2009 – 02 – 02.

 «Сила мысли». Наставления Свами Шивананды.

*«Укрепление силы мысли в результате моральной чистоты.*

*Мысли человека, который говорит правду и морально чист, всегда обладают огромной энергией. Тот, кто в ходе длительной практики научился контролировать гнев, приобретает колоссальную силу мысли. Когда йогин, чья мысль обладает мощным энергетическим зарядом, говорит одно слово, оно производит неизгладимое впечатление на души других людей. Такие добродетели как правдивость, серьезность и трудолюбие, это лучшие источники ментальной силы».*

 Считается, что если человек лжет или лицемерит, он накапливает карму невежества. В следующей жизни эта карма проявится как недоверие к его словам, отсутствие авторитета, слова не будут материализовываться, его никто не будет воспринимать всерьез, а худшие последствия – совершенно ужасные: описывают, что язык такого человека раскатают, словно большой железный лист, положат на раскаленную наковальню и будут бить по нему большими молотами. Астральный мир многообразен и дурных карм там тоже большое многообразие. Смысл такой, что если за словами человека не стоит искренность и реальная духовная сила, он сам теряет эту духовную силу, сам себя наказывает.

 *«Чистота ведет к мудрости и бессмертию. Чистота бывает двух видов: внутренняя (или ментальная) и внешняя (или физическая). Гораздо важнее ментальная чистота».*

 Ментальная, умственная чистота гораздо важнее физической. Бывает, человек очень хорошо внешне ухаживает за физическим телом, чистит ботинки и выглядит «с иголочки», но внутри его раздирают нечистые мысли. Можно сказать, его внешняя чистота ничего не значит. Святые сиддхи, авадхуты иногда валялись в грязи, ели с собаками или из черепа, но внутри они сверкали, были как божества, потому что их духовная чистота была настолько велика, что они все могли интегрировать в единый «вкус», в их видении даже грязь была как бриллианты, а череп собаки как чаша из золота. Они очистили себя, но другие люди не понимали и считали их грязными.

 Ежедневная борьба монаха – за ментальную чистоту. Когда мы находимся в монастыре, очень важно уделять внимание ментальной чистоте. Это ежедневный вопрос борьбы в течение многих лет, и вы должны такую борьбу выиграть. Если вы не боретесь за ментальную чистоту, идут дни, вы проигрываете, это значит, тактика садханы строится неправильно. Многие садхаки, которых я знаю, терпели неудачу именно из-за того, что не понимали важность ментальной чистоты. Они переоценивали воззрение и думали: «Раз я знаю воззрение Адвайты, то мне достаточно пребывать в воззрении». На самом деле это неправильный подход, потому что истинное пребывание в воззрении неизбежно должно вести к ментальной чистоте, ведь воззрение – это совершенная чистота. Где в Брахмане может взяться что-то иное, кроме Брахмана? А Брахман чист по определению, это означает, если воззрение глубоко интегрировано в мысли, поступки и поведение, должна быть супертрансцендентальная чистота, т.е. твое сознание просто сверкает ослепительной вспышкой света, а любые мысли – это как игра, радужные разводы на этой сфере ослепительной вспышки света. Но часто бывало так, что у таких садхаков воззрение в философии во время диспутов, а в относительном измерении происходит накопление нечистых мыслей и ментальных состояний, тогда такой садхак терпит неудачу, поражение, если он вовремя не спохватится и не начнет с этим работать.

 Разве так должен действовать умный йогин, монах? Конечно, нет. Он никогда не ждет, пока все это накапливается, он быстро и мгновенно очищает, потому что это вопрос вашего будущего. Нарушать тонкие контуры сознания, это то, что называется грех. Грех – он не внешний, он внутренний, и борьба с внутренним грехом гораздо труднее, чем с внешним. Под грехом подразумевается не понятие в духе христианского чувства вины, а состояние омраченности, клеши.

 *«С обретением внутренней (ментальной) чистоты достигается бодрость ума, однонаправленность сознания, покорение индрий и подготовленность к осознанию Высшего «Я».*

*Укрепление силы мысли при помощи концентрации.*

*Сила человеческой мысли не знает границ. Чем сфокусированнее человеческое сознание, тем больше силы сосредоточено в одной точке. У человека, поглощенного мирскими делами, лучи сознания рассеиваются, происходит утечка ментальной энергии во всех направлениях. С точки зрения концентрации эти рассеянные лучи следует собрать воедино, и это можно сделать в ходе практики концентрации, после чего сознание следует обратить в сторону Бога».*

Мысль можно уподобить лучу лазера, карму можно уподобить большой черной глыбе; надо этим лучом лазера большую глыбу испарить, рассеять. Если луч лазера мощный и концентрированный, это возможно: вы направляете луч лазера, и глыба понемногу тает и испаряется. Если он слабый и направлен в разные стороны, сколько ни направляй, это будет просто освещение этой глыбы, но не испарение. Поэтому сильный ум способен добиться многого в садхане. Все святые люди обладают очень сильным концентрированным умом. Когда говорят «духовная сила», то это именно сила сознания. Сознание как минимум должно обрести магическую силу: шаманы, колдуны, маги – все обладают большой магической силой, за счет этого могут усмирять духов, заставлять их служить себе, сдвигать тоннели реальности, менять судьбу другим людям в астральном мире, вмешиваться в причинно-следственные связи; это нормально. А если маг слабый, никакие духи его не послушаются, и он ничего не сможет поменять. Поэтому первый шаг – это понимание магической природы сознания, т.е. ментальная сила дает возможность идти и освобождать свою карму. Святые же должны обладать еще большей ментальной и духовной силой, чем шаманы, колдуны или маги. Иногда духи (существа после смерти, которые обладают очень маленькой духовной силой) имеют много привязанностей, они жаждут получить новое тело, тогда тантрийский йог или маг может пообещать духу взамен на то, что он выполнит какую-то работу для него, поселить его на время в какое-либо тело человека. Заключают своего рода сделку: дух выполняет для него работу, а тот предоставляет ему какое-то тело. Можно представить так, что наше подсознание – это огромная астральная вселенная, полная асуров, богов, демонов, т.е. каждый человек – это микрокосмос, и мы всю эту огромную вселенную должны очистить, упорядочить и так развить свое сознание, чтобы в этой вселенной действовать, чтобы она стала нашей внутренней мандалой.

Все что у нас есть, с чего мы начинаем, это такой небольшой лучик сознания, мы его должны тренировать и закалять дальше. Тот монах, который не тренирует свое сознание, конечно, он не сумеет свою вселенную очистить и превратить в мандалу. Поэтому усердие – это нормальный закон жизни для практикующего. Те, кто тратят жизнь на чувственные удовольствия, развлечения, пребывая в тамасе, в раджасе, не развивают сознание, конечно, они узнают последствия этого. Человек может в материальном мире быть богатым, очень важным, гордым, высокого мнения, но когда он выходит в астральный мир, он никто, даже небольшой дух может на него напасть, заставить его болеть, захватить его сознание в ловушку, куда-то поместить и все – вот реальность в астральном мире для души человека. Практикующий, наоборот, обладает большой силой сознания, его сила такова, что он проявляет целый божественный мир, целую божественную мандалу.

Были истории, когда за йогином, выполнившим тапас, приходили духи Ямы, посланцы бога смерти, Ямараджи. Сила тапаса святого окружала его таким пламенем, что они не могли к нему подойти, и как только они хотели взять его душу и привести за собой по велению Ямы, сила тапаса так окружала пламенем этого йога, что они обжигались, испуганные уходили и говорили: «Мы пришли за его душой по твоему приказу, о, Яма, но не смогли ее забрать из тела, потому что тапас йога обжег нас, так он был силен». Святой, обладая большой силой сознания, контролирует астральный мир и астральное тело.

*«Развивайте внимание и обретете хорошую способность к концентрации. Для концентрации необходимо душевное равновесие, сохраняйте душевное равновесие, всегда будьте в хорошем расположении духа, только тогда вы сумеете концентрироваться. Будьте регулярны в практике концентрации, располагайтесь в одном и том же месте, в одно и то же время, в четыре утра. Целибат, пранаяма, снижение потребности и активности, бесстрастие, безмолвие, уединение, дисциплина чувств, джапа, способность контролировать гнев, прекращение чтения романов, газет и походов в кино – все это вспомогательные средства для концентрации».*

Какое кино для монаха? «Вишну Пурана», «Махабхарата», другого не нужно. Романы для монаха: «Йога Васиштха», «Трипура Рахасья», «Шива Самхита». Это ваша духовная культура. Очень важно быть щепетильным, избирательным в плане информации. Информация – это та же пища для тонкого тела, мудрый человек никогда не будет есть прокисшую, несвежую, острую, соленую пищу. Он знает, что ему полезно для тела, а что вредно, если только он не практик единого «вкуса». Но пища для астрального тела и ума еще важнее, и мудрый человек не будет помещать в свой ум ненужные вещи.

*«Физическое переутомление, чрезмерная болтовня, переедание, избыточное общение с мирянами, длительная ходьба, необузданное потворство».*

Когда вы живете в монастыре, очень важно проникнуться духом практикующего. Дух практикующего означает, что вы должны иметь определенное самоуважение к себе как садхак. Бывает, если садхак неопытный, то когда в монастырь приходит какой-нибудь мирянин, он бежит, чтобы с ним поговорить: «Как там, на большой Земле?» Это значит, что у него просто сенсорный голод, неутоленная жажда общения. Но разве опытный садхак будет так себя вести (я говорю о непрактикующих, а не про учеников, практикующих мирян)? Опытный садхак не стремится к общению; это не значит, что он высокомерно относится или презирает других. Он всех любит и относится с чистым видением. Он знает, что у него должны быть определенные нормы общения, бережет свою осознанность, свою прану. Опытный садхак всегда стремится соблюдать определенный режим, собственные принципы, зная, что это очень благоприятно для Дхармы, благоприятно для садханы. Почему? Потому что его уровень невысок, и даже тот маленький уровень надо держать, а как только он его понизит, все его наработки тоже исчезнут, поэтому он защищает и бережет себя, в этом должно быть достоинство монаха, монах по капле собирает свою святость. Первые годы очень важно собирать эту святость и ее не расплескивать. Когда вы станете духовно-опытными, у вас этой святости будет много, вы можете более свободно себя вести, потому что святость уже не расплещется, но первые годы это действительно очень важно.

*«Укрепление силы мысли при помощи организованности мышления.*

*Остановите беспорядочную работу мысли. Выберите тему и думайте о ней в различных аспектах и с разных сторон. Когда вы упорядоченно думаете на одну тему, не допускайте в свой сознательный разум посторонние мысли, снова погружайте сознание в выбранную тему. Скажем, вы начинаете, к примеру, думать о жизни и учениях Джагат Гуру Ади Шанкарачарье. Думайте о месте его рождения, его раннем детстве, его личности, его добродетелях, его учениках, его писаниях, его философии, каких-нибудь важных высказываниях из его трудов, мистических способностях, которые он время от времени демонстрировал, его комментариях к Гите, Упанишадам и Брахма-сутрам. Пусть ваша мысль плавно перетекает с одного из перечисленных пунктов на другой по порядку. Охватите все пункты, вновь и вновь фиксируйте сознание в одной точке, потом переходите к другой теме. Посредством такой практики вы разовьете упорядоченную работу мысли. Ментальные образы обретут устойчивость и силу, они станут четко-определенными и ясно-очерченными. У обычных людей ментальные образы расплывчатые и смутные.*

*Укрепление силы мысли с помощью силы воли.*

*Каждая отстраненная чувственная мысль, каждое искушение, которому вы не поддались, каждое сдержанное грубое слово, каждое благородное стремление способствует развитию вашей силы воли или душевной силы и приводит вас все ближе и ближе к цели. Мысленно повторяйте с глубоким чувством: «Моя воля могущественна, чиста и непреклонна. С помощью силы воли я могу делать все. Я обладаю несгибаемой волей». Воля – это динамическая сила души. Когда она действует, все умственные способности: суждения, память, понимание, беседа, рассудочная способность, умение различать, способность размышлять и приходить к умозаключениям срабатывают мгновенные комбинации. Воля – это царь умственных способностей. В состоянии чистоты и непреклонности мысль и воля способны творить чудеса. Воля омрачается и слабеет из-за вульгарных страстей, любви к наслаждениям и желаний. Чем меньше желаний, тем крепче сила мысли и воля. Когда сексуальная энергия, мышечная энергия, страх и т.д. преобразуются в силу воли, ими можно управлять. Для человека с сильной волей нет ничего невозможного на земле. Когда вы отказываетесь от давней привычки пить кофе, вы до некоторой степени контролируете чувство вкуса, разрушаете одну васану и избавляетесь от пристрастия».*

Сила воли должна быть такова, чтобы вы могли, не обладая удовлетворением чувственных желаний, комфортом, какими-то пристрастиями, иметь при этом ясный, ровный ум и концентрироваться на практике. Когда вы длительно годами так живете, вы можете без трудностей выполнять садхану и в длительных ритритах.

*«Когда вы освобождаетесь от траты усилий на приобретение кофе и от привычки его употреблять, вы обретаете некоторый покой. Энергия, затрачиваемая на желание выпить кофе, которая прежде действовала на вас возбуждающе, ныне превращается в силу воли. Этой победой над одним желанием вы обретаете силу воли».*

Человек в обычной мирской обстановке очень быстро растрачивает свой духовный потенциал, даже если с рождения им обладал. У него появляется множество маленьких, средних и больших привычек, захваченностей и страстей: иногда он привыкает пить кофе, есть особый тип еды, заниматься сексом, привязываться к определенным людям. Таких привычек и маленьких привыканий накапливается с годами все больше и больше, а впоследствии вся жизнь представляет некий комок привыканий, стремлений и захваченностей. Этот комок забирает 80-90% воли и энергии. Такой человек не способен ни на концентрацию, ни на духовную практику. Даже если он хочет что-то делать, он не чувствует вдохновения, у него ничего не получается. Если такому человеку предложить делать два часа пранаяму или выполнять мантру, медитацию Махашанти, ему станет скучно и неинтересно через пятнадцать минут, потому что вся его духовная сила уже отдана, она забрана маленькими привычками, страстями и захваченностями.

Монах, наоборот, должен жить так, чтобы год от года его дух и духовный пыл крепчал; поскольку он все больше и больше развивает себя, живет безупречной жизнью, его духовная сила все больше и больше увеличивается. Если год назад вы не могли сидеть в падмасане, то через год вы можете сидеть пятнадцать минут. Если год назад для вас час Махашанти был пыткой, то через год становится просто неприятной вещью, но не пыткой, через два года становится нейтральной вещью, через три года становится приятной вещью, через четыре года Махашанти – это блаженство, а через пять – это восторг и экстаз. Так обычно растет ваша садхана. Если жизнь без мирских желаний раньше была очень скучной, вы чувствовали неудовлетворенность, находясь в ритрите, оставаясь наедине, когда хочется поговорить, что-то посмотреть, то понемногу ум начинает получать вкус к настоящей духовной жизни, он оборачивается внутрь, начинает искать внутреннее богатство и получать удовольствие от того, что он соприкасается с внутренним богатством. Он убеждается, что сансарная жизнь – жизнь снаружи, удовольствия, получаемые извне – суррогат, это псевдоудовольствия. Сколько бы он их ни получал, все богатства он уже внутри имеет, и он привыкает к такой духовной жизни.

*«Этой победой над одним желанием вы обретаете силу воли, а если вы победите в себе пятнадцать таких желаний, ваша сила воли станет в пятнадцать раз крепче и могущественнее, и эта победа помимо укрепления силы воли поможет вам обуздать также и другие желания.*

*Безмятежное умонастроение, душевное равновесие, хорошее расположение духа, внутренняя сила, способность выполнять сложные работы, успех во всех предприятиях, способность влиять на других людей, магнетическая и динамическая личность, магнетическая аура, отраженная на лице, сияющие глаза, пристальный взгляд, сильный голос, благородная поступь, твердый характер и бесстрашие – вот приметы или симптомы, указывающие на возрастание силы воли».*

Практикуя в монастыре, надо идти к святости, а если не идти к святости, то и особого смысла в монастыре нет; смысл есть, но он малый, истинный смысл – продвигаться к святости. Святость не приходит просто так; от того, что мы провели в монастыре три года или пять лет, мы не становимся святыми. Святость приходит именно тогда, когда мы стараемся, прилагаем усердные усилия и очищаем себя. По мере практики, когда ваша духовная сила возрастает, вы перестаете быть ведомыми личностями или несамодостаточными, вы становитесь ведущими личностями. Если человек духовно слаб, его надо подбадривать, вдохновлять: «Не вешай нос, старайся, крепись, иди к Богу». Такой человек еще слабая личность, зависимая, нецелостная. Духовно-сильная, целостная личность не нуждается в том, чтобы его подбадривали, укрепляли в вере; она сама, кого хочешь, подбодрит. Очень важно из такой подбадриваемой, слабой личности становиться сильной личностью, которая своим присутствием других вдохновляет. Очень важно становиться сильной духовной личностью. Сильной духовной личностью можно стать, когда у нас внутри нет компромиссов, когда мы освобождаемся от желаний и, обладая очень сильной верой, прилагаем усердие по очищению себя.

*«Простые рецепты для развития логического мышления.*

*Ментальные образы обычного человека очень расплывчаты. Он не ведает, что такое глубокое размышление, его мысли хаотически блуждают, порой в его мыслях царит полная неразбериха. Только у мыслителей, философов и йогинов четко определенные и ясно очерченные ментальные образы».*

Если вы стали монахами или становитесь учениками, вам надо сформировать ум философа, т.е. ваша судьба быть философом. Если кто-то думает: «У меня нет философского мышления, я не понимаю», что я могу сказать? Надо научиться понимать, надо учиться. Как говорят, кто ясно мыслит, тот ясно излагает. Надо обрести структурированный философский ум, надо уметь ловко оперировать концепциями: концепции не ради самих концепций, концепции ради тренировки ума. Надо уметь ловко ими оперировать, ловко их самоосвобождать, выстраивать стройные логические схемы, искать ассоциативные цепочки, четко работать с терминами и понятиями, четко определять смысловые поля каждого термина, улавливать разницу оттенков понятий в разных школах и традициях, устанавливать сложные логические взаимосвязи и иерархически структурировать понятия и связи между понятиями. Все это должна дать философская логическая подготовка. Это называется ясностью. Если ваша ясность безупречна, она всегда вам будет помогать в духовной жизни. Ясность проявляется в виде грамотно написанного философского трактата, в виде хорошо подготовленного доклада или комментариев, в виде хорошо прочитанной лекции или проповеди, в виде ясного, умелого изложения своих мыслей на собрании по служению или другом собрании. Все это характеризует вас как человека, обладающего осознанностью в речи, ясностью.

Не может быть святого, который сумбурно излагает свои мысли, путается, не может понять. Это не свет, это не ясность, это тамас в речи. Святой всегда обладает очень сильной, ясной, глубоко убедительной речью, способностью выражать свои мысли. Как правило, все святые выражались очень поэтичным, красивым, ясным и убедительным языком. Они не обязательно были интеллектуалами или пандитами. Иногда они говорили очень просто, но сила и красота их слов всегда поражала, потому что их свет проявлялся через все, в том числе через мышление и речь.

*«У тех, кто практикует концентрацию и медитацию, развиваются способности к созданию выразительных и хорошо оформленных ментальных образов. Большей частью ваши мысли неустойчивы, они наплывают и ускользают, поэтому они смутные и неопределенные».*

Часто бывает, человек не может собраться и взяться за служение, это означает – его ум не собран, его мысли разбегаются в разные стороны, у него нет четкого представления цели, нет яркого образа, где он видит конечный результат, куда ему двигаться, и веры этому образу. Когда он начинает действовать, он делает хаотичные, бессистемные вещи, не видя конечной цели, и потом говорит: «У меня не получается». Я скажу: «Да и не получится, совершенно неправильный подход. Прежде чем что-то делать, вы должны это увидеть ярко, ясно, очень красиво, в самом лучшем виде. Вы должны увидеть конечный результат, несколько вариантов конечного результата, и из них выбрать самый лучший, который светится. Вы должны увидеть поэтапную цепочку к этому результату, несколько таких цепочек, и тоже уметь выбирать самые лучшие варианты». Когда вы это видите на тонком уровне, на уровне мысли, то затем вы делаете, и у вас все получается, у вас ничего не разбегается. Это не ясновидение, это дисциплина мышления, дисциплина создания образов.

*«Мысли наплывают и ускользают, поэтому они смутные и неопределенные. Образы не отличаются ни четкостью, ни силой, ни определенностью. Вам нужно укреплять ментальные образы с помощью ясного, непрерывного и глубокого размышления. На основе вичары (логического рассуждения), мананы или глубокого размышления и медитации вы должны усмирить свои мысли и придать им определенную форму. Тогда философская идея обретает устойчивость. На основе правильного мышления, рассуждения, самонаблюдения и медитации вы должны внести ясность в свои мысли, тогда исчезнет путаница в мыслях, они будут устойчивыми и хорошо обоснованными. Думайте логически, вновь и вновь вносите ясность в мысли, занимайтесь самонаблюдением в одиночестве, старайтесь максимально очищать мысли, утихомирьте мысли. Не давайте возможности уму метаться, пусть лишь одна волна мыслей тихо вздымается и опускается. Отгоняйте все посторонние мысли, не имеющие отношения к теме, которую вы в настоящий момент разрабатываете.*

*Садхана для развития способностей к глубокому и оригинальному мышлению.*

*Большинство из нас не знает, что такое правильная работа мыслей. Большинство людей мыслит поверхностно и непродуманно. Способностью к глубокому размышлению владеют немногие. В этом мире очень мало мыслителей. Глубокое размышление требует интенсивной садханы. Необходимы бесчисленные рождения, чтобы произошла эволюция мышления, только тогда мы начинаем мыслить глубоко и основательно. Независимость и оригинальность мыслей демонстрируют ведантисты. Для выполнения ведантической садханы, мананы или размышления необходим острый ум. Упорная, настойчивая и четкая работа мысли, постижение сути проблемы или ситуации, исходных предпосылок всех мыслей и Бытия – вот истинная сущность ведантической садханы. Вам придется отказаться от прежней идеи, как бы глубоко она в вас ни укоренилась, когда вместо нее к вам придет новая, облагораживающая идея. Если у вас не хватает мужества открыто взглянуть на плоды ваших размышлений, проглотить выводы, к которым вы в результате можете прийти, что бы они не значили для вас лично, никогда не вдавайтесь в философские рассуждения, посвятите себя преданному служению».*

Увеличение силы ума – это первый шаг к пониманию природы Ума. Часто люди не умеют наблюдать свои мысли и не понимают, что мысли и реальность – это разные вещи. Часто они путают свои мысли о реальности и саму реальность, т.е. реальность воспринимается через оценочное сознание. Между реальностью и оценочным сознанием ставится знак равенства. Например, человек говорит: «Это так». Я его спрашиваю: «Это реальность или это ваша оценка реальности?» Он думает. Зову другого человека, этот человек говорит: «Нет, это так». Я говорю: «Смотрите, вот другая оценка реальности. Так это реальность или это ваши мысли о реальности?» Чувствуете разницу: реальность и ваши мысли о реальности. Мысли о реальности у каждого могут быть разные, а реальность – она всегда реальность. Иногда человек, задумываясь, делает открытие: оказывается, что нет реальности как таковой, а есть мысли о реальности и оценка реальности, есть точки зрения. Но все люди не понимают этого, если они не отслеживают свой ум. Когда они что-то оценивают, они верят в свою оценку; когда они думают, они верят в то, что они думают. Они думают, что это и есть реальность. Поэтому в мире столько запутанности, хаоса, непонимания; войны, конфликты только из-за этого. Например, есть мысли: «Евреи плохие». У евреев другие мысли: «Палестинцы плохие». Одни думают и оценивают реальность так, другие – так, но они думают, что их оценка – это и есть реальность. Две реальности, два кармических видения не совпадают, тогда начинается пуск ракет друг по другу. Если бы люди устраняли это и действовали с позиций ясности, то не было бы никаких конфликтов.

Одному человеку я говорю: «Подумайте, что мир вокруг, то, что вы видите – это ваши мысли, это ваша оценка реальности». Человек отвечает: «Ну, как? Это самая настоящая реальность. Я сейчас выйду, мне будет холодно. Ведь это не мои мысли, это реальность». Я говорю: «А допустим, человек, который занимается обливанием по системе Порфирия Иванова: он выйдет, ему не будет холодно. Разве это не оценка реальности? Это ваши мысли, ваша оценка реальности. Или инопланетное существо, которое привыкло жить при -200 градусов, когда выйдет на -20, ему будет очень жарко. Так, где же абсолютный критерий?» Он убеждается: «Да, это моя точка зрения, всего лишь мое узкое восприятие». Все это просто понятия, нет чего-то абсолютного.

Важно всегда помнить: между мыслями о реальности и реальностью нельзя ставить знак равенства; между вашей оценкой мира и самим миром нельзя ставить знак равенства, это не одно и то же. Почему? Мысли и оценка реальности – это точка зрения, она зависит от прошлой кармы, от нынешнего воспитания, окружения и от многих факторов, которые индивидуальны и уникальны для вас, но для другого – совсем по-другому. Например, если я оцениваю реальность без осознавания Адвайты, то, что будет оценивать во мне: сорок лет впечатлений моей жизни, а также тысячи лет прошлых жизней, мое образование, воспитание именно в ту уникальную эпоху, в которую я живу. Но если бы я жил в средневековой Англии, то у меня были бы совсем другие отпечатки, моя оценка реальности была бы совершенно другая, если мы не берем в расчет адвайтическое осознавание. Если бы вы жили в племени индейцев масатек, то ваша оценка реальности и ваши отпечатки заставляли бы вас оценивать реальность совершенно по-другому.

*«Медитация для практической и непрерывной работы мысли.*

*Будучи великой силой, мысль обладает колоссальным могуществом. Поэтому чрезвычайно важно знать, как использовать эту силу в ее самом высшем предназначении для достижения максимально возможных результатов».*

Почему мы часто говорим: «Применяй чистое видение, соблюдай самайю». Самайя – это именно умение сохранять ментальную дисциплину. Чистое видение – это умение правильно выстраивать чистые ряды мышления. Если человек этого не придерживается, в его мыслях хаос – представьте, есть мысленный ряд из чистых стран или из божеств, а затем идет деструктивный мысленный ряд: мысли изломанные, мутные, злобные, нечистые, с рогами, зубами и высунутыми языками, и он идет с таким мысленным рядом. Он создает определенные причины, которые обязательно проявятся как следствие. Это неправильно. Если человек соблюдает самайю, чистое видение, он сразу увидит отклонение, что его мысленный ряд пошел мрачный, в нижние миры. Если он правильный монах, он обязательно раскается, самоосвободит, применит пратипакша-бхавану. Он этого не оставит, у него в голове зазвучит сигнал тревоги: «Тревога! Тревога! Нечистое видение!» Он сразу предпримет действия и изменит этот мысленный ряд. Если же это незрелый практикующий, он даже не обратит на это внимания, не заметит, его мысли будут развиваться до тех пор, пока не дойдут до критической точки.

*«Такое знание открывается в практике медитации. Практическая работа мысли обращает сознание к объекту, а непрерывное размышление держит сознание в состоянии постоянной занятости. Восторг вызывают расширение и блаженство развитого сознания, а побуждение сознания к неотвлеченности внимания осуществляется этими двумя видами размышления. Медитация начинается тогда, когда появляется прикладная и непрерывная работа мыслей: восторг, блаженство и сосредоточенность сознания».*

Богам в высших сферах присущи очень чистые, возвышенные, стройные мысли. Боги мыслят системно, самоорганизованными мыслями, мандалами. У них очень чистые ряды мыслей, чистые вереницы образов. Боги постоянно плывут в потоках то блаженства, то радости, то восторга, то расширенного состояния, потому что у них очень дисциплинированная структура мышления, они очень чутки в плане дисциплины мыслей, у них очень развита этика, чувство прекрасного, эстетика. Все это следствие ясности и пребывания в созерцательной мудрости. С их точки зрения люди глупы и примитивны, очень грубы, особенно если не практикуют, это если не иметь чистого видения. Сознание человека, у которого мышление не воспитано, это сознание орка, что-то очень грубое и жесткое. Наша задача – избавляться от такого сознания и воспитывать в себе духовное, тонкое, божественное сознание. Тонкое, божественное не значит слабое, это значит – очень стройное, гармоничное мышление, чистые и ясно структурированные образы.

За счет чего происходит воспитание мышления? За счет того, что мы учимся созерцать, и в этом созерцании черпаем силу для очищения ума; за счет концентрации, из концентрации мы черпаем силу для гармонизации мысленных рядов, гармонизации образов и за счет соблюдения принципов самайи, чистого видения и винаи.

*«Мысль – это живая жизненная сила, самая живая, тонкая и неудержимая сила во Вселенной. Мысли живые. Они движутся, обретают форму, очертания, цвет, качества, вещество, силу и вес. Мысль – это реальное действие».*

Что значит, когда говорят: мысли живые, они имеют форму, очертания? Это значит, если вы о ком-то думаете хорошо, то астральным зрением вас можно увидеть, будто вы этому человеку дарите цветок или плод; а если думаете плохо, то астральным зрением можно увидеть, что вы стоите над этим человеком и у вас в руке плетка, палка или что-нибудь другое, в зависимости от ваших интерпретаций, у ума фантазии хватит. Конкретные мысленные бхавы перерастают в конкретные образы, это может быть мимолетная мысль, но она сразу отливается в образ. Если вам что-то не нравится, то в астральном мире у вас хмурое выражение лица, вы берете и захлопываете дверь перед чем-то. Если вы чему-то открыты, радостны, в астральном мире у вас радостное выражение лица, красивое одеяние, и вы распахиваете дверь. Так это может видеться. Из повседневных состояний таких образов накапливается очень много, они создают целую астральную область, которая человека окружает. Когда заходишь в тонкий мир человека, который находится в отрицательном, негативном состоянии, видишь, как он блуждает по мрачным подземным лабиринтам, готическим формам, строениям, пещерам. Если человек накапливает тонкие, возвышенные, радостные состояния, то видишь его в больших залах, уютных теремах, хоромах; все чистое, наполненное светом, инкрустированной мебелью, драгоценными вещами, рядом красивые юноши и девушки, высокие и стройные, в красивых одеждах. Это его собственные мысли приобретают такие образы. Ничего сложного нет, чтобы войти в тонкий мир человека и увидеть его душу, как он мыслит.

*«Мысль проявляется как динамическая сила. Радостная мысль вызывает близкую по духу радостную мысль у других людей. Возникновение благородной мысли – это могущественное противоядие и противодействие злой мысли. При развитии позитивного мышления мы обретаем творческую силу».*