Ахимса (ненасилие) – самая главная заповедь садху

Глубокие разъяснения

Ахимса – первый и главный принцип в перечне заповедей «яма-нияма». Это один из пяти великих обетов (маха-вратам), которые торжественно дают как клятву все вступающие в карма-санньясу, все брахмачари и санньяси-монахи.

Каким бы прекрасным был мир, если бы все люди следовали ахимсе! Отказ от любого насилия – это не дань светской морали, это самая суть Дхармы и начало пробуждения. Ахимса – это фундамент, основа. Без ахимсы вы никогда не сможете стать садху, достичь Мокши, Освобождения от кармы, как бы вам этого не хотелось. Это невозможно. Без ахимсы вы не сможете очистить свои кармы и накопить заслуги. Прежде, чем выполнять асаны, пранаямы, медитации, мантры, созерцание, вам нужно твердо утвердиться в ахимсе, ненасилии.

Садху – тот, кто любит всех живых существ, сострадает им, и отказался от насилия в любой форме. Несоблюдение ахимсы создает непреодолимые препятствия в судьбе для садху, потому что такой садху никогда не сможет истинно любить Бога, Дхарму и живых существ.

Любовь и мудрость несовместима с любым насилием к живым существам. Нет ахимсы – нет садху. Сколько ни делай пранаям, мантр, пудж, ритритов.

Речь идет не только о физическом ненасилии. Физическое насилие – это уже следствие. Надо смотреть глубже. Причина любого внешнего насилия – больной ум, одержимый эгоизмом, завистью или ненавистью ум. Плохие, злобные, нечистые мысли рано или поздно накапливаются, и душе их хочется проявить. И тогда она или совершает что-то дурное для других, или заболевает. Это следствие поддержки плохих, нечистых мыслей. Гордыня, одержимость шаблонами ума, неправильный, заблудившийся, оторвавшийся от Бога, Абсолюта эгоистичный ум.

Ахимса должна быть также внутри – в речи и в уме, в мыслях.

Вот правила Ахимсы

**Ахимса тела**

1. Избегайте физически вредить кому-либо даже в малой степени, делайте другим только добро, так, как вы бы хотели, чтобы относились к вам.

2. Делайте другим что-либо только если они сами вас об этом попросят. Не навязывайте свои правила жизни другим. Уважайте чужие принципы, если только они не вторгаются в вашу жизнь, нарушая ваши.

3. Всегда оказывайте помощь страдающим, попавшим в беду как людям, так и животным. Не отказывайте в помощи истинно нуждающимся.

4. По возможности поддерживайте жизненную силу и благополучие других, если вас просят – материально, словом, молитвой, мысленно или благословениями.

**Ахимса речи**

1. Говорите другим или о других только хорошее, или когда это вообще невозможно – просто молчите, воздерживайтесь от слов.

2. Говорите с любовью, мягко, очень аккуратно, чтобы не поранить других своими словами. Речь (вак) – это уникальный божественный дар богини речи Сарасвати, она предназначена чтобы нести любовь, счастье, мудрость, свет Пробуждения, благословлять. Общение – это шанс душе дать другому это.

3. Если с вашего языка все-таки слетели дурные, злобные, бранные, нечистые слова или проклятия, сразу же остановитесь, чтобы не копить дурную карму. Проведите анализ, мысленно или словесно раскайтесь перед святыми Прибежища:

- признайте свою ошибку (признанная и очищенная ошибка в мыслях не несет кармического наказания);

- мысленно или словесно извинитесь перед этим человеком или существом;

- поскольку он стал вашим кармическим кредитором, а вы теперь его кармическим должником, то возьмите на себя обязательство теперь хвалить его или мысленно любить его, благословлять его, молиться о его здоровье и благополучии.

Тогда Сарасвати будет довольна.

4. Избегайте «крепких выражений», ругани, обидных ярлыков, пренебрежительных слов, унижающих слов по отношению к другим и особенно! по отношению к богам, святым учениям, любым садху, святым, мастерам, самайным братьям и сестрам по Дхарме (гуру-бхаям).

Тот, кто постоянно много использует бранные слова, нечистую речь, ругань, будет сначала страдать от мучений в адских мирах Патала-локи за карму злой речи, а в следующей жизни будет иметь зловонный запах изо рта или быть косноязычным, не способным «связать двух слов» из-за засоров тонких нади в вишуддха-чакре.

Держите свою речь в чистоте, помня, что в чистых странах в речи жителей нет ничего нечистого даже во сне. Тогда Сарасвати благословит вас.

**Ахимса ума**

5. Думайте о других только хорошее, желая им добра и мудрости, даже тем, кто несправедлив с вами или пытается вам вредить.

6. Посылайте искренне другим только хорошие мысли и эмоции. Возьмите себе правило: «Пусть из меня в сторону других людей исходят только прекрасные мысли и образы, или хотя бы нейтральные».

7. Наблюдайте и твердо контролируйте ум, в самый первый миг возникновения образов, мыслей, чтобы он не смел даже думать о вреде другим людям.

Чтобы каждая нечистая, злая, гневная мысль, образ останавливалась и растворялась в самом зародыше в первый момент ее возникновения.

8. Если же вы все-таки не сдержались и создали плохой образ, помните – теперь только вы несете за этот образ ответственность перед богами, если вы подумали о ком-либо злобно, дурно, нечисто, пожелали ему зла или что самое худшее, мысленно прокляли его, пусть даже неосознанно, то сразу же остановитесь:

- проведите анализ, раскайтесь перед святыми Прибежища;

- признайте свою ошибку (признанная и очищенная ошибка в мыслях не несет кармического наказания);

- мысленно извинитесь перед этим человеком или существом;

- и, поскольку он стал вашим кармическим кредитором, а вы его кармическим должником, то возьмите на себя обязательство теперь мысленно любить его, благословлять его, молиться о его здоровье и благополучии.

Это и есть ахимса.

Тонкая ахимса – уважение полной свободы воли других

Ахимса еще более тонкого уровня связана с уважением полноты свободы воли других существ так, как это делают святые. Когда вы очень деликатны и осторожны, чтобы не задеть волю, энергию другого даже в мелочи. Когда вы свято уважаете пространство чужого самовыражения. Так живут святые и Боги.

Поймите, пока вы не научитесь уважать пространство чужого самовыражения, чужую энергию, двери высших миров будут закрыты перед вами. Потому что миры богов именно таковы. Святые очень уважают свободу воли всех существ. Даже собак.

И если кто-либо хочет следовать им, быть учеником, святые проверяют – этот человек действительно действует из своей свободы, решимости, веры и свободы или он следует шаблонам ума? Потому что быть учеником означает сознательно, добровольно подстраивать свою волю под волю Божественного, Дхарму, святых, учиться этому ради еще большей свободы воли. Это глубоко внутренняя и личная свобода воли йогина.

Научитесь предоставлять полную свободу воли другим живым существам, уважать их свободу воли. Откажитесь от любых попыток навязывания своих идей, мнений, грубой или тонкой манипуляции другими, их мнением при общении. Не учите других как им жить. Если конечно эти «другие» вас специально не попросят их учить, причем просить они должны ответственно, осознанно, с верой и должным образом.

Уважайте свободу воли других, безусловно уважайте, но при этом не впадайте и в самоуничижение, учите других также безусловно уважать и ваше пространство как садху, цените и свою свободу, и свои взгляды, не пытайтесь под всех подстраиваться, не будьте аморфными, расплывчатыми в мировоззрении, когда надо – отстаивайте его, но мирно, с любовью к другим и ненасильственно.

*(по материалам сатсанга Шри Гуру Свами Вишнудевананда Гири)*