2010-08-05 (1)

Зарождение правильной мотивации.

текст "Духовная практика как игра с божественными законами".

Достижение самадхи. Как добиться сложности и самоорганизации сознания.

Я приветствую всех собравшихся, мы начнем с очищения мантрой Ом. Начнем с зарождения мотивации к практике. Мотивацию к практике нужно зарождать постоянно, перед каждым ритритом, садханой, семинаром. Это наше намерение, и намерение должно быть сильным. Всем в человеке движет мотивация, за любым действием стоят мотивы. Когда мы практикуем дхарму, у нас должны быть не расплывчатые, а очень четкие, ясные мотивы. Как-нибудь я ознакомлю вас с подробным текстом мотивации, но сейчас мы зародим краткую мотивацию.

Отныне я буду практиковать путь освобождения и просветления, чтобы превзойти непостоянство, страдания, круговорот рождения смерти. На благо всех живых существ. Да обрету я состояние полного пробуждения, да пройду я по всем шестнадцати стадиям учения и семи землям мудрости. Да обрету я три пробужденных тела. На благо всех живых существ. Мотивация – то, куда мы двигаемся. Духовная практика это путь, движение, путешествие, это не стояние на месте, это путь трансформации, как если бы мы прибыли на вокзал или аэропорт, мы находимся в некой точке, и нам надо достичь какой-то другой точки. Мы создаем намерение. Чтобы купить билет, отправиться на рейс, нам надо понять, куда мы хотим. Мотивация это когда мы создаем такое намерение. Сейчас мы находимся в точке сансары, в точке неведения, в точке кармы с присущими ей законами. Например, есть закон реинкарнации, есть закон страданий в сансаре, закон непостоянства, закон причинно-следственных связей, закон хода времени, хода вещей, нияти, множество других законов. Это точка сансары. Но мы стремимся прибыть в другую точку. Мы стремимся отправиться в путешествие, или уже идем, и попасть в какое-то место назначения. Условно его называют местом, где есть свобода, полная свобода, освобождение. Это пункт нашего прибытия. Мы зарождаем такую мотивацию и такое намерение, расшифровывая, что для нас свобода, освобождение. Это реализовать седьмую землю мудрости джняна-бхуми, реализовать три пробужденных тела. Тело мудрости подобное пространству, божественное иллюзорное тело, тело славы подобное божеству (пранава деха) и проявленное тело, сиддха деха, способное действовать в относительном измерении. Три пробужденных тела. Три пробужденных тела это не только три каких-то тонких мистических тела, это символ трех очищенных измерений. Тело мудрости олицетворяет очищенное измерение, праджня, пустота, синоним в буддизме дхармакайя. Тело мудрости, джняна деха это пустотное тело подобное пространству. Если вы медитируете хорошо в махашанти, добираетесь до пятой дхьяны, шестой дхьяны, седьмой дхьяны, вы можете входить в такое тело мудрости постепенно. Второе измерение это тайджаса, астральное измерение. Просветленное тело олицетворяет полностью очищенное астральное измерение, пранава деха. Это второе тело. Тело в облике божества, бессмертное, святое тело, испускающее сияние, обладающее тридцатью двумя признаками божества. Третье тело олицетворяет измерение вишва. Измерение вишва это измерение нашей вселенной, материальная сансара. Наш мир, другие материальные миры, например, миры претов, миры асуров, миры божеств сансары. Когда мы достигаем просветления и совершенства, это называется сиддха деха, просветленное тело в этом очищенном измерении. Каковы эти три измерения и три тела? Признак реализации. У реализации много признаков. У духовного освобождения. Еще признаки есть, шестнадцать стадий развития осознанности, шестнадцать стадий луны. Последняя шестнадцатая стадия означает обрести состояние бога-творца, Брахмы. Кто такой Брахма, бог-творец? Это тот, кто обладает способностью проявлять вселенную, творить вселенную силой своей шакти, трех видов сил, джняна шакти, силой мудрости, иччха шакти, силой воли, крийя шакти, пятеричной силой действия. Это состояние Брахмы, творца, конечная точка реализации. Все это называется плодом учения, мы создаем мотивацию достичь такого плода учения. Идти по пути, пока мы не достигнем такого плода. Это наша конечная точка прибытия. Мы садимся на некий самолет, в аэропорту земной мир, пытаемся лететь и летим. Проходим разные промежуточные стадии, пока не пребудем в конечную точку прибытия, в состояние полного пробуждения.

Семь земель мудрости, шестнадцать стадий луны, три пробужденных тела – это все описания этого неописуемого, запредельного состояния реализации. Реализация не связана с нашим земным миром. Земной мир тоже в нее включен, но он не самый главный здесь. Это очень запредельное состояние реализации. Она происходит в очень запредельных измерениях. Когда наступает реализация, то наше земное измерение тоже изменяется, очищается и становится просветленным измерением, мандалой чистого видения. Все законы в нем изменяются. Закон кармы отменяется, ход истории отменяется. Причины следствия отменяются. Физический мир становится проявлением ума, включается в мандалу естественной осознанности. Наступает нераздельность сознания и внешней реальности. Все это мы называем плодом учения. Зарождая мотивацию, мы зарождаем намерение достичь плода учения, прибыть в конкретную точку, неважно в этой жизни, в следующей, духовный путь бесконечен. В этой жизни мы проходим какую-то часть и продолжаем в других измерениях. Невозможно за одну жизнь стать Брахмой. По крайней мере за короткую человеческую жизнь. Даже невозможно стать деватой, махасиддхом. Если вы не бессмертны. Вы зарождаете мотивацию сейчас, и эта мотивация будет двигать вас дальше в следующих жизнях, в следующих измерениях, пока вы не придете к полноте, полной реализации. Это путешествие длится много жизней. Если вы здесь, то значит вы уже когда-то зарождали такую мотивацию. Вы движетесь этой мотивацией, которую вы выражали уже раньше. Вы продолжаете свое путешествие. При воплощении, возможно, на какое-то количество лет у вас отказала память из-за грубости, материальной энергии, и вы долго приходили в себя, но затем вы восстановили свои санкальпы, обещания, намерения и снова продолжаете этот путь. Вы словно стрела, которая летит в какую-то цель. Причина того, что такая стрела летит в какую-то цель, была создана давно, раньше. Таким же образом сейчас мы снова подтверждаем эти причины. Чтобы продолжать дальше. Возможно, вы уже сидели перед какими-то учителями, слушали наставления. Так вы будете сидеть в будущем, перед учителями в чистых странах, эманациями Даттатреи, в божественных измерениях, тоже зарождать мотивацию и развивать свой дух дальше. Перед богами, когда сами станете богами, в иллюзорных телах, в каких-то мистических пространствах, тоже будете продолжать. Этот процесс будет длиться до тех пор, пока не будет обретено полное освобождение. Когда вся вселенная будет познана как собственный ум.

Мы продолжаем тему, которую рассматривали вчера.

*Как сделать сознание более сложным? Итак, способность человека-искателя быть сильным и достойным игроком на игровой площадке вселенной, целиком определяется его внутренней сложностью.*

Когда люди слышат о внутренней сложности, они думают, что это должен быть какой-то сложный ум. На самом деле под термином сложность подразумевается другое. Это его пустотность. Самой великой сложностью обладает пустота. Пустота присуща нашему сознанию. Пустота является источником богов, божественных сил, принципов мироздания и всех существ. Пустота обладает изначальной творческой силой. Эта творческая сила называется спанда. Когда что-то проявляется, это проявляется из Абсолюта. Абсолют проявляет себя в виде сил. Одна часть Абсолюта является недиффиренцированной, другая часть является активной, проявленной. Такую активную сторону Абсолюта называют – принцип шакти. Обычно говорят, что активная сторона Абсолюта обладает тремя ипостасями – Брахми, Раудри и Вайшнави. То есть супруга Брахмы, супруга Шивы и супруга Вишну. Что это такое? Это джняна шакти, иччха шакти и крийя шакти, сила божественной мудрости, сила божественной воли и сила божественного действия. А что такое Брахма, Вишну и Шива? Это творящая сила, сила охраняющая и сила разрушения. В других традициях они называются иначе. Поэтому внутренняя сложность это пустотность осознавания, пустотность осознавания которая позволяет оперировать этими силами, призывать их, проявлять. Внутри вас есть драгоценная жемчужина. Это ваш ум в его фундаментальной простоте. Этот ум есть сам Атман. Атман не отделим от Брахмана. Брахман есть Абсолют. Поэтому внутри каждого из вас есть абсолютное состояние. Это абсолютное состояние обладает не только независимостью, отделенностью, самодостаточностью, пустотностью, но и также способностью творить, проявлять различные манифестации и энергии. Обычно мы говорим о пяти главных силах, которыми обладает наше сознание. Сила божественного знания, джняна шакти, сила божественной свободы, сватантрия шакти, божественной воли, иччха шакти, сила божественной власти, айшварья шакти, и пятеричная сила действия, крийя шакти. Все это присуще нашему уму, когда он находится в пустоте.

*Как добиться высокой степени сложности и самоорганизовать сознание? Чтобы повысить самоорганизацию и сложность своего сознания, человек должен постоянно очищая, тренируя и закаляя свой разум, проникнуть в изначальную простоту сущего, в то, что вне ума, прорваться в исконный источник всякой сложности, в изначальную матрицу всех смыслов, божественный мегаразум, Брахман, который присутствует внутри него как природа ума.*

Чтобы реализовать такое состояние, необходимо войти в самадхи. Согласно восмьиступенчатой йоге Патанджали, достижение самадхи это последняя стадия. Вы не достигнете самадхи на пути Патанджали, если вы не хороший медитатор. Вы должны уметь долго медитировать. А чтобы медитировать, вы должны медитировать. То есть сидеть в буквальном смысле слова в уединении, прекратив разговоры, неподвижно, сосредоточившись. Путь медитации развивается по семи ступеням, первая дхьяна, вторая, третья, четвертая. Но если вы захотите сразу медитировать, то вам это не удастся. Вы увидите, насколько беспокоен ум, и в нем возникают попеременно то расплывание, то возбужденность, то вялость, враги медитатора. Вы обнаружите, что у вашей медитации много врагов. Вам не удастся сразу достичь успеха в медитации. Причина в том, что нет предыдущей ступени, дхараны, концентрации. Тогда надо хорошо заниматься концентрацией. Но когда вы попробуете заниматься концентрацией, вы обнаружите, что это тоже не просто. Тогда вы подумаете: «Почему трудно заниматься концентрацией?». Вы обнаружите, что ваши каналы узкие и засорены, чакры, каналы, прана не очищена. Тогда вы подумаете: «Может мне рано заниматься концентрацией, надо заняться пранаямой, очистить энергетическое тело, чтобы удобно хотя бы сидеть было». Когда вы захотите заниматься пранаямой, вы тоже увидите что это сложно. Вам тогда посоветуют начать с асан. Так вы опуститесь вниз и цель, самадхи будет отложена на очень неопределенный срок. Вам придется очень долго в состоянии двойственности делать асаны. Я лет десять делал асаны, потом занимался пранамой, потом концентрацией, потом медитацией, потом самадхи. Вы на долгое время будете находиться в сильном состоянии двойственности. Вы будете чувствовать себя медитатором, делателем. Это обычная йога Патанджали. Но учение Лайя-йоги сразу говорит: «Пусть у тебя много ограничений, с ними надо работать, но ты можешь попытаться войти в это недвойственное состояние сразу, прямо сейчас, прямо сейчас войти в измерение пробуждения. Потому что если так откладывать, ты можешь никогда не дойти, ты можешь вообще забыть, увлечься чем-либо. Некоторые современные духовные искатели увлекаются асанами и забывают обо всем. Привязаны к телу. Другие занимаются пранаямами. Третьи уходят в ясность и медитацию. Но конечной цели трудно достичь, если у вас нет правильных наставлений. В традиции Лайя-йоги мы сначала даем прямое введение в неконцептуальную осознанность. Пытаемся сразу войти в недвойственное естественное состояние. Когда мы хотя бы чуть-чуть переживем это состояние, мы пытаемся его удерживать. Уже удерживая это состояния, мы помним, что у нас есть ограничения, делаем асаны, пранаямы, концентрацию, но уже в трансцендентном состоянии. Почему мы можем это делать? Потому что изначальная сущность присуща нам с самого начала. Она не появляется в результате асан, пранаям и концентрации. Она не является тем, что мы творим и достигаем. Это то, что существует до нашего рождения, изначально. Но мы должны быть ознакомлены с этим, мы должны увидеть это прямо. Мы должны почувствовать это, и поверить в это. Тогда практика становится игрой, она становится чем-то легким, парящим и азартным. Вы можете делать те же асаны и пранаямы, но вам не надо уже находиться в состоянии разделенности, надежд и страха, думать: «Когда же я достигну этого состояния. Может его не существует вовсе». Вы будете в нем непрерывно. В этом отличие принципа сахаджьи, учения, сиддхов сахаджьи от постепенных методов. Это мгновенный метод. Он не отменяет необходимости выполнять садхану, но дает вам сразу вкус недвойственности. Делать садхану под вкусом недвойственности, или делать ее из состояния разделения это большая разница. Под вкусом недвойственности садхана становится игрой, подношением, самоотдачей, игрой благословения.

*Проникновение в глубинную природу ума возможно лишь в том случае, если поверхностный ум, воля, сильны, очищены, находятся в равновесии (самйога) и действуют согласованно. Такое равновесие и согласованность называется самадхи. Пребывая в самадхи йог находится в тотальном единстве, связи с божественным сверхразумом, источником всех законов и принципов вселенной.*

Существует обычная градация самадхи. Савикальпа самадхи, нирвикальпа самадхи, сахаджа самадхи. А затем сварупа самадхи. В савикальпа самадхи тонкое тело выходит, ум еще действует. Когда монахи описывают адские измерения, или когда буддийские монахи описывают путешествия в чистые страны, когда наши монахи описывают, это все савикальпа самадхи. Но в нирвикальпа самадхи ваш ум не действует это мир пустоты. Викальпы, мысли отсутствуют, прямое восприятие пустоты, дыхание остановлено. Чтобы добиться нирвикальпа самадхи надо достичь минимум пятой дхьяны, это бесформенное измерение. Вплоть до четвертой это могут быть различные виды савикальпа самадхи. А сахаджа самадхи это когда вы можете открыть глаза, встать, и в постмедитативный период поддерживать то же состояние что и нирвикальпа самадхи. Сахаджа самадхи это нирвикальпа самадхи наяву, с открытыми глазами. Если проверить волны мозга такого человека, то он будет ходить, говорить, но у него будут волны спящего человека. Причем спящего в фазе глубокого сна. Не в фазе быстрых движений глаз, сна со сновидениями, а именно его мозг будет спать по-настоящему, глубоким сном. Все святые, реализовавшие сахаджа самадхи находятся в таком состоянии ума. Наяву, как бы действуя, как бы говоря, как бы общаясь, как бы улыбаясь, они спят в состоянии глубокого, осознанного сна без сновидений. Согласно йоге Патанджали у вас нет шансов достичь сахаджа самадхи если вы не прошли савикальпа, нирвикальпа, и не научились в постмедитативный период удерживать достигнутое с открытыми глазами в движении. Но согласно учению Лайя-йоги мы говорим, что вы можете войти в сахаджа самадхи прямо, сразу. Потому что сахаджа самадхи не требует медитативной поглощенности савикальпа, нирвикальпа, оно поддерживается в бодрствующем, повседневном состоянии, на уровне подступающей концентрации, не дхьяны. Но для этого вы должны тренироваться в созерцании, вы должны по-настоящему стать мастерами созерцательного присутствия. Очень искусными, очень тренированными.

Когда вы получаете определенный опыт погружения в сахаджа самадхи, это называют зачатие. Бессмертный ребенок внутреннего осознавания был зачат. Затем надо вынашивать его, как мать вынашивает девять месяцев, йогин вынашивает свое внутреннее состояние. Наконец наступает рождение. Когда рождение происходит, говорят, что круг дня и ночи замыкается. Выражение сиддхов «замкнуть круг дня и ночи» означает, что ваша осознанность непрерывна как наяву, так и во сне, и во сне со сновидениями, и во сне без сновидений. Притом она отличается от осознанности каких-нибудь атсральных путешественников. Это не просто осознанность во сне со сновидениями, как у обычного человека, это осознанность просветленного существа, осознанность подобная пространству, когда иллюзорное тело сновидения может растворяться в пустотном состоянии, а затем снова проявляться.

Как достичь такой стадии рождения? Нужно непрерывно вынашивать медитативное присутствие, стоя, сидя, лежа, при ходьбе, еде, работе, разговоре. Но если мы попытаемся это делать, мы увидим, насколько наш ум непостоянен, насколько он отвлекается. Такое впечатление, что кроме отвлечений мы ничего не вынашиваем. Есть такое выражение «вынашивать отвлечения». Говорят, если ты вынашиваешь не естественное состояние, а отвлечение, то от своей практики ты ничего не получишь. Один святой в Тибете говорил так: «Многие люди говорят, что они практикуют высшее учение Ануттара-тантры, но на самом деле они практикуют ерунду». Тогда он говорит: «Лучше бы они практиковали низшие учения, попроще, где все понятно, чем они в отвлечении что-то делали без какого-то результата. Слишком тонкая практика». Чтобы вы понимали, как правильно практиковать, есть особые искусные методы, средства, они называются санкальпы. Санкальпы или вайшнави мудра, когда мы удерживаем некую установку в сознании. Шамбхави мудра – это когда мы смотрим в пространство, объединяемся с пространством, а вайшнави мудра это когда мы удерживаем чувство я или какую-либо другую установку.

Еще, чтобы нам не отвлекаться, нужны два друга, первый внимательность, второй бдительность. Когда у нас есть эти два друга, мы можем поддерживать авадхану, особое, яркое, медитативное сознание. Новичок может поддерживать авадхану, только когда он молчит, идет определенным образом, но мастер может находиться в этом состоянии непрерывно, чем бы он ни занимался. Он может играть в футбол, смеяться, слушать музыку, это не помешает его медитативному сознанию. Бегать, есть, все, что бы ни происходило, это происходит в огромном пространстве присутствия. Это никак не поколеблет его сознание. Путь практики заключается в том, чтобы стать самим мастерами созерцательного присутствия.

*Этот сверхразум, источник, обладает бесконечным уровнем сложности и самоорганизации. А его внутреннее разнообразие не поддается описанию. Он и есть изначальное поле всех смыслов, источник всех ценностей, первопричина всех целей и действий. Когда йог, находясь в единстве с ним, выражает намерение, оно неизбежно материализуется, обладая непреодолимой силой божественной воли. Пребывая в единстве со сверхразумом-источником, йог постепенно или скачкообразно избавляется от примитивных систем воззрения, ментальных отпечатков прошлых действий, самскар, насыщает свое индивидуальное сознание сложностью и повышает его самоорганизацию. Его ум просветляется божественным знанием единства всего сущего. Дуальность, примитивные суждения и оценки, на ней основанные, навсегда покидают его. Постепенно он включается в игру с ограничивающими законами и принципами вселенной, непостоянство, карма, реинкарнация, страдания. Чем сильнее его сознание поглощено сверхразумом, чем чище его связь с ним, тем сложнее, разнообразнее и глубже становится его индивидуальный разум. И тем более сильным игроком он становится. Его ходы в игре становятся все более адекватными играм мира разумных существ, божественному источнику, его принципам и законам. Его ответы на вызовы реальности все становятся все более сложными, системными, непредсказуемыми, непрогнозируемыми, ход вещей. Течение истории вокруг него становятся все более упорядоченными, начинают подчиняться ему. Течение личной кармы, неумолимость причин следствий становятся все более слабыми, пока полностью не иссякнут, превратившись в божественную игру, лилу.*

*Наконец, когда его сознание достигает критического порога сложности самоорганизации, и он уверенно переигрывает ограничивающие космические законы и тех разумных существ, которые его воплощают, духи, деваты, он начинает непрерывно транслировать наружу внутреннюю ясность, и сложность с помощью воли, создавая таким образом чистое пространство управляемой реальности.*

Духовная практика как я вчера говорил, это игра. Игра с разнообразными божественными силами, законами и принципами. Идти по пути освобождения означает в этой игре стремиться выиграть. Есть разнообразные принципы, божественные законы, которые нам надо преодолеть. Закон кармы это божественный закон, он установлен не нами, деватами. Подчиненными существами созданными Брахмой, для воспитания живых существ. Реинкарнация это тоже не нами созданный закон, это божественный закон вселенной, согласно которому, по указанию божества внутреннего судьи Ямараджи, каждое живое существо получает новое тело. Этот закон нам тоже надо преодолеть. Ход времени, непостоянства, видоизменения по закону времени, прохождение каждым существом пятеричных изменений, рождение, рост, становление, сохранение, разрушение, смерть это тоже не нами установленный закон. Все эти законы, которые мы рассматривали вчера это определенные божественные силы, принципы и существа за ними стоящие. Идти по духовному пути означает вступить в игру с этими принципами. Вы не с собой должны строить отношения, не друг с другом на духовном пути, вы должны понимать, что вы делаете вызов глобальным космическим силам, чтобы их превзойти, вы должны также играть на их уровне, быть очень мудрым и сильным игроком. Когда вы попытаетесь это сделать, вы увидите, что вы как личность бесконечно уступаете этим силам. Вы им уступаете настолько, что у вас даже нет шанса. У вас возникает понимание, что есть единственный шанс эти силы превзойти, надо убрать эго, убрать личность, себя, призвать благословения Абсолюта, всевышних существ, того, что эти силы превосходит. Это единственный способ душе добиться освобождения. Душа не может достичь освобождения сама, без благословения и милости Бога, на собственном усилии. Она бесконечно ниже и слабее чем божественные законы, силы, которые ее же и создали. Но она этого может достичь, только если она в процессе самоотдачи, отдаст себя на милость Всевышнему, Абсолюту. Когда эго уберет себя.

*В этом чистом пространстве он может проявлять разнообразные силы. Силу свободы, силу воли, силу властно волевого оперирования и силу разнообразных деяний, крийя шакти. Он берет под контроль ход истории, течение времени, причины и следствия, и исключает себя из списков тех, кто живет в ограниченном измерении нечистого видения, сансары, постоянно создает карму, страдает, циклично перерождается, находясь под контролем ограничивающих сил. Он сам становится сверхразумным, сверхсамоорганизованным существом, мегаразумом, с бесконечным уровнем внутренней сложности и многообразия. Он становится новым, боготворцом, новой собственной реальностью, новой вселенной. Он становится источником новых принципов и законов мироздания тех, кто задает ход вещей, течение времени, мерность пространства, направление истории и вектор эволюции новых разумных существ, порожденных силой его разума. Он становится свободным, достигает освобождения.*

Этим путем прошел мой Гуру, Гуру Брахмананда. Этим путем прошел Ади Шанкарачарья. Множество сиддхов прошли этим путем. Даттатрейя, когда-то шел этим путем, обучаясь у двадцати четырех Гуру. Таким же образом, все живые существа идут этим путем. Идя этим путем, освобождаются все святые прошлого, будущего и настоящего. Не идя этим путем, невозможно освободиться. Мы сейчас также идем этим путем, и нет ничего важнее и главнее этого пути. Все остальные вещи являются прелюдией или дополнением к этому пути, потому что этот путь самый главный. Как нам изменить свою жизнь, как нам создать новый ум, как освободиться от ума, как создать новый ход вещей, как превзойти время, как создать новое восприятие реальности, новый мировой порядок у себя в голове, а затем и снаружи, как освободиться от неумолимого закона кармы, причин, следствий, сделать свое сознание свободным от причин следствий? Как обмануть Читрагупту, внутреннего цензора и регистратора, который все пишет, каждую секунду со своими помощниками, все отпечатки, каждое слово, каждое действие, каждую греховную нечистую мысль? Все создает новые причины. С его секретарями и их супругами Шраванами и Шравани, которые постоянно докладывают Ямарадже и вносят нас в списки смертных существ, в списки Ямараджи, кандидаты на реинкарнацию. Как остановить этого внутреннего цензора? Как повлиять на внутреннего судью, Ямараджу, который задает будущее воплощение, готовит новое тело в новом мире, в соответствии с записями Читрагупты, внутреннего секретаря? Как вырваться из этого колеса, в которое мы попали, стать свободным, подобно Даттатрее? Это вопросы всей жизни.

Мои благословения всем.