2011.06.24

 Тема: Исследование Брахмана – Брахма-вичара

 Ваше знание ограничено. Брахман обладает всеведением, он обладает всепроникновением. Например, чтобы сюда прийти, потребовалось усилие. Брахман всепроникающий, то есть это нечто почти противоположное, источник времени и пространства всего сущего, то, что наполняет, всё, что живет, во всем живет, в каждом.

 Кришна говорит: «Сосредоточь свой ум на мне», то есть постоянно сосредотачивать на всеведающем, всепроникающем, всенаполняющем, независящим от гун природы, от любых качеств и исследовать это, это некий сверхсубъект, сверхобъект, исследовать, понимать, слушать его, воспринимать, анализировать, открываться, пребывая вне концепций, получать передачу бхавы, насыщаться им. Всё это называется Брахма-вичара.

 Кришна говорит: «Ты, Арджуна, слабоват для йоги, для тапаса не годишься, но я от тебя этого и не требую. Если ты поймешь, что я прошу, ты всего достигнешь. Просто сосредоточь свой ум на мне, постоянно делай это». То есть постоянно исследуй Брахмана, выполняй Брахма-вичару – вот такой совет ему дает.

 Пребывание в естественном состоянии – краеугольный камень Учения Лайя йоги, Сахаджа-стхити. Это то же самое, что исследовать Брахмана особым образом, Брахма-вичара – постоянно быть сосредоточенным.

 Дело в том, что если мы пытаемся исследовать Брахмана умом, размышляем так: «Он всеведающий», понятно, «Он всепроникающий», или «Он вне гун», – это аналитическое исследование, это как бы начальное, а настоящее исследование должно быть вне ума, оно прямое, чистым сознанием проникаем, проникаем, проникаем глубже. Вот это настоящее естественное состояние. Сахаджа-стхити и Брахма-вичара – это одно и то же.

 «Посвяти свой ум мне, отдай его мне – вот и всё, чего я прошу. Если садхака не может совершить даже этот акт предания себя Господу, я удивляюсь, на что же годна его садхана? Если ты ответишь, что у твоего ума нет силы, я спрошу – откуда приходит сила посвящать себя, (как ты делаешь теперь), пустым фантазиям, тщетным мечтам о семье, удаче и славе? Можешь ты направить эту силу на преданность Высшему? Человек с легкостью жертвует всем ради пагубных чувственных наслаждений, но возмущается и протестует, как если бы на него падала гора, когда слышит призыв посвятить свои мысли, чувства и действия Всемогущему».

 Сила для исследования Брахмана и для воплощения мирских желаний, санкальп, пустых ожиданий, фантазий одна и та же, то есть одна и та же работает манас-шакти. Тут важен вектор приложения. Можно эту силу потратить впустую на фантазию, на поиск сиюминутных каких-то развлечений, а можно развернуть ее в отношении Абсолюта и заниматься исследованием абсолютного, тогда жизнь проходит не зря.

 Зачем нам заниматься вичарой, исследованием Абсолютного? Когда мы занимаемся этим, мы приобретаем качества того, что мы исследуем. Допустим, если мы исследуем Луну, Луна входит в нашу жизнь, в нашу судьбу и определяет нашу жизнь. Мы как бы получаем благословение Луны. Если мы долго смотрим на небо, наше сознание расширяется, тоже становится небоподобным. Если мы долго размышляем о Брахмане, мы сами становимся Брахманоподобными. Этот закон еще описан в Упанишадах: о чем ты думаешь, тем и становишься; о чем долго размышляешь, тем и становишься.

 Через Брахма-вичару мы воссоединяемся с Брахманом, мы устраняем неведение. Какая бы практика ни проводилась, она должна проводиться из этого состояния. Можно делать ритуалы, но сами ритуалы – это только игра, манифестация энергии для конкретных целей, для сосредоточения санкальпа-шакти, воплощения вещей. Можно делать асаны, пранаямы, но это тоже манифестация Абсолютного, но самая сердцевина лежит в Брахма-вичаре. Всё остальное – это манифестация этого.

 Если же мы упускаем Брахма-вичару и делаем ритуалы или асаны и пранаямы, но ум отвлечен, он не сосредоточен, мы как бы самую суть забываем, только берем внешнюю оболочку Дхармы. И как бы практикуем, получаем такой поверхностный результат.

 «Спасение, по его мнению, так же дешево и доступно, как зелень на овощном рынке. Ему хочется избавиться от уз столь же просто, его стремление невелико, но он желает добиться многого. Он более погружается в тамас (темноту невежества), чем в тапас (аскезу). Но он хочет плодов, которые мог бы принести один только тапас. Те, кем движет искреннее желание плода, должны преодолеть все препятствия и соблазны, сомнения и разочарования, и сосредоточиться на мысли о Господе. Тогда Господь не останется в стороне, он дарует такому садхаке состояние единства, описываемое как «Ахам Брахмасми», «Я – это ты, Ты –- это Я», «Мы Едины». И садхака будет всегда, без перерыва наблюдать это единство, это называют ананья-бхавой».

 Арджуна спросил: «Ты говоришь, что эта ананья-бхава, эта ананья-бхакти, постоянное чувство, постоянная преданность, совсем не трудны, и что нет необходимости в больших усилиях. Ты также утверждаешь, что для тех, кто обрел это, ты легко достижим. Но в чем же именно польза в достижении тебя?»

 Кришна улыбнулся на это и ответил: «Арджуна, какое благо больше, чем это? Эта священная победа делает смертного человека махатмой – великой душой. Ты можешь задать вопрос, какая польза становиться махатмой? Слушай. Махатма намного выше обычного человека, последний сосредоточен на теле и является дживой, обусловленным существом. Он отождествляет себя с телом и с дыханием, с частным, с волной, поэтому им движут радость и скорбь. Каждое ощущение веселит или печалит его. Он испытывает множество ударов, промежутки покоя сменяются для него порывами бури. Махатма свободен от всего двойственного, он выше, он вне этого, он освободился от отождествления себя с частным. Он во всеобщем, вечном, неизменном, в Брахма-бхаве, в состоянии Брахмана».

 Махатама – это понятие, тождественное понятию джняни и сиддх. Путь к становлению махатмы лежит сначала через то, чтобы стать садху. То есть садху – это тот, кто поставил цель стать махатмой, тот, кто мечтает стать махатмой, кто вырабатывает в себе такие качества, выполняет тапасью, чтобы себя очистить. Внутри нас есть махатма, но его надо раскрыть, очистить, чтобы он проявился, поскольку этому мешают кармы, клеши, судьба, отождествление с телом. Постепенно этот махатма выходит наружу, тогда пробуждается наша Брахма-джняна. Пробуждение джняни – это всегда личный опыт, анну-бхава. Когда наша джняна набирает силу, мы можем оперировать шакти, энергией, это называется сиддхи, совершенный. Всё это включает понятие махатмы. В противовес махатмы есть дуратма. Дуратма – это заблуждающаяся душа, заблуждающаяся джива, та, которая не понимает своего богоподобия, своего пути.

 «Он знает, что Атман – неограниченная сущность, он знает, что он превосходит все ограничения, он свободен от осквернения тамасом и раджасом, качествами невежества и страсти. Желания не ослепляют его и не движут им, его сознание чистое, не затронуто привязанностью или ненавистью. У многих, сегодня выдающих себя за таких людей, нет чистоты в сердцах, их сознание загрязнено. Но для чистых сердцем нет более рождения и смерти, они не обязаны приходить на землю вновь. Без достижения такой чистоты ты не сможешь избегнуть круговорота рождения и смерти, как бы многочисленны ни были твои добрые дела, как бы высок ни был твой дух, какой бы славы на небесах ты не добился. Только всегда находящиеся в Брахма-бхаве (состоянии Брахмана) смогут достичь вечного меня и освободиться от уз, растворившись во мне».

 Тогда Арджуна выразил другое беспокоившее его сомнение. Он спросил: «Если это так, почему Упанишады объявляют, что те, кто достигают небес Брахма-локи, не должны рождаться вновь. Объясни, кто именно освобождается от круговорота рождения и смертей?

 Итак, качество махатмы – это постоянная погруженность в созерцание Брахмана, в размышления о Брахмане. И когда мы становимся садху, нам это объясняют с самого начала. Когда мы становимся джняни, мы это реализуем в какой-то степени. И когда мы становимся сиддхом, мы реализуем это в большой степени. С самого начала нам следует приучить себя сосредоточить ум на Брахмане раз и навсегда. Такое сосредоточение и есть истинное созерцание. Сами созерцательные практики, типа сосредоточение ума на пламени свечи, точке, на дыхании, на движении тела, на санкальпе – это подготовка для какого-то великого делания, они сами по себе не являются самодостаточными. В том смысле, что это не самоцель. Но они ведут к Брахману с тем, чтобы раз и навсегда смогли сосредоточиться на Абсолюте, на абсолютном. И когда ум утончается, мы можем это сделать через что угодно, через дыхание, через внимательность действия к телу, через санкальпу. Постепенно ум начинает немного разворачиваться, на санкальпу он уже не отдает столько энергии, санкальпа как бы становится игровой, он отдает на нее 15%, 20%, остальное идет на Брахмана, он распознает, что сзади, позади санкальпы располагается нечто неописуемое, вечное, всеведущее, всенаполняющее, абсолютное.

 Санкальпа, это всего лишь отмычка, которая открывает эту дверь, а когда эта дверь распахивается, там открывается безграничность, ананда, непостижимость (ачинтья), то, что вне гун (три гунна-тита), вне времени (кала-тита). И тогда джняни должен обратить на это внимание. Обратить внимание на то, что раскрывается за его созерцательной практикой, и сосредоточить целиком ум на этом. А санкальпа играет роль поддерживающего якоря.

 По мере такого сосредоточения его ум очищается, и все его ложные представления отпадают, но он должен действовать так, чтобы посвящать все свои дела и все свои переживания этому сосредоточению. Когда он так делает, говорят, он находится в нидидхъясане, непрерывном сосредоточении. И когда его пытаются омрачить беспокойные мысли, соблазны, боль или страдания, он не теряет этого состояния и всё равно размышляет о Брахмане, говорят, он самоосвобождается, он освобождается силой своей внутренней свободы, самоосвобождение происходит.

 Самоосвобождение – это секрет перенаправления сознания с эмоций, мыслей, чувств, внешних объектов на Абсолют. Что-то вы переживаете, вам не нравится, или наоборот, притягивает вас, а вы не даете на этом зациклиться уму и размышляете о Брахмане, или прямо созерцаете Брахмана вне ума. В самом деле, надо подумать – тут такие огромные энергии, такие непостижимые вещи, а мы переживаем из-за мелочей, это очень неравноценно, невыгодно тратить время на это, вот так думает махатма».

 Арджуна, в Упанишадах упомянуты два типа освобождения: садья-мукти и карма-мукти. Садья-мукти называют также кайвалья-мукти, ведь получив его, незачем добиваться никаких небес. Его достигают сразу, а не постепенно, шаг за шагом».

 Очень редко достигают такого мукти. Один из них тот, кто достиг – это сын Вьясы – Шукадева. Он выполнил абсолютное вознесение, пройдя небеса, исчезнув вместе с телом из физического мира, благодаря своей высокой реализации, так что содрогнулись небеса, земля и вселенная. Второй тип освобождения более низкий.

 «Все остальное подвержено изменению. Когда последствия накопленных заслуг исчерпываются, небеса приходится оставить и заново начинается жизнь на земле. Такие души не знают растворения. Только те, кто достигает кайвальи, растворяются и становятся едиными со всеобщим вечным».

 «То есть, – прервал его Арджуна, – души, достигшие кайвалья погибают, не так ли? Или есть разница между растворением и гибелью?»

 Здесь Арджуна напугался, поскольку для него растворение (лайя), это то же самое, что и гибель души. Если джива объединится с Брахманом с Абсолютом, то джива не останется, останется один Абсолют. И многих это волнует, а как же личность, как же джива, душа. Многих растворение пугает, даже многие философские системы возникли из-за этого страха и непонимания. Двайта-веданта, вишишта-двайта. Двайта-веданта говорит: «Нет никакого растворения, вот джива, вот Бог, всегда будут игры, всегда будет тонкое разделение, мы вечные частички, мы служим Богу, но никогда мы не приблизимся, не растворимся. Лучше есть сахар, чем быть сахаром». Так они говорят. Это бхакты, типа вайшнавов, кришнаитов. Вишишта-двайта говорит: «Да, мы тождественны, но мы одновременно и различны. И вот эта тонкая непостижимость ачинтья бхеда абхеда таттва называется. Одновременное тождество и различие».

 «*Нет Партха, лайя (растворение) не есть насан (гибель). Растворение не есть гибель. Лайя происходит, когда что-то стало невидимым».*

 Растворение означает полное воссоединение со своим потенциалом, не с чужим Брахманом, то есть Брахман это не есть что-то холодное и чужое, оно может так показаться уму и эго, но это самое близкое, и это воссоединение со своим потенциалом. А этот потенциал бесконечен по многообразию проявления. Если мы захотим, мы можем создать душ сколько угодно, личностей сколько угодно, эманировать аватаров сколько угодно. Нет смысла цепляться за одну дживу, если ты можешь стать творцом джив, если ты можешь создать себя как миллиарды джив, аватаров и тел. Растворяется карма, ограниченная карма, которую мы не контролируем, но не растворяется наш потенциал.

 *«Это случается при исчезновении вещи, она становится невидима, мы не можем более видеть ее. Но разве ты можешь назвать вещь погибшей лишь оттого, что ее не стало видно? Нет. Кусок сахара или соли, положенный в воду, исчезает, ты больше не можешь видеть его, но можешь ли ты сказать, что он уничтожен? Или ты скажешь, что он растворился? Он там, вкус свидетельствует об этом. Он потерял форму, но присутствует как его свойство, его гуна. Подобно этому, джива, обусловленная душа, растворяется в Брахмане, она вовсе не гибнет».*

 Джива только думает, что она джива, на самом деле реальность такова, что нет индивидуальной дживы самой по себе. Есть энергия, называемая джива-шакти, как манифестация, игровая манифестация Абсолюта, созданная же Абсолютом. Но по своему неведению джива думает, что она нечто отдельное. Это как палец бы думал, что он есть нечто отдельное, но палец это часть тела, его манифестация. И что растворяется? Не джива растворяется, а растворяется ложное понимание дживы себя как отдельной от Абсолюта, ее чувство разделенности. А сама энергия, джива-шакти, ее операционная система, читта, манас, буддхи, ахамкара, способность творить тела, всё что угодно, это всё остается, но это теперь принадлежит другому хозяину, не личности, а Абсолюту. То есть способность к эманациям, манифестациям всегда существует в проявленном. Например, вы жили и думали, что вы свой, что вы сам по себе, а затем вы медитируете, изучаете Дхарму, и вы понимаете, что вы божий, вы не сами по себе. И вот это ложное понятие «я свой», «только я один, индивидуально, себе принадлежу» – оно уходит. И так же как это ложное понятие уходит, уходит и иллюзия дживы. Но вы все-таки остаетесь, остается ваше тело, ум, память, игровая личность, но теперь все это имеет характер не кармы, а лилы, игры. Потому что вы понимаете, что все это манифестация Абсолюта.

 «*Если джива не растворилась подобным образом, она в лучшем случае может лишь странствовать между землей и небесами, на некоторое время получая жизнь на небесах и вновь нисходя на землю для дальнейших попыток Освобождения».*

Вся сила и слава богов, ангелов, сиддхов – это способность осознать эту истину, растворить индивидуальное эго во всеобщем Абсолюте. А затем как бы они подключились к глобальному мета-разуму, из этого глобального мета-разума они эманируют шакти, отражающую их черты индивидуальности. Их черты индивидуальности не пропали при растворении, но они приобрели игровую окраску, произошло воссоединение. Вся сила, слава, и шакти исходят только из этого. Те же, кто не сумел раскрыть этот процесс, вынуждены черпать силу и славу из своего эго, например, как асуры. Они занимаются очень сильно развитием эго, не понимая, что весь свет эго берет тоже из Атмана. Поэтому они всегда находятся в неверном толковании реальности. Их слава и сила иссякает, она требует постоянной подпитки, она не может длиться вечно.

 *«Арджуна всё еще испытывал сомнения. Он спросил: «Кришна, ты говоришь что небеса, даже высочайшая Брахма-лока, не могут спасти человека от череды рождения и смертей, а как же тогда царский путь к спасению. Хочешь ли ты сказать, что те, которые стремятся к небесам, должны найти удовлетворения лишь в этом, и ни в чем большем?*

 *Кришна отвечал: «Партха, есть царство, не знающее упадка, царство вне всех этих небес. Многочисленны пути, которыми можно достичь его. Не зная об этих путях или о радостях того царства, человек идет иными, либо извилистыми, либо приятными путями, он не знает, как различить верный и неверный пути».*

Есть такая поговорка: «Все люди ищут приятных путей, но мудрецы ищут правильных путей. Для того. чтобы различать пути, нужна вивека, способность отличать истинное, нужное, от неистинного, ненужного в жизни».

 *«Я могу сказать тебе, что есть четыре дороги, которыми теперь идут люди. Первая – карма-атита -*– *вне карм, не затрагиваемая кармой.*

 *Вторая* – *нишкама-карма -*– *карма без всякого желания ее плодов, карма, не затрагиваемая стремлением к ее результатам.*

*Третье – сакама-карма* – *карма со стремлением обрести ее результат и наслаждаться им.*

*Четвертое* – *карма-бхрашта* – *карма, не знающая воздержания и контроля».*

 **Вопрос**: «Если я правильно понял, то божественную гордость можно реализовать через Брахма-вичару»?

 **Гуру**: Да, никаким другим способом ее невозможно реализовать, потому что это не будет божественной гордостью, это будет личностная гордость, утонченная разновидность гордыни, прикрывающаяся ведантической практикой. Это очень важный пункт. Нужна тонкая вивека, самоотдача, чтобы истинная божественная гордость проявилась, то есть она не имеет общего с чем-то личностным, эгоистичным.

 **Вопрос**: «А вот название «дуратма», оно в какой-то степени идентично русскому слову дурак»?

 **Гуру**: «дурр» – корень, общий корень. Глупая душа, заблуждающаяся душа. Есть корни, оканчивающиеся на «к»: севак (служитель), панчака (пятеричность). Дурак – значит буквально если передать – глупящий, блудящий.

 **Вопрос**: Что же, в конечном счете, лишается перерождения при Просветлении? Что именно лишается этого перерождения и жизнь в Абсолюте?

 **Гуру**: В перерождении рождается джива, индивидуальность.

 **Вопрос**: «Поскольку здесь это потом как бы прекращается, эти перерождения, и что остается»?

 **Гуру**: Остается «Брахма ахам бхава» (чувство тождества с Абсолютом) и способность этой «Брахма ахам бхавы» манифестировать в себя без перерождения. Можно так сказать: вот сейчас мы индивидуальность, попавшая в ловушку, закапсулированная временем, пространством, телесностью. Так? Некуда деваться. Вот тело. Куда ты денешься? Надо жить. Освобождение – это когда тонкая часть нашего «Я» из этой ловушки выходит, и никогда уже больше в нее не попадет. Эта часть становится таким мета-разумом, распространенным в пространстве и времени, самодостаточным, ни в чем не нуждающимся. По сути, как бы в сердцевине этого мета-разума, это единство с Брахманом, «Брахма ахам бхава». И этот мета-разум может туда аватара послать, манифестировать иллюзорное тело, создать локу, он скользит по коридорам времени, вероятности, он вне причин-следствий, вне кармы, в лиле. И он не перерождается. Если он захочет попасть, получить игровой опыт, он просто создает иллюзорное тело божества или человека, но он сам никогда уже не покинет своего состояния. Это происходит по его личному намерению в качестве игры, просто игра. То есть джива превращается в мета-разум. И этот мета-разум называют сиддхи, дэваты.

 **Вопрос**: «Т.е. получается, это уровень божества, то есть это как бы суперджива?

 **Гуру**: Суперджива. Махатма – это и есть суперджива, великая душа. Говоря более наукообразным языком, это наше сознание, наш разум становится единым коллективным мета-разумом. Допустим, есть коллективный разум каких-нибудь особей: крыс, насекомых, пчел, типа рой. И много тел, но один разум управляет ими. Он очень умный, он умнее одного человека, он может предвидеть будущее, он управляет этими стадами своими. Эти существа – это его иллюзорные тела, а сам он мета-разум. И вот на более высоком уровне, если представить это состояние дэваты, он может раскидать все свои тела, аватары, по всей вселенной. Сам же он ими не связан, никогда не покидает своей природы, даже когда создает тела. Суперджива. И сила этой супердживы кроется в «Брахма Ахам Бхаве», в непокидании единства с Абсолютом.

 Кто желает завтра, можете выполнять практику. Не каждый раз в Гималаях можно ритрит проходить. Кто желает, я могу расписание порекомендовать. Что я могу порекомендовать? Взять простую формальную практику, т.е. по плану – одна сессия – один час – одна часовая сессия и получасовая сессия – это ходьба в созерцании. Т.е. в день 3 часа медитации, и 3 ходьбы. 3\*1.5 - 4,5 часа практики. Остальное свободное время и практика любая на выбор. Что взять? Первую сессию чередовать Брахма-вичару, аналитические медитации над логическими схемами Учения, например, Четыре осознанности; шравана, манана, нидидхъясана; или формула: «мир погрузить в индирии, индрии в манас, манас в буддхи, буддхи в Атман». Или другая формула: «авидья, асмита, рага, двеша радхини. Т.е. можно выбирать какую-то формулу, глубоко анализировать ее, как все происходит, и чередовать с Брахма-вичарой. Допустим, вы помедитировали 45 минут Брахма-вичару, ум уже не сосредотачивается, раз, перешли на аналитику. Аналитическое размышление над формулами. Формулы Учения очень важны, они дают уму очень большую концентрацию, ясность, понимание Учения. Самое простое: шравана, манана, нидидхъясана, что они значат, как их применять в жизни? Это первая сессия. Выполнили час, ходьба 30 минут, с выбранной санкальпой, чанкраманам.

Вторая сессия: можно сделать мантра-йогу – час, и снова ходьба.

Третья сессия – шамбхави-мудра, использовать окружающее пространство для интеграции. И после шамбхави-мудры тоже ходьба 30 минут. Вот здесь выбирайте — пространство, горы, разные виды шамбхави-мудры, можно делать вводящие упражнения для шамбхави-мудры, такая практика есть, когда на вдохе мы представляем маленький светящийся «Ом», на выдохе представляем, как он идет от нас далеко в пространство, на вдохе втягиваем его. Мы все больше и больше увеличиваем его, словно на ниточке у нас, до тех пор, пока он не дойдет до гор, до самого горизонта. Вместе с этим ОМ, который входит и выходит в дыхание, и с этим сознание расширяется, когда оно достаточно расширилось, мы просто замираем и шамбхави-мудру делаем.

 3 сессии: Брахма вичара, аналитика; вторая — мантра йога, и третья — шамбхави-мудра. В перерыве ходьба с выбранной санкальпой: «Атма-вичара», «Сон», все базовые санкальпы. А остальное время вы можете делать любые практики, в которые получали передачи, работать с энергией, асаны делать, пранаямы или просто отдыхать. Вот так.