2012-02-24.

*Открыть врожденную божественность. Сахаджачара, самаячара. Текст "10 ачар Лайя-йоги". Два вида растворения в Лайя-йоге: ума и энергии. Умело применять метод.*

*«Оставь сосредоточение с напряженным усилием, расслабься, оставь все, как оно есть. Оставь фиксацию ума на чем-либо, даже если это пылинка, не фокусируй ум, не визуализируй божеств, не направляй сознание вовне или внутрь, позволь ему успокоиться в естественном безопорном обнаженном состоянии осознанности вне концепций-мыслей и оценочных суждений».*

Мы должны тренировать наш ум. Наш ум – это наша мастерская, это наш инструмент, а мы – художники в этой мастерской. Наш ум – это наша скрипка, а мы – маэстро, который должен учиться на нем играть. Ум нас связывает, но Природа Ума может нас освободить. Ум заставил нас войти в тело, в сансару, в карму. С помощью сознания мы освобождаемся. Мы его постоянно должны тренировать. Наш незрелый, слабый, неразвитый, грубый ум мы должны очистить, превратить в утонченный, пустотный, чистый, тонкий, светоносный.

Сначала мы занимаемся концентрацией, очищением ума и усмирением его, потому что ум, который не может концентрироваться, не может быть усмирен. Переполненный разными посторонними образами, хаотичный ум не может познать Бога. Это детский ум, непригодный для познания Бога. Нам нужно тренировать, тренировать ум. Наш ум еще слабый, очень слабый, очень неразвитый, запутанный. На него сильное влияние оказывают праны, желания, энергии, внешняя среда, потому что он слабый, неразвитый, он подпадает под их влияние, он не может обратиться к самому себе, заняться вичарой, найти вивеку, обрести вайрагью, обнаружить внутреннюю пустотность. Он очень зависим, как меленький ребенок: что ему не говорят, он принимает все. Его можно легко обмануть или поманить какими-то игрушками.

Мы должны сделать из этого ума взрослый ум, очистить его. Очищение ума – это воспитание в нем нужных качеств, концентрация. Нужно много заниматься концентрацией. Если ваш ум может концентрироваться, вы можете достичь чего угодно. Вы можете достичь любого успеха во внешнем мире. Все, кроме просветления, можно достичь концентрацией. Концентрация – это дхарана, дхьяна, самадхи, называется самьяма. Контроль таттв, пяти элементов, контроль тела, контроль внешней реальности. Все достижимо концентрацией, познание других миров, звезд и планет, тонкого устройства тела – все это самьяма. Если мы чего-то не можем добиться в этом мире, значит у нас концентрации недостаточно. Увеличив концентрацию, мы обязательно этого добьемся.

Другой аспект развития ума – это его усмирение. Усмирение ума означает, мы должны избавиться от его оценочных предпочтений, от его привязанностей, от эгоизма, гордости, от нечистого видения. Лучший способ – служить другим, обменивать себя с другими, учиться понимать других, призывать Прибежище, Гуру-йогу, выполнять севу, то, что освободит наш ум от привычных самскар, привычных тенденций.

Когда концентрация и усмирение ума выполнены, мы можем заниматься визуализацией. Визуализация, работа с образами – это тонкое тело. Мы можем менять себя на очень тонком уровне. Но даже это не является собственно Лайя-йогой. Лайя-йога начинается с того момента, когда вы вышли за концентрацию, за визуализацию, обнаружили пустотное пространство, начали в нем утверждаться, понемногу распознавать его. Здесь, если мы хотим обнаружить свою природу, нам надо прекратить визуализацию, не концентрировать ум ни на чем, а просто позволить ему оставаться в своей собственной природе, чтоб божественное проявилось в нем естественно.

*«Тогда он сам проявит свое врожденное совершенство и незапятнанность (ниранджана).*

*Пребывай, оставаясь в недеянии, секунды, минуты, часы, дни, месяцы и годы, пока не обретешь высшее Пробуждение.*

*Такова величайшая сахаджачара – любимица всех сиддхов, риши и авадхутов. Тот, кто погрузится в нее хотя бы на секунду, сжигает кармы тысячи рождений, в этом можно не сомневаться».*

Что означает – проявится наша врожденная природа? Наша совершенная природа – это божественность. Нашему сознанию изначально присуща божественность. Божественность есть право нашего сознания. Еще до того, как мы родились, как мы получили тело, у нашего сознания всегда была божественность. Божественность врожденна, она присуща нам по праву. Мы ее не можем сотворить, мы ее не можем создать мантрами или визуализацией. Это не результат делания, это вообще не результат усилия, не результат нашей кармы. Это нечто, что лежит в основе мироздания. Именно из божественности вырастает мир, вырастает вселенная, разворачиваются три гуны, пять элементов, двадцать четыре таттвы. Таким же образом божественность присуща нам естественно. Никто не может у вас ее отобрать как-то, но мы можем просто забыть про нее, отвернуться от нее. Это подобно тому, как если бы у вас был отец – великий царь, а вы были наследным принцем, то естественно по праву вы являетесь претендентом на царский трон, и никто у вас не может отобрать это. Это встроено в вас по крови и по рождению, это дано вам с рождения. Таким же образом божественность дана нам с рождения. Мы обладаем изначальной божественной природой.

Божественность не творится, не создается усилиями, потому что если бы она могла быть сотворена, создана нашими усилиями, то чьими-то другими усилиями она могла бы быть и разрушена, и в ней не было бы никакой ценности. Божественность не возникает в какое-то конкретное время. Если бы она возникла в конкретное время, то она была бы и разрушена в другое конкретное время, значит это тоже нечто неистинное. Но она существует вне времени. У нее нет точки возникновения. Если мы думаем, что я чего-то достигну, создам, в какое-то время конкретное во мне возникнет эта божественность, я создал ее мантрами, усилиями, визуализациями – это неправильно. Усилия, мантры, визуализации нужны, но они нужны как метод, который позволяет войти в изначальную божественность, очистить поток ума. Но сама божественность, наша природа не возникает благодаря усилиям. Напротив, только когда мы освобождаемся от усилий, можем пребывать в безусильном осознавании, она начинает проявляться. Но мы должны очистить поток нашего ума. Этой врожденной божественности много препятствует: наша карма, наши ограничения старых мыслей, разные энергии.

Мы попали в плотные области вселенной. Сансара – это смысловая, ценностная и энергетическая ловушка – вот где мы находимся. Мы не находимся в таком прекрасном, святом мире, мы находимся в сансаре, надо отдавать этому отчет. Наша душа попала в энергетическую ловушку, в смысловую ловушку. Задача души – выбираться из этой ловушки как можно быстрее. Потому что здесь действуют жесткие законы, здесь тамас и раджас подавляют саттву (светоносность). А нет светоносности – нет понимания врожденной божественности. А нет божественности – нет ни счастья, ни мудрости, есть страдания, постоянные реинкарнации из одного тела в другое, есть тупость, неведение. В общем, сансара – это не наш дом. Если кто думает, что мы здесь в своем доме, это конечно заблуждение, садху учат этому. Это не ваш дом, это не ваш истинный дом, вы пока еще не пришли туда, вы находитесь в клетке. Кто попал в клетку, его главная и единственная задача – выбираться из нее, выбираться.

Многое мешает открыть эту божественность, найти это состояние нашего изначального дома, нашей врожденной божественной природы. Все это называется авидья (неведение). Более подробно говорят, что есть авидья – неведение; асмита – забывчивость своей божественной природы; рага – сильная привязанность из-за забывчивости, сильное притяжение к материальным объектам, к телу, сансаре, влечение не к божественному, а к чему-то глупому, материальному; двеша – сильное разделение вследствие этого на плохое и хорошее, когда все, что нам нравится – это хорошо, все, что нам не нравится – это плохо, и есть сильные фиксированные идеи по этому поводу.

Например, в Дивья Локе есть собака Сева. У нее ум примерно такой: кто ее кормит, тот хороший человек, очень хороший, кто ее редко кормит, тот тоже неплохой человек, нейтральный, кто ее не кормит, тот нехороший человек. У нее своя шкала ценностей. Плохо-хорошо у нее четко выстроено. Но если мы посмотрим, то у нас может быть совсем другой взгляд, так? Наши взгляды на людей совершенно отличаются от ее взглядов. Это двеша – двойственное суждение, двойственность восприятия, двойственность вообще в любом переживании. Это следствие раги. Рага порождает двешу. Следствие двеши – абхинивеша – устойчивая жажда бытия, устойчивая жажда постоянного становления, перерождения, жажда материальной жизни в неведении, сильная привязанность к этому миру, к этому телу, к опыту, к переживаниям. И круговорот сансары.

Когда мы принимаем решение освобождаться от всего этого, нам нужно очищать то, что мешает нашей врожденной божественности. Клеши (омрачения), папас (греховное состояние из прошлых жизней или из настоящего), эго (ахамкара), авидья, о которой мы говорили, различные типы кармы, которые находятся в тонком и в каузальном теле – все это надо растворить. Нужно сделать Лайя-йогу, растворение. Растворение бывает двух типов. Антахкарана Лайя Чинтана – растворение внутреннего инструмента, то есть тонкого тела, ума. Вот весь этот обусловленный ум, который создает в подсознании тонкое тело, все эти суждения, все их надо растворить в божественности, в светоносности. И Панча Бхута Лайя Чинтана – это растворение элементов, из которого состоит тело.

Когда человек выполняет Антахкарана Лайя Чинтану (растворение внутреннего инструмента), он достигает Просветления. Он уже не родится вновь в грубом мире, его ум не создаст больше тонкое тело и физическое. Даже если он живет в этом мире, его ум уже свободен. Но еще есть прарабдха, тело. Пока тело и прарабдха карма не исчерпалась, он что-то делает, он живет, но его ум больше не создает следующую жизнь, он не создает тело для следующей жизни, потому что его тонкое тело растворено, каузальное тело растворено. Это Антахкарана Лайя Чинтана.

Панча Бхута Лайя Чинтана (растворение пяти элементов) означает, что человек достигает Радужного тела Света в момент смерти, его физическое тело растворяется уже в этом мире или при жизни, или в момент смерти. Это еще более высокая реализация, следующая за Антахкарана Лайя Чинтаной. Это означает, сила его Просветления такова, что даже таттвы грубого физического тела уже растворены, что даже если он войдет, примет грубое тело как аватар, то он будет полностью свободен в этом мире. Растворяя физическое тело, так исчезают дакини, небожители. Они иногда могут принимать форму в мире людей, но когда приходит их время, они просто растворяются в Свете, исчезают чудесным образом, великие святые, аватары и те, кто достиг успеха в растворении пяти элементов. Их божественность обрела большую силу.

Мы следуем этим двум процессам: Антахкарана Лайя Чинтана и Панча Бхута Лайя Чинтана. Садху старается жить так, чтобы выполнить эти два вида растворения. Он начинает с того, что старается растворить свой ум, свою антахкарану, свое тонкое тело, свое эго, которое сужает и закрывает его божественность. А если он практикует очень долго и успешно, выполняет большую тапасью, он начинает растворять таттвы, элементы в теле.

Допустим, если вы растворяете элемент земли в теле, то вместо того, чтобы испытывать желание муладхара-чакры, вы испытываете пространство муладхара-чакры, равностную мудрость. Вы едины со всем элементом земли во вселенной, и никакого вреда вам от земли не будет. Где бы вы ни были, земля будет у вас под контролем, и обретаются притхиви-таттва сиддхи – способность останавливать влияние земли, способность оперировать землей. Например, когда я много выполняю в ритрите интеграцию с элементом земли, концентрацию, шамбхави-мудру, то открываются разные кармы, когда что-то происходит с землями, расширения земельные, начинают жертвовать землю, в общем, земельные вопросы встают и всегда успешно. Это означает, у вас реализовывается божественность на уровне элемента земли.

Затем вы можете растворить элемент воды – никакого вреда вам не будет от элемента воды, появляется джарастатхам (18:55) сиддхи – способность останавливать влияние воды, управлять таттвой воды, божества воды буду служить вам, духи воды будут служить вам, потому что вы будете проявляться как божество элемента воды, и вы будете едины с элементом воды. Вы можете получить даршан Варуны, мудрость элемента земли. Некоторые сиддхи путешествуют, заходят в воду в одном месте, выходят через десять минут в другом месте из воды через три тысячи километров, путешествуя через элемент воды. Это значит, карма элемента воды растворена, и у вас не будет больше желаний связываться с свадхистана-чакрой, грубых желаний, а будет тонкое блаженство, в этом блаженстве будет раскрываться мудрость таттвы воды, и она будет зерцалоподобной – способность отражать все, принимать любую форму и отражать любое явление. Например, почему китайцы любят копировать товары у всех, перехватывать их технологии и себе делать? Потому что Китай находится под элементом воды, под влиянием, сильным влиянием элемента воды, под влиянием нагов (20:11) и зерцалоподобной мудрости. Все их действия ниже пояса центрированы, и у них есть такая способность – отражать.

Если вы растворите элемент огня, то карма элемента огня, вы будете неуязвимы для элемента огня, едины с природой огня, со стихией огня. Сможете выполнять трансформацию, трансмутацию любых энергий. Например, какие-то нечистые, грубые энергии вы можете интегрировать, впитывать и превращать их в чистоту, в свет. Огонь – это трансформация, паринама. Через огонь, через ягью делаются подношения. Туда с мантрами бросаются лекарственные травы, олицетворяющие силы элементов и природы, и появляется особый дым, связанный с ягьей, ягья-дхума. Этот дым устанавливает связи с божественными существами, то есть огонь может все трансмутировать, все трансформировать. Когда у садху полностью очищен элемент огня, он может превращать обычные металлы в золото, натирая их своими фекалиями. Он может есть все, что угодно, пить все, что угодно, потому что его элемент огня может все растворять, преображать.

Постепенно все остальные элементы также растворяются, Панча Бхута Лайя Чинтана. Растворение пяти таттв освобождает нас от карм, связанных с пятью элементами, от зависимостей, от стихий природы, необходимости рождаться. Вселенная материальна, это измерение называется Вишва, и в этой материальной вселенной есть пять элементов, и тело наше состоит из пяти элементов. Пять элементов нас полностью ограничивают, отождествляют, и мы как бы в плену пяти элементов, во власти, мы не можем их держать под контролем, это они нас держат под контролем. Но когда мы растворяем элементы, их грубое влияние на нас ослабевает, и власть над нами их падает, мы начинаем иметь власть над ними. За счет чего мы получаем власть над элементами? Мы обнаруживаем сущность элемента, его пустотную сущность, и мы открываем внутри себя божество элемента, а божество элемента может управлять всеми энергиями элемента. За счет чего происходит все это, Антахкарана Лайя Чинтана, Панча Бхута Лайя Чинтана? За счет того, что мы очистили свой ум, натренировали его и обнаружили свою пустотную божественную природу, и мы можем долгое-долгое время в ней оставаться, ничего не делая. Не делая ни визуализаций, ни мантр, ни метода, но мы можем расслабляться и как бы слушать эту божественную природу, вслушиваться в нее, вслушиваться. Когда мы попытаемся это делать, мы увидим, что нам мешает наш ум и наше эго. Если мы будем прилагать усилия как-то, это тоже будет мешать. Сама идея эго мешает. Нам надо просто отпустить это, отдать все, сказать: "Не моя воля, а твоя. Я не свой, я божий", – примерно так, – "Я не принадлежу себе, я принадлежу божественному. Я сам себе не хозяин, божественное мой хозяин. Если б я сам себе был хозяин, я б по желанию рождался и умирал, по желанию б создавал тело, но это не так". Без нашей воли мы родились, без нашей воли мы умираем, без нашей воли мы вынуждены есть, спать и так далее. Это законы определенные. Мы принадлежим божественному. Когда мы скажем так, отпустим, находясь в состоянии расслабления, будучи очень бдительными, мы можем понемногу­-понемногу входить в состояние такой осознанности. Когда мы смотрим в пространство перед собой, не меняя взгляд – это называется Шамбхави-мудра. Через Шамбхави-мудру мы входим в созерцание осознанности. А когда мы держим в уме тонкую санкальпу, установку сознания, позволяющую зацепить и удержать эту осознанность – это называется Вайшнави-мудра. Чередуя Шамбхави-мудру и Вайшнави-мудру, мы можем очищать самые тонкие слои нашего ума, но для этого нужно делать их в режиме антар-тапасьи.

Многие спрашивают: "Что такое антар-тапасья?" Антар-тапасья – это Вайшнави-мудра и Шамбхави-мудра.

*«Соблюдай величайшую, восхваляемую десять миллионов раз, единую самаю недвойственного воззрения (джняны), не покидая осознанности и опираясь на тайных друзей. Соблюдай самаю отношений, установив благоприятную чистую связь с Учением, Учителем и его учениками, и все врата будут открыты для тебя.*

*Такова таинственная самайячара, важнее которой нет ничего в трех мирах».*

Итак, когда мы созерцаем, и это созерцание длится непрерывно – это называется единая самайя созерцания. Вступая на Путь Учения, мы как бы даем такое обязательство следовать самайям, внутренним духовным обязательствам. Первое обязательство – это следовать единой самайе. Говоря простым языком, постоянно медитировать на божественное. Созерцание методом Шамбхави-мудры, методом отпускания, расслабления – это есть исполнение единой самайи созерцания. Овладев воззрением Адвайты, мы затем должны перейти к тому, что мы постоянно пребываем в Адвайте, и выполняется это через созерцание. Говорят так: "Даже если за тобой гонятся семь разъяренных собак, не покидай созерцания". Еще другое изречение есть: "Отклоняй развлечение, дорожи созерцанием". Это означает, что какое бы восприятие не случалось с нами, какие бы переживания не проникали через пять органов чувств, мы должны удерживать внутри себя недвойственное воззрение и тонкое пространство осознавания. Пятьдесят процентов можно отдать внешнему восприятию, а пятьдесят процентов – созерцанию этого тонкого пространства. Нам надо не только его как-то удерживать, нам надо постоянно выполнять свою работу по его исследованию, вичара, вичара, вичара, вичара. То есть внутри нас должен гореть постоянный огонь, внутреннее пламя, как молитва, которая восходит к Богу. Для нас это вичара – исследование, исследование, исследование этого пространства. Такой человек может смотреть, но не отождествляться, может слышать, но не отождествляться, может осязать, обонять, но не отождествляться, потому что только одна часть его контактирует с переживаниями органов чувств, а другая находится в вичаре, она постоянно исследует тонкое недвойственное пространство. Когда мы это делаем умело, мы не отвлекаемся. Почему мы не отвлекаемся, если делаем умело? Потому что есть два друга: внимательность, направляющая нас на это пространство, и бдительность, контролирующая внимательность, процесс направления. Один другого проверяет.

Если есть склад, например, с оружием, то у него всегда выставляется часовой. Часовой охраняет этот склад, чтобы никто не пришел. Но часовой – лицо не надежное, он может уснуть, отвлечься, поэтому часового периодически контролирует дежурный офицер. Он приходит раз в четыре часа и проверяет его, как он хорошо несет службу или нет. Даже если часовой подведет, то офицер это заметит и поднимет тревогу. Таким образом, сохранность боеприпасов обеспечена. Так действуют в строгих серьезных мандалах. Таким же образом и вы должны действовать. У вас внутри великая драгоценность, великое сокровище, и вы должны его стеречь днем и ночью. От кого стеречь? От своего ума, от своего эго, от внешней сансары. Вы должны эту драгоценность оценить сначала, найти с помощью Гуру, а затем стеречь ее, беречь и пестовать днем и ночью. Это осуществляется с помощью внимательности и бдительности.

Созерцая, мы стережем нашу драгоценность. Тогда, когда мы к ней внимательны, она сама начинает благословлять нас, она начинает расти внутри нас и растворять наши кармы. Она начинает посылать нам мистические лучи, Ануграху, благословляющую силу. Почему? Потому что этой драгоценности присуща способность к излучениям, манифестации. Эти лучи являются ее свойствами. То есть Брахману присуще брахмаджьоти. Брахмаджьоти – это сияние Абсолюта, его способность к манифестациям. Бхагавану присуща способность к освобождению живых существ через энергию благословения, Ануграху. Мы начинаем получать благословение от нашей врожденной божественности, если мы внимательны к ней. Это называется исполнение единой самайи. Вся наша жизнь протекает в исполнении этой единой самайи.

Затем есть четырнадцать коренных обетов самайи, которые мы исполняем также, они очень важны особенно на пути тантры. Они связаны с отношениями, с Учением, с Гуру, с избранным божеством, друг с другом, с собственными энергиями, красной и белой бинду в теле. Это как инструкция, которая позволяет сохранить единую самайю. То есть, как вспомогательные инструкции как удержать эту единую самайю. Соблюдая самайю, мы следуем самайячаре, то есть самайячара – это путь самайи. Мы сохраняем священную возвышенную связь с нашей божественностью, поэтому однажды принимая самайю, ее надо сохранять всю жизнь. Только глупец, который не понимает, он однажды принимает самайю, потом может ее нарушить, но настоящий садху никогда так не сделает. Он же не враг себе. Потому что самайя – это священная связь. Ко всему священному надо относиться очень бдительно, очень аккуратно, с большим чувством уважения, благоговения.

*Вопрос из зала:*

*«В течении дня находишься в созерцании, отслеживаешь процесс происхождения мыслей как бы до рождения, отслеживаешь свои мысли, и бывают моменты, когда твое сознание как бы отделяется, вверх как бы поднимается, и ты смотришь на себя со стороны. То есть тело не чувствуешь, но им управляешь. Что в этот момент делать? Как себя контролировать или вести? Но на пять минут не больше со стороны себя смотришь сверху. Как бы в тонком теле получается, да? Что в это время правильно делать?»*

Надо продолжать созерцать и соединять это созерцание с муладхара-чакрой, иначе вы потеряете заземление. То есть открывается вот эта область, сознание идет вверх, и вы как бы утрачиваете связь с телом, а тело это ваш инструмент, оно еще вам пригодится. Что касается ума, то надо просто отделять себя, какое бы переживание не было. В тонком теле, в грубом или еще где-либо, просто отделяйте его, будьте им незатронутым, чтобы ни было, даже если появится Господь Брахман перед вами, ищите того, кто видит Брахмана, даже если появится самая невероятная вещь в астральном мире, еще где-то, ищите переживающего, ищите наблюдающего, и в этом переживающем обнаруживаете пространство божественности. Потому что Брахма не сам по себе появился, он появился благодаря вашему участию, благодаря вам, он из вашего сознания появился. Не смотрите на следствие, смотрите на причину. Даже если это великие следствия, все равно смотрите не причину. Причина глубже, причина больше. Есть такая поговорка: "Если бросить палку, то собака побежит за палкой. Если при собаке вы бросите палку. А если будет рядом лев, и вы бросите палку. Лев посмотрит на того, кто бросил палку". Собака всегда будет смотреть за палкой, куда она летит, а лев будет смотреть на того, кто там посмел бросить палку рядом со мной. Он всегда ищет причину, источник, источник.

Есть рассказ, когда сиддх Наропа проявил из своего тонкого тела божество, и божество предстало перед Марпой. Марпа поклонился сначала божеству, а потом Гуру Наропе. Наропа сказал: "Марпа, ты не правильно сделал, потому что божество изошло из тонкого тела Гуру, а ты подумал, что оно отдельно, и что оно выше Гуру, и что ему следует в первую очередь поклоняться". Божество изошло из ума Наропы, ум Наропы был причиной, а божество следствием. Марпа не понял этого. Он подумал, что божество появилось без участия Наропы, он подумал, что оно существует само по себе, и, конечно, оно выше. Наропа имеет физическое тело, он как человек, а божество – это божество. Но божество изошло из ума Наропы. Наропа был причиной, его тонкий ум был выше божества, божество просто было его манифестацией.

Таким же образом мы внутри, когда из нас что-то проявляется, когда мы что-то видим, мы не должны отделять себя от того, что проявляется. Например, вы видите Даттатрейю, но Даттатрейя существует в вашем видении, он не существует независимо от вас как субъекта. Вы как субъект участвуете в процессе восприятия. В каком-то смысле это ваш глубинный ум творит Даттатрейю, не понятийный, а глубинный. Он откликается на вторичные причины, потому что ваш изначальный ум – это и есть сам Бхагаван Даттатрейя, понимаете? Если ваш изначальный ум – это Бхагаван Даттатрейя, почему он не может, откликнувшись на вторичные причины, породить иллюзорное тело самого себя? Вполне может. Но если вы не понимаете, что ваш изначальный ум – это и есть Бхагаван Даттатрейя, а видите его эманацию снаружи, и думаете, что она отдельно от вас, считаете его неким внешним проявлением, тогда вы впадаете в этернализм. Вы увековечиваете реальность. Вы не понимаете взаимосвязь воспринимающего и того, что воспринимается. Созерцать – означает всегда искать причину, всегда искать источник, какие бы вторичные причины не проявлялись. При этом, разумеется, святым следствиям надо отдавать уважение и почтение. Не надо думать: "О, там Даттатрейя – это природа моего ума, он из меня появился, ничего такого". Потому что даже если это проявилось из вашей природы Ума, это проявилось не из вашего эго, это проявилось не из вашей кармы, не из вашего манаса, это проявилось из вашей божественной природы, из вашей святой природы; а божественная святая природа, хоть внутри вас, внутри кого-либо, внутри чего угодно – это измерение абсолютного уважения, абсолютной божественности, абсолютного благоговения. Это такое измерение, где нет человеческого.

*«Не теряй самайи, храни свою веру, даже если покажется, будто наступила пралайя. Тот, кто так сможет поступать, следуя самайячаре, несомненно, лучший из йогов, к которому Освобождение приходит само*

*Усердно применяй искусные методы, как внутренние, так и внешние, такие как санкальпа, сахаджа-крийя, шамбхави, Анава-йога, Драшта-йога, Вишва-йога, Санньяса-йога, объединяя их с безусильным присутствием осознанности, пока метод не сольется с недеянием в единое пространство, став его украшением и игрой».*

Здесь говорится далее: "Это – упайячара, подобная чудодейственному лекарству. Кто ее применяет, тот истинный джняни, имеющий знаки реализации, остальные – лишь говорят и мечтают об Атмане, не зная сути.

Итак, когда мы поняли предыдущие ачары: адвайтачару, сахаджачару и самайячару, мы сформировали правильное мировоззрение, мировоззрение садху. Мы поняли воззрение Адвайты, пришли к необходимости находиться в нем, и пришли к необходимости созерцать, отпуская себя за пределами концепций. Мы обнаружили природу ума и неконцептуальную осознанность, с помощью которой и осуществляется созерцание, и мы поняли важность самайи – сохранение священной связи с этой осознанностью, а также сохранение священной связи с Прибежищем, всем, что касается практики. Тогда очень важен метод – упайячара. Мы должны применять метод, который позволял бы нам это делать.

Антар-тапасья возможна, когда мы умело применяем метод. Нам надо самим слиться с методом, как бы научиться жить в состоянии метода, чтоб мы сами как бы стали самим воплощением метода, какой бы мы метод не принимали.

Сам метод – это упайя – искусное средство пробуждения. Например, если вы практикуете Атма-вичару, вам надо поглощаться Атма-вичарой, если практикуете Шамбхави-мудру, Шамбхави-мудра должна стать постоянной вашей практикой стоя, сидя, лежа, во время ходьбы, работы, еды, разговора, где бы вы ни были. Вы должны понять все ее нюансы, аспекты, как ее соединять с энергиями, как ее сохранять во время общения, как не отвлекаться, – все это искусство вынашивания и нидидхьясаны (продолженного созерцания). Шравана – означает, вы получаете передачу, объяснение, например, как сейчас. Манана – означает, вы обдумываете, получаете опыт и медитируете, чтобы установиться в изначальном совершенстве, найти связь с божественным. А нидидхьясана – вы применяете искусные методы, чтобы больше ее не терять, чтобы эта связь склонила чашу весов, чтобы начала растворяться карма, чтоб вы начали прогрессировать.

Упайя – это метод, который позволяет склонить чашу весов. Опытный садху, это тот, кто умеет пребывать в нидидхьясане с помощью искусного метода. За счет этого его кармы быстро растворяются, его эго растворяется, он живет играючи. Неопытному садху не удается овладеть нидидхьясаной – это самая трудная работа.

В методы входит пять янтр Лайя-Йоги. В янтру мудрости входит практика созерцания, раздел созерцания, раздел божественной гордости и раздел пространства (Шамбхави-мудры). Все это искусные методы, которые следует изучить, чтобы практиковать, получить настоящую нидидхьясану. Тот, кто получил настоящую нидидхьясану, непоколебим в любых условиях, у него есть вайрагья, у него устойчивая вичара, он близок к единому вкусу, он уже не свернет с Пути, он знает цену этому миру и цену врожденной божественности.

Раздел созерцания учит нас девяти санкальпам, как практиковать девять санкальп и выполнить девять самоосвобождений, чтобы наше тело, речь и ум в их трех проявлениях: мирном, нейтральном и негативном могли быть свободными. Когда мы изучим учение девяти самоосвобождений, все наши проявления перестают связывать нас, чтобы вы не подумали, не сказали или не сделали – все является как игрой, потому что на фоне любых проявлений у вас есть пространство осознанности, и больше нет отождествления, вы не творите больше карму, когда вы овладели этим.

Раздел божественной гордости позволяет нам овладеть дивья-бхавой. Дивья-бхава – состояние, присущее нашему божественному измерению, оно не присуще человеку. Божественную гордость можно перевести как божественное величие. Нам надо утверждаться, утверждаться в этом величии, но не приписывать его себе. Даже не пытайтесь приписать его своему эго, потому что вы сойдете с Пути. Божественное величие не принадлежит ахамкаре, не принадлежит манасу.

Раздел Шамбхави-мудры позволяет углубиться в переживание пространства, потому что наша жизнь в созерцании связана с пространством. Она как бы проходит всегда через пространство. Наша излюбленная форма Бога – это пространство, форма Даттатрейи, его тело мудрости (Джняна-дехам). Хоть мы изображаем Даттатрейю, имеющим голову, руки, ноги, мы подразумеваем, что внутри него есть пространство.

Практиковать – означает упражняться в поддержании внутреннего пространства, в поддержании божественного величия и в практики метода созерцания. Когда мы так делаем, мы со временем приходим к тому, что мы овладеваем созерцанием. Созерцание постепенно учит нас самоосвобождению. Самоосвобождающая сила нарастает, и мы можем освобождаться от карм, которых мы не видели ранее. Когда наш ум очищается благодаря самоосвобождению, мы подходим к некой грани, где пришло время освободить самое главное, самого большого злого духа. Что это? Это эго, это мы сами. До сих пор мы освобождали мысли, небольшие кармы, мы как бы ходили вокруг да около, а потом мы поняли, что самое главное – это источник всего этого – наше неведение и отождествление с эго, наша личность, это полностью иллюзорная личность. Она создана просто из кармы, из неведения. Если освобождать, растворять, то в первую очередь эту личность. Мы приходим к тому, что надо выполнить самоотдачу, Прапатти-йогу, отбросить ее, Атманиведану, предать ее божественному, что не смысла как-то ее рафинировать, улучшать, ее всю надо предать божественному.

Когда происходит самоотдача, мы ее полностью отдали божественному, наступает третья фаза – самоузнавание (пратьябхиджня). Это означает, что теперь больше ничто не мешает нам узнавать свою божественную природу. Между нами и Богом уже нет ничего, чтобы помешало. Мы полностью можем соединиться с божественным, отождествить себя с ним, сказать: "Ахам Брахмасми!", как того требует Адвайта Веданта. Эго уже не является препятствием для этого. До того, как мы растворили эго, эго является препятствием, сколько бы мы не говорили: "Ахам Брахмасми, Ахам Брахмасми!", – все это бесполезно. Потому что это будет говорить эго и ум, а эго и ум не могут стать единым с Брахманом. Мы можем говорить: "Со-хам, Со-хам! Ахам Брахмасми!", – это все будет бесполезно, потому что это все будет эго, отождествление. Но когда мы эго отбросили, это будет естественно. Самоузнавание постепенно полностью проявится во всей полноте, где мы будем осознавать себя едиными с Всевышним Источником. Больше не будет разделения я и Бог, будет только Бог. Бог без я.

В относительном измерении ваши энергии будут созревать дальше, дальше, вы будете идти по лестнице эволюции. Но в плане сознания такого разделения не будет. В относительном измерении будут те, кто сильнее вас, больше вас, мудрее вас реализовал, будут джняни, сиддхи, боги, великие боги. В относительном измерении вы будете идти дальше по эволюционной лестнице вплоть до Брахмы Творца – самого высокого статуса во вселенной. Но на уровне сознания больше не будет такой эволюции двойственности. На уровне сознания будет полное единство. Это называется единение воззрения с поведением.

Самый главный вопрос: что надо делать, чтобы реализовать это? Сева, садхана, свадхьяя (изучение) и самадхи. Если у вас есть четыре "С", вы движетесь к этой реализации. Надо накапливать заслуги, выполнять методы, ежедневную садхану, а затем нырять в ритрит. Затем, когда заслуги исчерпались, надо снова накапливать заслуги, прояснять Учение, выполнять ежедневную садхану, снова нырять в ритрит. Надо увеличивать, увеличивать промежуток ритрита. Увеличивать больше самоотдачу в севе, увеличивать больше углубление понимания в свадхьяе (изучение тонкостей Учения) и увеличивать уровень применения методов (тапасью), тогда это будет нарастать, нарастать, нарастать.

Тапасью вы можете делать настолько, насколько вам позволят заслуги. Например, если кому-либо заслуги позволят делать тапасью месяц, он очистит себя и продвинется, но через месяц возникнет непредвиденное обстоятельство, он не сможет идти дальше. Значит, его заслуга закончилась. Хороший садху может делать тапасью три месяца, шесть месяцев, но затем он подойдет к некой точке, где его заслуга закончится, ему придется выйти из ритрита. Он подойдет к некой стене, где его потенциал исчерпан, ему надо будет вернуться к привычным действиям, накапливать заслугу, очищать ум, готовить себя дальше. Таким образом, вы увеличиваете возможность пространства своей тапасьи. Есть, кто может практиковать один год, но этот год его предел. Я имею в виду очень глубоко интенсивно практиковать для достижения самадхи. Затем надо выходить из ритрита и смешивать пережитый опыт с повседневной жизнью. Нельзя оставаться все время в ритрите, по крайней мере, сейчас. Надо обязательно выходить в жизнь, в общение, в действие, в служение и обретать мудрость, гибкость, созерцательность в движении, учиться все делать Путем, учиться интеграции. Но действовать теперь по-новому, не по-старому, а по-новому, непривязано, без чувства делателя, все превращать в Игру, в лилу божественного, в севу, действовать без мотивации, делателя и делающего.

Но те, кто научится созерцать хорошо, может быть, им даже ритрит не понадобится. Даже говорится так: "Даже если вы не умеете входить в дхьяну и не испытываете савикальпа-самадхи, нирвикальпа-самадхи, если вы хороший созерцатель, вы можете достичь пробуждения силой одного созерцания даже в повседневной жизни". Но для этого нужна Антар-тапасья. Вы по-настоящему должны зацепиться за метод, за санкальпу, и сделать буквально его своим стилем жизни, своим дыханием, и ревностно-ревностно его исполнять, соединяя его с повседневным восприятием. Если у вас нет возможности делать тапасью в ритрите, у вас нет другого выхода. Вы должны сказать себе: "Или я должен стать отшельником тогда, и найти такую возможность, или я должен стать отшельником внутри и делать тапасью вот сейчас, прямо сейчас, не откладывая это, в том месте, где я нахожусь", и сказать себе: "Вот то место, где я нахожусь сейчас – это самое лучшее место для практики. То время, в котором я сейчас – это самое лучшее время для практики". Потому что выхода нет другого, вот сейчас надо делать тапасью. Тогда надо вспомнить все наставления, установить свой ум в нужную точку, просто держаться, держаться садханы. Но при этом не совершать ошибок замороженности сознания, когда вы уводите ум вовнутрь, замораживаете восприятия, и тогда человек ходит с таким стеклянным взглядом: "Я созерцаю".