2010-03-18

Интернет-сатсанг. Ответы на вопросы. Природа ума - вне описаний.

Смотреть на вещи из настоящего момента.

Я рад видеть всех практикующих из Дивья Локи. Если есть какие-то вопросы, на тридцать минут я в вашем распоряжении.

Формально делать практику, не было такого задания. Из формальной сделать более живой, так не надо формально вообще делать. Я рекомендую начинать с садханы внешнего божества. Где-то сто тысяч раз выполнить начитывание семенной мантры, выполняя практику внешнего божества. Когда у вас будет достигнута стадия «зачатия», тогда практика перестанет быть умственной и станет более живой. Вы берете мурти, смотрите на изображение деваты, затем закрываете глаза, и изображение само должно возникнуть. Если вы визуализируете с усилием, это формальная практика. А если изображение само появляется, а вы его тонко настраиваете и поддерживаете, это живая практика. Живая практика возникает, когда вы тонко-тонко умеете практиковать.

Слышно было всем? Потому что здесь звуки такие везде, я иногда сам своего голоса не слышу.

…

У вас был отличный трактат, особенно отличный, потому что один в один были все мои лекции. Нужно его продолжать, только более расширить, больше уделить внимания разным деталям. Детализировать, насытить цитатами из священных текстов. Вы его очень хорошо передали, рассказали, добавили своего понимания и шакти, и мне он действительно понравился. Детализируйте ключевые моменты, понятия, насыщайте его цитатами, дополняйте, и он будет такой же хороший дальше.

*Как практиковать иллюзорное тело? Что нужно практиковать, чтобы добиться каких-то результатов? Ты идешь на своей волне, есть рекомендации Гуру, как правильно практиковать.*

Я читал несколько лекций, учение о шестнадцати кала, с точки зрения Йоги иллюзорного тела. Учение о шестнадцати кала имеет свои интерпретации для Йоги иллюзорного тела. Стадии «передачи», «рождения», «зачатия», «вынашивания» и прочие имеют свою интерпретацию в Йоге иллюзорного тела. Мы практикуем иллюзорное тело в соответствии с учением о шестнадцати кала. На первой стадии надо уделить внимание визуализации, садхане внешнего божества, начитыванию мантры и ключевым точкам при визуализации внешнего божества. Когда будут получены опыты этих ключевых точек, это как трамплин, от которого можно отталкиваться, идти дальше и выполнять преображение во внутреннее божество, слияние выполнять.

*То есть какая-то определенная схема в учении будет проводиться? Потому что у нас как у послушников все распределено. Одна медитация в день, вместо Махашанти у нас концентрация. Будет в обучение входить?*

Это входит, конечно, в программе обучения есть длительные ритриты по иллюзорному телу. А если не успеете за двенадцать лет, то после двенадцати лет сами сможете практиковать иллюзорное тело много, много лет, триста лет, хоть сколько. Будет времени достаточно. Но начинать надо так – начитайте сто тысяч раз мантру на садхану внешнего божества, чтобы получить определенные знаки реализации.

*Как настроить садхану, идти линию созерцания практиковать, три года Атма-вичару, потом другие санкальпы, получаешь джняна-деха, а потом уже иллюзорное тело или параллельно мы практикуем иллюзорное тело. На чем сделать акценты?*

Не надо разделять практику иллюзорного тела, практики Праджня-янтры, санкальпы, надо совмещать. Их надо совмещать естественно. Когда вы поймете, что в иллюзорном теле важна не визуализация, а узнавание, то иллюзорное тело будет как физическое, вам же не мешает физическое тело практиковать Атма-вичару. Таким же образом и в иллюзорном теле не мешает ничто практиковать санкальпы, созерцание. Это такое же тело, как физическое. И мы привыкаем к этому. Эти практики совмещаются, нет противоречий. Параллельно их выполняйте.

Если кто затрудняется именно так построить методику ритритов, садханы, просто берите мои наставления, где описана последовательность всех ритритов, и один за другим выполняйте. Этого будет достаточно.

*Вы давали наставления о Природе Ума.*

Настоящее наставление о Природе Ума дать невозможно. Потому что Природу Ума невозможно описать, но в нее можно войти. Описание является всего лишь намеком. Иногда описание тоже мешает. Чтобы войти в Природу Ума, вы должны отбросить все описания. Описания – это карта, но вы не будете ходить по карте. Вы выясняете направление с помощью описания. Описание не есть сам пункт назначения. Вы можете реализовать Природу Ума, только когда отбросите все карты. Это не значит, что карта не нужна. Они хороши, они важны, но в относительном, в поведении. А в абсолютном, в воззрении их надо отбросить. Мы можем пережить нашу Природу Ума, только когда оставим опыт, память, воспоминания, все это части ахамкары. Пока есть прошлое, будет и будущее. Там, где есть прошлое, будущее и настоящее, есть время, есть становление во времени. Это называют сансара.

Чтобы войти в Природу Ума, надо отделить себя от этого с помощью вивеки, различающей мудрости. Сначала вивека взращивается чтением текстов, слушанием наставлений, затем созерцанием. Это созерцание должно отделить вас от тела, от праны, от тонкого тела, антахкараны, внутреннего инструмента, от ментального тела. Полностью пойти глубже вовнутрь, отделив себя от пяти тел. Чтобы войти в Природу Ума, надо все оставить: философию, мысли, чувства, эго, амбиции, желания этого мира, религии, даже методы, даже практику надо отбросить, концентрацию, визуализацию, надежды на этот мир, претензии эго стать кем-то. Все это эго, все это ум. Все это надо оставить, стать полностью одним, одиноким, самодостаточным, ни от чего не зависящим, ни на что не опирающимся. И только тогда благословение Природы Ума вас коснется. Вовне надо исполнять свои принципы, обязанности, долг, в соответствии с прарабдхой, но внутри надо все это оставить. Природу Ума можно описать только через отрицание: это не вкус, не запах, не глаз, не цвет, не осязание, не обоняние, не имя, не форма, не форма божества, не философское описание, даже не опыт, потому что опыт переживает эго, ахамкара. Это не опыт. Многие думают, что Природу Ума можно пережить так же, как некий опыт тонкого тела. Это заблуждение. Опыт длится до тех пор, пока вы есть. Природа Ума – это скорее разрушение опыта, оставление опыта и того, кто переживает опыт, переживание, переживающего опыт. Конечно, ее описывают как Ум, подобный пространству, чаще всего говорят. Но это тоже очень близкое описание, наобум как бы сделанное. Потому что слова «подобный пространству» тоже не совсем точно указывают. Это божественность внутри вас, это очень чистое, очень святое сознание. Невероятно божественное, невероятно святое, отделенное от всего, в нем нет ничего мирского, ничего светского, ничего из эго, привязанностей, ничего из привычного опыта. Это как невероятный океан света. Это Бог внутри вас, Божественность, которая присутствует прямо сейчас. Если вы обращаете на нее внимание, вы соприкасаетесь с ней, она благословляет вас. Ее невозможно достичь усилиями, сфабриковать, создать мантрами, она совершенна в силу своей природы. Она не требует никакой опоры, но все опирается только на нее. Святой – это тот, кто пребывает в этой божественности. Как только он от нее отвлекается, его святости как не бывало. Поэтому истинный святой никогда от нее не отвлекается. Святой не является человеком, телом, умом, это божественность использует его тело и ум. Святой есть сама эта божественность, потому что его эго больше не действует. Оно является проводником божественности. Природа Ума – это божественность внутри вас. Очень-очень тонкое, очень-очень отдельное от всего, очень-очень святое, очень-очень чистое, очень-очень светоносное пространство сознания.

Если мы внимательны к нему, оно открывается и рано или поздно благословляет нас. Если мы не внимательны, оно ждет, когда мы все-таки начнем быть к нему внимательным. Ее не достичь внешними практиками, Хатха-йогой, ритуалами, хотя все это может быть благоприятно.

Если вы пережили даже короткий опыт этой божественности, вам надо утверждаться в ней, углублять ее, а затем держаться непрерывно, помня о ней, памятуя ее, учить эту божественность проявляться в относительном. Она не безъязыкая, она не безголовая, у нее есть руки, ноги, у нее есть целое ваше тело. Если вы не научите эту божественность проявляться через ваше тело, то оно тоже какой-то полноты не обретет. Поэтому мы говорим – интеграция. Не только отделение, но и интеграция, искусство всеприятия, тогда эта божественность наберет большую силу. Но прежде чем вы подойдете к всеприятию, вы должны отделить все, все отделить от этой божественности, тогда она раскроется. Если вы не отделите, это перемешается с мыслями, эго, желаниями, телом, внешним миром и будет большая путаница. В умах людей большая путаница, очень большая путаница по этому поводу, концепции перемешаны, образы богов перемешаны, личное «я» перемешано. Все перемешано, и человек представляет собой запутанное, запутанное существо. Даже если он пережил эту божественность, но у него не было достаточно вивеки, он может быть очень запутанным. Нужны годы или даже жизни, чтобы освободиться от запутанности. Как лебедь отделяет молоко от воды, нужно вычленять эту божественность из тела, ума, чувств, ахамкары, концепций, вытаскивать, отделять методом нети-нети, это не то, это не то. Когда вы ее отделите от бодрствующего состояния, от сна со сновидениями, сна без сновидений, тогда в полноте оно будет пережито. Пока она смешана и не прояснена, будет много непонимания, много замешательства. Хорошо, если она переживается во сне без сновидений, однако, даже сон без сновидений (сушупти) – это тонкий покров невежества, где божественность смешана, смешана с каузальным телом, с каузальными состояниями. Надо отделить даже от каузального состояния. Потому что если не отделить, то родишься богом бесформенного состояния. Не отделишь от формы, от ментальных тел, родишься богом в иллюзорном теле, но не достигнешь Просветления, непросветленным богом, святым, но не просветленным.

Начинать надо с выхода за концепции, с погружения в безмолвие, в тишину. Вы не переживете эту божественность, если ум постоянно в раджасе, если ум не дает вам покоя. Конечно, ум может работать, и он хорош на философских конференциях или когда делаешь служение, но он не главный, когда ему позволяют работать, это не значит, что он должен выйти на первый план и забрать все внимание. Он не главный, даже когда он работает, он слуга. Эта божественность как фон всегда присутствует отдельно.

Присутствие, сахаджа-авастха, сахаджа-стхити, аманаска, атма-таттва, брахма-ахам-бхава – все это разные грани одного и того же. Но вы переживете это, только когда освободитесь от понятий, освободитесь от определений, от концепций, будете в присутствии, подобном пространству. Это не конец. Тот, кто думает, что это конец, он заблуждается, как ребенок. Это начало. Потому что такое присутствие – это дверь, но это не точка прибытия. Вы должны войти в эту дверь, но вы не должны останавливаться. Потому что в этом присутствии есть, куда расти дальше. Там есть много-много света, много пространства, тончайшие нюансы бхавы – через все это надо пройти.

Просто это присутствие в Природе Ума будет растворять в вас кое-что. Оно растворит ваше концептуальное мышление, ваше бодрственное мышление, потом антахкарану, тонкое тело растворит, начнется процесс антахкарана-лайя-чинтаны. Когда оно растворит ваше тонкое тело, вам уже не надо рождаться в тонких мирах, в грубых телах, уже малая мокша достигнута. Оно также должно растворить каузальное тело. Когда эти тела будут растворены, это будет истинная мокша, саюджья-мукти. Тогда будет физическое тело и свет. Тонкого тела нет, каузального тела нет, все растворено, все как игра. Будет это физическое тело из плоти и атма-таттва, атма-сваям-пракаша, внутренний свет, присущий вам. Такое состояние называют дживанмукта, освобожденный при жизни. Он живет до тех пор, пока есть карма прарабдха, физического тела. А когда прарабдха физического тела исчерпана, он как капля в океан падает, как молоко в молоко, масло в масло. Саюджья-мукти происходит, когда растворено тонкое тело; антахкарана, когда растворено каузальное тело. Но многие думают, что они, изучив воззрение, сольются с Брахманом сразу, это невозможно.

*Год практиковал, никак не могу раскрыть созерцание.*

Да, это много конечно. Я смотрю на многих учеников и многих учителей, многие из них практикуют восемь лет, тридцать лет со своим Гуру, не раскрыли созерцание, делают служение, садхану, севу, практику и не переживают. Не переживайте. Все придет в свое время. Но переживать это неправильно. Переживание отодвигает вас еще дальше. Природа Ума приходит из сантоши, удовлетворенности, а когда переживаешь, то это неудовлетворенность, это как голодный дух, а голодный дух вообще ничего не может испытать. Нужна сантоша, удовлетворенность, но эта неудовлетворенность, как сытое, ленивое состояние, а сантоша, истина – от хорошей целостности, от внутренней самодостаточности, от усмирения ума. И если ваш ум усмирен, то вы всегда удовлетворены, вам всегда все отлично. У вас должно быть внутри всегда все отлично. Это сантоша. А если ваш ум то здесь, то там, неудовлетворен, то, как вы можете открыть созерцание, вы очень озабочены своей неудовлетворенностью. Для вас ваша неудовлетворенность становится важнее созерцания. Созерцание, удовлетворенность и усмирение ума идут вместе. Если вы хотите по-настоящему раскрыть свою природу, надо научиться удовлетворенности, быть везде довольным. Дали острый прасад, хорошо, нормально все, дали холодный прасад, тоже, не дали вообще, ну ничего, значит, так меня учат отрешаться от привязанностей к телу. Никаких проблем. Раздали всем, а мне не хватило, так тебе и надо, эго ожидало чего-то, раздулось, а его сразу на место поставили, прекрасно. Когда вы каждую такую ситуацию будете воспринимать как жизненный урок Просветления, вы будете счастливы, независимо ни от чего. Отсюда и рождается истинное созерцание. Ум усмирен, тогда созерцание приходит само. Если ум не усмирен, вы работаете с санкальпой, но все равно ум выпадает постоянно, нет возможности практиковать. Надо усмирять ум и прекратить переживать по этому поводу, это тоже форма усмирения ума. Я не говорю – прекратить практику и созерцание, я говорю – прекратить переживать. А практика пусть продолжается, созерцание пусть продолжается, все как надо, пусть продолжается. Но переживание – это лишнее, беспокойство по этому поводу. Надо принимать, учиться принимать даже свои неудачи, ошибки. Пока вы не научитесь принимать свои ошибки, неудачи, вы над ними не возвыситесь, не трансцендируетесь, они будут все равно докучать вам, они вас будут беспокоить, омрачать и мешать. Но когда вы их принимаете, вы становитесь выше их, и они освобождаются. Значит надо принять факт, что я практиковал год созерцание и не раскрыл, принять этот факт. Просто принять, значит просто быть наедине с ним без оценок и суждений, прямо на него смотреть. Да, есть факт моей непросветленности, и я стою перед этим фактом. Я осознанно стою. Я не плачу по этому поводу, не переживаю, я прямо смотрю в этот факт. Вот – непросветленность, а вот – я прямо стою, я осознан с непросветленностью рядом, я не боюсь ее, я смотрю ей в глаза. И что тогда? Где эта непросветленность? Когда вы прямо сейчас стоите с этим фактом, смотрите на него, взгляд прямой, освобождающий. Что с ней происходит, может ли она доставить вам беспокойство, ввести в заблуждение? Эта непросветленность исчезает, и эта неудача в практике тоже исчезает. Потому что когда вы прямо сейчас принимаете этот факт, прямо смотрите, то это и есть глубокое раскрытие Природы Ума. Но вы должны реально находиться в этом, вы должны сейчас, в этот момент, когда возникло беспокойство, прямо посмотреть на него. И так каждую секунду, со всеми переживаниями. Тогда никаких беспокойств не будет, потому что ваша реализация будет расти, расти день ото дня.

Первое, с чего надо начать – это отсечь надежды и страхи на реализацию. Много надежд у вас, много страхов, и они-то и мешают. Вы все еще что-то ждете, что-то хотите, и это мешает вам прямо принимать любой факт вашей жизни, в том числе неудачу, непросветленность. Но когда вы отбросите это ожидание и просто будете прямо смотреть обнаженным осознаванием, это станет глубоким погружением в текущее, это отбросит вас из прошлого, из будущего, это станет вашим моментом пробуждения. Такое прямое смотрение в любой факт вашей жизни. Тогда все начнет рассеиваться, освобождаться, растворяться. Ничто перед этим не может устоять. Но для этого надо прекратить поиск, отбросить ожидания, просто находиться в недеятельном присутствии.

Поиск снаружи – это ложный поиск. Я всегда смеюсь над людьми, которые надеются на внешний поиск. Люди такой категории всегда думают, что вне них есть что-то интересное, снаружи. Когда они в России, они думают об Индии, когда они в Индии, они думают о России. Когда они в ритрите, они думают, как здорово на служении, когда они в служении, они думают, как здорово в ритрите. Но они никогда не здесь, не сейчас. Все это внешнее. Когда вы отбросите внешний поиск, ваш истинный поиск начнется как вичара, как внутренний поиск, тогда вы не будете разочарованным. У вас могут быть и разочарования, и все, но это перестанет быть важным. Это никак не помешает вашей реализации. Можно быть просветленным и разочарованным, я вам так скажу. Но эта разочарованность будет не сущностная, а игровая, как игра – что разочарованность, что радость. Это будет разочарованность по каким-то мелким поводам. Но вы позволите себе этим наслаждаться, вашей разочарованностью. Это не будет сущностная разочарованность. Внутри вы будете петь всегда от экстаза и от восторга. Но в качестве игры вы можете быть разочарованным, скажете: «Я надеялся на это, не получилось». Для вас это как игра будет. Все равно, что радость, что разочарованность. Но в глубине души вы никогда не будете разочарованы, и вы будете наслаждаться своим разочарованием. Это все перестанет быть важным, потому что ушли все надежды, страхи.