератор и пустить ток. И

тем не менее, вы не можете показать — "вот это электричество". Аналогично вы не можете сказать — "это кундалини". В книге Патанджали вы найдёте инструкции по сборке вашего собственного генератора, а потому слово "кундалини" там и не упоминается. Она для того, чтобы узнать, что делать, каков порядок действий, как медитировать, как осознавать, и как жить в осознанности — вот что даётся у Патанджали. Потому он предупреждает нас, что это книга наставлений, а не трактат, который содержит объяснения. Курс тренировки не оставляет времени на рассуждения.

Главная цель процесса, даваемого в Йога-сутрах Патанджали — это сознательный контакт с душой. Некоторые люди спорят о необходимости принятия решения, говоря, что всё предопределено и идёт естественным ходом. Какой же тогда смысл в попытке? Когда настанет время, мы её совершим. Таковы аргументы фаталистов. И тем не менее, это верно. Человек совершает попытку, когда для него приходит время, и происходит это именно потому, что время для него наступает, когда он чувствует, что эту попытку нужно совершить. Потребность в этой книге тоже имеет такой характер. Мы видим нескольких людей, которым не суждено быть привлечёнными ею, хотя она существовала уже тысячи лет. А поскольку мы упоминаем её, говорим о ней, садимся изучать её, мы собственно и можем узнать, что для нас наступило время. Мы чувствуем, что хотим лучшего понимания, лучшей жизни и лучшего опыта, пока для чего-то лучшего места уже не останется. Такие вопросы должны появиться, и такое решение должно быть принято, и потому они к нам и приходят. Такое состояние ума называется на санскрите *джиджняса*. Это слово значит импульс к тому, чтобы узнать, последовать. Когда все эти факторы встретятся в вас, и произойдёт совершение попытки. Точка перерастает в накал. Эта стадия называется на санскрите *тапас*, что Алиса Бэйли перевела как "огненное устремление".

До наступления этих двух состояний человек живёт в психической деятельности и считает её своей жизнью. Ум получает какие-то новые идеи, чтобы всё время пытаться применить их на практике. Человек старается узнать каких-то людей и посчитать их своими, а каких-то других счесть чужаками, одних записать в друзья, а других — во враги. Некоторым из них он нравится, а некоторым — нет. Он не сознаёт, что это — лишь его понимание, и в этом нет объективной истины. Если он обнаруживает, что перед ним враг, он не помнит,

что враг — его собственные представления, а не тот человек, который перед ним стоит. Он не может осознать этот факт, если не соприкоснётся в йоге со "своим" высшим Я, пребывающим в "других". Он видит мир согласно своему собственному впечатлению и образу самого себя, а не согласно его бытию. Это — психическое состояние, существование не-я, ложное существование. Это следует изменить, и должно произойти обращение. На первых порах, пока нет связи с высшим Я, это обращение невозможно, ибо всякий побуждается своими впечатлениями и отражениями, своими собственными образами. Это подобно состоянию человека, находящегося меж двух зеркал. Представьте на минуту, что ваша кожа — хорошо отполированное зеркало. И когда бы ни появился в комнате свет, вы будете видеть его на поверхности вашего тела, и когда бы ни приблизился к вам человек, вы его увидите там же. Прежде чем достигается йогическое соприкосновение, каждый живёт в таком вот состоянии умственной деятельности, которая есть лишь отражение. Истинная же деятельность мироздания ненаблюдаема. Сделайте паузу, дайте уму отдохнуть от этой отражённой деятельности. Тогда ум сможет собраться и достичь того состояния, в котором он сможет обнаружить истинную деятельность. (Понятно, что у него есть деятельность, к которой ум и принадлежал). Это начало практики йоги. Для этого нам нужно найти научный и безотказный метод, и найти его можно в книге Патанджали.

Низшее я, которое есть не-я, включает в себя ум, чувства и их деятельность. Оно иногда верит в какое-нибудь верование, а иногда не верит. Оно может оставаться скептиком несколько лет, десятилетий или целую жизнь. У ума лишь две альтернативы — верить или не верить. Это значит — верить в высшую осведомлённость или верить в низшую деятельность. На протяжении некоторых жизней человек верит, что всё высшее — это ложь и чепуха. Истина для него лишь то, что мы должны есть, когда голодны, спать, когда сонны, работать, чтобы получить пищу, одежду и кров. Даже это есть условная истина. Труд принимается таким человеком, потому что он должен есть и одеваться, а иначе в нём не было бы никакого смысла. Деятельность прилагается лишь к деловым, профессиональным, общественным, физическим и биологическим потребностям. Она служит им, подобно тому, как большой палец полезен в повседневной работе для других пальцев руки. Всё время бодрствования посвящается нуждам тела. Вот итог тысяч занятий и профессий, существующих

в мире. Пока человек не соприкоснётся с йогическим уровнем сознания, он не найдёт лучшего смысла для своей деятельности и различных областей жизни. Если его попросить подумать о себе, он сможет думать лишь о своих потребностях, а не о себе самом. Он верит, что нет в жизни иного смысла, кроме как удовлетворять эти потребности. Когда однажды его нужды оказываются удовлетворены, оказывается, что нет смысла жить. Это то, что называется скептицизмом или атеизмом. Если вы попытаетесь показать настоящему скептику истинность новой науки и её приложение, то он послушает и ответит: "но каково земное приложение вашей науки, когда я имею уже достаточно, чтобы удовлетворить свои потребности?". Через некоторое время этот парень теряет всякий интерес к жизни. Тогда он может начать думать, что всё предопределено судьбой. Нам что-то предопределено и предписано кем-то таким, кого мы не знаем. Он может называть его Богом или Дьяволом, и в этом нет разницы, поскольку он неизвестен. Когда он боится его, он называет его Дьяволом, а когда чувствует его благосклонность, то называет его Богом. Так, методом проб и ошибок, он дрейфует, проходя через многие рождения, пока не наткнётся на ту единственную вещь, которая верна. А причина этого в том, что всякий очень мало знает о том, что он называет своей жизнью, её сроком и вообще о том, что считает своим. Как я уже говорил, его знание включает лишь то, что требуется для жизни в окружающей среде. Данные, с которыми он работает, недостаточны, а инструменты (пять чувств и ум) слишком узки, чтобы получить знание. Физическое тело — лишь деревянный шкаф, в который помещаются ум и пять чувств. В нём есть машины, которые нужно снабжать топливом и водой, и из которых нужно выводить ненужные отходы, и это всё. В точности как в доме есть кладовая, кухня, ванная и туалет, так и тело содержит несколько помещений с тем же оборудованием. При помощи этих чувств мы можем видеть то, что снаружи нас, но не то, что внутри. Кроме того, они не являются ни самостоятельными, ни служащими самим себе. Ум — единственный инструмент, позволяющий нам видеть снаружи и внутри себя. Снаружи есть лишь немного вещей, и о них нам не нужно очень много знать, но они видятся множеством вещей, в которые мы вовлекаемся. Это сведения, с которыми человеческое существо было послано на землю, в "Эдемский сад". Дети божьи обходят этот сад, исследуя его методом проб и ошибок, всегда рискуя наткнуться на Древо Познания, которое

есть причина искушения и падения. Человек не знает, где этот сад, как далеко он, и какой путь приведёт к саду. Его действия не основаны на какой-либо логике, более высокой, чем потребности в еде, питье, сне и сексе. И когда бы он ни получал впечатления из окружающей среды, в уме откладывается их образ. Ум подобен гипсу, воспринимающему и сохраняющему отпечатки. Изодня в день количество впечатлений увеличивается целыми тысячами, и ум становится затемнённым, как фотопластинка, на которую было сфотографировано несколько тысяч пейзажей. Ум обусловлен этими навязанными ему образами. Каждая картинка даёт идею, побуждение что-то сделать. А совершение чего-либо вызывает перестановку существующих вокруг нас вещей. Он получает уже новую картинку, ведущую к новому стимулу. Это ведёт к цепи последствий, причин и результатов, где каждый результат становится новой причиной для обуславливания ума. Вот что называется самообусловленностью или кармой. И пока это не будет разрушено, нет никакой возможности узнать, что же такое бытие. Человек живёт в этой обусловленности подобно цыплёнку, не имея ни малейшего представления о том, каков мир.

Если мы действуем исходя из этого окружения, то оно постоянно меняется. Когда я встречаю вас, вы — моё окружение. Когда я встречаю Рудольфа, он — моё окружение. Оно всегда меняется, и нельзя назвать это программой. Такое состояние сравнимо с состоянием человека, сидящего в повозке, в которую запряжены пять лошадей. Каждую из них влечёт в своём направлении какой-нибудь пучок травы. Каждая тянет повозку в своём направлении, и она начинает двигаться, понуждаемая объектами чувств, и так вот она движется целые годы нашей жизни. Нельзя назвать это путешествием, потому что оно никуда не ведёт. Это лишь движение без цели. И целая жизнь проходит в таком вот движении, перемещении во времени. Вот первое посвящение, даваемое в Бхагавад-гите. Там показывается, что человеку в повозке нужен возничий. Бхагавад-гита — это великое посвящение и откровение, которое даёт возничий человеку в колеснице. Теперь вы можете понять символизм этой картинки из Бхагавад-гиты, которая висит на стене.

Следование вечно изменяющейся программе ненадёжно. Однако здесь всегда есть возможность перемены, обращения к высшему. Это показывает, что в жизни нет места фатализму. (Поскольку вещи меняются, они не

предопределены, хотя их итог и предопределён). Есть путь, по которому можно следовать, и у вас есть всякое право требовать и искать его. Фаталист ждёт и ждёт, пока не умрёт. Но даже тогда он ждёт на протяжении многих рождений, пока не наткнётся на верный путь. Когда-то ему придётся взять поводья и сделать это. Фаталисты нуждаются в обращении. Научный процесс йоги — для тех, кто берёт дело в свои руки.

Когда это происходит, ум и чувства перестраиваются, и вся деятельность человека становится осмысленной. С тех пор прекращается реактивное и начинается по-настоящему активное действие. "Читта вритти ниродха" как раз означает прекращение деятельности реактивной природы ума и чувств, и такое определение дал Патанджали практике йоги.

Слово "йога" означает осознание единства всех путей человека. Зная множественность, мы можем быть уверены, что узнаем единство. Если мы знаем пять пальцев, то можем знать их лишь как части одной руки. Зная, что у нас две руки, мы можем узнать, что они — части одного человека. И если мы — это несколько человек, которые здесь сидят, то нам надлежит узнать единого человека, в котором живут все эти тела. Работа, совершаемая таким сознанием, называется групповой работой или работой души, что отличается от массовой работы в умственном и физическом измерениях. Когда мы синтезируем себя, мы распознаём части тела и чувства, входящие в единого человека. Практика йоги позволяет нам жить в сознании души, совершая групповую работу. Мы уже больше не живём в наших телах — разные тела живут в едином Человеке. Первые четыре стадии практики йоги указывают на попытку достичь единения с высшим Я, а следующие четыре стадии указывают на нечто большее. Второй шаг — союз, третий шаг — единство, четвёртый — тождество, и это-то мы и называем синтезом. В чём же разница между единством и тождеством? Опавшие лепестки цветка, будучи собраны вместе, указывают на единство. Но если вы исследуете цветок с неопавшими лепестками, где они живут, и живут как цветок, то в центре они находят своё тождество. Это и есть синтез. Вы осознаете, что единство уже существует, пока вы не делаете попыток им манипулировать. Оно вечно существует в вас, если вы не испортите его и не осыпете лепестки. В этом мире мы с самого начала знаем, что каждый отличается от любого другого. Мы стараемся достичь единства разными методами — социальными, политическими,

просветительными и так далее, и мы терпим неудачу, хотя иногда и достигаем частичного успеха. И тогда мы вступаем на верный путь — путь практики йоги. Совершив эту практику, мы понимаем, что мы уже в единстве. Это осознание, а не свершение. Вот что значит йога.

Осознание вызывает растворение психологической единицы сознания в нас самих. Ваша психологическая единица — это блок ума и чувств. Это не-я, предметное отражение оригинала, и люди обычно живут в этом, и в этом умирают. Они называют это "жизнью". Пока мы не начнём чувствовать истинное Я и не растворим в нём не-я, мы не сможем добиться внешнего выражения истинного Я. Это отход перед выступлением, распространением. Когда инструменты беспорядочно разбросаны по столу, вы должны сначала собрать их, прежде чем сможете самовыражаться с их помощью через искусство. Такое вот начало и предлагается вторым афоризмом Патанджали. До сих пор жизненный опыт принадлежал уму и чувствам, но отныне — это вы сами.

Ум действует через мозговые клетки. Клетки эти физические, но они образуют базу для работы ума. Ум — это инструмент, через который душа фокусируется для внешнего проявления, и это делается лишь на основе мозговых клеток. Мы присутствуем внутри этих тел как свет души и должны работать через это тело. Ум используется как линза, фокусирующая этот свет души. Сравните ум с толстой стеклянной линзой, фокусирующей на этой стороне свет, идущий с той стороны. Но в то же время она отражает лучи — если в нашей комнате есть источники света, то они отражаются в этом оконном стекле и мы вместо того, что за окном, видим лишь отражение. Если же мы уберём их, то отражение скроется в темноту, и лишь свет с улицы будет посылать к нам лучи — тогда нам, находящимся в этой комнате, станут видны деревья и горы за окном. Тело, в котором мы живём, подобно такой комнате, а наш ум — стеклу. Мы должны притушить свет наших чувств, чтобы с вещественной точки зрения всё стало темнотой, прежде чем перед нами откроется вид света души. Ум имеет с нашей стороны отражающую поверхность, которую нужно держать в темноте, чтобы позволить её прозрачности пропустить к нам свет души. Наша душа должна течь через ум, через тело, через мозговые клетки, в нашу мысль, в нашу речь и в наши действия. Когда мы живём в "комнатном" свете, мы что-то говорим, делаем, погружаемся в сон, не зная, что на той стороне есть большой свет, озаряющий пейзаж. Назначение ума — лишь в том, чтобы действовать подобно

линзе, получая свет души и отражая его в тело через клетки мозга. Душа должна получить внешнее проявление через жизнь, а это возможно лишь когда прекращена реакция на окружающую среду. Когда это сделано, в том же самом облике уже существует божественное присутствие (присутствие души).

Сознательная попытка узнать, что такое йога, должна предприниматься как без спешки, так и без сонливости. Спешка заставляет нас бросаться в эмоции — это то, что мы называем глупой преданностью. Бросаясь в религию, политику, обращаясь к Богу или деньгам эмоционально, мы можем повредить данный нам инструмент. Этот инструмент, который мы называем телом, импортирован из неведомой станы, и детали его в случае поломки не могут быть заменены. Запчастей нет. Потому начинать вы должны без спешки, без сонливости и без боязни. Иногда вам придётся ждать, а иногда — действовать. Иногда срочно потребуется действовать, а иногда настает столь же срочная потребность подождать. С высшими центрами есть телефонная связь, которую мы называем интуицией, и она должна вас вести. Если вы только услышите звонок и снимете трубку телефона интуиции, вы будете знать, когда ждать, а когда действовать. Когда вы живёте в чувствах и управляетесь реактивной природой, вы бросаетесь вперёд, когда нельзя, и медлите, когда вас зовут. Когда это реактивное действие будет нейтрализовано и установится активное действие, вы будете точно знать побуждение. Это действительно шаг вперёд в человеческой эволюции. Иногда вы можете сомневаться: "действительно ли мы совершаем попытку, или кто-то заставляет нас её сделать? Действительно ли мы взяли бразды правления, или это просто естественный процесс? Что же собственно кладёт начало?" Один человек спросил: "У меня два глаза, и на них очки. Который же глаз указывает на истинные очки?" Ответ — оба глаза. У отправной точки йоги два пути — путь индивидуального сознания и путь вселенского сознания, или света души. Импульс индивидуального сознания ждёт, когда мы возьмём управление на себя. Тем временем импульс с другой стороны постоянно стучится в вашу дверь. Это происходит с момента вашего рождения. И даже раньше он стучал в вечности, но для вас он стучит с вашего рождения. Стук этот приходит из присутствия достигших, работающих на этой Земле. Это присутствие тех, кто уже достиг и обрёл душу. Они вокруг нас повсюду. Вечно совершают они свою безмолвную работу, но со времени вашего рождения они проводят её и для вас. Долго течёт вода в реке, но она

наполнит горшок, когда он будет погружён в реку. Представьте, что по этому столу будто по собственному побуждению начнёт двигаться булавка — это будет указывать на то, что внутри стола магниты. Мы живём в мире, где с использованием подобных магнитов собраны электромагнитные устройства, чтобы передавать через нас, изолированных в наших телах, свет души. Без изоляции нельзя будет и пустить ток. Оттого и потребность в телах, и мы получаем их от природы. Мы всегда находимся под действием этих магнитов, Учителей Мудрости. И хотя мы живём в реактивной деятельности не-я, хотя мы подвержены многим искушениям внешнего мира, мы равно подвержены и действию присутствия Учителей, и их влияние всегда сильнее, потому что они уже закалённые магниты. И будьте уверены, наступает время, когда вы начинаете откликаться на их присутствие, и вот, это время пришло. Их присутствие начинает действовать в вас, поскольку вы знаете и вспоминаете о них. Им не нужно обращать особое внимание на всякого, кого они могли бы принять в качестве ученика. Магниту не нужно замечать каждую из железных частичек, лежащих на столе. Для железных опилок лишь естественно расположиться по магнитным линиям и самим стать магнитными. Так вот внезапно мы начинаем откликаться на присутствие великих. Вот так и происходит начало. Это часть планетарной деятельности, поскольку вся Земля действует как большой магнит — у неё есть северный и южный полюса и свои силовые магнитные линии, проходящие через нас. Она вращается вокруг своей оси, тогда как видимый путь Солнца накручивает вокруг этого магнита спираль. В результате получается генератор того, что мы зовём "Жизнью". Вы видите, как якорь в катушке индуктивности вызывает электричество. Вращение Земли вызывает день и ночь, рассвет и закат, которые не существуют сами по себе, но существуют для нас. Часы и минуты дня и ночи, будучи организованы в программу работы, вызывают ту индукцию, которая нужна, чтобы сделать вас электромагнитом. Часть работы проделывается Учителями Мудрости, а остальное — планетарной работой Земли, которая является частью работы Солнечной Системы. Одни магниты используются для изготовления других, новых магнитов. Первопричина, Господь Солнечной Единицы, создаёт планеты и использует их как начальные магниты. Затем живые существа планеты намагничиваются в людей. Так происходит эволюция, пока мы сами не возьмёмся за дело, чтобы намагнититься для света души. Весь процесс

эволюции охватывает минеральное, растительное и животное царства, чтобы привести нас к определённой мощности света, соответствующей человеческому царству. Весь этот процесс является электромагнитным, и цель его — увеличить свечение Я в каждой единице. На определённой стадии проявляется человечество, а затем человеческие существа делаются Учителями. Если рассмотреть их индивидуально, то это вызвано их индивидуальными усилиями. Но если взять их в целом, то это милость Владыки Целого. На больших морских судах есть ванная комната. Есть волны в ванне, и есть волны в океане. Волны в ванне индивидуальны, и их величина соответствует размеру и форме ванны. И в то же время они подчинены движению волн океана. Индивидуальные усилия и божья благодать несколько не отличны друг от друга. Это то же самое. Нужно понять общую картину. При частичном понимании каждая идея противоречит другой. Индивидуумы на этой Земле в разных странах, нациях и местах получают свои индивидуальные побуждения, поскольку земной шар пренебрежимо мал в глазах великих Солнечной Системы. Людям в Женеве, Нью-Йорке, Лондоне и Вишакхапатнаме нетрудно получать ту же магнитную индукцию на своём собственном языке и в понятиях своей среды, но все они начинают вести себя в соответствии с тем же законом магнетизма. Постепенно они начинают осознавать себя единой группой.

Прежде чем получить импульс йоги, люди находят себя отличающимися друг от друга. Они и узнают друг друга только в силу своих различий. Если я получаю зарплату в 1000 франков, а вы — в 10000, то я помню эту разницу, когда говорю с вами. Поведение людей происходит в понятиях разницы собственности, профессии, склонностей и темперамента. Если вы юрист, а я врач, то я всегда помню это. Много раз я спрашиваю себя, какая же профессия выше? Иногда у бедного доктора случаются неприятности с законом, и ему требуется юрист. А когда эгоистичный юрист подхватит какую-нибудь инфекцию, ему срочно требуется доктор. Так двое слепых начинают лучше узнавать этого слона, жизнь. Работа врача и работа юриста являются взаимодополняющими. Со временем все десять человек перестанут быть слепыми перед слоном. Так вот люди движутся в сторону духовности. Индивидуализм создаёт разницу во мнениях, приводит к конфликту, а иногда даже к войне. То, что мы называем войной — лишь широкомасштабное разрушение проводников, чтобы они за

короткое время могли смениться на лучшие. Когда такая перестройка при существующих условиях не оказывается возможной, тогда индивидуумами вызывается война. Это не высшие силы устраивают войну — конфликтуют друг с другом наши мысленные шаблоны, и это вызывает разрушение физических проводников. Так происходило в эпоху Атлантиды, а в меньшем масштабе это дважды случилось и в XX столетии. Теперь (1981) нации пытаются сконденсировать до физического выражения третью мировую войну — вы знаете ситуацию. Учителя Мудрости заняты тем, как предотвратить её и найти лучшее урегулирование с помощью науки йоги. Они активны во всех частях земного шара, создавая новые мысли и открывая людям Земли новые горизонты. В областях медицины, юриспруденции, политики, экономики и техники они и стараются предложить универсальный подход йоги лада во всём. Получение того, что передают Учителя, может потребовать времени, и иногда до достижения слияния и понимания может произойти большое смятение и путаница. Так мы стоим на этой платформе. Ваша попытка приступить к обучению йоге делает вас готовыми к принятию этого, так что у вас никакого смятения уже может и не быть. Йогическая тренировка вызывает поглощение реактивной природы и позволяет уму использовать клетки мозга для внешнего проявления света души. Тогда голова просветляется.

У каждого из нас есть головной центр, но есть также и головной центр, существующий для нас всех. У каждого из нас есть сердечный центр, и есть сердечный центр для всех нас. У каждого из нас есть головной и сердечный центры, а у Земли есть головной и сердечный центры для нас. Её головной центр — это то, что Учителя называют Шамбалой, а сердечный — это то, что называют Иерархией и Христом. Великие, пребывающие в этих двух центрах, проводят йогическое преображение, тогда как мы приступаем к практике йоги Патанджали.

Во втором его афоризме слово *читта* означает деятельность ума и чувств вместе взятых, о которых говорится в понятиях энергии. *Вритти* означает реактивную деятельность читты. Эта деятельность не присуща человеку изначально, поскольку это лишь отклик на окружение и его воспоминания. *Ниродха* означает прекращение. Мы должны обуздать реактивную природу читты. Читта — это умственная субстанция, она была названа Алисой Бэйли умственной субстанцией — тем, чем заполнен ум. Это не материя, но это

субстанция или наполнитель, не принадлежащий к физическому плану. Пока читта занята реактивной деятельностью, она получает впечатления через чувства. Она действует подобно принимающему полюсу, и ум тоже оказывается на приёмном конце. Мы принимаем свет через наш глаз, звук — через ухо, запах — носом, вкус — языком, а осязание — кожей. Работа этих пяти чувств состоит в принятии впечатлений от среды в понятиях предметов, или "объектов". Внешний стимул называется объектом, отклик называется реакцией, а приёмные точки называются чувствами, центр которых находится в уме. Ум подобен цветку с пятью лепестками. Извне прилетают бабочки, чтобы временно задержаться на цветке. Таким образом ум заставляет нас жить в понятиях его реакций на объекты. Мы живём в центре восприятия. Вся деятельность нашей жизни становится приёмным полюсом. Он лишь отрицателен по своей природе, подобно тому, как является приёмным отрицательный полюс в электричестве. Мы слышим звуки и разговоры. Мы видим вокруг себя вещи. Мы живём, ведя в лучшем случае отрицательное существование. Это значит, что если нет среды, то для нас нет и жизни. Такое живое существо мы называем негативным индивидом. Но внутри него есть некто иной, от которого просвечивают наружу эти способности. Сила ума и способности восприятия идут от него, как лучи. Он — передающий полюс, полюс осознанности, и находится он в самом центре этого отрицательного человека.

Не получив ещё касания йоги, мы живём отрицательным полюсом. Но погрузившись глубже, мы начинаем существовать во внутреннем центре, где мы являемся уже передающим полюсом. Тогда мы живём позитивной жизнью. Мы действуем оттуда, и пока мы работаем, наши чувства не откликаются на внешние объекты. Представьте, что вы ищете книгу на столе. Вы тогда не видите стола, хотя он прямо у вас перед глазами. Всё это потому что вы хотите видеть книгу; даже тогда вы не видите других книг, хотя и читаете их названия, чтобы узнать, та ли это книга, которая вам нужна. Глаза открыты, но окружающие предметы не удовлетворяют вашего зрения. Вот доказательство вашего нахождения в передающем полюсе — положительном существовании. Когда вы указываете уму сделать что-то, ум и чувства готовы повиноваться инстинктивно.

Таким образом, когда передающий полюс начинает работать, реактивная природа останавливается. Пока же вы пассивны в части передающего полюса, вы начинаете работать на приёмном полюсе и начинаете реагировать. Однажды, когда мы натыкаемся на Патанджали или другого учителя, который может показать нам путь, мы переключаемся на положительную деятельность, при которой всё сразу нормализуется. Процесс этот очень прост, но на нём заклятие тайны. Лишь ваше намерение вымостит дорогу. Неверно, что практика йоги трудна. На ней завеса тайны, и потому она скрыта. Секрет в том, что вы должны начать. Йога — не философия, которую нужно понять. Это дисциплина, которой нужно следовать. Пока мы лишь узнаём вещи, мы не добиваемся успеха. Узнавать что-то о вещах — это ничто в сравнении с практикой. Но если мы однажды возьмёмся за неё, всё произойдёт автоматически. Если вообще здесь есть какая-нибудь трудность, то она лишь в том, чтобы начать. Я думаю, что вы поняли область, охватываемую нашим предметом. Помните о существовании в вас отрицательного и положительного. Из дня в день всё больше осознавайте своё положительное существование. Завтра попробуем убедиться, насколько мы выросли в этом осознании.

УРОК 2

17 октября 1981

Вы поняли разницу между действием и реакцией. Вы также узнали об отрицательном и положительном центрах сознания. Отрицательный центр посредством чувств собирает впечатления из среды, тогда как положительный центр сияет способностями чувств и ума. Эти два центра принимают и передают через мозговые клетки и спинномозговую нервную систему. Человек выражается как "Я" через оба этих центра. Когда он выражается через отрицательный центр, он называется ограниченным индивидуумом. Когда же он начинает выражаться через положительный центр, он называется "Ишварой", владыкой ума, чувств и тела. "Ишвара пребывает в сердцах всех живых существ, заставляя каждого действовать через механизм своей конституции", говорит Господь Кришна в Бхагавад-гите. Даже пребывая в не-я, человек понимает себя как "Я", хотя опыт его — привязанность и ограничения среды.

Его действия небезопасны, поскольку руководствуется он средой, которая постоянно изменяется. Когда же человек знает, как удалиться из ума и чувств, и переключиться на положительный полюс бытия, тогда он достигает безопасности, поскольку тот же самый человек передаёт свет. Когда реакция прекращена, вы найдёте свою истинную природу и истинный облик вещей (сварупа). Вот о чём говорит третий афоризм.

Прежде чем вы сможете прекратить негативную деятельность, вы должны узнать типы реакций, которые в вас до сих пор имели место. Природа дала нам реактивный уровень, поскольку он служит некоторой цели. Не будь реакций, не было бы ни рождения, ни жизни ограниченного существа. Они необходимы, но также необходимо и знать, что это лишь реакции, не принадлежащие к основной вашей природе. Реакция — часть деятельности инструмента, который вы называете человеческой конституцией. Она нужна лишь чтобы выяснить, что вы должны жить, помня, что истинно, и что ложно. Действия истинны, а реакции ложны. Нужно помнить это и различать их, но не уничтожать реакцию, на какую-то разницу и указывает Патанджали. Помните, что вы должны лишь приостановить реакцию, а не пытаться совсем устранить её. Нужно не осуждать или подавлять реакции, но лишь знать их ограничения и уметь так владеть своим ложным существованием, чтобы использовать его согласно намерению природы.

Давайте постараемся узнать об этих реакциях побольше, классифицировав их, чтобы быть в состоянии приостанавливать их по системе. Патанджали говорит, что есть пять типов реакций, приятных и неприятных. Это значит, что приятным или неприятным бывает результат, а зависит это от того, как мы обращаемся с ними, и наличия или отсутствия у нас господства над ними. Они просты, когда дают комфорт, но сложны, когда вызывают дискомфорт. Эти пять типов реакций следующие: 1) правильная мера; 2) неправильная мера; 3) воображаемая мера; 4) отсутствие меры; 5) восприятие меры. На санскрите они соответственно называются *прамана*, *випарьяя*, *митхья*, *свапна* и *смрити*.

Ум и чувства и реагируют на окружение в понятиях этих пяти реакций. Первая — это мера, используемая умом, чтобы узнать окружение. Ум реагирует на окружение, используя это самое окружение в качестве меры вещей. Когда мы идём на рынок, чтобы купить крупы, продавец отмеряет её и продаёт нам. Если вы хотите измерить длину чего-то, вы измеряете это линейкой. И точно так же,

как мы используем меры и весы, ум и чувства тоже принимают всё с помощью меры. Например, откуда вы знаете, что в этой комнате есть потолок? По отличию в цвете и форме. Стены здесь белые, а потолок не белый — есть линия разделения. Здесь светло, а там темно, и так глаз узнаёт, что есть линия, есть потолок и есть на нём квадраты. Здесь в качестве мер мы используем свет и тень. В других случаях мы используем в качестве меры разницу в цвете. Эти меры в нашем понимании существуют, как различные типы. Мы используем их и понимаем окружающие нас предметы. Я использую в качестве меры образ вашей головы и узнаю, что это ваша голова и ваше лицо. По этому я узнаю, что вы присутствуете. Затем я начинаю реагировать на свою мерку вашего присутствия и думаю, что имею дело с вами. И если я скажу "привет, Рудольф", увидев только Рудольфа, а не других, то это будет правильным применением меры. Мой глаз помогает мне узнать всё о лице, голове, теле и одежде Рудольфа, чтобы использовать их как средство убедиться, что это он. Если из-за стены я слышу его голос и говорю, что это Рудольф, то как другую меру я использую звук. Когда мы используем меру верно, это называется верной мерой. Тогда мы получаем верное впечатление. Это первый тип использования мер.

Иногда мы используем верные меры в дополнение. Одно чувство при необходимости может дополнять другое. Даже тогда мы используем меру верно. Когда я пришёл сюда в первый раз, мне нужно было узнать план этого дома, двери, вход и выход. Мой ум начал получать впечатления и закреплять их в памяти. Через день или два мне уже не нужно было искать дорогу — мой ум автоматически управлял глазами, и я передвигался по дому автоматически — это не требовало усилий. Если вы завяжете мне глаза и скажете "иди прямо, там дверь, через которую можно пройти", то я пойду, получая от вас указания, и так смогу передвигаться по дому. Даже тогда я буду использовать ваши указания в качестве меры для себя. Посмотрите, как отправляется на рынок слепой с палочкой в руке. Он ощупывает путь палочкой и понимает, что это улица, а информацию о поворотах налево и направо он извлекает из памяти. Он применяет палочку с помощью одного чувства, дополняя это другими чувствами. Мы много раз точно так же используем одно чувство в дополнение к другому. Это ещё один пример применения верной меры.

Второй шаг — это неверная мера, то есть неверное применение верной меры. Нам не нравится неверно применять меру, но мы делаем это много раз. Я говорю: "это мой друг". Верно ли это? Это друг или человек сидит здесь? Это человек, у которого такие же ткани, такие же атомы и такое же строение проводников, как и у меня. И всё же я не хочу обращать внимание на то, что это то же самое. Я хочу знать нечто отличное от меня, поскольку хочу тешить свою идею о друзьях. Мы рассматривали тут идею о форме, цвете и прочем, что является верными мерами, но мы не хотим их видеть. Мы хотим видеть нашего друга, который есть нечто отличное от всех этих наблюдаемых нами мер. Это пример неверного использования верной меры. Если бы природа не снабдила нас этим неверным применением, мы бы не могли иметь в этом мире друзей и родственников. "Вот мой враг" — говорю я. Здесь я опять пытаюсь применить меру неправильно. Когда бы я ни увидел вас, я говорю — вот мой друг. Фактически же нет друга, но есть Рудольф. И точно так же нет врага, поскольку здесь только Рудольф. Так мы узнаём нашего отца, мать, брата, сына, сестру, жену и так далее. Это называется процессом наложения. Мы создаём картинку и называем её другом, врагом, отцом или матерью. Мы накладываем это на верную меру. Если я скажу "это полотенце", то это верно, но если я скажу "это моё полотенце", то это уже наложение. Так, путём наложения, мы даём мере неверное применение. И жизнь становится возможной лишь когда этот второй процесс тоже присутствует. Мы видим молоко с сахаром, но называем это просто молоком, забывая о присутствии сахара. Потом мы кладём туда кофе и называем всё это "кофе", забывая, что в его состав входят сахар и молоко. Я говорю, что пью кофе, хотя в действительности пью смесь этих трёх компонентов. Если вы спросите, что это, я скажу — "кофе", хотя это неверно. Я должен сказать — это молоко, сахар, кофе и стакан. Здесь участвуют в качестве мер четыре позиции, но мы говорим, что это кофе. Таким вот образом многие из наших ощущений оказываются в процессе неверного использования верных мерил. И пока мы живём в не-я, мы неизбежно живём вот так. Отсюда природа создаёт эту вторую, неверную меру. И пока мы проводим свою жизнь в не-я, мы продолжаем использовать и верную, и неверную меры.

Но есть и третья мера, которая называется мерой воображения. Мы видим что-то и добавляем к нему нечто другое. Когда я впервые приехал в Женеву, то обнаружил, что люди тут ходят в плащах, свитерах, носках и ботинках, и не

понимал смысла этого, потому что место это было мне в новинку. Затем я решил, что все вы тут очень богатые люди, аристократы. Ведь в Индии обычно именно богатые люди носят подобную одежду. В действительности же оказалось, что дело не в том, что вы такие богатые, но что климат здесь прохладный. Вы видите, как я заключил, что все вы тут богачи. Это и есть то, что называется воображительным мериллом. Я представляю что-то и применяю верную меру по-своему, соответственно своему воображению. В результате моё заключение оказывается неверным. Это не совсем то же, что неверная мера, но это неверное заключение из верной меры. Результат ошибочен, потому что неправильны процесс и приложение. В предыдущем случае была неверна сама мера, тогда как в этом случае неверный вывод подсовывает мне воображение, а не неверное применение мер. Это называется третьим типом деятельности ума и чувств.

Четвёртый тип деятельности — это неприменение мер. Когда нет процесса приложения, это неприменение, которое мы называем сном или отсутствием. Это отсутствие осведомлённости об арене действия ума и чувств. Сами мы не можем применять этот метод, но природа заставляет нас применять его, и мы называем это сном. Вы не можете применять его по своему хотению. Сядьте молча и ничего не делая. Разве ум сохраняет спокойствие? Это невозможно. Не может тот, кто сознателен, испытать неприменение мерилл. Природа позволяет это, чтобы машина человеческой конституции не вышла из строя от непрерывного применения. Природа не позволяет нам применять инструмент непрерывно, чтобы он не разлетелся на куски. Она устраивает принудительные перерывы в применении на то время, которое требуется для отдыха или покоя. Затем она снова позволяет вам применять его, и мы называем это пробуждением. Теперь ясно, что спят в нас каждую ночь ум и чувства. Если бы заснуло в нас истинное Я, то мы не смогли бы проснуться снова. В этом случае сон означал бы смерть, и тело можно было бы хоронить сразу же после засыпания. Во время сна наши лёгкие дышат, наше сердце бьётся, кровь циркулирует и работает пищеварительная система. Истинное Я в вас и все его работники не спят, в то время как вы спите в части ума и чувств. Это просто как отключение одной из комнат в доме. А поскольку люди знают себя лишь как ум и как чувства, они считают, что спят. Представьте, что я родился в этой комнате, и здесь же воспитывался, и мне не позволяли её покидать. Тогда моё

представление о доме сводилось бы к этой комнате, и ничему иному. Остальной дом и производимые в других комнатах работы для меня бы не существовали. Подобно этому и многие люди на нашей Земле живут лишь в одной из комнат своей конституции, рождаются и воспитываются в этой комнате, и смерть тоже случается с ними там же. У них нет никакого представления о своём собственном доме, оборудовании и способностях, которые у них есть. Это полное отсутствие мерил. Природа делает это для нас, поскольку сами мы не знаем, когда начать и когда остановиться. Мы чувствуем, что нужно сделать много важных дел, и если бы мы продолжали работу, то тело развалилось бы на куски. Природа не даёт этому случиться, отсекая меры или останавливая их применение.

Пятый тип деятельности, или пятая мера, — это то, что мы называем "впечатлением". Приложите кусок пластилина к монете и отнимите его. Вы получите образ монеты, который будет сохраняться на пластилине. Подобно этому и у ума с чувствами есть свой "пластилин" для приёма и сохранения впечатлений. Раз восприняв впечатление, вы можете снова прореагировать на него в отсутствие оригинала. Это то, что называется памятью. Я отправляюсь в Индию и там думаю о Рудольфе. Он перед моим умственным взором с его жестами, движениями и голосом, записанными всё на том же "пластилине". В своём уме я и в Индии могу видеть его и слышать его разговоры. Имея этот аппарат памяти, я могу говорить людям в Индии, что когда я был у него дома, он говорил мне то-то и то-то, а когда мы с ним путешествовали в Альпы, то что-то ещё и так далее. Из четырёх до сих пор описанных видов деятельности мы можем переживать первые три вместе с этим пятым, памятью. Конечно, четвёртого типа, сна, у нас в памяти быть не может. Мы можем знать, что хотели спать или что мы плохо спали, но мы не можем знать, что мы спим. Все же прочие три типа деятельности могут быть использованы вместе с этим пятым, который мы называем памятью. Когда вы знаете, как пробудить истинное Я с помощью практики йоги, тогда вы можете знать, что такое сон и как вы спите. Даже во время сна вы сможете видеть, как вы спите, точно так же, как вы можете видеть другого спящего в комнате человека. Но это лишь после того, как вы станете йогом. Пока же вы этого не знаете, но вы узнаете, если станете господином аппарата своей конституции. Впечатление действует в качестве пятой меры, но люди применяют его неверно, пока не достигают этого

господства. Для многих жителей этой Земли впечатления не являются произвольными, а создаются непроизвольно, под воздействием среды на чувства и ум. Так мы получаем неверное впечатление о людях и местах, партиях и религиях, нациях и расах. Но больше всего достойно сожаления то, что этими ложными впечатлениями мы подстёгиваемся к действиям нашей повседневной жизни. В результате получаются неудобства и осложнения. Мысль девушки гальванизируется воспоминаниями о том, что её любимый в Женеве или Париже, и она впадает в депрессию. Жена волнуется о муже, который в Лондоне, и впадает в страх. Когда этим двум женщинам дают хорошие блюда, они не могут есть, потому что воспоминания вызвали у них страх или подавленность.

Фактически же еда не имеет никакого отношения к тому, что муж в Париже или Женеве. Женщина далеко оттуда, но она обусловлена воспоминаниями. И она называет это любовью! Какая жалость! Ведь любовь не имеет отношения ко всей этой бессмысленной деятельности. Всё это — большая путаница, получившаяся в результате неверного применения пятого вида деятельности. Начав практиковать йогу и проходя шаги дисциплины, мы знакомимся со всеми этими пятью видами деятельности. Постепенно мы узнаём, как работает эта машина и её детали. Это ведёт нас к овладению всей этой машиной, которой нас одарила природа. Тогда вы станете умелым техником, умеющим правильно обращаться с машиной. Результатом будет тот комфорт, который йоги называют блаженством (ананда). Блаженство — не цель, но это состояние, в котором вы будете находиться, когда машина работает для вас. Блаженство не является обусловленным; не является оно и последним пунктом какого-то утомительного процесса. Нет ничего последнего в этом мироздании, поскольку всё существует всегда. Для нашего умственного понимания всегда есть первое и последнее, начало и конец. Но в практике йоги нет ничего подобного цели или конечной точке, которую можно было бы сравнить со смертью ума. Ясно ли это вам, или в том, что я объяснил вам до сих пор, для вас что-то сомнительно? Конечно же, я даю всё очень сжато, потому что вы пока только знакомитесь с частями своей собственной машины. Если вас берут на работу на большую электростанцию или мыловаренную фабрику, где много цехов, в каждом из которых свои сложные машины, и вас проводят по всем им, то могут лишь в целом ввести вас в курс дела. Вы узнаете вещи гораздо лучше, лишь когда

останетесь там и начнёте работать с ними. Машина, в которой вы существуете, и которой вам нужно научиться правильно пользоваться — это большое колесо, в котором семь колёс, в каждом из которых вращается по семь валов. Сперва вы должны узнать природу каждого из колёс и принятую процедуру работы с ними. Вам дают объяснения про каждую часть и вы уже можете получить всестороннее представление обо всех частях и их взаимодействии, понять, как идёт весь процесс. И тогда вы понимаете целое устройство. Каждый из нас — такое вот самодостаточное устройство. Всё это время мы понимали эти устройства как Рудольфа, Рут и так далее, и замечая их по такому критерию, не знали ничего об устройствах вообще. Мы знаем лишь то, что о них думаем, что нам нравится, что нам не нравится, что мы любим и что мы ненавидим. И тогда эти единицы уже предоставляются на рассмотрение уму и чувствам. Мы живём в собственном мире, и все мы с другими единицами существуем друг для друга не как мы есть или как мы действуем, но как мы полагаем. В целом мы принимаем вещи и имеем с ними дело неверно, по нашему собственному впечатлению. Много раз мы суём пальцы не туда и получаем порезы и ожоги. И по достижении некоторого возраста нам уже приходится терпеть увечья и оставшиеся на всю жизнь повреждения, которые мы сами нанесли себе игрой не по правилам. Жизнь проживается как история боли и удовольствия, со всеми своими задержками, разочарованиями и печалью, которые мы сами себе устроили своим искусным невежеством. Наше невежество заставляет нас спрашивать: "Есть ли Бог? И если он есть, то почему он даёт нам боль, бедность, беды и печали?". Такую жизнь можно назвать существованием на плане невежества, чертогом печали, лабораторией причин и следствий, где мы проводим эксперименты методом проб и ошибок. Это жизнь, где мы впутаны во многое, и это называется "сансара". На санскрите это означает дрейф под действием силы обстоятельств.

Таким образом, наш проводник, Патанджали, знакомит нас с пятью типами мер. Следующий пункт, который следует понять — это верное применение этих мер, происходящее из знания нашего соотношения с каждой из них. Когда вы приходите на рынок, там есть мерки для круп, для молока, весы для овощей, есть гири и у мясника. И мерка для молока отличается от мерки для крупы. Постепенно мы узнаём все типы мер на этом рынке. Так же мы знакомимся и с мерами человека в йоге. То, что мы называем символом — ни что иное, как

мера. Мы узнаём о вещах, читая книги с помощью букв, знаем телефоны по номерам, а города находим по карте, или по особому виду, местоположению и освещению. Не будь символа, мы бы ничего не могли знать, мы не могли бы читать, звонить по телефону, приходить в назначенное место. Нам следует знать, что применение мер неизбежно. И здесь Патанджали объясняет, что для получения верного впечатления и правильного источника знаний есть три типа подходов к нашим мерам. Это 1) прямая мера; 2) косвенная мера и 3) представительная мера, или то, что мы называем авторитетным источником. Прямая мера — это непосредственное приложение какой-нибудь меры. Окружающие нас меры даны нам природой, а иногда изготавливаются человеком. Они существуют в виде того, что мы называем обликом, цветом, числом, звуком и т. д. Когда мы называем предмет красным, это свет отражается от предмета и достигает наших глаз. Точно так же мы называем другой предмет круглым. Вид и образ воспринимаются глазом, и потому эта мера прямая. Запах благоухания в комнате мы определяем прямым применением обоняния. Когда одно из пяти чувств прямо подвергается воздействию предмета, на который оно направлено, тогда мы имеем прямое восприятие. Мы видим здесь стол и пользуемся нашим прямым восприятием, чтобы немножко искривить наш путь. Здесь мы пользуемся мерой, чтобы предотвратить столкновение со столом. В темноте мы идём, вытянув вперёд руки, чтобы узнать о присутствии стола осязанием. Если светло, мы пользуемся для измерения глазами, а если темно — то руками. Этот процесс называется прямой мерой или прямым восприятием. Я слышу из-за стены ваш голос и знаю, что вы идёте. Это прямое восприятие звука. Я пробую яблоко, и нахожу, что оно хорошее. Мы можем использовать для прямого восприятия окружающей среды любое из пяти чувств. Так мы живём в этом предметном мире.

Второе — это косвенная мера или вывод. Она называется также мерой заключения. Представьте, что завтра я приду к вашему дому и обнаружу, что дверь закрыта. Этот факт я узнаю с помощью прямого восприятия. Но то, что дверь закрыта, прямой мерой не узнаётся. Так можно узнать только дверь и замок, но не тот факт, что дом заперт. То, что дверь закрыта, узнаётся при помощи вывода. Если бы не было второго типа мер, то я бы взял молоток и стал разбивать дверь и замок, чтобы встретиться с вами. Но благодаря второй

способности, заключению, мы можем понять, что дверь заперта. И при помощи неё же мы можем сделать вывод, что Рудольфа нет дома, а также, что он где-то в другом месте. Наше прямое восприятие двери и замка не может дать нам этой информации. Мы не можем с помощью него узнать, что дома никого нет. Входя в дом утром впервые, вы, положим, обнаруживаете у двери палку человека. Вы сразу же понимаете, что мистер такой-то, владелец трости, дома. Это вывод. То, что вы видите — только палка, а то, что вы знаете — это что конкретный человек здесь. Непосредственная мера не может обеспечить нам достаточно информации, чтобы жить в этом мире. Она всегда должна дополняться выводом. Иначе люди не могли бы жить. Друг приносит вам пакет и говорит — "здесь яблоки и бобы". То, что вы видите — это пакет, но то, что вы знаете — это что там бобы и яблоки. Без вывода мы приняли бы за бобы и яблоки сам пакет, и попытались бы его сварить или съесть. Это вывод заставляет нас открыть пакет и рассортировать яблоки и бобы, чтобы разложить их по своим сеткам. Мы отправляемся на вокзал и просим билет, который нужен нам, чтобы сесть на поезд и отправиться в Льеж. Это вывод. Не будь вывода, мы купили бы билет и отправились домой. Или мы садились бы в поезд без билета, или садились в любой поезд, который оказался у платформы, и так никогда не попадали бы к месту назначения. Лишь вывод позволяет нам понять, что билет нужен для того, чтобы попасть в нужный поезд и доехать до станции Льеж. Добраться до дома нам помогает сила привычки и способность заключения. Мы видим на платформе надпись "Брюссель". Если бы не было заключения, мы решили бы, что находимся в Брюсселе, но способность заключения позволяет нам узнать, что здесь останавливается поезд на Брюссель. В повседневных делах мы тренируем эти две способности.

Третья мера осуществляется с помощью средства, которое йоги называют авторитетным источником. В отсутствие двух первых мер третий выполняет своё назначение только когда мы знаем, что он существует и когда убеждаемся в его достоверности. За обеденным столом вы просите сахара. Рут говорит, что сахара нет. Так вы узнаете что-то о сахаре. Здесь нет прямого восприятия, нет вывода, но есть прямая передача сведений о сахаре. Вы сначала хотите сахара, но с её слов знаете, что сегодня не сможете его получить. И всё это узнаётся при полном отсутствии сахара. Всё проведено силой слова, и оно называется здесь проводником или носителем авторитета. Здесь вы

используете в качестве меры звук и слово. Вы это делаете, чтобы узнавать физические, ментальные и духовные вещи. Так вы можете узнавать через пространство, узнавать вещи, существующие где угодно, а также в прошлом, настоящем и будущем. Я спрашиваю Рут — есть ли кофе? Она говорит — кофе нет. Мы поговорили о кофе, когда никакого кофе не было вообще. Как же мы могли говорить и решать о нём? Силой слова. В древние времена был гуру, обучавший своих учеников йоге. Один ученик никак не мог понять этот третий тип применения меры. Три дня гуру пытался объяснить ему, но всё без толку. Тогда он применил практический метод. Он отправился с учениками на берег реки и попросил этого мальчика сходить домой, поискать чашку гуру и принести её. Мальчик отправился туда, поискал её, вернулся и сказал — учитель, там чашки нет. "Ты искал?" — спросил гуру. "Да", — ответил ученик. "Что же ты искал?" — спросил гуру? "Чашку, учитель", — ответил ученик. Тогда гуру достал чашку из своего мешка и сказал: "Когда чашка у меня в мешке, и её нет в доме, как же ты мог её искать? Ты говоришь, что её там нет, и говоришь, что ты искал. Если её там нет, как ты мог искать её? Ты искал в доме и говоришь, что искал чашку. Но в отсутствие вещи как ты мог её искать? Это значит, что она существует где-то ещё. Где же она существует? В моём уме, в виде воспоминания. Силой моего слова она стала существовать и в твоём уме. Именно с помощью этого ты производил поиски. Вот так мы и используем силу слова в качестве мерила." Так все вещи в мире могут существовать в вас как имена, существительные или прилагательные. Эти слова действуют как меры. У вас есть меры, служащие проводниками других мер. Что-либо может существовать и может быть передано произнесением слова, предложения, или написанной фразой, и так далее. При верном применении знание может передаваться через книги и людей. Это то, что мы называем мерой авторитета, которая дополняет первые два вида применения мер, позволяет лучше их использовать, и мы часто пользуемся этим при разговорах и обучении. Когда мы делаем это правильно, то становится возможной передача истины. Учитель в классе говорит: "однажды жил один царь". Ему не нужно для этого присутствие царя — ученики понимают урок. А если он учит о тигре, то приводить тигра в класс совсем уж нежелательно. Мы можем понимать без прямого восприятия. Заключение помогает лучше, чем прямое восприятие, а авторитетная передача — лучше, чем заключение. Когда все эти три метода

применения мер употребляются уместно, то служат нашему полному просветлению. Пользоваться прямой мерой возможно лишь в отношении ограниченного количества вещей. Находясь здесь, вы можете использовать в качестве прямых мер лишь находящиеся здесь предметы, и это всё. Вы не можете принести вещи, которые принести нельзя. Но вы можете сразу же применить второй и третий методы использования мер. Когда я читаю письмо, написанное моим сыном в Индии, я с помощью вывода узнаю, что происходит у меня дома — здесь нет возможности применения прямого метода.

Этому третьему методу мы тоже можем дать верное и неверное применение. Мы должны быть осторожны. Вам известно, что энергия следует за мыслью, как заметил Учитель Д. К. Будучи верно применена, сила слова служит проводником потока энергии в верном направлении. Будучи применена неправильно, она ведёт к невообразимо ужасным последствиям, таким как войны. Патанджали знакомит нас с этими тремя видами применения, чтобы с помощью предписанной им дисциплины мы минимизировали неверное использование и увеличили верное использование этих мер. Если я скажу, что на спиритическом сеансе видел Шекспира, то некоторые могут поверить. Они поверят, что я видел дух Шекспира в его астральном теле. Точно так же есть люди, которые верят, и заставляют верить других, что видели Милтона, Исаака Ньютона и т. д. Полагают, что люди получают от этих великих послания. Я могу под видом автоматического письма написать какую-то чепуху, например, "есть яблоки вредно", и сказать, что это передал Учитель Морья. Что же тогда произойдёт? Большая путаница, глупая вера, непонимание, неверное понимание, конфликт, а в результате — полное отрицание. Это приведёт к полному отрицанию существования таких учителей, как Морья. Моё глупое поведение может вызвать неверие в существование этого учителя. Вот пример неверного применения силы слова. Энергия последовала по неверным линиям мысли и привела к конфликту, ревности, ненависти и отрицанию. Верное же его применение снабжает нас знанием обо всём в мире. Вчера и сегодня вы узнали некоторые важные сведения о Патанджали с помощью верного применения силы мысли, дополненной выводом и прямым восприятием. Патанджали присутствует здесь Силой Слова. Когда мы говорим о медитации, мы узнаём о ней через силу слова ещё до того, как начинаем медитировать, потому что мы не можем давать объяснения, когда медитируем. И если мы знаем что-нибудь о

пранаяме, то это тоже лишь силой слова, потому что мы не можем объяснять пранаяму, когда заняты ею. Иногда мы даём носителю неверное применение для лучшего выполнения назначения. Это желательно. Покупая вещи в магазине и платя деньги, вы ведь ничего не даёте — это просто кусочки бумаги, используемые как носитель, проводник. Купюра или монета используется лишь как проводник человеческой энергии, чтобы уравнивать передаваемую и возвращаемую энергию. Но если вы придаёте деньгам какую-то психологическую ценность, то это неверное приложение проводника. В результате вы начинаете зарабатывать всё больше денег и копить их. Представьте, что я впервые увидел в этой комнате электрический свет, а раньше не знал, что такое электричество. Допустим, вы привезли меня из джунглей Амазонки посмотреть на него. Я найду в нём нечто чудесное. Я подожду, когда вы уйдёте, а потом отрежу лампу, увезу её к себе и повешу у себя дома. Никакого проку не будет. Вот точно так же мы даём неверное применение деньгам, когда держим их где-нибудь. Когда я считаю деньги в кошельке и говорю, что это мои деньги, то это неверное применение меры. Но мы можем дать этому и верное применение, стимулируя общественное мнение идеями производства и инвестиций. Так вы опять будете мастером, правильно использующим даже неверное применение. Настоящий промышленник, настоящий министр и настоящий администратор — это люди, умеющие делать такие вещи. Патанджали был таким мастером в области вечных ценностей. Деньги — это физический проводник, будь то монеты или банкноты. Слово — это жизненный проводник. Это абстрактная мера, которая передаёт больше мысли, чем физическая мера. В результате силой слова будет произведён более обильный поток энергии, следующей за мыслью. Обычно мы не понимаем этого, и используем слова, не вкладывая в них большого значения. Мы живём в ценностях смыслов, которые не обозначают никаких предметов или процедур. "Сегодня с экспрессом прибывает моя жена" — сказал один из моих друзей. Он развёлся с ней двенадцать лет назад, но всё ещё пользуется выражением "моя жена". Здесь смысл слова оказывается беспредметным. Это интересный пример слова, неверно используемого в качестве проводника. В результате слово не несёт вовсе никакой силы. Сила слов зависит от значения, с которым мы их применяем. Точно так же многие используют слово "счастье". В девяносто девяти случаях из ста слово "счастье" означает лишь понятие, а не

переживание. Всё это примеры неверного использования верных проводников. Они используются в отсутствие объектов, и подобны собакам, сидящим во время каникул на территории колледжа. Точно так же как собаки не становятся от этого профессорами, так и слова эти не могут произвести силу.

Вот что объясняет нам Патанджали о трёх типах мер. Сначала он объясняет пять групп мер, а затем три типа применения этих пяти групп. У всех этих пятнадцати пунктов может быть верное и неверное применение. Из пяти групп мер четвертая не имеет дальнейшего подразделения, поскольку никто о ней не знает. Это отсутствие меры, которое мы называем сном. Ум и чувства каждую секунду подвергаются воздействию разных типов мер из окружающей среды. Ум реагирует на них, и мы не знаем себя иначе как через какую-либо из этих реакций. Нам нужна пауза, чтобы реакции эти приостановились и у нас была бы передышка, чтобы собраться от своих реактивных я к истинному Я. Таким образом, мы хотим удалиться из существования не-я в свет истинного Я (души) путём полного поглощения низших принципов. Тогда мы сможем правильно пользоваться умом, чувствами, мерами и проводниками, чтобы они составили часть единого целого, "положительного Я", которое едино во всех проводниках. А как сделать это, будет видно из следующего шага, за который мы возьмёмся завтра.

УРОК 3

18 октября 1981

В двух предыдущих уроках мы говорили о поведении ума и необходимости приостановить это поведение, чтобы он был поглощён в истинное Я. Теперь мы переходим к практическим понятиям практики йоги. В начале нужно предпринять два осознанных усилия: 1) вновь и вновь применять свой сознательный ум (низший ум); 2) стать пассивным к окружающей среде и своим владениям в ней. На начальных стадиях у нас совсем немного инструментов, с которыми мы можем работать. Это низший ум и чувства. Мы должны дать тому, что у нас есть, наилучшее применение. Та часть инструмента, которую вы сознаёте — это лишь ваше сознание, действующее через ум и чувства. Учитесь давать доступному инструменту должное применение. Вы должны предпринять

сознательную попытку углубиться в себя, проследить своё сознание, чтобы приостановить ту деятельность ума, которая идёт через чувства. Не следует понимать это как удаление в темноту, уход в мрачные пещеры в джунглях. Это не изоляция, не процесс самозакупоривания. Когда вы замечаете в саду солнечный луч, вы должны пойти в дом и открыть в нём окна, прежде чем вы сможете получать солнечный свет и в доме. Каждый момент практики вам надо стараться думать о своём Я. Вы можете делать это, наблюдая не-я, когда что-либо делаете. Начинайте всё больше сознавать своё существование, наблюдая и регулируя своё собственное поведение. Что бы вы ни делали, наблюдайте себя. "Ремонт проводника должен совершаться в ходе его использования", говорит Учитель С. V. V. Ночью (в субъективности) вы должны проводить ремонт, а днём (в объективности) пользоваться проводником. Машина со всеми своими частями должна быть активна снаружи, тогда как вы активны внутри. Понаблюдайте, как ведёт машину опытный шофёр. Он ведёт её, но в действительности он её не ведёт — он беседует с другом, который едет с ним в автомобиле. Значит ли это, что он не ведёт машину? Он не ведёт, но ведут все его объективные составные части. Ваш ум ведёт, а вы нет. Вы говорите с другом, отвечая на любые его вопросы. Это следует практиковать и в жизни, в качестве первого шага. Это сознательная попытка наблюдать себя, в то время как ваша машина находится в действии. Делая это, вы поймёте, что в вас активны два человека. Один — наблюдатель, а другой — тот, кто делает. Теперь вы можете понять, что делающий является отрицательным полюсом вашего существования, а наблюдающий — положительным полюсом, истинным Я. Сила привычки каждое мгновение направляет вас к отрицательному полюсу, а ваше сознательное усилие приводит вас к положительному полюсу. Это усилие должно прилагаться постоянно, пока оно не внедрится в качестве привычки. Привычка укрепляется, и вы начинаете существовать в положительном полюсе, Ишваре (Сознании Господа) в вас. Прежняя привычка начинает терять хватку, а новая привычка набирает силу. Вы не можете бороться с привычкой, отвергнуть или удалить её. Вы должны создать новую и более сильную привычку, если хотите освободиться от старой.

Древние психологи, учёные от йоги, знали силу привычки. Ничто не выдерживает против привычки в попытке избавиться от неё. Знание всех самых лучших вещей в мире окажется тщетным и пропадёт зря, если вы попытаетесь

применить его для избавления от привычки. Мы знаем силу привычки, и знаем, как привычки нас порабащают. И мы должны узнать, как использовать силу привычки в верном направлении. Чтобы устранить существующие привычки, укореняйте новые привычки в нужном направлении, и используйте в положительном направлении силу новых привычек. Старую привычку вы можете устранить лишь создав новую и более сильную. Это единственный метод. (Я разработал тезисы о привычках и их полезном применении. Мы можем поговорить об этом потом). Природа включила в нас способность к привычке ради нашего выживания в этих телах. Наше сердце бьётся в силу привычки. Наши лёгкие дышат тоже в силу привычки. Это принцип, лежащий в основе всякого повторения. Основа повторения — привычка. Повторение внедряет привычку, а привычка вызывает неизбежное повторение. Делайте что-либо с повторением, и вы внедрите себе новую привычку. Для этого вы можете понимать или не понимать, что делаете. Требуется лишь повторение, а не понимание. Понимание имеет свою ценность для другого, но здесь нам нужен именно процесс сознательного повторения чего-либо предложенного нам. На санскрите это называется *абхьяса*. Практику йоги называют *йога-абхьяса*, и это неверно переводят просто как "практика йоги". Это не совсем точно. Йога-абхьяса значит многократное, повторное приложение йогического сознания, чтобы увеличивать осознанность всего, что мы делаем (осведомлённость не о том, что делают другие, а о том, что мы делаем со всеми нашими проводниками).

Вопрос: "Можно ли назвать это медитацией? Когда мы постоянно применяем сознание, можем ли мы сказать, что находимся в непрерывной медитации?"

Ответ: Мы на пути к медитации. Это самоосведомлённость. Это повторяющееся приложение должно быть вменено в обязанность низшему уму, который является вашим учеником.

Второй шаг состоит в том, чтобы стать пассивными к окружающей среде, в которую входят ваши отношения с другими и ваша собственность. Это то, что называется *вайрагья* или непривязанность. Вы должны знать искусство отстранения чувств от предметов, а ума — от чувств, и стать пассивными к сигналам чувств. Впечатлениям извне не следует позволять достигать ума внутри. Это возможно, лишь когда ум занят самоосознанием. Если ум не занят чем-то, его не удержать от внешних возмущений. Посмотрите, как свами в

ашраме находится в своей комнате и не позволяет никому извне прямо к нему приближаться. Он делает так, потому что должен думать о своих внутренних делах. У нас в Индии есть один свами, который каждый раз раздражается и кричит во время своей беседы, если какой-нибудь ребёнок в аудитории шумит. Можем ли мы назвать его свами? Если ребёнок может побеспокоить его и оторвать от своей беседы о священной Бхагавад-гите, его нельзя назвать свами, потому что ребёнок имеет над ним больше власти, чем Бхагавад-гита. Так что не позволяйте тому свами, который в вас, беспокоиться из-за сообщений, которые доставляют чувства. Когда ваш ум будет занят осознанностью, он не будет получать впечатлений извне. И тогда случится чудо. Тот парень внутри начнёт светить вовне, в окружающую среду. Одежды внутреннего свами будут становиться всё ярче и излучат вовне пламя, как его собственное присутствие. Вы должны сделать этого внутреннего парня достаточно спокойным, чтобы он мог засиять. Это непривязанность.

Но если ваш подход будет неверным, у вас ничего не получится. Представьте, что вы сильно гневаетесь и раздражены, и вам нужно от этого отстраниться. Если вы закроете глаза и будете думать о том, как избавиться от гнева, вам это не удастся. Вы никогда не должны делать так, потому что этим вы медитируете на гнев. Если в вас есть слабость или что-либо нежелательное, не думайте об избавлении от этого — так вы будете думать о слабости всегда. Уму удаётся обхитрить вас и заставить думать о том, от чего вы хотели избавиться.

"Обхитрите хитрость" — говорит Учитель С. V. V. Это удивительный процесс. Вы можете проделать ещё одну хитрость с умом, который уже обхитрил вас, заставив думать о той вещи, от которой вы хотите избавиться. "Обхитри хитрость" — это мантра, которую Учитель С. V. V. дал своей жене для практики непривязанности. Прежде чем совсем исчезнет любопытство, его нужно сделать пассивным. Не пытайтесь убрать любопытство из ума. Игнорируйте его, будучи в осведомлённости о чём-либо другом. Первый пункт делает возможным второй. Абхьяса вызывает вайрагью. Повторяемые усилия по самоосознанности и наблюдению собственной деятельности делают ум пассивным к окружению, так что любопытство совершенно исчезает. Вы должны перестроить свои привычки, социальную жизнь и повседневные дела, и создать такие обстоятельства, которые благоприятны и близки для вашей ежедневной работы. Возможности подвергнуться воздействию бури

беспокойства должны быть устранены выбором места, дома, компании друзей и программой непрерывной работы. Знакомства и дружбу нужно постепенно перестроить и переустановить. Нужна компания положительно поляризованных людей, именуемая на санскрите *сатсангатья*. Избегайте людей чрезмерно критичных. Если они встретятся с вами, не боритесь с ними и не спорьте. Вы можете с улыбкой ответить им "да" и легко ускользнуть. Вы можете помочь им и сделать им приятное (хотя последнее почти невозможно). Но вы не должны развлекать их. Не привязывайтесь к ним симпатией или антипатией. Если они нравятся вам, это вызывает привязанность, а если не нравятся, то это даёт привязанность ещё худшую. Через несколько недель или месяцев такие люди, оказавшиеся среди ваших знакомых, перестанут находить в вас что-то интересное или притягательное, и отпадут сами. Тем временем, при помощи самонаблюдения и расположения в месте, подходящем для практики, вы становитесь менее реактивными. Вы должны найти место, где не подвергаетесь возмущению. Объективно говоря, это невозможно, поскольку деятельность ваших знакомых не находится под вашим контролем. Каждая попытка управлять ими объективно приводит к напряжённости между вашим умом и умами других. В предметном мире обстоятельства представляются непреодолимыми, тогда как субъективно вы можете не поддаваться им и стать хозяином положения, если начнёте этому учиться. Не начинайте своей попытки с физического удаления. Это вызывает напряжение. Начните с того, чтобы на субъектном плане перестать быть привязанным к своему окружению. Этого можно достичь путём включения себя в продолжительную программу. Я приведу пример. Допустим, среди нас есть два человека, которые разговаривают во время урока. Если вы захотите узнать, о чём они говорят, или попытаетесь заставить их замолчать, то вы потерпите неудачу, потому что лишь привяжетесь к ним. Но если вы начнёте активнее думать о своём деле, то этот разговор перестанет для вас существовать. Через некоторое время ваше присутствие начнёт сиять и распространяться в комнате. Это повлияет и на них; они перестанут говорить и постепенно тоже начнут думать о своём деле. Благодаря бессознательной телепатии то же самое имеет место у всех живых существ нашей Земли; ваша отстранённая природа позволяет вам светить в своём окружении своим присутствием. Через бессознательную телепатию это передаётся другим, и они чувствуют, что им хочется помолчать и подумать о

своих делах, пока они находятся в вашей комнате. Познайте искусство быть пассивными по отношению к среде и активными по отношению к самим себе. Это и есть истинная практика непривязанности. Главное препятствие тут любопытство. Представьте, что после занятий я захочу узнать ваше впечатление о моей лекции. Я подойду к каждому из вас и спрошу — ну как? Это значит, что я стимулирую вас к тому, чтобы вы побеспокоили мою осознанность, в то же время нарушая и вашу самоосознанность. Такие вредные черты, происходящие от эгоизма или не-я, нужно сознательно контролировать, стараясь думать о своей работе, не заботясь о результатах. Работа управляет умом и позволяет нам лучше понимать вещи. К джняна-йоге нас должна вести карма-йога. Иного пути нет. Размышляя о джняна-йоге и пытаюсь понять, что же это такое, мы можем прочесть целые тома философии без всякой джняна-йоги. Работа — вот решение, а не философия. При каждом шаге мы должны прилагать себя к работе и практиковать непривязанность. Постоянное применение ума к самоосознанности и практика непривязанности вместе позволяют поддерживать ум в поглощённости. Начать нужно с низшего ума — просто потому что это единственный доступный на начальных стадиях инструмент. Для поглощения низшего ума должен быть использован сам низший ум.

Некоторые советуют для практики непривязанности оставить своих близких, дом и собственность. Бросьте жену, детей, отца или мать и уходите в леса — говорят они. Это негативное понимание непривязанности. Отречение не следует понимать как непривязанность.

Вопрос: "Люди очень часто уезжают из Европы в Индию, чтобы найти учителя. Вы хотите сказать, что это неправильно?"

Ответ: Именно так. Вы должны учиться там, где вы есть, и выполнять требуемую работу для Учителя и для себя. Если вы уедете в Индию, это не будет означать ничего, кроме любопытства, эмоций и глупой преданности. Ваш уход лишь помешает работе, побеспокоит вашего учителя и прервёт вашу практику непривязанности. Вот в чём причина того, что Учителя не показываются. Они не хотят, чтобы вы оказывали им честь, признали их и поклонялись им, тем самым только мешая и докучая. Они хотят, чтобы вы выполняли свою работу, поскольку они выполняют и свою, и вашу. В отношении этих двух вещей желания нужно постепенно свести к нулю.

Желания следует отличать от потребностей. Потребности — такие, как в еде, пище, сне и крове, касаются в основном вас самих. Потому мы можем их легко определить и удовлетворять их. Желания же относятся не к вам, они относятся к уму. Потому вы не можете ни определить их, ни очертить, ни исполнить. Никто в действительности не может дать научное определение желания, поскольку желание само ненаучно, будучи непрогрессивным в своём происхождении и развитии.

Представьте, что для нашей работы здесь нужны часы. Вы можете повесить часы на стене, чтобы все могли пользоваться ими и выполнять свою работу. Но если мне нравится иметь свои собственные часы, то это уже желание. Если мои часы украдут, то я могу работать, сверяясь с часами на стене. Это возможно только если я знаю свою потребность. Если же у меня не потребность, а желание, то я не смогу работать, когда обнаружу, что мои часы украдены. Мои мысли о часах приведут мой ум в болезненное состояние, и моё настроение испортится. Мне уже будет не до работы. Если же я забочусь только о потребностях, то смогу продолжать работу и с помощью часов на стене, а на досуге потом купить себе новые часы. Различайте между желаниями и потребностями, и лишь к потребностям прилагайте свой ум. Желания исчезают. Еда — это потребность, а аппетит к вкусной пище — это желание. Вы можете есть вкусную еду, но должны пользоваться вкусом лишь для удобства еды. Вкус — дар природы, позволяющий вам лучше исполнять свой долг по обеспечению тела топливом. Если вы заботитесь об этом даре, то это получается в ущерб работе. Если вы едите для удовлетворения вкуса, то заболаете. Что бы ни дала нам природа — это хорошо и желательно, и вы можете пользоваться этим для удобства своей работы. Использование вкуса для еды — это *йога*, тогда как еда ради вкуса — это *рога*, или болезнь. Постоянные усилия помнить эти вещи в повседневной жизни есть абхьяса. Постепенное отстранение от вещей путём сосредоточения на своей работе есть вайрагья. Со временем вы станете всё меньше реагировать на среду (на меры формы, цвета, запаха, вкуса и так далее), и быть всё более осведомлёнными о содержании этих мер, Ишваре во всём, том Я, которое в каждом и во всём.

Патанджали даёт определение того, какими должны быть повторяющиеся непрестанные усилия. Это попытки стать более осведомлённым о той осознанности, которую нужно развить. Ваша природа желания поглощается

путём приложения желания к этой цели. Ум подобен платку, сделанному из куска материи. Если вы поместите на него камфару, он будет сохранять запах камфары, а если выжмете на него лук, то будет нести запах лука. Если вы вынашиваете в уме желание, то он начинает пахнуть желанием, и сохраняет этот запах некоторое время. Но если вы поместите на платок огонь, то нельзя будет сказать, что платок приобрёл запах огня. Огонь — это исключение, его платок не может переносить. Подобно этому и приложение желания. Ум, находящийся в сознании йоги, не сохраняет желание. Вместо этого желание исчезает в осознанности, поскольку ум тоже поглощается в осознанность. И поскольку невозможно изгнать желание путём борьбы с ним, вы должны приложить его к своей собственной осознанности, и оно исчезнет. Вот к чему стремились Учителя, когда говорили основателям Теософического Общества о Всемирном Братстве и образовании ядра. Образование ядра братства было понято членами этого общества во внешнем, предметном смысле. Они собрались и сформировали физическое ядро. Они хотели открыть на физическом плане новый центр мудрости с многими главами (внешними и внутренними), просто встретившись физически. Но если каждый не образует ядро йогической осознанности в себе самом, то и образование физического ядра невозможно. Под "ложей" Учителя имели в виду, что есть ложа, в которой располагаются дэвы, чтобы сформировать конституцию, которая называется "человеком". Если члены общества не знают своих тел и умов, то нет смысла в образовании ложи на физическом плане. Мы видим, что сейчас и многие рестораны называются "ложами", но не в этом смысле применяли слово "ложа" Учителя. Это не дом на физическом плане, и вот почему Д. К. говорит, что "в этом столетии не должно быть ашрама на физическом плане". Когда же они собрали ложи на физическом плане, не зная, как дэвы располагаются в их конституции, результат получился совсем не тот. Каждый стал выдвигать своих президентов, чтобы они присматривали за ложей. Тогда Учителя пошли своим путём, будучи заняты своей собственной работой, оставив в физических ложах лишь свои изображения. Вот что случилось со многими духовными организациями. Следить за формальной стороной вещей необходимо, но делаться это должно лишь как следствие нашей осведомлённости о духе этих вещей.

Будьте активны, не становясь занятыми. Занятость — это психическая болезнь. Прибавление же активности означает прибавление здоровья. Это реорганизует все имеющиеся в вас силы и разумы. Активность значит самоосознанность. Занятость — это лишь самовнушение, не имеющее отношения к вашей работе, и оно делает вас болезненными и усталыми от идей работы. Мы даём себе установку, что не можем выдержать работы. Это делает нас слабыми и больными, полными саможаления. Восемьдесят процентов утомления и неврозов среди европейцев и европеизированных индийцев — просто самовнушение. Вы можете легко избавиться от всего этого, поддерживая себя в активной самоосознанности.

Повторение — это усилие, позволяющее управлять низшими импульсами. Оно позволяет вам выживать. Сердцебиение и дыхание именно повторением позволяют вам жить. Так и вы каждую минуту должны повторять усилие к самоосознанности. Установится новая привычка, и через некоторое время повторение уже не потребует усилий. Патанджали говорит, что привычка глубоко укоренится. Когда вы некоторое время держите ветку дерева в земле, то она сама начнёт пускать корни в почву, которые делают её независимым деревом, так что затем вы можете спокойно отрезать её от родительского дерева, сделав её отдельным растением, которое в свою очередь тоже сможет быть родительским. То есть это подобно посадке растений, а не пересадке тканей, которую практикуют в больницах. Новая привычка должна стать независимой и сделать вас независимым от старой привычки, которая не даёт вам двигаться вперёд, и вы отрезаетесь от старой привычки. А возможным это делает повторение. Когда процесс укоренения завершён, вы уже продолжаете повторять процесс вообще без всяких усилий. Точно так же как опытному водителю не нужно думать о своём вождении во время езды, вам не нужно будет думать о своём повторении. Вы станете пассивны в отношении попыток и активны в отношении повторения. Поначалу мы учимся делать те или иные вещи и совершаем их с усилием. Через некоторое время они совершаются нами без нашего собственного делания. "Прекратите делать что-либо и научитесь пребывать в себе, без делания. И всё будет сделано" — говорит Бхагавад-гита.

Желание что-либо видеть и слышать должно быть устранено развитием пассивной осведомлённости. Увидев, как на рынке кто-то говорит об очень

интересных вещах, вы можете получать удовольствие от его речи. Вернувшись же домой, вы должны думать о своей работе, а не об услышанных интересных вещах. Когда вы настроитесь на работу, вам нужно помнить о тех вещах, которые включены в рабочий план, тогда как другие делаются малозначимыми в силу вашего активного отношения к своей осведомлённости, вызывающего пассивное удаление от всех остальных вещей. Когда есть план, вы начинаете его выполнять, а не подвергаете его опять процессу обдумывания и планирования. Есть люди, которые думают и думают над планом. Человек хочет ночью сесть на поезд и начинает думать об этом и планировать с утра предыдущего дня. Умственно он ловит этот поезд за несколько часов или даже дней. Получается ловля ворон и ничего более. В Индии мы называем это ловлей кошек. Каждый раз кошка ускользает, и ты хватаешь только пустое место, где она только что была. Каждый раз предпринимается попытка со всей помпой, с соблюдением процедуры, церемониала, предосторожностей и тишины, но ловится лишь пустое пространство. Так этот пассажир в мыслях многократно отправляется на станцию, покупает билет и стоит на платформе ещё до того, как он сделает это физически. В результате он оказывается в поезде без портфеля, который он оставил дома.

В практике йоги, если вы намереваетесь что-то сделать физически, не совершайте этого ментально. Намерения в долю секунды для ментального плана достаточно. Обдумывание здесь не нужно, поскольку это физический процесс. Желание видимого и слышимого должно исчезнуть. То, что услышано нами — это уже много, слишком много. Мы изучили множество книг, были на многих лекциях. Всё это — то, что было нами услышано. Если вам нужно сделать что-то на основании этого, делайте. Но не начинайте раздумывать и создавать последовательность мыслей о том, что вы слышали. Вы можете прочитать все книги в мире, включая Писания. Если при этом вы почувствуете, что хотите что-то сделать, делайте это. Иначе же не думайте об этом. Вот что советует нам Патанджали словом "абхьяса", которое он определяет через понятия *джапа* и *артхабхавана*. Артха значит цель, бхавана — выдвижение мысли, намерение. От вас требуется формулировка мысли для какой-либо цели, а не процесс обдумывания. Если вам нужно что-то сделать, это живёт с вами всегда, а остальное должно уйти, не порождая мыслей. Допустим, вы читаете в Евангелии: "люби ближнего, как самого себя". Нет смысла повторять

эту фразу в уме. Если вы можете любить — любите, но иначе забудьте всё об этой фразе. Вот что имеет в виду Патанджали, когда говорит об артахабхаване. Когда вы не готовы любить ближнего, то это высказывание развивается в целую философию и может вызвать чрезмерное напряжение. Будь это книга по науке, искусству, законам, будь это ценный совет друга или даже сама книга афоризмов Патанджали, всё равно: если вы намереваетесь сделать что-либо — делайте это, а иначе — забудьте.

Ещё несколько слов о непривязанности. Бхагавад-гита предостерегает нас: непривязанность — это не процесс морения ума и чувств голодом. Я приведу вам пример. Представьте, что в один прекрасный день сюда прибывает свами Кришнамачарья, который приглашает вас пройти курс йоги. Если он скажет прийти очень рано утром, вы спросите: "могу ли я перед выходом позавтракать?". Свами ответит: "нет, это очень плохо, вы должны прийти с пустым желудком, и в этих вопросах нужно быть очень щепетильным". На следующий день вы приходите на пустой желудок и садитесь. Свами просит вас закрыть глаза и спрашивает — что вы видите? Скорей всего вы ответите — "прекрасный кусок хлеба, намазанный маслом и джемом". Ум засорён, и из-за этого варенья голова уже не варит.* И бедный свами уже не может вернуть вам рассудок — джем сейчас для вас слаще голоса свами. Позволь он вам съесть физический хлеб перед приходом сюда, тогда бы вы не наблюдали ментальный бутерброд, как только закроете глаза. И тогда ум был бы готов последовать совету свами. Тогда бы он мог говорить о вайрагье. Ментальный голод никогда не допускает вайрагьи. Когда ум и чувства голодны, то предметы чувств имеют в уме свои семена. Вы не можете хвалиться тем, что победили желание к алкоголю в его отсутствие. Семя желания всё ещё здесь и готово прорасти, дать цветок и принести плоды и новые семена, как только бутылка окажется в пределах досягаемости. Вот какое предупреждение даёт нам Бхагавад-гита касательно непривязанности. Деревья желаний окружают наши чувства и постоянно засевают наши умы своими семенами. Если вы срубите деревья, семена прорастут в вас опять. Не рубите древо желания. Если что-то неизбежно, оставьте это пассивно, наращивая осведомлённость о своей работе внутри. Дерево само истощится и засохнет, тогда как семя внутри вас будет обезврежено огнём самоосознанности. В лучшем случае вы получите поджаренные семечки, которые смогут когда-нибудь послужить духовным

завтраком. Вы должны знать процесс поджаривания находящихся в вас семян. Помните, что удовольствие нельзя уничтожить, ибо оно божественно. Когда чувства пытаются получать удовольствие от внешних предметов, вы не можете уничтожить удовольствие. Вы имеете моральное право лишь просветить чувства и вернуть их к верному типу удовольствия. То, что получает йог в конце своей практики — ни что иное, как удовольствие. Чувства нужно освободить от попыток получать наслаждение, они должны быть возвышены до наслаждения реальностью. Сама природа души есть наслаждение, а вы не можете её уничтожить. Если вы попытаетесь отвратить чувства от их попыток наслаждаться, это может привести к опасным последствиям. Это ведёт к низменным инстинктам. Что происходит, когда вы подавляете половой инстинкт? Это ведёт к чудовищным методам. Вы должны создать вкус к чему-то высшему и более истинному. И тогда вы станете пассивными к сексуальному инстинкту, что будет достигнуто через данный Богом процесс моногамии, который был назван Ману *грихастха дхармой*.

* В оригинале игра слов: jam — джем и jammed — засорился, заглох — прим. пер.

Допустим, ваш ребёнок получает удовольствие от того, что ест что-то грязное. Если вы отберёте это у него, он расстроится, а на следующий день научится есть так, чтобы вы не знали. Это развитие от плохого к худшему. Предложите лучше что-то более вкусное. Ребёнок бросит то, что ел раньше, будучи привлечён тем, что предлагаете вы. С умом и чувствами вы должны вести себя точно так же. Удовольствие бывает двух типов — удовольствие от чего-либо и удовольствие как переживание. Ум и чувства стремятся получить удовольствие, соприкасаясь с чем-либо внешним, у души же удовольствие имеет вид собственного света, собственного состояния. Ваше низшее я пытается найти удовольствие в чём-то ином, чем оно само. Языком оно ищет его в пище, ухом — в звуке, носом — в запахе, осязанием — в поверхности, а умом — в мысли, которая отлична от него самого. Когда холодно, низшее я находит удовольствие в чём-то тёплом, а когда тепло — в чём-то прохладном. У языка нет своего собственного вкуса. В точке соприкосновения с какой-либо иной вещью низшая природа и находит удовольствие. Душа же существует как всё, и потому у неё нет того, что можно считать "чем-то другим". Потому душа — это наслаждающийся и наслаждение, слитые воедино. Когда вы начнёте жить как

душа, понятия о наслаждении изменятся. У ума и чувств наслаждение — лишь случай, представление и воспоминание. У души это переживание. Чувственные удовольствия — лишь попытки, и они неистинны. О душе же в Бхагавад-гите сказано: "ищи меня, как никакую иную вещь". Когда сознание сдвигается от не-я (царства иных вещей) к истинному Я (царству себя), тогда нет иной вещи, чтобы получать удовольствие, ибо оно едино с нами. Это и есть естественное состояние бытия. "Я един, и нет для меня другого" — сказал Бог Моисею. К несчастью, это высказывание из древнееврейских текстов было неверно переведено в том смысле, что "Я Господь, Бог ревнитель, и да не будет других богов перед лицом моим". Он не ревнив, но для него нет ничего иного, кроме его самого. Чувственные удовольствия несут касание души, и потому чувства ищут удовольствия. Свойство души — это удовольствие, а свойство ума и чувств — искать какую-то иную вещь для контакта. Это свойство ума и чувств естественно, а свойство души — сверхъестественно. Инерция, подвижность и равновесие — это три качества (три гуны), порождающие ум, чувства и тело. Душа за пределами этих гун и существует как основа, глубинный поток подо всем, подобно тому, как под многими кусками плавающего льда есть вода. Множественность возможна лишь с кусками льда, но не с водой.

Три гуны относятся к чувствам и уму, но не к душе. Ум и чувства действуют в понятиях этих трёх гун. Качество инерции (тамас) преобладает, когда мы чувствуем сонливость и расслабление. Когда преобладает подвижность (раджас), то мы хотим узнать, что происходит, что в сегодняшней газете и т. п. Нам хочется выйти и посмотреть, как дела в городе, что говорят люди, какова погода, хочется посмотреть на снег, выпавший в Альпах. Когда действует раджас, мы не можем оставаться на одном месте. Я работаю целый год и чувствую однообразие. Я жажду перемен. Смена обстановки и друзей, домов и мест — вот что происходит, когда преобладает подвижность. Некоторые люди не любят перемен, потому что чувствуют, что они неудобны и небезопасны. Хорошо ли, плохо, но они хотят продолжать так, как есть. Мы обнаруживаем это, когда действует качество инерции. Когда же преобладает саттва, человек проявляет свои благородные черты, и во всём, что он делает, обнаруживается равновесие. Двигатель вашего автомобиля можно сравнить с тамасом, а бензин — с раджасом. Саттва же — это владелец машины, который умеет её водить и знает её механизм. Инерция включает в себя вес машины, металл её

двигателя и кузов. Динамизм включает в себя топливо, применяемое в машине. Равновесие же включает в себя владельца, который является и её водителем. Когда вы будете пребывать в равновесии или саттве, тогда для вас откроется проход к свету души. Введя себя в динамизм или раджас, вы будете волноваться, реагировать, что-то делать, пожинать последствия этого и снова реагировать уже на эти последствия. Это называется цепью кармы, которая вас связывает.

Саттва, или равновесие, совершает перестановку, при которой становится возможно первое касание света души. Это соприкосновение влияет на цепь причин и следствий так же, как сильный магнит влияет на железную цепь. Вся цепь причин и следствий становится магнитом. Это сверхъестественное переживание, находящееся за пределами трёх гун. Сверхъестественное бытие — это то, что мы называем Ом. Оно неподвержено влиянию трёх качеств, поскольку эти три качества сами из него излучаются. Может ли цепь сковывать входящее в неё железо? Подобно этому и три гуны не могут оказать никакого влияния на сознание души. И всё же Ом живёт во всех трёх гунах как сама Вездесущность, всеприсутствие. Это сознание души называется в Бхагавад-гите божественным аспектом природы или её девятым аспектом. Восемь аспектов природы, существующие ниже, подвержены действию присутствующих в вас трёх качеств. Но в вас есть девятая природа, сознание души, истинное Я. И вы должны переключиться от поведения восьми низших природ к девятой. Восемь низших природ — это пять состояний существования, а также ум, буддхи и "я". Пять состояний — это земля (твёрдое), вода (жидкое), огонь, воздух и пространство.* Они управляются пятью сознаниями, которые называются пятью бхутами. Огонь существует в трёх проявлениях — космический огонь, электрический огонь и огонь трения. Эти три огня, о которых говорится в писаниях, на английском языке были впервые описаны Е. П. Блаватской в "Тайной доктрине", а подробно объяснены в "Трактате о космическом огне" Алисы Бэйли. Вместе взятые все они составляют восемь *праkritи* или природ, находящиеся под влиянием трёх гун. За пределами же их — девятая, Божественная Природа, которую мы называем светом души. Ум и пять чувств являются проявлениями восьми низших природ. У вас в физическом теле есть твёрдые и жидкие элементы. Огонь существует в вас как сердцебиение, а воздух — как дыхание. Пространство существует в вас в виде

эфирного тела. Кроме того, у вас есть ещё ум, буддхи и низшее я. Все они подчинены присутствующим в вас трём качествам. И из всех них проходом к девятой природе, свету души, является ваше буддхи. За сознанием души лежит десятая природа, которую мы называем Господом Мира. Этот Господь — за пределами мироздания и также в нём, точно так же как внутри и снаружи дома существует то же самое пространство.

* Или акаша — прим. пер.

Вопрос: "Этот десятый — Санаткумара?"

Ответ: "Нет". У девятой пракрити или природы есть семь подразделений, из которых седьмое — Санаткумара. У каждой из этих девяти природ есть семь подразделений, но мы рассматриваем их в общем, широкими группами, что соответствует методу древних писаний. То, что дал Тибетский Учитель — это столько, сколько может понять современный человек XX века, но не столько, сколько дано в Писании. Учитель Д. К. как бы показал под микроскопом одну часть целой картины, нужную для понимания умов XX и XXI веков. Мы же сейчас прослеживаем широкое деление, наблюдая как бы издалека через телескоп. Здесь вы не найдёте подробностей. Фактически, древние писания подразделяют каждую из этих девяти природ на семь, а каждое из этих делений — опять на семь и объясняют. Седьмое подразделение девятой природы называется планом кумар, коих четыре, и одним из них является Санаткумара. За подробностями вы должны обратиться к "Тайной доктрине" Е. П. Блаватской. Пока же вам нужно запомнить, что девятая природа называется сознанием души в вас, а десятое — Господом Проникновения, который тоже существует в вас, как он существует и во всяком атоме вселенной. Мы существуем в нём, он существует в нас, в точности как тысячи маленьких бутылочек, погружённых в воду, находятся в воде, в то время как та же вода находится в них. Все бутылки в реке, но каждая имеет в себе реку. Десятый, Господь, может быть сравнен с рекой, которая и внутри, и вокруг бутылок. Это даётся вам в Бхагавад-гите в дополнение к тому, что есть в книге Патанджали. И ещё одно. Мы увидели, что в девятой природе есть семь подразделений. Самое низшее из них — это то, что мы называем человеческой душой. Она работает как сотрудник низшего я, индивидуальная душа. Из семи подразделений девятой природы низшее — индивидуальная душа, а высшее — Санаткумара.

Девятая природа принадлежит Вечности и существует всегда, ибо совечна десятой. Остальные же восемь природ преходящи, они периодически приходят и уходят и потому невечны. В "Тайной доктрине" вы видели станцы Книги Дзиан. В одной из них сказано, что девятое является для десятого его дыханием. Им-то он и выдыхает все остальные восемь природ, когда наступает день Брахмы, и снова вдыхает, когда наступает ночь. Это вдохи и выдохи всего мироздания. Когда происходит выдох, это называется творением, а когда происходит вдох, это называется растворением. Восемь природ существуют периодически, тогда как девятая вечна. Всё это существует вечно-периодично в присутствии десятого, который именуется Нараяна. У этого процесса нет ни начала, ни конца, но есть начало и конец у каждого дыхания. Низшие восемь природ называются "не-я" — то, что не есть изначальная истина. "Правда и неправда, вместе взятые, составляют единую Истину", — говорит Веда. Целое — это и есть полная истина всего. Завтра мы перейдём к следующему уроку Патанджали.

УРОК 4

19 октября 1981

До сих пор я объяснял вам про я, не-я, действие, реакцию, самоосознанность, повторение и непривязанность. Я также дал объяснения о девяти природах и десятой, взяв в добавление учение из Бхагавад-гиты. Вы также ознакомились с тремя гунами и их приложением, силой привычки и тем, как ею можно воспользоваться, искусством выхода из существующих социальных контактов и создания новых, которые благоприятны для йогического развития. Вы узнали также о пяти типах мерил и трёх способах их приложения.

При касании сознания души окружение преобразуется, становясь присутствием души, высшим существованием. Повторяйте идею об осознанности, пока она не станет постоянной. Вот о чём учит Патанджали в 16 афоризме первой книги. Тогда явится то высшее существо в нас, которое превыше качеств. Его касание позволит нам овладеть восемью природами и тканями соответствующих проводников. Произойдёт подчинение эго. Помните, что оно относится к не-я и не имеет отношения к тому, что обозначается термином "эго" у учителя Д. К. У

технических терминов науки йоги нет точных соответствий в английском языке, потому мы назвали сознание низшего я низшим эго. Описываемое же учителем Д. К. эго — это высшее Я, постоянный атом, на котором отражаются все стадии эволюции. Как почтовое управление имеет почтовые отделения в разных концах города, так и высшее Я имеет свои низшие центры в виде низших я, каждое из которых располагается в наших не-я и служит нашим жизненным целям, пока наше высшее Я не раскроется в этих низших царствах. Физическая оболочка, которую мы называем физическим телом, состоит из земли, воды, воздуха, огня и эфира земного плана. Эти составляющие называются пятью бхутами или состояниями существования. Для всех практических целей низшей природы мы называем девятую природу "Богом". Но то, что мы называем Богом — это ни что иное, как наше собственное впечатление о Боге, а не настоящий Бог. Поскольку впечатление формируется в низшей природе, роль Бога, от личностного Бога до Бога-Абсолюта, выполняет высшая (девятая) природа. Чтобы помнить об отличии истинного Бога от этого Бога, эту девятую природу называли Матерью, тогда как десятую называли Отцом. Изречение или дыхание десятого образует средство передачи и называется Гуру или Святым Духом. Всё это относится к тому же, только выражено в религиозных символах. Бог религий — это ни что иное, как то, что в концепции йоги именуется Ишвара, только наряженный в религиозные одежды.

Религиозная дисциплина менее научна, чем дисциплина йоги. В религиозной терминологии свет души называют "нашим Богом", тогда как в йоге он называется Ишварой, Владыкой. Так религии показывают на того же Бога и называют его "Господом нашим". Поскольку религиозным учителям приходилось иметь дело с эмоциональным аспектом народа (его астральным планом), им приходилось давать учение о "моём Боге" и "вашем Боге".

Мудрецы йоги не нуждаются в этом и потому называют его Ишварой, владыкой всего, пребывающим в каждом сердце. Религиозные учителя взялись за неблагодарное дело — управляться с эмоциональным аспектом и освобождать человечество от эмоциональности, а Учителя Мудрости берут в ученики лишь избранных — тех, кто подготовил себя и показал свою готовность. Религиозным учителям приходится погружаться в зловонный мир и очищать души. Будда не был исключением. Он вознамерился совершить величайшую жертву и потеряться в мире. Вот почему он так ненавидим учителями многих

религиозных школ. Его называют атеистом те, кто борется за защиту своих интересов в астральном мире. По той же причине Иисус был распят на физическом плане, тогда как Будда был распят на ментальном. Для духовности требуется нечто большее, чем личностный Бог. Когда подготовка в школе (теле) закончена, наше тело делается колледжем, а когда закончено обучение и в колледже, оно становится университетом. Когда же окончен и университет, наше тело берётся в качестве единицы-вселенной — вот каков порядок. Бог всех религий — свет души или девятая природа — за пределами трёх гун, а ниже имеются природы, управляемые тремя гунами. У этого аспекта много слоёв существования. Один уровень — это индивидуальная природа, следующий — личностная, а грунтовым слоем для этого является человеческая природа, основой для которой в свою очередь является природа биологического царства. Более широкую основу образует природа планеты Земля, а следующий слой — это планетная природа Солнечной Системы в целом. Затем идёт солнечная природа, а её основу в свою очередь образует природа космическая.

Эта последняя, космическая природа и есть истинная природа, тот девятый аспект, о котором мы говорили. Низшее я — это управляющий низших царств, распорядитель арены цирка. Оно ответственно за всё, что происходит в личности. За всё там происходящее оно отвечает перед персоналом высшего Я. Эта высшая команда (представленная Шамбалой) спрашивает именно с него, а не с других. Если язык неправильно определяет еду, то спрос не с языка. От последствий этого страдают и язык, и желудок, но спрашивают за это на плане низшего я. Казнить преступников — это не мудрый метод правления. Но когда назначено ответственное лицо, которое следит за тем, чтобы люди не совершали преступлений, поскольку спрос будет с него — это верная система управления. Так же обстоит и во внутреннем правительстве мира. Из точки света низшее я опрашивается, из точки любви — выправляется, а из точки человечества обучается действовать. И тогда, когда дела на арене уже в порядке, приходит время явиться истинному управляющему (аватаре Синтеза, который грядёт). Когда приходит аватара Синтеза, он спускается в каждого. Не совсем верно считать, что он снизойдёт только в избранные тела. Такое предположение является результатом самообмана, обманчивой природы астрального уровня понимания. Это девятая природа — та самая Мать, которая

в тантрических текстах называется Девой. Культ Девы существовал задолго до рождения Иисуса, но после его рождения и распятия он стал известен и жителям запада. На востоке же поклонение Матери с незапамятных времён является более важным, чем поклонение Отцу. Ученик принимается в руки материнской природы, которая совершенствует его и объявляет о его совершенстве Отцу, рекомендуя его. Путь Рамануджи, одного из величайших духовных учителей, включает в себя этот процесс. Девятая природа должна принять нас из состояния не-я и поднять нас выше влияния трёх гун, в присутствие Господне. Этот процесс называется милостью или благодатью, и совершается девятой природой, Матерью-девой. Вот почему сказано, что мать узнаёт ребёнка прежде, чем отец. Десятый, Нараяна — это безграничное основание девятой природы. Чем является для внутреннего пространства дома беспредельное пространство, тем десятый является для девятой природы. Десятый существовал даже когда не было мироздания. Он был первым, тем, на ком построены все вещи, и он — тот десятый, к которому держат путь все существа. " $1 + 9 = 10$ " — говорит на своём языке Пифагор, уча о том, что индивидуальность принимается в свет души, когда осознаёт себя Нараяной. У каждого учителя свой собственный язык для передачи той же самой истины. В индийских писаниях этот десятый называется Парабрахманом. Учитель Д. К. называет девятую природу монадической, а десятую — духовной. Когда низшее существование поддерживается в равновесии с высшим, эти два исчезают, чтобы явился высший Господь. Когда же нет равновесия, то происходит возмущение, впадение в инерцию и подвижность. Эти два качества существуют в отсутствие третьего, высшего. Представим лестничные пролёты, ведущие с первого этажа на второй — посередине есть поворот. Выключатель внизу включает свет на нижней и средней площадке, а поднявшись до неё, мы поворачиваем другой выключатель, который отключает две нижние лампы и включает свет наверху, который хорошо освещает каждую ступеньку, ведущую на второй этаж и саму площадку второго этажа. Такой механизм существует и в вас, и йогическая подготовка обучает вас им пользоваться. Когда инертность и подвижность исчезают в равновесии, тогда происходит явление высшей природы. Тогда вы уже обладаете интуицией подлинной жизни. До этого же вы обучались внешне, через предметный мир. Интуиция — это единство (йога), в котором составные части исчезают. Тогда Треугольник (ум, буддхи и высшее Я)

включает в себя ментальный и эмоциональный планы, если говорить терминологией Учителя Д. К. Этот треугольник содержит три из пяти. Низший треугольник включает физическое, тогда как высший треугольник — это путь к единству. Деление на семь планов бытия (лок) делается тоже согласно Д. К. Он дал увеличение одной части общего плана, данного в Писаниях. Узнав же эту часть, увеличенно данную Тибетцем, мы можем наложить на это уже деление, данное в Писаниях. Высшая и низшая составные части, вместе взятые, дают двойного бога — иудейского Иегову или Ардханари (андрогина) индийских писаний. Господь Шива изображается как наполовину мужчина, а наполовину женщина, с продольным разделением. Этот аспект и называется Ардханари. Двойную единицу представляет лингам Господа Шивы. Европейцы, прибывшие в Индию, поначалу ошибочно воспринимали это как эмблему мужских и женских половых органов.

Теперь давайте посмотрим, что произойдёт, если мы последуем практике повторяющихся усилий (абхьясы) и непривязанности (вайрагьи).

Самоосознание производит постоянное движение, пока не зажжёт свет пробуждения. Явится интуитивное единство и станет вашей обителью, вашим истинным бытием. Вы обнаружите, что владеете этим взаимодополняющим единством, философским камнем. В нём — сущность вашего Я, которое отныне для вас стало реальностью. В нём и свет распознавания, тот светильник, который показывает, что постоянно, а что временно, что вечно, а что преходяще, что желательно, а что нежелательно, что стоит принять, а что — отвергнуть. Когда вы живёте в своей низшей природе, вы обнаруживаете, что вам приходится от чего-то отказываться. Но когда низшая природа поглощена высшей, вы открываете, что нет того, что нужно отвергать.

Третье, что содержится в интуитивном единстве — это приложение первых двух способностей к любой работе, которую нужно выполнить на физическом плане. Седьмой подплан седьмого плана нашего существования — это то, что называется материей физического плана. Перестановка этой материи изменяет и образ нашего существования. Потому у ученика йоги неизбежно будет работа на физическом плане, к которой он может приложить свою осознанность и распознавание. Без физического приложения сущность Я, возжженная на высоком плане — лишь миф, представление, подобно фотографии хлеба, которая никогда не сможет послужить завтраком. Без физического приложения

распознавание — лишь механическая деятельность психического механизма. Помните, что урок о магнетизме, напечатанный в учебнике, не может ничего намагнитить. Лишь работа на физическом плане даст реальные перемены. В чём же разница между физическим планом и другими планами? На физическом плане содержимое отлично от того, в чём оно содержится. Если вы изготовите сосуд из куска льда, то можете наполнить его водой. Когда лёд растает, превратившись в воду, не будет ни вместилца, ни содержимого. Такой будет совокупность. На физическом плане ваша идентичность отделена от всего остального. Когда вы начинаете систематически работать с веществами физического плана и телом, то обнаружите, что в вас происходит плавление. Если же вы бросите физическую работу и попытаетесь практиковать непривязанность, то это будет безделье под видом непривязанности. На низших планах владыка плана (дэва) отличен от самого плана, а на высших планах владыка и его план едины. Его существование тождественно с ним самим. На это очень важно обратить внимание, и об этой разнице в существовании на разных планах говорится в индийских писаниях. Ежедневный план действий, который вы себе назначаете, в качестве третьего пункта должен включать физическую работу. Тогда интуитивное единство откроется, и ваше низшее существование исчезнет. Когда включена лампа в тысячу ватт, свет стоваттной лампы теряется в её свете. У вас всё должно передаваться через этот высший полюс. Вот что имеют в виду Учителя, когда указывают, что ученик должен сам стать путём. Такое состояние Патанджали называет *самадхи*. Ясно ли это? Конечно, уму это ясно, но пережить самадхи — это нечто иное. Именно по причине того, что ваше знание ещё не отождествлено с приложением, этот разрыв всё ещё существует. У этого самадхи есть две стадии. Некоторые думают, что самадхи бывает двух типов. Это неверно. Самадхи — это ваше единство со своим путём. Абсурдно считать, что единство может быть двух типов. Так что прошу вас помнить, что самадхи достигается в две стадии. На первой стадии мы не чувствуем присутствия своего тела, ума, чувств, объектов и деятельности ума. Это значит, что деятельность не-я перестаёт для нас существовать. Автоматически мы начинаем наслаждаться присутствием интуитивного единства, в котором слиты три части. Мы сознаём наше наслаждение, наше переживание. Это состояние называется сознательным самадхи, или *сампраджнята самадхи*. Мы сознаём

это состояние и три имеющиеся в нём способности. Мы сознаём его, потому что оно нам в новинку. Купив новый автомобиль, вы в течение нескольких дней сознаёте его. Он для вас объективно существует. Точно так же вы сознаёте и свой опыт первой стадии самадхи. Со временем, хотя новый автомобиль всё ещё у вас, вы перестанете это замечать. Какой-то слой сознания будет заниматься вождением машины, её мойкой и заботой о ней, но вы не будете сознавать этого. Такова вторая стадия самадхи. В этой стадии единство существует, но его части уже не существуют по отдельности, поскольку оно существует уже не для вас, а как вы сами. Восприятие объектов поглощается субъектом. Опыт всё ещё есть, но вы не переживаете его, поскольку вы сами — опыт, переживание. Это называется сверхсознательным самадхи или *асампраджнята самадхи*. Некоторые говорят, что это бессознательное самадхи, но это неверно, поскольку невозможно. Самадхи само есть сознание без состояния, и вы не можете быть в нём бессознательны. Если мы последуем путём йоги Патанджали, обещание этих двух состояний будет скоро исполнено. С ними курс практики йоги будет окончен.

Теперь мы основательно ознакомились с курсом, и дело за практикой. Тут Патанджали и подводит нас к переходу к практике. Он направляет нас в лабораторию, чтобы мы начали эксперимент со своим аппаратом. Вот что он делает, начиная с 18-го афоризма и далее. Пока что он дал нам два шага — непрерывное усилие и непривязанность. Теперь для нас приготовлен третий шаг. Это полное вверение, или *пранидхана*. Вопрос, кому же мы должны ввериться. Владыке, сущему в нас, Ишваре. Он — передающий полюс, девятая природа в нас. Ишвара означает "господь" или "владыка", а не "царь". Он и царь в нас, и нечто большее. Слова "царь" недостаточно, чтобы передать смысл слова Ишвара. Царь управляет своим государством, но он не может обладать решительно всем в нём. Ишвара же — это владыка царства и владыка, владеющий всем. Вы должны знать, как совершить полную отдачу Господу в вас, который обладает господством над всем, что в вас есть. То, что мы называем душой — ни что иное, как этот Ишвара. Но здесь есть практическая трудность. Если наша машина сломалась, то нужно доставить её в ремонт. Но чтобы сделать это, надо сдвинуть её с места. Вам остаётся изучить её механизм самим и добиться господства над этой машиной. Для этого нужен кто-то, кто научит нас, или кто-то, чья машина в порядке, чтобы

отбуксировать вашу машину в мастерскую. Тот, кто приходит к вам на помощь, называется *гуру* и является учителем во внешнем смысле. Для вашей низшей природы — он другой человек, и вы должны верить ему. Но как только вы достигнете высшей природы, то поймёте, что учитель — это не другой человек, отличный от вас самих. В другом теле присутствует тот же Ишвара, и вы называете его другим человеком, когда живёте в своей низшей природе. Да, когда вы существуете в низшей природе, помощь другого человека совершенно необходима. Он — ваш учитель. Но как только механик сделал всё необходимое, наша машина заводится, и разница между другим человеком и вами исчезает. Тогда слово "гуру" значит нечто иное. Гуру — внутри вас, в точности как он существует и в другом человеке. На первой стадии нужен внешний гуру, он должен найти вас. На второй стадии гуру во мне, в вас, в каждом. Так что в начале идёт испытание и избавление от наших комплексов. Они не позволяют нам принять какого-то другого человека, которому мы могли бы верить полностью. Теоретически мы можем принять учителя в университетском смысле. Но проблема как раз в полной отдаче. Здесь приходит необходимость отсечь те комплексы, что существуют в нашей низшей природе. Не сделав этого, мы не сможем отсечь и нашу низшую природу. В тот момент, когда мы готовы, необходимость отсечь комплексы исчезает. Если мы не совершим полной отдачи своей личности другому человеку, у нас не будет шанса преодолеть барьеры тщеславия. Но как только мы сделаем это отсечение, низшее я исчезнет, и исчезнет необходимость вверения другому человеку. Это настоящее испытание при вратах. Некоторые спрашивают — "Необходим ли гуру? Не можем ли мы сделать это сами?" Годы идут, и они умирают. В следующей жизни они опять пребывают с тем же вопросом. Ответ в том, что гуру необходим, чтобы выбраться из этого вопроса. Второй вопрос бывает таким: "Что случится, если мы сделаем неверный выбор? Вдруг какой-нибудь идиот доведёт нас до беды? Представьте, что будет, если мы вверимся какому-нибудь астральному чудовищу?" Истина в том, что природа всегда защищает нас согласно закону. Если вы полностью отдаётесь астральному чудовищу, обманщику, мошеннику, который только хочет выудить из вас деньги и воспользоваться вами, то если ваша отдача искренняя и полная, вы всё равно получите от этого пользу, а зверь отправится к псам. Это первейший оккультный закон. Но это верно лишь тогда, когда вы искренни. Если вы хотите

испытать учителя, то вы ещё на астральном уровне, и природа притянет вас к наиболее подходящему астральному чудовищу. Если же ученик вверяется гуру всем сердцем, то какой бы обман ни был совершён со стороны гуру, то это обернётся против гуру и сожжёт его так, что останется один пепел. Ученик же будет всегда спасаться благодаря своей полной преданности. Больше уверившись в этом оккультном законе, вы сделаете эксперимент. Проблема в том, что до опыта нет и никакого подтверждения. Сомневающиеся совершенно вольны воздерживаться от практики йоги. Они могут получать удовольствие ещё несколько жизней. Наши сомнения не устраняются природой, их устраняет наше доверие. Ведь у природы нет перед вами никаких обязательств по переубеждению вас и рассеиванию ваших сомнений. Для западного ума и ума европеизированного индийца это действительно горький опыт. У западного человека оболочка личностной капсулы слишком крепка, она тверда, как камень. У восточного же человека трудности с регулярностью, постоянством целей и систематической работой. Беда белого человека в его личностной оболочке. Вверить свою личность другому для него хуже самоубийства. Секрет же тут в том, что вам нужно принять последовательность происходящих с вами событий, потому что гуру знает их. Вы постепенно поймёте, что Природа мудрее вас и она вас ведёт. Чем меньше будет сопротивление вашего низшего ума, тем более действенной будет помощь Природы.

После полного вверения следующий шаг — это очистить путь, призвав Ишвару. Это прямой и действенный метод. Вы должны прямо призвать Владыку и должны знать способ. Вы должны издать призыв из не-я, чтобы он достиг того, кто пребывает в высшем Я, девятой природе. Как же воззвать — это следующий вопрос. Сначала вы должны узнать телефонный номер Господа, и Патанджали даёт нам этот номер. Это ОМ. Изречением ОМ вы призываете Ишвару, потому что этот телефонный номер и есть его имя. Когда вы в низшей природе, его изречение означает его имя, которое вам нужно произносить.

Фактически, это его голос призывает вас, но вы узнаете это, лишь вступив в высшую природу. Его зов достигает вас в форме `необходимости призвать его. Пока же вам следует помнить, что вы должны призвать его с помощью его телефонного номера. Произнося ОМ, помните, что вы произносите имя Господа. Начните произносить ОМ вслух и умственно, и делайте это в течение некоторого времени. Чуть позже я научу вас, как это делается. Когда вы

начнёте это делать, зов достигнет его. Произнося это слово, вы должны в него вслушиваться. Сонливое произношение его не достигнет. Когда ОМ воспроизводится с кассеты или пластинки, оно никогда не достигнет Ишвары. Оно достигнет Господа, существующего в магнитофоне или проигрывателе. Когда же вы сами произносите его, оно достигнет того же Господа в вашем сердце. Потому практикуйте это изречение и вслушивайтесь в него. Тогда Господь начнёт его получать, и начнётся его изречение во втором аспекте. Это означает, что он начинает изрекать, когда вы начинаете изрекать. Если бы он не начал, и вы не могли бы начать — вы не могли бы даже дышать. Так что это изречение — его, голос — его, и имя — его. Когда вы начинаете произносить ОМ, то вы обращаетесь к нему. Когда вы настроены на него, его изречение идёт через вас. Окажется, что это он обращается к вам. Ваше дыхание должно стать произношением ОМ. Как это делается, я расскажу вам завтра.

УРОК 5

20 октября 1981

На нашем вчерашнем уроке мы говорили об имени Господа, ОМ. "Его изречение — ОМ" — говорит Патанджали. "Его изречение" значит, что мы должны произносить это имя. Это значит также, что его звучание будет слышимо нами лишь как ОМ, когда мы начнём произносить ОМ и слушать изрекаемый звук. Мудрецы называют это Слогом. "Читая ОМ, Брахму в виде слога, думая обо мне, оставляя тело, идут высшим путём" — говорит Бхагавад-гита (VIII.13). По мере того, как вы будете ежедневно практиковать произнесение ОМ в то же время и в том же месте, Ишвара начнёт говорить с вами вашим же голосом, языком ОМ.

Есть и кое-что ещё, что вам нужно будет соблюдать, произнося ОМ. Этот слог должен произноситься, как всё ваше дыхание. Сядьте в спокойном месте. Это место надо поддерживать в чистоте, думая об Ишваре. Сядьте удобно. Поза не должна причинять неудобство какой-либо из частей вашего физического тела. Начав произносить, вы должны сохранять настрой на то, чтобы слушать это слово и думать о нём, а также наблюдать за всем, что с ним связано, с помощью своей осознанности. Вам неизбежно придётся слушать свой голос,

пока вы произносите (не придавая этому никакого заданного смысла). И когда вы слушаете свой голос, дополняющие друг друга аппараты слуха и речи соединяются звуком и происходит завершение схемы. Это можно сравнить с электрогенератором — если в схеме разрыв, то ток не идёт, но когда соединение правильное, ток пойдёт автоматически. В вас также две части схемы — изрекающая и слушающая.

Закройте глаза, начните произносить, и слушайте свой собственный голос, стараясь думать о его смысле и значении (не пытайтесь в то же время приписывать ему какой-либо смысл, который вы знали ранее). Пока вы произносите не слушая, эффекта не будет. В таком случае нет разницы между вашим изречением и дудением в рожок. Гудки на многих фабриках и в учреждениях гудят ежедневно по несколько минут. Но нельзя называть это изречением, или ОМ. Могут быть механически воспроизводимые звуки, напоминающие ОМ. Но это не ОМ, и это не может быть ОМ, ибо ОМ — не просто звук, но также и слово, смысл, значение, касание, чувствование и пробуждение. Всё это, вместе взятое, есть ОМ, имя Господа. Описанный процесс называется *джапа*. Соблюдайте его и старайтесь понять смысл слова ОМ, когда его произносите. Когда вы сделаете это, вы охватите своим изречением смысл, намерение, чувство, ощущение и касание своего высшего сознания, обнаружив, что это — Владыка души.

Согласно ведической традиции у вас есть три источника истинной, безличной мудрости. Они — в вас, а не где-то снаружи. Они не созданы человеком, но даны человеку природой, как изречение Ишвары, пребывающего в вас Владыки. Первый источник — это ваш изречённый голос. Второй — это ваше дыхание, носитель вашего голоса. Третий — это содержание, которое этот голос несёт. В Ведах пурушей названы вы сами — безличный человек в вас, Господь в вас. Четвёртое принимается и передаётся вами в виде применения вышеописанных трёх в вашей жизни. Эти три инструмента мудрости образно называются тремя Ведами. Конечно же, у нас есть четыре книги под таким названием, но они образуют лишь комментарий к Веде, тому "Слову, которое не может быть написано человеком на бумаге". Знающие значение этих изначальных текстов, скрытых в вас, называют изречение ОМ "вечной осознанностью". На санскрите это называется *акшарам*, что значит "неиссякаемое". Чтобы настроиться на осознание вечности и существует

процесс, называемый "джапой" Патанджали и другими. До того, как вы начали джапу, в вас существуют два разных элемента — изречение и изрекающий. Когда же вы в процессе изречения, сказано, что вы начинаете входить в него, возноситься в него. Ваше существование в теле, уме и чувствах затихнет. Осознанность как слог живёт во всех ваших проводниках, но ваша осознанность обычно не живёт в ней.

У предметного плана существования всегда три аспекта — совершающий, совершаемое дело и процесс совершения. Процесс познания тоже включает эти три аспекта взятые отдельно, когда вы находитесь в не-я. Когда вы читаете книгу, тут есть вы, есть книга, и есть процесс чтения. Понимание этих трёх аспектов называется "духовной грамматикой". Это процесс построения предложения с подлежащим, дополнением и сказуемым из одного слога, который в каждом из нас произносится как "Я есмь". Всё приходит из этой дифференциации, существует в предметном мире как треугольник и снова погружается в полное поглощение, которое мы называем ОМ, "Я повсеместного присутствия". Вы знаете, что Учителя предложили метод создания треугольников из людей, живущих в разных странах, чтобы помочь человечеству погрузиться в это вездесущее Я и жить в нём. Во всех организациях доброй воли и служения миру, поддерживаемых Учителями Мудрости, есть такие треугольники и известна наука треугольников.

Когда мы приступаем к произношению, мы ещё в не-я и потому все три элемента у нас имеются отдельно. Когда же мы начали, есть ОМ, куда мы принимаемся процессом слияния. Три перестают существовать и начинает существовать одно. Это единое, ОМ, есть Вечная Осознанность. Его переживание позволяет нам видеть, что "нет второго". Медитативное санскритское высказывание гласит: "Всепроникающее Единое, которое не допускает второго". Во время этого процесса вы обнаружите, что ничего иного нет, и не осталось ничего из того, что вам принадлежало. Вот что называет Патанджали "полной отдачей". Она называется *пранидхана*, а сам процесс называется *джапа*. Практикуя джапу путём произношения ОМ и слушания собственного голоса, вы совершите полную отдачу, или вверение.

Есть и дополнительные инструменты, которые помогут вам и сделают ваш путь ровным. Первое — это то, что называют "преданностью" или "благоговением", а второе называют уверенным усилием. На санскрите первое называется *бхакти*,

а второе — *шраддха*. Вы должны помогать себе (на плане не-я), поддерживая непрерывные усилия духом благоговения. Ведь везде, где предпринимается попытка регулярности, возникает ощущение монотонности, однообразия. Вы должны уметь поддерживать регулярность, исключая монотонность.

Постарайтесь понять, в чём разница, когда задача решается математиком и компьютером. Первый процесс живой, а второй механический. Первый процесс сознательный и принадлежит к плану ума. Второй же процесс бессознателен для проводника, хотя и сознателен для дэв, которые работают с этим проводником. Человеческие существа (а фактически — все биологические существа) живут с помощью ума, тогда как дэвы живут с помощью дхармы или свойств материи и энергии. У дэв нет ума, поскольку они в нём не нуждаются. Но сочетания этих дэв создают результат, который мы называем умом, и они делают его основой для жизни биологических существ. Ум может ошибаться, тогда как у дхармы нет такой возможности. Вы знаете, что человеческие расчёты часто содержат ошибки, тогда как машины не ошибаются, если правильно запрограммированы. И вы можете легко понять, что когда компьютер работает над задачей, в этом участвуют миллионы дэв. В то же время для самой машины весь процесс является бессознательным. Так вот, практика йоги нужна для того, чтобы так переделать клавиатуру вашего ума, чтобы вы могли сделать процесс сознательным. В механическом произнесении ОМ нет проку. Здесь нет места монотонности, но абсолютно необходима регулярность. Уверенные усилия и почтение дают нужный товар, преданность. Если вы не сознаёте этого, что тогда случится? После того, как вы начнёте практику йоги, через два или три месяца наступит однообразие, и вы потеряете всякий интерес. Такова неизбежная судьба всех тех, кто приступает к практике йоги, чтобы удовлетворить своё праздное любопытство. Любопытство не поддерживается долго, поскольку это — жажда перемен. Потеряв интерес, мы либо прекратим практику йоги, либо будем продолжать её подобно мёртвой машине, не совершая никакого прогресса. Уверенное усилие и дух преданности становятся здесь необходимыми инструментами. Вторым инструментом нужен, чтобы прилагать все доступные вам энергии и ресурсы в требуемых направлениях. Природа каждое мгновение поставляет нам энергии, но они рассеиваются через различные течи, трещины любопытства и желания. Непрерывной рекой течёт время в трубу отмеренной нам жизни, в которой

множество дыр. Река продолжает течь, тогда как люди в ней умирают. Многократно вечное время наполняет бездонные бочки миллионов жизней. Долг ученика йоги — приложить данные ему энергии в направлении изречения слога, вхождения в него, и жизни в качестве этого слога. Значит ли это, что для практики йоги вы должны прекратить всю повседневную деятельность? Многие люди именно так понимают это, и благочестиво удаляются в леса, чтобы не видеть ничего, кроме диких зверей и кусачих насекомых. Чтобы понимать, как направлять текущие в вас энергии и знать способ их приложения в направлении полной осознанности, Учителями была дана наука семи лучей. Всю вашу деятельность, включая профессиональные, домашние и общественные обязанности, следует включить в процесс вашего обучения йоге. Если исключить их оттуда, то кто-то должен будет вас кормить. Вы станете монахом или нищим, пропитание которого зависит от других. Но принимать дары от других в дисциплине йоги строго запрещается. Принимайте какую-либо услугу на 100 франков от других, лишь сделав для них что-то стоящее 300 франков. Лишь тогда ваша практика йоги принесёт плоды. Этот принцип называется на санскрите *апариграха* (непринятие ничего в дар). "Путь не допускает никакой другой деятельности". Это значит, что в вашу практику йоги должна быть включена вся ваша деятельность. Ваша еда, питьё, привычки, разговоры, общественные, домашние и официальные связи, и всё прочее должны быть включены в вашу подготовку. И вводит их туда перемена отношения.

Ещё одно средство заключается в устранении впечатлений, составленных о других. Обычно мы живём в мире впечатлений и ярлыков, приклеенных другим. Наше впечатление о людях делает их нашими друзьями, врагами, начальниками, подчинёнными или просто чужими. Аналогично этому у каждого есть своё представление о местах, странах, нациях, расах, городах и деревнях. То, что вам нужно сделать, как ученику йоги — это составить представление о йоге и развивать его. Постепенно ваш процесс создания представлений будет включён в вашу практику йоги. Представлениям о других людях и вещах там уже не будет места, и они исчезнут. Не пытайтесь бороться со своими представлениями о других. Старайтесь составлять представление о йоге, и они исчезнут. Это поможет вам обрести постоянное чувство того, что вы практикуете. Когда вы говорите "я погружаюсь в мирские дела", это значит, что

вы погружаетесь не в дела, а в свои мысли. Будьте в соприкосновении с практикой йоги, осознанностью, девятой природой, светом души, десятым аспектом, Нараяной и т. д. Живите в осознанности этих вещей и ваши впечатления о других исчезнут. "Другого" для вас не существует — для вашего "Я есмь" нет ничего иного. На санскрите это называется *ананья*. Бхагавад-гита подчёркивает неизбежность этого состояния. Ваше не-я — это состояние бутона, который должен раскрыться в цветок света души со всеми его цветами и ароматами, которых раньше вроде как и не было вовсе. Но это лишь расширение вашей осознанности и её распространение в разные лепестки вашего собственного бытия. Сделайте вложение, вложите в этот процесс себя, своё сознание. Когда вы едите, вы должны вкладывать в йогу вкус и насыщение. Когда вы работаете в конторе, думайте о полезности вашей работы, и тогда это будет вкладом в процесс йоги. Как опытный бизнесмен мудро инвестирует свои деньги, чтобы преумножить их, так и вы мудро вкладывайте сознание во всё, чтобы получить взамен опыт йоги. И как бизнесмен, вкладывающий миллионы долларов, знайте, что получите сторицей. "Лишь дух жертвования позволит вам обрести вечность" — говорят писания. Это были примеры дополнительных инструментов.

"Как же долго должен я совершать попытки и вкладывать себя таким вот образом?" Ответ таков — пока этот вопрос не исчезнет из вашего ума. Преподавшие науку йоги составили всё очень хитро и изощрённо на всём протяжении курса. Пока вышеприведённый вопрос присутствует в вашем уме, это означает, что вы ещё живёте отдельно от своей практики. Вы ещё не отождествились со своим путём. "Ученик должен стать путём" — говорят Учителя Мудрости. Так что вы должны практиковать, пока этот вопрос не исчезнет. Ведите жизнь обычного человека (а не самозванного йога) и ждите, пока не сможете совершить это. Здесь не может быть полпути, потому что таким подходом вы лишь так или иначе убьёте время. Тогда уж умнее было бы к этому и не приступать. Если вы хотите лишь видеть результаты, тогда ваше любопытство, желание знать много вещей и прочитать много книг, отравит вас и будет держать вас за подобными занятиями до самой смерти. Есть люди, которые не упускают и минуты, чтобы не почитать книги о духовности, йоге, философии, учителях, магии, и не знают, что они так и умрут за этим занятием. Есть и такие, которые посещают многие ашрамы йоги, духовные школы и

тайные общества, любопытно глаза в окна "неведомого", и тоже умирают на пороге своего вопросительного знака. Люди желают изучать разные школы мысли, чтобы знать, чем одна отличается от другой. Весьма дорогостоящий эксперимент с самым дорогим достоянием — жизнью. Вся их жизнь подобна свече, освещающей комнату, в которой никого нет. Прекратите это занятие. Не оставайтесь снаружи. Войдите, и вы окажетесь в ограде Храма. Сделайте своё жилище и свой двор приношением, чтобы они стали храмом, а жилищем путь будет офис. Либо вы должны совершить полное самоотречение, либо если вы считаете, что дело того не стоит, оставайтесь снаружи и наслаждайтесь миром согласно своим прежним представлениям. Если же вы будете предпринимать половинчатые попытки, вы потеряете и то, и другое. Гуру говорят: "ждите подходящего времени для своего развития". Они не готовы тратить ваше время, призвав вас раньше срока. Когда вы захотите, они готовы. Они умны и в то же время благосклонны. Когда вещи совершаются не от всего сердца, лишь бессмысленно растрачивается энергия. В духовности нет половинчатого пути. Некоторые интеллектуалы всегда заняты коллекционированием разных школ мысли, чтобы узнать, какая лучшая. Они только зря прожигают жизнь и убивают себя. Помните, что универсальная истина в мире разбита на различные теории и практики. Каждый кусочек — это осколок истины, но ни один осколок не может послужить сосудом. Всеобщность вселенной — вот настоящееместилище истины. Потому не впадайте в любопытство. Всякая философия и всякая идеология — это осколок, который содержит зерно истины. Но проводником истины осколок служить не может. Такой совет дают нам Учителя. Ваше сознание должно быть полностью вложено в непрерывную осознанность того, что вы практикуете. Как долго? Пока у вас не исчезнет этот вопрос. Сам ваш вопрос — это задержка. Такое отношение, когда вы всё время задаётесь вопросом, заставляет вас существовать отдельно от того, что вы практикуете, и отсюда возникает задержка.

Одни применяют дисциплину йоги пассивно, а другие интенсивно. У одних людей практика йоги активна, а у других пассивна. На всех путях жизни вы встретите эти два типа людей. Если вы понаблюдаете студентов в колледже, то увидите, что одни относятся к учёбе пассивно, а другие воспринимают образование. Пассивные в образовании могут оказаться активными в других вещах — в профессиональном мире одни пассивно относятся к

предоставляющимися возможностями, а другие активно пользуются ими.

Некоторые пользуются минимумом возможностей для достижения успеха и довольны этим. Некоторые же активно стремятся ухватиться за всякую возможность и достигают больших успехов и высокого положения. Есть в человечестве и третья группа. Её представители считают себя очень активными, но на самом деле они лишь нервны, неугомонны и нетерпеливы по отношению к своим возможностям. Они не активны, а просто заняты, и терпят прискорбные неудачи. В деловом мире вы встретите эти три типа людей — пассивных, активных и занятых — невротичных или даже сумасшедших. Действительно активные достигают многого и получают награду в виде счастья или богатства.

И в практике йоги тоже есть пассивные люди, тогда как другие активны. Выбрав активный метод, вы будете продвигаться быстро. Это означает, что вам придётся очень интенсивно прилагать энергию (но не с давлением или напряжением). Тогда продолжительность обучения сократится. Но даже тогда у вас должна быть постоянная скорость наращивания усилий. Интенсивная деятельность не значит толчков и прыжков. Посмотрите, чем отличается электропоезд от поезда, ведомого паровозом. Электропоезд очень быстро набирает скорость, но нарастание скорости у него равномерное. В результате вы не испытываете толчков, когда поезд набирает скорость. Паровая машина начинает движение благодаря давлению поршня, и потому получается толчок или рывок. Но даже после него набранная скорость сравнительно низка. С электровозом же, особенно если в поезде хорошие амортизаторы, вы можете вообще не почувствовать толчка и не заметить, как поезд набирает скорость. Именно такого, равноускоренного нарастания скорости и требует практика йоги, каким бы ни было это ускорение, и для продвижения вам необходимы амортизаторы. Толчки происходят из-за вашей эмоциональной природы, а не из-за наличия или отсутствия прогресса. Требуемые амортизаторы — это поглотители вашей эмоциональной природы. Когда скорость неравномерна, происходят толчки, а когда она равномерна, их нет. Посмотрите, как реактивный самолёт, набрав высоту, кажется совершенно неподвижным. Вы можете безопасно демонстрировать ширшасану* во время такого полёта. Но значит ли это, что самолёт не набрал скорость? А вот в поезде или автобусе вы не можете выполнить ширшасану. Но разве это значит, что они движутся

быстрее самолёта? Конечно, нет. Именно равномерность скорости и присутствие идеальных амортизаторов позволяет вам чувствовать стабильность. Помните, что устойчивость и равновесие являются динамическими, а не статическими.

* Стойку на голове — прим. пер.

Земля под ногами даёт нам лучшее чувство устойчивости и безопасности. Для нас она неподвижна. Но разве это факт? Разве Земля неподвижна? Она движется быстрее, чем реактивный самолёт, да к тому же при этом вращается вокруг своей оси. Это уже два разных движения. А есть ведь ещё и третье — ежегодный наклон к югу и северу. Это уже три движения. Но есть и четвёртое, называемое прецессией равноденствий, и пятое, склонение северного полюса, называемое нутацией, и напоминающее наклон головы у сонного человека. Конечно же, Земля не спит, ибо она пребывает в постоянной осознанности или осведомлённости о Солнечной Системе. Риши говорят, что у Земли всего семь одновременных движений. Тем не менее, результирующая скорость движения всегда постоянна, причём с невообразимо высокой точностью. Общее наименьшее кратное этих периодов не понять ни одному из крошечных созданий, обитающих на этой Земле, как бы далеко ни продвинулось оно в астрономических науках. Ведь это бедное создание — лишь часть целого. А как часть может понять целое? Потому для наших невежественных умов Земля неподвижна. В это неведение мы были введены Землёй лишь для того, чтобы дать нам чувство безопасности, без которого мы не могли бы надеяться получить удовольствие от жизни — жениться, иметь детей... Когда ваш самолёт падает, разве можете вы получать удовольствие от поданного вам завтрака? Земля — самый большой и эффективный лайнер, который только можно представить, и потому она использует всяческую предосторожность, чтобы дать нам невежество, вселяющее чувство безопасности и позволяющее наслаждаться жизнью. И точно так же, как скорость самолёта не только больше скорости поезда, но и совершеннее в проявлении, так ещё более совершенна в проявлении скорость Земли. Так что интенсивность усилий, прилагаемых учеником йоги, должна быть не только больше, чем у нервных, суетливых умов, но и быть также радикально лучшего типа. Разница в том, что суетливый страдает от своей скорости, тогда как ученик йоги вовсе не ощущает её. В

своей скорости он находит устойчивость и покой, и делает вещи куда быстрее, чем суетливый мирянин, точно так же как пассажир реактивного самолёта достигает цели раньше, чем пассажир поезда. В результате пассажир поезда чувствует усталость от скорости, тогда как авиапассажир вообще не ощущает поездки.

Начав практику йоги, остерегайтесь сразу же резко брать с места, потому что вас тогда обязательно где-то остановят ваши общественные, профессиональные или домашние дела. Не отгораживайтесь вакуумом от ваших ежедневных отношений с другими. Мы видим, как люди удаляются в затворничество, уединяются в своих комнатах, и всё время распевают имена Спасителя или его Матери-Девы. Что же происходит? Они отращивают бороды во имя Господа и через некоторое время чувствуют, что снова узнали, что грядёт Царство Божие. Затем благочестивая борода начисто сбывается, и паломник опять оказывается на деловых улицах Женевы. Ненужную неравномерную скорость придаёт уму любопытство. Когда скорость неравномерна, вы испытаете многие ускорения и замедления. Путь будет неровен, а путешествие окажется сплошной тряской. Вы набьёте слишком много шишек, прежде чем увидите платформу Женевы. Вот против чего предупреждает Патанджали. Он определяет интенсивность как равномерное ускорение. Помня о своей работе и действуя соответственно, вы наберёте такую скорость. Лучше двигаться медленно, но верно. "Тише едешь — дальше будешь" — вот совет черепахи. Если любопытство отсутствует, тогда прогресс равномерный и не прерывается. Не представляйте, как кундалини начинает разворачиваться и шипеть, как змея. Дайте ей подняться самой, не нужно проявлять озабоченность. Не представляйте, как раскрывается трёхлепестковый цветок муладхары и трубит в свой хобот бог-слон Ганеша. Делайте, что советует Патанджали, и будьте уверены, что так всё достигается. Опять же, есть три разных способа приложения йогической осведомлённости. Это 1) мягкое, 2) острое и 3) умеренное приложение. Этот аспект совершенно отличен от предыдущего. Когда йогическое сознание ощущается без всякого мотива, тогда приложение мягкое, или умеренное. Когда вы не думаете много о прогрессе, оно мягкое. Если же вы по природе человек горячий и неудовлетворённый, тогда тип приложения будет острым. Такой ревностный человек в начале будет даже с любым встречным разговаривать только о йоге.

Тогда над вами начнут смеяться, и скоро вы поймёте результаты такого приложения и почувствуете неудобство от этих шуток. Это не то, что имелось в виду под интенсивным приложением. Отношение должно быть в ладу с осознанностью, о которой говорилось ранее. Тогда все двадцать четыре часа, включая сон, вы будете находиться в состоянии осознанности. Вот что называется интенсивным приложением. Те, кто практикует пассивное отношение, могут слабо применять осознанность. Они могут останавливаться на полпути, а через некоторое время продолжать. Те же, кто прилагается умеренно, как раз и совершают прогресс. Три этих настроения должны существовать одновременно. Применяйте мягкое, умеренное и интенсивное отношение. Мягкое приложение не значит слабое. Умеренное — не значит пассивное, а интенсивное — не значит эмоциональное. Чем больше в вас ненужного рвения, тем больше вероятность потеряться, выпасть из процесса. Зная же три этих отношения, вы получите касание, опыт и чувство Господа вашего сознания, который пребывает в вас.

Вы уже поняли разницу между Господом и Псевдо-господом. Псевдо-господь — это отрицательный полюс, который получает впечатления через чувства. Истинный же Господь — это тот, кто сияет в качестве способностей ума и чувств. Он — положительный передающий центр сознания, существующий в вашем ложном я, и являющийся вашим истинным Я, вами настоящими. Он начинает сиять, и ваши ум, тело и чувства получают постоянное касание его присутствия. "Твоя воля, а не моя", говорит Иисус Христос, который хочет, чтобы вы узнали этого Господа. Способности чувств и ума — не ваши, а принадлежат ему. Он также говорит, что пришёл от Отца Небесного. Это означает, что девятая природа нисходит вместе с десятой, которая и есть Господь. Пять чувств и деятельность ума идут от положительного полюса существования, Отца Небесного. И ещё Иисус сказал: "недолго быть мне с вами". Это значит, что Господь-сознание посылает свои лучи, чтобы облегчить наше земное существование, но сам существует, вернувшись и утвердившись в десятой природе. Эти три фразы позволяют нам лучше понять эту часть учения йоги. Некоторые не поняли смысла и думали, что он говорил о своём распятии. Но слова эти передают идею о великих посвящениях, принимаемых во вратах между человеком и Богом.

Теперь давайте резюмируем. Мы должны приостановить деятельность умственной субстанции (ума и чувств). Лишь тогда можно узнать истинное бытие. Начать следует с самоосознанности. Нужно знать меры чувств и ума, пять методов приложения этих мер, а также верное и неверное приложение. Неверное приложение усложняет не-я, тогда как верное упрощает его, чтобы вы перешли в истинное Я, а ваше не-я поглотилось им. Сознание-господь отлично от вашего умственного и чувственного сознания. Деятельность ума и чувств может быть осложнена неверным применением мер. Но Сознание-господь всегда свободно от усложнений. "Он не подвержен многим изменениям, происходящим с умом и чувствами", говорит Патанджали, определяя Ишу или Ишвару, Господа. Каждый день ум и чувства вовлекаются в неверное приложение мер к окружающей среде. Тем не менее, Ишвара сияет и посылает свои лучи в виде ума и чувств. На него вовсе не влияют осложнения не-я, точно так же как на источник света не действуют тени в комнате. Он ждёт, когда ум (ваше ложное я) сам решит все затруднения, и он ждёт даже тогда, когда процесс решения самым глупым образом затягивается. Он ждёт, когда вы полностью вверитесь его свету. И когда это однажды сделано, все затруднения исчезают. Это не значит, что вы можете всю неделю или весь день продолжать создавать осложнения, а вечером или в воскресенье совершать полную отдачу его свету. Не думайте, что есть такой слуга, Бог, который ждёт, чтобы стирать ваши запятнанные грехом одежды каждый день или каждую неделю. Не делайте из своего бога неприглядную картину прачки. Это обеспечит вам ещё больше трудностей — из-за вашей уверенности, что вы будете вымыты этим слугой, Богом. Иногда у нас о Боге складывается не лучшее представление, чем о ванне, моющем средстве или салфетке. Исповедь в церкви первоначально предназначалась служить символом вашего полного вверения господнему сознанию. Но у всего есть своя подделка, поскольку ум — искусный трюкач. Умейте отличать оригинал от подделки. Вы должны лишь знать, что Господь ждёт от вас полной отдачи и не теряет со временем надежду на вас, поскольку знает, что блудный сын однажды вернётся к своему Отцу. У врачей бывают безнадёжные случаи, но у господня сознания — ни одного. Ваше возвращение к нему — верное пророчество, которое обязательно будет исполнено. Нам лишь дают понять, что нам не следует тратить время, пытаясь выбраться из затруднений. Лишь полная отдача положит им всем конец. Нет

смысла делать что-либо, чтобы их избежать. У каждого поступка есть свой результат, и что бы вы ни предприняли, чтобы выбраться из затруднений, это лишь прибавит их. Это похоже на перезаём денег с целью оплатить долги. Каждый раз долг только нарастает, потому что к основной сумме прибавляется процент. В интересах должника — расплатиться, но интерес заимодавца — в прибыли. Потому он заботится о том, чтобы вы расплачивались по частям. Именно так ведёт себя и ум, когда вы пытаетесь сделать что-нибудь, чтобы избавиться от имеющихся у вас затруднений. Но как только предпримете попытку полного вверения Ишваре, то найдёте его готовым вас принять. Единственное требование — чтобы отдача была полной и включала вас самих и всё, что у вас есть. Вы не можете пройти таможеню с багажом и чемоданом. Вас пропустят только когда вы пройдёте "как вы есть", а не с тем, что вы имеете. Легче слону пройти в игольное ушко, чем пройти врата вверения с тем, что вы имеете. Перед вами лежит таможенный пост между страной людей и страной Господа, и вам нужно его пересечь. Дети божьи находят его очень строгим. Если вы пытаетесь пронести с собой хоть одно представление (пусть даже о самом Господе), тогда вас остановят и попросят оставить этот багаж. Господь — Сущий (имя его "Я есмь то, что я есмь") и его врата пропускают вас лишь такими, каковы суть вы.

Господь — вне времени, говорит Патанджали. Он за пределами времени, потому что время существует, лишь пока существует ваш ум. Время начало существовать для вас лишь после того, как начали существовать вы сами, если вы хорошо помните. У самих часов времени не существует, потому что это вы изготовили их согласно собственным расчётам и приняли этот счёт. Но для ваших расчётов ничего подобного времени не существует. Например, небо видится через окно в форме окна, но для самой формы окна на небе ничего нет. Окно существует для глаза, а не для неба, которое через него наблюдается. И когда ваши ум и чувства будут погружены в Господа, поглощены им, то вы узнаете, что он вне времени. Расписание поездов существует для пассажиров и министерства путей сообщения. Но для самого дня, для его длительности не существует ничего подобного расписанию поездов.

"Господь-сознание в вас — это гуру всех гуру" — говорит Патанджали. Это учитель учителей. Если мы узнаём что-то у одного из учителей, то он в свою

очередь, должно быть, узнал это у своего учителя. Принцип учительства существует во всех трёх звеньях этой цепи преемственности. Когда мальчик узнаёт о законе Архимеда и пытается понять его, он может на минуту задуматься — а откуда узнал его Архимед? Многие из нас даже над этим не задумываются, потому что умы второразрядные. Один мальчик спросил другого — "откуда Архимед узнал этот закон?". "Из учебника физики, конечно" — ответил другой. Вот подпись второразрядного ума, который принадлежит не-я. Истина же в том, что Архимед обрёл своего учителя в своём Ишваре-сознании в виде интуиции. Второразрядные умы могут найти своих учителей лишь среди других — в виде авторов разных учебников, имеющих в продаже. Для них, вне зависимости от того, принадлежат они к эзотерической школе или нет, Архимед — это внешний глава (иногда с лысой головой), но для самого Архимеда его учитель — это внутренний глава. Поскольку Господь-сознание — во всех нас, он светит сквозь ум и чувства, и если мы обратим к нему своё лицо, то станем подобны Архимеду. Но пока что мы счастливы, обратив лицо к объектам чувств. "Владыка всех владык сияет из сердца каждого" — говорит Кришна в Бхагавад-гите. "Он учитель всех учителей" — говорит Патанджали. Те, кто получают от него вести, находятся среди Учителей Мудрости, которым мы следуем. Если же посмотреть на наше собственное безобразное представление об Учителях, то мы скорее получим сообщение не от учителя или Учителя внутри него, а от какого-нибудь чёрта со спиритического сеанса, да ещё перепачканного атмосферой астральных скорлуп. Если мы принимаем результаты автоматического письма или сообщения, переданные на сеансе через планшетку, за послания настоящего учителя, такого как Морья, то это глупо. Такого "учителя" можно заставить написать всё, что мы захотим. Но сознание Ишвары сияет в вас как Учитель Учителей сквозь время и вне времени. Каждый учитель получает от него мудрость, когда он сияет через ум и мысли его собственного учителя. Точно как кусок железа намагничивают от уже намагниченного куска, так и вы получите от своего гуру причитающееся. Учителя подобны магнитам, в то время как Единый Учитель подобен действующему в них магнетизму. Потому он и есть истинный Гуру. Это не значит, что у вас нет потребности в физическом гуру. Поезд — это не само путешествие, но вы не можете предпринять путешествие без поезда. Истинного гуру нужно найти на физическом плане, и он будет вашим внешним главой

(пусть даже с лысой головой). Вы должны отречься от всех своих комплексов, поскольку Господь в вас не позволит вам пройти врата с чем-то вам принадлежащим. Он впустит только вас, но не ваше.

Теперь давайте составим ясное представление о том, как произносить ОМ, имя этого Господа, как слушать его, как прийти в соприкосновение с Господом, и как думать о смысле и значении ОМ. Господь сияет через наши проводники, и метод соприкосновения с ним называется "джапа". Этот процесс позволяет пережить опыт встречи с ним лицом к лицу. Это довольно сложно. Что значит здесь выражение "лицом к лицу"? Когда вы видите с другими, то говоря с ними, вы видите только их лица. Когда вы будете изрекать ОМ, как свой собственный голос, и начнёте слушать его, то узнаете истинный смысл этой фразы. Но как бы ни были вы близки к лицу друга или жены, они отдельны. Из-за глазных впадин и носа вы не можете соприкоснуться лицом к лицу. Но когда кто-то начинает жить прямо в вашем теле, точно соответствуя его размерам, лишь тогда вы можете жить с ним лицом к лицу. Одно лицо должно содержать другое, а другое быть содержимым первого. Это полный лад человека в Боге. Когда вы вернётесь из ОМ наружу, люди по вашему лицу смогут узнать, что вы видели Бога. Когда Моисей спустился с горы, от неопалимой купины, его жена заметила по его лицу, что он видел Бога. Тогда Моисей скрыл своё лицо. Это означает, что лицо Господа в нас скрыто плотью и кожей нашего лица. Вы должны увидеть, как он светит сквозь ваше лицо, сохраняя те же черты, выражения и размеры. Только тогда он начнёт жить вашей жизнью вместо вас самих.

Такой контакт с ним устраняет препятствия с вашей стороны, поскольку он светит как отсутствие препятствий. Вот что затем объясняет Патанджали. Препятствия существуют для ума и чувств. То, что вы видите как внешние препятствия — лишь ваше собственное определение препятствий. Когда кто-то сетует, что у него неблагоприятные обстоятельства, это означает, что плохо обстоит дело с обстоятельствами в его уме, а не с теми, которые его окружают — ведь тот, кто замечает обстоятельства, находится в уме, и сами обстоятельства существуют в уме, а не где-то вокруг. Кто-то говорит, что для него наступили плохие дни. Но Солнце всё восходит на том же востоке и заходит на том же западе, так что для него это лишь дни, и они не могут быть ни хорошими, ни плохими. Мы сами делаем их плохими, загрязняя их своими

собственными впечатлениями. То же верно и для препятствий. С теми же самыми препятствиями один достигает успеха, тогда как другой, поражённый, отступает. С той же колодой карт один хорошо играет в бридж, а другой проигрывает — из-за своего незнания. Когда вы начнёте жить с Господом в вас, то узнаете, что нет препятствий, кроме нежелательных черт вашего не-я.

Патанджали перечисляет препятствия, стоящие на пути ученика йоги. И если он не узнает их, он не будет знать, что они вовсе не препятствия. Так что Патанджали указывает их и предлагает путь их преодоления. Первый пункт этого списка — болезнь. У нас бывает такое оправдание — "я плохо себя чувствую и прекратил практику йоги — мне пришлось сделать это". Второе препятствие — это идея о перерыве. "Мы пробовали йогу целый год. Теперь давайте попробуем годик обучения у розенкрейцеров. Затем попробуем масонство. Потом хатха-йогу. Потом посмотрим, что мы сможем получить в Миссии Рамакришны. А затем будем медитировать на Шри Ауробиндо. Мы целый год испытывали Ауробиндо (бедный парень!), а теперь попробуем и самого Христа." Теперь оказалось, что и Христос не подходит. Посмотрите, какое это сумасшествие — медитировать то на одном учителе, то на другом, всё время бросая их в попытках найти лучшего. И мы не стыдимся называть это "духовностью". После того как мы перепробуем многих учителей, у нас и Бог тоже оказывается в неудачниках, и мы перестаём думать о нём. Если даже такой важный парень, как я, перестал думать о Боге, это значит, что для Бога действительно наступили плохие времена. Это второе препятствие.

Третье препятствие — это сомнение. После трёх или четырёх лет практики йоги начинаешь думать: "Правда ли это всё, или это бред сумасшедшего? Что с нами будет, если Патанджали просто накорябал всяких глупостей из головы? А не может ли быть так, что и сам Христос оказался сумасшедшим или истеричным, позволив себя распять?". Это ещё одно серьёзное препятствие.

Эти препятствия оказываются хорошими тормозами, поскольку заставляют вас совсем остановиться. Четвёртое препятствие — это ошибка. Мы делаем ужасные вещи под названием йоги, а под названием очищения иногда совершаем самоистязание. Один проводит святой пост и грозит Богу тем, что не примет во время поста и капли воды. Другой часами стоит на голове, в надежде на то, что кундалини пойдёт по позвоночнику из-за смены направления гравитации. Третий закладывает правую ногу на плечо и стоит на левой в

течение трёх часов. Если вы посетите центры паломничества Индии, то встретите много таких чудачков. Конечно, теперь мы встретим таких и на Западе, потому что люди очень хотят очиститься. Мы совершаем много подобных ошибок и повреждаем свою машину так, что она уже не подлежит ремонту. И когда кто-нибудь указывает нам истинный путь, бывает уже слишком поздно — эта машина уже не может служить для нас средством достижения совершенства. Это величайшее из всех препятствий, поскольку оно лишает нас самого проводника. Мы остаёмся предоставлены самим себе, не найдя ещё в себе Господа. Следующее препятствие, упомянутое Патанджали, известно нам как летаргия или вялость. В детстве мы видим, как люди занимаются йогой, и когда нам шестнадцать лет, мы чувствуем, что хотели бы заняться ею. И мы решаем заняться ею, когда окончим учёбу и закрепимся где-нибудь. Но поиск работы, а потом и сама работа не дают нам заняться йогой. Так мы продолжаем в том же духе, ждём и откладываем йогу, пока не доходим прямо до могилы. Но даже начав, мы можем подумать — "а не сделать ли это завтра?". Это препятствие, которое Патанджали называет *аласья*. Следующее препятствие — считать, что мы слишком заняты. "Время не позволяет мне заняться йогой. Я пытаюсь делать это, но весь мой день занят". К сожалению, в сутках только 24 часа, и нужно поесть, попить, поработать, потанцевать, пофлиртовать, поспать и ещё хорошо провести выходные, если это в выходные. Быть занятым — это болезнь, быть активным — это здоровье. Эта болезнь самовнушения, что мы заняты, является великим препятствием. Слушатель заметил: "Интересно отметить, что болезнь сонливости, похоже, больше встречается у восточных людей, тогда как болезнь занятости — скорее у западных."

Ответ: "Именно так. Мы можем рассматривать эти два препятствия как ведущие черты запада и востока".

Следующее препятствие — это иллюзия, то есть можно принять за йогу какую-нибудь вещь, в область йоги не входящую. Например, когда люди читают о том, что Е. П. Блаватская получила мудрость от своих Учителей, они начинают принимать послания из своих собственных источников и считают их Учителями. Сегодня можно встретить медиумов, которые принимают сообщения и говорят "Учитель Морья просил меня есть по восемь яблок в день", просто потому что они получили такое сообщение. Их последователи начинают объедаться

яблоками и заболевают. И всё это называют духовностью, спиритуализмом. Некоторые называют это теософией, но теософия — это нечто иное. Иллюзии относительно практики йоги ведут людей к многим практикам, которые наносят вред и приводят к пустому растрачиванию жизни. Девятое препятствие, последнее, но никоим образом не самое маленькое, столь же могущественно, как любое из предыдущих восьми. Это неустойчивость. Практикующие ещё неопытны ни в чём, но задают друг другу такие вопросы: "какой опыт ты пережил сегодня ночью?". Здравый смысл говорит нам, что йога — это путь, позволяющий жить в совершенстве. Люди любят впадать в самообман и самомистификацию, стремясь к тому, что они называют мистическим опытом. Они говорят: "Я отправился на высший ментальный план и видел золотисто-жёлтый свет. — Я смог увидеть собственную ауру. — В своём сне я смог увидеть луч своей души, луч личности и луч своего ума. Теперь я могу сказать вам, к какому лучу принадлежу". Вот такие они рассказывают истории. Через некоторое время тени исчезают и интерес к йоге теряется. "Мы пробовали заниматься йогой пять лет, но не нашли в этом ничего стоящего и бросили". Теперь мы видим, что эти девять типов препятствий — ни что иное, как уклонение ума при игре в прятки, поскольку сознание Господа так и не бывает найдено. Когда же вы соприкоснётесь с Господом, который в вас, вы окажетесь выше этих препятствий, и они останутся позади. Вы узнаете, что истинно, а что ложно, поскольку сами утвердитесь в истине. Пока же вы стоите в ложном, вы и истину тоже видите в ложной перспективе. Истина — тоже впечатление, и не более, пока вы живёте в не-я. Не-я — тоже истинное явление, которое может быть поглощено вашим истинным бытием после того, как вы утвердитесь в сознании Господа.

Но даже когда действительно переживается некоторый опыт, неустойчивость может заставить бросить одну йогу и попробовать другую. Это врождённая неустойчивость определяет такое поведение. Согласно науке гомеопатии, врождённая неустойчивость происходит от наследственного отравления из-за туберкулёза или гонореи. В третьем поколении это сказывается как неустойчивое и экстравагантное поведение. Мы не должны пытаться умственно бороться с этим. Делая так, мы начинаем с этим жить. Произносите ОМ, вслушивайтесь в него и добавьте к этому благоговение. Тогда ваши проводники

постепенно очистятся — вплоть до плотного физического тела. Это уже факт, неизвестный гомеопатии, но тем не менее, это так.

Мы прошли уже половину курса, а другую половину начнём завтра. Когда вы соприкоснётесь с Владыкой ума и чувств, все эти искажения исчезнут, ибо "Господа эти вещи коснуться не могут".

УРОК 6

21 октября 1981

Сегодня мы займёмся исключительно наукой о дыхании и искусством дыхания. Оно называется *пранаяма*, и это самый важный и наиболее неверно понимаемый аспект практики йоги. Учитель Д. К. замечает об этом: "Во многих группах дается большое число опасных инструкций, касающихся дыхания, — опасных, поскольку они основываются на книжном знании, а те, кто их предлагает, никогда в полной мере не практиковали их сами, опасных, ибо многие группы просто эксплуатируют неготовых людей — обычно в коммерческих целях. К счастью для массы стремящихся информация и инструкции являются слабыми, неточными и зачастую безвредными, хотя есть и много случаев примечательно плохих последствий (когда упражнения выполнялись регулярно). К счастью также, цели среднего стремящегося так слабы, что он не способен к упорному, ежедневному, неременному выполнению требований и не может приложить усилий, гарантирующих этот сомнительный успех; поэтому в таких случаях опасность отсутствует. Многие оккультные группы используют этот предмет для создания таинственности, для того, чтобы давать побуждение неосторожным, или для того, чтобы как-то занять своих приверженцев и завоевать славу учёных и подготовленных оккультистов. Всякий может учить дыхательным упражнениям. Дело, главным образом, в периодичности вдохов и выдохов, распределяемых в соответствии с желанием учителя. При упорных усилиях результаты будут достигнуты, и как правило — нежелательные, поскольку средний учитель подчеркивает технику дыхания, а не идеи, которые — благодаря энергии, порождаемой этим дыханием, — должны обретать форму в жизни ученика. (А этим-то принципам как раз и не учат, тогда как многократно повторяют подробности). Вся наука

дыхания построена вокруг использования священного слова ОМ. Применение этого Слова должно было бы быть ограничено кругом тех стремящихся, которые серьёзно решили следовать Пути, но оно распространилось и используется многими неразборчивыми учителями, [в особенности теми свами, которые приезжают из Индии, изображают из себя святых и ловят в свои когти глупых западных женщин]. В этих случаях Слово используется без всякой духовной направленности, — (вот в чём беда), — а просто как звук, несомый дыханием, который производит психические действия, воспринимаемые легковерными в качестве показателя своей глубокой духовности. Сложность здесь в том, что дыхание неизбежно связано со словом ОМ, но его действие зависит от мотива и внутренней установки."*

* Цитата из книги "Наваждение: мировая проблема", с. 254. В круглых скобках — замечания Э. Кришнамаচারьи, в квадратных — пропущенные им отрывки — прим. пер.

Так что нужно очистить свою мотивацию, прежде чем приступить к этой практике. Применение жизненного дыхания — это целое искусство, которое должен учитывать в своей работе стремящийся, ученик и посвящённый, однако наука физического дыхания — это наименее важный аспект, и он сам последует за верным применением энергии, которая и есть слово, прилагаемое нами к божественному дыханию жизни.

Прежде всего, давайте постараемся понять механизм дыхания. Оно исходит из жизни, как живое существо. Это означает, что есть отведённый этой Земле запас жизни, которая является растворителем для принципов Солнца и других планет. Он растворяет все планетные принципы и управляется великим законом, именуемым Законом Пульсации. Он продолжает своё нисхождение как дыхание всякой единицы существования, и это мы и называем процессом дыхания. Оно не принадлежит нам — это мы принадлежим ему и обязаны ему своим существованием. Оно предлагает и отменяет. В промежутках мы тоже предлагаем многие вещи, некоторые из которых отменяются им и нами самими, а некоторые — нет. Единственное право, которое у нас есть по отношению к дыханию — знать, что оно есть. Пока оно здесь, нам позволено знать, что оно есть. Получается так из-за того, что мы начинаем существовать, только когда оно присутствует. Душа, девятая природа, существует совечно Духу, Господу всего мироздания, и он повелевает Жизни вдохнуться в единицу, и вот мы

здесь. Не дух это делает, но душа, девятая природа, предлагает жизни направиться в дыхание, и так другие восемь природ строят предметный мир. Они образуют проводники для жизни, которая поддерживает дыхание. Вечность — содержание Духа и Души (десятой и девятой природ). Потому Господь Вечности двойственен. Из этого происходит то, что мы называем периодичностью. Она действует как закон пульсации, который обуславливает закон дыхания. Согласно ему всё мироздание выдыхается и вдыхается обратно. При этом процессе выдыхаются мириады живых существ и начинают дышать сами, пока не будут снова поглощены. Эта периодичность производит закон пульсации, который в йогической литературе называется праной. В некоторых руководствах слово "прана" переводится как дыхание. Это неточно. Дыхание — результат праны. Мы дышим не потому что хотим жить, а по причине действия закона пульсации.

Пульсация по своей природе двояка — она центростремительна и центробежна. Каждая пульсация отлична от предыдущей, и имеет место чередование, которое производит заряд в форме того потока, который мы называем сроком жизни. Каждая пульсация состоит из пары взаимодополняющих вибраций, и каждая следующая пара отличается от предыдущей. Кроме того, есть природа, создающая привычку, и она поддерживает повторение этого перемежения. В основе своей это имеет место на плане праны. Наше дыхание повторяется и побуждается силой привычки. Затем, есть и подобная двоякая пульсация сердца, которую мы называем кровообращением. Всё это совершается силой того явления, которое нам смутно известно как "Музыка". В Ведах сказано, что в природе есть разумы, которые исполняют музыку и именуются гандхарвами. То, что мы открываем как музыку на плане нашего сознания, имеет свою основу в принципах гандхарвов, существующих на плане дэв, относительно которого мы обычно бессознательны. Музыкант может судить о том, музыкальны или нет издаваемые звуки, по тем самым стандартам, которые он почувствовал интуитивно, а отчасти и припомнил с помощью разума. У центра, в котором располагаются эти функции, есть физическое выражение, и его мы называем шишковидной железой. В мозгу есть полость, где эта самая железа и расположена. Неподалёку от неё есть ещё одно, меньшее выражение, именуемое гипофизом. Шишковидная железа — причина внешнего проявления

музыки в виде нашего дыхания, кровообращения и поведения. Когда она не в порядке, в поведении человека возникают серьёзные нарушения. Разумы, действующие через шишковидную железу, входят в состав Шамбалы. Всё это, насколько это касается нашей нынешней темы, называется музыкой. Эти существа вызывают в нас процессы дыхания и кровообращения сначала на эфирном плане, затем на астральном и, наконец, на жидкостном подплане физического плана, который мы называем кровью, и на твёрдом, образующем кровеносные сосуды.

Следующий шаг — это применение закона полярности. Высшее здесь нисходит, чтобы в виде низшего служить дополнением высшему. Излияние света души происходит в виде падения Господа в порождение. Символически это называется переходом Господа в жизнь формы. Это явление, которое в писаниях называется *аватара*. Термин "аватара" используется в двойном смысле. Изначальный смысл этого термина — это регулярный процесс нисхождения девятой природы как сознания Господа. "Как песчинки, многочисленны аватары Господа", говорит Шримад Бхагаватам. Но есть и ещё один смысл, в котором используется слово "аватара". Когда некая выдающаяся личность спускается, чтобы служить проводником десятого и провести на землю дхарму, она тоже называется аватарой, но это уже второе значение слова. Мании поиска, кто же истинный аватара, тут нет места. Это второе значение указывает на "Аватару Синтеза, который грядёт", но истинный аватара — это непрерывный процесс в эволюции и мироздании. Если говорить словами Учителя С. V. V., то аватара есть в каждом, в ком он может быть узнан через "начало Высшего Моста". Высший мост — это то, что Д. К. называет антахкараной.

Закон полярности производит закон дифференциации. Мы начинаем чувствовать, что отличаемся друг от друга, и что мужское отличается от женского. Это процесс построения "южной половины земного шара" — материального плана и деятельности нижнего полюса, где половые органы служат природе путём воспроизведения. Когда использование грубых проводников для того, чтобы застолбиться на предметном плане, стало абсолютной необходимостью, возникло явление различия. В высшем сознании это даёт нам способность распознавания. Также это производит всякую парную

деятельность, подобную вдохам-выдохам, учёбе и преподаванию, говорению и слушанию, отдаче и принятию, свечению и отражению, и т. п.

Когда мы применяем своё знание этих пар к дыханию, то понимаем значение нашего дыхания как положительно-отрицательной деятельности. Вдох является положительно-отрицательным, поскольку он положителен для царства дэв и отрицателен для биологического царства. Дэва воздуха передаёт, а живое существо получает воздух. Выдох тоже является таким, только здесь уже дело обстоит наоборот. Когда человек говорит, а вы слушаете, то для него это положительная деятельность, а для вас — отрицательная. Растущая осознанность этой деятельности достигается пранаямой — искусством дыхания. Высшие принципы в нас положительны, тогда как ум по сути своей отрицателен. Он принимает и отражает впечатления, и потому это отрицательный процесс.

Мы убедились, что дыхание — это результат двоякой пульсации. Это дыхание нужно вверить Вечному Сознанию. Вот принцип, лежащий в основе практики пранаямы. Вечное Сознание в нас — вне периодичности. Мы должны знать метод, как войти в этот процесс. Вечное Сознание известно как ОМ. Дыхание существует как две составные части ОМ. Мантра дыхания состоит из двух дополняющих частей, это слово из двух слогов — света души и духа. Слово ОМ делится надвое — на дух и душу. Одна половина делается центростремительной, тогда как другая — центробежной. А поскольку обе эти части исходят из Вечного Сознания, оно остаётся и служит основой их обоих. Оно не спускается, но от него исходят эти составные части. Это можно сравнить с тем, как ветер движется в пространстве, тогда как пространство стоит и не смешивается с ветром, образуя фон для его движения. Это подобно тому, как из нуля дважды вычитается ноль, а в результате всегда опять остаётся ноль. Две дополняющие друг друга части, центростремительная и центробежная пульсации, представляют собой проводники, служащие процессу дыхания. Если вы в процессе дыхания приложите свой ум к изречению дыхания, то осознаете две вещи. Вдох регулируется ноздрями силой звука "С". Выдох регулируется горловой впадиной силой звука "Х". Таким образом, дыхание производит два звука, "С" и "Х". Вот почему мантра "Со-Хам" даётся как мантра дыхания. Поёте вы или нет, но она распевается в вас проводниками. Это не та мантра, что дана вам кем-либо, но это мантра, существующая в вас

столько, сколько вы живёте. Её заберёт ОМ с вашим последним дыханием.

Если вы хорошо помните, я объяснял кое-что об этом в одной из своих лекций пять лет назад.

Медитируя при вдохе и выдохе на двух этих слогах, Со и Хам, медленно, мягко и одинаково, и думая в то же время о своём дыхании, можно восстановить равновесие в своём дыхании. Давно утерянное равновесие будет теперь найдено. В детстве оно у вас было. У среднего здорового ребёнка, родившегося у здоровых родителей, дыхание должно быть в равновесии. Такой ребёнок дышит в соответствии с ритмом той музыки, которая назначена природой. Это дыхание называется естественным. Когда же мы растём, с возрастом оно снова и снова подвергается возмущениям. Такое возмущение или встряска происходит, когда мы испытываем эмоциональное потрясение или психологический шок. Когда вы злитесь, ваше дыхание нарушается. Когда вы ревнуете, оно нарушается, когда вы боитесь, оно опять нарушается. Оно нарушается и когда вы предчувствуете что-либо или ожидаете кого-то, узнаете о чьей-то болезни или смерти. Ритм дыхания сбивается и когда вы чем-то озабочены. Мы сбиваем его многие сотни раз в день. А сила привычки только и ждёт того, чтобы закрепить всё то, что повторяется. Это нарушение устанавливается и мы приобретаем длительное расстройство дыхания, частота его увеличивается и оно приобретает форму коротких вдохов и выдохов, и так до последнего вздоха. Приобретать неестественное дыхание с возрастом стало для нас естественным. Нарушение становится привычкой. И даже если мы не желаем этого, возмущение дыхания продолжается. Привычка сильнее всего, что только есть в наших сознательных слоях. Она создана природой, чтобы поддерживать нашу жизнь повторением дыхания и сердцебиения. Потому привычка сильнее любой жизненной или психической способности. И устанавливая с возрастом привычку нерегулярного дыхания, мы преуспеваем в убийстве себя ещё до завершения срока нашей жизни. Но это доказывает, что мы можем и уничтожить старую привычку, разорвать эту цепь, укоренив новую привычку. И теперь нам нужно сделать это путём практики пранаямы. Мы должны разорвать цепь дисгармонии и утвердить прежнюю привычку дыхания. Чтобы добиться этого, вы должны развить постоянную осознанность своего дыхания. Это первый шаг. Назначив ежедневное время и выбрав постоянное место, начинайте практику. Сядьте удобно, закройте глаза и с помощью ума

расслабьте каждый мускул и каждый нерв своего тела. Медленно перемещайтесь умом от головы к ногам, замечая внутри каждый мускул и каждый нерв. И где бы вы ни обнаружили напряжение, пронаблюдайте, как оно расслабляется. Второй шаг — наблюдать движения, происходящие в процессе каждого вдоха или выдоха. Ум, работающий в головном центре, учится при этом подходу к деятельности дыхания и кровообращения, происходящей в сердечном центре. Объектный ум учится становиться субъектным.*

Деятельность не-я начинает поглощаться деятельностью истинного я, света души. Вся активность головы будет выведена в сердечный центр. Тогда головной центр освободится от существовавшего до сих пор беспокойства. С головным центром начнут работать разумы Шамбалы, а ум будет учиться предлагать себя деятельности Иерархии. Вы будете учиться участвовать в деятельности Христа, в то время как разумы Шамбалы начнут заботиться о вас. Вы должны каждый день находить время для этой практики. Сделайте дыхание сознательным, дыша осознанно.

* То есть ум, прежде привязанный к объектам, становится истинно действующим, или субъектом — прим. пер.

Третий шаг — это установить единообразие в дыхании. Начните вдыхать и выдыхать, контролируя процесс. Вдыхайте медленно, мягко и глубоко. Пусть в процессе не будет ни ускорения, ни замедления. Мягкое дыхание означает, что вы не должны производить или слышать в своём дыхании какой-либо звук.

Практика *кумбхака* между вдохом и выдохом не нужна. Не допускайте запирания дыхания внутри. Некоторые школы йоги учат кумбхаке, то есть задержке дыхания при практике пранаямы. Вас просят вдыхать, считая до десяти, затем удерживать воздух внутри, считая до двадцати, а затем выдыхать, считая до двадцати. Затем пять счётов продержать лёгкие пустыми и снова начинать дыхание. Вот что предписывают некоторые школы йоги в качестве пранаямы. В этом процессе может быть какая-то великая истина, но он неизвестен ни у Патанджали, ни у автора Бхагавад-гиты, и это для нас достаточная причина, чтобы не следовать этому методу. Мы хотим с самого начала следовать йоге Патанджали и не желаем дрейфовать в ашрамы других гуру. Ни Патанджали, ни Бхагавад-гита не предписывают нам выполнять кумбхаку. Вы можете спросить, почему же мы не можем её выполнять? Ведь

задержка дыхания тоже нужна для некоторых целей. Так учит школа хатха-йоги. Это может быть так, и для какой-то особой цели кумбхака действительно может быть необходима. И в то же время ваши лёгкие говорят, что им необходимо дышать. В воздухе есть кислород, а у лёгких есть потребность в кислороде. Если вы знаете больше, чем ваши лёгкие, тогда всё в порядке. И если ваша особая причина выполнять кумбхаку для вас важнее жизни, то это хорошо. Но это вопрос жизни и смерти, потому что лёгким кислород нужен для жизни, а точнее — чтобы вдыхать в вас жизнь. Сами лёгкие никогда не хотели жить, но они всегда хотят, чтобы жили вы, поскольку таков назначенный им долг. И они мудрее вас, потому что природа всегда мудрее любого из её созданий. Если вы позволяете лёгким решать, это один путь. Если вы хотите решать, то это другой путь — путь хатха-йоги. Здесь Патанджали и Бхагавад-гита расходятся с другими школами мысли. Потому предпочтём разойтись с ними и мы. Путь Патанджали, Бхагавад-гиты и Учителей всегда един. Вы можете избрать и иной, но тогда можете быть уверены, что идёте не по пути Учителей, Патанджали и Бхагавад-гиты. Мы ведь чувствуем, что лучше довериться тем учёным, которые являются практиками и без всякой мистификации могут гарантировать нам результат. Лучше получить лекарство от врача, имеющего большой опыт, или пытаться приготовить лекарство самим? Здравый смысл нам подсказывает, что желательнее оставить себя на попечение доктору. Если мы начнём экспериментировать сами, то и ответственность ложится на нас. Теперь — четвёртый шаг. Следуя третьему шагу, вы обнаружите, что ваше дыхание становится всё более и более равномерным и начнёт отождествляться с той самой музыкой, которая и создала дыхание на основе пространства. Это то, что знающие называют законом пульсации. Теперь вы оказываетесь непосредственно под попечением универсального закона, который знает закон периодичности, по которому он узнаёт, когда произвести явление поглощения или возвращения (которое невежественно называют смертью). Ваша осознанность всё больше настраивается на музыку вашей основы, которая и производит ваше дыхание. Ум тогда погружается в пульсацию, и двух отдельных вещей больше не существует. Ум, наблюдающий дыхание, более уже не отличен от дыхательной деятельности. Посмотрите, как музыкант, выступая на концерте, всё больше осознаёт музыку и всё меньше осведомляется о её строении. Он лучше следует ритму, когда забывает про

ритм. Вы знаете, почему начинающим музыкантам не удаётся держать ритм? Как раз потому, что они внимательно следят за ним. Такой "внимательный" водитель больше следит за элементами вождения, и вы знаете результат. Такое вождение для него — ад, и он подвергается риску. Но по мере того, как водитель обращает всё меньше внимания на эти подробности, он обнаруживает, что он и вождение — уже не две разные вещи. Таково переживание водителя, который стал мастером. Музыкант, являющийся истинным артистом, пассивно сознаёт совокупность того произведения, которое он исполняет, и вовсе не сознаёт деталей, которые он должен выполнить. Он един с музыкой, и уже нет таких двух отдельных вещей, как музыка и музыкант. Подобно этому и вы будете едины со своим дыханием, и не будет двух разных вещей, таких как дыхание и ваша осведомлённость. Прана и дыхание в природе едины. Теперь един с праной и ваш ум. Здесь дыхание замедляется по мере того, как ваш ум успокаивается и переходит в осознанность. По мере успокоения ума ваше дыхание будет становиться всё более единообразным, пока не замедлится. Пока между умом и дыханием есть разрыв, замедления не происходит, потому что ум обеспокоен дыханием. Это мы и понимаем как причину смерти. При замедлении дыхания наступает смерть, пока есть разрыв между дыханием и умом. Санатсуджатой, одним из четырёх кумар, этот разрыв был назван "лазейкой, куда ускользает осознанность". Когда же ум погружён в пульсацию (прану), разрыва нет. И смерть при замедлении дыхания не наступает. Даже в самом конце, когда законный срок использования тела завершён, смерти не происходит. Дыхание останавливается, лишь когда тело оставлено. Для такого человека это просто оставление тела, тогда как для других это смерть. Это смерть, потому что есть разрыв в сознании. При оставлении тела люди умирают из-за этого разрыва в сознании. Йог же не умирает, поскольку даже после того, как тело оставлено, никаких перерывов в сознании не происходит.* Это становится возможным лишь когда ум и пульсация стали одним. Это и есть цель пранаямы согласно Патанджали, Бхагавад-гите и Писаниям.

* Бессмертие — это ни что иное, как непрерывное сознание (Е. П. Блаватская, "Ключ к теософии") — прим. пер.

В процессе своей ежедневной практики у вас будет опыт замедления дыхания до нуля. Ваше сознание будет находиться в состоянии, названном Учителем С. V. V. "нулевыми уровнями ничто". Когда дыхание замедляется, не мешайте ему. Не бойтесь умереть. Это состояние приостановленного дыхания и есть то самое, что мудрые называют "кумбхака", и это вовсе не самовольная остановка дыхания, которая есть ни что иное, как самоудушение. Сам тот факт, что мы созданы так, что живём, не помня о нашем сердцебиении и дыхании, доказывает, что природа мудрее нас, а Бог ещё мудрее. Это вопрос здравого смысла. Мы начинаем дышать задолго до того, как знаем, что дышим. Будьте уверены, следуйте процессу, и тогда наступит то, что называется прекращением пульсаций. Двойная пульсация будет полностью вверена вечному сознанию, выполняющему роль основы вашего сознания. Вы моментально получите касание Вечного. Это то, что мы называем светом души, девятой природой. Дыхание останавливается, поскольку успокоены пульсации. Это происходит на протяжении некоторого времени, когда ваше сознание входит в сознание души. Оно спит по отношению к другим аспектам существования, когда пробуждается к Вечному.

Вопрос: "Сердцебиение тоже останавливается?"

Ответ: Да, оно останавливается на некоторое время. Нужно это или нет — должна решать природа, а не вы сами. Те, кто делают это сами — хатха-йоги, которые устраивают демонстрацию остановки сердца ни для какой иной цели, кроме удовлетворения любопытства. Мы должны помнить, что Господь-сознание всегда превышает наше любопытство. Достаточно помнить, что будут моменты остановки дыхания. Это общий опыт — когда вы в экстазе, дыхание на несколько мгновений остановится. Когда ум внезапно ошеломлён чем-то неожиданным, то наступают моменты, когда дыхание задерживается, так как ум унесён чем-то иным. И если это возможно даже в такой ситуации, то почему это невозможно, когда вы пребываете с сознанием-основой? Это сознательный процесс; процесс, происходящий в вашей осознанности. Этот шаг не должен практиковаться отдельно. Он должен предприниматься вместе с другими шагами пути йоги, которым нужно следовать систематически. Прежде чем планировать достижение этой точки, нужно уладить свои внешние дела, и лишь после этого можно молчаливо удалиться от своих обязательств, назначенных мероприятий с друзьями и своих глупых обещаний и программ. Прежде всего

вам нужно всецело удалиться из своего окружения и освободиться от обязательств (в то же время не совершая никакого физического удаления, которое бы показалось людям странным). Это всегда отвод вашей осведомлённости, а не вашего физического проводника. Без такого ухода из вашего прежнего состояния пассивной объектности в состояние активной субъектности невозможно отрегулировать человеческий механизм и сменить ценности. Когда что-то является для вашего ума ценным, вы не можете отвлечь от этого ум. Отвлечение от среды и сосредоточение своей осознанности на Господе-сознании, которое у вас внутри, должны делаться одновременно. Посмотрите, как приближается к вам отражение, когда вы приближаетесь к зеркалу. Точно так же одновременно должно совершаться и приближение на объектном и субъектном планах.

Для этого вы должны последовать некоторой процедуре. Запишите все обязательные дела в вашей ежедневной рутине, которые имеют повторяющуюся природу. Найдите вероятное время для каждого из них. Приготовьте чертёж, по окружности которого будут отмечены 24 часа, и отметьте на нём все записанные вами пункты. Допустим, вам нужно встать утром, позавтракать, отправиться на работу, прибыть туда, выполнять свою работу, поехать в обеденный перерыв, потом снова быть на рабочем месте, а потом опять вернуться домой. Вот такое вы должны составить представление о повторяющейся программе дня. Назначьте временные отметки и постарайтесь соблюдать их с точностью до минуты. Вы должны делать это без всякого внутреннего напряжения. Если у вас будет напряжение при исполнении этой программы, то у вас будет много головокружения, тяжести в голове, и вы почувствуете разбитость. Вы будете наращивать свою точность, разумность и бдительность, только чтобы стать ещё более запутанным и сумасшедшим. Относитесь к вещам легко и соблюдайте своё расписание. Если вам это не удаётся, не задумывайтесь об этом. Размышления о неудачах заставляют вас медитировать на неудачу. Где бы вы ни потерпели неудачу, оставляйте это и позаботьтесь о том, чтобы выполнить в срок следующий пункт. Завтра вам удастся исполнить в срок уже больше дел. И наступит время, когда регулярность станет для вас детской игрой. Посмотрите, как играет ребёнок. Он счастлив этим, поскольку у него нет ценных идей относительно игры. Вы должны сдать свои идеи, и позволить программе заменить эти идеи. Делание

сводит раздумья к минимуму, и это и есть та самая детская игра. Ребёнок улыбается не так, как взрослый, потому что у него нет представлений об улыбке. Так что пусть ваша ежедневная рутина станет игрой ребёнка. Если вам нужно спешить, чтобы соблюсти расписание, пусть ваше тело торопится, но вам самим в то же время не надо торопиться. Бегите физически, когда это нужно, но не бегите умственно. Если вы не знаете этого секрета, то практика йоги станет для вас таким же адом, как и повседневная рутина. Когда вы сможете делать всё, как игру, тогда установятся и пункты программы на циферблате. Часы расположены в цикле времени, а ваше сознание — это ось этой шкалы времени, и вы обретёте "расположенные по оси часы", как выразился учитель С. V. V. Постепенно вы получите многогранник своей повседневной деятельности. У каждого из вас должен быть свой двадцатичетырёхчасовой многогранник. Вы можете поделить его на четыре части по шесть часов, и отмерять по ним, если это удобнее. В сутках есть четыре кардинальные точки — восход, полдень, закат и полночь. Они образуют крест внутри круга. Он называется крестом материи и ума, на котором распят Господь Времени. У вас должно быть примерно такое же распределение повседневных дел. Когда повседневная деятельность упорядочена, в выражении жизни появляется единообразие, делающее вас годным для пранаямы или успокоения пульсаций — практики, описанной выше. Каждая попытка упорядочить своё дыхание должна быть поддержана попыткой упорядочить свою ежедневную деятельность. А без этого привнесения порядка в деятельность пранаяма очень опасна. К сожалению, об этой предосторожности не знают 90% тех, кто обучает пранаяме, чтобы зарабатывать этим деньги. Они принимают вас и советуют вам силой навязывать пранаяму лёгким, которые становятся из-за этого беспомощными. С одной стороны, вы должны регулировать свою ежедневную программу, а с другой стороны — постепенно вводить себя в процесс пранаямы. Если вы не позаботитесь о первой половине, то будете хромать на одну ногу. Прыгать одной ногой — лишь ковылять. Так можно и другую ногу покалечить. А одновременный подход с двух разных полюсов к центру вашего сознания даст вам настоящий прогресс, и это непременно принесёт плоды. Сначала будет отрегулировано дыхание. Это приведёт к отсутствию внешних и внутренних возмущений. Поначалу вам нужно иметь собственное место для практики, а со

временем вашим местом станет любое место, где вы сядете. Заботиться о физическом местоположении необходимо лишь пока не достигнуто размещение ментальное. Через некоторое время вы найдёте свет, который вы называете "Я". Все слои затмения удалятся, и засияет свет. Это Я в вас — то же самое, что и во мне, но обычно оно обусловлено режимом ума, настроением дня, сомнениями, печалью и привычками. Всё это слои, заслоняющие единый свет Я, сияющий во многих обителях, которые мы называем проводниками. Обычно словом "я" мы называем какой-нибудь слой или проводник, то есть нечистое и закопчённое стекло. Все эти слои будут удалены. Я, сияющее как Господь-сознание в каждом из нас, не может быть обусловлено, однако оно может быть обусловлено для нас, точно так же как Солнце, которое нельзя погасить, бывает закрыто для нас облаками. Всё это затмение будет удалено с помощью процесса пранаямы. Ум тогда един с жизнью, а союз ума и жизни — един со светом. Произойдёт удаление ума и полное поглощение существования не-я в Я. Неизбежным результатом этого будет полное подчинение органов и функций чувств, а также ума. Теперь мы завершили изложение первых четырёх шагов практики йоги, и вы готовы к тому, чтобы узнать оставшиеся четыре шага — всего в этой дисциплине восемь шагов. Но помните, что этим шагам надо следовать одновременно, а не пытаться выполнять их один за другим. Все восемь шагов расположены в центростремительном порядке, а отрабатываться они должны центробежно. Они подобны слоям света разной яркости. Завтра мы посмотрим, как же следовать этим восьми шагам.

УРОК 7

22 октября 1981

Давайте теперь подытожим, что же мы поняли. Нужно выбрать место для практики и часто его не менять. Лучше не менять его вообще. Выберите время, которое вам также менять не придётся. Очистьте место и убедитесь, что окружение таково, что не будет ничего, что могло бы послужить причиной для беспокойства. Затем садитесь в любой удобной позе, соответственно вашему телосложению. Не следует предписывать одну асану для всех и просить всех сидеть одинаково. Вот почему ни Патанджали, ни Бхагавад-гита никогда не

предписывали ни падмасаны, ни сиддхасаны, ни какой-нибудь другой позы. Некоторые находят для себя более удобной падмасану, тогда как другим удобнее сидеть в сиддхасане. Затем закройте глаза. С помощью ума расслабьте каждый мускул и каждый нерв. Пропутешествуйте умственно по всем частям тела, от головы до ног. Проверьте, не находится ли какой-либо мускул или нерв в напряжении, и расслабьте его, если он напряжён. Не нужно плотно закрывать глаза, вызывая напряжение в веках. Некоторые плотно прикладывают свой язык к нёбу. Расслабьте все части тела и садитесь. Сидите прямо, но не напряжённо. Теперь начните наблюдать движение и направление своего дыхания. Наблюдайте, как мускулы и нервы при дыхании сами движутся в согласии. Затем следуйте трём шагам дыхания.

Первый шаг — это медленное, мягкое и равномерное дыхание. Скорость дыхания менять не нужно. Пусть оно примет свой собственный ритм, станет медленным, мягким и равномерным, как было раньше. Ваше дело лишь следить, чтобы вдохи и выдохи были равномерными. В то же время вы должны наблюдать весь процесс своим умом. Осознавайте своё дыхание. Так сделайте три вдоха-выдоха, а затем освободите дыхание. Пусть оно в течение нескольких минут будет обычным. Затем опять в течение трёх дыханий делайте его равномерным. Нужно выполнить три таких серии по три дыхания, а между ними должны быть двухминутные паузы. Патанджали рекомендует такое чередование нерегулярности с регулярностью. Вот мы и закончили первый шаг дыхания.

Теперь второй шаг. Делайте то же самое, что и раньше, умственно произнося звук "Со", пока вдыхаете, и "Хам" — и про себя, и вслух, — когда выдыхаете. Когда вдыхаете, закрывайте рот, иначе будете страдать от того, что ваш нос будет заблокирован в силу распухания миндалин. Дышать с открытым ртом неправильно. Это ведёт к разрыву в сознании между спинномозговой осознанностью и симпатической деятельностью лёгочного и сердечного аппарата. Одно сознание работает со спинномозговой системой, а другое — с сердцем и лёгкими. С этими двумя центрами работают два набора разумов (дэв). Управляющие дэвы работают с сердечным центром, тогда как исполняющие работают со спинномозговыми центрами. Между ними существует сообщение. Оно постепенно отрезается, если мы дышим через рот. Результатом будет растущий идиотизм. Вот почему идиоты ходят с открытым

ртом. Учащийся йоге должен уделить этому особое внимание. Второй момент заключается в том, что вы должны дышать совершенно бесшумно. Вы не должны слышать никакого звука дыхания. С этой мантрой Со-Хам снова проделайте три серии по три дыхания.

Теперь третий шаг. Делайте всё так же, произнося ОМ. Произносите ОМ умственно, когда вдыхаете, и произносите ОМ вслух, слушая свой голос, когда выдыхаете. Это третий шаг. За эти три шага мы сделали 27 дыханий тремя группами, в каждой из которых было три серии по три дыхания. Это образует один блок практики. Вы можете выполнять один такой блок утром, и один вечером или ночью, в зависимости от вашего дневного графика. Постепенно вы сможете каждый день выполнять и второй блок из 27 дыханий. После первого блока сделайте паузу, поговорите с друзьями или займитесь какой-нибудь работой, а затем выполните второй. Иногда вы можете проделать сколько угодно таких блоков, насколько позволяет удобство и свободное время.

Минимумом пусть будет один блок утром и один вечером. Допустим, вы ждёте самолёта в аэропорту, или находитесь в полёте. Тогда вы можете молча проделать любое количество таких блоков. Через некоторое время это станет автоматическим и не будет требовать усилий. Заботьтесь о том, чтобы это не делалось механически (без осознанности) или монотонно (неохотно). Ваша осознанность — единственная вещь, которая поднимает вас от сознания не-я к Ишваре-сознанию. Вот всё о дыхательных упражнениях. Больше ничему следовать не нужно. Насколько это касается нашей группы, вы должны следовать исключительно этому методу, потому что наша группа должна делать всё согласно Патанджали, Бхагавад-гите и Учителям.

В терминологии Патанджали и Бхагавад-гиты вдох называется *пра*на, а выдох — *а*пана. Прана включает в себя все вводящие пульсации, которые отвечают за всё, что мы принимаем, наше чтение, понимание, вдыхание, еду, питьё и т. п. Апана включает в себя выводные пульсации, то есть даяние, предложение, объяснение, выдыхание и выделение. "Прана и апана должны быть приведены в равновесие, и это — пранаяма" — говорит Бхагавад-гита.

Урегулировав эти две пульсации, мы направляемся к дисциплине нашей повседневной деятельности. Патанджали называет это "йогой действия" (крия йога). Весь этот процесс даётся под тремя заголовками. Первый — это устремление, второй — изучение, а третий — ваше приготовление к полной

отдаче. Устремление называется на санскрите *тапас*. Д. К. назвал его "огненным устремлением". Изучение имеющих отношение к йоге предметов, особенно писаний, называется *свадхьяя*. Полное вверение Ишваре-сознанию в вас называется *Ишвара пранидхана*. Эти три пункта, вместе взятые, составляют курс практики йоги через действие (крия-йоги). Переводить "тапас" как "аскетизм", "епитимия" или тому подобное ужасно неверно. Перевод же "огненное устремление", как у Учителя Д. К., высоко научен. Прилагательное "огненный" будет понятно после большого опыта и практики. Устремление может быть воздушным, водным, земным или огненным. Разница тут очень тонкая, но пока что давайте использовать слово "огненный". Санскритский корень "тап" значит горячий или огненный. Его назначение — создать линии энергии в трёх проникающих вас огнях. Откройте первую страницу "Трактата о космическом огне", и вы найдёте объяснение трёх огней. Это космический огонь, электрический огонь и огонь трения. Они производят космическую деятельность, деятельность солнечной системы и деятельность цепной реакции горения на нашей Земле. Вы должны провести линии энергии, которые будут служить двоякой цели, нейтрализуя перекрёстные потоки уже созданных линий сил. Ведь вы уже создали эти перекрёстные потоки на трёх планах своими прежними действиями. Например, на физическом плане вам нужно установить сотрудничество (служение) с дэвами. Вы должны начать работать с царством дэв, не мешая им. До сих пор вы вмешивались в их работу, неверно пользуясь огнём, водой, воздухом и землёй (твёрдыми веществами). Теперь вы должны начать вытирать перекрёстные потоки и своим отношением и настроем на сотрудничество произвести равномерные колебания. Начать нужно с процесса очищения своего тела, ума и тонких проводников. Для начала установления хорошего сообщения с дэвами воды рекомендуется хорошенько промыть тело внутри и снаружи. Упорядочивание диеты установит ваши отношения с дэвами метаболических функций. Сюда входит и упорядочивание сна, работы и отдыха. Между работой, отдыхом и едой должно соблюдаться верное соотношение.

Следующий шаг — это чистота половой жизни. В практике йоги это настоящая потребность. Чтобы сделать это возможным, наша жизнь делится на четыре части — период безбрачия, период моногамии или супружеской жизни, период, когда половой инстинкт уже незаметен, и период

приготовления к возвращению. Йогу следует практиковать с начала периода безбрачия, который начинается между седьмым и восьмым годом с момента зачатия. Приблизительно это седьмой год с рождения. Этот период должен продолжаться приблизительно до 21 года (3×7). Он называется *брахмачарья*. Безбрачие — один из обязательных факторов практики йоги. Ученику предписывается абсолютная физическая и умственная чистота. Физическая чистота поддерживается контролированием секса или полным воздержанием от половой жизни и мыслей о сексе. Ментальной чистоты этим добиться нельзя. Когда ученика просят контролировать свой половой инстинкт, ему приходится постоянно думать о нём. Верования о том, что секс греховен и прочие такие учения приняты в религиозных школах, но не в духовных. Подавление полового инстинкта ведёт к ужасным последствиям, и современной науке это известно. Есть и ещё один, столь же важный момент, неизвестный учёным нашего века. Это правильное понимание полового акта и его удовольствия. Природа вверила живым существам долг воспроизведения. Причина этого в том, что она наделила нас телами. И вполне законным с её стороны является требование воспроизводить их и тем поддерживать функции природы. От нас требуется продолжение рода. В "Ветхом Завете" говорится, что Бог неоднократно являлся патриархам и благословлял их на размножение, а первым людям вверил все плоды земли, животных, рыб и птиц. "Наш прародитель, Бог Года, жертвенным актом создал живых существ и велел размножаться" — говорит Господь Кришна в Бхагавад-гите. Но чтобы работа продолжалась, к ней нужен стимул. У существ, совершенно непосвящённых в тайны природы, эту роль выполняет инстинкт. Природа дала им наслаждение полового акта. Имея этот стимул, они совершенно слепо сотрудничают с работой дэв. В других царствах, кроме человеческого, природа верно ведёт живых существ, не оставляя им выбора, так что половой акт проводится строго в соответствии с сезоном размножения, и у существ нет возможности для излишеств. Спариваться вне сезона животное не может. Так же и с растениями. Человеческое существо наделено развитым аппаратом познания и распознавания, и природа ожидает от него, что он самостоятельно узнает ценность всего, что в ней есть. Также от него ожидается, что он не будет спариваться вне сезона, просто ради удовлетворения желания. На нынешней же стадии человеческой эволюции в этом поведении наблюдается кризис. Средний так называемый учёный

сексолог не знает этого, и даёт лишь анализ психологии секса без всякого знания предписаний природы, тогда как он должен знать это и просвещать людей, что не половой акт предназначен для удовольствия, а напротив, удовольствие есть награда природы за акт воспроизведения. Ум нужно уметь привлекать к половому инстинкту и отвлекать от него с совершенным мастерством. Во время периода безбрачия ученика инструктируют, чтобы он занимал ум чем-то, что является для него ещё более сладким и захватывающим, чем удовольствие от секса. Это не является ни подавлением, ни воздержанием, ни скотским потаканием. Это искусство становится пассивным по отношению к нему в свете активной осознанности, практикуемой нами для Ишвары-сознания. Когда подготовка завершена, йог действительно годен для того, чтобы, женившись, принять на себя роль домохозяина. Вместе с удовольствиями секса, он добровольно принимает на себя все свои обязанности и ответственность. Лишь тогда он может провести половой акт с полным мастерством. Лишь тогда удовольствие чистое, глубокое и подлинное. Распутникам не понять этого удовольствия. Моногамия необходима, чтобы познать удовольствие секса в его истинном смысле; также она необходима и для поддержания расы через чистоту индивидуальных проводников. Из наблюдений за животными мы можем узнать, что половой инстинкт подавлять не следует, а из наблюдений за растениями — что лишь моногамия поддерживает чистоту. Вот основные истины, управляющие царством пола, в которое могут войти лишь полностью развитые мастера человеческого царства. Период брахмачарьи, предшествующий вступлению в брак — это ни что иное, как безбрачие, достигаемое тем, что ум занимают хорошей работой, в которой больше вкуса, и которая более эффективно направляет нас к Ишваре, к его осознанности. (В науке секса есть множество подробностей, требующих объяснения, но пока что этого будет достаточно).

Следующее, что нужно практиковать — это настрой на непричинение вреда. Безвредная жизнь должна быть включена в вашу постоянную осознанность. "Не убий" — гласит первая из десяти заповедей. "Люби ближнего, как самого себя" — первая заповедь Нагорной Проповеди. Патанджали включает это в качестве обязательного пункта для достижения первого шага йоги. Практически мы не должны убивать, кроме как ради пищи, а если возможно, то даже и ради пищи. Предполагается, что йогу мы должны практиковать не в городах, а в небольших

деревнях среди лесов, холмов и родников, где деревья предлагают нам плоды, источники дают воду, и можно жить и питаться, никого не убивая. Вы можете принимать в пищу также молоко и молочные продукты, потому что это не требует убийства животных. Но сначала вы должны кормить животных и ухаживать за растениями, потому что вы ничего не должны принимать просто так. Листья некоторых растений, которые опадают естественным образом, собираются, моются в воде и употребляются в пищу некоторыми учениками, практикующими йогу, но употребления корней и стеблей следует избегать, так как нам нельзя убивать. Вам не нужно углубляться в детали всех опытов, проведённых мудрецами для практики непричинения вреда. Достаточно соответствующего отношения. Не убивайте, насколько это возможно. Когда это неизбежно, вы можете убить, но само суждение о неизбежности этого остаётся на вашей совести. Охота строго запрещается. На определённой стадии эволюции человекообразное животное находит удовольствие в охоте и убийстве. Это совершенно запрещено ученику йоги. Пифагор объяснил, что важно не столько то, какую пищу вы едите, животную или растительную, сколько освобождение от желания убивать и есть.

Следующий пункт практики — прямота в отношениях с другими. Но вы не должны под видом прямоты ранить кого-либо словом или делом. Как ученик йоги, вы не имеете права так поступать. "Говорите правду. Говорите учтиво. Не говорите правду неучтиво. Не говорите неправду ради учтивости". Вот повеление Ману, давшего нам Закон. Если вам что-то не нравится, вы можете дать понять это, никого не раня. Если вам что-то нравится, вы можете это ясно высказать.

Теперь суммируем эти пункты. Требуется огненное устремление на планах мысли, речи и работы. Правдивая речь, не ранящая других. Поддержание в уме положительных мыслей. Настрой на непричинение вреда. За этим должны последовать спокойствие ума и доброта по отношению к остальным. Затем вы должны практиковать молчание. Следует молчать о вещах, которые не нужны. Это больше умственное молчание, чем физическое. Без умственного безмолвия обычное молчание ведёт к перенапряжению. Нужно не механическое молчание, а безмолвие как отношение. Далее следует контролируемая деятельность. Обычно мы склонны распространять свою деятельность всюду, куда бы мы ни направились. Вам же на каждом шагу

нужно знать, где можно начать, и понимать, какую работу следует делать вам, а какая — не ваша. Пусть ваше любопытство, амбиции и тщеславие не заставляют вас совать нос в чужие дела. Неразборчивое, эмоциональное расширение работы связывает вас и ведёт ко многим неприятностям. Ваши физический и ментальный проводники будут разваливаться на части, если вы попытаетесь делать сразу все вещи (пусть даже хорошие). Если у вас нет программы контролируемой деятельности, вы наткнётесь на встречающихся среди людей вампиров, которые заставят вас бешено носиться по улицам. И тогда вы будете просто бегать, и окажетесь не в состоянии сослужить какую-нибудь службу уже никому. В этом уже не будет йоги. Очищение привязанности — это следующий шаг. Пусть ваши любовные чувства к другим не будут загрязнены эмоциями. Это процесс очищения, которому вы будете учиться постепенно. Любовь принадлежит сердцу, тогда как эмоция относится к возмущению печени и селезёнки. Эмоциональная активность принадлежит к пупочному центру, солнечному сплетению. Любовные же привязанности относятся к сердечному центру. Когда человек волнуется за кого-то, или беспокоится о благосостоянии жены или сына, тогда его привязанности загрязнены эмоциями. Когда же любовь чиста, то ум спокоен, действия положительны и точно направлены к тому, что нужно, причём совершаются без промедления.

Тапас (огненное устремление), образующий первый пункт крия-йоги, следует практиковать в мыслях, в словах и в действии, включая вышеописанные моменты. Второй пункт крия-йоги — это изучение и чтение писаний.

Декламация так же важна, как и изучение. Причина этого в том, что писания несут двойное значение — это содержание текста и музыка, или звуки, которые служат ключом, который вставлен среди слов, использованных в писании.

"Писания Ведавьясы украшены словами, в которые звуки вставлены подобно самоцветам. Они также украшены символами, человеческими и божественными" — сказал один ученик Ведавьясы. Смысл слов и предложений важен, но также важно и произнесение звуков в стихах писаний, ибо они — Шрути,* каббалистические по природе. Например, в санскрите есть слово "сахасра", оно означает тысячу. И в то же время это три звука "С-Х-С", звуки вдоха, выдоха и опять вдоха. Когда вы, читая писание, произносите это слово, вы получаете от этого звука пользу. Клавиатура человеческого восприятия

включает в себя звук, число, цвет, запах, вкус, образ и смысл. В писаниях есть фразы, в которых все эти вещи заключены вместе, подобно драгоценным камням в ювелирном изделии. Знание этой клавиатуры передаётся от человека к человеку в виде устной традиции, или Каббалы. О Каббале существует множество безобразных представлений, например, что это средство гадания, чтобы узнать, поцелует вас сегодня жена или нет. Поймите, что произнесение фраз из писаний следует практиковать ежедневно. На санскрите такая практика называется "параяна". Когда это делается ежедневно, систематически, с соблюдением всех интонаций, предписанных традицией, тогда это называется "свадхья". Нужно выбрать некоторые высказывания из писаний и читать их согласно правилам произношения. Некоторые чувствуют, что переживают при этом определённые вибрации или дрожь в позвоночнике и некоторых других частях тела. Это естественно — такое переживание возникает, когда звуки очищают проводники. Как только очищение завершено, эти ощущения прекращаются.

* То есть "услышанные" — прим. пер.

Следовать писаниям очень важно, поскольку в это входят следующие аспекты.

1) Знание ОМ и его произношение. 2) Наука и знаки спускающегося в нас Господа (истории аватар). Содержание подобных историй — это наука воплощения (слова, ставшего плотью). Господь в первую очередь нисходит как наша плоть и кровь, и мы живём "его кровью и его ранами". Затем он нисходит в плоть, чтобы светить через неё как Господь-сознание. Это второй аспект, называемый в индийских писаниях аватарой. 3) При чтении писаний наши глаза открываются на вклад святых прошлого. Чтение рассказов о случаях из их святой жизни даёт нам такое отождествление, которое невозможно при обычном получении обучения и нравственных наставлений. Простой же рассказ о случаях из жизни святых, прямой и ясный, придаёт нам склонность к отождествлению с Ишварой-сознанием. Среди главных писаний Индии есть пурана, специально предназначенная для этой цели, и это — Шримад Бхагаватам. Когда мы проводим с ней десять минут, она ведёт нас в самих себя, к свету души. Сейчас я даю подробный комментарий к ней с объяснением всех ключей. Я пишу его на своём родном языке. Это главная причина того, почему я не мог посещать Европу в эти пять лет. Десять томов уже

опубликованы, и должны выйти ещё двадцать. Я надеюсь выпустить и английскую версию, если это окажется возможным, хотя это и несколько затруднительно.

Третий пункт крия-йоги — приготовление к полному вверению себя Господу. Как же это делается? Для этого практикуют восемь шагов. Когда мы следуем этим восьми шагам, в нас происходят три превращения. 1) Устранение всякой нечистоты из наших проводников. 2) Наша осознанность получает озарение Мудрости. Озарение происходит на многих планах сознания. То, что нам обычно знакомо под этим словом — это оптическое освещение. Подобно этому может произойти ментальное озарение нашего я и т. д. 3) СВЕТ становится знакомым. Это означает, что низшие проводники постепенно преображаются в Свет. Патанджали обещает эти три результата тем, кто практикует восемь шагов йоги. Шаги эти следующие:

1) Процесс регулировки или наладки (яма). Когда мы устанавливаем для использования какой-нибудь инструмент, необходимо знать, как регулировать действие машины. И этот первый пункт касается регулировки физического, ментального и эфирного проводников. Этот процесс включает в себя непричинение вреда, правдивость и свободу от инстинкта воровства на физическом плане. Если я унесу что-то из этого дома, это называется кражей, физическим проявлением воровства. Если я копирую идеи из вашей книги или шутки из вашей лекции, чтобы использовать их, как свои, то это действие воровского инстинкта на ментальном плане. Иногда мы делаем это даже бессознательно, и нам нужно искоренить вкус к этому. Использование чужих идей и остроумия без ссылки на автора — это определённо проявление воровского инстинкта. Нужно практиковать готовность признать, что мы лишь заимствуем. Чистота половой жизни также входит в этот первый шаг.

2) Второй шаг — это выправление (нияма). Это можно также назвать дисциплиной. Чистоты и хорошего телосложения достигают путём физической культуры — асан, спорта и игр. У вас должно быть устремление, и всякую деятельность вы должны направлять к своей цели. Усилия по приобретению ясности и убедительности в мыслях увеличат осознанность. Старайтесь синтезировать разные виды деятельности. Пусть все вещи в ладу занимают своё место в целом. Разумно тратьте время, энергию и ресурсы. Тогда можно будет изучать писания и практиковать дух полного вверения Господу во всех

случаях жизни. Предлагайте Господу всё, что бы с вами ни случилось — приятное и неприятное. Не пытайтесь переживать счастье или несчастье в связи с тем, что с вами происходит. Дайте решать ему и будьте готовы следовать. Пусть решают не ваши предпочтения, что вам нравится и что не нравится. Вот что входит во второй шаг, нияму.

3) Обретение устойчивости и лёгкости (асана). Асану путают со многими физическими позами, практикуемыми учениками школы хатха-йоги. Нынче на западе можно встретить людей, практикующих ширшасану, сарвангасану и тому подобное, и заявляющих, что они занимаются йогой. Но то, что Патанджали и Бхагавад-гита предлагают под этим третьим пунктом, "асана", есть нечто отличное от этих физических поз. Конечно, физические асаны помогают физическому и эфирному телам обрести и закрепить устойчивость. "Асана — это устойчивость и счастье" — говорит Патанджали. Очевидно, что и то, и другое — вещи не физические. "Устойчивость в Я и есть асана" — говорит Бхагавад-гита. Это обретение устойчивости в свете души. Для этого Патанджали рекомендует процесс "чередования". Чередование усилий и расслабления делает это возможным. Практикуя осознанность, не следует непрерывно делать сознательные попытки. Сделайте попытку и расслабьтесь, наблюдая себя. Это означает, что мы попеременно позволяем попытке быть активной и пассивной. Принимайте неудачи легко, но сразу же снова предпринимайте попытку, чтобы вас не остановила неудача. Не позволяйте неудачам быть вашими препятствиями. Дайте им лучшее применение — собирайте их для экономного использования. Пусть они станут теми камнями, ступая по которым, вы придёте к успеху, а не камнями преткновения, громоздящимися на вашем пути. Прилагайте усилия, применяйте расслабление, снова прилагайте усилия, и так вы придёте к непрерывной осознанности. Если вы не позаботитесь о таком подходе, то ваши проводники будут перенапряжены. В процесс вкрадётся монотонность, и остановиться вам придётся уже принудительно, по той или иной причине. Это очень научный момент, основанный на высшем порядке вещей в природе. Течение энергии во всякой форме существует только в силу явления чередования. Луч света светит в ваш глаз, потому что он состоит из перемежающихся периодов света и темноты. Тепло также передаётся волнами. Не будь ваше тело холоднее, вы не почувствовали бы тёплого. Магнетизм тоже существует как явление в силу

притяжения и отталкивания. Из этих примеров можно понять, что феномен проявления следует из закона чередования. Пусть ваша осознанность проявляется через чередование усилия и расслабления — так, как указывает Патанджали. Непрерывность сознания может существовать лишь когда вы начнёте жить выше и вне пар противоположностей, таких как жар и холод, счастье и несчастье. Не начини ваш ум свой путь с пар противоположностей, у вас не было бы шанса обрести связность сознания. Точно так же, как человек может непрерывно идти, лишь поочерёдно шагая разными ногами, так и вы можете становиться более осведомлёнными и пребывать в непрерывной осознанности, преодолев пары противоположностей. Путь — это дорога, ведущая к цели, но это также и расстояние, отделяющее вас от цели. Не будь этого расстояния, не было бы и пути, ведущего к цели. Преодолейте расстояние и придите к цели. Эти вещи включает в себя третий шаг, асана.

4) Контроль над пульсациями (пранаяма). Это, как мы убедились, искусство дыхания. Это процесс упорядочивания пульсаций до их успокоения. Я объяснял это вчера.* Сделав этот четвёртый шаг, вы готовы к созерцанию.

* См. также инструкции в книгах "Духовная психология" и "Оккультная анатомия" — прим. пер.

5) Практика погружения (пратяхара). Это искусство обращения потока, идущего от ума к чувствам, а от чувств к предметам. До сих пор движение это было направлено вовне, а вам нужно направить его внутрь. От предметов — к чувствам, от чувств — к уму, от ума — к свету души, к Ишваре-сознанию. Вот как вам надлежит путешествовать. Это достигается правильной практикой четвёртого шага, пранаямы. При такой практике это достигается автоматически. Постоянное наблюдение дыхания, произношение СОХАМ и ОМ позволяют сделать этот шаг. Отныне шаги продвижения будут уже достаточно автоматическими и потребуют лишь небольших усилий. Они будут подобны работе пилота, который уже поднял самолёт высоко в воздух. Усилий по преодолению силы тяжести уже не требуется — нужна лишь осознанность, которая позволит управлять и безопасно двигаться к цели. Патанджали принял хронологический порядок лишь для целей описания, но как я уже говорил вам, применение восьми шагов — одновременное. Первые шаги имеют в чём-то предметную природу, тогда как оставшиеся четыре — касаются скорее

субъекта. Первые четыре шага подобны обязанностям пилота при взлёте с аэродрома, тогда как остальные четыре подобны его действиям после взлёта.

6) Шестой шаг — это созерцание (дхарана). То, что вам нужно — это прилагать вышеописанный пятый шаг (погружение) к чему-то назначенному вами самими. Вам недостаточно просто погружения, но необходимо погрузиться в какую-либо заданную вещь. До сих пор вы произносили ОМ, достигали контроля над пульсациями и погружения. Теперь вы можете представить своему уму высказывание из писания или какое-нибудь слово, и применить к нему уже освоенный вами процесс. До этого вы всё время читали писания, но вы также и слышали происходящее вокруг. Теперь таким вещам нет места. Пусть ваше не-я будет поглощено тем высказыванием, которое вы избрали, и это должно практиковаться до исключения всех прочих вещей. Должно быть лишь высказывание, а вас быть не должно. Читающий должен быть поглощён им так, как целое дерево баньяна потенциально входит в баньяновое семя. Возьмите высказывание из Бхагавад-гиты или Нагорной Проповеди. Прочтите его про себя и подойдите к нему, применив весь процесс, который вы практиковали ранее. Произнесите его и вслушайтесь в свой собственный голос. Насладитесь его смыслом. Вы примете смысловое значение, автора, звук и причину рождения этого высказывания. Иногда вы можете применять этот процесс, когда сами пишете книгу или сочиняете стихи. Вы можете применить его к образу, картине, пейзажу, звуку или произведению архитектуры. Вы должны войти в его присутствие, исключаящую любую другую вещь, вас в том числе. Постоянная практика позволит вам применить созерцание к чему угодно. Это может быть ваша работа в конторе или дома. Во время этого процесса вы не должны позволять какой-либо идее или вещи из окружения прокрадываться в ваш ум и образовывать объект созерцания. Вы должны предписывать, а не ум. Практика созерцания становится возможной только когда проводники очищены и подготовлены к ней постоянным применением четырёх предыдущих шагов. Если кто-то пытается сразу практиковать созерцание или медитацию, то они не будут настоящими. Слово "созерцание" (contemplation) означает процесс описывания круга вокруг квадрата. Это процесс изготовления квадрата из круга или круга из квадрата. Жизнь сначала должна быть выровнена в своих отношениях с другими, став квадратом, а затем она должна быть сделана совершенным кругом, чтобы образовать основу шара. Хотя этот процесс и

кажется геометрическим, это жизненный процесс, придающий геометрической науке плоть и кровь.

7) Медитация (дхьяна). Когда вышеуказанное применение удерживается в течение некоторого времени, тогда оно называется медитацией. Вы должны уметь добиваться непрерывности существования назначенного объекта созерцания. Ваша осознанность должна сохраняться в течение заданного вами времени. Она должна быть непоколебимой часами, днями или месяцами. Тогда это называется медитацией. В таком состоянии сознания риши и Учителя получают идеи и выдают их миру. Вокруг их высказываний создаются религии и культы и живут на протяжении веков и тысячелетий. Иисус Христос дал некоторые высказывания, и мы медитируем на них уже 2000 лет. Церковники заняты получением хорошего барыша с этих высказываний, и это потому, что они пережили тысячи лет. Господь Кришна 5000 лет назад дал нам высказывания Бхагавад-гиты, и мы медитируем. Тогда же дал свои писания и Ведавьаса, и мы читаем их и медитируем. Идеи, полученные на такой стадии осознанности, остаются в умах людей тысячелетиями, указуя им путь. Каждый профессор экономики занят тысячей планов, но они идут на ветер. У Карла Маркса была одна схема, но она живёт и сейчас и изменяет жизнь общества, потому что она была дана с плана медитации. Он называется творческим планом. Все другие предшествующие ему планы лишь психологические и сверхпсихологические, но они не творческие. Мысли на этих планах приходят и уходят, но концепции, полученные на творческом плане, пойдут в ход и создадут себе последователей среди людей. Эти концепции обретают плоть и кровь в форме нас самих. Они относятся к категории тех слов, которые стали плотью.

8) Следующий шаг именуется достижением (самадхи). Когда понятие сохраняется во времени, это называется медитацией. Когда вы, наблюдатель, исчезаете в нём, это называется достижением. Я называю это достижением не потому что вы достигли требуемой вещи, но потому что она достигла вас. Цель достигла вас, тогда как вы делали попытку. Когда вы увлечены просмотром фильма по телевизору, все эти шаги происходят автоматически. Сначала вы начинаете смотреть его. Через некоторое время вас уже нет, и потому вы не помните, что смотрите фильм. Существует лишь фильм. Но если вас в комнате нет, а в пустой комнате по телевизору идёт фильм, то и фильма не существует.

Существование есть лишь для кого-то другого, чтобы он мог быть поглощён. Бог существует для нас, потому что хочет, чтобы мы были поглощены им, созерцали, медитировали и наконец были им достигнуты. Не будь этой цели, творения вовсе бы не существовало. Бог мог бы существовать сам по себе и был бы не-сущностью, поскольку бы спал. Точно так же существует для вас и фильм по телевизору, и вы теряетесь в нём. Вы много раз проходили через этот процесс, смотря интересный фильм, но то, что нам нужно теперь в йоге — это сделать процесс регулярным и добиться мастерства в том самом процессе, путём которого нас достигает Бог. Тогда мы и достигнем Бога. Так что, если в своей медитации (в своём творческом сознании) вы перестанете существовать, тогда это называется достижением или самадхи.

После повторяющейся практики вышеперечисленных восьми шагов ваши проводники станут совершенными, а ваше озарение воссияет через все эти проводники. Ваше существование будет подобно залу, освещённому многими мощными разноцветными светильниками, цвета которых гармонично сочетаются. Что будет, когда один поток света встретится с другим? Будет новое сочетание, одновременное их существование. Постоянная практика восьми шагов приведёт к одновременному существованию последних трёх из них — созерцания, медитации и достижения. Это называется "одновременным существованием" (самьяма). Фактически, слово "самьяма" означает мастерство, которое и есть учительство. "Когда существуют три состояния, это и есть самьяма" — говорит Патанджали. "Одновременность существования на всех планах есть йога" — говорит Учитель С. V. V.

Теоретически мы прошли весь курс восьми шагов йоги. Есть и ещё кое-что, что хотел добавить к этому Патанджали, и у нас есть тема ещё для двух занятий. А в нашей программе занятий в Женеве как раз остаются ещё два дня.

УРОК 8

23 октября 1981

Восемь шагов, объяснённых вчера, образуют весь курс практики йоги. Но есть и кое-что ещё. Практика йоги — не самоцель. Её достижением должна быть жизнь в йоге. Нужно сделать свою жизнь осмысленной, а не тешиться всю

жизнь любимой практикой, называемой йогой. Одновременное существование должно быть приложено к остальной жизни. И есть три стадии осознанности, которые вы можете соблюдать, когда начнёте практиковать йогу.

1) Осознание есть у каждого, и пока человек не приступил к практике йоги, оно служит экраном восприятия. Оно используется как та арена, на которой он может понимать жизнь как проекцию.

2) Во время практики йоги эта арена сплавляется в лучи света, которые начинают проникать в вас.

3) Когда обучение закончено, осознанность преобразуется в единое просветление, и вы живёте в единстве с ним.

Когда свет меньшей мощности фокусируется на свете большей мощности, два света встречаются, и больше нет двух светов, но лишь один свет. Вот что происходит. Ваше просветление овладеет вами или достигнет вас. Вот что имеет в виду Патанджали, говоря о том, что йог "затмевается Законом".

Способность распознавания затмевается высшим Законом, который включает в себя разные законы мироздания. Он овладевает вами, и ваша жизнь излучает озарение этой осеняющей вас Дхармы.

После достижения самадхи вам следует приложить своё просветление к различным планам вашего существования и вашей работе на них. Планы вашего сознания должны быть озарены светом вашей осознанности. В вас есть много планов сознания, а у них много делений и подразделений, называемых на санскрите *лока*. У обычного человека они существуют отдельно друг от друга, и на протяжении всей жизни осознание действует лишь на нескольких планах, а на большинстве планов остаётся спящим. На протяжении каждой жизни деятельность происходит лишь на немногих планах, да и на них она не одновременна. Иногда люди всю жизнь проводят на одном подплане сознания, подобно червю в бутоне, который живёт и умирает среди тех же складок лепестков, и совершенно не сознаёт существования многих других лепестков этого цветка. Многие живут на одном, двух или трёх подпланах, а остальные оставляют без применения. Ваша практика йоги озаряет просветлением осознанности все планы и подпланы. По достижении самадхи ваш долг — применить его к разным планам бытия. Эти планы не разделены в пространстве, а существуют, взаимопроникая друг друга. Для обычного человека между ними существуют непроницаемые границы, подобные границе

между сном и бодрствованием. Если один человек читает в комнате, а другой в этой же комнате спит, они живут на разных планах и друг для друга не существуют. Для спящего человека бодрствующий не обладает существованием. А для бодрствующего существует лишь тело спящего человека. Йог же может быть свидетелем своего собственного сна.

И теперь вы должны приложить самадхи к различным существующим в вас планам. Приложение это бывает двух типов — произвольное и заданное. Вы можете прилагать самадхи к чему угодно в жизни и продолжать это на протяжении всего её срока. Это произвольное приложение. Но есть ещё и заданное приложение, которое предписано древними риши. У него семь шагов, и вам нужно применять их постепенно. Сначала нужно на некоторое время применить самадхи к одному из планов сознания, и тогда вы ознакомитесь с ним и обретёте мастерство в своём подходе к нему. Тогда вы можете перейти ко второму, к третьему и так далее. Завершив семь планов, вы можете начать распространяться во "внешний мир" и стать работником. Семеричное приложение можно понять из глубокого изучения Пуран и Итихас, что включает следующие пункты: 1) Знание частей Земли согласно мистической географии островов, гор и рек. Это имеет мало отношения к географии физического плана Земли, но это оккультный метод понимания делений, именуемых семью островами, а также девяти частей Земли, семи узловых точек, именуемых горами, и силовых линий, проходящих по Земле, именуемых реками.

Медитируйте в состоянии самадхи на северный полюс Земли, так, чтобы ваш головной центр соответствовал северному полюсу, а муладхара — южному. Применив этот метод, находясь в самадхи, вы достигнете. И тогда произойдёт следующее — эта медитация сохранится в виде мыслеформы и будет просвещать других людей, имеющих в этом потребность. Так происходит согласно существующему в природе закону соответствия. Как только вы сделаете это наложение и установите соответствие между северным полюсом и головой, оно кристаллизуется в мысленный образец и останется в пространстве, рассеивая семена мудрости для всех тех, кто их желает. Древние делали так, и в результате этого у нас есть мировые писания. Учителя Мудрости получали силы мудрости от этих мысленных образцов, которые сохраняются на протяжении тысяч лет. Они пользуются ими точно так же, как мы пользуемся книгами из библиотеки. Это явление мы называем "хрониками

акаши". Когда вы посылаете своё озарение на южный полюс, накладывая его на свою муладхару, тогда через действие муладхары в вас начинают открываться силы, работающие с южным полюсом. Возьмите экватор и медитируйте на нём в солнечном сплетении. Возьмите Гималаи и наложите их на свой сердечный центр. Тогда вам откроются труды гималайских пещерных храмов. Таким образом вы можете установить соответствие между частями своего тела и частями этой планеты Земля. Думайте о вращающейся оси нашей Земли, идущей от северного полюса до южного. Установите соответствие между ней и вашей собственной осью, позвоночным столбом, и тогда вы узнаете всё о своих шести чакрах и головном центре. Вы также узнаете всё и о "семи островах" этой Земли. Посвящайте по одной неделе медитации на каждом центре, устанавливая соответствия. Это называется "наукой наложения", а в писаниях она называется "ньяса видья". Есть Учителя, дэвы, и есть посредники, действующие между ними и человеческими учениками. Они работают в различных частях Земли, и наука наложения позволит вам узнать о них, соединит ваше сознание с их сознанием и установит сообщение с ними. Вы будете приняты в качестве одного из них, и они приготовят вас к планетарной работе Земли. Семена всех этих сознаний прорастут в вас и начнут действовать, когда вы примените самадхи к этим центрам. Это подобно посеву этих семян в подходящую почву. Даже простое знание этого факта начнёт стимулировать в нас некоторые потенциальные силы. Установится серия цепных реакций, которая позволит вам чувствовать планетарную деятельность этой Земли. Потому эти факты не афишируются перед обычными людьми. Писания содержат все эти тайны, но они помещены туда таким образом, что ускользают от внимания читателей. Этот предмет не публикуется в книгах в виде разработанной гипотезы, а знающие связаны обетом секретности. Так что мы не должны много говорить об этом на публике. Если мы попытаемся сказать много, то на умы автоматически будет наброшена завеса, чтобы скрыть эти тайны. Когда бы мы ни попытались обсуждать это подробно, природа заставит нас перейти на другие темы. Вы можете попытаться сделать это и убедитесь, что это правда. Обет секретности значит не то, что секрет нужно охранять, а то, что это не зависит от вас. Вы можете попытаться составить руководство, где попытаетесь дать какие-то описания, касающиеся этого, но не сможете ничего раскрыть. Вы можете попробовать объяснить подробности другим и вы

увидите, насколько это верно. Вы будете говорить, блуждая вокруг да около, и никак не придя к главному. Если вам вообще удастся взять верный тон, ваш слушатель спросит о чём-то совершенно неуместном и перейдёт к другой теме. Между теми, кто достиг Ишвары-сознания и живущими предметным миром, есть разрыв в сообщении. Высказывание, содержащее эти тайны, называется теми, кто знает, "Живой Книгой". Семь станц Книги Дзиан являют хорошие примеры этого. Подробный комментарий к этим семи станцам составляет большой том, называемый нами "Тайной доктриной". Блаватской было разрешено сделать намеренную попытку объяснить кое-что из этих вещей. И всё же для тех, кто читает её книгу, предмет остаётся тайной. Секретность поддерживается людьми, которые говорят об этой книге, не читав её, и критикуют её, не открыв даже первой страницы. Большинство старых членов Теософического Общества умирают, даже не открыв эту книгу. Некоторые совершенно добросовестно сомневаются, не зная, что же это на самом деле, а другие сомневаются в самом существовании Учителей, которые направляли автора. В результате эта доктрина так и осталась тайной, хотя книга напечатана и переиздавалась много раз. Вот что такое обет секретности в истинном смысле. Доступны также Пураны и Итихасы, которые содержат главные тайны науки наложения. Тысячи школ читают их и спорят о семи мистических островах, семи горах и реках, так, что засаливаются страницы, и всё же предмет остаётся в тайне. И происходит это просто потому, что пандиты соскальзывают от сути высказываний, скрытой за завесой секретности, к тому, что им уже известно. Когда вы достигнете самадхи и примените его к различным частям Земли, вы будете приняты в качестве агента планетарной работы, и в вас начнут прорасти семена истины, давая вам знать, что всё это правда. До этого же Шамбала и Иерархия будут оставаться для вас сказками и утопией, как бы вы ни чтили их, и как бы вы им ни поклонялись. Патанджали указывает нам применить состояние самадхи к различным бхуми (слоям) и заверяет, что так вы обретёте мудрость различных сфер.

Вы можете применить состояние самадхи также и к планетным планам сознания. Для этого у вас должен быть астрологический ключ, который снова потребует знания науки наложения. Интеллектуальный подход к астрологии здесь бесполезен. Он сделает вас либо шарлатаном, болтающим о предсказаниях на техническом жаргоне, либо скептиком. Астрологи

предсказывают и терпят неудачу, в то время как легковверные с трудом пытаются найти подтверждения, а скептики гордо смеются и считают себя современными. Астрология будет оставаться в стороне, пока кто-либо не достигнет самадхи и не применит его к Солнечной Системе и планетам. Согласно науке наложения, Солнце должно занять в вас место "Я", а Луна — место вашего представления о своём уме. Марс наложите на свою смелость, Меркурий — на свой разум, Юпитер — на свою мудрость, Венеру — на свою любовь (не имеющую к сексу никакого отношения), а Сатурн — на своё терпение и свою стойкость. И тогда семена всех планет Солнечной Системы, которые спящими лежали в вас, начнут прорасти. До тех пор Сатурн покрывает всё завесой невежества и испытывает ваше терпение, заставляя ждать и смотреть. Посвящайте проращению семени каждой планеты по неделе, прилагая озарение самадхи к каждой из планет согласно процедуре наложения, и вы узнаете, что такое астрология и что такое звёздный человек. После того, как вы начнёте говорить с ним лицом к лицу, вы сможете настроить своё самадхи на свою собственную осознанность состояния самадхи. Владыка вашей осознанности имеет своё соответствие в планете Уран, и вам надлежит применить самадхи к нему, чтобы вы смогли применить его к своей осознанности. Проведя неделю с ним, вы можете применить своё озарение самадхи к Вечной Основе, которая всегда остаётся тайной. Нептун, планета тайны, находится в соответствии в этой основе в вас, и вы должны применить самадхи к Нептуну. Если он будет доволен вами, он немного приподнимет занавес тайны, и позволит вам узнать секреты гандхарв, образующих музыкальную иерархию планеты Земля. Вы познаете тайны музыки, которые управляют вашим дыханием и биением вашего сердца. В вас начнёт прорасти семя Нарады, и тогда вы испытаете некоторое переживание Майтрейи, которого называют Христом. Вы также получите некоторые ноты музыки флейты Господа Кришны. А когда вы примените своё озарение самадхи к прошлому, вы сможете узнать и услышать любую вещь из записанных на кассетах записей акаши. Продолжая прилагать самадхи подобным образом, вы поймёте деятельность всего мира как великую драму. Вы узнаете свою роль в драме жизни, именуемой мистерией. Практическое обучение этому даётся в научных храмах мистерий на протяжении веков и до сих пор. Когда вы примените самадхи к тому состоянию, в которое всё погружается, вы сможете

узнать, что есть абсолютное. С ним находится в соответствии планета Плутон. Основа всего (Нептун) и погружение всего (Плутон) стоят совечно, и вы сможете узнать всё о них, применяя к ним своё самадхи. Тонкие и грубые уровни сознания погрузятся в одно просветление. Дерево мироздания будет устранено, семя мироздания прорастёт, и дерево и семя будут у вас воедино. Как только в вас начнут прорастать семена мудрости, они станут жить с вами и говорить с вами. Вы отложите свои книги и пойдёте по улице, и всё же дэвы мудрости будут говорить с вами своим языком и передавать вам мудрость. Ваше тело будет вашей книгой, а тонкие проводники будут её страницами. Это будет продолжаться, пока вы не поведёте себя неверно с кем-либо или с чем-либо. Всё безответственно сказанное, подуманное или сделанное приведёт к ужасным последствиям. Между низшими и высшими силами в вас начнётся конфликт. Если на вас будет хоть пятнышко безответственности, начнутся всякие превратности типа болезней и бедствий. По этой причине риши древности держали эти вещи под обетом секретности. Ваша годность должна заставить их открыться вам.

Согласно науке наложения риши передали и тайны двенадцати знаков зодиака. Овен накладывается на голову, Телец — на лицо, Близнецы — на горло, плечи и бронхи, Рак — на лёгкие, Лев — на сердце, Дева — на желудок, Весы — на пупок, Скорпион — на половые органы и прямую кишку, Стрелец — на бёдра, Козерог — на колени, Водолей — на икры и Рыбы — на стопы. Вы поймёте, что записи астрологических наук запечатлены на вашем теле, ковчеге, возведённом на двух колоннах, ваших ногах, для того, чтобы мудрость была сохранена, несмотря на потоп. Таков смысл ветхозаветной истории царя Сета, если снять с неё завесу. Про него сказано, что он записал тайны мудрости на небесах вокруг ковчеге, установленного на двух колоннах. Это наложение позволит вам узнать, что происходит в подземных храмах, которые находятся в извилинах вашего мозга, в нёбе, в грудной полости, а также в вашем желудке и кишечнике. Применяйте самадхи по одной неделе к каждой из этих частей, и, наконец, посвятите одну неделю всему каркасу вашей конституции. Такой от вас ожидается порядок действий. Как вы только начнёте читать, разум начнёт вести вас, работать с вами и позволит вам работать с этими пещерными храмами, и они не скроются от вас. Следующий аспект — это наложение одной ветви мудрости на другую. Одна наука действует как ключ к другой. Наложение

одной темы на другую действует подобно стрелкам на циферблате. Шкала существует, чтобы указывать на что-то одно, тогда как стрелки существуют, чтобы указывать на что-то другое. Шкала показывает, что доступно, тогда как стрелки указывают назначенный час для всякой вещи. Зодиак из двенадцати знаков — это шкала из двенадцати часов, а планеты — стрелки, которые движутся, чтобы указать вам назначенный час. После того, как вы поймёте одну область мудрости, следующая будет работать уже с ней, на фоне её, используя её как основу. В самадхи хронологическое существование мироздания будет затухать, и вам явится одновременность бытия. Всё будет существовать для вас сразу.

На следующем шаге вам нужно будет применить состояние самадхи к различным областям деятельности в человеческой жизни. Делается это следующим образом. 1) Излучайте в мир своё существование через свою голову, медитируя на знаке Овна. 2) Медитируйте на знаке Тельца на своём лице, включая в медитацию те области, которыми на земле управляет Телец. При этом медитируйте на расположении своих знаний слоями. "Компиляция" — вот слово, несущее эту идею. Думайте о ней, медитируя на своём лице и Тельце. 3) Медитируйте на знаке Близнецов в своём горловом центре и на идее "распределения". Медитируйте на знаке креста и думайте об идее распределения всего на четыре равные части. 4) Медитируйте на своих лёгких со знаком Рака и на идее "инкубации", то есть развитию зародыша, пока он ещё не стал ребёнком. 5) Медитируйте на своём сердце со знаком Льва и идее "вылупливания". Это означает разрушение скорлупы, чтобы цыплёнок вышел наружу. 6) Медитируйте на своём животе со знаком Девы и идеей "труда". Труд требуется, чтобы наполнить живот. 7) Медитируйте на своём пупке со знаком Весов и идее "партнёрства". 8) Медитируйте на своих половых органах со знаком Скорпиона и идее "отдыха".

УРОК 9

24 октября 1981

У долга, который вам предписывает йогическая жизнь, пять аспектов, и аспекты эти следующие.

1) Духовная тренировка. Вы должны применять свою самьяму (то есть одновременность трёх йогических состояний сознания) к своим повседневным делам. Нужно понимать, что ваш долг не избран вами, но предписан вам из вашего высшего центра. Ваше сознательное существование получает побуждение из вашего высшего источника, у которого есть для вас план. В XVIII главе Бхагавад-гиты вы найдёте касающееся этого аспекта дополнение к той практике йоги, которую дал Патанджали. Есть источник всего творения, и тот же источник действует и для вас, поскольку вы часть этого творения. Через свой высший источник вы будете получать план оттуда же. Творение всей вселенной исходит от этой творческой деятельности, которая создаёт космическое яйцо, солнечные и планетные системы. Наша Земля и её творческая деятельность тоже созданы из того же источника. Это тот же самый источник, который каждому даёт побуждение что-нибудь сделать. И для вас это тоже верно. Это единственно возможный источник, из которого вы пришли в существование и получили свой умственный склад и окружение. И от вас ожидается, что вы примете данную вам работу и представленное вам повеление. Если вы попытаетесь предпринять серьёзное усилие изменить это согласно своим предпочтениям и удобству, это окажется возможным лишь временно. И в то же время вы будете много страдать от того потрясения, которое вы нанесли равновесию своего существования. Вы будете страдать от неэффективности и малой пригодности подводника, которым обладаете, если будете работать по плану, который избрали отдельно для себя. В таком случае это воплощение станет пустой растратой, а после него вы будете помещены на верное место — туда, где были раньше. Долг, как тренировку в йоге, следует понять и принять. Он служит научной процедуре очищения ваших проводников и правильной их установке на тренировочной площадке, чтобы вы росли в осознании истинного Я. В том порядке вещей, который приходит к вам, не на что жаловаться. Вы должны уметь отличать естественную последовательность вещей от последовательности ваших предпочтений. И вы обретёте мудрость этого различения, следуя восьмеричному пути, описанному в предыдущих уроках. Помните также, что истинный путь йоги неизбежно един. Многочисленные школы йоги не могут предписать ничего, кроме этого единого пути йоги, если конечно это школы научные. Всё мироздание, которое включает и вас, спустилось через эволюцию, следуя лишь одной последовательности. И ваш

обратный путь должен включать в себя тоже одну последовательность, если вы хотите узнать источник своей осознанности и обрести просветление. Если вы вообще захотите основать новую школу, вы можете основать новый центр, новую обитель, новый очаг деятельности, но не новую йогу. Всякая философия, сочинённая ради новизны, будет отмирать, и вам придётся следовать всё тем же древним источникам. Все эти разные системы и философии существуют для вас, лишь пока вы не вступили на единый путь, истинный Путь. Если вы хотите следовать пути йоги, то не должны пренебрегать своим долгом. Рассказывают, что у одного хозяина прачечной были собака и осёл. Когда в его дом полез вор, собака осталась безразличной и не стала лаять. "Почему ты не лаешь?" — спросил осёл. "Мой хозяин не любит меня, и у меня нет никакого желания выполнять для него свои обязанности". Осёл сказал: "я верный слуга и выполняю твой долг", и громко заревел. Хозяин проснулся, но не догадался о том, что пришёл вор, поскольку это собака должна была поднять тревогу, а не осёл. Он решил, что осёл просто мешает ему спать, и хорошенько поколотил его. Потому каждый ученик йоги должен думать о своём собственном долге и не искать недостатков в работе других. Если после того, как я уйду с кухни, вы обнаружите, что там что-то не так, то не ваше дело указывать на это или сетовать. Если вы можете, то тихо исправьте положение. Таково должно быть отношение ученика йоги к обществу. Исполнение работы, которая вам предоставлена, производит очищение вашего проводника, и это единственная процедура, которой вы можете излечить свои комплексы. Исполнение своего долга на физическом плане — вот единственная вещь, которая выправит каждого. Если в мире и существует какой-нибудь другой метод, то он может очистить что угодно, но не психологические комплексы. Если вы в порядке долга берёте на себя работу, которой пренебрегают другие, и не жалуетесь, тогда ваши проводники готовы для практики йоги. Когда вы делаете что-то полезное для мира, то это делается не для его пользы, а для вашей же пользы, для самоочищения. Ведь польза миру может быть от всякого, а не только от вас. Всякий, кто занят в какой-либо хорошей работе, получит пользу, очищаясь. Если не вы возьмётесь за неё, кто-нибудь сделает её ещё лучше. Если же вы за неё возьмётесь, польза будет вам. Вот один аспект, на который изучающий йогу должен обратить внимание.

Другой важный момент состоит в знании науки трёх гун и их вклада в образование различных сочетаний, известных нам под названием темпераментов. Инертность, подвижность и равновесие — это три качества, образованные основной природой мироздания, и они управляют в нём всем. Эти три качества природа наделила высшей властью управлять всем в мироздании, с материального плана до высшего духовного, за которым следует уже то, что мы именуем девятой природой. Кроме девятой (света души) и десятой природы (Господа Вселенной) все прочие планы существования находятся под контролем этих трёх качеств. Причина этого в том, что существами, возглавляющими построение материи, высвобождение энергии и образование того, что мы называем умом, то есть основы существования индивидуальностей, являются дэвы, отрабатывающие эти три качества. Потому эти три качества смешиваются в бесконечном количестве соотношений, давая различные темпераменты, правящие живыми существами. Каждый из нас наделён темпераментом, который является арифметической результирующей сочетания этих трёх качеств. Они обуславливают пять чувств и ум, а также защищают индивидуумов, наделяя каждого из них собственным характерным поведением. Непреложность поведения, заданного темпераментом, пребудет с вами, пока вы не достигнете озарения самадхи. Тогда вам будет позволено жить за пределами условий, задаваемых этими тремя качествами. Но даже тогда они продолжат образовывать ткани вашего тела и проводить жизненные функции, поскольку ваши проводники должны продолжать служить вам, покуда не настанет время их отбросить. Вам нужно знать назначение и ограничения этих трёх качеств, чтобы вы могли научиться жить вне их, в то же время с ними сотрудничая. Пока существует реакция ума и чувств на окружение, есть и выражение темпераментного поведения. Среди этих трёх гун не может быть никакого равновесия, пока вы живёте в не-я. Если преобладает инертность, вы живёте в летаргии и не хотите делать ничего из того, что вам следует делать. Импульсы природы сделают вещи принудительными, вам придётся жить в неволе и ваша работа в этом мире станет для вас обязательной. К каждому шагу вы будете понуждаемы, и будете жить в рабстве. Вы будете узником в клетке, вместо того, чтобы стать хозяином проводников. Когда преобладающим фактором вашего темперамента будет динамизм, вам придётся жить сумасшедшей жизнью, и направлять вас будет ваша любопытная природа. На

каждом шагу вы будете во что-то вовлекаться, а потом пытаться оттуда выпутаться. Вам снова придётся для этого что-то делать, и так вы будете впутываться всё больше и больше. Эти два состояния, инертности и подвижности, перемежаются в течение перевоплощений, пока вы не испытаете нечто вроде прыжка из рабства обусловленности. Тогда к вам на помощь придёт третье качество. Это равновесие, и вы в любой ситуации начнёте чувствовать для своего поведения золотую середину. Подобным образом три гуны действуют на ваш ум, заставляя вас сделать прыжок. После того же, как вы совершите прыжок из рабства не-я в осознанность Я, эти три качества станут вашими проводниками и помощниками. Когда вы ещё в не-я, функция этих качеств сводится лишь к тому, чтобы создавать побуждения путём поддержания неровности темперамента благодаря неравным их пропорциям. Они всё время будут заставлять вас чувствовать боль и стараться стать счастливым. А счастливы вы можете быть лишь с высшим Я. Эти понуждения заставят вас испытать несчастья мира, так что вы будете пытаться искать утешения. Методом проб и ошибок вы будете искать ложные утешения и находить их бесполезными. Мы пытаемся найти утешение в семье, друзьях, деньгах, предметах роскоши и тому подобном, но поскольку утешения эти ложные, ум на них не останавливается, а пытается скакать с одного на другое. Если я обнаруживаю, что у вас дома есть телевизор, то чувствую ревнивую зависть и тоже покупаю телевизор, но ум уже переходит на что-то другое, например, на автомобиль, так как у вас есть автомобиль. Так ум пробует каждое утешение и отбрасывает его, приступая к следующему. Это и есть доказательство того, что это ложные утешения. Мы проходим через страдания и испытываем пары противоположностей (счастье и несчастье, и т. п.). Когда погода холодная, мы жаждем чего-то тёплого. Когда она слишком жаркая, мы жаждем чего-то холодного. Побуждения инертности и подвижности создают для нас необходимость поиска равновесия. Страдание — это опыт низшего я, который служит уроком для того, чтобы совершить прыжок к высшему Я. Как только вы совершите прыжок через равновесие в своё истинное Я, потребность в трёх гунах будет исчерпана. Саттва (равновесие) — это положительный полюс в вас, и он открывает врата к истинному Я. Тогда эти три учителя (раджас, тамас и саттва) могут отправиться в какой-нибудь другой институт и давать уроки новому студенту. А для вас их назначение исполнено. Потому они

больше не обладают влиянием на вас, когда вы в самадхи. До сих пор сознание существовало в вас как точка, но теперь оно становится окружающим вас кр`угом. Теперь это тело света, в котором каждая точка является центром. Вы будете шаром света сознания, центр которого везде, а периферия — нигде. Вот на что указывает Патанджали среди прочих превосходств (вибхути) состояния самадхи. Три гуны продолжают работать в сотрудничестве с дэвами, которые строят ваше тело. Гуны будут строить протоплазму, вести функции жизнедеятельности и поддерживать функции тела процессами окисления и метаболизма — они будут помогать вам на физическом и жизненном планах, не вмешиваясь в вашу умственную деятельность и высшие функции. Инертность называется тамасом, подвижность — раджасом, а равновесие — саттвой. Саттва есть качество, открывающее врата к вашему истинному Я. Вам нужно знать это, чтобы применять свои самадхи и самьяму (одновременное существование) и жить жизнью йога. Вот то, что добавляет XVIII глава Бхагавад-гиты.

Третий и самый важный момент, который следует знать, относится к привычке. Раньше вы были обусловлены тремя качествами, и ваши привычки задавались сочетанием этих трёх гун. Неравное, уникальное их сочетание делало вашу индивидуальную природу отличной от любой из миллионов других природ этой Земли. Их много, как видов растений и как песчинок на этой Земле. Каждый есть сочетание трёх качеств. Даже каждое растение отличается от любого другого того же вида. Если вы принесёте три сосуда с солью в одном, сахаром в другом и лимонным соком в третьем, то можете приготовить тысячи смесей, которые дадут отличающиеся вкусы. Точно так же и у каждого из нас на плане не-я есть вкус, отличающийся от вкусов остальных. Сила привычки заставляет вас любить свой вкус. Когда же вы совершите прыжок в своё истинное бытие, тогда обусловленность привычки перестанет для вас существовать, поскольку высшая природа в каждом из нас есть универсальное сочетание. Это можно назвать универсальной природой, которую древние называли мулапракрити, и это то же самое, что девятая природа науки йоги. Вы достигнете её постепенно. Сначала вы отойдёте от индивидуальных привычек к человеческим, затем к биологическим, а затем — к планетарным привычкам этой Земли. Затем вы будете жить в обычае или уставе Солнечной Системы, где все планетные уставы являются взаимодополняющими частями одного архетипа. От привычек

нашей Солнечной Системы вы перейдёте к уставу космоса. Вот что образно называется "пронзить шар Солнца и вырваться из него". Этот космический устав будет осенять ваше существование, когда вы продолжаете жить йогической жизнью. Тогда природа этого шара пространства выполняет у вас роль вашей собственной природы с её привычками и поведением. Что же есть природа Космоса? Творчество. Потому и ваша природа — творить (а не воспроизводить). Будучи наделены творческой природой, вы будете проявлять лишь творческие способности. Вы будете становиться по сути положительными во всём. Отрицательным чертам, таким как сомнение, подозрительность, ревность, печаль, ненависть и страх, места в вас не будет. Они — лишь антитезы добродетелей. Добродетели существуют в истинной природе, тогда как эти их противоположности беспокоили вас, лишь пока вы жили в не-я. В каждом пространственном шаре существуют миллионы и миллионы солнечных систем. Они непрерывно приходят и уходят, сохраняя общее количество существующих солнечных систем постоянным. Посмотрите, как в плоде баньяна содержится тысяча семян, каждое из которых содержит в себе потенциальное дерево. Космос или шар пространства подобен такому плоду с миллионами солнечных систем, его семян. И таких пространственных шаров, существующих скоплениями, в нашей вселенной не меньше, чем плодов на баньяновом дереве. А в безграничном космическом пространстве таких деревьев может быть столько, сколько будет угодно садовнику. Теперь подумайте о величине и упорядоченности мироздания и о своём положении в нём. Вещи существуют для вас во тьме, пока вы не прольёте на них свет самадхи и одновременного существования. Темнота не существует сама по себе, поскольку это темнота лишь для ваших глаз. Сама же по себе она — свет. То, что мы называем темнотой, есть чистая субъектность. Когда же вы фокусируете своё озарение, она становится для вас явленной, объектной, чтобы ещё раз быть осознанной в вашей субъектности. Темнота называется в писаниях "Матерью Света", Адити. Если вы разменяете стофунтовую банкноту, у вас будет много бумажек меньшего достоинства. Аналогично и темнота непрерывно разменивается на многие существования, которые живут в своём собственном свете. То, что мы называем спектром — это разноцветная пачка банкнот меньшего достоинства. Белый же свет более высокого достоинства, а самого высшего достоинства — темнота. Банкноты меньшего достоинства

существуют друг для друга, тогда как высшее достоинство существует лишь для себя, и это как раз то, что мы называем субъектностью в чистейшем смысле. Продолжая жить йогической жизнью, вы научитесь жить с банкнотой самого высшего из существующих номиналов. Вот что называется у Патанджали "Осенением Космической Природой" (Дхарма-мегха), когда он говорит о великолепии йогической жизни. Вы будете жить подобно совершенно бесцветному стеклу, которое будет осенять глубокая синева космической природы. Ваше поведение станет космическим поведением.

Другой интересный момент, который даёт Патанджали, говоря о вашем йогическом преображении, это притяжение вашего сознания. Пока вы в не-я, ваше тело, ум и чувства вместе с их реакциями притягивают к себе ваше Я. Инертность и подвижность помогают им притягивать ваше сознание и держать его привязанным к этому грузу, так что вы не можете пренебрегать своим телом, умом и чувствами. Когда вы начинаете попытки достичь равновесия (саттвы), вы словно поднимаетесь по коромыслу весов, на котором установлена чаша, содержащая груз вашего тела, ума и чувств. Находясь в саттве, вы взбираетесь вверх по этой штанге к точке опоры. Чем ближе вы к ней подбираетесь, тем сильнее ваша борьба, и тем больше требуются усилия для подъёма. Максимум усилий требуется, когда вы лишь в шаге от цели и уже ставите ногу на точку покоя. И тогда происходят смена полярности. Все силы, тянувшие вас вниз, обратятся на вашу сторону, и другая чаша весов начнёт опускаться. Теперь действует притяжение к другой стороне. Все силы, что до сих пор связывали и не пускали вас, помогут вам скользить к истинному бытию, озарению пребывающего в вас Я. На поздних стадиях практики йоги решительно всё, каждый случай, оказывается способствующим вашему продвижению. В результате вы притянетесь к состоянию самадхи и будете безопасно приняты в просветление одновременного бытия. Это то, что Патанджали называет "притяжением к Абсолютному Единству" (Кайвалья прагхбхара). Все предыдущие ассоциации вашей умственной субстанции на каждом шагу вашей жизни будут притягивать вас к распознаванию. Вот что происходит, когда вы ведёте йогическую жизнь уже долгое время. Раньше груз был у вас на спине и тянул вас к телу, уму и чувствам. Теперь он впереди вас и тянет вас по пути по направлению к цели. До достижения точки равновесия свойства физического тела оказывались вам в тягость. Они производили

болезнь, сонливость и неохоту. Теперь, когда вы прошли эту точку, они толкают вас вперёд. Даже когда по достижении определённого возраста тело уже негодно, оно толкает вас выйти из тела легко и приятно. Это часть исцеления. Смерть служит целителем, ведь и прежде она приветствовала вас тысячи раз. Люди, не прошедшие дисциплину йоги, не знают, как сотрудничать с природой, покидая тело. Они не знают, как ввериться ей, и очень хотят жить всё в том же теле, которое уже достигло стадии фекальной массы. Выделение — позыв природы, которому не следует сопротивляться. Вы можете больше узнать об этом, прочитав главу "Искусство умирания" в книге "Эзотерическое целительство". Нигде больше в англоязычной литературе вы не найдёте такого научного трактата о смерти. Многие авторы, пытаясь описать жизнь после смерти, изложили вместо этого воображаемые истории. А "Эзотерическое целительство" — это живая книга, которая лучше "Книги мёртвых".

Последнее, что следует к этому добавить — это знание о "социально-экономическом треугольнике". Это очень важная часть мудрости, и древние писания дают нам уроки об этом со всей основательностью. Знание этого треугольника позволяет вам найти своё место в обществе и жить духовной жизнью, невзирая на окружающие вас социальные и экономические условия. Без знания этого невозможно вести духовную жизнь, в то же время обеспечивая свои мирские нужды. Три точки этого треугольника указывают 1) вашу работу в обществе, 2) ваше вознаграждение и 3) ваше удобство. Они называются соответственно *дхарма*, *артха* и *кама*. Один из путей построения этого треугольника состоит в том, чтобы начать с работы, а кончить личным удобством, которое будет кульминацией. 1) Вы выполняете свой долг; 2) вы получаете своё вознаграждение; и 3) вы покупаете то, что нужно для вашего удобства. Цель жизни здесь — ваш комфорт, и такой метод, где кульминацией является комфорт, называется *камоттара*. Он оказывается разрушительным для индивидуума, для общества и для нации. Каждый работает ради вознаграждения и стремится к удобству. Каждый старается вложить минимум усилий, давая минимально возможный выход, а из этого выхода стремится извлечь максимальную выгоду. Постепенно количество этого выхода в обществе снижается и нация беднеет. Со временем все начинают ощущать результаты этого в форме недостатка пищи, жилищ и одежды. Медленно и постепенно свобода каждого ограничивается всеми другими, и причину этого

оказывается нелегко проследить. Нацию постигает болезнь, диагноз которой трудно поставить, и которая пожирает индивидуумов. Никто не виноват, но это не оправдание. Все находятся в неведении относительно причины, и потому приносятся друг другом в жертву во имя "общества" (которое есть фантом и миф). Истина же заключается в существовании индивидуумов, но она скрыта воображаемым существованием дьявола, именуемого "обществом". Каждый начинает заботиться лишь о себе, ненавидя и подозревая других. В такой жизни взаимная регулировка задавать тон не может. Тон задаёт убийственная конкуренция. Постепенно человеческое общество чрезмерно индустриализируется вне всяких потребностей, стремясь за миражом желания. Человеку приходится производить предметы роскоши и продавать их под видом нужных товаров. Боязнь и недостаток уверенности заставляет его уничтожать себе подобных. Люди разбиваются на многие маленькие группки, которые поднимают друг на друга оружие. И следует цепная реакция гражданских, национальных, международных и мировых войн. Результатом становится массовое самоубийство. Писания свидетельствуют, что человечество этой Земли переживало подобные вещи много раз. Боязнь и постоянный дискомфорт заставляют людей искать утешения в сексе, вине и наркотиках. Страх заставляет их скучиваться всё больше и больше, образуя большие индустриальные города, что приводит к уничтожению лесов, загрязнению воды, воздуха и пищи, и невозможности жить на природе, в естественной окружающей среде. Писания осуждают такой образ жизни, именуемый камоттарой, при котором треугольник строится описанным образом, и сообщают о зловедных последствиях этого, рассказывая истории юг (эпох), которые циклически повторяются.

Другой способ построения этого треугольника состоит в том, чтобы начать со своей собственной работы и в ней же найти цель. Вы выполняете работу, чтобы получить вознаграждение. Вы получаете вознаграждение, чтобы обеспечить личные нужды и своё удобство. Вы обеспечиваете свои потребности в пище, жилище и одежде так, чтобы это делало для вас возможным исполнять свою работу для общества. Не останавливайтесь на комфорте, как на самоцели. Ваш вклад в общество, то, что вы даёте людям — вот что должно быть целью. Измеряйте свои достижения вашей отдачей, а не тем, в какой степени вы пресыщены комфортом. Удобства придут, сходясь к вам, подобно "многим

рекам, впадающим в море", если говорить языком Бхагавад-гиты. Пока ваша отдача растёт, будут расти и улучшаться и ваши удобства, конечно, если это отдача продуктивная. Каждый должен вносить какой-то полезный вклад на материальном плане. Недостаточно производить мысли, как философы, производить рознь, как политики, искать причины бессонницы, или производить студентов в университете, как машины на фабрике. Продукт интеллекта и эмоций бесполезен без производства еды, жилищ и одежды на материальном плане. Как бы ни была научна ваша отдача, она может оказаться бесполезной и даже бедственной для общества, если не заполнена плотью и кровью трёх основных потребностей. По всем центрам земного шара распространилось множество бумажной работы под названием образования, политики и экономики. Всё это приводит к тому, что приятные мечты, полные денег и благосостояния, только исчезают из виду. Помните, что именно величина вашей продуктивной отдачи определяет те удобства, которые вы получаете без всяких усилий. Лишь ученик йоги может понять разницу в приложении этого треугольника, и только он способен выбрать второй вид его приложения, делающий упор на работу, а не на удобства. А если ваша цель — именно работа, удобства у вас всегда будут. Если же целью будут удобства, результатом будет разрушение. Это второе приложение треугольника называется "треугольником с акцентацией долга" и треугольником, ведущим к закону (дхармоттара). Писания, именуемые Пуранами и Итихасами, предписывают правителю всякой страны с помощью своих административных способностей направлять народ в треугольник, который ведёт к закону. Йогу следует знать это и прилагать свои самадхи и самьяму к этому треугольнику, ведя йогическую жизнь. Он как раз тот человек, который может понимать вещи в верной и безличной перспективе, а потому ему предписывается побуждать людей, как и правителей, к дхармоттаре и излучать через свои проводники сознание Господа, трудясь согласно йогической жизни. Социализм, коммунизм, материализм или спиритуализм — всё обречено на неудачу и будет вести к разрушению, если проводится людьми, живущими в не-я. Не будучи полноценным йогом, нельзя достичь успеха с любой из этих идеологий. Но с любой из них можно принести человечеству решение, если их применит к обществу адепт, владеющий самадхи и самьямой. Допустим, когда я беден, я начинаю свою карьеру как социалист. Постепенно я приобретаю достаточно

важности и стремления к благу, чтобы стать политическим лидером. Вы легко можете представить, как я себя поведу. Я займу здание, похожее на дворец, заведу несколько автомобилей и буду фрахтовать самолёты, уверяя, что всё мне это необходимо, чтобы служить бедным и распределять среди них богатство, отбирая его у богатых. Я окажусь неприятен для людей, они сочтут меня прыщом на теле общества, впрыскивающим в умы яд под видом лозунгов. Всё это следствие того, что я начал свою карьеру в социализме, живя в не-я. Мы не хотим последствий, а хотим последовательности, а это возможно лишь с людьми, влившимися в просветление пребывающего в них Ишвары-сознания, которое не допускает ни страха, ни обмана, ни зависти. Последовательность естественна, а вот побочные последствия — это нечто обусловленное — то, до чего доводит злой гений индивидуума, живущего в не-я. Последовательность мы видим в цикле времён года и великолепии земной фауны и флоры — всё это природа. А то, что мы навлекаем нашими предпочтениями, предположениями и сопротивлением — это лишь серия последствий, ведущих человека прочь от природы и загоняющих его в собственную скорлупу, которую ему когда-нибудь суждено взорвать. Восемнадцать меньших санскритских писаний (Пуран) и два б`ольших писания (Махабхарата и Бхагавата) дают нам учение об этих треугольниках и йогическом образе жизни. Вы знаете, что Бхагавад-гита — лишь часть большого писания, Махабхараты. Нет писания, в которое не входило бы обсуждение теорий социально-экономического треугольника. Обсудив всё касающееся этого треугольника, они говорят о его геометрическом центре, который называется "четвёртым путём". Это ни что иное, как обретение равновесия существования в обществе путём нахождения его в собственной жизни. Слово "освобождение" используется как экзотерическая замена "четвёртого пути" — равновесия. Многие адепты йоги указывали, что концепция освобождения ложна, и они его не желают. "Мне всё равно, куда ты поместишь меня, о Господи, на небеса, на землю или в преисподнюю. Я не хочу унижаться, выпрашивая освобождения. Для меня достаточно, чтобы ты давал мне помнить о твоём присутствии в каждом и во всём", — говорит Куласекхара, правитель южноиндийского государства VIII в. Идея освобождения обязана быть индивидуальной и личностной, и она не требуется йогу. Йог иногда пользуется ею, имея в виду освобождение от самообусловленности и обусловленности не-я. Освобождение не существует

как истина, но что истинно, так это треугольник дхармы, включающий труд, вознаграждение и удобства, позволяющие продолжать работу на безличном уровне. Работа на безличном уровне называется жертвой (яджня), что вовсе не подразумевает жертвоприношения животных. Животное существование человека нужно поднять в бытие света души. В Бхагавад-гите говорится о яджне и объясняется, как природа работает безлично. Желаящий вести жизнь йога должен наблюдать работу времён года, кругооборот воды, прорастание семян и работу Господа в качестве семенной природы во всём, вновь и вновь прорастающего, дабы поддержать. Вот и всё о науке о социально-экономическом треугольнике, о котором я намереваюсь написать отдельную книгу. Это кульминация йогической жизни и цель практики йоги. В конце концов йога находит своё осуществление в индивидуумах, сознающих синтез озарения самадхи и самьямы в процессе управления государством, страной или нацией. Вот к чему ведёт нас Бхагавад-гита под именем "царственной йоги" (раджа-видьи или раджа-йоги), или йоги, ставшей государственным культом, и в этом — секрет успеха многих правителей седой древности (раджагухьям), и я думаю, что теперь вам это ясно.

На этот год у меня всё. Спасибо за внимание.

Перевод К. З.