29.09.2013 г.

 Принцип самаи в передаче Учения. Йогические принципы Яма: Ахимса (ненасилие), Сатья (следование Истине), Астейя (не проси лишнего у Вселенной) Брахмачарья (осознанное отношение к энергии) и другие. Йогические принципы Нияма: Дхри (раскаяние), Сантоша (удовлетворенность), Дана (жертвование), Астикая (вера), Ишвара-пуджана (дух поклонения) и другие.

 Итак, прежде чем мы приступим к передаче, хотелось бы сказать, какой путь, когда мы следуем практике в нашей общине Санатана-Дхармы. Мы принимаем Символ Веры, затем мы стремимся делать базовые практики. Я даю задание своим ученикам: выполнить базовые практики. И в число базовых практик входит концентрация на точку, на пламя свечи и на визуализирование объекта: на слог или божество. Туда входит медитация Четырёх осознанностей, медитация Четырёх бесконечных, мантра Ом и простирания. Эти предварительные базовые практики займут у кого-то, может быть, год, полгода, у кого-то может быть, два года, но они очень важны, поскольку готовят нас к более сложным видам практики. Затем человек может принимать Прибежище, получать дикши. Дикши можно получать с самого начала. Из них шастра-крипа-дикша – это благословение священного текста, карма-саньяса-дикша – это благословение духовного имени и Гуру-мантры, и ишта-дэвата-дикша – это посвящение в избранное божество.

 Когда эти дикши пройдены, можно практиковать ритриты, практику уединения, делать севу, двигаться всё выше и выше. Другими словами, на духовном пути мы всегда стараемся идти вперёд, не стоять на месте. Но с другой стороны, само желание идти по пути, движение по пути, оно должно иметь правильную мотивацию. Оно должно идти не от эго, не от желания личных достижений и успехов, а из мотивации служения божественной воле, служения всем живым существам. Такая мотивация будет всегда благословлять вас на духовном пути и помогать.

 Итак, я сейчас передам практику, теургическую практику № 1, которая очень важна в разделе Йога иллюзорного тела. Учение Лайя-йоги как сакральная часть Учения Адвайта-Веданты и Санатана-Дхармы, это Учение сиддхов. И это Учение я считаю особо ценным из всех учений, которые мы изучаем. Адвайта, Сантана-Дхарма содержит безграничное множество учений. Но именно учение Лайя-йоги, я считаю, является сердцевиной духовной практики сиддхов. Поэтому к нему нужно относиться с безграничным почтением, уважением, хранить его в тайне, не раскрывая тем, кто не разделяет самайю, чтобы оно не утрачивало свои благословляющие силы и освобождало в будущем многие поколения духовных искателей. Такой дух уважения мы называем самайя. Принцип самайя – это принцип возвышенных отношений, возвышенной связи, уважительного отношения, которое мы устанавливаем с Мастером, с Учением, с сангхой, с самим собой и с божественными существами. В конечном счёте, и со всей Вселенной. Когда у нас есть такие чистые, возвышенные отношения, то они благословляют нас, и наш духовный путь будет благословлён.

 Такие принципы самайи включают в себя соблюдение четырнадцати коренных обетов. Эти обеты не есть какие-то внешние обязательства, это скорее внутренние обязательства поддерживать чистоту по отношению к Мастеру, к Учению, к сангхе, всем живым существам, сострадание. Беречь свою внутреннюю энергию, не растрачивать её, сексуальную энергию, уважать женщин, не отказывать живым существам в сострадании, сохранять в тайне переданные тантрийские учения, уважать все методы, которыми пользуешься. В общем, четырнадцать коренных обетов в тантре, это то же самое, что яма и нияма в йоге.

 В Санатана-Дхарме, когда мы вступаем на Путь Санатана-Дхармы, принципы яма и нияма очень важны. Без этих принципов, что бы мы ни делали, это не будет успешным, потому что яма и нияма задают нам образ поведения, образ жизни. И ведическая традиция строится на этих принципах, каждый уважающий себя йогин понимает, как им следовать, как соблюдать. Это советы и простые наставления, это не заповеди, как в христианстве. Например, в христианстве есть десять заповедей Моисея, записанные на скрижалях. Считается, что Моисей получил их от горящего куста и показал народу Израиля. Здесь отношение немного другое. Яма и нияма – это скорее, советы, наставления, иои принципы, как правильно жить, чтобы быть настоящими садху. Ахимса означает не вредить никому ни словом, ни речью, ни мыслями, напротив, помогать всем живым существам. Например, если вы выкупаете рыб, которых хочет кто-то съесть (а их всегда кто-то хочет съесть), крабов, раков, животных, или коров, и отпускаете их на свободу, таким образом, сохраняя им жизнь, то это продлевает вашу собственную жизнь и улучшает вашу собственную энергию. У нас есть ученики, которые уже это делают. И я всегда рекомендую, я хотел бы, чтобы мои ученики продолжали это делать. Если мы не позаботимся об этих бедных живых существах, то кто вообще о них позаботится. Потому что их всё время люди хотят съесть. Как бы вам, хорошо было бы, если б кто-то вас хотел съесть, кто превосходит вас? Ведическая культура – это культура ненасилия, мы не хотим никого съесть, мы хотим его отпустить, чтобы он жил и был на свободе. И нам надо популяризировать свои убеждения, нам надо говорить, что люди Санатана-Дхармы поступают так и что это нормально: не есть птиц, рыб, животных, а отпускать их на свободу. Это прежде всего приносит пользу вам, потому что очищает вашу собственную карму, даёт вам заслугу, увеличивает вашу жизненную силу, увеличивает вашу продолжительность жизни. И если кто-то очень любит рыбалку, надо ему посоветовать такую удочку с крючком, на который нельзя никого поймать. Ну можно рыбу кормить с крючка, если кто-то хочет утром посидеть в тишине у моря, пусть сидит. Но пусть он сделает крючок, на который можно нанизывать хлеб, но никого нельзя зацепить и поймать. Если кто-то хочет охотиться, ему можно сказать: ты сделай себе такое ружьё, из которого нельзя никого убить. Можешь нажимать на курок, оно будет хлопать. Ты получишь эстетическое удовольствие, гуляя по лесу, но ты не причинишь никому вреда, не создашь себе карму ада в следующих жизнях. Потому что духи убитых животных, духи убитых рыб в промежуточном состоянии в антар-локе, когда душа покидает тело и решается её судьба, они приходят, они требуют отмщения. Они обращаются к владыкам кармы и говорят: «Этот человек, смотрите, сколько он убил живых существ, разве он заслуживает небесного рая, разве он заслуживает земного воплощения? Он должен почувствовать то же, что почувствовали мы». И часто такие люди сами не понимают, что делают. Но ведическая культура - это культура ахимсы, ненасилия. И это ненасилие должно проникать во всё – в наши мысли. Это не только физическое насилие, даже мысленное. Мы не должны словами или мыслями делать насилие, даже с благой мотивацией. Например, хочешь кому-то, чтобы он вступил на путь Дхармы, и мы хотим его буквально взять за ухо и привести его в духовный центр на йогу, к Мастеру, в Дивья Локу. Но это не наши методы. На духовный путь нельзя человека за ухо привести, если душа сама не сделает такой выбор. Мы должны сказать: «Это твой выбор, ты сам должен искать путь». Проповедь может быть, она должна быть, но мы не можем навязывать это. Мы никогда не должны совершать никакое насилие, тем более физическое.

 Сатья – означает следование истине, это другой принцип. Следовать истине всегда, следовать истине во всём. Некоторые переводят его как « правдивость», но это не совсем такой перевод, потому что правда – это относительное понятие: что правда для одного, то ложь для другого. А вот истина – это безошибочное понятие, потому что истина – это Бог, это Дхарма, это Санатана-Дхарма. Вот допустим, случай со Сноуденом. Сноуден взял и разгласил все секреты США, это известная скандальная история, все об этом знают: все секреты ЦРУ и АНБ, все он выдал, что они там делали. И вот кто он? Он сказал правду. Америка считает, что он негодяй, подлец, шпион, подлый человек. Что он ухудшил безопасность, обороноспособность государства. Принёс огромные убытки. А другие люди (из Европы, из России) говорят: он – молодец, он отстаивает права людей против всемирного заговора и контроля мирового правительства. Он открыл глаза на сущность Америки, которая за всеми следит. Двойственная ситуация: с одной стороны, он – подлый шпион, а с другой стороны, он – вроде бы герой. Поэтому, когда мы говорим «правдивость», то в двойственном мире это очень скользкое понятие. Но когда мы говорим «сатья» – это истина, всегда и везде держаться истины, мы не ошибёмся. Если мы держимся истины, а истина – это то, что выражают Веды, священные писания, святые, всё, что ведёт в божественное измерение, ведет к освобождению души, мы никогда не ошибёмся.

 Следующий принцип – астейя: не входи в долги, не воруй. В общем, более широко можно так трактовать: не проси лишнего у Вселенной, не будь настолько зависим, материален, будь целостен, будь самодостаточен. Мы не отвергаем материальный мир, материальную энергию, мы можем ею без всяких проблем пользоваться, мы можем дотрагиваться до денег. Есть некоторые садху в Индии, они дают такой обет. Например, Рамакришна дал такой внутренний обет: никогда не касаться денег. И один ученик ночью взял и коснулся денег его пальцем, когда он спал. Рамакришна аж застонал. Но мы как практикующие Ануттара-тантру, по-другому смотрим на материальные блага: это просто энергия, она не плохая и не хорошая. Но в зависимости от того, как мы с ней обходимся, она может приносить карму, проблемы, либо она может служить благим целям. И мы стараемся не привязываться к этой энергии, а делать так, чтобы она служила Санатана-Дхарме, служила Богу и приносила всем пользу. То есть, если есть какая-либо материальная энергия, то из неё можно сделать храм, божество вылепить, создать ритритный центр, и много людей придут туда и будут достигать просветления. Но мы не стараемся с её помощью наслаждать чувства свои особо, присваивать её себе.

 Следующий принцип – брахмачари. Брахма означает Абсолют, Брахман, а «чарья» означает поведение. То есть поведение в истине, божественное поведение. Брахмачари означает, мы должны действовать осознанно по отношению к сексуальной энергии и вообще ко всем нашим действиям. Не только к сексуальной энергии, сексуальная энергия – это одна из энергий тела, а таких энергий в теле много. Мы должны действовать осознанно, как мастера, по отношению к любой своей энергии, не растрачивать её, не идти на поводу своих желаний, жить в состоянии равновесия и гармонии (самйога). Если вы работаете с ветрами, каналами и умеете их очищать, тогда ваша энергия не растрачивается, а накапливается. Искусство накапливать энергию, не растрачивать её, не опустошать себя, искусство не впускать в себя чужеродные энергии, искусство, чтобы энергия циркулировала по каналам и входила в центральный канал, раскрывала божеств в чакрах, раскрывала божеств в высших чакрах, открывала тонкие контуры сознания, это всё брахмачари. И нам нужно научиться так обращаться с нашей энергией, чтобы эта энергия приносила нам пользу, оздоравливала и омолаживала тело, приводила к самадхи, а не приводила к болезням, дисбалансам и проблемам. Если вы семейные люди, то секс с оргазмом допустим только для зачатия детей, потому что без потери семени зачать детей невозможно – это каждому понятно. Но во всё остальное время нельзя допускать оргазма, и сексуальные отношения не должны быть частыми, они должны быть только в определённое время, день новолуния или полнолуния. И эти отношения должны контролироваться силой осознанности, силой управления ветрами и каналами. То есть это не должны быть мирские желания, а это должен быть способ работы с внутренней энергией. И если вы способны понять сексуальную энергию как энергию, так же, как в Кундалини-йоге, в пранаяме, и вместо того, чтобы тратить энергию через свадхистана-чакру, направлять её в центральный канал и добиваться процессов чандали-йоги – поднимать её вверх по позвоночнику, чтобы она вызывала нектар и циркулировала, то тогда это будет брахмачари для семейных людей. Но для отшельников брахмачари – это вы просто отдаляетесь от противоположного пола, для монахов, имеющих обеты. Но для брахмачари и карма-саньяси эти обеты не являются обязательными, но обязательным является управление энергией, отказ от потери энергии. Но брахмачари не только касается сексуальной энергии. Когда вы правильно едите, ваша энергия благословляет вас и накапливает внутри вас энергия, это тоже форма брахмачари. Когда вы контролируете свою речь, разговоры, чтобы ваша энергия накапливалась и не терялась, своё зрение – это тоже форма брахмачари. Надо стать мастером в управлении своей энергией, не идти на поводу у желаний.

 Здесь есть три способа. Первый способ – это просто подавить желания, усмирить их, чтобы они вам не мешали. Второй способ – это оставить желания в своём виде, как они работают, но энергию желаний заставить работать на своё просветление. Использовать энергию желаний для достижения самадхи. Это принцип тантры. Тантра всё преображает, сублимирует. Наконец, третий способ – это когда мы можем оставить свои желания, как есть. И вместо того, чтобы подавлять их или бороться с ними и преображать их во что-то позитивное, мы просто созерцаем, и мы соединяем наше созерцание с желаниями, тогда желания сами утихомириваются. Мы вместо того, чтобы идти на поводу у желаний, пребываем в изначальном естественном состоянии, это метод Ануттара-тантры. Но в любом случае как бы вы ни делали, ваши желания должны быть побеждены. Это ложное представление, что тантра говорит, что желания должны поощряться. Ни тантра, ни Ануттара-тантра не оставляют желания как они есть. В любом случае, желания должны очищаться, растворяться и преображаться в божественное, только методы разные. Когда внутри нас есть равновесие и мы контролируем желания, это называется самйога. Садху – это тот, кто живёт в состоянии равновесия со всем мирозданием, с пятью стихиями, с другими людьми и со всей Вселенной. И всё это – принцип брахмачари.

 Кшама означает терпение. Мы должны воспитать в себе огромное качество терпения. И это способ усмирить свой ум.

 Дхрити – означает настойчивость. Нам нужно постоянно преодолевать недостаток упорства, преодолевать страхи, нерешительность, переменчивость ума. Нам нужно запастись такой настойчивостью на духовном пути.

 Следующее, дайя – сострадание. Вся наша жизнь должна быть проникнута действиями и мышлением сострадания. И когда у нас появляются какие-то грубые, чёрствые, жестокие чувства внутри, мы должны вспоминать их и одолевать силой сострадания. Мы должны бороться со своим эгоизмом силой сострадания. Если у нас нет сострадания, значит мы на духовном пути не преуспели, значит что-то мы совсем не понимаем.

 Арджава – означает отвергать дурное поведение, утверждаться в честности и великодушии. Митахара – означает: контролируй аппетит, питайся вегетарианской пищей, не ешь живых существ. Шауча – означает чистота. Избегай нечистых мыслей, нечистых действий тела или речи. Никакая йога не поможет, если нет шаучи, потому что йога есть проникновение в измерение чистоты.

 Итак, это 10 принципов яма. Каковы 10 принципов нияма? Хри – означает раскаяние. Раскаяние означает способность пересматривать свои неправильные действия и поступки, и признавать их перед Богом, перед своим Высшим «Я», перед Ишта-деватой, перед Древом Прибежища, перед Гуру или перед другими. Неважно перед кем, главное – чтобы велась внутренняя работа, чтобы мы не цеплялись за свой привычный ход мышления, умели анализировать мысли, сознание. И если наше сознание где-то занимало неправильную позицию, то нет никаких проблем выполнить пересмотр и раскаяние. Если же мы не можем этого делать, это означает, что у нас сильное цепляние, сильный этернализм.

 Сантоша означает – быть всегда довольным. Это не означает быть самодовольным человеком, скорее, это означает быть всегда целостным, не искать ничего лишнего, не быть капризным, искать счастья и довольства внутри самого себя, принимать всё, что даёт Вселенная. Например, если вы такой великий и важный человек, и вам что-то не так сделали, то вы можете очень возмущаться и требовать, чтобы вас уважали. Например, звёзды так иногда делают, поп-звёзды. Если некоторым звёздам к самолёту не поднесут букет их любимых цветов, а в номере нет джакузи, то это будет истерика, скандал с администрацией, которая организовывает приезд звезды, поп-звезды какой-то. Но если это садху, то он живёт по принципу быть всегда довольным. Например, когда мы были на Кайласе, то я запомнил такой гест-хауз, гостиницу. Тот, кто был на Кайласе, тот помнит. Самая великая гостиница, в которой я жил когда-либо: потолок из деревянных балок, а сама из глины и там несколько топчанов. Но зато вид на Кайлас и на пещеру Миларепы открывается. Восемь звёзд. И там были другие гостиницы, разные лилы были, когда разные люди буквально старались отбить номера один у другого. Номеров не хватает, а все хотят где-то разместиться: русские, индийцы, ещё какие-то иностранцы, какие-то нестыковки, все выясняют отношения, и всё это так интересно. Мне интересно всегда наблюдать, что люди идут на паломничество, чтобы возвысить свой ум, но тут им идут такие проверки, и они попадают в такие ситуации, где они всё забывают. Всё паломничество сводится к борьбе, кто какой номер займёт, где кому спать, кому какой номер достанется и какая группа победит. Ну, вот это паломничество…Но это проверки, потому что паломничество проверяет нас: насколько мы осознанны. Но если у вас есть этот принцип сантоша, у вас нет никаких проблем: вы можете спать на полу, можете спать в номере, можете вообще не спать в конечном счёте, но вы будете довольны, вы не будете слишком страдать.

 Дана – давание, жертвование. Жертвуй и делай это без мыслей о вознаграждении. Жертва, жертвование – это правильный способ отношений со Вселенной. Например, мы проводим ягьи и хаваны, и мы жертвуем самугри (смесь из лекарственных трав) и гхи в огонь. Считается, что ягья восстанавливает гармонию со Вселенной, с божествами, со стихиями пяти элементов. То есть все нарушенные связи она восстанавливает. Даже если мы что-то сделали неправильно в жизни, совершили ошибки, то сделав ягью, мы гармонизируем все связи в прошлых жизнях.

 Почему возникает дисгармония? Потому что у всех есть эгоизм и все любят брать, но если существа в неведении, они не любят отдавать. Но когда мы отдаём, то мы выступаем в роли божества. И жертвуя, мы сами устанавливаем благоприятные связи со Вселенной. И вообще, ведическая культура построена на принципе жертвования. В этой культуре существует четыре класса людей: брахмачари, грихастхи, ванапрастхи и саньяси. Брахмачари – молодые ученики на духовном пути, грихастхи – домохозяева, ванапрастхи – отшельники и саньяси – полные отшельники. И вот в этой культуре три класса из четырёх – это те, кто живёт на пожертвования. А грихастхи – это единственный класс, который добывает материальные блага, и он их добывает не для того, чтобы ими наслаждаться, а чтобы содержать эти три класса, потому что эти три класса – это духовные классы, они проходят обучение, занимаются духовной практикой, и поддерживать их для домохозяина (грихастхи) – это дело чести. Фактически, ведическая культура на ¾ (особенно в древности, но не сейчас, сейчас в Индии вы не найдёте особо ведическую культуру, потому что кали-юга), но в древности ведическое общество, это общество на ¾, это общество донейшен, жертвования. И делать подношения – это было делом чести для царей, кшатриев, политиков, брахманов. И сейчас это тоже ещё есть в ведической культуре в Индии. Если в России или в Украине человек думает: у меня БМВ, у меня большой дом, дача, я – большой человек, то там человек думает: я соберу 100 брахманов, я сделаю бандару для тысячи саньяси, и все говорят: «да, хорошо, большой человек». Другой думает: «я построил храм, я сделал приют для садху, я для этого отдаю всё, что могу», и все говорят: «да, вот это великий человек»! Ещё эта культура осталась и нам тоже нужно учиться понимать смыслы и ценности этой культуры. Когда мы отдаём, мы становимся больше, когда мы берём, мы уменьшаемся. Потому что когда мы берём, берём, берём, это значит мы сигналим Вселенной: у меня ничего нет внутри, я очень беден внутри, мне надо так много снаружи, потому что внутри я ничего собой не представляю, потому что Вселенная не даёт мне ничего, потому что из Божественного Духа я не способен ничего получить, я беден. На самом деле все люди, которые занимаются стяжанием, стяжанием, стяжанием, это сигнал об их внутренней бедности. Они берут снаружи, потому что внутри у них своей энергии сильно не хватает. Я не беру тех людей, которые используют свою энергию на меценатство, поддерживают Дхарму, они просто распоряжаются материальными средствами, чтобы поддерживать Дхарму. Я говорю о тех, кто пытается наслаждать чувства, кто пытается эгоистично привязываться, удовлетворять себя. Напротив, когда мы отдаём, мы говорим: я как божество, я – дающий, я – широкая душа, у меня есть много внутри, мне ничего не жалко. Потому что божественные существа – это существа преимущественно дающие, они не берущие. Никогда не было так, чтобы к вам пришло божество в медитации или во сне и сказало: «дай мне вот это», это немыслимо. Божества никогда не просят, они в принципе не могут просить, потому что они превосходят людей, у них всего так много – мудрости, любви, красоты, гармонии, благословений, они приходят и говорят: «чего ты хочешь»? Они никогда не говорят: «знаешь, что я хочу»? Они никогда к человеку так не придут. И если мы хотим уподобиться божествам, божественным существам, мы должны научиться говорить людям: «чего ты хочешь»? «Чем я могу тебе помочь»? «Can Y help you»? Но если мы ходим и говорим: «Чем ты можешь мне помочь»? «Help me»!, это значит, что у вас нет внутри пространства божественности, вы не открыли его, вы не пользуетесь им, вы даже не знаете о нём, вы очень сильно зависимая личность. И вот менталитет берущего надо менять на менталитет дающего. Даже если у вас ничего нет, даже если вы нищий, это неважно, главное ведь, менталитет. Вы можете дать другому свою любовь, вы можете дать другому своё участие, внимание, накормить его, ведь главное не то, что снаружи, а главное – тот настрой, который у тебя есть. И многие люди имеют менталитет берущего, поэтому у них и снаружи тоже ничего нет, отбирается это. Менталитет берущего – это менталитет человека без сантоши, неудовлетворённого. И такой человек может быть снаружи даже богатым, но внутри он все равно не удовлетворён, он не целостен. И напротив, вы можете быть нищим снаружи, но если у вас менталитет дающего, то вы будете себя чувствовать, как царь, вы будете внутри полностью самодостаточным и божественным.

 Однажды мне ученики предложили, кто-то из учеников сказал: «Есть возможность встретиться с Ротшильдом. Но надо так хорошо подготовиться, чтобы наш проект ему понравился, тогда он может инвестировать этот проект, надо так хорошо всё продумать». Я ответил: «Если Ротшильд хочет, пусть он едет ко мне, потому что я богаче его, мне не нужно никуда ехать, я гораздо его богаче. Что такое у него есть, чего нет у меня? Только моё богатство конвертировано в другой валюте, это духовное богатство. По сравнению со мной Ротшильд – это просто нищий». Каждый мастер богат, каждый садху. Даже вы гораздо богаче, потому что у вас есть Дхарма и вы практикуете, потому что истинное богатство – это духовное богатство. И когда вы чувствуете себя богатым за счёт Дхармы, то вас никакие материальные богатства никогда не впечатлят, у вас всегда будет менталитет дающего, дающего. В этом принцип дана, давания.

 Астикья означает вера. Твёрдо верь в Бога, богов, в Гуру, в путь Просветления и в своё божественное «Я». Мы должны утверждаться в вере, укрепляться в вере, призывать веру, потому что вера – это сутратма (нить, которая пронизывает все мироздание). Ведь наше тонкое тело – это проявление Ишвары, наше физическое тело – это другое проявление Ишвары. Наше тонкое тело – это Ишвара в форме тайджас, наше физическое тело – это Ишвара в форме Вишва, наше причинное тело – это тоже Ишвара, Бог в форме Праджня. Как же мы можем не иметь веру, если всё состоит из Бога, если все состоит из божественного материала? И когда у нас мало веры, это не страшно, страшно, когда мы остаёмся на уровне маловерия. Когда у нас мало веры, мы можем призывать веру и получать мудрость, как эту веру усилить и увеличить, но нельзя оставаться в состоянии маловерия. От малой веры надо переходить к твёрдой вере, от твёрдой веры надо переходить к алмазной, ваджрной, нерушимой вере. От алмазной нерушимой веры надо переходить к чудотворной вере, к вере, которая материализует любые намерения, меняет законы физики.

 Ишвара-пуджана – поклонение. Культивируй преданность ежедневной пуджей и медитацией. Ишвара-пуджана – это вообще дух поклонения божественному. И такой дух нам нужно постоянно культивировать. Мы должны научиться видеть божественное в каждом человеке, в священных предметах, в самом себе, в линии Мастеров, в изображениях божеств, в храмах, в стихиях природы: в земле, в воде, в огне, ветре и пространстве. Во всём этом есть божественное, только нам нужны особые глаза – дивья-джняна-индрии – чтобы видеть это. Например, для нас море – это просто море, но если у нас есть божественное зрение, мы можем видеть элемент воды как тело Бога Варуны, как тело Просветлённого Существа. Земля для нас – это просто земля. Но если у нас есть божественное зрение, мы можем видеть землю как плотное тело Богини Бхуми. Огонь – это просто огонь, но в тонком видении огонь – это тело бога Агни. Ветер – это просто движение воздушных масс, перепады атмосферы, но с точки зрения чистого видения, божественного зрения, это тело бога Вайю. И за каждой стихией есть божества, за временем есть божество. Время – это просто субстанция, которую регистрируют приборы для измерения времени. С точки зрения Санатана-Дхармы, время – это Кала, Махакала – великое божество, которое управляет трансформацией, это великая энергия, с которой мы можем вступать в сознательные отношения. Нужно воспитывать в себе дух поклонения божественному везде, всегда и во всём.

 Сиддханта-шравана – слушание Писаний. Изучай писания и слушай мудрецов.

 Мати – познание. Развивай волю и интеллект под руководством Гуру.

 Врата – священные обеты. Выполняй взятые на себя религиозные правила и обеты.

 Джапа – ежедневно пой или читай священные мантры.

 Тапас (аскеза) – выполняй садхану, тапас, выполняй духовную практику.

 Всё это 10 правил ниямы, которые следует соблюдать всем, кто следует по пути Санатана-Дхармы.

 Итак, яма, нияма и панча-нитья-карма – это тот образ жизни, тот менталитет, который готовит нас – как быть садху. Это внешний уровень. На внутреннем уровне – 14 коренных обетов самайи, это уровень тантры (то, о чём мы говорили перед этой лекцией). Наконец, на тайном уровне мы должны держаться единой самайи созерцания – это наш главный обет и главное правило. Единая самайя созерцания заключается в том, чтобы всё время жить в состоянии осознанности и медитации, не позволять себе быть бессознательным. Не быть бессознательным стоя, сидя или лёжа, во время появления мыслей или разговора, всегда наблюдать за умом и медитировать на Всевышний Источник.

 Таким образом, принципы яма-нияма, 14 коренных обетов и единая самайя созерцания – это три круга правил, которым мы следуем, вступая на путь Учения. Начинать надо с яма-нияма, затем нужно переходить на 14 коренных обетов тантры, и наконец, утверждаться в самом высшем обязательстве, в обязательстве быть в сахаджа-самадхи. То есть единая самайя созерцания – это сахаджа-самадхи. Это обязательство всегда и везде поддерживать глубокое медитативное состояние. И это медитативное состояние – медитация на Всевышний Источник, Абсолют. Это не медитация на точку, чакру или дыхание, это медитация всегда на Брахмана.

 Приняв однажды Прибежище, принципы, следует утверждаться в них так, чтобы они не сковывали, а были как можно более естественными. Правила и принципы даны не для того, чтобы нас ограничить, поэтому их следует воспринимать не от ума, а из медитативного сознания. Они должны стать для нас естественными так же, как мы едим, или дышим естественно. Это естественная самодисциплина Мастера или йогина высокого класса. Потому что один человек как-то пришёл и сказал: «мне как-то не удаётся удерживать естественную осознанность». А я говорю: «А в чём проблемы, когда именно не удаётся»? А он говорит: «Ну вот, я иногда когда выпью, у меня никакой осознанности нет». А я говорю: «А чего ж ты тогда выпиваешь»? Он говорит: «Приходится, бизнес, такая компания, приходится общаться, а без этого невозможно». «А зачем тебе такая компания?» – «Ну ведь мне нужно много того, того, того…Я говорю: «Тебе вот этих пунктов – яма-нияма не хватает. Дело не в осознанности. Сделай самое простое, и тебе легко будет медитировать».