22.05.2011

Важно соединять медитацию

Вчера мы говорили о важности самоисследования, о том, чтобы изменить систему нашего мышления с дуальной логики на восприятие саттарка логики и парасаттарка логики. Необходимо обрести устойчивость в созерцательном присутствии. Но такая устойчивость появляется не сразу, а спустя годы духовной практики по обнаружению Природы Ума. Ей должна предшествовать вичара, интенсивная садхана очищения ума и самоисследования, вичары. Вичара может проводиться в отношении внешнего объекта, и это называется бахир вичара. Весь научный мир только и делает, что занимается исследованием внешнего мира, внешней вселенной. Как работают внешние элементы, как проявляют себя законы физики, химии, биологии, социальной среды. Все это внешнее исследование. Но сиддхи говорят, что если мы хотим познать свою внутреннюю природу, нам нужно заниматься внутренней вичарой, атма вичарой. Поскольку внешнее есть отблеск внутреннего. Сколько бы мы ни исследовали внешние явления, мы не придем к пониманию самих себя. Поскольку в любом исследовании есть тот, кто исследует, есть наблюдатель. Исключение наблюдателя из процесса научных экспериментов, научного познания, самой системы гносеологии, было длительной проблемой атеистичной материалистичной науки. Много можно было обсуждать то, что наблюдается, но ученые ничего не сказать о том, кто это наблюдает. Только в двадцатом веке, появление квантовой физики, которая, кстати, была создана учеными, изучавшими ведическую традицию, ведическую философию. Один из них был учеником Кришнамурти, другой сам был родом из ведической традиции. Только появление в двадцатом веке квантовой физики привело к необходимости включить наблюдателя в процесс научных исследований и экспериментов. Впервые ученые начали задумываться о том, что на квантовые процессы в процессе эксперимента влияет сознание самого наблюдателя, что сознание субъекта исключить не удастся. Придется разворачиваться вовнутрь, искать, исследовать принцип сознания, принцип наблюдателя. Но святые много тысяч лет об этом говорили. Наука приходит к подтверждению современных постулатов ведической философии. Согласно учению адвайта-веданты в процессе восприятия всегда есть объекты, всегда есть субъект (мы как наблюдатель) и всегда есть процесс восприятия. Эта тройственность, это то, что образует наш мир. Субъект, объект, процесс восприятия. Если мы хотим познать, что означает пробуждение, просветление, освобождение от законов материального мира, от законов этой физической вселенной, выход из круга рождения, смерти, нам необходимо обращаться к субъекту, заниматься вичарой. Обращаться к субъекту не означает, что необходимо исключить внешние объекты. Внешние объекты должны быть включены в восприятие, но на новом уровне, через восприятие пустотной природы самого субъекта.

Когда мы обращаемся к исследованию Природы Ума, она опять же может быть двоякой. Один способ – это аналитическое исследование, второй способ – неумственное, прямое постижение, как результат созерцания. Нужно и то, и другое. Результатом духовной практики должно быть наше духовное раскрытие, которое в традиции называют просветление, мокша, освобождение. Но это духовное раскрытие возможно только когда мы собрали несколько накоплений: заслуг, мудрости и медитации. Никто не говорит, что нужна только медитация. Нужны заслуги. Заслуги – это хорошие причины, хорошие энергии в вашей судьбе, в тонком мире. Мудрость – это способность обладать ясным аналитическим сознанием, способность грамотно интерпретировать любой мистический опыт. И медитация – это прямое постижение в сущность я. Когда у вас есть эти три фактора, вы уверенно идете по пути освобождения. Если одного не хватает, то освобождение становится затрудненным, или вообще невозможным. Поэтому изучение философии, анализ, также важны, как и медитация. Если у вас слабый анализ, слабая философская подготовка, медитация даст вам опыты, но эти опыты не смогут найти у вас правильного толкования, и будут восприниматься бессистемно. Вы не сможете выделить главное, второстепенное и идти дальше по пути. Вы можете очароваться какими-то иллюзиями, эти опыты могут увести вас в неверном направлении. Когда нет мудрости, и много опытов, это не очень хорошо. Если вы будете только заниматься философией, и не медитировать, не созерцать, вы станете просто ученым, но живой опыт пройдет мимо вас. Это будет подобно тому, как половник переносит мед, но сам никогда не пробовал вкус меда. Наконец, если вы не будете очищать свою судьбу, накапливая заслуги, просто развивать мудрость и просто медитировать, то вам не удастся преодолеть грубые слои кармы, пласты сознания. В бессознательном есть большие пласты сознания, которые не пробиваемы, ни философией, ни медитацией на обычном уровне. И чтобы пробить и очистить эти пласты сознания сиддхи, святые древности шли на великие жертвы, на великие аскезы, практики безумной мудрости, полное отречение. Но в вашем статусе, ваших условиях, безумная мудрость невозможна, отречение, тапасья, жизнь нага бабы, тоже невозможны, какие-то радикальные практики тоже не приветствуются, по крайней мере, время еще не пришло. Но в ваших силах накапливать заслуги, очищать свою карму, с помощью карма-йоги и севы. Это поможет очистить те самые пласты, которые невозможно рассеять на данном уровне медитации или философии. Когда мы сочетаем эти три накопления, мы по-настоящему становимся садху.

Мы поговорим об учении из раздела праджня янтры. В разделе праджня янтры есть темы для аналитической медитации, изучения внутренней структуры я. Это учение называется антахкарана панчака, пятеричная ментальная структура нашего внутреннего инструмента. У нас внутри есть тонкое тело. Обычно говорят, что тонкое тело – это пять пран, плюс антахкарана. Пять пран всем нам известны.

Что же такое антахкарана? Это наш внутренний инструмент, с помощью которого мы мыслим, воспринимаем мир, осуществляем процессы познания, когнитивные операции. Нам надо глубоко понять, как работает этот инструмент, из чего он состоит. Наш внутренний инструмент включает в себя манас, буддхи, ахамкару, читту и чайтанью, то есть понятийный ум, духовный разум, эго, память и поток сознания.

Что такое манас? Манас – это понятийный ум, чувственный логический ум, который можно уподобить операционной системе. У него есть несколько функций. Первая функция – это санкальпа, желания, намерения и воля. Например, у нас есть желание выявлять то, что значимо для нас, и то, что нет. Так работает санкальпа. Кроме санкальпы в уме есть также викальпа, другой способ его работы. Это мысль, колебание ума, сомнения, необоснованные фантазии, то, что обычно отклоняется санкальпой. Работа ума проходит в борьбе между санкальпой и викальпой. Например, санкальпа такова: буду медитировать медитацию махашанти. Как только ваша санкальпа утратила контроль, появляется викальпа, бесконтрольные мысли. Вы думаете: «Как там дома? Когда это все закончится?» Это бесконтрольные потоки мыслей, все это викальпы. Викальпы возникают сами собой. Санкальпы мы порождаем сами, и их нужно контролировать и удерживать.

Другое состояние ума называется мурчха, бессознательность, ступор, как обморок, который появляется в состоянии замешательства ума. Это подобно тому, как операционная система в компьютере зависает на некоторое время, останавливается. Периодически ум способен впадать в такое бессознательное состояние. Мастера и сиддхи используют эту способность ума для обнажения естественного присутствия. Считается, что есть особые периоды в жизни, когда ум входит в это состояние. Например, во время шока, испуга, интенсивного наслаждения, первый миг после пробуждения, чихание. Когда происходят какие-то процессы, когда ум на время парализуется. Понятийный ум парализуется, и в это время открывается истинная сущность. В первый момент смерти происходит то же самое. Даттатрейя в Трипура Рахасье также говорит, что когда ваш ум уже оторвался от старого объекта, а к новому не прилепился, например, в путешествии, вы выезжаете куда-то есть тонкий промежуток, который можно заметить, ум в это время остановлен, сознание открыто чему-то новому. Или в первый миг после пробуждения, когда ум еще не начал работать, и вы не помните где вы, как вы здесь оказались. Если такие промежутки замечать, и в эти промежутки глубоко созерцать, вы можете получить глубокие духовные опыты расширенного сознания. Или когда человек получает какое-либо шокирующие известие, и его ум перестает работать.

Другая функция ума – это манана, размышление, рефлексия. Она активируется при обдумывании чего-либо. Уму постоянно присуща рефлексия, он постоянно дает оценки снаружи и внутри. Преодоление интенсивного мышления, и выход в неконцептуальную осознанность связаны именно с тем, что нам надо усмирить этот ум, эту рефлексивную способность ума. Усмирить ее можно двумя способами. Первый – жестко пресечь. А второй способ – выйти в точку неконцептуальности, где рефлексия перестает довлеть над вами, и она перестает приносить проблемы.

Наконец пятое качество манаса – это джадатта, оцепенение, жесткость, безжизненность. Это пассивный, спящий режим ума. Например, во сне без сновидений, в состоянии транса, обморока, самадхи, ум просто не работает.

Что же нам необходимо делать с манасом в процессе духовной практики? Его нужно отточить, дисциплинировать, и научиться включать и выключать его по своему желанию. В противном случае, викальпы, интенсивная работа будут постоянно создавать рябь в потоке сознания, и мы не сможем должным образом раскрывать глубинную природу манаса. Манас, ум можно понять как операционную систему, с которой не надо отождествляться. Не нужно доверять его оценкам и суждениям. Не нужно принимать все, что ум говорит. Нужно наблюдать его и отделяться от него.

Следующее о чем можно поговорить, это читта. Читта – это хранилище нашей памяти, умственных тенденций, она тоже обладает пятью качествами. Первое качество читты – это мати, интеллект. Память дает нам проницательность сознания, которая позволяет апеллировать к внутреннему накопленному опыту, сравнивать, классифицировать. Это помогает в жизни. Это качество мати. У читты есть собственная интеллектуальность, собственная разумность. Эта разумность появляется как сформированный опыт. Особенно у пожилых людей есть очень сильный сформированный опыт. Их эго всегда апеллирует к сформированному опыту. Их память очень велика, и они все время сравнивают с тем, что есть в памяти, и делают быстрые выводы. Это функция читты, в аспекте мати, интеллекта.

Другая функция, это дхрити, устойчивость, стабильность, утвержденность духовного опыта или осознавания. Память способна фиксировать духовные опыты, прошлые переживания, накапливать их, и утверждаться в этом. Это качество очень важно в процессе созерцания. Нам необходимо приобретать устойчивость, когда мы занимаемся практикой. Малая вспышка опыта не способна расколоть глыбы нашей кармы. Но когда наша читта хорошо фиксирует духовные опыты, и делает опорой для дальнейшей жизни, эти духовные опыты перерастают в полноценное присутствие.

Следующее качество читты, это смрити, память. Это воспоминание и воспроизведение прошлого опыта. Если ваш ум силен, то вы можете легко войти в свое бессознательное, и воспроизвести любой прошлый опыт в деталях, вплоть до погружения, пережить его заново. Это подобно тому, как вы рассматриваете старый семейный альбом с фотографиями. Погружаетесь полностью в воспоминания. Эту способность мы используем во время практики самскара шуддхи. Когда мы вызываем прошлые воспоминания, и пересматриваем их, очищаем.

Следующее качество читты, это тьяга, отрешенность. Это способность отказываться от чего-либо, жертвовать чем-либо, ради большего. Читта в основном проявлена в сохранении и воспроизведении самскар, подсознательных действий сознания. Есть самскары, они хранятся, воспроизводятся, тогда это востребуется. Но читте также присуща такая способность как понимать, то, что важно, и то, что менее важно для духовного пути. И отрешаться от ненужных самскар. Если мы активируем эту способность, это подобно тому, как у нас удаляются ненужные файлы в сознании. Многие психоаналитики исцеляют сознание пациентов, упражняясь в том, чтобы вытащить на поверхность скрытые воспоминания. В читте, как в хранилище внутренних тенденций содержатся корни наших проблем, будущих побед, или будущих неудач. И от того, что есть в потоке нашей памяти, зависит наше будущее. Все мы так или иначе, являемся отождествленными с нашей памятью. Мы придаем значение нашей памяти. Всякий раз, когда мы пробуждаемся, и наше сознание выходит из сна без сновидений, мы сразу активируем некий кластер памяти, и этот кластер нам говорит: «Я такой-то, мне нужно идти туда-то». Мы все это вспоминаем. У нас нет такого, что мы проснулись, и думаем, что мы уже другой человек. Память воспроизводится каждый раз. Но на самом деле, память – это наша обусловленность. Когда мы созерцаем, пытаемся идти к освобождению, именно память, сформированный опыт, являются кармой. Санчит карма, прарабдха карма – это ничто иное, как память. Именно память, читта, содержащая массу самскар толкает нас на определенные поступки. Тогда человек говорит: «Я хочу завести семью. Я хочу стать богатым. Я ненавижу то или это». Это не он говорит, это его самскары говорят. Это его память, накопленный опыт, толкают его в определенном направлении. Таким образом, в памяти в виде семян находится все наше будущее. Это называется прарабдха карма. Понятно, что ясновидец, заглянув в хранилище памяти может примерно сказать какое будущее будет у человека. Это не потому что он такой великий, это потому что сам человек в своей читте содержит семена своего будущего. И увидев эти семена, можно легко понять будущее, как они сработают в виде причин следствий. Но на духовном пути самскары, васаны, которые находятся в читте, это то, от чего следует освобождаться. За этим не надо следовать. Многие думают: «Я это хочу, я это хочу. Это моя жизненная программа, это моя миссия». Я говорю: «Это все не ваше, это васаны, это самскары. Это прошлая память. Она вас толкает вновь и вновь совершать одни и те же поступки». Это память толкает вас находить спутников жизни, память толкает вас воспроизводить себе подобных. Это кармические законы, память других воплощений. Вы много раз делали уже это в прошлых жизнях. И снова вы хотите это делать. Если вы будете это делать, это будет и в следующих жизнях продолжаться. У вас есть выбор, делать это, или чуть-чуть поразмыслить, остановиться, отделить себя, и сказать: «Я же не есть моя память. Я же мое чистое сознание». Это не означает, что надо что-то во внешнем пересматривать, я говорю о том, что надо пересмотреть отношение к памяти, к самскарам. Карма заставляет людей добиваться высоких постов, накапливать богатства, идти к власти, участвовать в различных исторических процессах. Они говорят: «Судьба ведет меня, я не могу ничего сделать». Это не судьба, это их собственные ранее накопленные впечатления, их собственные мысли толкают их. И они ими не управляют. Вопрос в том, чтобы освободиться от такого диктата читты. Нужно сделать этот процесс управляемым. Когда вы хотите, вы можете следовать самскарам, прошлым воспоминаниям, а когда не хотите, этому не надо следовать. Потому что, если мы следуем всему этому, это называется разворачивание закона кармы. Разворачивание закона кармы означает, что мы создаем новые причинно-следственные связи.

Что следует делать с читтой? Читту надо обнаружить как хранилище тенденций сознания, и ее надо очистить. Нужно выполнять много очистительных практик. Поскольку читту можно уподобить сборнику воспоминаний, в котором множество разных самскар, и эти самскары хаотичные, неупорядоченные. Некоторые из них не направлены на духовную жизнь, некоторые из них негативные. Они мешают, препятствуют. Человек даже может болеть из-за негативных самскар. Например, у человека накоплены в прошлых жизнях какие-то негативные отношения с родителями, и подсознательная память в этой жизни тоже строит такие ситуации, когда с родителями у него в этой жизни негативные отношения. Тогда его жизненная сила, красная, белая сущность в этой жизни тоже страдают. У него несчастная судьба, и недостаток жизненной энергии, красной и белой сущности. Если заглянуть в память, где-то давно были сделаны ошибки, и эта память продолжает влиять на человека. Очистив некоторые самскары в читте, можно исцелить хронические заболевания, можно изменить свою судьбу, изменить свой образ жизни. В практике самскар шуддхи мы стараемся погрузиться глубоко в бессознательное, как в прошлое, и в этом прошлом произвести некоторые изменения. Это подобно машине времени, где вы возвратившись в прошлое, что-то меняете, и тогда будущее тоже меняется. Будьте уверены, если вы глубоко погрузитесь в свое прошлое, что-то измените в прошлом, очистите какой-то участок читты, и ваше будущее тоже может поменяться. Неожиданно откроются новые связи, или наоборот, уйдут старые ненужные связи. Откроются новые перспективы, или что-то произойдет, даже довольно быстро. Даже буквально через двадцать минут после самскар шуддхи. Потому что это реальное путешествие в прошлое, и реальное изменение.

Следующее, что является частью внутреннего инструмента, это буддхи. Буддхи – это высший ум, различающее сознание, который регулирует манас. Буддхи можно уподобить центральному процессору. Если понятийный ум это рабочая операционная система, буддхи это такое центральное существо в антахкаране. Каковы свойства буддхи? Его свойства это вивека, различение. Умение различать истинное от ложного, правильное от неправильного. Можно также сравнить буддхи с совестью, когда вы глубоко внутри что-то знаете: «Это правильно, это неправильно». Ваше внутреннее буддхи, как внутреннее божество, интуитивно понимает суть происходящего. Для буддхи присуща также вайрагья, непривязанность, добровольная сдержанность желаний и привязанностей. Это необусловленная свобода от всего, что воспринимается.

Наша задача в процессе духовной практики утвердиться в буддхи. Манас, ум, обычно привязывается. Эго всегда желает чего-то. Читта всегда толкает нас на новые поступки, и творит новую карму. Но если мы пробудим буддхи силой тапасьи, мантра садханы, медитации, это даст нам безмятежность и бесстрастие, вайрагью. Потому что буддхи смотрит ровно в отличие от ума. У него нет эмоций, но есть понимание. Жить в созерцании означает жить в состоянии погруженности в буддхи, в тонкую различающую часть сознания.

Ему также присуща сантоша, необусловленная удовлетворенность. Буддхи питается светом Высшего Я, атмана, и оно счастливо само по себе. Оно целостно, гармонично, удовлетворено без каких-то условий. Если уму все время нужны органы чувств, объекты наслаждений, памяти всегда нужны воспоминания и опыт, эго всегда нужны амбиции, удовлетворяющие ему, то буддхи сам по себе целостен, удовлетворен и самодостаточен. Истинный садху это тот, кто тоже всегда удовлетворен. У него ни в какой период жизни нет неудовлетворенности. Поэтому наша задача – пробуждать буддхи, чтобы углублять нашу целостность.

Буддхи также присуще такое качество как покой, шанти, невозмутимость, спокойствие, умиротворенность. Это возникает вследствие того, что открытие буддхи подобно тому, как мы открыли зеркало сознания. Именно через буддхи приходит переживание сахаджьи, естественного состояния. Через буддхи происходит устойчивость, естественное присутствие. Когда мы обнаруживаем буддхи в потоке своего сознания, мы словно устанавливаемся в ровном восприятии мира. Эмоции, мысли, амбиции эго, прошлые воспоминания, не властны над нами. Мы наконец-то получаем власть над внутренними и внешними состояниями. До того, как наш буддхи не пробудился, мы подобны государству без царя. Во времена гражданской войны в России происходили кошмарные вещи. В Москве и Питере были большевики. На Украине была Гуляйпольская республика батьки Махно, в Крыму был Врангель, а между ними еще был атаман Григорьев. Иногда эти атаманы становились красными комдивами и воевали за большевиков, их даже награждали орденами. Махно получил орден номер четыре, дореволюционный орден, был красным комдивом. Но иногда этим комдивам что-то не нравилось, и они объявляли себя вольными атаманами от большевиков, и вели собственные игры. Иногда один и тот же город переходил в течение трех дней к трем властям, то большевики, то какая-нибудь банда атамана Махно, то белогвардейские войска. И люди не знали, какие флаги вешать, и какие власти приветствовать. Они не могли ни часу, ни дня жить спокойно. Такое время было. Могли расстрелять за какие-то административные нарушения. Это было время хаоса, анархии, большой свободы и больших жертв. Когда у нас не пробужден буддхи, в потоке нашего сознания происходит то же самое, это гражданская война. Когда нет устойчивой власти, и когда непонятно, кто кем командует, кто чем управляет.

Но в духовной жизни ни анархия, ни демократия недопустимы. Это негативные, неправильные, неорганизованные состояния. В духовной жизни, на мой взгляд, нужна теократическая монархия. Буддхи, Высшее Я должно взять власть в свои руки, оно должно подчинить манас, читту, ахамкару и прочие вещи. Потому что демократия или анархия это что-то сродни шизофрении. Это человек без царя в голове. Пока мы не пробудили буддхи, у нас нет этого устойчивого центра, магнита, который все к себе притягивает, все подчиняет, задает общее направление, мы не способны ни реализовывать наши намерения, ни контролировать карму, ни идти в будущее, мы подобны флюгеру. Но когда буддхи пробуждается, это подобно тому, что мы возводим царя на престол, происходит инаугурация, и все министры, генералы и слуги присягают ему в верности. А все воры и разбойники постепенно устраняются.

Следующее качество буддхи это кшама, терпение. Буддхи, различающему сознанию, высшему разуму внутри нас, присуща сдержанность, смирение, приятие, снисходительность, милость к другим. Когда у вас активируется этот поток сознания, вы можете видеть божественное. В других, в себе, в мире. Различные проблемы, которые вас терзали до этого, легко разрешаются. Вы видите, что никаких проблем нет. Проблемы были от ума. Это ум что-то рефлексировал в себе, это эго ставило какие-то амбиции. Все это было от ума, а в этом состоянии нет никаких проблем. Все легко и естественно. Вы можете парить, быть целостным, самодостаточным и играть, играючи делать что-либо. Потому что вы черпаете божественное вдохновение. Источник божественной милости, ануграха шакти изливается как раз на буддхи. Он не изливается на манас, на читту, на ахамкару. Эти инструменты просто не воспринимают ануграха шакти, шактипатху, божественное нисхождение тонких благословений. Но буддхи – это тонкий инструмент, который воспринимает нисхождение милости, благословение божеств, святых, линии передачи, ишта-деваты, древа прибежища, Высшего Я. Поэтому быть в созерцании, находиться в состоянии буддхи, это одно и то же. Наша задача пробудить буддхи, а затем постоянно в нем находиться, никогда не покидать состояния буддхи. Если мы установили царя внутреннего царства, то этот царь не должен исчезать, его нельзя свергать, нельзя отдавать другому власть. Иначе наступит хаос, неразбериха, безвластие и гражданская война.

Следующим аспектом нашего внутреннего я, является эго, ахамкара. Эго присущи определенные качества. Первое из них – абхимана, гордость, высокомерие, чувство собственной важности. Это чувство присуще ему вследствие того, что эго воспринимает свет Высшего Я, но неправильно его интерпретирует. Эго создает чувство разделенности, и оно приписывает себе все качества Высшего Я. Само эго это инструмент, который подобен клею. Эго соединяет все части воедино, создавая иллюзию отдельной личности. И эта личность фиксируется, закрепляется как нечто цельное и устойчивое. Но на самом деле ничего цельного и устойчивого за этим нет. Это определенное заблуждение.

Другое свойство эго это мадья, собственничество. Это чувство «мое». Осознание тела, чувств, ума как собственных. Когда у нас возникает собственничество по отношению к телу, спутнику жизни, каким-то материальным вещам. Это работает качество ахамкары. Еще эго присущи такие качества как мама сукха, ощущение наслаждения, наслаждающегося. Я наслаждаюсь, счастье принадлежит именно мне. Эгоистичный человек всегда думает, что его счастье это нечто личностное, персональное. Оборотная сторона этого чувства это мама дукха. Мама дукха это ощущение того, что горе является моим. Эго приписывает себе как негативные переживания, так и позитивные. Например, святые не имеют такого чувства, поскольку их эго растворено в потоке недвойственности. Они связывают свое счастье с Абсолютом, с Богом. Их счастье все время связывается с надличностным. Их счастье в Брахмане. Когда они говорят: «Ради блага всех живых существ», - это не пафосные слова, это реальность их жизни. Сравните себя и святых. В чем вы ищите свое счастье, и в чем ищут счастье святые? Если вы не идете по пути святых, вы не найдете счастье. Ваше счастье всегда будет маленьким, эгоистичным. Потому что оно всегда будет ограничено чувствами эго, мама сукхам, мама дукхам.

Еще эго присуще чувство называемое мама идам, чувство «это мое», в смысле монопольного обладания чем-то внешним. Ахамкара, эго, наделяет чувством уникальности, индивидуальности, постоянства среди разнообразных функций. Она приписывает все я человека, отождествляя его с кошами, и вводит его в заблуждение. Как инструмент эго необходимо. Без эго, без чувства индивидуальности, рамки нашего сознания были бы размыты, мы не смогли бы выживать в этой сложной вселенной. Но проблема заключается в том, что на каком-то этапе, эго как инструмент превысило свои полномочия, и вместо того, чтобы быть хорошим инструментом, оно стало диктатором. Это подобно тому, как какой-то человек был хорошим министром, исполняя свои обязанности, а затем начал отодвигать царя, постепенно прибирать к рукам его функции, затем сел на его трон, а самого царя где-то запер. Это фактически дворцовый переворот. Наша задача – вернуть царя на место, а эго убрать с несвойственных ему функций. Нужно эго поставить на место. Его не нужно убивать, поскольку эго хороший министр, выполняющий свои обязанности. Но его нужно отстранить от руководства, потому что оно не способно быть руководителем, оно не помазано на царствование, у него нет право царствования. Если эго царствует, будут возникать одни проблемы. Все его подданные, то есть все наше существо, в этом царстве будут несчастными, потому что эго по определению не может видеть реальность правильно, оно обладает способностью только ограничивать, присваивать, отождествлять. Эта функция стала гиперфункцией, поэтому эго начало приносить проблемы, мы начали страдать из-за этого. Задачей духовной практики, когда мы выполняем садхану, служение, надо усмирить эго, надо его обуздать, надо указать ему его место, поставить его на место. Его надо использовать, но только как подчиненный инструмент.

Наконец, пятое свойство внутреннего инструмента, пятое качество, это чайтанья, сознание. Сознание обладает разными функциями. Чайтанья это как поток внутри нашего я. В этом потоке есть манас, читта, буддхи, ахамкара, как разные его части. Что присуще сознанию? Ему присуща вимарша, размышление. Вимарша это обнажение осознавания, различных мысленных, чувственных, физиологических процессов. Сознание постоянно что-то отражает, что-то осознает. У него есть постоянное восприятие.

Чайтанье, сознанию также присуще внутреннее добро, шилана. Шилана переводится как внутренняя добродетель. Встроенное присущее чувство абсолютного добра. Это высокая самоорганизация, самодисциплина, которая изначально присуща сознанию. Сознание является отблеском высших свойств Абсолюта сат, чит и ананды. Когда мы чувствуем, что внутри нас есть нечто позитивное, нечто священное, прекрасное, красивое, гармоничное, это действует шилана. Встроенное внутри нас совершенство. Это качество очень важно на духовном пути, поскольку мы должны доверять нашему внутреннему совершенству. Мы должны опираться на это совершенство и развивать его.

В духовной традиции Лайя-йоги иногда Гуру показывает ученику ритуальные предметы, такие как павлинье перо или кристалл. И он указывает на то, как кристалл не запятнывается, даже если он будет положен на какую-либо ткань, красную или зеленую, так и его внутреннее осознавание, его внутреннее добро не запятнывается ни негативными, ни позитивными переживаниями, ни хорошими или дурными кармами или поступками. Также он показывает ему павлинье перо, указывая на то, что расцветка павлиньего пера никем не рисовалась, это родилось само, естественно, в силу природных вещей. Таким же образом наше внутренне добро, внутренняя сакральность, светоносность и божественность естественно нам присущи. Это шиланам.

Также чайтанье присуще осознавание, чинтана. Осознавание, чинтана – это тонкая ясность в форме размышления и созерцания на фоне общего спокойствия. Когда вы находитесь глубоко в медитации, ваш ум спокоен, то из потока этого ума возникают некие формы мысленной активности, возникают некие прозрения, тонкая ясность, которая позволяет что-то понять. Это не столько концепция, сколько прямое, интуитивное понимание. Это процессы чинтаны.

Другое качество чайтаньи, кхарья, бесстрашие, отсутствие колебаний. Поскольку сознание шире, чем волнение ума, когда вы устанавливаетесь в потоке глубинного сознания, вы как бы находитесь в расширенном, великом состоянии, у вас появляется внутреннее бесстрашие, внутреннее доверие к потоку осознавания.

Нисприхатва, беспристрастность. Это тенденция освобождаться от желаний, тенденция не выносить оценки и суждения. В нашем внутреннем инструменте мы должны обнаружить чайтанью с помощью буддхи. Если буддхи это тонкий ум или ясность, которая различает и наделяет превосходными качествами, то чайтанья это основа всего. Это как зеркало, в котором происходит множество отражений. Наша задача – очистить свой внутренний инструмент так, чтобы обнаружить это зеркало. И с помощью буддхи утвердиться в этом зеркале. Зеркало олицетворяет принцип естественной Природы Ума, сахаджья таттву, а отражения олицетворяют восприятие внешних объектов, обычно мы не видим поверхность зеркала, и очень большое внимание придаем отражениям. Например, этот зал, мы с вами сидящие, Гуру, мурти, божества, звук, ощущения тела – все это отражения. А зеркало – это осознавание внутри нас, это пространство чистого сознания, в котором все это происходит. Наша задача в процессе практики медитации стараться обнаруживать ту единую основу, подобную пространству, то зеркало, из которого все это исходит. Не придавать большого значения отражениям, не привязываться к отражениям, а наблюдать зеркало. Это зеркало кажется очень невидимым, не осязаемым, но его возможно обнаружить, если мы находимся в ежесекундной осознанности, ежесекундной внимательности, и продолжаем процесс исследования, вичары.

Нам необходимо усмирить эго, пробудить буддхи, очистить манас, освободиться от влияния памяти, читты, и очистить ее от негативных воспоминаний, и утвердиться в чайтанье, потоке сознания. Тогда буддхи, настраиваясь на Высшее Я, начнет насыщать чайтанью своими светоносными волнами. Сейчас наша чайтанья, сознание, как океан, в котором мало света, мало осознанности. Именно с помощью буддхи, различающей мудрости, постигающей активности, мы должны насытить этот поток сознания. Сделать так, чтобы нам не мешали ни эго, ни манас, ни читта.