*29 сентября 2010 года.*

*Духовная практика – это наука.*

*Как овладеть сущностью Учения.*

*Ответы на вопросы. Запорожье.*

Учение Ануттара Тантры, которое является Лайя-йогой, и любое серьезное духовное учение – это наука. Это очень глубокая, сложная божественная наука. Как просветлять свой разум, призывать божественные силы, как очищать свою энергию – это очень древняя, сложная божественная наука, данная богами, святыми мудрецами по линии Учения преемственности. Если вы хотите извлекать пользу, просто надо изучать все детали и тонкости этой науки. Есть часто современный модный подход new age, дескать «все есть Бог, все едино, я не хочу догматов, я хочу играть, танцевать, ни во что не вникая, и достичь Просветления». Но это незрелый подход. Никакая истинная Дхарма не пытается вас ограничить, она никогда вас не ограничит, и никакие догматы на самом деле никому не нужны, ни вам, ни святым. Вы не обязаны никому и ничем.

Садхана – это то, что дарует нам свободу, дарует нам пробуждение, это наука, пришедшая к нам из древней божественной культуры, из более высоких измерений и воспринятая святыми. Просто в этой науке надо хорошо разобраться. Важно понимать, что ты делаешь, смысл ритуалов, если они проводятся, значения мантр, если они читаются. То есть надо стать специалистом, который понимает, чем он занимается. Тогда все начнет вас благословлять, давать знаки реализации, продвигать. Поэтому глазами начинающего человека, который не знаком с линией, с принципами философии, все выглядит, может, непонятным еще. Это подобно тому, как вы придете к профессору в университет, где изучают квантовую физику. Вам надо признать, что вам просто надо учиться многому, понимать, разбираться в тонкостях, как первокурснику студенту, что сразу не получится, сразу вы не сможете.

Но если вы всему научитесь, станете мастерами, профессионалами, вы получите через Учение все. Учение дарует все, оно потому и называется – драгоценность, чинтамани: бессмертие, сиддхи, счастье, внутреннюю реализацию, решение психологических проблем – это само собой, очищение кармы, способность оперировать материальными энергиями, освобождаться от времени и пространства, при условии, если мы этим Учением овладеваем.

Важно, когда мы приходим в Учение, стараться изучать Учение в состоянии пустого сосуда, то есть должным образом. Допустим, у нас есть собственный личный опыт практики некой, внутренней, есть собственная картина мира, собственные представления. Но часто, если мы пытаемся накладывать собственные представления, то это может нам помешать. В Учение надо приходить с пустым сердцем, с пустой душой.

Допустим, есть такое выражение, что каждый считает себя знатоком в поэзии и политике, каждый дает советы, но никто не пытается давать советы в ядерной физике, в математике. Но каждый считает себя знатоком и способным критиковать других или как-то накладывать свои подходы в политике, в культуре. Но я бы сравнил Дхарму именно со сложным предметом, который надо постичь. Пока вы его не постигли, надо отбросив свой прежний опыт, просто старательно его изучать, тщательно, старательно изучать. Когда мы тщательно, старательно изучаем Учение, мы становимся в нем профессионалами, мастерами, не новичками-дилетантами, а Мастерами. Важно понять, что Мастер, глубоко постигший суть Учения, по-настоящему способен достичь очень многого. То Просветление, Освобождение, о которых мечтают тысячи обычных людей, миллионы обычных людей, миллионы начинающих, оно невозможно для дилетанта, для новичка, для начинающего. Оно в принципе невозможно для человека, то есть человек не может это постичь. Оно возможно для Мастера, для очень искусного Мастера, того, кто постиг все тайны Учения. Практиковать, значит просто становиться такими мастерами, становится садху. Где есть обычное человеческое измерение, там нет реализации, нет Просветления. Там, где есть измерение садху, есть реализация, Просветление и достижение. Изучение Учения помогает стать нам такими Мастерами, в нем нет чего-то лишнего, что бы нас ограничивало. Главное – понять каждую деталь этого Учения, чтобы оно сложилось в мозаику.

Духовное Учение дарует мудрость, дарует духовную силу, и два этих аспекта – мудрость и духовная сила нам необходимы, чтобы освободиться, чтобы справиться с нашей кармой. Ограничение кармы не так-то легко превзойти, ограничение кармы действуют, и надо отбросить всякие комплексы, как бы такой, шапкозакидательством. Кармы невозможно просто так очистить, невозможно просто так освободиться от сансары, этого мира, выйти из закона рождений и смертей. Только одним воззрением Адвайты, просто так подумав «Я есть Брахман», мы не можем достичь Освобождения. Мы должны опираться и на мудрость, и на метод. И мудрость, и метод – это как два крыла в духовной жизни. Когда мы становимся очень искусными в применении мудрости и метода, мы обязательно получаем результат.

На духовном пути нам нужно очень много качеств: воля, духовная сила, бесстрашие, отрешенность. Мы должны пересмотреть свои ценности, и сделав выбор в сторону Дхармы, бесстрашно по ней идти, будучи готовыми пожертвовать очень многим. Мы должны понять, что духовный путь – это путь, когда можно идти в одну сторону. Если мы идем по духовному пути, а потом возвращаемся назад, то это регресс, возвратная эволюция назад. На духовном пути нам понадобится вся наша духовная сила, самодисциплина и собранность.

Благодаря этому можно пройти испытания в этой жизни, которые обязательно будут, если вы идете по духовному пути. Если у вас есть вера, духовная сила, то вы проходите с честью эти испытания. А то, что эти испытания будут, вы не должны даже сомневаться. Потому что сансара, вот эта смысловая ловушка, черная дыра искаженных смыслов, просто так никого не желает отпускать. Эти испытания для каждого приходят по-своему. Например, человек только пытается стать монахом, ему подворачивается престижная работа, красивая девушка, все, о чем он мечтал, неожиданно исполняется в тот самый момент, когда он решил стать монахом, и он начинает колебаться. Или вы долго собираетесь ритрит пройти, и тут все в вашем бизнесе начинает идти так, что нельзя ни в коем случае уходить. Или именно в тот момент, как вы приняли ритритное обязательство, просто ваши родственники обладают какой-то невероятной к вам любовью, привязанностью, начинают вам звонить и вспоминать о вас, и объясняют, почему вы должны приехать обязательно именно сейчас. Это потому, что происходят измерения в тонком мире, и тонкие существа, с вами связанные, реагируют на ваши выборы, и есть кармические кредиторы, которые боятся, что вы не отдадите им кармические долги. Они беспокоятся и пытаются помешать вам идти по пути. Есть разные завистливые существа, которые сами раньше были людьми, но не преуспели в духовной жизни. Их очень раздражает человек, который идет по духовному пути, они всячески стремятся помочь уйти ему с духовного пути. Таких называют йога-брашта (падшие йогины), брахма-ракшасы (падшие брахманы), которые могли переродиться ракшасами, много различных духовных существ.

Есть различные кармы, которые созданы вами. Когда вы начинаете обретать целостность, это значит, вы должны растворить все кармы в свете Высшего Я. Они должны все вплотную к вам приблизиться и впитаться через чакры в центральном канале, и раствориться. Все кармы – это удаленные уголки вашего подсознания. Когда вы начинаете созерцать, читать мантру, выполнять садхану, становитесь целостными, все удаленные уголки вашего подсознания начинают пробуждаться, активироваться и приходят к вам, направляются к вам. Они приходят к вам, потому что вы являетесь источником света. Они стремятся к вам бессознательно, как мухи на свет лампы. Чтобы раствориться в свете Высшего Я.

Но если ваш свет еще слаб, то они будут оказывать на вас сильное влияние. Как часто пишут о христианах монахах, которые постоянно ведут борьбу с бесами и демонами. Эти бесы и демоны есть неочищенные части их подсознания, их собственного ума, которые им пока не под силу растворить. Потому что у нас есть в тонком теле такие энергии, которые обладают очень большой силой. Они могли быть созданы давно, ранее, в прошлых воплощениях. Они обладают большой силой, они могут олицетворять какие-то наши греховные состояния, какие-то сложные кармические узлы, это плотные энергии. Когда они к нам приходят, мы чувствуем колебания над макушкой, и некие дуновения, которые опускаются сверху, и некое давление на анахата-чакру, на сахасрара-чакру. Такие энергии приходят не просто когда-нибудь, они приходят в особое время, время действия грах, злых планет. Или в особое время, описанное в тантрийских текстах, когда человек открывается этим энергиям. Например, время какого-то загрязнения ритуального, совершения греховного поступка. Когда мы становимся слабы и уязвимы. Эти кармические кредиторы, используя наш греховный поступок, используя нашу нечистоту в мыслях или какую-либо ошибку, например нарушение самай, они приходят и в это время контактируют с нами. Мы в это время находимся в слабом положении, мы уязвимы в это время. Если мы хорошие созерцатели, если мы обладаем разными методами, находимся в глубоком присутствии, мы можем растворять эти кармы. Но если мы не можем, эти кармы сбивают нас, влияют на нас, и это называется испытаниями на духовном пути. Чтобы проходить подобные испытания, мы должны быть духовно сильными и владеть сущностью Учения.

Как овладеть сущностью Учения? Если вы получаете наставления от своего Матера, изучаете все детали и принципы Учения, понемногу картина мира, которую описывает Учение, становится понятной. Например, есть Учение о том, какие можно совершить ошибки на духовном пути. Анализируя различные ошибки, которые совершаются на духовном пути, я написал такую небольшую брошюру «Ошибки на пути». Если вы изучаете ее и можете понять смысл каждой ошибки, то вы сами их никогда не совершите.

Людей, которые следуют пути садханы, очень много. Но тех, кто идет уверенно, получая знаки реализации, мало. Потому что все мы еще неопытные, и мы все не глубоко понимаем сущность Учения, даже если идем по Пути пять, десять лет и даже двадцать. С точки зрения духовного пути, двадцать лет садханы это совсем немного, потому что духовные истины очень глубоки.

*- Можно вопрос? А если во время чтения мантры возникает очень тонкий, приятный, подобно очень приятному благовонию запах?*

Это может указывать на раскрытие муладхара-чакры. Раскрытие муладхара-чакры сопровождается проявлением танматра запаха, тонкие формы запаха в тонком теле начинают проявляться.

*- Расскажите, пожалуйста, про духовное имя.*

Духовное имя отражает ваш потенциал и вашу текущую карму. Духовное имя – это имя вас как божества в мандале. Допустим, если вы практикуете садхану иллюзорного тела и вообще практикуете, то рано или поздно, когда-нибудь вы все равно станете божествами, это наш путь. То есть мы идем от людей к садху, от садху к джняни, от джняни к сиддхам, от сиддхов к дэватам. Божества, божественные существа, дэваты – это наше будущее. Духовное имя – это семя, которое сажается в потоке вашего сознания в процессе инициации. По мере практики это семя должно расцвести. Если практикуется садхана, соблюдается самайя, это семя рано или поздно расцветает. Оно расцветает с тем, чтобы вы проявились в облике существа, имеющего подобное имя. Некоторые говорят, что инициация духовного имени сжигает 80% прарабдха-кармы, некоторые говорят – 50, это все так… никто не может этого просчитать. Духовное имя очищает родительскую карму, данную родителями в этой жизни.

*- Можно достичь Просветления не в созерцании?*

Смотря кому. Есть люди, которые этого могут достичь, есть те, которые не могут достичь не в созерцании. Это зависит от вашего типа личности. В идеале, это самое прекрасное, самое желаемое и самое естественное. Но одним созерцанием, вот таким прямым, самым естественным путем могут достичь Просветления только садхаки категории дивья. Остальным требуются методы. Если они, неправильно определив свой тип, попытаются достичь просветления одним созерцанием, то может они не успеют за одну жизнь освободить всю карму только одним созерцанием. Им требуется метод. Садхакам категорий пашу и вира требуется метод. Садхаки категории дивья, им тоже требуется метод, но на каком-то этапе садханы они могут перейти на одно только созерцание, они достигнут Просветления этим методом.

С чего вам надо начать – вам надо определить свою категорию. То есть понять, кто вы по качествам, то ли вы относитесь к пашу, то ли к вира, то ли к дивья. Есть такое расхожее мнение, что в Кали-югу все пашу. Сразу отсекается. В общем, надо понять, что если вы такой героический человек, для вас экстремальные ситуации – это ничто, и для вас отречься от мирской жизни – это ничто, вы очень настроены, очень решительны, очень верующий такой, самостоятельный уверенный, предприимчивый, вы не слушаете ничьего мнения, вы верите в дух внутри себя и полагаетесь на святых и богов, но у вас еще есть внутреннее Я, то есть вы такой духовный воин, то вы вира. Для вас ничто не стоит уйти в горы практиковать, отречься от всего, совершить решительный поступок. Все это качества вира. Вы можете долгое время идти на воле, у вас очень сильная воля, выполнять, выполнять, выполнять садхану и даже превозмогать боль, страдания, мирские желания, много терпеть, делать аскезу, тапасью, поститься, в общем, делать не то, что хочет ваше тело, а то, что надо делать. То вы вира, вира-йогин. И даже в этом случае вам нужен метод, кроме созерцания.

А если вы человек слабый, неуверенный, нерешительный, думаете долго, многое вас смущает или пугает, много желаний противоречивых, это считается качества пашу. А если вы божественный, благословленный, вдохновленный, у вас есть божественное вдохновение, вся ваша жизнь как танец, у вас очень много таких святых качеств, много талантов, способность писать стихи, музыку, вы очень смиренны и одновременно очень возвышенны, вы легко постигаете суть философии, декламируете священные писания в детском возрасте, то вы дивья. У вас сразу возникает божественное переживание при виде Гуру, священных изображений, мурти, у вас знаки в снах приходят, естественными талантами усмирения ума, аскетизма, скромности, самодисциплины с детства наделены, то это дивья качества. Говорят, дивья получает реализацию при прямом введении сразу. Просто эта реализация должна нарасти, нарасти и вырасти у него. Ему не надо даже делать никаких методов, он просто остается в присутствии и присутствие его не теряется, непоколебимо, оно нарастает. Но чаще мы представляем собой смешанные типы. То есть мы являемся смешанными типами с доминированием какого-то еще. Дивья – это саттва, вира – это раджас, пашу – тамас.

Бывает так, что человек неправильно определил свой тип, понадеялся на то, что он обладает такими качествами и выбрал неверную тактику садханы. А затем, спустя двадцать лет, он увидит, что не получил должной реализации, что те, кто практиковали более простые садханы, быстрее его продвинулись. Например, Джиду Кришнамурти давал Учение не-метода, Анупайя. Учение Анупая, не-метод, это то же самое, что и Лайя-йога. Ничего не объяснял другого. Нет пути, не надо никаких авторитетов, просто будьте осознанны, будьте без выбора. Люди его слушали и соглашались, что это очень хорошее Учение, через двадцать лет то же самое, они приходят и говорят: «Мы не понимаем, реализованы мы или нет, и у нас нет никаких знаков реализации». Это пример неправильной оценки собственного потенциала.

*- А может практикующий перейти с пашу на дивья?*

Да, может, именно это мы и делаем в процесс садханы. Когда мы очищаемся, наши божественные качества проявляются. И та личность, с которой мы отождествляли себя, тоже меняется.

*- /вопрос из зала про духовное имя/*

Сейчас все духовные имена вы представляете как аспекты Даттатрейи. Поскольку вы начинаем с Даттатрейи, то все духовные имена представляйте как его аспекты. Преображаться можно не только в одно божество, можно иметь возможность преображаться в несколько божеств. У вас есть какой-то ишта-дэвата, избранное божество, то вы всегда его визуализируете в центре как божество мудрости, джняна-дэвата. Вот есть божество мудрости, джняна-дэвата, а есть божество, в которое вы преображаетесь, это божество медитации, дхьяна-дэвата.

*- /вопрос из зала про Кали Югу/*

На эту тему много спекуляций. Грядут некие изменения в жизни многих людей. 2012 год – это точка схождения различных астрологических энергий, но Кали Юга не заканчивается в 12 году, конца света не будет в 12 году. Что-то происходит всегда в мире, но мир будет продолжаться. Может быть не в том формате, грядут геополитические изменения. Изменения, конечно, будут, мы находимся на стыке эпох, на пороге такого глобального смуты/кризиса, как некоторые считают. И в это время некоторые будут развиваться, а некоторые вещи будут исчезать и уходить. Это неизбежно. Это переход к новому формату человечества. Переход к новому мировому порядку, вот что сейчас происходит. И то, что в России распространяется Дхарма, это тоже ростки нового мирового порядка. Этот новый мировой порядок будет создан на других принципах. Человечество будет существовать на других смыслах, целях и ценностях. Но часто, когда приходит новый мировой порядок, старый сопротивляется. Тогда существуют особые существа, которые этот старый порядок просто понемногу убирают, отодвигают. Вот что сейчас происходит.

Есть особый класс существ, который уничтожает застывшие, догматичные схемы развития мира. Этот класс существ наблюдает за ходом развития цивилизации, народов, планет и лок. Если они видят, что какая-то система отношений изжила себя, они ее разрушают, они способствуют этому. Через это мир движется дальше, через это он эволюционирует. Сейчас современный уровень мира, социальных связей, экономика, политика, геополитика подошли к такому порогу, где есть кризис. Кризис экологии, финансово-экономический кризис, кризис в отношениях между сознанием старого мышления и нового. Множество таких кризисов накапливается, и они не разрешаются, старые очень сильно держатся за свои позиции.

Но ничто не может противостоять новому. Новое мышление развивается, люди с новыми кармами воплощаются. Тогда наступает конфликт, но этот конфликт не проявляется, не разрешается противоречие. Тогда коллективное подсознание сбрасывает этот конфликт на негативные сценарии. То есть этот конфликт вытесняется коллективным подсознанием человечества, и проявляется либо в виде негативных сценариев будущего, или в виде землетрясений, каких-то потрясений климата. И если эти конфликты не будут разрешаться далее, если человечество не будет меняться, частота вибраций Земли усиливается, тонкие потоки из тонкого мира, вибрация усиливается. Если человечество не будет меняться далее, оно будет затягивать этим конфликтом, таких негативных сценариев будет порождаться все больше и больше. Это может привести к различным потрясениям.

Но если люди будут адекватны, если они будут меняться вместе со временем, вступать на духовный путь. Это все будет сглаживаться. То есть альтернативы новому мировому порядку – нет. Но мы можем либо сами создать этот мировой порядок, новый стиль жизни, новое мышление, либо он придет все равно. Но придет уже по-плохому. То есть когда не спрашивают, когда нас просто поставят пред фактом – или выживай, или меняйся.

*- Гуру Джи, что мы должны достичь, прочитав миллион или два миллиона мантры Ом?*

Ом читается для очищения тонкого тела и энергетических каналов. В результате чтения мантры Ом вы можете достичь вхождения ветра в центральный канал, глубокого состояния дхьяны, начальной стадии самадхи, пробуждения тонкого тела во сне со сновидениями и вайрагья, бесстрастие к явлениям этого мира.

*- Гуру, скажите, пожалуйста, когда мантру Ом читаешь и она ускоряется, сознание ускоряется и кажется, что медленно читаешь, и начинаешь ускоряться. Нужно ускоряться или нужно стараться держать ее на определенном ритме, и при этом сознание все равно быстрее работает?*

Всегда нужно держать определенный ритм, нельзя следовать за переживаниями. Бывает так, что человек медитирует Махашанти, и у него возникают различные видения, он забывает о Махашанти и начинает практиковать видения, Йогу чистой страны. Он говорит, пошла Йога чистой страны. Занимается Йогой чистой страны, возникает какое-то еще переживание, он говорит, это пошла медитация. Но потом приходят посторонние мысли, и тема медитации забыта. То есть если мы идем на компромисс, на уступки в медитации, и наш стиль медитации такой, то все заканчивается посторонними мыслями и потерянным временем. Если вы выбрали какую-то мантру или какой-то стиль медитации, вы ее должны держаться. Если это Махашанти, то это должна быть Махашанти до конца. А если это Атма-вичара, то это должна быть Атма-вичара до конца. Блуждающий ум рано или поздно приведет вас просто к мыслям.

В этой джапе не надо регулировать дыхание, надо позволить дыханию двигаться естественно. Я вам рекомендую иметь одни главные четки, драгоценная мала, и на этих главных четках выполнять садхану только Ишта-дэваты, начитывать семенную мантру, можно Гуру-мантру на них, и все. А для других целей иметь еще другие четки и хранить эти четки отдельно.

Что благоприятно иметь для садханы из предметов – четки, кавача в серебряном футляре, которая защищает вас, если она была правильно освящена, и вы практикуете кавачу, колокольчик для очищения пространства, призывания божественных существ, ритритный медальон. Ритритный медальон, кода вы его надеваете, он проводит границу между обычным измерением и ритритным. То есть когда вы надеваете ритритный медальон, принимаете обеты и обязательства в ритрите, мауна, например, садхана, значит, вы выходите из одного мира и переходите в другой. И его следует носить, пока не закончится ритрит. Но в обыденной жизни его не следует носить. То есть ритритный медальон означает, что вы приняли определенные обязательства, вы живете в пространстве обязательств ритрита.

Кроме этого есть другие специфические предметы, например, раковина. Есть раковины, завернутые в правую сторону, есть левосторонние раковины. Одна посвящена Вишну, другая – Шиве. Это имеет значение при некоторых тантрических садханах. Барабанчик дамару, который нужен при некоторых садханах призывания, один из атрибутов Даттатрейи, символизирующий мистическую вибрацию, возникающую при творении мира. Все это усиливает садхану, если вы выполняете эти вещи. Обычно практик выполняет призывание благословений, призывание божественных существ, призывание защиты божественных существ, очищение ума, принятие Прибежища, призывание благословений для других живых существ, призывание благословляющей мудрости, проясняющей какие-то аспекты знания, призывание способностей, сиксти, воплощение намерения. Все это вы можете делать, практикуя садхану иллюзорного тела вместе с визуализацией древа Прибежища.

*- Я хочу понять, почему Махариши … считал, что мантра Ом только для отшельников и не рекомендовал ее применять для учеников?*

Если вы много читаете мантру Ом, то вас покидают привязанности, вы выходите из этого мира, ваша карма очищается. Мантра Ом – это мантра освобождения. Особенно, если вы читаете ее с акцентом на «м». Одна женщина много читала мантру Ом, ей садху один сказал: «Если ты будешь много читать мантру Ом, то ты отделишься от своей семьи, от общества и станешь садху. Поэтому читай лучше Гаятри». Но я говорю так, что если вы читаете мантру Ом особым образом, с концентрацией на «а», если вы хотите иметь оставшиеся связи в миру, вы можете читать мантру Ом, но с концентрацией на слоге «а». А если вы хотите полную саньясу, монашество, полный уход от этого мира, вам надо читать с концентрацией на «м». А если вы хотите жить как брахмачари, который еще не полностью ушел от мира, но стремитесь развить мир тонкого тела, мира сновидений, вам надо читать с акцентом на «у». Но если вы побаиваетесь читать мантру Ом, что все привязанности вас оставят, все окружение вас оставит, что ваш бизнес развалится, вы можете не читать мантру Ом. Это допускается. Это ваш выбор. Я вас предупреждаю, это может быть. Вы можете заменить ее на мантру «Гаятри». То есть все мирские цели, мирские планы вас оставят, так со мной было. Но я не пожалел ни секунды.

*- /реплика из зала/*

На какой слог. Я вам рекомендую начать с «у», пробудить тонкое тело, «м» - каузальное тело, Пустота, это слишком великая вещь. Быстро нельзя призывать ее в свою жизнь, надо постепенно. Один дзенский Мастер в Санкт-Петербурге проводил ритрит по медитации Пустоты. И он так ударно дал… Он сам много медитировал, он монах, ему терять нечего, он проводил в небольшом помещении, всего для двадцати мирян. Миряне под его благословениями получили переживание пустотности. Когда один из учеников приехал домой, стал такой и говорит «Все есть Пустота, все пустотно». Он раздал все свои вещи, раздал все, что у него есть, порвал паспорт, все.

Иногда некие духовные искатели в Индии получают от Учителей большое вдохновение и благословение, и проходят какие-то практики, затем приходят, выбрасывают свой паспорт в Гангу, выбрасывают деньги, хотят жить, как Нага Баба. А через три месяца они приходят в себя и понимают, что им надо ехать, приходят в посольство Российское, просят денег, восстановить паспорт, дать им справку, чтобы добраться до России. Мы должны быть в этом смысле трезвыми. Надо сначала пробудить тонкое тело, понять мистику, измерение тонкого тела, приучиться жить в мире духовной магии, а потом уже идти к каузальному телу, к Пустоте. Потому что если вы не прошли опыт тонкого тела, мир Пустоты просто вас шокирует. Вы можете потерять в нем свою личность, надолго утратить свои санкальпы, намерение эволюции. Это как Черная Дыра, которая вас поглотит, и вы можете в ней потеряться.

Это ошибка, которая называется в Учении как потеря действия во взгляде, или потеря действия в осознавании. А мы не должны терять действие. Практикующий должен на относительном уровне четко понимать свой прогресс, свою эволюцию, свое движение вперед, желаемый образ будущего. Он должен быть успешным, бодрым, удачливым, идти вперед все время.

Иногда бывают практики, которые подошли к Пустоте, их сознание впало в прострацию. Они уже ни там и ни здесь. Назад дороги нет, а вперед они не могут двигаться, потому что утратили волю к практике, к работе над собой, к самодисциплине, как бы в таком зависшем состоянии. Это неправильная позиция.

На относительном уровне наша воля должна работать, прогресс должен быть. Мы должны понимать свою эволюцию, видеть перед глазами желаемый образ будущего. То есть наша задача не стать пляшущими умалишенными на полпути. Божественные существа, сиддхи – это существа, обладающие очень высокой энергией, самодисциплиной, ясностью, они четко, хорошо понимают, чего они хотят в своей жизни. Они понимают, что их нет, что их цели иллюзорны, что мир пустотен. Но они также хорошо понимают, как работать с энергиями, как воплощать намерения, все законы этого мира, они хорошо все это понимают.

*- Гуру Джи, я последние восемь лет практикую мантра-йогу, которую дал мне Махариши Мандешьоти.*

Вам лично дал Махариши?

*- … нет, Учитель… И эта мантра вошла в большую силу, то есть я практикую медитацию дважды в день по часу, это последние пять лет. …. Но вот именно эта мантра-медитация, она дает такую огромную силу, переживание самадхи и реализацию на внешнем плане. И последнее время меня влечет познать Путь, который я получаю от Вас. Как мне сейчас лучше распределить внимание садханы. Может быть, медитировать час с помощью этой мантры, а остальное с помощью новых. Или как-то может лучше другой найти вариант?*

Сначала просто изучите учение Лайя-йоги, нужна теоретическая база. Если вы решили идти по пути Лайя-йоги, вы можете читать вашу старую мантру, но не делайте ее главной садханой. А потом ваш ум сам разберется. В Лайя-йоге есть много садхан, и есть садханы, которые надо делать главными, а есть второстепенные. Есть древо Учения, и вот ствол – это самые главные методы, есть корни – это принципы Учения, то есть корни Учения – это три свободы. Учение можно представить как большое дерево. Ствол Учения – это Праджня-янтра, искусство созерцания. Есть ветви Учения – дополнительные методы, а есть листья и цветы – второстепенные методы.

Важно, когда мы изучаем Учение, понять иерархию методов. Допустим, ошибкой будет, если вы берете метод-цветок или метод-листок и делаете его стволом. То есть вы абсолютизируете какой-то дополнительный метод, и это с точки зрения Учения, методологическая ошибка. Или, наоборот, мы берете метод ствола, его отодвигаете в сторону и делаете его неважным, это тоже методологическая ошибка. Если вы сделаете эту мантру цветком или листком, то это не будет ошибкой. Некоторые вещи, которые дополнительные, мы их делаем время от времени, для каких-то целей. А есть вещи, которые главные, которые мы должны делать всю жизнь, на которые нужно ориентироваться, делать смыслом своей садханы.

- *Гуру, скажите, пожалуйста, вот мы говорим о чтении мантры Ом с акцентом на «а», с акцентом на «м»…. как это отличается, и может читать… не разделяя.*

Это вы можете делать в том случае, если у вас зарождено базовое созерцательное присутствие, то есть вы владеете Шамбхави-мудрой, то вы можете делать это, это хороший способ. Этот стиль чтения – в стиле Лайя-йоги, но просто не каждый владеет Лайя-йогой. Мы все практикуем, но не все мы владеем еще Лайя-йогой. Потому что Лайя Йога – это высокое Учение. Оно предполагает, что мы обнаружили базовое созерцательное присутствие. Мы смешиваем с базовым присутствием все методы, которые мы делаем – асаны, мантры. Вопросы еще?

*- /вопрос из зала/*

Допустим, вы выходите завтра за ворота, и вот если вы выходите в этом тонком осознавании, вы внимательны к нему. И все, что вы ни делаете, вы внимательны к этому осознаванию, оно будет некоторое время оставаться с вами. Вам надо постараться не отвлечься от него, вам надо сделать это главной целью своего ближайшего года следующего. Постоянно бороться за внимательность к этому осознаванию. Именно по причине невнимательности мы его теряем, по причине внимательности оно развивается.

Вам надо заручиться поддержкой двух друзей: бдительность, которая следит за вашей внимательностью, и сама внимательность, которая обращена на это осознавание. Если эти два друга будут рядом, то это осознавание будет держаться, и вы его сделаете своей практикой главной. Однако, кроме этого, вам надо делать то, что обычно делаешь, что его поддерживает. Одно осознавание быстро потускнеет, если вы вернетесь к обычным делам. Если вы ежедневно изучаете священные тексты, это в йоге называется свадхьяя, один из базовых принципов ниямы. Ежедневно посвящайте два часа чтению «Йога Васиштхи», «Трипура Рахасьи», других текстов Учения, лекций. Кроме этого, так организуйте свой распорядок, чтобы у вас было утреннее и вечернее время садханы. В обычной жизни стремитесь накапливать заслуги, понимая, что не чью-то судьбу, а именно вашу заслуги улучшают. Тот, кто хочет быть счастлив, ему надо накапливать заслуги. Если вы хотите добиться успеха, вам надо накапливать заслуги. Заслуги меняют судьбу к лучшему, они вашу линию судьбы выравнивают. Те провалы, которые были, кармические ямы – все они сглаживают. Они изменяют траекторию вашей жизни к лучшему.

Следующий момент – очень важна хорошая компания, надо общаться с себе подобными. С кем вы общаетесь, те вибрации и проникают в вас. И как йогу надо стремиться быть в правильной, хорошей компании.

Следующий момент, надо так организовать вашу жизнь, чтобы в вашей жизни были периодически периоды уединения, где вы могли бы сконцентрироваться на интенсивной садхане. Если в месяц вы можете проводить однодневный ритрит – это хорошо. Если не можете – вы можете приезжать в Дивья Локу, проводить три дня в месяц в ритрите. Чтобы не подвергаться целям, смыслам и ценностям сансары, вы должны создавать собственную культурную среду и вырабатывать собственные смыслы. Зачем нам смыслы сансары? Зачем нам ценности? Мы садху, и нам надо вырабатывать свои ценности. Но чтобы это происходило, нужен эффект синергизма, то есть когда много людей собираются, они начинают смотреть, что мы определенная сила, у нас есть своя культура, свои ценности. Тогда, помогая друг другу, мы создаем такое духовное поле, и в этом поле легко практиковать. Но если вы разъедетесь и забудете о том, что вы были садху на семинаре, что вы приняли саньясу, что вы следуете пути, вы будете жить одиноко своей жизнью, работать, снова поглотитесь привычным событийным рядом причин-следствий, то все это останется и затухнет до следующего года, следующего семинара в Коблево. Это способ, как не надо практиковать садхану. Духовные люди должны жить вместе, должны общаться, жить общими смыслами и ценностями, поддерживать связи друг с другом, поддерживать связь с коренным Гуру, участвовать в общих целях, проектах и задачах. Если вы не отшельник, индивидуал, который вообще забыл про мир, то это необходимо. Если вы решили вообще забыть про мир, соблюдать мауну, вы подошли к Гуру, получили саньясу, Гуру-мантру получили, наставления по садхане, благословения и все, исчезли, и всю жизнь живете в горах. Есть такой один такой ученик, он приезжает раз в три года, получает от меня наставления и дальше практикует.

Но в других случаях, если вы чувствуете, что ваша карма не позволяет вам этого, вам нужен социум, культура, общение, без этого вы не сможете расти. Все это мы называем будха-кшетра, поле Пробуждения, все это мы называем сангха, три драгоценности. Через три эти драгоценности мы растем, очищаем карму, получаем знаки реализации, духовно эволюционируем. Мы же существа социальные, для нас это пока важно, пока мы не обрели способность всю жизнь сидеть в ритрите, соблюдать мауну, разорвать все социальные связи. Если не будет духовного социума с духовными целями, будет мирской социум с мирскими целями. Он все равно обусловит нас и вынудит следовать его системе ценностей. Один святой давал такие наставления: «Покинь общество людей и находись в компании собак». То есть живи где-то в горах, живи в отшельничестве. Но мы страна, в которой нет духовной культуры, мы не сможем жить в компании собак. Допустим, вы здесь не сможете жить, как Нага Садху в Индии живут. Если вы будете просить подаяние, люди будут думать, что вы не садху, а нищий. Поэтому мы живет в компании практикующих.