2013.09.10-1

Духовный путь. 4 осознанности. Непостоянство.

Открытие Природы Ума методом 3-х главных принципов.

Шравана. Манана. Нидидхьясана. Принцип осознанности

Наша жизнь подобна паломничеству или путешествию в определенном направлении. Мы двигаемся с определенной целью. В этом отличие жизни садху от жизни человека мира сего. Эта цель не материальная, она не находится в материальном мире. Наша цель за пределами этого мира, эта цель связана с изменениями нас самих. Такую цель обычно сравнивают с другим берегом, а жизнь - с плаванием по океану на лодке. Этот другой берег есть берег освобождения. Мы все отправляемся в плавание на этой лодке.

Можно представить так - лодка очень большая, наподобие белого теплохода. Теплоход принадлежит Гуру, все заходят на теплоход как пассажиры, а Гуру, управляя рулем, ведет на другой берег. Вот такие представления. Но на самом деле не совсем так. Я бы сказал, что это не белый теплоход, где Гуру управляет рулем, а скорее парусная регата, где у каждого свое маленькое суденышко, своя небольшая яхта, и каждый сам управляет. Гуру, конечно, впереди где-то, его флаг виден, но у вас персональное судно, и вы сами на нем капитан, и вы управляете своим парусом.

То есть духовный путь предполагает принятие ответственности, самостоятельности. Невозможно на духовном пути за другого человека сделать его духовную работу. Если бы это было возможно, то все Будды давно бы сделали просто силой благословения всех людей просветленными и избавили их от страданий. Даттатрейя бы за нас сделал, всех бы ввел в самадхи. Один раз как-нибудь пришел бы и все. Но этого почему-то не происходит, потому что даже если кто-то нас введет в самадхи своей невероятной духовной силой, то наша душа за счет этого не созреет. Когда-то было время, я вводил людей в свет силой санкальпы. На трехдневном семинаре индианка пришла в первый день. За три дня вошла в свет. Но зрелость не вырабатывается духовным образом. Мы должны сами практиковать, очищать свой ум, усмирять свой ум, очищать свои кармы, открывать свои пробужденные качества. Это очень важно, это то, что останется с нами. Это как отец, который не может выучить за ребенка уроки. Конечно, это можно сделать, но ребенок не приобретет мудрости. Это как нельзя есть мед за другого или любить за другого. Именно, когда мы сами развиваем собственные просветленные качества, мы по-настоящему эволюционируем.

Духовный путь – это такая большая парусная регата, в которой много-много яхт под парусом, и всем нужно достичь другого берега. Чтобы мы были замотивированы достичь другого берега и не повернули на полпути, не впали в сомнение во время слабого шторма (а штормов на духовном пути бывает много), мы должны твердо утвердиться в медитации 4-х осознанностей. Это базовая медитация, которую я рекомендую практиковать всем начинающим.

Первая осознанность - это знать, что мы подвержены непостоянству, как все живые существа, и во всем мире существует непостоянство. Непостоянство означает, что все трансформируется, и мы находимся в потоке трансформации. Мы не есть такие постоянные существа, как бы нам не хотелось быть постоянными, зацепиться за постоянство, это невозможно. Посудите сами, тридцать лет, сорок, может, для кого-то шестьдесят лет назад мы не были такими, какие мы есть. Мы были зародышем в утробе матери. Если бы мы посмотрели тридцать лет назад на себя, на тех, кто сейчас сидит рядом, было бы смешно. А шестьдесят лет назад, семьдесят лет назад никого из нас здесь не было. Мы были в другом месте и мы имели другую форму. Мы и имен-то этих не имели. Может быть, кто-то был духом, кто-то был божеством, кто-то, может быть, асуром был.

Мы находимся в переменах. Эти перемены происходят, хотим мы этого или нет. Вопрос в том, что у нас есть свобода выбора и свобода воли эти перемены направить в нужном направлении. Но когда мы не используем свободу выбора, мы ведем себя недальновидно, потому что мы отказываемся управлять своей судьбой и кармой. Мы говорим: “Ну пусть едет, пусть куда-нибудь приедет“. Это все равно, что сесть в машину, машина движется, есть возможность вращать руль, но мы отказываемся вращать руль под предлогом, что это трудно или мы не знаем, как это делать, и думаем: “Ну, куда-нибудь она, наверное, приедет”. Но если не вращать руль, то машина приедет к ближайшему столбу. Таким же образом и в нашей жизни, когда мы становимся садху, мы пытаемся вращать руль нашей жизни. Мы пытаемся его не просто вращать, а целенаправленно вращать, в направлении божественных существ и божественного измерения.

Мир непостоянен, и мы непостоянны, мы находимся в потоке изменений и на нас оказывает давление энергия времени кала-шакти, на наш ум и на наше тело, и на всю жизнь тоже. Например, давление времени проявляется так, что через триста лет всех этих зданий, возможно, не будет. Может быть, будут другие, и всех людей, которые здесь сейчас, их тоже не будет. Будут, может, другие люди. Может быть, здесь будут звери. Это все давление времени. Через пятьсот лет той Москвы, которую мы знаем, того Екатеринбурга, того Челябинска, которых мы знаем, тоже не будет. Время все изменит, это непрерывно действующая сила, кала-шакти.

Кала-шакти – это определенный массив энергии, кармы, который оказывает давление на все живые существа, на элементы, социальные связи, на природу, побуждая их к непрерывным изменениям. Что это за изменения? Это изменения воплощения сценария Брахмы, Творца, а во-вторых, это наши собственные возвраты кармы, карма-пхала - возврат кармических результатов. Мы все находимся под таким давлением времени, это время несет перемены, в этом смысл непостоянства.

Мы должны обратить самое пристальное внимание на непостоянство и как следует помедитировать над ним, и увидеть, что поскольку все находится в потоке перемен, в потоке непостоянства, то ни за что здесь не надо цепляться, как бы мы ни хотели устроиться, строить хорошие семейные отношения, хороший дом, хорошие социальные связи, хороший бизнес. Все это находится в потоке перемен. Нам нужно учиться течь вместе с переменами, быть достаточно гибкими, меняться вместе с переменами и ни за что не цепляться. Потому что, как только мы зацепимся, мы как бы станем неадекватными, вселенная переменчива, а мы захотим сохранить статус-кво. Тогда энергия времени вместо того, чтобы двигать нас по пути перемен, начнет просто бить нас, она начнет ломать нас и разрушать, показывая, что наша позиция неверная, неправильная. Напротив, если мы понимаем принцип перемен, мы обучаемся быть гибкими, текучими, непривязанными, подобно воде или подобно воздуху. Мы можем направлять эти перемены в нужном направлении. Это подобно тому, как если вы захотите войти в реку Гангу, то у Ганги очень бурное течение, если вы войдете в нее, она вас снесет. Таким же образом всех нас сносит время, безграничная энергия времени.

Но есть такая область, которая неподвластна энергии перемен, энергии времени. Этот другой берег есть Брахма-нирвана. Если мы достигнем этого другого берега, мы можем найти такое пространство бытия, где кала-шакти, энергия времени, не действует.

Время бывает двух типов. Делимое время, кханда-кала, и неделимое время – акханда-кала. Делимое время действует в этом материальном мире. Неделимое время действует в пространстве Абсолюта. Когда мы можем добраться до пространства Абсолюта и войти в неделимое время, там, где нет прошлого, будущего, есть вечно глубокое настоящее, то мы добираемся до другого берега и освобождаемся от потока перемен закона кармы. Мы перестаем быть подвластными времени.

Размышление над непостоянством должно развернуть наш ум в сторону духовной жизни, в сторону непривязанности, от кармы - к игре, лиле. Божественные силы постоянно играют, но люди находятся в состоянии кармы. Игра отличается от кармы тем, что игра исходит из неделимого времени, из Всевышнего источника. Но кармы проявляются из эго, из причин и следствий. Живые существа запутываются в кармах, но лила, игра, никогда не запутывается. Выйти из потока перемен, из потока действия времени означает найти такую точку, которая подобна ступице колеса. Колесо вращается, обод вращается, спицы вращаются, но ступица – не вращается. Центр, ось колеса вращается только сама вокруг себя, по сути стоит на месте.

Итак, размышляя над непостоянством, мы должны прийти к осознанию многих вещей, таких как: это тело умрет, этот мир изменится, ни к чему нельзя привязываться, потому что время все время движется в определенном направлении. Мир находится в потоке непрерывной трансформации. Были великие герои, великие святые, великие политики, великие ученые, великие культурные деятели, были цивилизации, которым десятки, сотни, тысячи лет. И все они исчезли. Таким же образом, наш мир – это временное явление.

Например, если бы сюда попал человек из восемнадцатого века, он был бы в культурном шоке, наша жизнь была бы ему непонятна. Он бы не сумел приспособиться ко всей этой жизни, она бы показалась ему странной. Я говорил с несколькими учениками, что если бы я ехал в эту поездку сюда из Дивья Локи в восемнадцатом веке, то, может быть, она растянулась бы на полгода, на лошадях, в каретах, лошадей меняя. Если бы мы жили в другое время, мы бы тоже не смогли просто так принять это. Каждый живет в своем тоннеле времени.

Другие поколения, которые придут, они будут жить в совершенно других условиях, с другим менталитетом, у них не будет, возможно, компьютеров, навигаторов, телефонов. Технологии нового поколения позволят все это иметь вот здесь, внутри. Время непрерывно стирает одни цивилизации и рождает другие.

Размышляя над непостоянством, мы должны сделать для себя некоторые выводы и принять решение превзойти непостоянство. Превзойти непостоянство можно только отделив себя от того, что временно, от тела, от сознания и, утвердившись в таком состоянии, где время не имеет ни прошлого, ни будущего. Это мы называем природой ума – сахаджа-стхити или сахаджа сознания, естественное состояние погруженности в Атман. Внутри нас есть божественное пространство, которое не зависит от времени. Достичь другого берега означает утвердиться в этом божественном пространстве. Боги, святые и садху, утвердившиеся в Природе ума, они не зависят от времени, потому что время до них не может достать.

Есть история про мудреца, которого звали Акасайя, из «Йога Васиштхи». Когда смерть захотела достичь этого мудреца и забрать его с собой, она не могла пробиться сквозь круг языков пламени, который окружал этого мудреца. Когда она добралась с большим трудом, она все равно не могла схватить этого мудреца. Тогда смерть, Мритью, обратилась к Ямарадже, божеству, который управляет реинкарнацией, воплощением кармических законов. Она спросила: “Что за заслуги, какая сила у этого мудреца, что я не могу его достать?”. Он сказал: “Даже не пытайся. Этот мудрец - он вообще не человек и не мудрец, это сам Абсолют, имеющий форму риши, мудреца. Он настолько соединил свой ум с Абсолютом, что он тебе неподвластен”.

Таким же образом, когда мы утвердимся в природе ума, в состоянии недвойственности, время, перемены не могут нас коснуться. Мы сами становимся источником времени и любых перемен. Открытие природы ума методом трех главных принципов – это коренное учение Лайя-йоги, потому что о самой Лайя-йоге, как она описана в «Йога Таттва упанишада», говорится так: “Десять миллионов раз восхваляема Лайя-йога. Стоишь ты, ходишь, спишь или ешь – всегда созерцай Недвойственного Царя”.

Этот Недвойственный Царь есть сахаджа-таттва, изначальная божественная природа нашего сознания. И тот, кто способен утвердиться в этом Недвойственном Царе, он становится неподвластным трансформации времени, освобождается от связанности кармой. Наш божественный потенциал, наша божественная природа, она присуща каждому. Каждый из нас обладает природой Даттатрейи. Однако, этот потенциал нужно раскрыть, он представляет собой что-то вроде семени. Это семя должно вырасти в полноценное дерево.

Даттатрейя основы – это наш внутренний потенциал. Его предстоит раскрыть, хотя он есть у нас.

Даттатрейя пути – это внутренний потенциал с которым мы работаем. Например, когда мы преображаемся в Даттатрейю, когда мы занимаемся созерцанием пространства – это Даттатрейя пути, мы проходим некий путь, чтобы этот потенциал мог вырасти.

И, наконец, Даттатрейя плода – это когда мы получаем результат, когда Даттатрейя внутри нас полностью пробуждается и реализовывается, когда мы получаем тело, подобное Даттатрейе, сознание, подобное Даттатрейе, мудрость, сиддхи, всевидение, всеполноту и всеприсутствие, вездесущность, всемогущество, когда мы реализовываем 16-ю стадию по учению о 16-ти кала.

Наш путь заключается в том, чтобы опираясь на Даттатрейю основы, на тот божественный потенциал, который нам присущ изначально, идти, опираясь на Даттатрейю пути, с тем, чтобы пробудить в себе и реализовать Даттатрейю плода.

Даттатрейя, становление богосуществом – это наше будущее. В отличие от людей, богосущества бессмертны, имеют тела, состоящие из света, полностью просветлены, свободны от действия времени, не зависят от пространства и пяти элементов, обладают всеведением, всемогуществом, вездесущностью, всеполнотой многообразных качеств. Это наше будущее, к которому мы стремимся. За счет чего приходит это будущее? Оно приходит за счет того, что мы открываем наше внутреннее сокровище. Открыв его однажды, мы делаем его нашим главным центром. Этот главный центр начинает алхимическую реакцию внутри нашего тела, наших энергий, наших тонких тел. Он расплавляет и растапливает все наши кармы, как солнце растапливает лед.

Главным методом учения Лайя-йоги является поддержание естественного состояния. Эту йогу также называют сахаджа-самадхи-йогой, йогой немедитации, естественное созерцательное присутствие. Когда мы поддерживаем процесс созерцательного недеяния, будучи едины со Всевышним источником, начинается трансмутация наших карм.

Пример можно привести такой, это распространенный пример. Один крестьянин жил, зарабатывая собиранием дров. Ему удавалось немного подрабатывать, чтобы заработать себе на еду. Он жил очень бедно, жил в хижине. Однажды мимо проходил мастер и этот крестьянин пригласил его переночевать у него. Когда мастер заночевал в хижине этого крестьянина, он увидел, что вместо подушки крестьянин по бедности кладет камень. Это странный камень. И тогда он немного поковырял этот камень и обнаружил, что это не камень, а большой слиток чистейшего золота. Мастер сказал этому крестьянину: “Ты ведешь такую бедную жизнь, а сам спишь на огромном куске золота. Очисть его, продай и до конца жизни себя обеспечишь”. Крестьянин это сделал, разбогател, и больше ему не надо было заниматься собиранием дров.

Таким же образом и в духовной жизни мастер указывает ученику на его внутреннее сокровище. Это внутреннее сокровище нужно немного очистить, а затем оно будет приносить неисчислимые богатства в течение всей бесконечной жизни ученика. Это внутреннее сокровище есть природа ума из природы Даттатрейи, которую мы стремимся открыть. Сначала мастер рассказывает о ней, и мы постепенно уверяемся: “Да, у меня есть мое внутреннее сокровище”. Мы читаем о нем в книгах, затем мы должны сами, вживую, пережить опыт этого внутреннего сокровища. Для этого мы занимаемся самоисследованием, пытаемся созерцать, заглядывать вовнутрь, и, конечно, приходят разные опыты.

Но мы не должны перепутать свое внутреннее сокровище с какими-то побочными эффектами. Этот процесс называется *манана*. Одни вещи мы должны отбрасывать, а в других утверждаться. Это подобно тому, как если мы ищем золото, а вокруг много стекла, меди, железа, мы не должны на них обращать внимание, и отбрасывать все лишнее. Наконец, когда мы убеждаемся, что это действительно истинное сокровище, мы должны крепко его держать и учиться использовать его как алхимический камень, приносящий нам постоянное безграничное богатство.

Обычно считается, чтобы обрести это внутреннее сокровище необходимы годы практики по системе яма, нияма, асана, пранаяма, пратьяхара, дхарана, дхьяна, самадхи. И на кульминации, при достижении нирвикальпа-самадхи, йогин проникает в это сокровище, в пространство недвойственности. Таков путь традиционной йоги Патанджали, раджа-йоги и других йог тоже, кундалини-йоги. Он говорит о том, что мы должны, не надеясь на это сокровище, сначала пройти очень серьезный путь, путь аскезы, трансформации, управления умом и внутренними энергиями, и концентрации.

Конечно, этот путь надо проходить, однако аннутара-тантра, учение Лайя-йоги сиддхов говорит о том, что с самого начала следует попытаться войти в это измерение сокровища. Надо очищать ум, надо контролировать праны и делать много вещей. Но само это сокровище не зависит ни от чего. Оно уже прямо сейчас присуще нам. Если мы попытаемся сразу в него войти хотя бы на своем уровне, наш духовный путь будет гораздо более осмысленным и мудрым. Поэтому в учении мы ведем речь о том, как прямо войти в это недвойственное переживание. В этом отличие учения пратьякша-адвайты, адвайты в традиции сиддхов и учения Лайя-йоги. Ученик сразу пытается под руководством мастера войти в недвойственное состояние, а затем, чтобы упрочить и углубить это состояние, он занимается базовыми практиками, концентрацией, кундалини-йогой и прочим. Тут принцип как бы немного наоборот. Если в обычных йогах сначала занимаются ямой, ниямой, асанами и пранаямой, концентраций, медитацией, а потом кульминация: вам говорят, что когда-нибудь, если тебе повезет, если ты будешь успешным йогином, ты войдешь в это. Но в учении аннутара-тантры, в учении Лайя-йоги говорится: “Входи прямо сейчас, не ожидай, не откладывай, не упускай эту возможность. И уже из этого состояния делай концентрацию, медитацию, визуализацию, асаны, пранаямы, делай всю ту духовную работу, которую тебе предстоит сделать”.

Этот принцип «входи прямо сейчас» называется Пратьябхиджня даршан. Даршан прямого самоузнавания природы ума или *шравана*.

Шравана - это прямой показ реальности недвойственного сознания. Иногда такое прямое введение мастер делает словами, иногда - с помощью символов, например, зеркала, павлиньего пера, хрустальной вазы. Иногда - с помощью молчания или неадекватной ситуации, когда ум парализуется, отбрасывается к своему источнику. Мы должны понять этот принцип, как прямо войти в изначальное сознание, как в нем утвердиться, жить и действовать, потому что, если мы не сумеем понять принцип осознанности, нам предстоит долгий путь, в процессе которого мы будем делать много ошибок.

Итак, как можно войти в изначальное состояние, состояние единства с Богом, сахаджа-стхити, сахаджа-самадхи? Это - предстояние перед Богом, это – увидеть лик божественного, это не есть какое-то наше личное собственное состояние. Один человек мне говорил: “А я всегда могу, в любой момент могу войти в естественное состояние. Я рад, у меня все так естественно, все хорошо. Я в естественном состоянии”. Но это не есть состояние комфорта, расслабленности, когда вы, например, легли в ванну, насыпали туда соль, такую специальную, ароматическую, включили музыку и расслабились. Вам хорошо, и все так естественно. В противном случае, все бы были уже просветленными. Кто так делает? Это не есть наше собственное состояние, это не состояние ума, не состояние тела, не состояние энергии. Это - состояние Бога. Это не имеет отношения к нам нынешним, это состояние пребывания в божественном. Пребывать в божественном возможно, только когда мы отбросим себя, отбросим эго, ум, привязанность, надежды, страхи, цепляния, отождествления. Но мы можем проникнуть в это переживание Бога, мы можем проникнуть и получить расу, хотя бы слабую вспышку недвойственности. Когда мы получим ее хотя бы один раз, это знак того, что если мы были в нем секунду, то можно быть и десять секунд, если были десять секунд, то можно быть минуту, если можно быть минуту, то можно и час быть, а если можно быть час, то почему не быть двадцать четыре часа, неделю, месяц и год. Хотя бы одна вспышка, она укажет вам правильное направление.