**2007 – 11 – 22.**

**Текст «Йога Васиштха». Продолжение истории о Сурагхе.**

**Переход от стадии самоосвобождения к стадии самотрансценденции и самоотдачи.**

**Освобождение – значит повысить внутреннюю самоорганизацию и сложность.**

**Естественное состояние – быть в гармонии с собой.**

«Йога Васиштха», продолжение истории о Сурагхе.

*«Это всемогущее сознание свободно от всех недостатков восприятия объектов. Оно вне сущности или не сущности, хотя оно и есть истинная природа любого из существ. Оно является истиной всех существ в этой вселенной. Это красота во всем, свет всего. Это сущность всех форм и видоизменений, тем не менее, оно превосходит все. Во все времена это все во всем. Это оно расстелилось как все четырнадцать пространств существования, даже само понятие о вселенной есть не что иное, как всемогущее сознание».*

*Том 1, стр.477.*

Сущность всех существ означает, что когда вы встречаете в медитации, сновидениях духа, божество, демона, асура, то если вы пристально всмотритесь в него и сумеете объединиться с его внутренним светом, вы обнаружите, что его сущность та же, что и ваша. Святые таким образом усмиряли различных существ. Сначала они демонстрировали качества, соответствующие какому-либо духу или демону, а затем проявляли сущность их сознания или свет. Таким образом, со всеми живыми существами на глубинном уровне у нас есть родство.

*«Неверны понятия о боли и удовольствии, ибо это всемогущее сознание вездесуще и бесконечно. Это есть я, когда я не сплю, а когда я не в состоянии воспринимать, оно само становится королем. Это по его милости работают тело и разум. Это его сила заставляет всю вселенную танцевать под его дудку. Как было глупо испытывать волнение от необходимости награждать и наказывать! Теперь я пробужден, я увидел то, что надо было увидеть, я достиг всего, чего стоило достигать. Что мне боль и удовольствие, счастье и горе, награда и наказание? Все это Брахман. Есть ли оправдание печали и заблуждению, что является причиной чему? Приветствую тебя, бесконечное Сознание!»*

*Васиштха продолжил:*

*«Так Сурагху достиг высшего состояния осознания. Никогда больше страдания не настигали его, с этого времени он выполнял свою работу, постоянно находясь в устойчивом состоянии разума. Сострадательный, но не высокомерный, не избегая пар противоположностей, не завистливый, ни интеллигентный и ни неинтеллигентный, имея мотивации и не имея их, он жил, внутренне пребывая в спокойствии, рассматривая всегда все равным».*

*Том 1, стр.477 – 478.*

Итак, его Гуру дал Сурагхе сначала прямое введение, и затем Сурагха устранил свое непонимание этого. После этого он утвердился в естественном состоянии недеяния, т.е. перешел в стадию нидидхьясаны – третьего золотого правила. Он, наконец, обрел равновесие, которого ему не хватало в повседневной жизни царя. Хоть он и был практикующим, накапливал заслуги, очищал себя ритуалами и подношениями, следовал ведической Дхарме, тем не менее, пока он не получил даршан от своего учителя, у него было много неясностей. А именно – неясности касались трех принципов: шраваны, мананы и нидидхьясаны. Когда же он обрел такое понимание и научился сохранять равновесие в повседневной жизни, он по-настоящему только и начал быть подлинным практиком.

Проникновение в Природу Ума, в чистое пространство осознанности – это не завершение практики, как многим кажется. Это только ее начало. Потому что начало означает зачатие бессмертного ребенка осознавания, но отнюдь это не завершение. Этого ребенка надо вынашивать, и такое вынашивание – это процесс длительный, оно длится годами. И наконец, когда-нибудь он родится – это означает, что он проявится во всей полноте.

Даже когда он родится, существуют дальнейшие стадии. Теперь эти стадии очень тонкие. Непосвященному человеку их даже невозможно понять или как-то классифицировать как духовную практику, потому что они очень внутренние.

Эти стадии называются пестование, воспитание, закалка, отпускание на свободу, игра и т.д. Все они связаны с тем, что мы проходим процесс самоосвобождения, процесс удержания естественного созерцания с усилием к более глубокому, к процессу поглощения эго, к процессу растворения малого «я» в Великом Океане Осознавания.

С такого поверхностного начального самоосвобождения мы идем дальше. Вначале мы овладеваем разговорным самоосвобождением. Овладеть разговорным, речевым самоосвобождением – это самое простое. Мы усвоили немного истину Адвайты, и мы примерно можем логически себе объяснить, как решать ту или иную проблему, исходя из принципа недвойственности. Но это еще не означает реализацию.

После разговорного самоосвобождения наступает стадия настоящей практики – созерцание. Это то, чем вы занимаетесь, если, конечно, занимаетесь. То есть мы учимся быть внимательными, наблюдать мысли и источник, откуда они возникают, и мы учимся растворять мысли в источнике.

То же самое мы учимся делать с эмоциями, с энергиями, сбивающими пранами, своими кармами.

Но следующая стадия заключается в том, что мы уже нашли этот источник. Этот источник, подобный пространству величия, мы уже с ним установили связь, мистическую духовную связь, дхьяна-вахини – канал связи с Божественным «Я». И когда мы эту мистическую связь установили, она уже не прерывается и нам нет нужды больше с усилием это делать.

Рамана Махариши по этому поводу говорил так: «Когда дует приятный, прохладный ветерок, надо ли вам обмахивать себя веером?» Вам это не надо делать, потому что уже есть прохлада.

Таким же образом на стадии погруженности в естественное созерцание стадия пратья-мокши, самоосвобождения, пройдена, и наступает более высокая стадия – самоотдачи, самотрансценденции.

Самоотдача означает, что мы выходим за рамки малого, личностного «я». И здесь важны принципы преданности, любви, отсечение цепляний, надежды и страха, отпускание, расслабление. Здесь принципы немного иные, чем на первых стадиях. Все зависит от того, насколько ты можешь устранить тонкое усилие, тонкие эгоистичные цепляния, оставшиеся фальшивые надежды, страхи, т.е. то, что не пускает тебя окончательно воссоединиться со Всевышним Источником. То, насколько ты способен отпустить то, что тобой не является, характеризует тебя как подлинного практика. И здесь нужна сильная вера.

Вера не основывается на концептуальных символах веры, на имени или на форме. Все это детские игры духа для начинающих. Также она не основывается на чем-либо внешнем. Скорее, внешнее интегрируется с внутренним.

Эта вера основывается на понимании – на понимании того, что собственное «Я», подобное пространству и есть проявление Всевышнего Источника. Но просто сказать: «Я верю», этого недостаточно. Нужно, чтобы по-настоящему наше эго сдалось, подчинилось и растворилось в этом Источнике. Но как оно может сдаться, если у него есть теория самобытия и желание самосуществования? Оно может сдаться только в том случае, если оно приучило себя постоянно доверять, предаваться и полагаться на Всевышний Источник. И тогда наступает такой момент, когда йогин прекрасно это понимает, и он говорит: «Не моя воля, а Твоя. Не я, но Ты. Я – не свой, Я – Божий».

Вот это выражение «Я – не свой, Я – Божий», вообще-то оно отсутствует в Адвайта-Веданте. Это просто понравившаяся мне фраза. Это фраза, которую использовали воины-волхвы, когда они сражались или какой-то магический ритуал совершали. Они пытались так себе расширить сознание. Но она мне очень понравилась, поскольку она как ничто выражает дух самоотдачи. Если поискать, то лучше вы не найдете фразу. Когда ты понимаешь, что ты не принадлежишь себе, ты являешься частью чего-то большего и тебе надо спокойно это признать. И признав, перестроить акценты, сменить приоритеты, т.е. начать слушать это большее, а меньшее не особо слушать.

Некоторые считают, что просветление – это убить эго, что это смерть эго. Тогда они начинают практиковать, практиковать и затем приходят к такому замешательству, что просветления нет, но эго у них точно уменьшилось, и они даже перестают быть способными выполнять какие-то функции.

Но на самом деле просветление не означает убить эго. Оно означает сменить власть эго. Само же эго – оно подобно министру, который уступает власть на троне законному царю, но при этом не перестает выполнять функции.

Эго практикующего, оно может и должно продолжать развиваться, но при этом оно меняет приоритеты.

Итак, стадия самотрансценденции означает, что у нас есть подлинная вера, подлинное доверие, преданность, самоотдача Всевышнему Свету.

Святой Рамалинга, фактически с детства обладая высоким уровнем реализации, постоянно пребывал или начинал уже с этой стадии. Все другие стадии для него уже были реализованы. Все свои песни он посвятил именно принципу самоотдачи.

Принцип самоотдачи означает, что вы с утра до вечера находитесь в таком глубоком созерцании, что ваше эго этим поглощено, и больше нет ни цепляний, ни страхов, ни надежд. Но при этом как личность вы не теряете своих функций, вы не утрачиваете – ни разума, ни понятийного ума, ни памяти, ни поверхностного сознания. Это подобно тому, как если вы сами находитесь во сне без сновидений, но действуете в этом мире.

*«Он осознал, что все есть разнообразные проявления сознания и был спокоен в боли и удовольствиях, достигнув полноты понимания.*

*Так он правил в этом мире довольно долго, потом по собственному желанию оставил тело. Он достиг единства с бесконечным Сознанием. О, Рама, живи и правь миром своим просветленным разумом».*

*Рама спросил:*

*«Но разум так неустойчив! Как достичь состояния окончательного успокоения разума?»*

*Васиштха продолжил:*

*«О, Рама, я поведаю тебе разговор между самим королем Сурагхой и мудрецом Паригхой. Послушай!*

*В Персии был король Паригха, близкий друг короля Сурагхи. Однажды в королевстве Паригхи наступил голод. Расстроенный до глубины сердца видом страдающих людей и зная, что все его попытки облегчить ситуацию остаются безрезультатными, Паригха втайне от людей ушел в лес, чтобы выполнить суровые ритуалы. Он жил на сухих листьях и получил имя Парнада. Через тысячу лет наказаний и размышлений, он достиг понимания Истины и свободно путешествовал во всех трех мирах.*

*Однажды он встретил короля Сурагху, которого знал ранее. Два просветленных короля приветствовали друг друга. После этого Паригха спросил Сурагху: «Ты достиг осознания своей истинной природы благодаря наставлениям мудреца Мандавьи, я достиг того же божьей милостью благодаря проведенной аскезе. Молю тебя, скажи, твой разум теперь находится в совершеннейшем успокоении? Твои люди живут в мире и довольстве? Ты совершенно свободен от страстей?»*

*Том 1, стр.478 – 479.*

Итак, один достиг благодаря наставлениям своего учителя, другой достиг того же благодаря тапасу, аскетичным практикам, которые он выполнял в уединении.

*«Сурагху ответил:*

*«Кто может до конца понять пути господни? Ты и я были разделены большим расстоянием до сегодняшнего дня, но мы встретились. Есть ли что-нибудь невозможное для божественного? Мы были благословлены твоим посещением. Благодаря твоему присутствию у нас пропали все грехи и недостатки, я чувствую, что блаженство близко. Общество хороших и святых людей, воистину, равнозначно высшему состоянию Освобождения».*

*Паригха сказал:*

*«О, король, все действия, совершенные умиротворенным, способствуют радости, не то, что дела других. Крепко ли ты утвердился в состоянии высшего умиротворения, в котором не возникают в разуме никакие концепции и мысли, я имею в виду самадхи».*

*Том 1, стр.479 – 480.*

Здесь есть очень важная фраза: *«Все действия, произведенные умиротворенным*, *способствуют радости*». Это означает, что они помогают живым существам осознать самих себя, свое внутреннее «Я».

Когда ваш ум умиротворен, самоосвобожден и пребывает в естественном состоянии, все ваши действия обладают способностью гармонизировать, оптимизировать, улучшать, уменьшать хаос и энтропию.

Что значит – страдания? Страдания – это не контролируемая обстановка, не контролируемая ситуация, энтропия, хаос. Хаос, энтропия присущи различным системам с низким уровнем самоорганизации, т.е. примитивным, несложным системам. Чем примитивнее система, тем легче она подвергается хаосу. Ее можно уничтожить, сломать. Чем более высокоразвита, духовна или разумна какая-либо система, тем менее она подвержена распаду, хаосу и энтропии. Например, такой системой является наше тело, монастырь, автомобиль, Нижегородская область. Все это примеры различных систем, они на санскрите именуются мандалы.

Описание эволюции различных систем существует в ведических текстах. Эти тексты относятся к классу Вьявахарика, классу текстов, которые описывают эволюцию относительного мира.

Класс текстов Парамартхика, т.е. то, что описывает абсолютное, воззрение, недвойственность – это «Йога Васиштха», «Трипура Рахасья» и другие. Парамартхика занята только Брахманом, Абсолютом.

Но есть другой класс ведических текстов, он называется Вьявахарика. Это знания относительного мира – учения о людях, планетах, странах, мирах, других существах, то, как они развиваются, о вселенских законах и принципах.

Итак, любая система, будь то физическое тело или человеческая цивилизация, может развиваться или может подвергаться воздействию времени, сил энтропии или хаоса. Если это система сложная, высокоорганизованная и сбалансированная, время на нее не может действовать, т.е. она превращает хаос в упорядоченность, в мандалу, в цветущее состояние. И наоборот, если уровень ее сложности и самоорганизации низкий, она не может противостоять хаосу, хаос в нее проникает.

К примеру, была римская империя, была греческая цивилизация, которая породила множество философов. На каком-то этапе они достигли своего расцвета. Даже сейчас по нынешним рамкам это были удивительные структуры мандалы. К примеру, римское право изучается в современных университетах; греческая философия даже человеку двадцать первого века не каждому будет понятна. Поскольку в то время каждый третий был философом, это был период великого расцвета. И возможно многие люди были интеллектуально более развиты тогда, нежели сейчас. Эти две системы были высокоорганизованными, сложноустроенными. У них была сложная система иерархии, саморегуляции, разделения, права и прочего. Те не менее, на некотором этапе системы начали упрощаться. То есть в них возникли какие-то деструктивные тенденции, когда наступило упрощение, понижение самоорганизации. Внутренняя сложность нарушилась, баланс нарушился. Тогда хаос, внешние энтропийные силы эти системы вывели из равновесия – нарушилась структура иерархии власти или экономика. И через некоторое время, как цивилизация греков, так и римская цивилизация исчезли, будучи не способными противостоять другим более успешным системам или силам. На их месте появились другие цивилизации.

Именно таким образом происходит развитие, достижение расцвета и распад различных систем, то же самое с физическим телом.

Физическое тело – это также определенная структура, мандала. Если физическое тело обладает высоким уровнем самоорганизации, внутренней сложности, оно может регулировать свое состояние, накапливать свою энергию, балансировать пять элементов. Но если оно не обладает должным уровнем сложности, через некоторое время, в процессе старости силы энтропии и хаоса начинают нарастать и усиливаться; баланс элементов и уровень жизненной силы больше невозможно поддерживать. Тогда оно исчезает, разрушается.

Но если приложить большую ясность к какой-либо системе, мандале, и эту ясность не упускать, а напротив, наращивать непрерывно, то эта ясность будет постоянно повышать степень сложности той или иной системы. Тогда мандала будет становиться все более сильной, цветущей, структурно развитой, сложной. Она будет усложняться, она будет обретать гибкость и благодаря этой гибкости она сможет без труда отвечать на вызовы времени. Она сможет интегрироваться с любыми вызовами времени. Время – это изменение, это поток непрерывных самскар. Интегрируясь с такими изменениями, она легко их сможет самоосвобождать, т.е. превращать в чистое состояние, в чистое видение. Такая система может существовать вечно, не подвергаясь времени.

Достижение освобождения – это именно усложнение внутренней структуры, внутренней самоорганизации сознания, не упрощение.

Многие не совсем верно понимают, они думают, что выйти за пределы ума – это значит стать простым, подобным ребенку. Не совсем, простота – это не то, что здесь имеется в виду. Стать простым означает, что нет ментальной запутанности, нет логической, интеллектуальной запутанности, нет сложных эгоистичных конструкций. Действительно, это простота. Пробужденное состояние – это предельная простота. Но это никак не состояние ребенка, близкое к животности или близкое к бессознательности.

Наше внутренне «Я» – это предельно самоорганизованное, предельно сложное состояние. Это обязательно повышение сложности и повышение самоорганизации. Но при этом эта сложность, она не запутанная, она ясная, и она не умственная, не логичная. Она парадоксальная, она даже невыразимая умом. Это сверхсложность.

Например, каждый йогин обладает способностью к саморефлексии, и то, что не замечает обычный человек, йогин способен замечать или самоосвобождать. У него есть различные способы углубления и очищения сознания, т.е. он более сложно устроен как личность, но при этом он не запутан. Если он обретает очень высокий уровень сложности, начинается проявление различных феноменов. Допустим, сиддхи, проникновение в тонкие миры, мудрость понимания священных текстов, ясность, непрерывность сознания.

Этой сложностью наше Высшее «Я» обладает по определению. Другими словами, внутри вас есть какая-то очень сложная вещь. Вы даже сами, может быть, об этом не подозреваете. Внутри вас есть свет Высшего «Я». Этот свет очень непростой, он сам уже по определению обладает сверхсамоорганизацией и сверхсложностью. Нужно просто, чтобы относительный ум установил с ним контакт и начал получать пользу. Но человек, даже обладая этим сверхсложным, сверхорганизованным светом, не получает от него пользы, потому что его ум не нашел дорогу к нему. Но когда мы находим дорогу к этому свету, наш ум начинает получать от этого пользу.

*«О, мудрый, молю тебя, скажи, почему под самадхи подразумевается только состояние ума свободное от мыслей и концепций? Если знаешь Истину, выходит ли разум из самадхи, когда ты занимаешься делами или размышлениями? Нет. Просветленные всегда в самадхи, даже если занимаются мирскими делами».*

*Том 1, стр. 480.*

В этом выражена вся сущность Учения Лайя-йоги стадии нидидхьясаны – «Просветленные всегда в самадхи, даже если они занимаются мирскими делами».

Вначале самадхи возможно только в сидячей медитации. И вначале мы испытываем самадхи исключительно через дхьяну, погруженность. Легче всего испытать самадхи через погруженность в дхьяне, выполняя Махашанти, тем, кто имеет интровертивный ум. Но иногда некоторые, выполняя Махашанти, впадают в прострацию, в такое неясное, затуманенное состояние. Если такое наступает, нужно срочно корректировать медитацию. Сидение в медитации неясного состояния – это вещь пагубная, это путь в мир животных. Лучше быть в бодрственном состоянии, чем утверждаться в такой медитации. Потому что сонливость, затуманенность и неясность – это функция мира животных, это даже ниже, чем мир людей. Таких состояний следует насколько возможно избегать.

Но по мере того, как мы обретаем навыки созерцательной жизни в повседневности, наступают проблески, быстротечные самадхи, когда мы занимаемся обыденными делами. Это уже не вы занимаетесь делами, а ваш внутренний свет играет посредством вашего тела. Вы же сами постоянно в нем пребываете. Святой отличается тем, что он никогда не покидает этого внутреннего света. Благодаря этому он свободен от концепции «Я делаю».

*«С другой стороны, если разум не находится в равновесии, самадхи недоступно, даже если непрерывно сидеть в позе лотоса.*

*Знание Истины – это тот огонь, который сжигает все надежды и желания, как если бы они были сухой травой – именно это называется самадхи, а вовсе не соблюдение молчания! Состояние самадхи – вечное блаженство, чистое восприятие того, что есть, отсутствие чувства эго, выход за пределы двойственности, свобода от беспокойства и желания приобрести или отказаться. С самого момента понимания, состояние самадхи в мудром становится постоянным, он его никогда не теряет и не прерывает даже на миг. Как время не забывает двигаться, так и человек знания не забывает истины. Как материальный предмет остается навсегда материальным, так человек знания всегда остается человеком знания».*

*Том 1, стр. 480.*

Итак, Сурагху отвечает этому царю:

*«Поэтому я всегда пробужден, чист, я в гармонии с самим собой и в состоянии самадхи. Разве может быть как-то по-другому? Как может быть что-то иное, кроме истинного «Я»? Если «Я» всегда есть все во всем, как состояние может оказаться не самадхи? И что вообще может быть названо самадхи?»*

*Том 1, стр. 481.*

Сурагху говорит: «Я всегда в гармонии с самим собой и в состоянии самадхи». Естественное состояние называется естественным именно потому, что мы пребываем в глубокой гармонии с самим собой.

Гармония с самим собой наступает тогда, когда наше сознание центрировано, когда оно находится постоянно в центре. У нас нет ложных целей, но это не означает, что мы не ставим цели. У нас нет фальшивых надежд и ожиданий. У нас нет комплексов и обусловленности прошлым опытом. У нас нет приятия чего-либо, но при этом у нас есть предпочтение, которое есть просто в силу того, что мы имеем тело или карму. У нас нет отвержения, но при этом мы понимаем, что одни вещи благоприятны, а другие не благоприятны.

Такая гармония с самим собой означает, что теперь все стало целостным, объединенным, в нас нет расколотости, расчлененности, фрагментарности. Мы постоянно пребываем в единстве с Высшим «Я» и смотрим на мир только глазами этого единства. И с точки зрения этого единства этот мир тоже есть наше «Я», значит, с ним нет никаких противоречий.

Человек находится не в гармонии с самим собой, когда есть противоречия. Допустим, внутри есть желания, а вовне их удовлетворить невозможно. Или когда сознание отягощено прошлой памятью, различными впечатлениями или комплексами. Или когда есть надежды, а они не могут выполниться. Все это отсутствие гармонии с самим собой.

Но когда все это исчезает, подлинная гармония наступает. В такой гармонии нет даже цепляния за личностное, персональное «я», поскольку наступает самоотдача, отпускание. И теперь существует не капля, а Океан – Всевышний Источник. Просто он проявляется через относительное тело и ум.

Когда такая гармония обретена, как минимум, что человек может сказать: «У меня больше нет проблем. Вообще нет проблем. Нужно, конечно, есть и спать, ну и все. А в остальном все хорошо».

У человека нет никаких проблем, кроме самых сущностных, которые нужны по природе. Даже если так случится, что никакие его желания не реализуются, он будет счастлив. Даже если он не будет ничего иметь, он тоже будет счастлив. Будет ли он один и молчать, или он будет всю жизнь с другими и говорить – не имеет никакой разницы. Будет ли у него высокий статус или низкий, у такого человека уже нет проблем. Будут ли его хулить и оскорблять или, наоборот, будут его почитать и возносить до небес. Почему? Потому что он находится в гармонии, и он теперь хозяин своего состояния, а не другие. Ни события, ни погода, ни внешние люди, ни информация больше не являются хозяевами его состояния. Он обрел целостность, самодостаточность, независимость.

Независимость не следует путать не с эгоистичностью, не с высокомерием. Эта независимость есть цельность – цельность, основанная на естественном состоянии. Такой человек счастлив в любом положении, он подобен неваляшке – кукле, которую если отклонить и положить ее на бок, она все равно встанет в нужное положение. Его можно отклонять любыми способами, но он все равно возвращается. Поскольку его счастье больше ничем не обусловлено.

И чем быстрее йогин станет таким ни чем не обусловленным существом, тем лучше для его духовной практики.

Когда же такое необусловленное состояние наступает? Когда мы обнаружим свою природную сущность и отпустим свое эго, подчиним его этой природной сущности.

Когда человек становится такой необусловленной сущностью, он естественно сияет, и это сияние видно, потому что как минимум он не имеет никаких проблем. Даже если ему не положить пять кусков хлеба на прасад, у него не будет проблем, и он не будет гневно выговаривать повару за это. Даже если его оскорбить, у него тоже не будет проблем, у него будет, скорее, сострадание, и он подумает: «Что-то у него, наверное, проблемы, бедняга, раз он так ведет себя». Но это его самого никак не заденет. И даже если что-либо проявится не так, сам он не почувствует какой-то проблемности, даже если он чего-то добивался, но это не вышло. При этом он не является не способным что-либо делать, и он очень эффективен. Если он что-либо делает, он к этому не привязывается, но он добивается этого. Он добивается этого естественно, даже без какого-то напряжения, просто за счет внутренней ясности и находчивости. Он не безволен и может проявлять свою волю, когда это нужно, но его воля никак не связывает его, поскольку у него нет привязанности к целям, планам или надеждам.

В любом случае он является счастливым, он является победителем. Даже когда он проигрывает, он умеет извлекать из этого пользу. И на самом деле даже его поражение становится его победой.

ОМ!