**2005 – 11 – 09.**

 **Намастэ-крийя, принцип и смысл выполнения.**

**Текст «Учение о воззрении и поведении».**

 **Утонченность взаимоотношений ученика с Учителем.**

 Вначале лекции вы каждый вечер делаете жест, который называется Намастэ-крийя – жест почтительного приветствия или Прартхана-мудра – знак молитвенного взывания к Высшим Силам Мироздания. Когда вы это делаете, вы должны понимать то, что вы делаете. Эта мудра позволяет быстро установить связь с причинным телом, со Всевышним Источником, с интуитивным сознанием буддхи и погрузиться в глубокое состояние единства и созерцания.

Согласно учению Йога-тантры сиддхов, эта мудра управляет тонкими каналами астрального тела манаваха-нади благодаря замыканию солнечного и лунного каналов, когда вы соединяете руки в области анахата-чакры. Она естественно углубляет осознанность, усиливая Брахма-ахам-бхаву, т.е. отождествление «Я есмь Абсолют»; естественно, без каких-то уж больших усилий распахивает ум. Этот жест также традиционно благоприятен для активизации анахата-чакры, сублимации сексуальной энергии. Эта мудра является знаком или жестом самоотдачи, самотрансценденции, превосхождения узкого, эгоистичного, малого «я» и призывание нисходящей божественной силы (шактипатха), силы Ануграхи.

 Когда вы ее выполняете, вы складываете руки у груди так, чтобы предплечья касались груди, а большие пальцы касались основания горла. В другом варианте вы просто складываете руки перед грудью. Таким образом, каналы ида и пингала замыкаются, и ветер начинает наполнять сушумна-нади на уровне груди.

Выполнив мудру, вы входите в однонаправленное созерцание, сосредоточиваясь на Всевышнем Источнике и успокаивая ум. Затем расслабляетесь и отпускаете себя, позволяя молитвенному состоянию как бы подхватить вас, и продолжаете открываться нисходящей силе, чувствуя себя «полым бамбуком», проводником Чити или Ануграха-шакти, божественной силы самораскрытия.

Когда вы выполняете Гуру-йогу с ОМ в центре груди, т.е. когда мы поем ОМ и вы делаете визуализацию в коллективных практиках, вы выполняете Намастэ-крийю. Также традиционно считается при встрече учителя, духовного наставника, монаха, значительно более старшего по уровню и опыту, чем вы, а также равного вам, когда вы хотите подчеркнуть свое уважение, вы делаете Намастэ-крийю или Прартхана-мудру. Разумеется, при не посвященных, посторонних людях, вне монастыря, на улице или в городе эту практику демонстрировать не рекомендуется, а при необходимости приветствовать тех, кто выше вас, вы просто делаете поклон головой. Таковы обычно правила ее выполнения.

Когда вы делаете, вы должны вслед за этой крийей чувствовать ее бхаву, не должно быть так, что мы делаем этот жест без внутренней бхавы, как-то формально. Этого ни в коем случае не должно быть, вы должны осознавать сакральность этой практики. Это не должно быть данью формальному подходу, тогда лучше ее вообще не делать.

Это связь с высшими силами. К высшим силам уместно только одно отношение – безграничного благоговения и почтения, безграничного, внимательного, чуткого отношения, благоговения и почтения.

Ощущение безграничного благоговения и почтения естественным образом присуще духовно-опытному йогину, он постоянно в нем пребывает, он ни на миг не теряет этого возвышенного состояния. Ему не нужны какие-то вдохновляющие шактипаты. Ему не нужно быть в Индии в окружении чего-либо. Он опирается исключительно на свою зрелость в практике, на присутствие осознанности. Только за счет такой практики осознанности и зрелости он чувствует связь со святыми, Линией Передачи, с Древом Прибежища, духовным Мастером. Он постоянно пребывает в таком возвышенно-благоговейном состоянии. И тогда в нем нет больше каких-то двойственных, нечистых мыслей, клеш, омрачений, удрученного состояния. Все это невероятно для практика, который понял это.

Но прежде чем мы реализовываем это состояние, нам придется достаточно потрудиться.

Почему живые существа страдают? Потому что им не понятно, как это – быть в этом состоянии. И нужны многие годы, большие испытания, серьезное обучение, чтобы раскрывать эти тонкие уровни и устанавливать контакт со своими тонкими телами. Даже если мы слушаем десятки лекций, все равно мы должны проделать колоссальную духовную работу, чтобы знания, переданные на лекциях, стали нашими собственными.

Этот текст я написал для того, чтобы прояснить учение о двух истинах или учение о воззрении и о поведении. Как правило, учение о двух истинах – это наиболее сложная тема, которая вызывает замешательство иногда даже у опытных практиков, более того, даже для богов, сиддхов эта тема традиционно считается глубокой и сложной, не говоря о практикующих людях и монахах.

Поэтому на основе различных текстов, Упадеш святых и Тантр я написал такой текст, чтобы свести все возможные состояния к этому наставлению.

Обычно, если мы говорим о неведении, то неведение возникает из непонимания истинной природы, к примеру, непонимания своего состояния или непонимания, как интегрировать свое состояние с внешним миром.

И это непонимание можно отнести к двум вещам. Первое, это непонимание воззрения, т.е. взгляда, видения, истины о недвойственности. А второе, это непонимание поведения, т.е. своего места как личности в этом воззрении. Наконец, третий вид непонимания, это непонимание, как они должны совмещаться, как соединить воззрение с поведением. Наконец, четвертый вид непонимания, это непонимание закона, как нисходить в воззрении и как восходить в поведении. И наоборот, если вы проясняете эти четыре вещи и понимаете, вы становитесь по-настоящему многоопытным практиком.

Что значит нисходить в воззрении и восходить в поведении? Нисходить в воззрении – означает привносить высший взгляд в повседневную жизнь, «небеса на землю». А что значит восходить в поведении? Это значит пытаться соединить землю с небом, постоянно совершенствовать себя в относительном уровне.

**Наставления близкому ученику**

**О двух Истинах или Песня о том, к чему**

**стремиться в воззрении и в поведении.**

Я специально написал здесь «близкому ученику». Обучение у духовного Учителя – это всегда нечто очень интимное, это близость. Это близость, даже превосходящая человеческую любовь, которая считается традиционно в мире людей вершиной отношений. На самом деле, обучение у духовного Мастера – это нечто гораздо более глубокое и близкое. И подлинное учение всегда проникает в сердце только близкого ученика, неважно, находится ли этот ученик далеко или близко, рядом. Близкий ученик – это тот, кто находится в глубине самайи, в состоянии сонастроенности, в состоянии духовного единства с Мастером. Это тот, который пытается посмотреть на мир глазами Мастера, стать настолько открытым, принимающим, пустым, обладать таким доверием, чтобы синтегрироваться и войти в такое единство. Именно это называется принципом Гуру-йоги. Без такой близости очень трудно ученику понять то, о чем говорится. Учитель часто может быть для ученика «продавцом воздуха». «Продавец воздуха» – это когда говорят о чем-то, кажется, будто о нечто нереальном, когда Учитель говорит, а ученик вообще не может понять, о чем это он? Когда кажется, что это нечто абстрактное и запредельное.

Но я никогда не хотел бы, чтобы я был для учеников «продавцом воздуха», т.е. мое искренне желание, чтобы ученики получали от Учения пользу. Но от меня не все зависит, от меня зависит примерно 50%. Остальное зависит от ученика, от того, насколько он будет усерден, открыт, восприимчив, глубок в изучении, насколько он будет стараться быть достойным сыном своих патриархов. Только тогда, когда есть эти вторые 50%, по-настоящему возможна передача.

Поэтому я сознательно вставил сюда – «близкому ученику». Не близкий ученик вряд ли получит какую-то серьезную, большую пользу, т.е. ученик, глубоко не прояснивший принцип самайи, не вошедший глубоко в духовную Линию Передачи.

Близость с учителем означает сонастроенность, это означает войти в эту самую духовную волну, получить передачу вот этой тонкости духовного искусства, потому что истины, которые мы рассматриваем, и энергии, которыми мы оперируем, не то чтобы тонкие, они сверхтонкие. И чтобы их уловить, именно нужна вот такая утонченность. Разумеется, такая утонченность возможна, когда у вас есть полное, глубокое состояние понимания, преданности, осознавания, и она не за один год выращивается.

Как правило, ученик, построив взаимоотношения с духовным Учителем, должен очень дорожить ими, потому что эти взаимоотношения очень важны для него. Более того, тексты говорят, что выше этих взаимоотношений, в принципе, и быть ничего не может. Говорят так, что ошибку в отношении Бога может поправить духовный Учитель, но ошибку в отношении духовного Учителя даже сам Бог бессилен, потому что Бог действует не сам прямо, а через духовных Учителей. И когда мы устанавливаем взаимоотношения с духовным Учителем, мы должны быть колоссально чуткими, корректными, настроенными, внимательными и трижды себя проверить, чтобы что-то не так не сказать или так не подумать или не сделать, что могло бы вызвать не то чтобы неудовольствие, а даже хотя бы непонимание. Это не означает, что ученик должен быть зажат, закомплексован, вовсе не в этом дело. На самом деле свобода воли ученика – это как раз то, что нужно для духовной практики, это скорее означает предельную чуткость, внимательность и глубину во взаимоотношениях. Только такие взаимоотношения будут подлинными, их можно назвать будет Гуру-йогой.

Итак, текст:

*«О, ученик, в воззрении не стремись ни к мирскому, ни к духовному, а лишь к тому единому видению, что включает в себя и мирское, и духовное.*

*Однако помни, что отклонять развлечения и дорожить практикой в поведении весьма полезно начинающему йогу.*

*Не стремись ни к активной работе, ни к отшельничеству и бездействию, а ищи лишь то, что включает в себя и то, и другое, находясь вне действия и недеяния.*

*Не стремись ни к чувственным желаниям, ни к отказу от них, а ищи единственное – то присутствие, подобное небу, что является сутью как желаний, так и отрешенности.*

*В поведении, однако, отрешенность, очищение клеш и контроль желаний, несомненно, важны для йога,*

*В воззрении не стремись ни к мыслям, ни к отсутствию мыслей и пребыванию в безмысленной пустоте; а ищи лишь то, обнаженное осознавание, подобное бесконечному космическому пространству, что включает как мысли, так и безмыслие.*

*В поведении, однако, первые двадцать лет усердно тренироваться в остановке мыслей и наблюдении сияющей пустоты – весьма полезно.*

*В воззрении будь за пределами всякой двойственности, не стремись к жизни домохозяина, монаха или отшельника, а ищи лишь единое присутствие «Я-есмь», где нет оценок и выбора, и которое пронизывает все три уклада жизни.*

*Однако в поведении быть монахом или отшельником, время от времени проводить в уединенном ритрите будущему сиддху – весьма полезно.*

*В воззрении не стремись к общению с женщинами, но и не оскорбляй их в душе, как источник проблем, привязанности или страданий, а ищи лишь то единое состояние вечности, которое объемлет и мужское, и женское, само будучи никем,*

*Однако в поведении соблюдать брахмачарью, тщательно контролировать общение – начинающему святому очень важно.*

*Не ищи ни наслаждений от вкусной и изысканной еды, ни от поста и голодания, а единственно предай себя поиску Невыразимого присутствия, подобного всепронизывающему духу, что одинаково проявляется как в голодании, так и в еде.*

*В поведении, однако, питаться умеренно йогу, несомненно, очень полезно.*

*Не ищи истину ни в словах, ни в книгах, ни в концепциях, философиях и теориях, ни в их отвержении и пребывании в бессловесности и бездумном состоянии, а пойми лишь то невыразимое присутствие, сознание-свидетеля «Я-есмь», подобное чудесному сокровищу, которое всегда чисто от концепций и свободно от теорий, но, тем не менее, содержит их в себе и пронизывает их, являясь их душой.*

*В поведении, однако, посвятить себя усердной медитации без концепций и периодически жить в молчании, безусловно, полезно тому, кто ищет подлинную святость.*

*В воззрении не стремись ни к Освобождению, ни к Нирване, ни к сансаре и кармической жизни, а будь привержен единственно тому великому состоянию всепронизывающего духа, подобного могучей горе, что видит равным как Нирвану, так и сансару.*

*Однако в поведении начинающему йогу усердствовать в достижении Нирваны, разумеется, весьма похвально.*

*В воззрении не стремись ни к соблюдению правил самих по себе, ни тем более к их нарушению и отвержению, что ведет к хаосу и забирает заслуги, а ищи лишь то единое присутствие в Источнике Бытия без выбора, которое содержит в себе как все правила, так и их нарушения и свободу от них, и которое является единственно верным правилом, ошибаться в котором никогда нельзя.*

*В поведении, однако, если ты живешь в монастыре, быть усердным, чутким и внимательным в соблюдении правил – это весьма похвально, и является основой всех достижений.*

*В воззрении не стремись ни к чувственной жизни, уменьшающей жизненную силу и забирающей духовные опыты, ни к аскетизму, отрешенности и целибату, а утвердись в едином Величественном пространстве Брахма-бхавы, до краев переполненном блаженством, которое пронизывает как чувственную жизнь, удовольствия и желания, так и аскетизм, и целомудрие.*

*Однако в поведении быть сдержанным, корректным, отрешенным, целомудренным, не схватываться мирскими желаниями, досконально владеть управлением праной, не растрачивать ни капли драгоценной энергии – весьма важно и является основой духовной жизни.*

*В воззрении не ищи ни обычных мирских переживаний, что есть суета и тлен, ни духовных – астральных видений и голосов, ни магических сил, видений богов и духов или знаков в сновидениях, а лишь утвердись в едином состоянии пустотной сверкающей ясности, подобной величественному царю – Владыке Вселенной, которая равным образом содержит как обыденное материальное сознание, так и астральные опыты, видения богов и духов.*

*В поведении же понимать смысл переживаний, иметь знаки реализации в виде опытов чистого видения, сновидений, тонкого тела и благословения богов и сиддхов – иногда бывает полезно.*

*В воззрении не стремись ни усмирять духов и демонов, ни управлять и контролировать события и стихии, астральные потоки личной и коллективной кармы, или наоборот, не пытайся идти на поводу у них, безвольно отдавшись потоку событий и пассивно плывя по течению, а ищи лишь то единое, всеобъемлющее совершенное пространство чистого обнаженного присутствия «Я-есмь», подобное священному скипетру великого царя, которое хоть бездеятельно и расслабленно, однако управляет всем и усмиряет все события и энергии мира, будучи его сердцем – дарующей все волшебной жемчужиной.*

*В поведении же четко знай, что благоприятно контролировать, чем управлять, а что отпустить, оставить как есть и принять.*

*В воззрении не будь привязан к взглядам, считающим что-либо чистым, благоприятным, ни к тем более к нечистому и омрачающему, а оставайся лишь в том святом, бесконечном всепроникающем состоянии тонкого видения «Я-есмь», где чистое и нечистое имеет один вкус и видится полностью священным.*

*В поведении же весьма полезно отвергать нечистое и жить чистой возвышенной гармоничной жизнью, подобно божеству в мандале.*

*В воззрении не сковывай себя чужим мнением, социальными стереотипами, догмами и условностями, традициями и обычаями, что подобно клетке могут сжать бесконечное пространство свободного ума йогина, но и не отвергай их, борясь с ними, бросая им вызов, становясь нигилистом, анархистом и ниспровергателем стереотипов и условностей.*

*Лучше не выбирая, утвердись в том едином видении чистого совершенного свободного «Я-есмь» – присутствия естественного пространства, переполненного свободой, которое ничем не связано и живет спонтанно, действуя и следуя лишь согласно своей воле.*

*В поведении же, опираясь на воззрение, гармонично играй, объединяясь с любой ситуацией, гибко объединяясь со всеми обстоятельствами и когда надо – поддерживая стереотипы, традиции, условности, а когда надо – мудро и бесстрашно их самоосвобождая.*

*О, ученик, прояснив принцип двух истин, пребывая в безграничном как небо, непостижимом спонтанном недвойственном воззрении Адвайты сиддхов, будь внимателен в поведении, как если бы ты шел по лезвию клинка!*

*О, ученик, коль ты понял учение о двух истинах, пусть твое воззрение будет безграничным и спонтанно-свободным как небо, а поведение – также тщательно и утонченно, как хорошо просеянная и измельченная мука!*

*Тогда, несомненно, все знаки реализации и все благословения богов и сиддхов проявятся уже в этой жизни».*

ОМ!