

Гита – V **ИСТИННОЕ ОТРЕЧЕНИЕ** **Йога отречения от действий**

Лекция 1, шлоки 1-2

Глава называется «Отказ от действий», или «Отречение от действий», или «ИСТИННОЕ ОТРЕЧЕНИЕ». Когда человек становится монахом, он отказывается от многих действий, в том числе от многих обязанностей. Обычному человеку практически невозможно отказаться от обязанностей. Монашество.

Глава 3 учит о том, как совершать действия для того, чтобы достичь состояние Читта Шуддхи – чистоты ума. Когда ум спокоен, он похож на чистый ручей. Карма Йога превращает жизнь в постоянную духовную практику, не нужно ничего избегать, ничего делать специально, просто делай свои дела так, как учит Карма Йога и постепенно ум очистится, станет пригодным для медитации и в конце концов, такому уму откроется Атман. Такая идея главы 3, посвященной Карма Йоге. Мангеш: «Выполнение обязанностей в соответствии с Карма Йогой равноценно медитации.»

Глава 4 разбирает теорию Карма Йоги, объясняет, что значит быть не деятелем, «видеть недействие в действии». Говорит о жертвоприношениях, какие они бывают и как научиться всякое действие превращать в жертвоприношение.

Жертвоприношение означает по своей сути отдать то, что у меня есть Богу, тем самым совершить пожертвование. Я отдаю все, что у меня есть, мое действие, которое я совершаю и результат от действия Тебе, и сама при этом предаюсь, отдаюсь Богу. В наших ежедневных делах должно быть чувство пожертвования и чувство полной отдачи себя. Это сложный процесс, который невозможно ускорить или заставить. Др. Кака говорит, что в каждом моем действии должно быть чувство sacrifice и surrender (SHARANA – Шарана). О Господь! Ты дал мне указание совершить это действие, все результаты Твои, а так же инструмент, который Ты использовал – я – тоже Твое. Все дело не в действии, а в том, с каким настроением оно совершается. Тогда любое действие становится жертвоприношением.

Глава 5 продолжает обсуждение действий и говорит о том, что значит отречься от действий, стать монахом. Но монашество состоит не в том, чтобы уйти в монастырь, монашество должно стать внутренним состоянием. Пример, как живет Др. Кака – каждые 4 дня новая хозяйка, нет никакой привязанности к членам семьи – детям, внукам, жене.

Глава начинается с вопроса Арджуны.

Шлока 1:

Арджуна сказал:

5.1. О Кришна, ты восхваляешь отречение от деятельности и затем йогу деяния. Скажи мне определенно, что лучше из двух

Опять Арджуна смущен и не знает, что лучше: отречение от действий или действия. Стать ли монахом, отказавшись от всего? В начале главы 3 он спрашивал, что лучше путь Знания или путь Действий:

3.1. О Джанардана, если Ты считаешь, что путь мудрости лучше пути деяний, то почему Ты вовлекаешь меня в столь ужасное дело, Кешава?

Человек может обладать очень острым, тонким, пронизательным и сатвическим интеллектом, но если он омрачен заблуждением, ему крайне трудно постичь учение Веданты. Вопрос Арджуны демонстрирует этот факт. Он скептически отнесся к сложному учению Господа Кришны в начале третьей главы. Его ум все еще сомневается и не уверен в наставлениях Господа.

С другой стороны, похвальна настойчивость Арджуны. Он знает, что он хочет, он хочет Мокшу, свободу, поэтому продолжает задавать вопросы до тех пор, пока ему не станет все понятно.

В разных шлоках главы 4 Кришна говорил об отречении от действий.

Есть две точки зрения на выражение «отречение от деятельности – Карма Санньяса».

Одно значение: в традиции Индии есть 4 стадии жизни, последняя из них называется Санньяса, когда старый человек отказывается от всех семейных дел и фактически становятся монахами для того, чтобы достичь Знание.

Другое значение Санньяса – достижение Знания. Невозможно достичь Знание Бога, не имея высоко развитого чувства Вивек и Вайрагья, не осознавая иллюзорность мира. Мы говорили, что Просветленный человек

осознает, что он не действует, действует только Джива, а он считает себя Атманом. Поэтому можно говорить, что Санньяса – отречение от действий - равнозначно достижению Знания.

В наши дни можно быть семейным человеком и тем не менее достичь Просветление, как Др. Кака. Никому из нас не приходит в голову уйти в монастырь. Но в старые времена для этого было принято принимать монашество. Поэтому Санньяса и означает «достижение Знания».

Ряд шлок в главе 4 говорят об отречении, на которые ссылается Арджуна, например:

4.19. Того, чьи начинания лишены желаний чувственного наслаждения, чьи последствия действий сожжены огнем знания, того ученые называют мудрым.

4.21. Свободный от желаний, обуздавший свои мысли и разум, оставивший чувство собственности и действующий лишь для поддержания тела, он не вовлекается в грех.

4.22. Довольный тем, что приходит без усилий, превзошедший двойственность, лишенный зависти, равный к успеху и неудаче, он не связывает себя, даже действуя.

4.34. Постигни это, обратившись к духовному учителю, вопрошая его и служа ему; мудрые, познавшие Истину, посвятят тебя в это знание.

4.37. Как пылающий огонь превращает дрова в пепел, о Арджуна, так и огонь знания превращает в пепел все последствия дел.

4.41. Но тот, кто с помощью йоги отрекся от плодов деятельности, разрушил сомнение духовным знанием и погружен в себя, не связывается последствиями действий, о Дхананджая.

У Просветленного человека нет никаких привязанностей к вещам и он совершает только действия, которые необходимы для поддержания тела. Понятно, что семейный человек не может отречься от всего, нам нужны разные вещи для жизни. В шлоке 4.21 Кришна хвалит того, кто отказался от собственности.

Далее Кришна говорит, что нужно найти Гуру и предаться ему, служить ему.

В древние времена это и были монахи, Саньяси, которые отказались от всего и ушли к Гуру. Раньше было иначе: теперь мы приезжаем к Каке на пару дней.

И Рама и Кришна были семейными людьми, но было много таких, кто отрекался от мирского для того, чтобы достичь Просветление. Поэтому Кришна хвалит отречение.

Получается, что Кришна хвалит отречение и Арджуне кажется, что так и нужно отречься от действий. Арджуна помнит так же, что Кришна говорил во 2 главе о том, что Гняна выше действий. Поэтому он надеется, что Кришна скажет ему одеть оранжевые одежды и стать монахом. Однако в конце 4 главы Кришна опять велит ему сражаться.

4.42. Итак, рассеки мечом духовного знания сомнение, родившееся в сердце от неведения, утвердись в йоге, встань и сражайся.

Опять Арджуна смущен. Опять встает вопрос о Шрея и Прея, что лучше для меня? Прея – это прогресс в мирском, а Шрея – прогресс в духовности. В реальной жизни необходимо и то и другое, но то и другое имеет свои ограничения и свои ценности. Человек развивается постепенно, по мере взросления, а иногда через несколько жизней получается развитие. Когда-то возникают вопросы: зачем я живу? Для чего я здесь?

Если посмотреть на нашу жизнь, мы сначала растем, учимся. Потом заводим детей, работаем, чтобы вырастить детей, затем стареем, умираем. Чем моя жизнь отличается от жизни животного? У животных все то же самое. Должно быть хоть какое-то отличие от них – развитие в духовности. Поэтому Арджуна снова и снова задает вопрос: что же лучше для меня?

Мы учим Гиту, понимаем знание на уровне информации, но работаем ли мы действительно над духовностью? Почему мы сейчас об этом говорим? – люди принимали решение и становились монахами. Решение практически невозможное для нас, оно и не требуется. Нас учат, как жить в семье и обществе и тем не менее заниматься духовностью.

Речь Каки на Гурупурнима в этом году: Мы постоянно теряем время. С одной стороны, мы даже не замечаем, как и где мы теряем время, с другой стороны, хотя и знаем, продолжаем его терять, занимаясь бесполезными делами. Все время должно быть использовано для Садханы. Как? - выполняй обязанности, сохраняя в душе связь с Брахманом, думая «Я есть Брахман». В уме должна быть постоянно мысль о том, кто Я. Повторение Имени не должно прекращаться. Как концентрироваться на Брахмане? – должна быть постоянно мысль в голове «Брахман Сатья, Джагат Митья, Я есть Брахман». Внутри должна быть полная абсолютная уверенность, что Я есть ТО. Мы постоянно теряем время на то, что думаем о мирском, это нужно прекратить. Мы тратим силы и время на бесполезные дела. Пример: я куда-то еду. Мое тело при этом передвигается, но мыслям нет

необходимости путешествовать. Они могут оставаться связанными с Брахманом или повторять Имя. Вместо того, чтобы думать о мирском, сидя в самолете 5 часов, нужно повторять Имя или думать о Брахмане.

История из Пуран. Король Парикшит, который был очень хорошим королем и люди его очень любили, умер от укуса змеи. История такая: змей, который должен его укусить, встречает мудреца, который идет к королю, чтобы сказать ему мантру, спасающую от укуса змеи. Но змей предлагает мудрецу деньги и тот не идет к королю, змей кусает короля и король умирает. Смысл истории: сколько таких змей встречается на моем пути, которые не дают мне сделать прогресс в духовности только из-за моей привязанности к вещам, богатству. Нас уносит поток текучки и мы не в состоянии подумать, что я занимаюсь не тем, чем хочу на самом деле. Я хочу Мокшу, хочу Просветление, но хочу и другие вещи, хочу путешествовать, хочу дом, хочу-хочу.

Когда мы здесь говорим о Шрея, мы настаиваем, мы фокусируемся на Шрея. Все остальное происходит, но оно не относится к главному в моей жизни. Арджуна спрашивает о том, что есть самое правильное для него. Только тогда можно продуктивно идти по пути духовности, когда внутри горит, когда душа просит. Пример с Начикета из Катха Упанишады, как Яма пытался предложить ему все радости жизни. От нас ожидается такое же стремление в Шрея.

Почему, после главы 2 и 4, Арджуна опять задает вопрос? Сам факт, что он задает вопрос, указывает на то, что у него до сих пор нет уверенности. Если бы он был уверен, он бы не спрашивал, что ему делать. Но он не уверен, что Гняна Йога ему по плечу, что он с ней справится. Вопрос больше сводится к тому, какие у меня способности, с чем я могу справиться. Пример о выборе между велосипедом и мотоциклом.

Когда мы говорим о способностях Арджуны, понятно, что он представитель нас всех, Знание объясняется не только Арджуне, но и нам. Для Каки не стоит вопрос, должен он что-то делать или отказаться от действий, он вне системы Кармы. Нам невозможно перестать делать дела и сидеть медитировать. На самом деле не так просто отказаться от дел, остается привязанность в мыслях, они будут постоянно крутиться об одном.

Важна настойчивость, с которой Арджуна повторно спрашивает о том, что ему делать. Спрашивать нужно до тех пор, пока не поймешь, не появится уверенность.

Шлока 2

Благословенный Господь сказал:

5.2. И отречение и деятельность во имя Бога ведут к освобождению, но все же деятельность во имя Бога лучше отречения от действий.

Оба пути ведут к Самореализации. Тем не менее Карма Йога (совершение действий в соответствии с Карма Йогой) выше, чем Карма Санньяса (отречение от действий). Ответ этот не только Арджуне, но и всем нам. Дело не в том, что Карма Йога выше, а в том, что ей придается большее значение для нас. Карма Йога может совершаться любым нормальным человеком в любых обстоятельствах, любой может начать ее практиковать. Это намного проще, чем стать монахом.

Для нас это в первую очередь означает непривязанность и другие благородные качества, о которых мы говорили – Садхана Чатуштайя.

Карма Санньяса – монахи, обязаны неукоснительно следовать всем правилам. История про монахов, когда вкусные хорошие чаппати специально испортили, чтобы не давать удовольствие себе во время еды. Не в том дело, что нельзя есть вкусно, но не должно быть привязанности к хорошей еде и комфорту.

Монахом быть трудно, гораздо легче практиковать Карма Йогу, соблюдая 2 главные правила:

1. Непривязанность к результатам
2. Отсутствие чувства, что я все делаю

Звучит просто, но Карма Йога не так проста, как кажется. Тем не менее, нет необходимости отказываться от того, что любишь, а просто можно отдавать результат Богу.

Порядок в развитии духовности такой:

- Карма Йога
- Упасана
- Гняна

Упасана – поклонение Богу тоже вид действия, Карма, поэтому нет отдельной главы, посвященной Упасане.

Сначала мы просто работаем целый день и когда-то молимся, молитва при этом скорее ритуал, который я совершаю, например, перед сном. С развитием Карма Йоги работа в течении дня становится по чувству в душе близка к молитве, что тогда говорить о молитве перед сном, она перестает быть просто ритуальным действием. Когда-то действие начинает

совершаться с чувством, что я приношу жертву Богу и в конце концов, милостью Гуру достигается Просветление и одновременно становлюсь в душе монахом, Саньяси. Карма Йога требует время, но она гарантирует Мокшу

Лекция 2, шлока 3-4

Итак, глава начинается с вопроса Арджуны: «Скажи точно, что мне делать?». Глава 3 начиналась с вопроса о том, какому пути лучше следовать. Ты сначала сказал, что Знание выше действия, а теперь говоришь, что нужно вести войну. Почему я не могу пойти в Гималаи и медитировать.

Вопросы 3 и 5 главы несколько отличаются:

3.1. О Джанардана, если Ты считаешь, что путь мудрости лучше пути деяний, то почему Ты вовлекаешь меня в столь ужасное дело, Кешава?

5.1. О Кришна, ты восхваляешь отречение от деятельности и затем йогу деяния. Скажи мне определенно, что лучше из двух.

Конечно, Гняна Йога выше, чем Карма Йога. Тот человек, который способен практиковать Гняна Йогу, должен уже иметь определенные качества, которые никак не приобрести, кроме как через действия, Карма Йогу. Арджуна огорчен или разочарован, почему Кришна не советует ему пойти более продвинутым путем. Можно подумать, что он не достаточно подготовлен для Гняна Йоги. Поэтому Арджуна и задает вопрос.

В главе 5 вопрос больше сводится к личности. Человек может принять монашество, если хочет, но следовать монашеству сложно. У монахов есть определенные правила, не всегда простые. Но можно и не принимать монашество, а совершать Карма Йогу. Для того, кто достиг Просветления, это уже не имеет значения, он может совершать действия или нет, он Саньяси, монах внутри. Арджуна не достиг ещё просветления, поэтому задает вопрос.

Ответ Кришны: и действия и отказ от них одинаково хороши, ведут к Просветлению. Но для Кришны Карма Йога нечто особенное, потому что не нужно принимать решение о монашестве, продолжать жить в миру и тем не менее достичь Просветление.

Если бы Кришна сказал, что да, монашество лучше, то это сразу отличная отговорка – сейчас я не могу, а потом уйду в монастырь и все быстренько наверстаю.

Отчасти это ответ и на отговорку, когда мы говорим, что сейчас у меня нет времени на духовность, я займусь ей потом, когда время появится. Для того, чтобы совершать действия в соответствии с Карма Йогой, не нужно специальное время, так же, как и для повторения имени.

Вопрос задает Арджуна, сам семейный человек. Кришна знает способности Арджуны, поэтому и дает такой ответ.

Шлока 3

*Jñeyah sa nityaSaṁnyāsī yo na dveṣṭi na kāṅkṣati |
Nīrvandvo hi mahābāho sukhaṁ bandhāt pramucyate || 3 ||*

A Karmayogi who does not hate anyone and desires nothing is a real monk (Saṁnyāsīn). This is because he is freed from the duality of attachment and aversion

Кармайог, который никого не ненавидит и ничего не желает, - настоящий монах (Saṁnyāsīn). Это происходит потому, что он свободен от двойственности симпатии и отвращения.

5.3. Нужно признать неизменно отреченным того, кто не ненавидит и не вожделеет; превзошедший двойственности, он легко освобождается от рабства, о могучерукий.

Карма Йог, который никого не ненавидит и свободен от всех желаний, есть настоящий монах, потому что он свободен от двойственности (что ему нравится и что нет)

В шлоке говорится о двух темах:

- Кого можно считать настоящим монахом
- Что плохого в дуальности, в том, чтобы кого-то или что-то любить или нет.

Jñeyah - знай

sa nityaSaṁnyāsī – тот есть истинный монах

yo na dveṣṭi na kāṅkṣati - такой человек не нуждается ни в ком и ничего не желает.

Mahābāho – одно из имен Арджуны

Nirdvandvo – свободный от дуальности.

Наша жизнь состоит из сплошной дуальности. Я люблю то, я не люблю это. Тот, кто свободен от люблю-не-люблю есть истинный монах.

nityaSaṁnyāsi – тот есть истинный монах, здесь не имеется в виду монах, который живет в монастыре. Можно и без этого стать монахом, развив необходимые для этого качества. Какие же это качества? Кришна однозначно говорит в шлоке, что это значит избавиться от того, что я люблю и от того, что не люблю, симпатии и отвращения.

Арджуна считал, что лучше жить в мире, даже попрошайничая, чем сражаться (Гита 2/5) против родственников и своих любимых учителей. Поэтому в ответ на его заявление Господь как бы поясняет, что такое отречение от обязанности, когда он думает о смерти учителей, является внешним, а настоящее отречение состоит в том, чтобы, совершая действия, быть свободным от привязанности и отвращения.

Др. Кака в связи со шлокой, опять рассматриваются различные виды желаний:

1. Kamana
2. Asha
3. spriha
4. Trishna
5. Yachana

У желаний есть множество оттенков. Так же, как если я хочу мебель белого цвета, то у белого есть огромное количество оттенков, целый спектр. Все оттенки желаний живут в нас. Нужно избавиться от всех них, для того, чтобы стать истинным монахом.

Kamana – желание что-то получить, приобрести, чего у меня нет. Желания могут быть внешними или внутренними. Желание признания, успеха – внутренние. Внешние – то, что хотят органы чувств. Трудно измерить внутренние желания: много у меня успеха или мало? Что значит стать богатой? Сколько нужно богатства, чтобы быть богатой? Есть такие желания, как, например, я хочу в Гималаи. Есть еще и духовные желания. Например, хочется, чтобы не срывалось занятие с Мангешем.

Asha – надежда. Отличие от просто желания в том, что я хочу, но есть много трудностей. Однако есть надежда, что получится. Например, я хотела увидеть северное сияние, была надежда, хотя было не понятно, как организовать.

Spriha – то, чего у меня нет и по большому счету нет особой необходимости, но теперь кажется, что мне очень нужно. Например, раньше ни у кого не было машины, теперь кажется, что невозможно без нее жить. Или обувь, ее уже некуда ставить, но кажется, что и эти туфли мне нужны. Жизнь не остановится без очередной пары туфель, но никак не избавиться от чувства, что они мне совершенно необходимы.

Trishna – переводится, как «страсть». У меня есть что-то, но хочется больше и больше. Уже давно достаточно, но невозможно остановиться. Различаются 2 вида:

- Что-то есть, но хочется больше
- Нет никакой возможности получить, но хочется ужасно.

Другой перевод «Trishna» - мираж. Мы идем к нему, а он уходит дальше. Самый большой мираж – это наша погоня за счастьем. Мы пытаемся всюду найти счастье.

Есть стихотворение, в котором говорится, что все мои родственники просто мираж, они все уйдут, а я тем не менее гонюсь за ними. Кажется, что грустно звучит, однако, это просто факт жизни. Я постоянно ожидаю что-то от них, думаю, что они принесут мне счастье. Поняв философию, она принесет гораздо больше счастья

Yachana – переводится, как «попрошайство». Я дохожу до такого состояния в своих желаниях, что начинаю просить Бога. Попрошайки не только на дорогах. Одно дело хотеть чего-то, но хуже, когда оно доходит до такого уровня. Подумав, каждый найдет в себе такие моменты.

Такие пять видов желаний, а Кришна говорит, что не должно быть и намека на них.

Кажется, что это за жизнь без желаний и надежд. Однако, продвигаясь по пути духовности, должна развиваться Вайрагья. Все обсуждение сводится к Вайрагья, непривязанности. Достигший такое состояние есть истинный монах. У него всегда мир в душе, он всегда удовлетворен.

Применяя в жизни данную шлоку, нужно рассуждать практично. Есть два вида желаний, возникающих по жизни:

- То, что необходимо
- То, в чем нет необходимости, но я хочу.

Даже монах будет мечтать о еде, проголодавшись. Базовые необходимости всегда присутствуют, мы не говорим о них. Речь о том, что не нужно совершенно, но мы сделали это необходимостью. Нужно уметь

различать, что действительно необходимо, а что нет. Важно помнить обо всем этом и применять при необходимости.

Проблема не только в желаниях, но не должно быть так же ничего, что я не люблю. Если задуматься, то это тоже своего рода желание. «Я это не хочу!» - желание. Я хочу, и я не хочу – то и другое желания. Бывают нейтральные ситуации, можно даже иметь относительно их мнение, но нет никакого неприятия. Например, выбрали нового президента в Бразилии. Мне все равно. Что мне его любить или не любить. Другое дело, если я хочу чего-то, а другой это что-то получает, тут же может возникнуть сравнение, зависть. Не должно быть ничего такого, предупреждает Кришна.

Зависть есть нечто тонкое. Она бывает на очень разных уровнях. Иногда кажется, что Гуру дает свою милость другим, но не мне. Для прогресса в духовности нужно стать истинным монахом, а для этого не должно быть ни желаний, ни ненависти.

sukham bandhāt pramucyate – мы живем жизнь в дуальности, мы то счастливы, то нет. Превзойдя дуальность, человек освобождается от всех связей. Нам кажется, что мы живем в свободной стране и мы свободны, но по факту мы все связаны. До тех пор, пока я считаю себя телом, мир реальным и себя исполнителем действий, я не могу быть свободна.

Многие вещи нас не волнуют, Др. Кака говорит, что я пью чай и слышу о крушении поезда в Африке, это не мешает мне съесть печенье и взять еще. Как только что-то относится к моей жизни, сразу другое отношение. Это как раз то, где мы связаны. И опять начинается: «я это сделала».

Чтобы избавиться от такого, нужно начать с желаний: Получу – хорошо, нет – тоже хорошо. Опять – полное предание себя. Все определяется моей Праабдхой. Должна быть вера в Ишвару.

Другая проблема – сравнение, соревнование. Не должно быть никаких сравнений. Никто не получит больше или меньше, чем положено по Праабдхе. Мы не знаем, что было в предыдущих жизнях, никто не знает Праабдху.

Чувство «я» и «мое» должно уйти. Днянешвар говорит, что тот истинный Саньяси, кто забыл я и мое. На житейском уровне нужно то и другое, чтобы выжить. Но в духовности нужно забыть я и мое. Пример Каки с домом: дом мой и если кто-то придет и скажет, что тоже будет в нем жить, то неправильно не реагировать на ситуацию.

История о скульпторе, который пытался обмануть бога Яму.

Вывод: непривязанность и отсутствие дуальности приведет к миру и покою в душе, жизнь поменяется.

Далее обсуждаются и сравниваются путь Знания и действий.

Шлока 4:

*Sāṃkhyayogau prthag bālāḥ pravādanti na paṇḍitāḥ |
Ekam apy āsthitaḥ samyag ubhayor vindate phalam || 4 ||*

5.4. "Знание и йога деяний различны", так говорят невежды, но не ученые мужи; кто утвердился в одном, тот обретает плоды обоих.

Опять делается акцент на том, что оба пути равноценны.

bālāḥ - ребенок
prthag - различать

Важно, что оба пути по сути одно.

Др. Кака обращает наше внимание на то, что нужно быть верным тому пути, который выбран. Это важнее, чем сам путь. Ты следуешь пути ежедневно, со всем старанием? Опять пример: я буду добираться до места на поезде или самолете? Что бы я ни выбрала, главное быть последовательной далее, если еду на поезде, то нужно на вокзал, возьми с собой еду, т.п. Если я на пути Карма Йоги, совершаю ли я так каждое свое действие? – Тогда я обязательно достигну цель, такое обещание дает Кришна. Плохо, если я сомневаюсь в пути, меняю практику. Нужно полная вера в избранный путь. В конце концов оба пути не такие разные, в конце они сходятся. Поэтому тот, кто видит в них различие – глупец.

Мандатай говорит, что нужно размышлять о разных путях, видеть и понимать их глубоко, тогда станет понятно, что они одинаковы.

Др. Кака называет важные пункты:

1. Регулярные усилия
2. Вера в избранный путь
3. Должно быть устойчивое чувство симпатии к избранному пути.

Слово «Бхава» означает устойчивое чувство, эмоция, которая присутствует постоянно, например, как чувство к Др. Кака. Должно быть такое чувство к

избранному пути, вера и усилия. Тогда успех обеспечен. С таким чувством нужно совершать Карма Йогу. Результат – Мокша.

Итак, практикуй Карма Йогу, выполняй обязанности. Самое главное – непривязанность.

Решив стать монахом – тоже можно.

Лекция 3, шлока 5-7

Повторение:

5.3. Нужно признать неизменно отреченным того, кто не ненавидит и не вожделеет; превзошедший двойственности, он легко освобождается от рабства, о могучерукий.

Кого можно считать настоящим монахом?

Проблема желаний и «люблю-не-люблю» - двойственности.

5.4. "Знание и йога деяний различны", так говорят невежды, но не ученые мужи; кто утвердился в одном, тот обретает плоды обоих.

Мандатай говорит, что нужно размышлять о разных путях, видеть и понимать их глубоко, тогда станет понятно, что они одинаковы.

В чем состоит путь Знания: Нужно понять суть философии, она простая

- Брахман Сатья
- Джагат Миттья
- Я есть Брахман.

После этого нужно сесть в медитацию и Знание Само откроется.

Еще проще объяснял Мангеш: во время Ануграхи Гуру кладет руку на голову и говорит: «Тат Твам Аси». Искатель мгновенно получает Просветление.

Жаль, но не у всех так получается, потому что нет необходимых качеств: Вивек, Вайрагья, 6 благородных качеств, стремления в Мокше. Тем, у кого нет таких качеств, нужно сначала их приобрести, для этого есть путь Карма Йоги.

Карма Йога проста в теории:

- Совершай действия без ожидания результатов
- Без чувства исполнителя.

Мы много говорили о желаниях, что от них нужно избавляться, тогда и не будет ожидания результата. Так же мы объясняли, как следует рассуждать о том, что я не являюсь исполнителем: Я есть Брахман, Брахман не может ничего делать, все действия совершаются Дживой. Такой подход к Карма Йоге с позиции Гняна Йоги.

Опять, теория проста и понятно, но желания от этого никуда не деваются, результат хочется весьма определенный, отсюда сразу дуальность, от которой нам советуют избавляться. Кроме того, я ясно чувствую, что делаю дела я, я планировала, я сделала, я ошиблась, я устала, и я сегодня собой недовольна. Никуда от таких чувств не деться.

Др. Кака с самого начала сказал, что наш путь – Бхакти. Путь любви и преданности.

Все действия нужно совершать с чувством полного предания себя Богу. Мое тело, мой ум, мое богатство – все я отдаю Тебе. Ведь откуда у меня все? – только от Тебя. Поэтому теперь я все возвращаю. В этом смысл предания себя Богу. Получается, что с одной стороны я делаю действия, Карма Йога, но действия превращаются в Упасану, поклонение Богу. Результат, который получается от действия, становится Прасадом. Легко согласиться на любой.

Или как объяснял Мангеш: Ты поручил мне дело, я только инструмент в Твоих руках. Результат – это цветок, который я подношу Тебе. Ты не хочешь сегодня розу, хочешь лотос – пожалуйста. Ведь цветок для Тебя, Твой и выбор.

Путь Бхакти самый простой из всех, если есть чувство любви и преданности. Труднее, если любви нет, тогда нужно ее развивать. Для этого тоже известны методы, например, девять ступеней Бхакти.

Подумав так, становится понятно, что все пути ведут к одной цели и в конце на ней сходятся.

Шлока 5:

*Yat sām̐khyaiḥ prāpyate sthānam tad yogair api gamyate |
Ekaṁ sām̐khyam ca yogam ca yaḥ paśyati sa paśyati || 5 ||*

5.5. Состояние, достигаемое людьми знания, также достигается йогами, посвятившими действия Богу. Кто видит, что путь познания и йоги деяния – одно, тот воистину видит.

В данной шлоке и употребляется слово «Санкхья йога», имеется в виду Карма Санньяса, уход в монастырь. Опять сравнивается уход в монастырь с тем, чтобы остаться жить в миру и практиковать Карма Йогу.

Мудрые люди не считают, что Путь Самопознания (Sāṅkhyayoga), которому следуют монахи, отличается от Пути действия, лишенных желаний (Niṣkāma Karma yoga). Те, кто считает их обособленными, просто дети и незрелые люди. Человек, достигший совершенства на одном из этих двух путей, получает результаты обоих.

Т.е. настоящий монах совершает свои действия исключительно так, как предполагает Карма Йога. А человек, владеющий Карма Йогой в душе монах.

Человек, который совершенен в одном из этих путей, получит результат, который обещает любой из путей. Монашество и Карма Йога одинаково ведут к Просветлению.

Др. Кака говорит, что выполняй обязанности, совершай Карма Йогу, но в душе будь монахом, будь непривязан. В чем разница? – нет необходимости в формальностях. Наша проблема в том, что мы придаем большое значение внешнему. Не нужно ничего объявлять миру, все, что мы делаем, делаем для себя, для своего Просветления. Ничего не нужно доводить до крайности, крайности не работают. Что это значит? – мы семейные люди, если я начну экстремально проявлять свою непривязанность, моим близким будет трудно со мной. Нужно находить возможность сохранять мир. Если моя Садхана доставляет неудобство моим близким, то она не будет развиваться так, как нужно. Зрелый человек всегда будет стараться улучшить свою Садхану, сохраняя мир.

Выполняя эти условия, Мокша обязательно будет достигнута. Я лучше всех знаю, что работает в моей ситуации, а что нет. Нужно найти оптимум. Важно в любом случае соблюдать Вивек и Вайрагья внутри, внешне выполнять обязанности.

Др. Кака напоминает, что неправильно создавать имидж, что я теперь духовная, живу как монах. Ничто внешнее не играет роли, что говорят обо мне люди мне все равно.

Как избавиться от привязанности? Легко сказать, но ведь у нас семьи, хозяйство. Все держит нас.

Шлока 6:

5.6. Однако, о могучерукий, трудно достичь отречения без йоги деяния. Но мудрец, посвятивший действия Богу, быстро приходит к Всевышнему.

Здесь открыто говорится, что монашество очень трудный путь. Нужна Карма Йога. Карма Йог быстро достигает Брахман.

Мы привыкли к комфорту, хорошей еде. У монахов другая жизнь. Понятно, что лучше и легче начать с Карма Йоги, выполнения обязанностей, соблюдая Вивек и Вайрагья.

Шлока 7:

Yogayukto viśuddhātmā vijitātmā jitendriyah |
Sarvabhūtātmabhūtātmā kurvann api na lipyate || 7 ||

One who constantly adheres to the principles of Karmayoga, who is not inclined towards prohibited actions, who has conquered his mind and controlled his senses, and who realizes his Self as the Self in all beings (*Yasmin Sarvāṇi Bhūtāni – Isāvāsyā. Up. 6*), such a seeker is not bound by actions even though he is immersed in actions.

Тот, кто постоянно придерживается принципов Кармайоги, кто не склонен к запретным действиям, кто покорил ум и контролирует чувства, и кто осознает свое Я как Я во всех существах, такой искатель не связывается действиями, даже если он погружен в них.

5.7. Кто посвящает действия Богу, чист сердцем, покорил ум и чувства, познал Душу душ всех существ, тот, даже совершая действия, не связывается ими.

Здесь Кришна перечисляет 4 условия для того, чтобы действия не связывали:

- кто постоянно придерживается принципов Кармайоги,
- кто не склонен к запретным действиям,
- кто покорил ум и контролирует чувства
- кто осознает свое Я как Я во всех существах

Такой человек не связывается действиями.

Главная в шлоке для нас тема: кто осознает свое Я как Я во всех существах

Yogayukto – тот, кто придерживается принципов Карма Йоги. Йога – здесь имеется в виду Карма Йога. Принципы Карма Йоги: я не деятель, нет привязанности к результатам.

Viśuddhātmā – тот, кто не склонен к запрещенным действиям. Не только не совершает их, но и не чувствует никакой тяги к ним.

Vijitātmā – покорил чувства – владеет Шама и Дама.

Sarvabhūtātmabhūtātmā – видит свое Я, видит Атман во всех существах,

Все это не так просто достичь. Как вообще возможно видеть всех в себе?

Гита – это эссенция всех Упанишад. Говорится, что Кришна «подоил все Упанишады», Упанишады подобны коровам, которых Он выдоил и получилась Гита и это то, что Он отдал Арджуне.

Данная шлока имеет прямую связь с Ишавасья Упанишадой.

Мантра 6, Ишавасья Упанишада:

Тот, кто постоянно видит всюду, что все существует в Атмане и все существа и формы в Нем, тот не отвращается (Jugupsa -сжимается, уклоняется)

Мантра 7

Когда для знающего все существа становятся едиными с его собственным Я (Атманом), как он может чувствовать заблуждение после этого? Какое горе может быть для того, кто видит всюду единство?

В мантрах 6 и 7 Упанишады говорится о человеке, который видит существа, весь мир в Атмане, все существа едины с собственным Я.

Шлока 7 Гиты говорит, что человек видит Атман во всех живых существах. Атман – это есть собственное Я. Он видит в Самом Себе всех живых существ. Т.е. логика справедлива в обоих направлениях: Он Сам во всех существах и во всех существах он видит Себя, Атман.

Слово из Ишавасья «Джугупса» - не любить кого-то.

Если он видит всех в Себе и Себя во всех, как он может не любить кого-то? Он никого не ненавидит и не видит ни в ком ничего плохого.

Упанишада: **«Какое горе может быть для того, кто видит всюду единство?»** - он видит всюду Единство.

Говорится о трех эффектах:

1. Отсутствие нелюбви
2. Какие желания (заблуждения) он может иметь?
3. Какое горе может быть у него?

Такой человек смотрит на всех вокруг одинаково. Другое дело мы. Мы кого-то не любим, кого-то ненавидим. Мы не в состоянии видеть Себя во всех. Мы видим различия, Двайта, потому что мы смотрим на тела, на них направлен весь наш фокус.

Главное, что нам нужно здесь понять, что тело – это Упадхи, мы добровольно принимаем Упадхи за свое я. И дальше другие Упадхи: я женщина, жена, инженер – то, что я приняла на себя. Упадхи прячет мое истинное Я, мою Сварупа. Мы никогда не направляем внимание на Сварупа, всегда на Упадхи. Мы видим себя, как Упадхи и так же и других, видим только Упадхи. Что тут самое главное: Все Упадхи, на которые мы смотрим, как на личности, все есть Миттья. Моя истинная Сварупа есть Сат Чит Ананда. То же самое справедливо относительно других людей. То же самое, что есть Я, то же и другие люди.

Мы не умеем так видеть. Типичная проблема, когда мы кого-то не любим. Мы не любим других по какой-то причине, а иногда и без причины. Трудно управлять собой. Я могу сказать, что с точки зрения духовности я и тот, кого я не люблю – одно. Это я сама доставляю себе неприятности. Все не так просто! Я не люблю начальника и пытаюсь думать, что мы с ним одно. Очень, очень трудно. На мирском уровне нужно разбираться с ситуацией, пытаться избавиться от плохого начальника.

На духовном уровне плохой начальник и я – Одно. Тут опять нужно вспомнить Праарабдху. Почему у меня неприятности с начальником или мужем, другими родственниками? – моя прошлая Карма дает теперь плоды. Можно сказать, что это Бог приходит ко мне в таком виде. Но Сам Бог не станет беспокоить меня, Он находит кого-то, кто сделает это за Него и вернет мне мою прошлую Карму. Так я применяю теорию Праарабдхи. Тогда можно сказать, что да, это я сама создаю себе неприятности. Гораздо легче применять эту теорию, когда случается что-нибудь хорошее. Бог дает мне что-то хорошее при помощи кого-то.

В плохих, трудных ситуациях, нужно стремиться к покою внутри. Просто моя плохая Карма возвращается ко мне. Начав так рассуждать, зачем тогда ненавидеть кого-то. Во всяком случае, изменится мое отношение к тому, кого я не люблю. Полезно думать, что когда-то я сделала похожее плохое дело и теперь оно возвращается. Когда-то я вела себя подобным образом. Такие мысли хорошо помогают, позволяют отстраниться от другого.

Нет ни горя, ни желаний. Если все вокруг – Я, то чего мне не хватает, что мне еще нужно? Я есть Свидетель всего.

Прарабдха иногда бывает коллективная, при стихийных бедствиях. Как-то люди попадают в такую ситуацию. Другие, наоборот, случайно уехали и избежали ситуацию. Ишвара убирает их из плохой ситуации, как бы случайно. Разные примеры: воры влезли в дом. Конечно, нужно соблюдать предосторожности. Но если случилось, понимать, что все Прарабдха. Если бы у меня деньги не украли, они бы ушли другим способом, я могла их потерять. Таким образом следует рассуждать.

На духовном уровне, можно ли думать, что это я сама украла у себя деньги? Такой уровень необходимо достичь, это наша Садхана. Достигнув такого уровня, мы больше не связываемся действиями.

Дополнение из конспектов по Ишавасья Упанишаде:

Мантра 6

6. Но кто все существа в Самом лишь видит и во всех существах – Самого, отсюда не отвращается.

Тот, кто постоянно видит всюду, что все существует в Атмане и все существа и формы в Нем, тот не отвращается (Jugupsa -сжимается, уклоняется)

Никогда Самореализация не будет полной, если мы осознаем только собственную индивидуальную святость, а всех остальных исключим. Самореализация означает осознание Всеобщего Единства.

Осознавая Единство, человек постепенно отходит от отвращения, нелюбви, страха, ненависти и других плохих чувств. Они, эти чувства, возникают от чувства отдельности, множества и соответственно, человек чувствует противостояние другим людям или объектам, окружающим нас. Когда человек чувствует Единство, наступает состояние спокойствия, которое не зависит от обстоятельств хороших или плохих. Мой пример: дома или среди близких друзей всегда хорошо, почему? Все свое, чувство единства. «родные стены помогают».

Слово, которое мы переводим здесь как «отвращение», на Санскрите называется Джугупса «Jugupsa», противоположное ему Саматва (samatva).

Шри Ауробиндо так объясняет это слово: «Jugupsa – это чувство отвращения, вызванное чувством желания гармонии между собственным ограниченным созданием и контактами с внешним миром. Желание гармонии соответственно вызывает огорчения, страх, ненависть, дискомфорт и страдания. Jugupsa - это противоположность тому, что

вызывает желание и привязанность. Когда отвращение и привязанность уходят, мы испытываем Саматва.»

Человек проявляет себя неэффективно в мире разногласий из-за своих собственный волнений. Спокойный разум так же силен, как Бог и чем больше мы приобретаем внутреннее спокойствие (Саматва), тем более радостной и эффективной становится наша жизнь. Но враг нашего спокойствия Jugupsa.

Отвращение, нелюбовь и страх никогда не бывают к себе, только по отношению к другим. На уровне интеллекта можно не любить себя в какой-то момент. Тут тоже идея множественности личностей в себе. «Другие» всегда нужны для поддержания Jugupsa. Осознав Единство с Атманом и утвердившись в этом, «другие» исчезнут.

Без «других» Jugupsa тоже уйдет. В этом огромное преимущество Самореализации.

Из примеров Шамики

Просветленный человек знает, что все, что видит вокруг не что иное, как 5 великих элементов.

Он видит пространство и сразу вспоминает Брахман.

- Качество Пространства – слово, звук.
- Качество Воздуха – прикосновение. При каждом прикосновении нужно вспоминать Брахмана.
- Качество Огня - Свет – формы и краски. Опять вспоминаем Бога, когда видим цвет и формы.
- Вода - вкус
- Все плотные предметы – Земля.

Все вокруг – Брахман. Нам это нужно вбивать в голову и стараться все время об этом помнить и думать. Мысленный процесс должен быть непрерывным, как струя льющегося масла. Все время, постоянно думать, что все вокруг Брахман.

У Каки это получается легко и просто. Когда человек знает, что это веревка, хотя он и видит змею, то он ничего не боится. Когда мы помним о 5 Великих элементах, мы тоже ничего не боимся.

Есть 2 типа людей: те, кто просветлен и те, кто просто начитался и запомнил информацию, но не умеет ее применять.

Дерево с тяжелыми плодами всегда гнется к земле, а без плодов стоит с вытянутыми ветвями.

Др. Кака говорит:

Окружающий мир полон огромного разнообразия и Виттхала пронизывает его. Если сфокусироваться на Виттхала, то, не смотря на все разнообразие мира, мы не будем увлекаться сравнениями, завистью и т.п. Виттхала полон блаженства и наша жизнь станет счастливой. Мы достигнем блаженства, увидев единство во всем многообразии.

«Духовность — это наука о том, как жить счастливо.» Две крайние точки в жизни – рождение и смерть не зависят от нас, но мы в состоянии управлять жизнью между ними. Жизнь протекает своим темпом. В соответствии с судьбой будут причины радоваться и огорчаться. Но судьба не может заставить нас быть счастливыми или страдать, даже если на то есть причины.

«Садхана – это поддержание чувства счастья во всех ситуациях». Искатель может управлять своим состоянием и это называется смелостью.

Играя в карты, от нас не зависит, какие карты мы получим. Но играть радостно с теми картами, которые на руках, в нашей власти.

Настоящая смелость в том, чтобы использовать жизнь для реализации истинного Я. (Я есть Сат Чит Ананда). Успех в духовности не зависит от ситуации в жизни или благосостояния. Для этого должно быть принято твердое решение.

Прожив всю жизнь в блаженстве, в последний момент можно сказать: «я возвращаюсь в свою обитель, примите, пожалуйста, мое до свидания»

Нужно все время концентрироваться на Атмане. У Него нет качеств. Все проблемы в нашем уме, у Атмана нет проблем. Нужно подавлять в себе поведение в гневе и раздражении. Нужно работать над этим. В этом состоит наша Садхана.

Если все тело намазать толсто кремом от комаров, ни один комар на нас не сядет. Так надо жить в обычной жизни. Обычно мы думаем, что одни правила в духовности, а другие в обычной жизни. Это неправильно. Наша жизнь бесценна.

Но с другой стороны, наш разум ограничен, интеллект ограничен, у нас очень ограниченные возможности и соответственно и действия тоже ограниченные.

Наши возможности должны быть расширены.

Мы все время заботимся обо всех своих вещах, всегда закрываем дверь на все замки. Все идет от нашего несовершенства. Например, Тукарам Махарадж не закрывал у себя дверь и всем разрешал заходить и брать у него все, что захотят. Почему? Он был внутренне совершенен, полон. Поэтому вещи его не заботили.

Мы заботимся о вещах и не замечаем счастье.

Когда человек видит всюду Атман, нет причин для гнева, страха и других проблем. Все это язык дуальности – мы видим себя отдельно от других.

Нужно развивать точку зрения, когда мы все видим в одном. Тогда не будет места для ненависти и страха. Никогда не может быть счастлив тот, кто ненавидит других. Вожделение, зависть, ненависть отбрасывают тень на всю нашу жизнь и мы никогда не будем счастливы из-за них. И это приводит к новым рождениям.

Люди верят в астрологию и стараются задобрить соответствующих божеств. В этом нет необходимости, если вместо этого успокоить свой разум.

Самый большой страх у всех нас за членов семьи и это причина больших огорчений. Но и они умирают, так случается. Одно дело скорбь по близким, но нельзя растворяться в ней.

Мантра 7

7. Если все существа произвел как бы Сам, нерождающий, – какое здесь заблуждение? Какое горе у единовидящего?

Когда для знающего все существа становятся едиными с его собственным Я (Атманом), как он может чувствовать заблуждение после этого? Какое горе может быть для того, кто видит всюду единство?

После просветления человек осознает, что он не отдельная личность, живущая в противостоянии миру, а что в самой своей сущности он есть гармония и единство, лежащие под всеми разногласиями множественности, которые ощущаются как мусор поверх Реальности. В таком человеке никогда не возникнет больше заблуждение или скорбь, которые свойственны обычному человеку.

Скорбь, печаль, горе – то язык заблуждения. Количество скорби у человека пропорционально степени его заблуждения. По своей природе каждый есть полное блаженство. Единство и гармония есть блаженство.

Но заблуждение создает множественность и диссонанс, из которых вырастает скорбь. Чем больше заблуждение, тем больше горя.

Единственный способ избавиться от горя – это освобождение, Мокша. За границами скорби лежит страна Само-Реализации, Атман, Единство всей Вселенной и Я. И это все есть наша природа.

Когда пространство в горшке осознает общность со всем пространством, оно избавится от чувства ограниченности и несовершенства.

Из примеров Шамики:

Дед и внук играют с воздушным шаром. Шар лопнул и ребенок плачет, а дед смеется, он знает, что это просто игра и что шар должен лопнуть.

Красивая картина и мы ее рассматриваем. Видим горы, и море, и птиц, и людей, очень красивая картина. Мы на ней все узнаем, понимаем, что хотел сказать автор. Но все время знаем, что это только картина, все, что нарисовано, не настоящее.

Поездка на поезде, в нем попутчики. Кто-то долго едет, а кто-то быстро выходит. Родственники – длительные попутчики.

Из лекции Др. Каки «Какое горе может быть для того, кто видит всюду единство?»

Вся Гита начинается в того, что Арджуна был в великой скорби. Есть 2 виде скорби –

- волнения о будущем
- Или воспоминания о прошлых бедах.

Изучая Гиту нужно понять, о чем говорит Кришна и избавиться от любых видов скорби. Начинается Гита с того, что Арджуна не хочет сражаться против своих родственников, боясь угрызений совести. Но мудрый не станет страдать из-за мирских проблем, потому что все это иллюзия, Миттья.

Нам, искателям, скорбь не к лицу, наша цель счастье, на него все направлено.

Все несчастья преходящи. Я то счастлив, то опять несчастлив. Мы стремимся к постоянному счастью. Но пока у нас в жизни щепотка счастья и гора несчастий. Таков наш опыт.

Пример: человек, которому я все время доверяла, меня обманул. Я начинаю думать об этом, как могло такое случиться. Такова тенденция разума вытаскивать и повторять огорчения из прошлого. Мы часто вспоминаем события 10-летней давности, это очень плохая привычка. Нужно научиться не вспоминать плохое. Или, например, смерть в семье. Конечно, это горе и нужно горевать, но затем следует вернуться к нормальной жизни, не должно быть безграничного горя.

Когда я жалею или сожалею, что меня кто-то обманул, то я пренебрегаю учениями философии. Если задуматься, то все вокруг Брахман и тот, кто меня обманул, тоже Брахман. А быть обманутой – это записано в моей Праарабдхе, поэтому оно и случилось. Если понять, что это факт моей Праарабдхи, то я приму обман без огорчений и сожалений. Это все просто моя судьба и так должно было произойти. Не с этим человеком, так с другим, но обман должен был произойти. Все в нашей жизни

предопределено и все нужно без жалоб принимать. Высший судья – Бог, все от Него. Нужно научиться применять «защитный крем», как от комаров – покрыть все тело толстым слоем крема и ни один комар нам не страшен. Мы все лишь инструменты в руках Бога, Он использует нас. Поэтому нет смысла таить обиды, а нужно стараться забыть их.

Мы рассмотрели страдания. Теперь рассмотрим жадность, алчность. В обычной жизни у нас есть тенденции к алчности, пусть и мелкой и по мелочам. Нужно понимать, что иногда в уме появляется желание получить что-то и это желание, алчность правит мной. Нужно распознавать такие желания и не поддаваться им.

Таким образом, нужно узнавать страдания, алчность, не давать им расцвести и не дать им власть. Мир в уме — это отсутствие страданий и алчных желаний. Так я смогу находиться в мире

Нет причины ни любить ни ненавидеть никого. У нас должно быть видение, что все вокруг один и тот же Атман. Это называется Атмарупа – видение Атмана всюду. Нельзя Его увидеть глазами, но нужно помнить и думать о том, что я есть Атман.

Лекция 4, шлока 8-9

Повторение:

5.7. Кто посвящает действия Богу, чист сердцем, покорил ум и чувства, познал Душу душ всех существ, тот, даже совершая действия, не связывается ими.

Что значит действия связывают? – одно дело Санчиткарма, куда добавляются наши действия, другое - мы не в состоянии поставить точку, закончив действие. «Надо было бы лучше так, а не так, как я сделала».

Здесь Кришна перечисляет 4 условия для того, чтобы действия не связывали:

- кто постоянно придерживается принципов Кармайоги,
- кто не склонен к запретным действиям,
- кто покорил ум и контролирует чувства
- кто осознает свое Я как Я во всех существах

Такой человек не связывается действиями.

Опять говорится про контроль ума и чувств. Кажется, что старая тема: Дама и Шама, которые мы отлично знаем. Однако, интересно понаблюдать

за собой, как у меня получается контроль. С контролем действий понятнее, у нас есть опыт, как я хотела что-то сказать, но сдержалась или хотела что-то взять, но сдержалась. Дама, контроль действий, хотя и не всегда получается, однако есть положительный опыт. Другое дело контроль ума. Крутится мысль в голове одна и та же, как жвачка. Получается ли ее выкинуть? Или стараюсь повторять Имя, а в голову лезет ерунда. Есть ли положительный опыт не пускать мысли? Такой опыт очень важен и хорошо его собирать, обдумывать, как удастся не пускать мысли на самотек. Все это тоже интересная тема «смотрения в себя».

Главная в шлоке для нас тема: кто осознает свое Я, как Я во всех существах – тема Единства.

Единство – ответ на то, как полюбить наглых, вредных детей. Все вокруг Брахман, Я. Брахман есть Моя Сущность и Сущность всех вокруг. А то, что я вижу – Упадхи. Можно представить себе океан чистой воды, а в океане плывут, полные той же воды, разные бутылки. Стекло у бутылок может быть белым, зеленым, коричневым. Кажется, что и вода в них разная. Убери бутылки, вылей воду, она тут же смешается с океаном, разницы никакой. Наши тела – бутылки.

Или Мангеш объясняет, что каждому из нас Ишвара дает свою роль в театре жизни и дает к ней сюжет, необходимые реквизиты. Если у меня роль нахала, то и ситуации для такой роли, характер. Как Мангеш говорит: «Мы смотрим спектакль и рыдаем, а актер уходит со сцены, смывает грим, берет заработанные деньги и идет домой». Жизнь вокруг – спектакль, поставленный Ишварой.

Мы заботимся о вещах и не замечаем счастье.

Когда человек видит всюду Атман, нет причин для гнева, страха и других проблем. Все это язык дуальности – мы видим себя отдельно от других. Нужно развивать точку зрения, когда мы все видим в одном. Тогда не будет места для ненависти и страха. Никогда не может быть счастлив тот, кто ненавидит других. Вожделение, зависть, ненависть отбрасывают тень на всю нашу жизнь, мы никогда не будем счастливы из-за них. И это приводит к новым рождениям.

Самый большой страх у всех нас за членов семьи и это причина больших огорчений. Но и они умирают, так случается. Одно дело скорбь по близким, но нельзя растворяться в ней.

Для нас такие мысли пока упражнение, Садхана. Их следует крутить в голове искусственно и стараться вспоминать логику, когда сталкиваешься

со сложной ситуацией. Для Просветленных состояние Единства естественно.

Шлоки 8-9

Naiva kiñcit karomīti yukto manyeta tattvavit ।

Paśyañ śṛṇvan sprśaṇ jighraṇaśnan gacchan svapañ śvasan ॥8

Pralapan visrjan grhṇann unmiṣan nemiṣann api ।

Indriyāñīndriyārtheṣu vartanta iti dhārayan ॥ 9 ॥

A wise person who has realized Self-Knowledge should think that “I do nothing.” Even while seeing, listening, touching, smelling, eating, walking, sleeping, breathing, etc. he should think the same. Similarly, though speaking, taking, abandoning, opening and closing the eyes, he should know that his senses are engaged in their duties and think with certainty, “I do nothing at all.”

Мудрый человек, достигший Самопознания, думает: "Я ничего не делаю". Так же он должен думать, даже когда видит, слушает, осязает, обоняет, ест, ходит, спит, дышит и т.д. Таким же образом, говоря, беря, бросая, открывая и закрывая глаза, он должен знать, что его органы чувств заняты своими обязанностями, и с уверенностью думать: "Я вообще ничего не делаю".

5.8. Кто пребывает в божественном сознании и видит Истину, тот понимает: "Я ничего не делаю", взирая, слушая, касаясь, обоняя, вкушая, двигаясь, предаваясь сну, дыша;

5.9. Разговаривая, выделяя, хватая, открывая и закрывая глаза. Он знает, что это лишь чувства взаимодействуют с объектами чувств.

Я пользуюсь телом и органами чувств, но Я ничего не делаю.
yukto manyeta tattvavit – так думает Карма Йог.

Он думает про все перечисленные действия: «Я не делаю ничего». Я не говорю, не ем, не дышу, т.д. Перечисляются 5 органов чувств и 5 органов действий, а так же 5 Пран. Сон – действие Антахкарана, т.к. для того, чтобы заснуть, Антахкаран должен быть в полном покое. Открывать и закрывать глаза, мигать, – действие Пран. Фактически прошли по полному списку тонкого тела.

Вспомним тонкое тело:

- 5 Пран
- 5 органов чувств
- 5 органов действий
- 4 Антахкаран: Манас, Буддхи, Читта, Аханкар

Всего 19 составляющих. В шлоке они все перечислены и говорится, что «Я ничего не делаю».

Действия бывают такие, которые я сама могу решить делать мне их или нет. Например, ходить, говорить. Другие действия вынужденные, например, дыхание. Я сплю, но должна дышать или мигание глаз – вынужденное. Легко согласиться и принять, что в вынужденных действиях я не исполнитель, есть некая сила, которая действует через меня, которая совершает такие действия. Даже есть для нее специальные слова: дыхание происходит рефлекторно. Слова есть, но и они не объясняют, откуда идет рефлексивность.

Но в добровольных действиях, как речь, ходьба т.п. трудно принять, что я не действую. В ежедневной жизни мы говорим: «Я готовлю обед, я читаю книгу». Однако в шлоке Кришна говорит, что Просветленный думает, что он ничего не делает.

Что Кришна хочет здесь сказать: Праны, органы чувств и действий мотивируются посредством объектов чувств (Вишия) стремиться во внешний мир к соответствующим Вишия. Т.е. различные объекты привлекают глаза, уши, т.п. к себе и направляют наше внимание во внешний мир.

!! Мы чувствуем, что мы это делаем, однако задумавшись, становится понятно, что есть некоторая сила, которая вынуждает органы к общению с внешним миром. Легко согласиться, что когда я поворачиваю голову в сторону красивого цветка или приноживаюсь, проходя мимо булочной, то это не так, что я сначала подумала: «не понюхать ли мне?» и потом понюхала, а скорее наоборот. Сначала я вижу или слышу, нюхаю, а потом уже осознаю, что я посмотрела, услышала. Так объекты чувств (Вишия) притягивают органы чувств и действий. Я почувствовала, что вкусно пахнет и повернула туда голову или даже подошла посмотреть.

Я вижу предмет, но Веданта говорит: «Я не тот, кто видит». Как это понять? – Веданта утверждает, что все действия совершаются Дживой.

Что такое Джива? – Так Веданта называет нас для того, чтобы не обращать внимание на личность, а говорить только о модели. Согласно Веданте Джива – это Атман + физическое тело, тонкое, причинное.

Кто мотивирует Дживу к действиям? – Ишвара. Атман, как мы знаем, не делает ничего. Но и без Атмана ничего невозможно сделать. Атман здесь

является Адхиштана, Основа, а мир – Адхьяста. Благодаря Атману, как Адхиштана, Ишвара способен сделать так, что Джива совершает действия.

Вспомним:

- Адхьяста – то, что видится ясно, но на самом деле этой вещи нет - змея
- Адхиштана – основа, на которой видится то, чего нет на самом деле - веревка

Другая аналогия: экран и на нем показывается кино. Экран не затрагивается ничем, происходящим в кино. Пожар, наводнение – экрану все равно. Настоящий только экран, а кино – просто свет, выключили и кино закончилось.

Трудно все это себе представить и принять, мы с детства связываем себя с телом, мир считаем реальным. Поэтому Др. Кака говорит, что нужно продолжать слушать, читать, учить. Хотя и абстракция, но однажды можно будет принять теорию на уровне интеллекта.

Одна из базовых концепций Веданты:

- Джива совершает действия,
- однако действия Джива совершает не просто так, а по мотивации Ишвары. Ишвара мотивирует его. У Ишвары полно методов, чтобы нас мотивировать и делать то, что Он хочет.
- Мир и Джива составляют систему Ишвары.
- Система Ишвары существует на основе Атмана, все происходит на основе Атмана.
- Атман есть Акарта – не действует.

Пример Др. Каки про парня, который встретился с 67 девушками, но не мог выбрать, т.к. ни с одной не «щелкнулось». Др. Кака говорит, что так и с теориями, когда-нибудь «щелкнет» и мы поймем, что да, все происходит на основе Атмана, а Я не делаю ничего.

Итак, что мы сейчас сказали: предметы во внешнем мире устроены так, что они притягивают мое внимание к себе. Получается, что хочу я или нет, но я постоянно общаюсь с внешним миром.

Веданта говорит о Дживе. Джива – это модель человека, меня. У Дживы есть глаза, уши, руки, ноги. Джива использует их для совершения разных действий. Но мотивация к действиям идет не от Дживы, как мы привыкли думать, а от Ишвары. Либо это «рефлекторные» действия, как дыхание, либо «сознательные действия», когда кажется, что я, Джива, решила и сделала, однако подумав, становится понятно, что там опять Васаны, Гуны,

Самскарры (привычки), т.е. даже когда кажется, что я подумала и сделала, практически все идет по воле Ишвары.

Мы обратимся к Кена Упанишаде. Слово «Кена» означает вопрос: Кто? Как?

Мантра 1: Кена Упанишады: 1. Кем движимый и побуждаемый летит разум? Кем вызванное к жизни возникает первое дыхание? Кем движима эта речь, [которую] произносят? Какой бог воззвал к жизни глаз и ухо?

Управляемый кем освещает ум объекты? Под чьим руководством главный жизненный воздух (Праны) начинает выполнять свои функции? По чьей воле человек произносит слова, говорит? Что за интеллект направляет глаза и уши (соответственно к их объектам чувств)

Именно об этой силе и речь. Кто-то делает так, что ум начинает производить мысли. Можно ли считать ум независимым? Мы привыкли считать свой ум независимым, потому что мой ум может думать о чем захочет. Собственный опыт утверждает обратное, я бы не думала о некоторых вещах, однако, ум думает, что хочет, а я не могу остановить его. Поэтому так трудно практиковать контроль ума, Шама. Наша свобода воли, которую мы в себе чувствуем, практически сводится к тому, чтобы контролировать ум или идти у него на поводу.

Откуда берется это? Кто толкает ум думать то, что он думает?

Важно понять здесь, что ум не является независимым, Веданта говорит, что ум – Джада, материя, создан из тонкой составляющей воздуха.

В Упанишаде Гуру отвечает ученику: *Это «ухо» уха, «ум» ума, «язык» языка («речь» речи), а так же «жизнь» жизни и «глаз» глаза. Избавившись от чувства «Я» и «мое» и поднявшись над жизнью чувств, мудрый достигает бессмертия.*

«Ухо уха, глаз глаза» - имеется в виду То, что дает возможность уху слышать, глазам видеть.

Нам кажется, что есть глаза и я ими вижу. Но не достаточно только видеть, нужно, чтобы сознание было направлено на объект, иначе я смотрю, но не вижу. Пример с убежавшим молоком. Должно быть еще что-то, что позволяет узнать, что я вижу или слышу. Поэтому говорится, что познание происходит в 2 этапа:

- Вижу
- Понимаю, что я увидела

Если задуматься, понятно, что разные роботы устроены точно так же, люди скопировали идею Ишвары. У робота есть некоторое внешнее устройство, датчик. Датчик получает информацию, некоторые данные, а затем эти данные обрабатываются. Например, автоматическое открывание дверей.

Рассмотрим подробнее, как происходит процесс видения.

Чтобы видеть, нужен «прибор» - глаза. Мы даже на физике изучали «глаз, как оптический прибор». Глаз связан со зрительным нервом, поэтому информация из глаза об увиденном передается в мозг.

Мало увидеть предмет, нужно еще и узнать, что я увидела. Поэтому «изображение» передается в интеллект и он «узнает», что я увидела. Но и интеллект сам по себе ничего не способен понять, нужно, чтобы я была в сознании, интеллект был в активном состоянии. То сознание, которое мы в себе чувствуем, есть ни что иное, как Чидабхаса. Таким образом, можно сказать, что сознание-Чидабхаса, освещает информацию, которая находится в интеллекте. Информацию приносит в интеллект посредник-Манас от глаза.

Цепочка выстраивается такая:

- Глаз
- Манас
- Буддхи
- Чидабхаса.

Из всей цепочки только Чидабхаса не относится к Джада, неодушевленной материи. Откуда берется Чидабхаса – понятно, что это отражение Чит на интеллекте. Заканчивается процесс познания на Чит.

Антахкаран:

- Читта – ответственна за поток мыслей в уме. Создана из тонкой составляющей воды.
- Манас – двойной агент, скачет между органами чувств и интеллектом. Передает информацию от органов чувств к интеллекту, от интеллекта к органам чувств (посмотри повнимательнее, не понятно) или к органам действий (подойди поближе, отойди, давай купим). Манас создан из тонкой составляющей ветра
- Буддхи – создан из тонкой составляющей огня. Он «узнает» информацию, принесенную от органов чувств и принимает решение, что с ней сделать.
- Аханкар – эго. Тут же все присваивает себе: я увидела, услышала. Создан из тонкой составляющей земли.

Почему нам важно разобраться в механизме видения?

Мы ничего этого не замечаем и кажется, что я вижу и тут же знаю, что я увидела. Нам важно понять, что любое знание я получаю на основе Чит. Чидабхаса, которую мы воспринимаем как сознание в себе существует только благодаря Чит. Чит – это Чистое Сознание или Чистое Знание. Когда моя Чидабхаса была направлена куда-то еще, то я слышу, но не слушаю, не понимаю о чем речь.

Все это мы объясняем для того, чтобы понять, что Джива исполнитель, мотивация приходит от Ишвары. Действия происходят на основе Чистого Сознания. На основе Чистого Сознания Джива способен слышать, видеть, думать. Для действий Дживы нужна Адхиштана. Поэтому можно сказать, что я не действую.

- Джива исполнитель
- Мотивация от Ишвары
- Основа всего Чистое Сознание - Чит

Ишвара вынуждает или вдохновляет меня на действия, но делает Он это не просто так, а основываясь на моей прошлой Карме. Почему Ишвара? – Он создал систему и управляет ей.

Просветленный понимает этот механизм, систему и чувствует, что хотя еда вкусная и язык получает удовольствие, удовольствие получает Джива, а Я есть Атман, поэтом я ничем не наслаждаюсь.

Мы пока не достигли такое состояние, мы не чувствуем ничего.

Просветленный всегда находится в положении третьего лица, свидетеля. Я ем, язык чувствует вкус, Джива получает удовольствие, но Я не действую. Поэтому он всегда Свидетель и не связан действиями. Свидетель – Сакши не делает ничего, только наблюдает. Это тоже способ смотреть на то, как я могу быть не деятелем – Я просто Свидетель, Сакши. Нам нужно стараться ставить себя в положение третьего лица.

Черты характера, такие, как доверчивость или вспыльчивость относятся к Дживе. Задача научиться ставить себя на позицию свидетеля. Я есть Адхиштана, Основа. Такая позиция помогает в любой ситуации.

Вывод из шлок 8-9: сейчас пока мое внимание направлено во внешний мир. Что-то там происходит, либо оно благоприятно для меня, либо нет, нравится мне или нет. В чьем свете я чувствую происходящее? Если я в состоянии вспомнить цепочку, понять, что это за Свет, то я буду в состоянии отделить себя от происходящего и увижу, что я не действую.

Из конспектов по Кена Упанишаде:

Ученик; Управляемый кем освещает ум объекты? Под чьим руководством главный жизненный воздух (Праны) начинает выполнять свои функции? По чьей воле человек произносит слова, говорит? Что за интеллект направляет глаза и уши (соответственно к их объектам чувств)

Откуда ум берет мотивацию делать то, что он делает? Откуда возникает Санкальпа – мысли, желания? Что заставляет ум следовать органам чувств? От чего ум берет энергию действовать?

Сам вопрос, то как он поставлен, уже половина ответа на него. Откуда берет энергию Прана и как ум получает энергию от Пран? Далее ум отдает приказы органам чувств и действий, кто направляет ум? Почему человек говорит, кто побуждает его к словам? К мыслям? Какая сила стоит за моими глазами и ушами? Когда я взаимодействую с миром, какая сила движет мной? Это один из основных вопросов, который должен задать себе человек, даже слегка задумавшись, заглянув в себя. Но многие не задают себе таких вопросов, потому что ум уводит их в другом направлении. Это фундаментальный вопрос существования: что есть мир? Как я взаимодействую с ним? Что побуждает меня к взаимодействию с миром? Что за сила стоит за всем?

В мантре говорится о зрении и слухе, остальные органы чувств не рассматриваются. Зрение и слух основные органы для взаимодействия с внешним миром. Вкус, запах не связаны с взаимодействием. Кожа хотя и чувствует все время что-нибудь, но не участвует в активном взаимодействии с миром.

Научившись держать под контролем зрение и слух, успокоив их, остальными органами управлять легче. Все основные знания о мире мы получаем через зрение и слух.

Легче управлять глазами. Можно просто закрыть их и не видеть мир, но уши внутренний орган, их закрыть не так легко, как глаза.

Сначала было создано пространство, ему соответствует слух. Поэтому слух более «фундаментальный» орган, им труднее управлять, невозможно остановить слух. Трудно научиться «останавливать» слух, это тонкий процесс. Др. Кака говорит, что если научиться применять Вивек и понимать, что все, что я вижу и слышу не относится к Атману, все лишь воображение, а Реальность есть нечто другое, не то, что я вижу и слышу, то я уже близко к «Источнику», от которого все исходит. Если зрение и

слух научатся различать, применять Вивек, то остальные чувства легко подчинить и можно считать, что Вивек хорошо развит и все видится как магическое шоу, а не реальная жизнь. Можно получать удовольствие от шоу, так же, как можно любить кино, смеяться, но я знаю, что это просто кино, а Я нечто другое. Др. Кака указывает нам направление куда нужно смотреть и куда идти.

Мантра 2

Учитель: Это «ухо» уха, «ум» ума, «язык» языка («речь» речи), а так же «жизнь» жизни и «глаз» глаза.

Избавившись от чувства «Я» и «мое» и поднявшись над жизнью чувств, мудрый достигает бессмертия.

Был задан вопрос, здесь дается ответ. До этого мы обсуждали Праманы (способы познания мира). Дело не в том, что Гуру не хочет дать нормальный ответ. На самом деле этот ответ самый простой из всех возможных.

«Глаз глаза, ухо уха» и т.д. Просветленный человек, знающий отношение между знанием и получением знания, способен различить знание и процесс получения знания, между Чит и Гнян; он знает Трипути и понимает, что Я – это то, что освещает любое знание, которое приходит через глаза или уши, освещает ум, когда человек думает. Все освещается, происходит в свете Я.

Прямой ответ невозможен и Гуру не пытается одурачить искателя и дать ему бесполезный ответ, вместо этого он дает ему правильное направление для поиска и размышления.

Лекция 5, шлока 10-11

Повторение:

Мудрый человек, достигший Самопознания, думает: "Я ничего не делаю". Так же он должен думать, даже когда видит, слушает, осязает, обоняет, ест, ходит, спит, дышит и т.д. Таким же образом, говоря, беря, бросая, открывая и закрывая глаза, он должен знать, что его органы чувств заняты своими обязанностями, и с уверенностью думать: "Я вообще ничего не делаю".

Шлока перечисляет все компоненты тонкого тела и говорит, что после просветления становится понятно, что Я не являюсь исполнителем никаких действий.

Далее мы очень подробно рассмотрели одну из базовых концепций Веданты:

- Джива совершает действия,
- однако действия Джива совершает не просто так, а по мотивации Ишвары. Ишвара мотивирует его. У Ишвары полно методов, чтобы нас мотивировать и делать то, что Он хочет. Мотивация определяется Ишварой на основании предыдущей Кармы, совершенной Дживой.
- Мир и Джива составляют систему Ишвары.
- Система Ишвары существует на основе Атмана, все происходит на основе Атмана.
- Атман есть Акарта – не действует.

Нужно помнить, что нигде не найти в теле Антахкаран, Джива – модель, используемая в системе Веданты.

Мантра из Кено Упанишады:

Управляемый кем освещает ум объекты? Под чьим руководством главный жизненный воздух (Праны) начинает выполнять свои функции? По чьей воле человек произносит слова, говорит? Что за интеллект направляет глаза и уши (соответственно к их объектам чувств)

Важный вывод из этой шлоки: мы привыкли думать, что я думаю о чем хочу, принимаю решения, какие хочу. Но Веданта утверждает, что ничто во мне не работает независимо, все ведется Ишварой.

Далее мы рассмотрели процесс получения любого знания на примере того, как я вижу что-то. Нужно это для того, чтобы понять, что в основе любого знания лежит Чит, Атман.

Мало направить на предмет глаза, нужно еще и узнать, что я увидела. Мы выстроили цепочку, необходимую для получения любого знания:

- Глаз
- Манас
- Буддхи
- Чидабхаса.

Из всей цепочки только Чидабхаса не относится к Джада, неодушевленной материи. Откуда берется Чидабхаса – понятно, что это отражение Чит на интеллекте. Заканчивается процесс познания на Чит. Чит является основой любого знания.

У неодушевленных предметов, например, у камня, нет Антахкарана, ему нечем уловить Чит. В отсутствии Чит камень не способен ничего понять или узнать.

Почему нам все это важно понять: сейчас пока мое внимание направлено во внешний мир. Что-то там происходит, либо оно благоприятно для меня, либо нет, нравится мне или нет. Вообще мы уверены, что жизнь состоит из общения с миром. Кто вынуждает меня смотреть во внешний мир? Почему я в состоянии узнать все происходящее там? – За всем стоит Атман и это и есть Я.

Благодаря Сат я чувствую, что я существую, благодаря Чит я получаю знания, благодаря Ананда я испытываю счастье. Я есть Атман. Нужно стараться помнить цепочку, ставить себя в позицию третьего лица, отделять себя от тела и мира. Пока это только упражнение, но полезное упражнение!

Шлока 10:

*Brahmaṇy ādhāya karmāṇi saṅgaṇ tyaktvā karoti yah |
Lipyate na sa pāpena padmapatram ivāmbhasā || 10 ||*

5.10. Тот, кто действует без привязанности, посвятив свои действия Всевышнему, тот не пятнается грехом, подобно тому, как лист лотоса не смачивается водой.

Приводится пример лотоса. Лотос растет в воде, корни в грязи, а сам цветок чистый и красивый. Даже если вода грязная, листья ей не смачиваются и остаются чистыми.

Совершая действия, не привязываясь ни к самим действиям, ни к их результатам, человек не получает ни Папа ни Пунья, как лотос не смачивается водой.

Очень понятен смысл шлоки.

Господь хочет сказать, что именно Он совершает все действия Своими органами чувств. Человек, осознающий этот факт, должен думать, что Он является исполнителем всех действий.

Мирские объекты, такие как тело и т.д., не являются собственностью человека, они были обретены, и они его покидают. Человек не может хранить их по своему усмотрению, не может изменить их, не может унести их с собой, когда покидает свое тело. Поэтому нечестно с его стороны

считать их своей собственностью. Они принадлежат Господу, и поэтому должны быть приняты как Его.

Brahmaṇy ādhāya – жертвуя Брахману

karmāṇi – все действия

saṅgaṁ tyaktvā – откажись от привязанности

Lipyate na sa pāpēna – тот, кто отказался от действий и плодов действий

В шлоке говорится о

- Жертвовании действий Брахману
- Отказе от привязанностей

Жертвование действий: «посвятив свои действия Всевышнему»:

Слова «жертвуя Брахману» не имеют смысла. Брахман не может ничего получить, т.п. Поэтому слово «Брахман» здесь следует понимать, как Ишвара.

Почему нужно жертвовать Ишваре? – Он мотивирует нас на любые действия. Кроме того, совершая действия я использую тело, ум, интеллект, т.п., а кто дал мне все это? Хозяин и владелец моего тела физического и тонкого – Ишвара. Бог создал Великие Элементы и вошел в них. Он временно дал мне их. Первым делом обязательно нужно принять это положение. Все, что я считаю «я» есть лишь устройство для совершения действий, данное мне Ишварой.

Др. Кака говорит, что если бы я сама выбирала себе тело, наверное выбрала бы получше, а не это. По крайней мере на уровне интеллекта следует принять факт, что ничто не принадлежит мне. «Занятое существование», оно «взято в долг» на некоторое время. Нет никакого способа мне держать мое тело под контролем. Три Гуны и Пракрити действуют на меня постоянно, вынуждая к действиям. Мы уже рассматривали эти темы, но здесь несколько другой угол зрения.

Для совершения действия нужно средство, которым оно совершается и нужен материал. Ничто из этого не принадлежит мне. Пока нам очевидно другое. Кажется, что я купила продукты и приготовила обед. Обед мой. Но откуда продукты? Откуда они взялись? Кто-то посеял семена и выросли овощи, но чья это милость? Так все можно проследить, откуда что взялось и окажется, что все принадлежит Ишваре. Например, какая хорошая вещь принтер, как умны люди, которые его изобрели и сделали. Но откуда

взялись материалы? В конечном итоге все идет от Ишвары, включая силу притяжения и законы физики. Ученые открывают законы и описывают их, но законы были всегда и действовали, мы их просто не знали. Люди используют материалы, привлекают Гуны и создают различные приборы. Глупо думать, что я что-то сделала, т.к. материалы – пять Великих Элементов я не в состоянии создать, использую готовые.

Чем тогда гордиться? За что ожидать похвалы? Начиная с мотивации и кончая материалами и телом – все от Ишвары. Нужно понимать и верить в это.

Джнянешвар говорит: «Все действия, которые ты совершаешь, которые описаны в Ведах, обязанности, все пожертвуй Мне, тогда тебя ничто не будет связывать». Что он имеет в виду? – все реакции, которые возникают в связи с действиями: это хорошо, это плохо – все отдай Богу.

Нам кажется, что нет ничего проще: я закончила действие и мысленно говорю: «Это Тебе». Проходит немного времени, и я опять начинаю думать про действие, что лучше бы я сделала не так, а иначе. Это значит, что ничего я Богу не отдала.

Важно помнить, что если у меня есть какие-то обязанности, то это моя Прарабдха. Их следует выполнять так, как это делает Стхитапраджня, Просветлённый человек, не задумываясь, приятные обязанности или нет.

Шлока говорит: «*saṅgam tyaktvā* – откажись от привязанности».

Просветленные умеют быть настолько непривязанными, что даже живя в собственном доме, они думают, что дом не мой. Говорится, что живи в своем доме, как гость. Должен быть такой уровень непривязанности.

Слово «*saṅgam*» имеет 2 значения:

- Компания
- Привязанность, прилипание

Здесь имеется в виду непривязанность.

Непривязанность работает на разных уровнях.

- Я умею что-то делать и привязана к самому действию, никто лучше не сделает. Я делаю конкретное дело легко, быстро и очень горда собой. Можно и нужно быть уверенной в своих способностях. Дела нужно делать с уверенностью. Но здесь имеется в виду привязанность к умению. Часто случается, что я умею делать, регулярно делаю, горжусь своим умением и однажды что-то не получается, как обычно. Не должно быть привязанности к умению.

- Привязанность к человеку, для которого я что-то делаю. Не должно быть ее. Мы часто очень привязаны к членам семьи. Часто это со временем ведет к проблемам: я столько сделал для тебя, а ты... Должна быть уверенность, что забота обо мне лежит не на членах моей семьи, а на Ишваре. При таком настрое Ишвара Сам позаботится обо мне. Нужно предаться Ему с верой, тогда не нужен никто.
- Привязанность к плодам действий. Очень общая проблема. Мы всегда думаем о результатах. Кришна обещает, что ты не получишь Папа и Пунья, если ты непривязан. Опять, что такое грех? В обычном понимании убийство, ложь, т.п. С духовной точки зрения, даже если я совершаю хорошее действие за которое я попадаю в рай, это тоже не то к чему мы стремимся. Рай – это как полет первым классом. Прилетели и выходи. Нам нужна Шуддхи Карма, которая ведет к Читта Шуддхи, необходимая для достижения Просветления.

Шлока 11

*Kāyena manasā buddhyā kevalair indriyair api |
Yoginaḥ karma kurvantī saṅgaṁ tyaktvātmaśuddhaye*

A Karmayogi, who performs all actions for the purification of the mind, knows for certain that actions are performed at the level of the body, mind, intellect, and organs.

Кармайог, который совершает все действия для очищения ума, точно знает, что действия совершаются на уровне тела, ума, интеллекта и органов.

5.11. Йоги, оставив привязанности, совершают действия телом, умом, разумом и чувствами ради самоочищения.

Kāyena manasā buddhyā – телом, умом и интеллектом – средства для совершения действий.

kevalair indriyair api - органы

Действия совершаются органами, но совершаются без привязанности, т.е. нет «я» и «мое».

Yoginaḥ karma kurvantī – Йог так совершает действия.

saṅgaṁ tyaktvātmaśuddhaye – нужно отказаться от привязанности.

Хотя я и совершаю действия посредством моих органов, нужно отказаться от привязанности.

Идея сходная с предыдущей шлокой. Карма Йог совершает действия для очищения ума. Мы уже говорили про Нишкам Карма и Нишкам Упасана. Чистый и спокойный Антахкаран способен реализовать Брахман. Важно: отказаться от я и мое.

Например: я вижу красивый цветок и во мне приятное чувство, вижу мусор – неприятно. Естественная реакция, когда мои глаза видят не то. Но с точки зрения Атмана – Я есть Свидетель. Глаза видят, ум что-то думает, но я наблюдаю за этим с точки зрения третьего лица. Глаза и ум всего лишь инструменты. Пример с электричеством. Громкоговоритель и телевизор, оба не работают без электричества. Само электричество не усиливает и не показывает, оно просто присутствует. Так и Брахман, Он присутствует и этого достаточно, этот Брахман и есть Я.

В шлоке говорится о том, что откажись, пожертвуй привязанностью, *saṅgam*

«Сангам» - привязанность или общество.

Др. Кака говорит, что общество бывает 3 типов:

1. Асангати - Плохие люди – те, кто уводят меня от духовности. Друзья, знакомые – они не интересуются духовностью, а у меня теперь появилась цель, я совершаю Садхану. Даже хорошие друзья, если они уводят меня от духовности, мешают Садхане – плохая компания с точки зрения духовности. Их нужно избегать. Над нами будут смеяться, шутить – не обращать внимания. Не нужно никаких компромиссов, стараться не обижаться.
2. Сангати – те, кто поддерживают и помогают в духовности. Святые, Гуру. Мы редко бываем в их компании физически.
3. Висангати – плохая компания, которую невозможно избежать – родственники. Конфликт может быть прямой, резкий, иногда на более тонком уровне. Др. Кака советует игнорировать или, если можно, мягко сопротивляться – это мое свободное время, я делаю то, что я хочу. Бывает нужно постоять за себя.

Нам следует разобраться в своих компаниях и развить непривязанность ко всем. Награда – чистота Читты.

Какие существуют виды загрязнений, заблуждений в уме?

- Мала
- Викшейпа
- Аваран

Мала – я стремлюсь получить разные мирские удовольствия, они меня привлекают. Хочу поесть повкусней, одеться получше, вечеринки, успех – все относится к Мала. Иногда хочется того, что запрещено – торт, например, или я легко впадаю в гнев. Тенденция к плохим действиям.

Викшейпа – неспособность сконцентрироваться ни на чем, невозможность заняться чем-то целиком или неспособность видеть правильно то, что есть.

Аваран – не вижу то, что прямо перед носом, как будто покрывало накрыло. Например, ищу очки, а они лежат передо мной на столе. Я есть Атман, но я не в состоянии увидеть это.

Разница между Аваран и Викшейпа: я не вижу, что я Атман – Аваран. Я считаю себя телом – Викшейпа.

Я вижу мир множественным, реальным – Викшейпа.

Как избавиться от заблуждений? –

- Нишкама Карма, действия, не мотивированные желаниями избавляют от Мала. По сути действия, совершаемые по правилам Карма Йоги служат для избавления от Мала, уходит тенденция к запрещенным действиям.
- Нишкама Упасана избавляет от Викшейпа. Нет отдельной главы, посвященной Упасане, потому что Упасана, молитвы, посещение храмов, участие в службах тоже действия. Как нам объясняет Мангеш, все определяется моральным настроем. Молитва может быть действием, Кармой. Если настрой правильный, то уборка квартиры становится поклонением Богу, Упасаной. В результате Нишкама Упасаны наступает мир, покой на душе, возрастает способность концентрироваться, то, что нам необходимо в медитации.
- Избавившись от Мала и Викшейпа все равно не наступает Просветление. Должна уйти Аваран, Атман должен открыть Себя. Здесь нужна милость Гуру. Без Гуру ничего не добиться. Нужен Гуру, нужно служить ему, однажды придет Милость.

Лекция 6, шлока 12-13

Повторение:

5.10. Тот, кто действует без привязанности, посвятив свои действия Всевышнему, тот не пятнается грехом, подобно тому, как лист лотоса не

смачивается водой.

5.11. Йоги, оставив привязанности, совершают действия телом, умом, разумом и чувствами ради самоочищения.

В этих шлоках мы говорили о важных темах:

- Жертвование всех результатов действий Богу
- Об избавлении от привязанностей
- О том, какие бываю виды компаний
- О том, какие бывают виды загрязнений в уме.

Совершенно понятно, что действия и их результаты нужно отдавать Богу. Ему принадлежит мое тело, ум, Ему принадлежат материалы, мир, Он ставит меня в ситуацию, что я совершаю действия, мотивирует меня. Кому же тогда могут принадлежать результаты. Легко это понять, да трудно практиковать. Даже если не забудешь вспомнить Бога по окончанию действия, мысленно все равно начинаешь перебирать законченное действие или огорчаться, что получилось не так, как я хотела. Поэтому важно стараться отслеживать эти мысли и пресекать.

Привязанности: к действиям, успехам в действиях, результатам, к членам семьи. Что тут можно сделать? – опять только отслеживать мысли, какие из них следствие привязанности? Научиться их узнавать и пресекать.

Виды компаний: плохая, хорошая и родственники. Мы не монахи и живем в обществе. Каждый сам может решить для себя, какие компании и общение поддерживать, как интенсивно поддерживать, а от каких может быть следует отказаться, уйти.

Загрязнения: Мала, Викшейпа, Аваран. Все они присутствуют у нас.

- Против Мала помогает Карма Йога. Постепенно с прогрессом в Карма Йоге Мала будет уменьшаться.
- Викшейпа: здесь помогает Упасана, молитвы. Хорошо тем, кто умеет молиться и есть привычка. Для тех, кто не умеет, это опять Карма Йога, которая со временем подтянет Упасану.
- Аваран – здесь ничего не нужно делать, пример Мангеша о том, что нельзя «сделать цветок». Растение нужно поливать, удобрять. Тогда в результате ухода распустится цветок. Избавление от Аваран – такой же цветок, для него нужна милость Гуру. Но полив и удобрение зависят от нас.

Шлока 12:

Yuktaḥ karmaphalaṃ tyaktvā śāntim āpnoti naiṣṭhikīm ।

A Karmayogi seeker offers fruits of actions to Brahman and thereby attains supreme peace (Parā Shanti). However, one who is not a Karmayogi gets bound due to the attachment to actions and fruits.

Искатель Кармайог жертвует плоды своих действий Брахману и тем самым обретает высший покой (Пара Шанти). Однако тот, кто не является Карма йогом, попадает в узы из-за привязанности к действиям и плодам.

Кармайог обретает непреходящий мир ("Божественную реализацию"), отказавшись от привязанности к плодам действий, тогда как тот, кто действует из эгоистических побуждений, привязываясь к плодам действий через желание, попадает в рабство.

5.12. Преданный Богу человек, отказавшись от плодов действий, обретает совершенный мир; но кто не предан Богу и с вождением стремится к плодам своей работы, тот попадает в рабство.

Опять говорится о характеристиках Карма Йога. Об этом уже говорилось в главе 2 и 3, говорилось, как они выглядят, как живут. Здесь рассматривается с точки зрения Карма Санньяса, внутреннего отречения.

Смысл шлоки: Искатель, практикующий Карма Йогу, жертвует все плоды действий Богу, или, другими словами, отказавшись от привязанности к плодам действий, тем самым достигает совершенный мир, Парам Шанти. Другие люди, не практикующие Карма Йогу, связываются действиями.

Здесь сравнивается Карма Саньяси с тем, кто не практикует Карма Саньяси.

karmaphalaṁ tyaktvā — отказывается от плодов.

Другой привязан к плодам, поэтому от связан своими действиями.

На самом деле нужно отказываться не от плодов действий, а от привязанности к определенным плодам или определенному результату.

Здесь полезно вспомнить о трех видах Кармы: Прарабдха, Санчит и Крийяман.

karmaphalaṁ - плоды действия, результаты. Они тоже бывают 4 типов:

1. Дришти Карма Пхала
2. Адришти Карма Пхала
3. Прабдха Карма Пхала
4. Апрабдха Карма Пхала

- Дришти Карма Пхала – видимый плод действия - я совершаю действие и получаю немедленно результат. Например, я голодная, поела и тут же результат – наелась.
- Адришти Карма Пхала – невидимый плод действия - я совершаю действие, но результат пока не получен, может быть он созреет в следующем рождении или в этом, но не прямо сейчас.
- Прабдха Карма Пхала — Полученные как плод прошлых действий - Часть плодов предыдущих действий созрела и я получила результат в этой жизни. Эти результаты дают в совокупности Прарабдху и определяют мою нынешнюю ситуацию, мое тело, семью, т.п.
- Апрабдха Карма Пхала – Неполученные плоды, которые еще предстоит пожинать в будущем - созревшая часть Прарабдхи, которая пришла в эту жизнь, но я пока еще не пережила данные плоды, это то, что произойдет со мной в будущем. Например, я должна выиграть в лотерею, я и выиграю, хоть я и не покупаю лотерейные билеты. Но пока что это еще Апрабдха Карма Пхала

Дришти и Адришти Пхала зависят от моих нынешних действий, Прабдха и Апрабдха зависят от прошлых действий, от Прарабдхи.

Рассмотрим, что значит отказ от результатов действий с точки зрения всех четырех Карма Пхала.

Дришти – мгновенный результат действия. Какая наша реакция на результат, который мы должны получить? – нельзя быть настойчивым относительно результата. Карма Саньяси не настаивает на результате.

Часто мы очень настойчивы, например, хочется чего-то конкретного на ужин, если приготовлено не так, мне не нравится, чувствую недовольство. Нужно задуматься и отказаться от таких претензий, отказаться от таких привязанностей. Так ведут себя Карма Йоги, отказавшись от Дришти Карма Пхала. Сказанное справедливо относительно плодов действий, а так же относительно самих действий, которые я совершаю. Нельзя привязываться так же и к действиям, которые я совершаю, совершаю определенным образом. Основная идея – результат, который я получу, я получу в соответствии с Прарабдхой. Внутри не должно возникать никаких приятных или неприятных чувств в связи с этим.

Адришти Карма Пхала – действия, которые я совершаю сейчас, а результат получится в будущем. Что значит отказ от таких результатов? – в

обычной жизни мы часто думаем, что сейчас все не очень хорошо, но пройдет, потом будет лучше. Нет ничего плохого в том, что мы думаем так, но не должно быть, опять, привязанности, надежды, что завтра точно будет лучше. Карма Саньяси отказывается от таких надежд. Типичный пример: я столько намучилась с детьми, они вырастут и будут хорошо заботиться обо мне. Такое не происходит и мы опять в огорчении. Что бы ни происходило, наша задача быть в счастье.

Прабдха Карма Пхала – то, что мы уже получили по Праабдхе. У меня есть тело, семья, дом. Невозможен мир в душе, если я всем этим недовольна, не могу принять или наоборот, если я к чему-то привязана. Карма Саньяси не жалуется ни на что, не привязан ни к чему. Привязанность проявляется в том, что если что-то нравится, то хочется, чтобы так и было, не менялось. Если что-то не нравится, хочется, чтобы ушло. То и другое привязанность.

Апрабдха Карма Пхала – то, что я получу в будущем. Нет ни ожиданий, ни желаний о будущем. Нет даже мыслей о том, что будет через 10 лет или 20.

Из четырех видов плодов действий видимые и невидимые зависят от настоящих действий, а полученные и не полученные - от Праабдха Кармы. Когда человек

- не желает видимого плода (Дришти), не чувствует неудовольствия или радости, получив его;
- не ожидает невидимого (Адришти);
- не привязывается к полученному плоду (Прабдха Карма Пхала), не чувствует радости или печали, получив его,
- и не жаждет не полученного плода (Апрабдха Карма Пхала),

тогда говорят, что он отказался от плода действия.

Карма Йог не имеет никаких привязанностей ко всем видам результатов. В итоге он приобретает мир в душе – Парама Шанти. Если задуматься, почему у нас нет покоя на душе, то станет понятно, что все из-за того, что у нас есть привязанности к результатам. Мы всегда привязаны к тому или другому. Нам не нравится то, что получаем или хотим больше. Хотим то, что не получили.

Пример: построив новый дом мы его освещаем для того, чтобы в нем хорошо жилось. Но все это внешнее. Гита учит, дает направление, как достичь мира внутри. Какой смысл делать внешние обряды, если покоя нет внутри.

Считается, что паста из сандалового дерева охлаждает тело. Тукарам Махарадж говорит, что она не поможет, если нет покоя внутри, если внутри пожар.

Дети точно знают, как пользоваться состоянием родителей, просят, когда точно знают, что у родителей хорошее настроение – оно зависит от внутреннего состояния.

Чувство счастья зависит от мира в душе. Парама Шанти – наивысший мир.

Вывод из шлоки: Карма Саньяси всегда находится в состоянии счастья, т.к. он непривязан ни к чему. Стоит задуматься об этом. Счастье зависит от непривязанности.

Веданта приводит стандартные примеры привязанности:

- обезьян ловят, положив банан в кувшин. Обезьяна не в состоянии выпустить банан из рук.
- Попугай сидит на трубе, попугай тянется за едой, труба переворачивается и попугай в страхе держится за трубу, забыв, что он умеет летать.
- Паук опутывает сам себя паутиной.

Так и мы связаны. Др. Кака говорит, что Мокша очень легко достижима, но мы не в состоянии отпустить мир, сами связываем себя, привязываясь к результатам и ожиданиям. Мы продолжаем ожидать результаты всегда. Получим же мы то, что нам положено: иногда больше, иногда меньше, чем ожидаем. Вывод: делай все наилучшим образом и откажись от ожиданий, страхов, надежд. Даже до Просветления, если я в состоянии развить в себе такие качества, я буду жить хорошо.

Непривязанность к плодам действий – это Садхана, нужно прикладывать усилия для того, чтобы выработать в себе такие привычки, ничто не приходит само, скорее наоборот, мы привыкли к ожиданию результатов. Выработать новую привычку не невозможно, но требует усилий.

Реализация Бога не является плодом какого-либо действия. Поэтому стремление к совершению действий для достижения Бога тоже стремление к плодам. Искатель не должен думать, что его духовная практика принесет этот плод. Желание плодов — это привязанность к плодам, которая не позволяет неукоснительно следовать духовной дисциплине. Поэтому вместо того, чтобы думать о плодах, искатель должен неукоснительно соблюдать духовную дисциплину, которая естественным образом приведет его к божественному совершенству. Если искатель будет продолжать думать о плодах, он не достигнет божественного совершенства.

Шлока 13

Sarvakarmāṇi manasā samnyasyāste sukhaṁ vaśī |

Navadvāre pure dehī naiva kurvan na kāraṇaḥ || 13 ||

The seeker who has conquered his senses mentally offers all actions to Īśvara. Such a seeker is liberated from thoughts such as “I act, or I impel others to act.” He dwells happily in the city of nine gates which is his gross body.

Искатель, покоривший свои чувства, мысленно предлагает все действия Ишваре. Такой искатель освобождается от мыслей, как "я действую, или я побуждаю других действовать". Он счастливо живет в городе девяти ворот, который является его физическим телом.

5.13. Мысленно отрешившись от всех действий, счастливо пребывает обуздавший себя воплощенный в девятивратном городе, не совершая действий и не побуждая к действию.

Продолжается описание Карма Йога.

Sarvakarmāṇi manasā samnyasyāste – жертвует все свои действия.
sukhaṁ - живет счастливо

vaśī – победивший все свои чувства, опять речь о Шама и Даме.

Когда человек привязан к чувствам, уму, интеллекту и т.д., они управляют им, но когда он отказывается от привязанности к ним, они остаются под его контролем. Такой Карма Йог называется "Ваши".

Похожая мысль была в 5 шлоке главы 3:

3.5. Воистину никто даже миг не может пребыть в бездействии. Гуны, рожденные природой, заставляют каждого невольно действовать.

Мы говорили в восьмеричной Пракрити, природе. (3 Гуны + 5 Великих Элементов). Мы все «сделаны» из восьмеричной Пракрити, ничто из того, что мы совершаем, делаем, не есть Я. Тело состоит из 5 Элементов и трех Гун. Ассоциируя себя с телом, я становлюсь зависимой от Пракрити, пяти Элементов. Все вокруг: земля, море, горы, дом, мое тело – все создано из пяти Элементов. Я связываю себя с Пракрити, становлюсь зависимой и уже не в состоянии контролировать себя. Что-то случилось с одним из Элементов – мое тело нарушилось.

Карма Йоги думают, что все есть природа, это не «мое» тело. Карма Йог говорит, что он не тело, не Гуны, Я есть нечто отдельное от природы. Я никак не связан с телом. Такая мысль всегда присутствует в нем.

Почему же тогда есть тело? – тело – это инструмент, данный мне. Я живу в теле, «город с девятью воротами». В каждом городе есть администрация, разные службы. Так и в теле есть разные службы, тело – город, данный нам Богом. Тело имеет все необходимое, Бог дал нам все возможности.

Девять ворот

- Глаза
- Уши
- Ноздри
- Рот
- Два внизу

Рамдас Свами говорит, что наше тело самый совершенный инструмент в мире. Аналогия с городом: если пожар, его заливают водой. Обожглись – тоже льем воду.

Карма Йог чувствует, что Он просто находится в данном ему теле.

Есть концепция о пяти домах, в которых живет Джива.

1. Совершенно заблуждающийся человек знает только одно: я тело. Ни о чем другом такой человек не способен даже подумать. Начав изучать философию, мы постепенно понимаем, что я Джива, который живет в теле, тело дано мне временно. Тело не вечно, когда-то его нужно покинуть. Тело всего лишь инструмент, данный мне. Я, Джива, использую инструмент для того, чтобы видеть, ходить, т.п. Очевидно, что инструмент и его владелец не одно и то же. Такой должен быть мысленный процесс, не должно быть сильной привязанности к телу.
2. Другой дом – дом, сделанный из кирпичей, дерева, т.п. Он тоже не вечен. Кажется, что я хозяйка этого дома, дом существует дольше, чем тело. Однако и этот дом однажды придется покинуть или он может разрушиться. В этом доме рядом со мной живут еще разные насекомые, мыши, т.п. Мыши тоже думают, что это их дом.
3. Дом построен на земле. Земля третий дом Дживы. Но и земля не вечна, когда-то она может разрушиться. Может случиться наводнение, т.п.
4. Участок, где стоит мой дом, находится на Земле, части вселенной. Вселенная тоже мой дом. Святые чувствуют, что их дом вселенная. Они чувствуют, что они не ограничены такой мелкой вещью, как тело. Они чувствуют, что они пронизывают вселенную. Вселенная тоже когда-то разрушится, все имеет конец.
5. Но вне вселенной и домов, находится Брахман, Основа вселенной, Адхиштана. Дом для Сат Чит Ананда, Принцип. Кришна говорит в Гите, что попав однажды туда, ты не захочешь и не тебе не нужно возвращаться. В этом доме вечный мир.

Если я в этом теле, я не могу быть в другом. Если я в этом доме, я не могу быть в другом. В доме Сат Чит Ананда я могу быть всегда. Это моя Сварупа. Такой мысленный процесс, чтобы постепенно развить непривязанность к другим домам, помнить о том, что Я есть Брахман.

В чем отличие нас от Карма Йога? – Карма Йог постоянно помнит, что тело только инструмент и он думает, что он не действует сам и не вынуждает других к действию.

Действия бывают двух типов:

- Я делаю что-то сама
- Кто-то делает за меня, но это как-бы я делаю.

Пример: мать кормит младенца сама

Младенец подрос, появился второй. Старший кормит младшего, но косвенно мать может думать, что она кормит детей. Карма Йог всегда думает, что он просто живет в теле, а не работает сам, не получает дело сделанным кем-то другим, т.к. он верит, что он есть Брахман.

Лекция 7, шлока 14-16

Повторение:

Шлока 12: Искатель Кармайог жертвует плоды своих действий Брахману и тем самым обретает высший покой (Пара Шанти). Однако тот, кто не является Карма йогом, попадает в узы из-за привязанности к действиям и плодам.

Четыре вида плодов действий:

- Дришти Карма Пхала – видимый плод действия - я совершаю действие и получаю немедленно результат. Например, я голодная, поела и тут же результат – наелась.
- Адришти Карма Пхала – невидимый плод действия - я совершаю действие, но результат пока не получен, может быть он созреет в следующем рождении или в этом, но не прямо сейчас.
- Прабдха Карма Пхала — Полученные как плод прошлых действий - Часть плодов предыдущих действий созрела и я получила результат в этой жизни. Эти результаты дают в совокупности Праабдху и определяют мою нынешнюю ситуацию, мое тело, семью, т.п.

- Апрабдха Карма Пхала – Неполученные плоды, которые еще предстоит пожинать в будущем - созревшая часть Прарабдхи, которая пришла в эту жизнь, но я пока еще не пережила данные плоды, это то, что произойдет со мной в будущем. Например, я должна выиграть в лотерею, я и выиграю, хоть я и не покупаю лотерейные билеты. Но пока что это еще Апрабдха Карма Пхала

В эти четыре вида укладываются все возможные ситуации, которые нас радуют, огорчают, дают или лишают надежды, с которыми мы не можем смириться и принять. Др. Кака говорит, что нормально, когда есть всплеск, мы живые люди. Но всплеск не должен перерасти в цунами.

Вывод из шлоки: Карма Саньяси всегда находится в состоянии счастья, т.к. он непривязан ни к чему. Стоит задуматься об этом. Счастье зависит от непривязанности.

Шлока 13: Искатель, покоривший свои чувства, мысленно предлагает все действия Ишваре. Такой искатель освобождается от мыслей, как "я действую, или я побуждаю других действовать". Он счастливо живет в городе девяти ворот, который является его физическим телом.

Мы все «сделаны» из восьмеричной Пракрити, ничто из того, что мы совершаем, делаем, не есть Я. Тело состоит из 5 Элементов и трех Гун. Ассоциируя себя с телом, я становлюсь зависимой от Пракрити, пяти Элементов. Все вокруг: земля, море, горы, дом, мое тело – все создано из пяти Элементов. Я связываю себя с Пракрити, становлюсь зависимой и уже не в состоянии контролировать себя. Что-то случилось с одним из Элементов – мое тело нарушилось.

«Искатель, покоривший свои чувства, мысленно предлагает все действия Ишваре»

Что значит отдать действия Богу?

- После окончания действия повторить Имя
- Не возвращаться в мыслях к нему после окончания
- Принять спокойно любой результат

Карма Йоги думают, что все есть природа, это не «мое» тело. Карма Йог говорит, что он не тело, не Гуны, Я есть нечто отдельное от природы. Я никак не связан с телом. Такая мысль всегда присутствует в нем. С таким ходом мыслей легко покорить чувства – все взаимосвязано.

Шлока 14

*Na kartṛtvaṃ na karmāṇi lokasya sṛjati prabhuḥ |
Na karmaphalasaṅyogaṃ svabhāvas tu pravartate || 14 ||*

Ātman, Supreme God, does not induce the feeling of doership in the Jiva nor impels him to actions nor grants the fruits for actions. It is Prakṛti (Nature) that does all of this.

Ātman, Верховный Бог, не возбуждает в Дживе чувства исполняющего, не побуждает его к действиям и не дает плодов за действия. Все это делает Природа (Prakṛti).

5.14. Господь не совершает действий, не побуждает людей действовать и не создает связи с плодами деяний. Все это делает природа.

prabhuḥ - Бог. Здесь Атман называют Высшим Богом.
В шлоке говорится о Боге и природе или Брахмане и Майе.

Атман не говорит Дживе: «делай то или делай это». Всегда нужно включать Вивек! «Делай то и делай это» - Ишвара.
Др. Кака говорит, что Ишвара осуществляет действия с помощью Своей силы Майи систематическим, организованным образом.

Откуда появляется мотивация к действию? — она приходит от желаний и Васан. Васаны живут в интеллекте, Буддхи. И желания, и интеллект относятся к Джада, неживой материи, у них нет сознания. Кто активирует их? — Чидабхаса. При наличии Чидабхасы Васаны мотивируют Дживу совершать действия. Будь то желания, или Васаны, или Джива — у всего есть только одна основа, Адхиштана, и это Атман. Атман не совершает действий сам и не поручает кому-то совершить для Него действие. Он не заинтересован ни в чем.

Что значит, «интеллект относится к Джада, неживой материи»?
Я чувствую, что интеллект живой, как он может быть неодушевленным? Я живая и интеллект — это я. Пример с тем, как после комы человек не узнает себя в зеркале. Осталось тело, осталось чувство «я», но стала совершенно другая личность. Это и хотят сказать, что сам по себе интеллект не работает, чтобы его активировать, нужна Чидабхаса. А Чидабхаса — это отражение от Чит, от Атмана. Что же тогда Я? Я есть Атман, а все остальное не более, чем картинки кино на экране.

Желания имеют интерес быть исполненными. Желания связаны с интеллектом. Кажется странной фраза «желания имеют интерес быть исполненными», как будто у желаний есть сознание. Но именно так мы и чувствуем. Когда появляется желание, часто трудно его остановить.

Желания связаны с интеллектом и рулят им в свою сторону, никуда интеллекту от них не деться.

И вот этот Атман, который никак не связан ни с какими действиями, есть Я. Я есть Атман. Если я твердо верю в то, что Я Атман, то как Я могу быть привязана к результатам, если Я точно знаю, что Я не делаю ничего. Такой один из способов развивать в себе непривязанность к действиям. Такое размышление относится к Гняна Йоге. Результат размышления – мысль «Я есть Атман».

Путь Бхакти: я отдаю все результаты Богу. Каждое действие можно отдавать Богу, как будто я каждый раз кладу цветок к Его ногам. Тогда у меня не будет привязанности к плодам.

Путь выбирается из личных наклонностей, результат получается одинаковый: я не исполнитель и не привязан к плодам. Опять нам напоминают, что я не исполнитель и о том, чтобы не привязываться к действиям, вместо этого думай о том, что я Атман. Нам постоянно пытаются объяснить важность самых первых качеств, которые необходимы в духовности: Вивек и Вайрагья.

Если Атман не мотивирует к действиям, то и Пунья тоже не для Атмана. Так же, как и грех за невыполнение действия или за плохое действие тоже не относится к Атману. Получается как математическом уравнении: Я не делаю ничего – грехи и хорошие поступки не для меня – зачем мне тогда привязываться к результатам.

Тот, кто вне Папа и Пунья, тот достиг Атман, достиг Просветление. Тот, кто вне Папа и Пунья знает только счастье.

Na karmaphalasaṅyogaṁ svabhāvas tu pravartate –кто делает все? – Восьмеричная природа (5 Великих Элементов + 3 Гуны), она же Майя.

Твердая убежденность в том, что я не исполнитель, убежденность в том, что само действие и его результат – все относится к Дживе. Но Джива является Пракрити, Майя. Атман свободен от всего этого. Я есть Атман – таков смысл Шлоки. Вивек!

Шлока 15

*Nādatte kasyacit pāpaṁ na caiva sukṛtaṁ vibhuhḥ |
Ajñānenāvṛtaṁ jñānaṁ tena muhyanti jantavaḥ || 15 ||*

All-pervading Brahman does not impel anyone towards merits or sins. Self-Knowledge is veiled by ignorance, and hence all Jivas are deluded.

Всепронизывающий Брахман не побуждает никого ни к совершению хороших дел, ни к совершению грехов. Знание своего Я покрыто пеленой невежества, и поэтому все Дживы находятся в заблуждении.

5.15. Вездесущий Господь не принимает чьи-либо грехи или праведные поступки. Знание окутано неведением, из-за этого существа введены в заблуждение.

Продолжается тема предыдущей.

Nādatte – не принимать

sukṛtaṃ - хорошее действие

Атман не принимает на Себя ни благородные действия, ни грехи.

Ajñānenāvṛtaṃ - нужно уйти от заблуждения. «Какое заблуждение?» —мы считаем себя телом - все покрыто невежеством.

tena muhyanti jantavaḥ - все Дживы находятся в этом заблуждении, введены в заблуждение Майей и поэтому не знают Атман.

«Господь не принимает чьи-либо грехи или праведные поступки»

Как понимать, что Атман не принимает чьи либо грехи? - Например, мне встречается плохой человек, я реагирую отрицательно на него, говорю о нем плохо. Прямо противоположны мои реакции, если мне встречается хороший человек, святой. Мои реакции положительны. Я хорошо о нем отзываюсь, рада быть с ним.

Наши реакции означают, что мы приняли поведение человека. Мы приняли, что поведение было плохим и реагируем, или приняли, что поведение было хорошим и тоже реагируем. Из-за того, что я принимаю хорошие и плохие действия, вся моя жизнь превращается в игру действий и реакций на них.

Например, встречаем плохо одетого человека и тут же: посмотрите, нет никакого чувства, как прилично одеться. Пришли в храм и опять: посмотрите, как неприлично оделась, а еще в храм пришла. Каждый раз, когда у меня возникает реакция, означает, что я приняла такое неправильное действие.

Что плохого в том, что я принимаю чужие Папа и Пунья? – возникает стресс у меня. Так реагирует Джива, Атман не реагирует. Он просто не принимает ничьих действий, будь то добродетель или грех. Атман есть Адхиштана, на которой все происходит. Атман не привязан, изолирован от всего. Однако, без Атмана ничто не произойдет.

Пример тому: свет солнца. Вору нужен свет, чтобы воровать. Хорошему человека нужен свет, чтобы помочь кому-то. Представим, что нет никакого света, темнота. Тогда никакие действия невозможны.

Хотя все происходит в свете солнца, солнце не привязано ни к чему. Солнце не делает ничего. Все действия происходят в свете Атмана. Свет Атмана не такой, как свет солнца, он внутренний. Все действия происходят во внутреннем свете.

Ади Шанкарачарья написал интересный комментарий к этой шлоке. Он представил себе разные вопросы, которые могут возникнуть у людей относительно нее: если Атман не принимает ничью Папа и Пунья, то Он не участвует ни в чьей жизни, не вмешивается. Однако великие преданные Бога, как, например, Прахлада, были спасены Богом в трудную минуту. Как это понимать? – Атман есть Адхиштана, а управление исходит от Ишвары.

Милость Ишвары направлена на всех. И грешники и добродетельные люди получают одинаковую милость. Как это понять? – под управлением Ишвары все получают пищу. Пищу получают комары и слоны. Пищу получали Рама и Рамана, Арджуна и Дурьйодхан. Всем есть вода и воздух. Ишвара обеспечивает необходимым для жизни всех. Однако, нам кажется, что кто-то получает больше, а кто-то меньше. Все зависит от точки зрения конкретного человека. Все несправедливости происходят в уме. Различие только в точке зрения и оценке, Ишвара дает милость всем.

«Знание окутано неведением»

jñānam tena muhyanti jantavaḥ - почему мы не способны это видеть? – Знание скрыто от нас. Мы все в невежестве. Атман есть Акорта, не деятель во все времена: настоящее, прошлое, будущее. Прямо сейчас мы уверены, что я все делаю, получается, что я – исполнитель. Знание откроется, когда мы увидим, что Атман не делает ничего. Как же убрать покрывало? Все зависит от нашей способности практиковать Вивек. Вивек открывает это Знание. Знание присутствует всегда, прямо сейчас оно здесь. Знание не нуждается в том, чтобы прийти извне. Нужно только удалить покрывало. Похоже, как свет солнца есть, но только сейчас закрыт тучами. Тучи

уходят и солнце сияет. Так невежество в форме убежденности, что я есть тело и мир реальный скрывает Знание.

Аналогия – если иммунитет слабый, то велик шанс получить инфекцию. Если я думаю, что я тело, мир реальный, то значит Вивек ослаб. Выход? – развивать Вивек. Как? – нужен правильный настрой мыслей. В этом и проблема. Мы дожили до старости и привыкли к определенному ходу мыслей. А теперь нужно учиться их изменять. Мангеш говорит: «ты думаешь, что можно все оставить так, как было и достичь Бога? Так не получится.»

В этом отличие Самсары и Парамартха. Как мы решаем проблемы в Самсаре? – подручными средствами, наукой, т.п. Если мне холодно, нужно одеться. У нас есть дома, одежда, разные приспособления. В духовности ничто из этого не поможет. Но если изменить ход мыслей, то все поменяется. Ситуация не изменится, если холодно, то холодно и будет дальше. Но изменится мое отношение к холоду. Духовность учит нас, как изменить ход мыслей. Это приведет к изменению в каждом переживании. В духовности нет хороших и плохих, нежелательных ситуаций, есть просто ситуации.

История про то, как лошадь приучали есть сухую траву, одев на ее зеленые очки.

Так Парамартха учит нас изменить точку зрения. Какие нам нужны очки? – Очки Вивек.

Выводы из шлоки: Мы обсудили Атман, который не принимает ни грехи ни хорошие поступки. Для реализации того, что Я есть Атман, нужно изменить мысли. Нужно постоянная мысль «Я есть Атман». Когда Я стану Всепронизывающим Брахманам, исчезнут мои реакции. Хорошо приучить себя смотреть на происходящее с высоты птичьего полета. Сразу все углы сглаживаются, нет большой разницы.

Другая проблема: я все время что-то делаю и при этом думаю, что я исполнитель дел. До каких пор будет у меня это чувство? -пока я думаю, что я совершаю действия. До каких пор мне нужно что-то делать? – пока я думаю, что мне что-то нужно. Мы останавливаемся в действии, когда желание удовлетворено. Проблема в том, что желания никогда не насыщаются. Всегда что-то нужно или хочется. Поэтому мы продолжаем совершать действия. И тут же чувство, что я это делаю.

Например, миллионер не пойдет искать себе работу. Ищет работу тот, кому нужны деньги. Так и с другими делами, необходимость в них заканчивается, когда заканчивается необходимость в их плодах. Тогда же закончатся и Папа-Пунья. Прекращение действий здесь имеется в виду на мирском и духовном уровнях.

Когда мы говорим о желаниях и необходимостях, имеем в виду внутреннее состояние. Если у меня нет чувства, что мне что-то нужно, то я не буду делать работу для себя. Конечно, все обязанности, дела остаются, но внутренне я свободна, нет никаких у меня дел. В душе я убеждена, что я не являюсь исполнителем. Чувство, что я не исполнитель приходит тогда, когда уходят все желания. Тогда же уходит уверенность, что я есть тело.

Шлока 16

*Jñānena tu tad ajñānaṁ yeṣāṁ nāśitam ātmanaḥ ।
Teṣāṁ ādityavaj jñānaṁ prakāśayati tat param ॥ 16 ॥*

But for those whose ignorance is destroyed by the Knowledge of Ātman, Knowledge illumines their minds just like the sunlight.

Но для тех, чье невежество уничтожено Знанием Атмана, Знание освещает их ум подобно солнечному свету.

5.16. Но для тех, кто неведение уничтожил самопознанием, знание, как солнце, откроет Всевышнего.

Здесь говорится о базовой концепции – Знание присутствует всегда. Пример с контейнерами в темной комнате, в одном лежат часы, в другом лампа. Чтобы увидеть часы нужен свет, лампа видна сама по себе.

Невежество можно удалить только знанием. Знание присутствует постоянно, но оно закрыто от нас, как облака закрывают солнце и кажется, будто солнца нет.

Здесь говорится о Карма Саньяси, Знание освещает его изнутри. Для нас это пока Садхана – наша задача удалить покрывало, закрывающее от нас Знание. Первое, что для этого необходимо, непрерывно практиковать Вивек. Вивек должен присутствовать постоянно. О чем здесь речь, что нужно пытаться постоянно помнить о различать? -чувство "я" и "мое" претерпевают изменения, в то время как "Я" остается неизменным. Это и есть знание, или различение.

Рамдас Свами приводит такой диалог между искателем и его Гуру:
Гуру: все, что есть в мире преходящее, непостоянное, отдай мне.

Что мы даем нашему Гуру? – сладости, шоколад.

Что хочет от нас наш Гуру:

- полностью простереться перед ним – все, что у меня есть только Твое.
- Нужно отдать ему мои привязанности.

Первая привязанность – я чувствую себя телом. Достаточно мне сделать комплимент, я уже рада. Это указывает на мою привязанность к телу. Разве имеет значение, на сколько лет я выгляжу, если я не тело. Тело уйдет, когда настанет время. Нужен Вивек!

Это не значит, что тело заболело и я не занимаюсь им. Очень простая логика: в Ведах описана Аюрведа. Если бы Господь не хотел, чтобы мы заботились о теле, Он бы не создал Аюрведу.

Бывает ситуация, что невозможно совершать Садхану, т.к. кто-то заболел и нужен уход за ним. Тогда Кришна говорит, что Тот же Бог, что и в Гите, находится в наших близких. Думай об Атмане, заботься о близких. Опять применяй Вивек. Тут прямая зависимость: чем лучше работает Вивек, тем больше уходит покрывало Майи.

Покрывало уходит медленно и постепенно. Др. Кака говорит что это не событие, раз и покрывала нет, это процесс. «Покрывало ушло» означает Самореализацию. Важно понимать, что мы не получаем Знание откуда-то извне.

Само Просветление случается, как вспышка. Мы не помним ее саму, но она меняет всю жизнь, по словам Джотсны не остается больше ни вопросов ни сомнений. А вот подготовка к Самореализации происходит постепенно. После того, как случилась «вспышка», она уходит и не в нашей власти вернуть ее по нашему желанию. Для Др. Каки Атман доступен всегда. Путь к такому устойчивому Атману опять процесс постепенный. В конце концов Просветленное состояние становится моей истинной сущностью.

Постепенный процесс подготовки – Вспышка, после которой не остается вопросов – постепенный процесс к устойчивому «состоянию Атмана».

Для удаления покрывала невежества необходимо постоянно размышлять, созерцать, действия тут не помогают. Мангеш говорит, что самый

последний шаг Господь приберег для Себя. А то мы еще потом скажем, что это я достиг Бога!

Мы все устроены одинаково, если появляется время, нужно чем-то заняться. С раннего детства мы пытаемся занять делом детей. Появилось время – нужно еще занятие. Сидеть без дела кажется тратой времени. Духовность же говорит, что нужно сидеть спокойно и размышлять. Нам легче что-то читать, писать, слушать, а сидеть и размышлять сложно. Мы продолжаем делать и делать. Все лекции и чтение Писаний имеют свои ограничения. Важно размышление! Иначе невозможно изменить жизнь. Нет толку от чтения, если не размышлять о прочитанном и не применять в жизни. Все равно, что купить лекарство и положить его на стол.

Тукарам Махарадж говорит, что где бы ты ни был, в кругу семьи или еще где, фокус должен быть на Атмане. Помни постоянно Бога с огромной любовью, зови Его. Не нужно никуда уходить, ни в лес, ни горы, Бог Сам придет к тебе.

Нам кажется, что нужно пойти в храм и лучше в тот, который дальше, кажется, что в дальнем храме Бог важнее. Ничего это не дает. Куда ни ходи, это не принесет счастья. Важнее сидеть и размышлять. Единственное, что нам нужно знать, кто есть Я. Остальное не имеет значения. Знанием Я решаются проблемы в самом их корне. Остается Ананда. Об этом говорит шлока.

Лекция 8, шлока 17

Повторение:

5.14. Господь не совершает действий, не побуждает людей действовать и не создает связи с плодами деяний. Все это делает природа.

Атман не говорит Дживе: «делай то или делай это». Всегда нужно включать Вивек! «Делай то и делай это» - Ишвара.

Др. Кака говорит, что Ишвара осуществляет действия с помощью Своей силы Майи систематическим, организованным образом.

5.15. Вездесущий Господь не принимает чьи-либо грехи или праведные поступки. Знание окутано неведением, из-за этого существа введены в заблуждение.

Что значит, что я принимаю чужие грехи и хорошие поступки, что плохого в том плохого? Это значит, что я реагирую, обращаю внимание на чужие хорошие и плохие поступки, поведение— возникает стресс у меня. Так реагирует Джива, Атман не реагирует. Он просто не принимает ничьих действий, будь то добродетель или грех. Атман есть Адхиштана, на которой все происходит. Атман не привязан, изолирован от всего. Однако, без Атмана ничто не произойдет.

Каждый раз, когда меня кто-то раздражает своим поведением или восхищает так, что хочется об этом рассказать другим и я кручу такие мысли в голове, нужно их отловить и выбросить – это значит, что я приняла чужое хорошее или плохое действие. Если я хочу найти Атман, то нужно начинать быть похожей на Него в мелочах. Для нас это Садхана.

«Знание окутано невежеством»

jñānaṁ tena muhyanti jantavaḥ - почему мы не способны это видеть? – Знание скрыто от нас. Мы все в невежестве. Атман есть Акорта, не деятель во все времена: настоящее, прошлое, будущее. Прямо сейчас мы уверены, что я все делаю, получается, что я – исполнитель. Знание откроется, когда мы увидим, что Атман не делает ничего. Как же убрать покрывало? Все зависит от нашей способности практиковать Вивек. Вивек открывает это Знание. Знание присутствует всегда, прямо сейчас оно здесь. Знание не нуждается в том, чтобы прийти извне. Нужно только удалить покрывало. Похоже, как свет солнца есть, но только сейчас закрыт тучами. Тучи уходят и солнце сияет. Так невежество в форме убежденности, что я есть тело и мир реальный скрывает Знание.

5.16. Но для тех, кто невежество уничтожил самопознанием, знание, как солнце, открывает Всевышнего.

Здесь говорится о базовой концепции – Знание присутствует всегда. Пример с контейнерами в темной комнате, в одном лежат часы, в другом лампа. Чтобы увидеть часы нужен свет, лампа видна сама по себе.

Невежество можно удалить только знанием. Знание присутствует постоянно, но оно закрыто от нас, как облака закрывают солнце и кажется, будто солнца нет.

Само Просветление случается, как вспышка. Мы не помним ее саму, но она меняет всю жизнь, по словам Джотсны не остается больше ни вопросов ни сомнений. А вот подготовка к Самореализации происходит постепенно. После того, как случилась «вспышка», она уходит и не в нашей власти вернуть ее по нашему желанию. Для Др. Каки Атман доступен всегда. Путь к такому устойчивому Атману опять процесс

постепенный. В конце концов Просветленное состояние становится моей истинной сущностью.

В следующей шлоке Господь объясняет, как достичь состояния, из которого нет возврата.

Шлока 17:

Tadbuddhayas tadātmānas tanniṣṭhās tatparāyaṇāḥ |
Gacchanty apunarāvṛttiṃ jñānanirdhūtakalmaṣāḥ || 17 ||

For the seekers who constantly abide in Ātman by focusing their mind, intellect, and faith on Ātman, their sins are completely wiped out, and they are freed from the cycle of birth and death.

У искателей, которые постоянно пребывают в Атмане, сосредоточив на нем свой ум, интеллект и веру, грехи полностью стираются, и они освобождаются от круговорота рождения и смерти.

5.17. Те, кто устремили разум, сущность, преданность ко Всевышнему и избрали Его высшей целью, идут к освобождению, зная очистив грехи.

К Богу можно прийти двумя путями:

- Путем Знания, который состоит в отречении от нереального посредством дискриминации
- Путем Бхакти, благодаря страстной жажде Реального

Нереальное, т.е. мирское, к чему мы привыкли, может быть достигнуто только через действия, а не через сильную жажду. То, как возможно достижение Бога благодаря силе жажды, объясняется в этой шлоке.

Разберем каждое слово в ней.

Tadbuddhayas – те, чей интеллект думает только об Атмане. В Антахкаране имеются Манас, Читта, Буддхи и Аханкар. Буддхи постоянно сосредоточен на Атмане.

Tadātmānas – Читта или Манас держатся только за Атман.

tatparāyaṇāḥ - *parāyaṇāḥ* - предается только Ему, стал един с Ним.

Gacchanty apunarāvṛttiṃ -

punarāvṛttiṃ - буквально означает «ревизия», повторение одного и того же действия снова и снова. Что здесь повторяется снова и снова: уходить и возвращаться. Имеется в виду рождение и смерть.

Gacchanty apunarāvṛttiṃ - тот человек, интеллект которого размышляет только об Атмане, Манас держится только за Атман, кто полностью предается и

становится Един с Атманом, для него прекращается цикл рождения и смерти.

dhūtakalmaṣāḥ - полностью освобождается от грехов.

Таким образом, шлока говорит о характеристиках Просветленного человека. Мы уже говорили о том, что характеристики Просветленного являются для нас Садханой. Какие характеристики упоминаются в шлоке:

- Буддхи направлен на Атман
- Читта направлена на Атман
- Манас направлен на Атман
- Предается только Атману

В шлоке 15: **Вездесущий Господь не принимает чьи-либо грехи или праведные поступки. Знание окутано неведением, из-за этого существа введены в заблуждение.**

Мы говорили о невежественном человеке, почему он невежественный – Знание скрыто от него.

В шлоке 16 Кришна говорит: **Но для тех, кто неведение уничтожил самопознанием, знание, как солнце, откроет Всевышнего.**

Сравнивается с Солнцем, которое скрыто тучами. Когда облака уходят одно за другим, Солнце сияет ярко. Так же и Брахман сияет всегда, всегда присутствует.

В шлоке 17 говорится о том, кому Знание открыто. Характеристики такого человека перечислены в шлоке.

Итак, характеристики:

- Интеллект размышляет постоянно об Атмане
- Ум постоянно держится только за Атман
- Полностью предался Атману.

Кажется, что все это очень сложно, смогу ли я когда-то достигнуть такое состояние? Поэтому говорится всегда о Тапасе, который нужно совершать 12 лет, 12 лет совершать Садхану. После 12 лет Садханы мы сможем увидеть некоторые результаты. Должно быть постоянство и настойчивость, тогда возможно получить результат.

Tadbuddhayas – интеллект. Интеллект отвечает за принятие решений. У Просветленного интеллект принял только одно решение: «Я есть Атман». Я есть Сат Чит Ананда, это моя Истинная Природа. Человек абсолютно

убежден в этом. Не так, что завтра я расстроюсь или разозлюсь и это решение уйдет. Что бы ни случилось, я всегда убеждена в этом.

Легко сказать, да трудно практиковать. Ударил руку и она болит. Вспомню я в такой момент, что Я есть Атман? Вспомню, что я не тело? Поэтому особая важность придается тому, что что бы ни случилось, помнить о том, что Я есть Атман.

Знание Атмана невозможно органами чувств. Если мы что-то видим или слышим, то просто убедить себя в том, что так оно и есть. Знание Атмана исключительно тонкое, поэтому так сложно убедить себя. Тем не менее, Гита постоянно говорит о том, что хотя и трудно, нужно превзойти все сомнения и подозрения. Кришна говорит, что если есть сомнения, то очень трудно принимать решение. Сомнения и неуверенность очень типичны для человека. Мы подозрительны не только в духовности, но и в обычной жизни. Даже там, где мы в состоянии потрогать, понюхать, посмотреть, все равно остаются сомнения и подозрительность.

Конечно, могут быть сомнения в духовности. Но в качестве искателя, мы обязаны слушать, рассуждать, размышлять. Размышление приводит к тому, что сомнения уйдут.

Таким образом, необходимо сильное убеждение в том, что Я есть Атман. Такое убеждение не придет за один день, нужно прикладывать усилия, постоянно убеждать себя. Сначала это может показаться весьма искусственным, навязывание себе какой-то идеи, которую невозможно подтвердить своим опытом. Тем не менее, нужно продолжать убеждать себя.

Мой пример, как постоянно все решения пытаться сводить к тому, что Я есть Атман.

Tadātmānas – Читта или Манас держатся только за Атман.

Рамдас Свами так говорит: Просыпаясь, думай первым делом о Господе Рама. Держись только мысли о Рама. Сначала можно думать об изображении Рама, постепенно переходить к рассуждению о том, что является Его Природой, какой Принцип стоит за изображением? Что значит для нас Господь Рама?

Такой совет дает Рамдас Свами. А что делаем мы, просыпаясь? Держимся ли мы за мысль о Рама проснувшись? Нужно развивать в себе правильные, хорошие привычки, чтобы проснувшись первым делом, например, вспоминать о Боге. Что бы ни случилось, где бы я ни была, должна

автоматически появляться первой мыслью о Боге и должно начаться размышление о Нем. Мы просыпаемся и даже вспоминаем о Раме, начинаем повторять Его Имя, повторяем некоторое время и потом не вспоминаем целый день. Так дело не пойдет, нужно держаться за мысль о Боге постоянно. Процесс должен быть непрерывным, как музыка на заднем плане, она должна постоянно звучать. Анусадхана!

tanniṣṭhās - *niṣṭhās* означает «твердая приверженность или решимость; преданность, которая не колеблется ни на минуту». Здесь Кришна говорит о том, что преданность должна быть только к Богу и ни к чему иному. Одно дело, что я постоянно думаю о Боге, другое – я не думаю ни о чем другом. Я не придаю никакого значения ничему другому в мирской жизни. Здесь идея эксклюзивности. Только мой Бог, только мой Кришна. Я ищу прибежище только в Нем и ни в чем другом в мире.

Есть шлока в Нарада Бхакти Сутрах: откажись от всех других прибежищ. Ищи прибежище исключительно в Боге.

Итак, «твердая приверженность или решимость; преданность, которая не колеблется ни на минуту» относительно Бога и только Его. «Приверженность» можно понимать, как «искать прибежище».

У нас так не получается. Пока мы маленькие, мы ищем прибежище у родителей, преданны им. Потом появляются друзья, любимый человек, муж, дети, счет в банке. Есть столько важных вещей в жизни, в них мы ищем прибежище, мы им привержены, преданны, любим их. Как же тогда быть с *tanniṣṭhās*, исключительной преданностью к Богу. Хотя мы и употребляем слово «Бог», имеется в виду Брахман, а не Бог с определенной формой.

Сначала мы думаем о форме, о Кришне или Раме. Постепенно развивается *tanniṣṭhās*, развивается понятие о Боге. Все Писания, Гуру, святые – все указывают только на Брахман.

То же справедливо и относительно Гуру. Мы можем иметь сейчас Гуру в определенном теле, но тело не вечно и мы когда-то окажемся без Гуру в определенной форме. Но Принцип присутствует всегда. Когда мы говорим о Гуру, мы не имеем в виду конкретное тело, а всегда подразумевается Гуру Татва. Санскритское слово «Татва» означает «сущность». Гуру Татва неизменна и необходима преданность ей. Когда-то нашего Каки не станет в форме тела. Но Его Татва будет продолжать вести нас до конца жизни и в этом теле и позаботится о том, чтобы мы нашли Гуру и в следующей.

tatparāyaṇāḥ - *parāyaṇāḥ* - предается только Ему, стал един с Ним.

parāyaṇāḥ имеет два значения:

- движение в нужном нам направлении.
- Движение в исключительном направлении

Какое самое важное направление в человеческой жизни? – движение к Брахману. Это моя конечная цель и туда я должна двигаться в жизни.

Мы говорили о пяти домах: тело, дом, земля, т.п. *tatparāyaṇāḥ* - самый последний из них всех. Из этого дома не нужно возвращаться, это моя окончательная точка прибытия.

Итак, мой интеллект думает только о Брахмане, моя Читта держится только за Него, я ищу прибежище только в Нем, это моя конечная цель.

Что случается с человеком, кто полностью убежден в выше сказанном: *Gacchanty apunarāvṛttiṃ* - преодолевает цикл рождения и смерти.

После Просветления Дживамукти продолжает жить в своем теле. И хотя он живет в теле, у него есть полная убежденность в том, что «Я есть Атман». Он в состоянии испытать на себе Славу Атмана. В чем состоит Слава Атмана? – Просветленный испытывает мир, радость, счастье, которые не зависят ни от чего и ни от кого. Таково переживание Мокши в настоящей жизни.

Что значит выйти за пределы рождения и смерти? Хочу ли я действительно выйти из рождения и смерти? Что плохого в том, чтобы родиться еще? Жизнь не всегда только счастье, но все-таки она хороша. Можно получить еще рождение и помогать другим людям или сделать открытие в науке. Хорошие люди и ученые нужны. Все это правильно только до тех пор, пока мы считаем мир реальным. Пока мы считаем мир реальным, мы держимся за него, хотим научные открытия, достижения, блага для мира.

Духовность идет к самым корням мирских благ и достижений. Два главных ограничения, которые у нас есть – я есть тело и мир реален.

Кто-то из ученых сказал, что мир есть движущаяся масса частиц. Если так, то реален ли он? Упанишады и Гита повторяют нам снова и снова, что мир не реален. Если мир не реален, то не реальны рождение и смерть. Во всяком случае не так реальны, как мы их видим.

С точки зрения Веданты, если ты думаешь о новом рождении, то ты привязан к телу, к уму. Об этом же говорят и святые. Рамдас Свами

говорит: «Сколько раз ты хочешь быть рожден? И каждый раз ты обманут. Сколько раз ты хочешь быть обманутым?»

Мантра 3 Ишавасья: **Бессолнечны те миры и окутаны ослепляющей темнотой, в которые все те люди, убийцы собственных душ, идут, отправляясь отсюда.**

Те, кто живут в невежестве, убивают свою собственную душу. Когда люди забыли свою истинную природу и уверены, что они являются телом – это невежество. Упанишада называет их самоубийцами и Асурами. В Пуранах слово «Асуры» употребляется для монстров.

Другое значение мантры:

Слово «Асу» означает «тело». Те, кто привязан к телу есть Асур. Мы все такие Асуры, монстры. Мы все самоубийцы. Веданта говорит, что Асур тот, кто привязан к своему телу.

Что из этого следует: Веданта говорит: «Уменьши привязанность к телу». Мы уверены, что со смертью тела умру и я. Веданта пытается пошатнуть эту уверенность.

Мысль о том, что я нахожусь в колесе рождения и смерти рождает страх. Я боюсь смерти. Вся жизнь сопряжена со страхом, а страх – это страдания, несчастности. На пути духовности нет места страданиям. Др. Кака говорит, что нужно всегда быть в хорошем настроении, всегда быть в счастье.

Почему же мы чувствуем, что важно получить рождение? – Мы чувствуем, что тело реально и поэтому хотим, чтобы тело продолжало жить. Все это невежество. Я не тело. Даже если тело уйдет, Я не прекращу существования.

Свами Сарваприйянанда говорит, что только в одном можно быть уверенным на 100% в этой жизни – я точно умру. Все остальное возможно или нет.

Рамдас Свами говорит, что мы чувствуем, что это рождение реально, родственники реальны, я привязываюсь к ним. Но сколько было таких рождений раньше? Предыдущее рождение тоже казалось реальным. Сколько у тебя реальностей? Какие родители настоящие? Какие дети настоящие? Само это тело не принадлежит тебе. Если даже тело тебе не принадлежит, то что ты думаешь о других? Пойми это, наконец, и держись за Бога, который вечен, не исчезнет. Это есть Парамартха.

Вывод: наши мысли и привязанности рассеяны по стольким разным направлениям. Их нужно собрать, направить только на одно, на Атман. Важна эксклюзивность!

Мы говорили, что *Gacchanty apunarāvṛttiṃ* - превзойти рождение и смерть. Начав размышлять об Атмане, однажды мы перестанем бояться смерти. Постепенно мы придем к уверенности, что Брахман Сатья, Джагат Миттья, Я есть Атман.

dhūtakalmaṣāḥ - грехи уйдут. Для того, кто познал Брахман, все грехи стираются. Система грехов и добродетелей справедлива только до тех пор, пока я чувствую себя телом. Осознав, что Я не тело, и мир иллюзия, вопрос о грехах и добродетелях отпадает. Мы уже говорили раньше об этом.

Это сложное путешествие: от ограниченности, что я есть тело до окончательной высшей цели «Я есть Атман». Врожденный инстинкт говорит, что я тело, мир реален.

Одна из мантр Катха Упанишады говорит: пробудись, поднимайся, получи Знание от мудрых. «Пробудись» означает пробудиться от сна невежества. Зачем нам Знание? Духовность можно сравнить с хождением по острию ножа. Нужен очень тонкий баланс, сильная концентрация, фокус для того, чтобы пройти по острию ножа. То же самое необходимо для получения Знания.

В обычной жизни внимание рассеяно в материальных вещах. Приводится аналогия с птицей, которая высоко летает, но ее мысли постоянно в гнезде с птенцами, она всегда думает о птенцах, где бы она ни летала. Мы, люди, думаем о многих разных вещах. Наша Читта растекается во все стороны. Даже во время лекции мы думаем о своем. Потом принимаем решение, что я буду думать только о лекции, и опять мысли ускользают. Что здесь важно: родившись в теле человека, я получила от Бога способность приобрести это тонкое Знание. Мы в состоянии очистить ум и в результате достичь окончательную цель. В мирской жизни мы готовы увлечься чем-то новым и познать что-то новое. Даже если трудно, мы готовы приложить все усилия. Подобным образом мы можем действовать и в духовности – приложить все возможные усилия, продвигаясь по пути. Нужно твердое намерение. Не так, что пока я в Мургуде, я решаю быть упорной, возвращаюсь и все забываю.

Др. Кака говорит, что мы все живем, как Карна. Карна – герой Махабхараты. Он был искусный воин, знал множество военных секретов и

был непобедим. Однако, в самый критический момент, когда Арджуна навел на него лук, и Карна собрался применить мощное оружие против Арджуны, он вдруг забыл волшебные слова, чтобы вызвать это оружие. В нужный момент мы забываем то, что важнее всего. Карна знал все и умел, но в самый важный момент забыл. Так и с нами. Об этом и шлока. Нужно жить с убеждением, что Я есть Атман, Читта привязана только к Атману, я ищу прибежище только в Нем. Если такая мысль есть всегда, то она никуда не денется в нужный момент. Важно помнить, что мы благословлены тем, что родились людьми и у нас есть способность реализовать Атман.

Лекция 9, шлока 18-19

Повторение:

Глава называется «Истинное отречение», говорится о монашестве. Не нужно нам уходить в монастырь, важно научиться стать монахом внутри. Много внимания в шлоках уделяется самым первым качествам, которые нам обязательно нужны: Вивек и Вайрагья.

Почему так важен Вивек? - Аналогия – если иммунитет слабый, то велик шанс получить инфекцию. Если я думаю, что я тело, мир реальный, то значит Вивек ослаб. Выход? – развивать Вивек. Как? – нужен правильный настрой мыслей. В этом и проблема. Мы дожили до старости и привыкли к определенному ходу мыслей. А теперь нужно учиться их изменять.

Мангеш говорит: «ты думаешь, что можно все оставить так, как было и достичь Бога? Так не получится.»

Вивек действует на уровне интеллекта. Недостаточно просто прочесть, что Я есть Атман, нужно всякий раз, когда принимается любое решение, стараться вспомнить, что Я есть Атман, тогда легче будет с непривязанностью, Вайрагья.

Почему нам постоянно говорят о непривязанности? – да потому, что она в нас сидит глубоко и не так просто от нее избавиться, однако именно привязанности приводят к всевозможным огорчениям.

В этой связи полезна классификация плодов действий, о которой мы уже говорили и говорили, как важна непривязанность к плодам действий.

Плоды действий разделяются на 4 различные категории:

1. Drushta = видимый, в настоящем. Я была голодная, поела и голод ушел. Это видимый плод действия, который виден прямо сейчас в настоящем. То же самое, например, уборка квартиры. Убрала – стало чисто.

2. Adrushta Invisible Present – плод действия не виден в настоящем, я совершила действие, но результат нужно ждать несколько дней или лет. Например, написала контрольную, а оценка будет через несколько дней. Посадила дерево, а яблоки вырастут только через несколько лет. Действие я могу совершить сегодня, а результат добавится в мою Санчит Карму и я получу его неизвестно когда. Все это Адришти, невидимый в настоящем результат.
3. Prapta = Visible from past – видимый результат из действия, совершенного в прошлом. Иногда это из этого рождения, иногда из предыдущих. Например, мое нынешнее рождение и мое нынешнее тело – результаты из предыдущих рождений. Почему у меня такой рост, такие волосы и такой нос? – все результат прошлых действий, которыми я пользуюсь (страдаю или радуюсь) сейчас.
4. Aprapta = invisible from past – невидимое из прошлого. Я родилась с определенной Праабдхой, прожила уже часть ее, но остальная Праабдха мне не известна. Но я точно получу эти плоды, которые мне положены согласно моей Праабдхе, без этого я не умру. Например, мне суждено получить 1000 000. Я не работаю и денег у меня нет, но я как-то случайно могу купить лотерейный билет и выиграть их. Или а возрасте 80 лет мне суждено сломать руку. Какая-то причина заставит меня пойти на улицу, поскользнуться и упасть или попасть в аварию или еще что, но рука сломается. Все это мне придется испытать, независимо от того, что и как я делаю, потому что я родилась с такой Праабдхой.

Когда Кришна говорит «оставь привязанность к плодам», за всей классификацией стоит определенная мысль. Например, Drushta. Я поела и голод ушел. Как избавиться от привязанности в этом примере? – отказаться от запросов. Я люблю только картошку и картошку только вареную. Жареную я не буду есть ни за что! И не хочу, что бы ты ее варила, я сделаю сама, иначе все будет не так, как я хочу. И так запросы во всем и по любому поводу. Не нужно здесь утрировать и терять здравый смысл. Конечно, нужно соблюдать определенные нормы и правила. Но чем меньше у меня запросов в будничной жизни, тем легче мне жить. Опять нам пример наш Кака. Хозяйки у него каждую неделю новые, каждая со своими прядками. Со всеми он соглашается, пока они там, потом они уезжают и все идет своим чередом.

A-Drushta – откажись от ожиданий, надежд. Не нужно питать надежды ни к чему. Я выйду на пенсию, буду жить красиво, поеду в кругосветное путешествие. Все надежны и ожидания, которых не следует иметь.

Prapta – я горжусь своей фигурой, своими детьми, своим домом. От всех гордостей нужно отказаться. Фигура может испортиться, дети пойдут не

туда, дом снесет наводнением. Все, чему суждено случиться, то случится, нельзя чувствовать привязанность ни к чему.

Aprapta – не стремись и не желай. Некоторое отличие от пункта 2. Надежда – это когда чего-то нет и надеешься получить. Здесь идет речь о том, что уже есть, но хочется больше или другой вариант того, что уже есть.

Нужно отказаться от всех этих желаний и стремлений. Все, что придет, случится, хорошее или плохое – все на мою пользу, все хорошо для меня, все задумал для меня Бог.

Нужно помнить про эту классификацию и в такой последовательности отказаться от привязанности к плодам. Подумать для себя, на каком пункте я больше завязла? Может оказаться, что в некотором я больше увязла, а другие пункты меня почти не затрагивают. У каждого своя специфика.

Теоретически все легко и понятно, но на практике часто бывает трудно справиться с ситуацией. Например, в одной из шлок говорилось о том, что бы «Видеть себя в других и других в себе» - легко сказать, да трудно практиковать.

Нужно внешне соблюдать все правила обычной жизни, но внутренне выработать в себе такую установку. Др. Кака советует размышлять на различных уровнях. У нас есть коллеги, друзья, члены семьи, другие искатели. Как пример рассуждения на различных уровнях Мукта рассматривает ситуацию с ужасным начальником, который всегда и во всем видит только мои ошибки. Невозможно с ним общаться, как же тогда видеть в нем себя и в себе его? Какой выход? Как размышлять? По сути все опять сводится к Прарабдхе, к одной из разновидностей предыдущей классификации –

- это не начальник делает меня сегодня несчастной, это я сама делаю себя сегодня такой. Это не мой сосед сделал меня сейчас счастливой, это я сама сделала себя счастливой. Это не кто-то другой, кто делает меня счастливой или несчастной, это все я сама.
- Дело не в начальнике, а в моей Прарабдхе. Можно попытаться найти выход из плохой ситуации, поменять работу, уволиться, т.п. Но интересно, что в момент конфликта начальник кажется таким ужасным и таким важным в моей жизни, но избавившись от него вдруг осознаешь, что он вообще не играет никакой роли в моей жизни. И тогда действительно становится очевидно, что это я сама создавала себе проблемы. Все это справедливо на работе и в семье и во всех различных отношениях.

Важно постараться рассуждать таким образом, потому что это сразу снимает напряжение во всей ситуации, уходит стресс и все, что делает меня несчастной.

Далее, в главе многие шлоки говорят о том, что нужно избавиться от чувства исполнителя. Это другой важный аспект, наряду с тем, что нужно развивать непривязанность к плодам действий.

5.8. Кто пребывает в божественном сознании и видит Истину, тот понимает: "Я ничего не делаю", взирая, слушая, касаясь, обоняя, вкушая, двигаясь, предаваясь сну, дыша;

5.9. Разговаривая, выделяя, хватая, открывая и закрывая глаза. Он знает, что это лишь чувства взаимодействуют с объектами чувств.

Как здесь рассуждать? -

Все действия совершает Джива, Ишвара вынуждает Дживу к действиям, все действия совершаются на основе Атмана, Атман не совершает никаких действий – Акарма. Мы тоже должны все время помнить о том, кто действует и кто мотивирует действия и кто я, какова моя роль во всем этом процессе.

«Будь един с Акарма Атман, совершая все действия» - в этом смысл шлок.

Еще важная тема, о которой много говорили – жертвоприношения, как любое дело превратить в поклонение Богу.

5.10. Тот, кто действует без привязанности, посвятив свои действия Всевышнему, тот не пятнается грехом, подобно тому, как лист лотоса не смачивается водой.

Нужно совершать действия так, как жертвоприношение Брахману. Тогда человек остается несвязанным, как лист лотоса. Это известный пример с листом лотоса, который не смачивается водой.

Др. Кака так комментирует: Брахману ничего невозможно жертвовать, поэтому мы все жертвуем Ишваре. Подумаем, почему жертвовать действия Ишваре? - Как мы совершаем действия? Я делаю все с помощью моего собственного тела. Кто создал тело? – Ишвара. Но если инструмент-тело принадлежит Ишваре, то и все действия принадлежат ему. Мы так привыкли считать, что мы все делаем и совершенно забываем, кому все принадлежит. Я пошла и купила продукты на заработанные мною деньги. Но откуда продукты? Чья земля, чьи растения, кто создал все? Поэтому совершая любое действие нужно найти дорожку назад к Ишваре.

Рассуждая таким образом и осознавая Его владельцем всего мы тем самым приносим действие Ему в жертву. Не нужно приносить Ему цветок или кокос, но нужно думать о Нем как о дирижере, который руководит всем миром, всеми его частями. А я здесь только форма, которая движется Им.

Научившись рассуждать таким образом, все действия становятся жертвоприношением Ему.

«кто действует без привязанности» -

Мы уже много говорили об этом. Оставь привязанность к действиям, к плодам действий. Др. Кака упоминает еще привязанность к моей собственной возможности, способности. Иногда дело даже не в действии, а в моей способности совершить действие. Например, я знаю, что я в состоянии сесть и читать не отрываясь 3 часа, какая книга ни была бы. У меня есть некоторая гордость за себя, что я в состоянии так хорошо заниматься. И я весьма привязана к этой гордости. Нужно отказаться от привязанности не только к действиям, но и к таким побочным явлениям, как гордость за себя.

Шлока 18:

A learned and humble scholar, a cow, an elephant, a dog, and an outcaste – enlightened sages see them all with even vision.

Просвещённый и смиренный Пандит, корова, слон, собака, изгой - просветленные мудрецы видят их всех ровным видением.

5.18. Мудрый видит одно и то же в брахмане, наделенном смирением и ученостью, в корове, слоне, собаке и в поедателе собак.

Поедатель собак – люди вне каст, самое нижнее сословие.

Опять говорится о Пандите – мудром. О мудром говорили в 2.11:
2.11. Произнося премудрые речи, ты скорбишь о том, что не достойно скорби.
Мудрец не скорбит ни о живых, ни о мертвых.

Мудрый видит во всем Единство, а мы видим имена и формы. Кого можно назвать Пандитом? В шлоке 2.11 говорилось, что мудрый тот, кто не скорбит ни о живых ни о мертвых. Не скорбит о том, что случилось в прошлом и не скорбит о будущем.
«Пандит» здесь имеется в виду Просветленный человек, поэтому у него есть все эти качества.

В шлоке 18 Кришна говорит о 5 разных типах одушевленных существ. Мы знаем, что всякий Джива есть манифестация Атмана в теле. Можно сказать манифестация, а можно сказать, что это проявление на Брахмане. То же самое можно сказать и о животных, поэтому они тоже здесь рассматриваются.

«Просвещённый и смиренный Пандит» - Качества «просветленность и смирение» характеризуют Сатва Гуну. Корова и слон символизируют Раджас Гуноу. Собака и вне кастовый человек – Тамас Гуна. У живых существ присутствуют все три Гуны, но одна всегда преобладает. У мудрых большее время преобладает Сатва Гуна.

Мудрый видит ученого человека, слона, собаку, но он не фокусируется на внешнее. Он способен видеть то, что вне имен и форм. Легко это понять, да трудно практиковать. Все действия совершаются при помощи тела и ума, на них мы и обращаем внимание.

Почему говорится о двух характеристиках: учености и смирении? Обе они принадлежат Сатва Гуне. Однако, ученость и смирение редко бывают одновременно. Даже истории в Пуранах рассказывают о мудрецах, которые постоянно впадали в гнев. Ученые любят признание, славу. Те, у кого эти два качества имеются одновременно, действительно великий человек. Смирение здесь не означает трусость или согласие на любые условия. Смирение означает, что какие бы хорошие качества ни были у человека, он их не старается показать, не говорит о них. У него постоянно присутствует Вивек, он знает, как обращаться с людьми, он знает, когда нужно реагировать на обиды, а когда не обращать на них внимания.

Данная шлока говорит о человеке, который погружен в Атман, как он смотрит на других существ.

С точки зрения Веданты все перечисленные существа всего лишь Упадхи.

Еще раз вспомним, что такое Упадхи. Одно из возможных определений Упадхи: это какая-то вещь, которая занимает определенное пространство и закрывает то, что находится внутри закрытой области. Однако Упадхи помогает понять, что находится внутри, она разделяет то, что внутри закрытой области, от других вещей. Тем не менее, Упадхи остается отличной от самой вещи.

Легче понять Упадхи на примерах.

Др. Кака так объясняет концепцию Упадхи: если она присутствует, от нее нет никакого вреда. Если она отсутствует, это не вызывает никаких проблем. Она здесь – хорошо, ее нет – ничего не стало хуже. Упадхи присутствует – ничего не прибавилось. Отсутствует – ничего не убавилось. Один из его примеров: повесили бант на рога корове.

Другой способ объяснения: я ищу дом и вижу несколько одинаковых. Какой из них мне нужен? – это тот, на котором сидит ворона. Ворона –

Упадхи. Она не имеет отношения к моему дому, прилетела-улетела – все равно. Мы ее использовали сейчас просто для временного определения какой из домов мой. Если она улетела, можно найти другой способ указать на мой дом.

Так устроено и наше тело. Пока оно существует, мы можем говорить, что оно указывает на Брахман. Но тела не стало, Брахман остался, Он никак не связан с телом.

Тут вспоминается пример Мангеша с пространством и стаканом. Наличие стакана позволяет говорить о «пространстве внутри стакана», но в то же время понятно, что стакан не создает пространство внутри себя, не прерывает пространство тем, что он есть и вообще если стакан разбить, то пространства больше не станет.

Третий способ объяснения Упадхи. Техническое определение: Упадхи – это нечто (предмет), который находится в определенной позиции к объекту, и который используется для идентификации объекта и для отличия данного объекта от других объектов, сам этот предмет никак не связан или прибавлен к объекту.

Пример: пять человек заказывают 5 чашек чая, а я хочу чай без сахара. Приносят поднос и говорят: вот чай, твой чай без сахара в красной чашке, а все остальные белые. Красная чашка – Упадхи для чая без сахара. Получается, что всего у нас 5 чашек чая, но одну нужно было как-то выделить. Красная чашка выделяет чай без сахара, но при этом никак не связана с чаем.

То, что внутри Упадхи – чай – называется Упахита. Польза от Упадхи – оно помогает узнать Упахита.

Возвращаясь к шлоке, Др. Кака говорит, что брамин, слон, собака – все лишь Упадхи, как чашки белые и красные. Внутри чашек все тот же чай. Внутри всех собак и слонов только Брахман. Наша проблема в том, что мы так заиклены на Упадхи, что мы забываем о том, что внутри. От этого возникают все наши проблемы, мы видим всюду только Упадхи. Может возникнуть вопрос: Если все есть только Чистое Сознание, то как быть с именами и формами в обычной жизни? Мы не в состоянии осознать Упахита в данной ситуации.

Др. Кака приводит пример с бананом. Прежде чем его съесть, мы его чистим. Прежде чем общаться с кем-то, мысленно нужно очистить его, как банан. Как его чистить:

- Сначала очистить физическое тело

- Затем тонкое
- Затем причинное
- Затем супер причинное
- Что затем остается – это Брахман.

Или можно очистить 5 оболочек. Но главное очистить мысленно и найти то, что внутри, сфокусироваться на то, что внутри.

Откажись от Упадхи, от привязанностей, фокусируйся на Брахман, который внутри.

Итак, корова, слон, собака- все Упадхи. Упахита во всех случаях – Чистое Сознание. Все тела покрывают Одно Чистое Сознание. Мы видим различия, а не видим, что внутри все Одно. Другими словами можно сказать, что все есть появления на Одном Чистом Сознании.

Как вообще можно иметь равное видение, концентрируясь на Упадхи? Тело, ум – все Упадхи. Мы, люди, сначала обращаем внимание на тело, затем на характер, склонности человека. Умный, веселый, щедрый, жадный – все Упадхи. Как в примере с банановым деревом. Тело, ум, интеллект – все внешние листья. Не нужно вслух говорить об этом или демонстрировать, но должно быть внутреннее убеждение, что мы все Одно. Мы должны учиться смотреть на Упахита и отрицать Упадхи. На это нужно время!

Джнянешвар говорит: «В этом теле есть секрет. Что является секретом? – Сознание». Просветленный человек признает только Чайтанья, отказываясь от всего внешнего, что видно снаружи. Слово «Чайтанья» означает Чит, который связан только с одним телом.

Итак, должно быть полное убеждение, что Упадхи не реально, Майя. Пандит, Просветленный, видит всех равными. Как такое возможно? – он отрицает Упадхи, его внимание не на Упадхи. Однако, необходимо общаться с разными людьми в нашей жизни. Общаясь с людьми, нужно видеть Одно. Внешне совершаются необходимые действия, но внутри полностью фокус на Единство.

Тукарам Махарадж говорит: «Змея, скорпион и Кришна – Одно. Но не нужно подходить и кланяться змее или скорпиону. И хотя я знаю, что Чайтанья змеи та же самая, что и у Кришны, если змея приблизится ко мне, мне придется ее убить или убежать, чтобы защитить тело».

Если меня обокрали, неправильно сказать, что все вокруг Кришна. Нужно не давать себя в обиду. Однако, нужно не пускать в голову эмоции,

бесконечное перебирание мелочей события, т.п. Все нужно остановить и оставаться в душе спокойным. Тем более, не должно возникнуть ненависти. Др. Кака говорит, что на мирском уровне грош цена моему гневу и эмоциям. Даже если я очень разозлюсь, это не изменит ничего. Итак, с одной стороны сохранение уравновешенности в уме, с другой – на мирском уровне нужно правильно разбираться с ситуацией.

Мантра в Катха Упанишаде говорит: В каждом человеке, во всех присутствует только Единое Сознание. В Сознании нет ни малейшего шанса на множественность. Но если мы видим множественность, то мы идем от одной смерти к другой. Только видя Одно Сознание мы идем к Мокше.

Именно об этом говорит шлока. Просветленный человек в состоянии видеть Единство, способен уйти от внешнего. В чем прелесть того, что человек способен видеть Единство? – следующая шлока.

Шлока 19

Ihaiva tair jītaḥ sargo yeṣāṃ sām̐ye sthitaṃ manaḥ |
Nirdoṣaṃ hi samaṃ brahma tasmād brahmaṇi te sthitāḥ || 19 ||

People who are steady in such equanimity transcend the cycle of rebirth in this world itself, as they are steadfast in Pure Brahman which permeates everywhere

Люди, пребывающие в такой уравновешенности, преодолевают круговорот перерождений в этом мире, поскольку они неизменно пребывают в чистом Брахмане, пронизывающем все вокруг.

5.19. Уже здесь победили мир рождения и смерти те, чей ум находится в равновесии. Брахман непорочный и равный во всем, поэтому они пребывают в Брахмане.

Ihaiva – в этой настоящей Локе, в этой жизни.

tair jītaḥ sargo – Сарго – это создание, Санскара.

yeṣāṃ sām̐ye sthitaṃ manaḥ - чей ум устойчив в Брахмане

Nirdoṣaṃ hi samaṃ brahma tasmād brahmaṇi te sthitāḥ - Брахман чистый и неизменный. «Неизменный» - в Брахмане отсутствуют Викара. «Викара» означает изменения, приводящие к разрушению.

Кто способен победить мир рождения и смерти? - те, кто сумели отказаться от Упадхи. Они идут к Мокше.

Здесь объясняется концепция Мокши, т.к. говорится о перерождении:
«победили мир рождения и смерти»

Концепцию Мокши можно объяснить двумя путями:

Дживамукти – он испытывает ее при жизни. Уходят все зависимости, привязанности. Я не завишу ни от кого и ни от чего для чувства счастья, блаженства. Все несчастья, горе разрушаются в один момент. И не только горе исчезает, но разрушаются сами корни, откуда может возникнуть горе. Не будет больше перерождения, цикл рождения и смерти разрушен.

Мы не можем это проверить, но говорится, что те, кто достиг Просветление, имеют выбор родиться ли им снова. Они могут снова прийти в теле человека для совершения добрых дел. Тогда у них есть выбор где родиться, выбрать тело.

Nirdoṣaṃ означает «чистый» - характеристика Брахмана, о которой говорится в шлоке.

Все вещи, которым присущи Вакара, имеют некоторые ошибки в себе.

Вспомним 6 типов Викар:

1. Зачатие (приход в существование)
2. Рождение
3. Взросление
4. Зрелый возраст
5. Старение
6. Смерть

Люди, осознавшие Брахман не имеют привязанностей, так же, как и Брахман не связан ни чем. Другое дело мы: мы привязаны ко всему, включая мое тело, мысли, эмоции. Что-то случилось 20 лет назад и прилипло ко мне, хранится в моей памяти, в моей Читта.

То, что имеет привязанности – не Атман. Это тело и ум. Все, что имеет привязанности, есть Упадхи. Если что-то прилипает к моему уму или телу, они не могут быть чистыми, т.к. они принимают что-то, что не является их природой. Брахман не такой, Он чистый.

Еще важная характеристика Брахмана – Он ровный, равный. Почему можно сказать, что Он ровный? – Он не ограничен, не имеет ограничений по времени, пространству и объекту. Книга есть сейчас, раньше ее не было и через некоторое время ее опять не будет – ограничена по времени.

Брахман был всегда и будет, Он вне времени.

Не ограничен по пространству. Что-то есть здесь, но этого нет в другом доме. Брахман Один и Тот же здесь и в Мургуде и всюду.

Не ограничен по предмету: Книга только книга, телефон только телефон, но Брахман одинаковый и в книге и в телефоне.

Брахман всюду, всегда, нет ни одной вещи, где Его нет. Не бывает, что где-то Брахмана больше или меньше. Слова «всегда, всюду и во всем» очень важны для описания Брахмана.

Просветленный постоянно пребывает в Брахмане, поэтому он никогда не переживает дуальность. Поэтому он не бывает радостный или грустный. Это должно быть нашей целью в жизни. Для этого необходимо постоянно совершать Садхану.

Не бывает радостный и грустный – пример Сонали.

Лекция 10, шлока 20-22

Повторение:

Еще раз классификация:

Плоды действий разделяются на 4 различные категории:

1. Drushta = видимый, в настоящем. Я была голодная, поела и голод ушел.
2. Adrushta Invisible Present – плод действия не виден в настоящем, я совершила действие, но результат нужно ждать несколько дней или лет. Например, написала контрольную, а оценка будет через несколько дней.
3. Prapta = Visible from past – видимый результат из действия, совершенного в прошлом. Иногда это из этого рождения, иногда из предыдущих. Моя текущая Праабдха.
4. Aprapta = invisible from past – невидимое из прошлого. Я родилась с определенной Праабдхой, прожила уже часть ее, но остальная Праабдха мне не известна. Но я точно получу эти плоды, которые мне положены согласно моей Праабдхе, без этого я не умру.

Разница между плодом, не видимом в настоящем, и Праабдхой, которая еще на настала, в том, что в случае с плодом, который появится когда-то, а сейчас не виден, не должно быть ожиданий и надежд относительно того, чего у меня нет и хочется, чтобы было.

Последний пункт, касающийся Прарабдхи относится к тому, что у меня есть, а хочется, чтобы так было всегда. Пример: я люблю бегать по лесу или с выходом на пенсию.

5.18. Мудрый видит одно и то же в брахмане, наделенном смирением и ученостью, в корове, слоне, собаке и в поедателе собак.

Для Просветленного человека все, что он видит вокруг, все Упадхи, не реально. Единственное, что реально, Брахман и на Него направлено его внимание.

Как вообще можно иметь равное видение, концентрируясь на Упадхи? Тело, ум – все Упадхи. Мы, люди, сначала обращаем внимание на тело, затем на характер, склонности человека. Умный, веселый, щедрый, жадный – все Упадхи. Как в примере с банановым деревом. Тело, ум, интеллект – все внешние листья. Не нужно вслух говорить об этом или демонстрировать, но должно быть внутреннее убеждение, что мы все Одно. Мы должны учиться смотреть на Упахита и отрицать Упадхи. На это нужно время!

Итак, должно быть полное убеждение, что Упадхи не реально, Майя. Пандит, Просветленный, видит всех равными. Как такое возможно? – он отрицает Упадхи, его внимание не на Упадхи. Однако, необходимо общаться с разными людьми в нашей жизни. Общаясь с людьми, нужно видеть Одно. Внешне совершаются необходимые действия, но внутри полностью фокус на Единство. Что это дает? – шлока 19

5.19. Уже здесь победили мир рождения и смерти те, чей ум находится в равновесии. Брахман непорочный и равный во всем, поэтому они пребывают в Брахмане.

Два важных следствия из того, что человек всюду видит Единство:

- Победил рождение и смерть, достиг Мокшу.
- Его ум находится в равновесии.

Нет никакого способа остановить старение, сколько ни питайся правильно, обливайся холодной водой по утрам, бегай – всему придет конец, любому хорошему здоровью не быть вечно, а за этим старость, болезни и смерть. Мы не можем проверить, родимся ли мы снова, в перерождение можем только верить. То, что родилось, тело, обязательно умрет, а затем душа родится снова. Мокша означает в первую очередь избавление от всех проблем и страхов, от страха смерти своей и близких. Мангеш говорит: «Мы считаем себя телом, и отсюда возникают странные и нелепые мысли о том, что я умру». Мы боимся старости и смерти своей и своих близких, а для Мангеша это глупость и нелепость. Как я могу умереть, если Я есть

Атман. Куда и как Он может деться? Это и есть Мокша, к которой мы стремимся. То, что мы не родимся снова, нельзя проверить, поэтому нам это не очень интересно, выход из «колеса рождения и смерти» просто следствие, дополнительный эффект. Самое главное, что я уже в этой жизни перестану чего-либо бояться.

Если нечего бояться и волноваться, то ум будет находиться в равновесии. Что может вывести из равновесия такой ум? Происходит что-то не так, как я хочу, кто-то меня обидел, был несправедлив – Праабдха. Какой смысл думать про неприятности, когда они Миттья, все равно, что раздумывать о сне, который вчера снился.

Это не значит, что Просветленный живет, как зомби, ничего не чувствует, ко всему безразличен. Пример Мангеша, что мотивирует его зарабатывать деньги.

Na prahr̥ṣyet priyaṃ prāpya nodvijet prāpya cāpriyam ।
Sthirabuddhir asaṃmūḍho brahmavid brahmaṇi sthitaḥ ॥ 20 ॥

5.20. Кто познал Брахмана и пребывает в Брахмане, тот, имеющий непоколебимый разум и не заблуждающийся, не радуется, получив приятное, и не горюет, получив неприятное.

Опять характеристики Просветленного человека, Карма Саньяси.

Na prahr̥ṣyet priyaṃ prāpya – он не радуется, когда случается, что он действительно любит.

nodvijet prāpya cāpriyam – нечто нежелательное.

Он не радуется, получив приятное и не огорчается, получив неприятное.

Sthirabuddhir – устойчивый разум

asaṃmūḍho – тот, у кого есть Вивек постоянно и тот, кто не обманывается внешней ситуацией.

Brahmavid – он познал Брахман

brahmaṇi sthitaḥ - пребывает в Брахмане

Такие характеристики того, кто знает свою Сущность. Истинная Природа – Сат Чит Ананда, и он пребывает в Ней.

Первая характеристика, о которой говорит Кришна: что бы ни случилось, хорошее или плохое, он всегда остаётся в равновесии, всегда ровный.

Пример с Джотсной, как ее характеризует ее внучка. Совсем не так, как мы. Мы очень ограничены внешними событиями. Случилось что-то хорошее, мы устраиваем празднование, радуемся, показываем всему миру, что мы счастливы. Случается что-то плохое, мы показываем свою печаль миру.

Подумав, становится понятно, что и радость и огорчение – реакции на какие-то действия. Реакции возникают потому, что мы считаем действия реальными. Событие воспринимается как реальное, я принимаю его близко к сердцу и возникает реакция. Тот, кто пребывает в Брахмане, не принимает ситуацию, не воспринимает ее. Мы уже говорили об этом.
5.15. Вездесущий Господь не принимает чьи-либо грехи или праведные поступки. Знание окутано неведением, из-за этого существа введены в заблуждение.

Эти высказывания не точные, далее есть комментарий к ним
Даже с нами случается, что мы увлекаемся чем-то и не обращаем внимания, что рядом с нами что-то произошло. Т.е. я погрузилась в свои дела и не заметила, что там еще случилось. Например, зачитавшись, не замечаешь, что происходит на улице. Но здесь я увлекаюсь книжкой. Просветленному не нужно ничего, он погружен в Брахман.

Для того, чтобы воспринять что-то из вне, Читта должна быть активной. Здесь Кришна говорит о ситуации, когда Читта отсутствует, ум погружен в Брахман. Просветленный не отслеживает, что происходит в мире, он устойчиво пребывает в Брахмане. При этом он совершает разные дела.

Здесь важно понять две вещи:

- Действие
- Результат действия

Все ситуации, которые случаются с нами, определяются Праарабдхой. Хорошая Праарабдха дает хорошие ситуации. Когда мы говорим о том, что Просветленный имеет непоколебимый разум, имеется в виду относительно плодов действий, а не самих действий. Дела ему необходимо совершать в любом случае. Но какие бы ни получились результаты, хорошие или плохие, ум у него всегда устойчив. Дела должны делаться, делаться хорошо и тщательно.

Пример Мангеша, что он будет хорошо работать, будет даже показывать стремление к повышению зарплаты, без этого нельзя. На практическом уровне нужно быть практичным. Но результат он легко принимает любой, повысят зарплату -Рам Кришна Хари, не повысят – Рам Кришна Хари.

Мы говорили о том, что нужно заботиться о теле, правильно питаться, делать зарядку, т.п. Тогда можно радоваться хорошему здоровью. Это относится к хорошей ситуации. Однако, даже при правильном питании и правильном образе жизни, здоровье может оказаться не очень хорошим. Даже в таком случае ум должен сохранять равновесие.

Таким образом, уравновешенность ума относится не к действиям, а к их результатам.

Нужно выполнять обязанности, но не ждать в ответ благодарности, не ждать определенных результатов. Люди часто забывают быть благодарными, это вполне нормальные тенденции.

Здесь Кришна говорит о *Sthirabuddhir* – тот, у кого устойчивый ум и *asaṁmūḍho* – тот, кто не заблуждается. Может возникнуть вопрос: есть ли вообще эмоции у такого человека? Он никогда не счастлив, никогда не грустит. Нужно понимать, что быть бесчувственным – это совсем другое. Бесчувственный – человек с каменным сердцем. Понятно, что это не относится к святым. Они делают столько всего для людей, но без привязанности.

Есть большая разница между любовью и привязанностью. Непривязанность не означает бесчувственность. Когда в жизни возникают проблемы, мало помощи от того, кто захлестывается эмоциями.

Опять есть различие: любовь и эмоции, любовь и привязанность. Как противоположность любви: бесчувственность и привязанность, бесчувственность и эмоции.

С ситуацией лучше справится спокойный человек. Эмоциональный поглощается своими эмоциями и не способен помочь ни себе ни другим. У всех святых были трудные периоды в жизни. Они тоже могли огорчиться, но не на долго. Например, трудная жизнь была у Дньянешвара. Однажды он очень расстроился и его утешила его младшая сестра. Рамдас Свами скорбел о смерти короля Шиваджи. Когда умер Дньянешвар, грустили многие святые. Причина их скорби была в том, что общество лишилось хороших членов.

Такая уравновешенность ума на приходит в один день, она требует множество Тапаса, Садханы. Естественно иметь всплеск эмоций, когда случается что-то хорошее или плохое, но всплеск не должен перерасти в цунами. Прогресс приходит постепенно.

Самый замечательный пример уравновешенности ума – Шри Рама. Он должен был стать королем, но в ночь перед коронацией ему сказали, что он должен уйти в изгнание. Он принял известие с полным спокойствием, ничто не изменилось в Его лице, не возникло никаких реакций. Он не расстроился совершенно. Если я слушаю Его истории, считаю себя Его преданным, то я должна стремиться стать похожей на Него. По крайней мере, нужно хотя бы делать попытки быть такой уравновешенной.

Дети любят разных героев, хотят такую же одежду, подражают в поведении. Для нас в духовности важно следовать внутренне, стремиться копировать внутреннее состояние, состояние ума, их привычки. Внешние атрибуты не имеют значения. Только я сама и мой Гуру знают, что у меня внутри правильно, а что нет. Внутреннее равновесие большое дело, важное задание.

Главная мысль в данной шлоке – будь уравновешенным в хороших и плохих обстоятельствах.

Вопрос так же о Прийя и Априйя – то, что я люблю и что нет.

В одной из Упанишад есть история о святом, у которого было две жены. Однажды он решил уйти в лес и достичь Просветления. Перед уходом он позвал жен и сказал, что готов дать им все, что они попросят. Одна жена была очень мудрая. Она сказала: «Что бы ты ни дал, сделает меня это бессмертной и всегда счастливой?». Тогда она попросила: «Дай мне то Знание, которое принесет вечное счастье».

Первое, что святой объяснил ей, что когда жена любит мужа, то любит она его не ради мужа, а ради самой себя. Мы думаем, что я люблю кого-то или кто-то любит меня, но Писания говорят, что мы любим других только ради себя. Я люблю человека, потому что он дает мне счастье. То же самое справедливо и с любовью к детям, животным и к Богу. Обычно мы об этом не думаем.

Обо всем этом следует рассуждать и стараться сохранить равновесие ума в любой ситуации.

Шлоки 21-22

Мы из рассмотрим вместе.

Bāhyasparśeṣv asaktātmā vindaty ātmani yat sukham ।

*Sa brahmayogayuktātmā **sukham akṣayam** āśnute ॥ 21 ॥*

Ye hi saṁsparśajā bhogā duḥkhaṇāyā eva te ।

Ādyantavantaḥ kaunteya na teṣu ramate budhaḥ ॥ 22 ॥

Knower of Brahman revels in Supreme Bliss of the Self. Being absorbed in the Self, he always enjoys Pure Bliss of Ātman. Pleasures born out of the contact of the senses with their objects consequently give rise to grief. Worldly pleasures are subject to a beginning and an end, so wise people do not rejoice in them.

Знающий Брахмана наслаждается высшим блаженством Я. Погрузившись в себя, он всегда наслаждается чистым блаженством Атамана. Удовольствия, порожденные контактом органов чувств с их объектами, приводят к печали. Мирские удовольствия имеют начало и конец, поэтому мудрые люди не предаются им.

5.21. Тот, чей ум не привязан к внешним чувственным удовольствиям, обретает счастье в себе. Посвятивший себя созерцанию Брахмана наслаждается бесконечным блаженством.

5.22. Наслаждения, рожденные соприкосновением чувств с объектами, лишь источник страдания, у них есть начало и конец, о сын Кунти, мудрый не радуется им.

Просветленный не привязан к внешним объектам, к Вишия. Он достигает Блаженство в Себе.

sukham akṣayam – счастье, которое не уменьшается.

Мирские удовольствия дают в конце концов только несчастья, потому что у них есть начало и конец. Поэтому мудрые не привязываются к ним.

Если подумать, то есть вещи, которые мы даже не замечаем, что любим, например, кофе утром, но привязаны к ним. Все привязанности устроены так, что в них заложено потенциальное несчастье. Как только чего-то нет, тут же возникает повод для огорчения.

Основная идея этих шлок: истинное счастье приходит от Брахмана, а не от объектов чувств. Блаженство Брахмана не имеет конца.

Итак, здесь анализируется радость, удовольствие, то, что мы называем удовольствием, разбираемся, как и когда появляется удовольствие.

Когда органы чувств вступают в контакт с объектами чувств мы испытываем удовольствие. Кришна говорит, что это не настоящее удовольствие, оно приходит и уходит. Однако, наш ежедневный опыт говорит обратное: я получаю удовольствие от хороших звуков, вкусной еды, запаха т.п. Плохие новости или критика огорчают нас. Веданта утверждает, что удовольствие приходит не от объектов. Пример с чаем. Счастье приходит от Атмана, от спокойного Антахкарана, когда открывается Ананда.

Джнянешвар говорит: «Лорд Рама пребывает в моем сердце. Все удовольствия, все счастье внутри меня. А ты, глупец, бежишь в мир за чувственными удовольствиями.»

Он приводит примеры с комаром, который пьет кровь из вымя коровы, вместо того, чтобы погрузиться чуть глубже и насладиться молоком. Другой пример – лягушка скачет в грязи и не видит прекрасный лотос.

Сат Чит Ананда доступны всегда, а мы не видим Его. Как дорогое кольцо, которое упало в пруд и я не могу его найти: вода мутная и покрыта волнами.

Лекция 11, шлоки 21-22-23

Повторение:

5.20. Кто познал Брахмана и пребывает в Брахмане, тот, имеющий непоколебимый разум и не заблуждающийся, не радуется, получив приятное, и не горюет, получив неприятное.

Главная мысль в данной шлоке – будь уравновешенным в хороших и плохих обстоятельствах.

Вопрос так же о Прийя и Априйя – то, что я люблю и что нет.

Асти-Бхати-Прийя – это качества любого предмета. Получается, что в каждом предмете заложена наша любовь или нелюбовь к нему, так же, как и существование и способность узнать предмет.

Хорошо вспоминать про Бога Раму, как Он даже не изменился в лице, когда оказалось, что вместо того, чтобы стать королем Он ушел в изгнание на 14 лет.

Что я люблю и что нет – тут нам нужно самим разбираться с собой. Не запрещено любить и не любить что-то. Свами Вивекананда любил мороженное, Рамакришна любил сладости по названию ладу. Наш Кака любит кофе и кока-колу. Мандатай не пьет ни чай ни кофе, они считаются не сатвическим продуктом. Вопрос сводится только к привязанности. Привязанности - как тикающая бомба, как только что-то случается, мы огорчаемся и чем больше привязанность, тем больше огорчение.

После беседы с Муктой

Вопрос, относительно этих высказываний:

Даже с нами случается, что мы увлекаемся чем-то и не обращаем внимания, что рядом с нами что-то произошло. Т.е. я погрузилась в свои дела и не заметила, что там еще случилось. Например, зачитавшись, не замечаешь, что происходит на улице. Но здесь я увлекаюсь книжкой. Просветленному не нужно ничего, он погружен в Брахман.

Для того, чтобы воспринять что-то из вне, Читта должна быть активной. Здесь Кришна говорит о ситуации, когда Читта отсутствует, ум погружен в Брахман. Просветленный не отслеживает, что происходит в мире, он устойчиво пребывает в Брахмане. При этом он совершает разные дела.

Когда мы увлекаемся книжкой, наша Читта направлена на то, что я читаю, поэтому я не замечаю, что происходит вокруг. Просветленный может погрузиться в Брахман и не отслеживает, что происходит в мире и, в том числе, с его телом. Но мы не задуманы так, чтобы мы могли оставаться долгое время в таком состоянии, поэтому наш Кака тоже выходит из него. Другое дело, что нам нужно сильно увлечься чем-то, чтобы отвлечься от чего-то, например от головной боли и плохих событий. А для Каки ничего не нужно, он всегда может «уйти в Брахман»

При этом он совершает разные дела. -

Невозможно сделать любое дело, даже перейти из комнаты в кухню, если Читта отсутствует. Читта должна быть всегда, когда что-то совершается, иначе вместо кухни попадешь в спальню. Другое дело, что Читта не перегружена другими мыслями, как это бывает с нами.

Отличие привязанности от любви:

Характеристики привязанности, для самопроверки:

- Не скучаю и не волнуюсь, если нет звонка от дочери
- Не скучаю, если не видела ее давно
- Любое проявление того, что она отсутствует, не вызывает во мне неприятных чувств и волнения
- Аналогично с ее присутствием – приехала, когда я ее не ждала и выбила меня из моих планов – не должно быть огорчения
- Нет потребности давать ей совет
- Нет потребности критиковать любые действия
- Нет беспокойства, когда она заболела, если я волнуюсь за ее здоровье, то нужно так же волноваться о здоровье всего человечества.

Все сводится к «я» и «мое». Сколько раз мы уже это слышали, но все кажется, что не до такой же степени! Вот и нет, до самой последней крайней степени.

Шлоки 21-22 говорят о счастье и об удовольствии от внешних объектов. Сколько раз нам говорили, что счастье не во внешних объектах, что от них лишь проблемы и огорчения, а мы слушаем и не забываем тут же принять касторку. Сколько у Господа терпения, объяснять одно и тоже и ведь Он не отчаялся, не записал нас в плохиши, надеется достучаться.

5.21. Тот, чей ум не привязан к внешним чувственным удовольствиям, обретает счастье в себе. Посвятивший себя созерцанию Брахмана наслаждается бесконечным блаженством.

5.22. Наслаждения, рожденные соприкосновением чувств с объектами, лишь источник страдания, у них есть начало и конец, о сын Кунти, мудрый не радуется им.

Продолжение:

«Тот, чей ум не привязан к внешним чувственным удовольствиям, обретает счастье в себе» -

То же самое говорит нам Мангеш: чем больше мы увлекаемся миром, тем меньше Богом. Чем меньше удовольствий от мира, тем больше надежда найти счастье в себе.

Истинное счастье приходит от Брахмана, а не от объектов чувств. Блаженство Брахмана не имеет конца. Здесь анализируется радость, удовольствие, то, что мы называем удовольствием, разбираемся, как и когда появляется удовольствие.

Основная идея шлок: Я есть Сат Чит Ананда. Тот, кто неизменно убежден в этом, всегда пребывает в счастье, в счастье, которое никогда не уменьшается.

В шлоке 22 говорится, что счастье, связанное с объектами, имеет начало и конец, потому что сами объекты тоже имеют начало и конец. Люди, у которых отсутствует Вивек, будут ожидать счастье от объектов. Владеющий Вивек испытывает постоянное блаженство.

В шлоках сравнивается счастье, получаемое от различных объектов с блаженством, Ананда. Наша обычная практика состоит в том, что мы устремляемся за объектами, уверенные, что они дадут нам счастье. Но реальность такова, что никакой объект не дает устойчивое, постоянное счастье. Однако, люди не знают источник настоящего счастья. Примеры с лягушкой в грязи и комаром около коров.

Стремление к счастью – та мотивация, энергия, которая движет всем миром, включая животных и насекомых.

Все люди стремятся так или иначе к счастью: кто-то ворует деньги, думая, что они принесут ему счастье, кто-то, наоборот, отдает деньги в благотворительность. Кто-то рождает ребенка и отказывается от него, а другие не знают, как его завести.

Рамдас Свами говорит, что только те, кто смотрит внутрь, преодолеют Самсару, а те, кто направляет внимание во внешний мир, утонут в Самсаре, в погоне за Вишия.

Веданта говорит, что нет счастья в объектах, во внешнем мире, что постоянно противоречит нашему ежедневному опыту. Мы привыкли получать удовольствие от объектов.

Важная концепция Веданты: объекты служат средством для успокоения Антахкарана и его функций. В результате мы чувствуем счастье. Когда все функции Антахкарана замолкают, успокаиваются, наступает момент, когда мы чувствуем счастье. Объекты служат всего лишь средством успокоения Антахкарана, но никак не служат источником счастья. Пример с мороженым: хочу мороженное, задействованы функции Антахкарана, затем они все успокоились, включая эго и чувствуется счастье.

Такое же счастье мы испытываем ежедневно в глубоком сне. Во сне тоже нет ни мыслей, ни чувства эго, ничего. Счастье от глубокого сна не сравнимо ни с чем. Разница между сном и Просветлением в том, что проснувшись, возвращаются проблемы, боль, огорчения, обиды, счастье уходит.

В шлоке говорится о неуменияющемся счастье.

Мукта приводит пример с традицией пить кофе по выходным. Кофе пробуждает, поднимает давление, голова не болит. Кофе в примере является Вишия. Вишия по определению нечто, что привязывает меня к нему, притягивает, делает меня зависимой. Утром, чтобы прийти в себя, мне нужно кофе. Чтобы получить удовольствие от кофе, фокус должен быть на нем. Если я начинаю пить кофе и одновременно включаю телевизор, то радость от кофе уходит. История, как муж варит кофе, а я жду долго-долго, пока, наконец, кофе готово. Кофе готово и оно такое, как я люблю: горячее, крепкое, без сахара. Все мысли и действия в Антахкаране улеглись, и я наслаждаюсь глотком кофе. Что же дало счастье? Кофе или спокойствие Антахкарана? Следует подумать об этом и понаблюдать за собой.

На фоне желаний и мыслей постоянно работает эго: мое желание, мое нетерпение, мое решение. Эго подобно общему полю для игры остальных функций. Когда функции улеглись, то и полю уже нечего делать, оно пустое, нет никакого эго.

Если предположить, что кофе дает счастье, то что будет после двух, трех чашек кофе? Счастье сменится другим чувством. Это справедливо для всех Вишия. Я люблю сладкое, пересела и проблема.

Ананда не нуждается ни в каких объектах. Ананда всегда с нами, всегда доступна. Почему же мы не чувствуем ничего, нужен объект? – пример с брильянтом, который упал в воду. Вода, мутная, рябь на поверхности, ничего не видно. Так и наш ум, полон загрязнений и я не в состоянии успокоить, очистить его. Мы скачем от одного объекта к другому.

Итак, ум становится спокойным в двух случаях:

- когда я наслаждаюсь объектом
- в глубоком сне

Что происходит в Садхане, когда я сажусь и начинаю повторять Имя? – тоже мысли успокаиваются. Нам необходимо прикладывать усилия для успокоения ума, в этом состоит Садхана. Ум должен успокоиться без сна и без каких-либо объектов. Мы хорошо знаем, как это трудно, трудно, но возможно.

Др. Кака говорит, что для успеха в Садхане следует избегать ненужных мыслей. В течении дня у нас появляется множество мыслей и по крайней мере 80% из них лишние. Просто сидеть час с закрытыми глазами не работает, весь день необходим контроль за мыслями. Нужно увеличивать мысли о Боге и уменьшать мирские.

Если просто сказать уму: «не думай об этом», ум только привлечется к запретной теме. Поэтому вместо запретов, нужно заменить мысли о мирском мыслями о Боге, они должны вытеснить ненужные мысли. Тут помогает повторение Имени.

Важно убедить себя и понять, что удовольствие от объектов значительно меньше, чем блаженство Атмана. Нужна убежденность в том, что удовольствие от объектов ниже, потому что:

- Оно не будет постоянным
- Через некоторое время понадобится другой объект

Все это нам давно известно, но не хватает мотивации остановиться. Для мотивации необходимо размышлять о том, почему Блаженство Атмана

выше удовольствия от объектов, мысль должна постоянно присутствовать на заднем плане. Поэтому важны такие шлоки, где повторяется то, что мы давно знаем. Знаем, но не применяем.

Сравним удовольствие от объектов с Ананда:

Для получения удовольствий от объектов должны хорошо функционировать органы чувств. Глаза должны хорошо видеть, уши слышать. Слепой не в состоянии наслаждаться красивым видом. К старости зрение падает, слух тоже. Многие увлечения тогда становятся недоступны с возрастом. Нужно помнить о том, что такое время может настать и для нас.

Счастье от Атмана не нуждается ни в каких органах чувств. В Самадхи нет необходимости ни в каких органах.

Чтобы наслаждаться объектами чувств, должны быть эти объекты. Объекты должны присутствовать те, которые я люблю и отсутствовать, которые я не люблю. Не всегда так получается в жизни. Даже у королей есть такие проблемы. Тут равны и короли и нищие. Сколько бы денег ни было, условия не всегда получаются такими, как хочется.

Атману не нужны никакие объекты, условия тоже. Ананда всегда с нами, как только успокаивается ум.

Удовольствие от объектов очень разное для разных людей. Кто-то любит кондиционер, кто-то очень не любит. Зимой хочется горячего чая, летом не хочется. Т.к. удовольствие зависит от человека и обстоятельств. Блаженство Атмана не зависит ни от чего и ни от кого, зимой и летом.

Удовольствие от объектов может возрастать и может уменьшаться. Блаженство Атмана постоянно.

Удовольствие от объектов связано с усилиями, иначе его не получить. Блаженство Атмана «открывается» Само.

«перебор» с объектами дает обратную реакцию. Так не бывает с Ананда.

Удовольствие от объектов всегда связано с волнениями и страхом их не получить или потерять. Даже если объект есть, буду ли я в состоянии им наслаждаться? Поэтому всегда присутствует страх, волнение. Блаженство Атмана присутствует даже, когда нет тела. В результате уходят все страхи и волнения.

Счастье от объектов никогда не дает полного удовлетворения: сегодня меня радует мороженное, завтра хочется чего-то другого. Ананда приносит полное удовлетворение и уже не захочется ничего другого.

Вывод из сравнения счастья от объектов с Ананда:

Желания приводят к новым рождениям. У Просветленного нет желаний. Он не желает ничего, они все ушли. Поэтому он не родится вновь.

Сколько мы не бежим за желаниями, мирское никогда не исчерпывается, никогда не возникает чувство полноты. Одно или другое все равно будет хотеться. Достигнув Просветления, появляется чувство полноты.

Можно иметь разные цели в мирском, но достигнув их, нет чувства полноты. Достигнув Просветления уже нет необходимости в чем-то еще.

История про короля, который 1000 лет наслаждался молодостью, но так и не насладился до конца, только устал.

Шлока 23:

*Śaknoīhaiva yaḥ soḍhuṃ prāk śarīravimokṣaṇāt |
Kāmakrodhodbhavaṃ vegaṃ sa yuktaḥ sa sukhī naraḥ || 23 ||*

A person who can resist the impulses of desire and anger even here in this world before he leaves the body is a real renunciate of Karma; he is happy in a true sense

Человек, который может противостоять импульсам желания и гнева даже здесь, в этом мире, до того, как он покинет тело, есть настоящий Карма Саньяси; он счастлив в истинном смысле этого слова.

Кто способен преодолеть побуждения, рожденные желанием, гневом, даже здесь, не освободившись от тела, тот – йог, тот – счастливый человек.

Śaknoī – в состоянии

īhaiva – в этом рождении

soḍhuṃ - тот, кто в состоянии удержаться, противостоять, терпеть

prāk śarīra – до того, как оставит тело

такого человека можно назвать действительно счастливым.

Гита непрерывно говорит о том, что нужно что-то держать под контролем. В каждой главе это требование повторяется, повторяется через каждые 10-15 шлок. Все сводится к контролю над собой, мыслями, чувствами. Здесь говорится о контроле импульсов желаний и гнева. До этого мы говорили о контроле желаний, тела, ума. Контроль над собой есть основа духовности.

В обычной жизни тоже необходим контроль и мы контролируем себя, например, диабетики отказываются от сладкого, или контроль веса тела. Однако, такой контроль связан со страхом за здоровье или привязанностью к телу, к имиджу. Таким образом, контроль приходит из вне, это не моя внутренняя потребность, поэтому такой контроль не длительный, всегда возможны отступления. Находясь в Мургуде, нет потребности в том, чтобы читать новости или есть что-то лишнее. Вернувшись домой тянут опять старые привычки и привязанности. Поэтому стремление к контролю должно прийти изнутри. Должно быть ясное понимание, зачем и почему я себе в чем-то отказываю, стараюсь. Все мы хотим быть постоянно счастливы, нам мало той радости, что приходит и уходит. В шлоке Кришна говорит о здесь и сейчас, еще до того, как мы покинем тело. Поэтому тренировать контроль нужно не когда-то, а прямо сейчас, не откладывая на потом. В мирской жизни мы планируем, что мы будем делать, выйдя на пенсию или как организовать строительство дома. Так же советуют планировать Мокшу.

С одной стороны, благодаря науке, продолжительность жизни увеличилась на 10-15 лет. Но что дает продолжительность жизни? Какое качество жизни в конце? Счастливы ли старики-долгожители? Об этот и говорит Кришна.

В жизни случаются происшествия, неудачи, и нормально, когда возникает короткое огорчение в результате. Но в состоянии ли мы испытывать спокойствие и счастье, когда не случается ничего плохого? Если подумать, то окажется, что хорошее состояние мы даже не замечаем. С другой стороны, если возникают импульсы желаний и гнева, значит мы не счастливы, иначе откуда взяться таким импульсам.

Состояние спокойствия и счастья приходит постепенно по мере прогресса в практике, как говорит здесь Кришна, путем контроля импульсов желаний и гнева. У нас есть привычки к тому, что регулярно случаются такие импульсы, и более того, такие импульсы общество оправдывает и даже хвалит. Достаточно подумать о героях фильмов или романов. Приветствуется желания стать богатым или знаменитым. Нет ничего плохого в том, что человек зарабатывает деньги, но нет конца этому, хочется больше и больше всего, а общество поощряет такие желания. Дети пишут список Деду Морозу и нам кажется, что хорошо и правильно иметь желания.

Так же общество приветствует вспышки гнева. Что примечательно в данной шлоке? Кришна не говорит о контроле желаний и гнева, а говорил об импульсах желаний и гнева. В этом тонкая разница, потому что

импульсы опасны сами по себе. Например, ветер не опасен и даже приятен, но порывы ветра могут наделать множество бед. Чем больше скорость, интенсивность, тем больше потери. Это же справедливо относительно импульсов желаний и гнева. Небольшие вспышки не так опасны, хотя нам нужно работать и над ними.

История про святого Тулсидас. Он был просто обычным человеком и очень любил свою жену. Он не мог пробыть без нее и часа. Ей это не нравилось и она уехала на день к родителям. Ночью он переплыл реку, держась за бревно, влез к ней в окно по веревке, но пришел к ней. Утром оказалось, что веревка была змеей, бревно – трупом. В порыве стремления добраться до нее, он ничего не заметил. Желание ослепляет, лишает способности думать, видеть опасности. Идея истории: если у тебя такая страсть, направь ее к Богу.

Есть шлока на Санскрите, говорящая, что зараженный желанием утрачивает чувство стыда и чувство страха, на пути к цели. Утрачивается способность подумать, нужно ли мне это действительно? Как же контролировать такие желания? – Титикша! Случается хорошее и плохое, ум говорит, что хочет то и это. Терпи их! Нужно стараться смотреть на импульсы с точки зрения третьего лица, они сами уйдут. Такая тренировка требует большого терпения. Постепенно ум успокоится, а со спокойным умом легко сносить такие импульсы. Трудно контролировать себя, но постепенно приходит прогресс. Настойчивость должна прийти изнутри, тогда внешние обстоятельства перестанут играть важную роль.

Здесь Др. Кака говорит о хитрости: контролируй вход! Что поступает на вход через органы чувств? Что делает с нами реклама? Не думаем уже о том, нужно ли оно мне. Сначала купим, а потом понимаем, что было не нужно. Что мы слушаем? Что смотрим? Что читаем? Какие импульсы возникают в результате?

Когда контроль удастся, что мы получаем в результате? – *sa yuktaḥ sa sukhī naraḥ* - достигается непреходящее счастье. Трудно научиться контролировать импульсы, успех приходит постепенно, но обязательно придет.

Вывод из шлоки: Не теряй время, начни прямо сейчас. Самая важная практика духовности не в том, чтобы читать или слушать лекции, а в том, чтобы думать и контролировать себя.

Лекция 12, шлоки 24-26

Повторение:

Отличие привязанности от любви:

Характеристики привязанности, для самопроверки:

- Не скучаю и не волнуюсь, если нет звонка от дочери
- Не скучаю, если не видела ее давно
- Любое проявление того, что она отсутствует, не вызывает во мне неприятных чувств и волнения
- Аналогично с ее присутствием – приехала, когда я ее не ждала и выбила меня из моих планов – не должно быть огорчения
- Нет потребности давать ей совет
- Нет потребности критиковать любые действия

Нет беспокойства, когда она заболела, если я волнуюсь за ее здоровье, то нужно так же волноваться о здоровье всего человечества

Шлоки 21-22 говорят о счастье и об удовольствии от внешних объектов. Сколько раз нам говорили, что счастье не во внешних объектах, что от них лишь проблемы и огорчения, а мы слушаем и шлоки тут же проскакивают, не цепляются за ум. Сколько у Господа терпения, объяснять одно и то же и ведь Он не отчаялся, не записал нас в плохиши, надеется достучаться.

5.21. Тот, чей ум не привязан к внешним чувственным удовольствиям, обретает счастье в себе. Посвятивший себя созерцанию Брахмана наслаждается бесконечным блаженством.

5.22. Наслаждения, рожденные соприкосновением чувств с объектами, лишь источник страдания, у них есть начало и конец, о сын Кунти, мудрый не радуется им.

Основная идея шлок: Я есть Сат Чит Ананда. Тот, кто неизменно убежден в этом, всегда пребывает в счастье, в счастье, которое никогда не уменьшается.

Мы сравнили обычное наше чувство счастья с Ананда, назвали разные пункты сравнения, понятно, что все, что мы называем счастьем, всегда имеет в себе изъян: либо смотри не переешь, не перепей, либо надоело и уже не нравится, либо только втянулись, а оно закончилось.

В результате есть еще и другой изъян – чувство страха или волнений, что не получится так, как хочу, или что-то закончится, уйдет.

Поэтому Др. Кака говорит, что одно из важных решений, которое нам нужно принять в жизни, нужно согласиться, что я несчастна по большому счету, мне мало этих радостей, я хочу все, сразу и навсегда. Поэтому мы и сравниваем Ананда с нашими удовольствиями.

Мы все теперь знаем это чувство, если не в полной мере, то хотя бы его вкус. Его тоже не описать, как и вкус манго. Наш Кака постоянно испытывает такое чувство, никогда не волнуется, ничего не боится. Даже представить себе трудно, как он живет. При этом у него хватило несчастий в жизни. Он похоронил дочь, потому долго ухаживал за больной раком женой, она достаточно долго умирала, была лежачей. У него самого тело болит, где только можно. Работал многие годы врачом, не было распорядка дня, выходных. Ничего так даром не прошло.

Шлока 23 говорит о том, что человек, который может противостоять импульсам желания и гнева даже здесь, в этом мире, до того, как он покинет тело, есть настоящий Карма Саньяси; он счастлив в истинном смысле этого слова.

Опять нам напоминает о необходимости контроля над собой. Духовность сводится не к действиям, которые нам теперь нужно совершать, а к постоянному контролю над мыслями, чувствами, эмоциями, тут в шлоке конкретно указываются импульсы желаний и гнева, которые нужно замечать и контролировать.

При этом обращается внимание на мотивацию, на то, что стремление к контролю должно прийти изнутри. Должно быть ясное понимание, зачем и почему я себе в чем-то отказываю, стараюсь.

В шлоке Кришна говорит о здесь и сейчас, еще до того, как мы покинем тело. Поэтому тренировать контроль нужно не когда-то, а прямо сейчас, не откладывая на потом. Это тоже важный момент. У нас очень мало времени по факту, это нужно помнить.

Другой важный момент, о котором говорит Др. Кака относительно данной шлоки: мы привыкли к вспышкам гнева и желаний, даже не замечаем их часто. Зато когда не случается ничего плохого, мы не замечаем такое состояние и не способны им наслаждаться. Кака говорит, что состояние спокойствия и счастья приходит постепенно по мере прогресса в практике, как говорит здесь Кришна, путем контроля импульсов желаний и гнева. Получается, что нам нужно научиться замечать импульсы желаний и гнева, к которым мы привыкли и не обращаем на них внимания, а с другой

стороны улавливать в себе состояние спокойствия и счастья и пытаться его удержать.

Опять все свелось к тому, что нужно научиться смотреть в себя, внутрь. То, к чему у нас нет привычки, нас постоянно привлекают Вишия, внешние объекты или события.

Какой совет дает Др. Кака? Как же контролировать такие желания и гнев? Известный нам рецепт, чудес нет – Титикша! Случается хорошее и плохое, ум говорит, что хочет то и это. Терпи их! Нужно стараться смотреть на импульсы с точки зрения третьего лица, они сами уйдут. Такая тренировка требует большого терпения. Постепенно ум успокоится, а со спокойным умом легко сносить такие импульсы. Трудно контролировать себя, но постепенно приходит прогресс.

Шлока 24:

Yo 'ntaḥsukho 'ntarārāmas tathāntarjyotir eva yaḥ ।

Sa yogī brahmanirvāṇaṁ brahmabhūto 'dhigacchati ॥ 24 ॥

A renunciate Yogi whose happiness is Ātman, whose relaxation is Pure Bliss of Ātman, and whose light is the eternal light of Ātman realizes that “I am Brahman” and attains Mokṣa

Йог, чье счастье - Атман, чье успокоение - чистое блаженство Атман, чей свет - вечный свет Атман, осознает, что "Я есть Брахман", и достигает Мокшу.

5.24. Кто счастлив внутри, радуется внутри, кто озаряется изнутри, тот йог становится божественным и достигает освобождения в Боге.

Здесь и в следующей шлоке говорится о просветленном человеке.

В шлоке указываются три вещи:

1. Счастлив внутри
2. Радуется, спокоен внутри
3. Озаряется изнутри

Говорится о Сат Чит Ананда. Познав Сат Чит Ананда человек не стремится во внешний мир. Для счастья он погружается только в Атман. Он уверен, что нет никакого смысла направлять внимание и искать что-то во внешнем мире. Внешнее счастье преходяще и обязательно закончится.

Просветленный избавился от влечения к Вишия, связь с миром стала очень слабой.

Для нас это пока духовная практика. Как можно перестать думать о мире? – можно, например, начав размышлять о философии. Мысли о Веданте и Боге вытесняют мысли о вещах и желаниях, им не остается места.

Др. Кака говорит постоянно об Атмакрида и Атмарати – играть с Атманом, пребывать в Атмане.

Обычно, чтобы играть с чем-то, должна присутствовать Трипути. Чтобы играть с Атманом, нужно стать Единым с Ним. Аналогично с Атмарати. Так опять говорится о концепции Недуальности. Просветленный пребывает в Атмане и не привязан к внешнему миру. Но, естественно, это не относится к обязанностям, он выполняет обязанности.

«Озаряется изнутри» - здесь говорится о Чит. Просветленный знает, что он есть Знание. Ему не нужно никакое знание из мира.

Мы увлекаемся лекциями об искусстве или любим экскурсии по городу, интересно знать историю города, в котором живешь. Одна проблема – все забывается, другая – послушала про одного художника, интересно узнать и про другого. Послушала и забыла того и другого. Достигнув Просветление уходит само желание узнавать что-то мирское. Просветленные не стремятся к таким знаниям. Если что-то приходит само – очень хорошо.

Др. Кака ездил в обширную поездку по Европе, мы ходили с Джотсней на балет, она никогда его не видела. Но сами они ни за что не станут искать такие знания, тратить время на подготовку, копить деньги.

Что происходит, когда человек осознает «Сат Чит Ананда Рупа, Шивохам, Шивохам»?

- Осознав, что Я есть Сат Рупа, уходит страх смерти
- Осознав, что Я есть Чит Рупа, уходит чувство, что мне нужно узнать или выучить что-то. Пока нам хочется учить разные Писания, хочется узнать о чем они.
- Осознав, что Я есть Ананда Рупа, никогда не появляется чувство несчастья.

Все вместе это составляет Брахма Нирвана – непреходящий покой.

Нам остается пока только рассуждать обо все этом и стараться быть похожими на них.

Шлока 25:

Labhante brahmanirvāṇam ṛṣayaḥ kṣīṇakalmaṣāḥ ।

Chinnadvaidhā yatātmānaḥ sarvabhūtaḥite ratāḥ ॥ 25 ॥

Enlightened Rṣis whose sins are destroyed, who are free of all doubts, whose minds are controlled, and who are earnest about the welfare of all beings attain Mokṣa of Self-realization.

Просветленные Святые, чьи грехи уничтожены, кто свободен от всех сомнений, чей ум находится под контролем, и кто искренне заботится о благе всех существ, достигают Мокшу самореализации.

5.25. Мудрецы, лишённые грехов, рассеявшие двойственность, обуздавшие ум, радующиеся благу всех существ, получают освобождение в Боге.

В шлоке перечислены ступени перед Просветлением. Может быть я уже почти у цели, остался последний шаг.

brahmanirvāṇam – достигшие Брахма Нирвану их тело и ум полностью под контролем.

Chinnadvaidhā – свободен от всех сомнений относительно того, кто есть Я, что реально, а что нет. Чем хорошо отсутствие сомнений? – Даже для искателей важно убедить себя в том, что Я есть Атман, хотя бы на уровне ума. Сомнения не дают развиваться Садхане.

Сомнения, от которых нам нужно избавиться:

- Не должно быть никакого сомнения относительно того, кто есть Я. Нужно полная уверенность в том, что Я есть Брахман.
- Мир не реален, Миттья.
- Я не исполнитель. Джива использует тело для дел, мотивация от Ишвары, Атман есть Акарта.

Др. Кака говорит, что даже если мы пока не чувствуем этого, постепенно мы придем к тому, что мы достигнем Просветление и сомнения уйдут, все станет очевидным. Какую для этого совершать Садхану – ту, что дал мне мой Гуру.

Может и нет особых сомнений на уровне интеллекта, но Вивек не работает, мы постоянно забываем об этом и вовлекаемся в мирские мысли и действия.

sarvabhūtahite ratāḥ - кто занят благополучием других. Риши (Святые) постоянно озабочены благополучием других. Что бы они ни делали, все для благополучия мира.

Нужно понимать, что невозможно жить и не делать ничего для себя. Необходим баланс, время для Садханы, для себя, семьи. Какое-то время необходимо для мира.

Думая о мире, Др. Кака говорит, нужно быть благодарным миру. Мир здесь включает все: родственников, друзей, общество. Мы говорили уже о концепции долга. Мы обязаны родителям, детям, обществу. Думая о долге, не возникает мысли о том, что я для вас все делю, не возникает чувства, что в результате мне кто-то должен. Очень хорошая и полезная концепция, что я возвращаю долг, делая что-то для других. Др. Кака советует всегда придерживаться такой мысли.

kṣīṇakalmaṣāḥ - грехи разрушены.

Как могут быть разрушены грехи? – если я не являюсь исполнителем, о каких грехах можно говорить. Нет ни Папа ни Пунья. Таковы Йоги, Риши.

yatātmānaḥ - контроль над телом и умом. Как просветленные контролируют себя? – Мы обычно уверены, что это мое тело, мой ум. Просветленный не привязан ни к телу, ни к уму, он совершенно уверен, что это всего лишь инструмент, но Я не тело, Я получил тело для того, чтобы достичь Мокшу. Так они контролируют ум и тело.

Мы рассматриваем характеристики Карма Саньаси. О них говорит и шлока 26.

Шлока 26

Kāmakrodhaviyuktānām yaṭīnām yatacetasām |
Abhito brahmanirvāṇam vartate viditātmanām || 26 ||

A renunciate who is free from the impulses of desire and anger, who has conquered his mind and realized “I am Brahman,” is liberated naturally.

Отреченный, свободный от импульсов желания и гнева, покоривший свой ум и осознавший, что "я есть Брахман", освобождается естественным образом.

5.26. Для мудрых, свободных от гнева и желания, контролирующих мысли, познавших себя, освобождение в Боге близко.

Повторяется идея предыдущей шлоки, говорится о человеке, свободном от порывов желаний и гнева.

Yaṭī - Йог

Yatacetasām – контролирующий ум

Viditātmanām – viditā – знающий. Что он знает – он знает свое Я.

Abhito brahmanirvāṇam -

Abhito - со всех сторон

Abhito brahmanirvāṇam - он всесторонне утвердился в Атмане.

Kāmakrodhaviyuktānām -

Kāma – желание, страсть

Krodha – гнев

Kāmakrodhaviyuktānām - свободен от желаний и гнева

Мы говорили много раз о свободе от желаний и гнева. Почему Кришна повторяет бесконечно? – да потому, что легко понять, да трудно применять, действительно избавиться от них. Поэтому и повторяет.

Можно думать об удовлетворении желаний двумя путями: Представим, что все мои желания удовлетворены, я всего достигла. Это иллюзия, так не бывает. Даже если на какое-то время все так, как я хочу, ситуация быстро меняется, ничто не стабильно.

Мукта приводит пример с пачкой салфеток: достали одну и другая уже торчит наготове. Одно желание исполнилось, другое тут же появилось, торчит. Удовлетворить все желания невозможно, но возможно их прекратить, когда их больше нет. Нам нужно размышлять о том, что есть возможность не иметь желаний. Мы не монахи, вокруг семья, есть нормальные желания пить и есть, иметь деньги на жизнь. Все это естественно, но нужно следить за тем, что лишнее, ненужное и не желать такого. Часто мы бежим за тем, что совершенно не нужно.

Всего Веданта обычно говорит о 6 плохих качествах:

1. Желание (вожделение)
2. Гнев
3. Привязанность
4. Зависть
5. Жадность
6. Гордыня

Но снова и снова повторяется только о желании и гнев, потому что если победить эти, то остальные уйдут сами. Труднее всего контролировать желания. А неудовлетворенные желания приводят к гневу.

Удовлетворенные желания ведут к жадности, хочется больше.

В обычной жизни гнев иногда необходим, но Др. Кака указывает на «контролируемый гнев». В ситуации, где необходимо показать гнев, нужно уметь его «подделать». В настоящем гнев нет никогда необходимости, он

ничего не изменяет в ситуации, а только усугубляет ее У нас редко получается подделывать гнев, он получается настоящим.

Для контроля желаний и гнева необходима длительная практика. Постепенно они уменьшатся, должны уменьшиться, иначе нет пользы от учебы. Повторяется идея предыдущей шлоки, говорится о человеке, свободном от порывов желаний и гнева.

Viditātmanām - знающий свою истинную природу. Таким образом, речь о характеристиках Просветленного человека.

Что есть моя истинная природа? – я не тело, не ум. Я есть Сат Чит Ананда. Просветленный всегда знает и помнит об этом.

Можно еще не быть Просветленным, а быть просто искателем. Где я сейчас? Уверена ли я, что я есть тело или по крайней мере я постепенно начала избавляться от этого чувства? Уменьшается моя привязанность к телу? Читая эту шлоку каждый должен задать себе такие вопросы.

Какие критерии привязанности к телу? – сколько раз в день я смотрюсь в зеркало? Насколько я им озабочена? Даже просветленные люди смотрятся в зеркало, чтобы проверить, все ли в порядке. Можно следить за весом и красить седые волосы – мы живем в обществе. Привязанность проявляется, когда чего-то нет или что-то нет так с телом. Не должно быть трагедии и драмы по любому случаю.

Характеристики Просветленного для нас Садхана.

Abhīto brahmanirvāṇam - он всесторонне утвердился в Атмане.

«Всесторонне» - в данной жизни и после смерти. Просветленный знает, что он Брахман и смерть к Нему не относится. В данной жизни он есть Дживамукти и знает об этом. Видехамукти – после ухода тела. Нас не интересует, что будет после смерти, наша цель – Мокша при жизни, поэтому нужно контролировать желания и гнев.

brahmanirvāṇam - абсолютное блаженство или мир. Дживамукти постоянно находится в мире и блаженстве. Дживамукти можно назвать Карма Саньяси, т.к. данная глава посвящена Карма Саньяси.

Это была последняя шлока, говорящая о Карма Саньяси.

Следующие шлоки в главе являются вступлением к следующей главе, посвященной медитации.

Лекция 13, шлоки 27-29

Повторение:

В предыдущий раз мы закончили

Мы закончили обсуждать характеристики Просветленного человека. Зачем они нам нужны? – для нас это духовная практика, мы хотим стать такими, как они, причем не когда-то, а как можно скорее, в этой жизни еще успеть. Шлоки говорят о характеристиках просветленного человека. Опять все сводится к контролю над собой, над чувствами, мыслями, гневом. Важная концепция о том, что когда я делаю что-то для других, тем самым я возвращаю долг, а не накапливаю бонусы, чтобы потом ими воспользоваться. Хорошо бы хотя бы теоретически не забывать об этом и стараться развивать в себе качества, без которых невозможно продвигаться дальше в духовности.

Веданта говорит о плохих качествах, которые нам знакомы и в большей или меньшей степени они в нас присутствуют. Хорошо их помнить, при случае узнавать и пресекать:

1. Желание (вожделение)
2. Гнев
3. Привязанность
4. Зависть
5. Жадность
6. Гордыня

Прежде чем начать разбирать новую шлоку, вспомним, что условно Гита делится на 3 части: Тат Твам Аси:

1. Главы 1-6 посвящены Твам – ты, Джива. Что должен делать Джива, чтобы достичь Брахман
2. Главы 7-12 Тат – говорят о То, Брахман
3. Главы 13-18 Аси – Единство Тат и Твам, Дживы и Брахмана. Какую Садхану должен совершать Джива, чтобы достичь Единство.

В главах 1-6 большая часть посвящена Карме, действиям. Главы 3-5 говорят только о том, что должен делать Джива. Духовная практика начинается с действий, которые нужно научиться делать правильно с точки зрения духовности.

Шлоки 27-28:

5.27. Отключившись от всех внешних объектов, сосредоточив взор между бровей, уравнивая внешнее и внутреннее дыхания,двигающиеся в ноздрах,

5.28. Мудрец, укротивший чувства, ум и разум, стремящийся только к освобождению, отбросивший желания, страх и гнев, – навсегда свободен.

Мудрец, целью которого является освобождение, отсекает все внешние объекты и успокаивает ум, фиксируя взгляд между бровями. Он уравнивает внешнее и внутреннее дыхание в ноздрах; с высокой бдительностью контролирует ум, интеллект и чувства; изгоняет из своего ума Васаны, страх и гнев. Он освобождается навсегда.

Шлоки говорят о характеристиках Хатка Йога. Такой Йог отключает восприятие всех внешних объектов, останавливает мысли тем, что сосредотачивает взор на место между бровей, уравнивает входящее и выходящее дыхания. Все практики Хатка Йоги.

Такой человек держится в стороне от объектов чувств и старается не наблюдать их, не пускает их внутрь. Фиксирует внимание на точку между бровями. Он хочет только одно – Мокша. Все остальное в мире он оставляет.

Он укротил все желания, все Васаны, страх.

Шлоки перечисляют список того, что делает Дживамукти, человек, уже достигший освобождение.

Это не наш путь, но Кришна описал все пути, и мы хотя бы упомянем и этот, просто для общего образования. В пути Медитации, Дхьяна Йоге есть только одна цель – Мокша.

«навсегда свободен» - не только когда-то свободен, а освобожден навсегда. Т.е. говорится о Просветлённом человеке, достигшем полную Самореализацию, как наш Др. Кака. Жизнь не изменится, ситуации останутся, но изменится точка зрения на них.

Мукта говорит, что путь Медитации сам по себе не так сложен, но нужен настоящий Гуру, который может обучить правильно. Сейчас медитация вошла в моду, люди думают, что так можно достичь мир и покой. Однако, не так просто научиться медитировать. Проблема в том, что час медитации ничего не дает, если не размышлять об этом остальные 23 часа в сутки. Час

медитации не получится, если остальное время захлестывают желания и гнев.

В чем различие Карма Йоги и Дхьяна Йоги?

Карма, действия, совершаются во внешнем мире при участии моего тела, поэтому она сравнительно проста. Медитация – тонкая вещь, она происходит внутри. Постольку что нужно перейти из внешнего мира во внутренний, необходима большая подготовка:

Не «потреблять» никакие внешние объекты, отключиться от них.

Обычно наши органы чувств стремятся наружу. Здесь нужно лишить их такой возможности. Нужно закрыть глаза, но проблема в том, что открыв их, глаза тут же видят мир. Поэтому важно контролировать ум: открыла глаза и вижу хороший цветок или кучу мусора, должно быть все равно. Глазам и так все равно, разницу видит только Джива, начинает оценивать.

Говорится о цепочке, которую мы знаем: органы чувств вступают в контакт с объектами и передают информацию Дживе. Между органами чувств и Дживой находится Антахкаран. Под Дживой здесь подразумевается отраженное сознание, Чидабхаса.

Аналогия: я заказала что-то и тот, кто доставил, оставил заказ перед дверью. Мой выбор взять ли в дом то, что принесли или оставить лежать перед дверью. Решение принимает Джива, т.к. он обладает сознанием. Мы тоже иногда способны отключиться от внешних объектов, например, когда мы ждем чего-то, например лекцию Мангеша, когда она начинается, то все органы чувств отступают, остаются только слух. Ум не приносит информацию от других органов.

Когда Джива реагирует, это значит, что он «потребил Вишия, объект чувств.» Главное в Дхьяна Йоге не «потреблять» внешние объекты. Глаза можно закрыть, но что делать с ушами, носом? Что же делать? – не давать волю реакциям, как будто я ничего «не потребила».

Взгляд должен быть сосредоточен между бровей.

Когда глаза открыты, они видят окружение, когда закрыты – есть опасность заснуть. Поэтому рекомендуется держать их прикрытыми. Здесь есть связь с чакрами. Продвинутый Йог может загипнотизировать человека, направив взгляд ему между бровей и может управлять его умом. Шлока же говорит о том, чтобы контролировать свой ум. Что означает, что мы пока не способны его контролировать.

Контроль Прана и Апана – входящего и выходящего дыхания.

Обычно время вдоха и выдоха не одинаковы. Хатка Йога говорит, что их нужно уравнивать и практиковать это следует не 2-3 часа в день, а постоянно.

Цель у нас с Хатка Йогами одинаковая, но пути очень различаются.

Какие бывают виды Садханы:

- Карма,
- Упасана,
- Дхьяна.

- Манана,
- Шравана,
- Ниддхидьясана.

Мы увлекаемся изучением Гиты, Садханой, но часто забываем при этом цель и увлекаемся тем, чем заняты: Садханой или учебой. От этого только возрастает эго. Вывод: нужно фокусироваться на окончательную цель, все остальное только средства, они когда-то уйдут.

Садханы бывают разные, но важно помнить, что я делаю совершаю Садхану для себя и польза от этого только для меня.

Должно быть желание только Мокши.

Не должно быть других желаний. Для этого все органы чувств, ум должны быть под контролем.

Шлока 28

5.28. Мудрец, укротивший чувства, ум и разум, стремящийся только к освобождению, отбросивший желания, страх и гнев, – навсегда свободен.

говорит о мудром, на Санскрите Муни и объясняет, кто такой Муни. Муни тот, кто совершает Манана. Размышляет об услышанном, о том, как применять философию практически. Не просто послушал и забыл.

Желания, страх и гнев совершенно прошли.

Когда проходит страх? – до тех пор, пока я вижу дуальность в мире, страх остается. Страх приходит всегда от чего-то, отдельного от меня. Если я вижу везде и всюду только себя, откуда взяться страху. Пока мы воспринимаем дуальность, невозможно видеть Единство. Поэтому всегда есть страх потерять близких, состояние, дом. Пока мы ищем в них прибежище, а должны научиться искать его в Боге. Научившись предаваться Ишваре, страх уйдет. Примеры, если искать прибежище в ком-то и он умрет, если искать прибежище в состоянии – оно пропало.

Единственная полезная мысль во всех ситуациях – все происходит по плану Ишвары, что бы Он ни сделал, это и есть лучшее для меня – полностью предаться. Нужна абсолютная вера в Ишвару. Легче сказать, чем сделать! Чем больше веры в Ишвару, тем меньше страха. В шлоке Кришна говорит о том, что если есть желание Мокши, то не должно быть никакого страха.

Мы говорим о Дхьяна Йоге. Невозможна медитация, если есть страх, мысли будут возникать и мешать.

Шлока перечисляет список характеристик Дхьяна Йога:

- укротивший чувства, ум и разум,
- стремящийся только к освобождению,
- отбросивший желания,
- страх и
- гнев

Чем больше мы продвигаемся по нему, тем больше наш успех, Читта очищается и успокаивается. Чистая и спокойная Читта дает возможность Просветления.

Bhoktāraṃ yajñatapasāṃ sarvalokamaheśvaram ।

Suhrdaṃ sarvabhūtānāṃ jñātvā māṃ śāntim ṛcchati ॥ 29 ॥

5.29. И познав Меня – наслаждающегося всеми жертвоприношениями и аскезами, Великого Владыку всех миров, Друга всех существ, – он достигает мира.

Мой преданный осознает: "Я - наслаждающийся всеми жертвоприношениями и аскезами, Господь всех трех миров, таких как рай и т.д., и бескорыстный друг всех существ". Осознав это, он обретает высший покой.

Эту шлоку можно интерпретировать двумя способами. В шлоке говорится о трех вещах:

1. Кто такой Бхокта, наслаждающийся всеми жертвоприношениями и аскезами? - Тот, кто совершает Ягья и Тапа. Тот, кто получает от них переживание, называется Бхокта, наслаждающийся.
2. *Sarvalokamaheśvaram* – «Великий Владыка всех миров», «Повелитель, Ишвара во всех трех мирах (земля, рай, ад)
3. *Suhrdaṃ sarvabhūtānāṃ* - бескорыстный друг всех существ

«И познав Меня» - Кто же этот Он? Это можно понять в двух смыслах:

1. Кришна говорит о Самом Себе. Кришна является Ишварой в трех мирах, а так же бескорыстный друг всех существ. Познав Бога, мы найдем непреходящее счастье и мир.
 2. Каждый Просветленный человек может это сказать о Себе, он является всеми этими тремя, потому что он не отличен от Кришны.
- Понятно, что все справедливо не на уровне тела. Когда Просветленный так говорит о Себе, он не имеет в виду свое тело, а Чистое Сознание, Атман.

Suhrdam - бескорыстный друг. Трудно найти такого друга в наше время. Даже в семье многое мы делаем с корыстными мотивами, ожидаем что-то в результате. Возможно ли иметь такого друга, которому ничего от меня не нужно? Такой друг Господь Кришна. Он Сам рассказал Гиту, не имея никаких ожиданий. Мы покупаем книгу «Гита», но Кришна ничего не получает. То же справедливо и относительно нашего Садгуру. Он тоже не имеет никаких ожиданий и передает нам знания. Так же и святые. Мы слушаем их и пытаемся достичь Самореализацию.

Достигнув Мокшу, он получает возможность реализовать высшее состояние Я, описанное в "Тайттирия Упанишаде" -.

"Я - движущая сила дерева земной жизни. Моя слава подобна высочайшему пику горы".

Лекция 14, обозрение главы

ИСТИННОЕ ОТРЕЧЕНИЕ

Глава начинается с вопроса Арджуны: что лучше – стать монахом или Карма Йога? Уже глава 3 начинается с подобного вопроса: *«если Ты считаешь, что путь мудрости лучше пути деяний, то почему Ты вовлекаешь меня в столь ужасное дело, Кешава?»*

Т.е. Арджуна задал вопрос и ему дали ответ, ему посвящены главы 3 и 4, а теперь он опять спрашивает то же самое. Слушал он вообще ответы или все пропустил мимо ушей? Мандатай говорит, что вопросы похожи, но между ними есть разница.

Вопрос в 3 главе основывается на шлоках из главы 2, например, [2.49. Воистину, о Дхананджая, йога божественного сознания выше деятельности ради плодов. Ищи прибежище в Боге. Кто стремится к плодам своих действий, тот жалок.](#)

В 5 главе вопрос заключается в том, идти ли ему в монахи или продолжать выполнять свои обязанности. Сомнения основаны на шлоках из 4 главы:

4.19. Того, чьи начинания лишены желания чувственного наслаждения, чьи последствия действий сожжены огнем знания, того ученые называют мудрым.

4.21. Свободный от желаний, обуздавший свои мысли и разум, оставивший чувство собственности и действующий лишь для поддержания тела, он не вовлекается в грех.

4.22. Довольный тем, что приходит без усилий, превзошедший двойственность, лишенный зависти, равный к успеху и неудаче, он не связывает себя, даже действуя.

4.34. Постигни это, обратившись к духовному учителю, вопрошая его и служа ему; мудрые, познавшие Истину, посвятят тебя в это знание.

4.37. Как пылающий огонь превращает дрова в пепел, о Арджуна, так и огонь знания превращает в пепел все последствия дел.

4.41. Но тот, кто с помощью йоги отрекся от плодов деятельности, разрушил сомнение духовным знанием и погружен в себя, не связывается последствиями действий, о Дхананджая.

В главе 3 Кришна говорит:

3.30. Посвящая все свои действия Мне, сосредоточив сознание на истинном я, освободившись от желаний, эгоизма и беспокойств, **сражайся**.

Получается, что с одной стороны нужно отречься (стать монахом), а с другой стороны нужно воевать. Что же правильно?

Еще важный момент – настойчивость Арджуны. Он не понял, остались сомнения, и он спрашивает еще и еще, стремится понять до конца. В любой учебе, особенно в духовности, такая настойчивость совершенно необходима. В этой связи Др. Кака упоминает историю Ничикеты их Катха Упанишады, когда Ничикета тоже проявил настойчивость и отказался от всех соблазнов, которые были ему предложены. Это как-бы соединение между двумя писаниями. Ничикета говорил: «Я не хочу ничего другого, хочу только это», а Арджуна говорит: «я не понимаю, но хочу понять. В этой связи еще важно помнить о Шрея и Прея.

Вывод, который можно сделать из самого вопроса Арджуны: такой пример – у меня есть велосипед и есть мотоцикл, мне нужно поехать куда-то по соседству и спрашиваю соседа, на чем мне лучше поехать. Из этого может следовать, что я не знаю дорогу, но так же и понятно, что я не очень хорошо владею мотоциклом, иначе зачем спрашивать, садись на мотоцикл и быстренько съезди. Так и с вопросом Арджуны. Есть путь монаха, Саньяси, отречение и есть Карма Йога. Саньяси – мотоцикл, Карма Йога – велосипед. Но если я не умею управлять мотоциклом, то легче добраться на велосипеде.

Конечно, Арджуне не хочется воевать и он рад тут же уйти в монастырь, не зря он опустил лук и сказал: «Я не буду сражаться». Но что он будет делать в монастыре? Тут же начнет мучиться сомнениями. Кришна знает все это, поэтому и не советует ему уходить с поля боя.

Писания описывают для искателей 3 пути в зависимости от квалификации:

- Pippilika - ant; муравей
- Markata - monkey; обезьяна
- Vihangama – bird птица

На высоком дереве растет сладкий плод, хочется до него добраться. Для птицы это мгновенное дело, взлетела и клюнула.

Обезьяна не умеет летать, но она умеет легко лазить по дереву. Ее проблема в том, что она не способна прямо идти к цели, она будет все время отвлекаться и по пути к вершине залезет еще на все ветки.

Последний муравей. Он не умеет летать и не умеет скакать по веткам. Он будет настойчиво и непрерывно просто идти к цели и в конце концов дойдет до нее.

Джнянешвар написал об этих трех путях для духовного искателя.

Такой человек, как Др. Кака устроен так, у него такой интеллект, что он способен на Йогу Знания. Он как птица устремляется прямо к цели, не отвлекается, как обезьяна и быстро достигает Брахман. Мы скорее как муравьи, у нас нет способности взлететь, поэтому мы должны стараться и работать, чтобы дойти до цели.

Кришна видит способности Арджуны и говорит, что среди Карма Йоги и Карма Саньяси для Арджуны лучше Карма Йога. Для другого, как, например, Ади Шанкарачарья, Саньяси было лучше. Но для обычных людей, как все мы, лучше Карма Йога.

Почему для большинства лучше Карма Йога?

1. Мало таких людей, которые по своей природе спокойны, не имеют привязанностей и у них нет потребности в действиях. Тут не имеется в виду пассивность или лень, но есть люди, которые, например, не способны просто посидеть на месте.
2. В Карма Йоге прогресс идет постепенно. Сначала достигается Читта Шуддхи – очищение ума – путем совершения неэгоистичных действий. Далее идет Упасана – стабилизация ума. Тогда ум готов к приобретению Знания. Но такой последовательности нет в Санньясе. Они должны быть уже готовы, т.е. должны иметь чистый и спокойный ум. Они должны полностью раствориться в своем монашестве. Но предварительная подготовка исключительно важна.
3. Став монахом, нужно наложить очень суровые ограничения на чувства и все действия. Пример Свами Сарваприйянанда, когда

монах отказался есть вкусный хлеб, считая, что монахи должны быть довольны едой невкусной. Дело не в том, что они обязательно должны есть невкусно, но они должны всегда следить за своими органами чувств и не идти у них на поводу, потому что они аскеты. Такой суровый аскетизм не требуется от тех, кто занимается Карма Йогой. Можно радоваться вкусной еде и всем радостям, но нужно отказаться от ожидания конкретных результатов и не считать себя деятелем.

4. Следуя путем Карма Йоги можно надеяться на поддержку и помощь, чего нет у Саньяси. Пример Мандатай: мне нужно добраться из одного города в другой. Можно поехать на машине. Хотя это и долго, но по дороге можно остановиться, поесть, если машина сломалась, найдется кто поможет ее починить, поменять колесо. Если я решу полететь на своем вертолете, это быстрее, но если забарахлит в воздухе мотор, то никто мне не поможет. Поэтому Саньяса не подходит для простых людей, как мы все.
5. Совершая ошибки в Карма Йоге, они все поправимы – сегодня я опять забыла и ожидала результатов и потом расстроилась, ничего, завтра начнем сначала. Все не так, как у монахов. Пример с Днянешвара, его родителями. Его отец женился, потом принял монашество, затем Гуру послал его назад к жене. У них родились 4 детей и их все дразнили «сыновья монаха». Родители покончили с собой, чтобы освободить детей от позора. Т.е. за ошибку монах платит всегда очень дорого.

Поэтому Кришна и говорит Арджуне, что монашество не для тебя, не думай о нем. Мотоцикл не для, тебя, садись на велосипед и поезжай потихоньку.

Таков главный вывод из шлок 1-3 этой главы.

Кто истинный монах-Саньяси? Тот, кто официально принял пострижение? Кришна отвечает «нет». - **5.3. Нужно признать неизменно отреченным того, кто не ненавидит и не вожделеет; превзошедший двойственности**

Объясняя это, Др. Кака обращается к Днянешвару, который говорит, что истинный Саньяси тот, кто отказался от «я» и «мое». Это очень известное определение отречения. Вместо того, чтобы носить оранжевые одежды, нужно отказаться от мысли «я», относящейся к этому телу и «мое» - тоже относящееся к этому телу. Др. Кака обращает на это наше внимание снова и снова. Исключительно важна такая установка в уме. Почему это так трудно? – мы выросли в «я», относящееся к телу и даже не замечаем этого. Это ограничение, происходящее от множества предыдущих рождений.

История со скульптором, который умел делать такие прекрасные скульптуры. Пришло ему время умирать и он сделал 10 скульптур, точных копий его самого, не отличить. Пришли слуги бога Смерти его забирать, и видя, что стоят 10 скульпторов, какого из них забирать? Они стали хвалить скульптора на все лады. Чем больше они хвалят, тем больше скульптор гордится собой. В конце концов один говорит: не может быть, чтобы это создал человек, это создание самого Бога. Скульптор не выдержал оскорбление: это все я! Я сам их все сделал! – тут же и попался. Но с нами происходит тоже самое. Любая похвала, любое оскорбление – все тут же в нас отзывается – это я! До тех пор, пока маленькое «я» сидит внутри, я не Саньяси даже по установке в моей голове. Что говорить про внешнее отречение, если я внутри не Саньяси. Связь между «я и мое», относящееся к телу, должна быть разорвана изнутри. Освободившись от внутренних привязок, отпадает необходимость отказываться от внешнего.

В шлоке 4 говорится: **5.4. "Знание и йога деяний различны", так говорят невежды, но не ученые мужи; кто утвердился в одном, тот обретает плоды обоих.**

Опять Кришна повторяет мысль о том, что глупы те, кто думают, что Карма-Йога и Карма Санньяса различные пути. И то и другое ведет к той же самой цели. Только невежественные считают Карма Йогу ниже, чем Карма Санньяса. Поэтому здесь опять возвращение к теме о том, какой путь выше и лучше – сказка про муравья, обезьяну и птицу. Все зависит от начальных условий, от развития искателя, но все пути ведут к цели и нет среди них низкого и высокого.

Далее обсуждаем шлоку 5.7

5.7. Кто посвящает действия Богу, чист сердцем, покори́л ум и чувства, познал Душу душ всех существ, тот, даже совершая действия, не связывается ими.

Здесь важное пересечение с Ишавасья Упанишадой.

6. Но кто все существа в самом лишь видит и во всех существах – Самого, отсюда не отвращается.
7. Если все существа произвел как бы Сам, нерождающий, – какое здесь заблуждени́и? Какое горе у единовидящего?

В шлоке 7 перечисляется целый список добродетелей, хороших качеств. Мы все их обсуждали. Но важно слово «*Sarvabhūtātmanabhūtātma*» - Человек, способный видеть себя в других людях и других в себе.

Мантры 6 и 7 в Ишавасья говорят о том же самом. Как такой человек может кого-то ненавидеть? Как он может быть несчастным?

«Видеть себя в других и других в себе» - легко сказать, да трудно практиковать.

Нужно внешне соблюдать все правила обычной жизни, но внутренне выработать в себе такую установку. Др. Кака советует размышлять на различных уровнях. У нас есть коллеги, друзья, члены семьи, другие искатели. Как пример рассуждения на различных уровнях Мукта рассматривает ситуацию с ужасным начальником, который всегда и во всем видит только мои ошибки. Невозможно с ним общаться, как же тогда видеть в нем себя и в себе его? Какой выход? Как размышлять? –

- это не начальник делает меня сегодня несчастной, это я сама делаю себя сегодня такой. Это не мой сосед сделал меня сейчас счастливой, это я сама сделала себя счастливой. Это не кто-то другой, кто делает меня счастливой или несчастной, это все я сама.
- Дело не в начальнике, а в моей Прабандхе. Можно попытаться найти выход из плохой ситуации, поменять работу, уволиться, т.п. Но интересно, что в момент конфликта начальник кажется таким ужасным и таким важным в моей жизни, но избавившись от него вдруг осознаешь, что он вообще не играет никакой роли в моей жизни. И тогда действительно становится очевидно, что это я сама создавала себе проблемы. Все это справедливо на работе и в семье и во всех различных отношениях.

Важно постараться рассуждать таким образом, потому что это сразу снимает напряжение во всей ситуации, уходит стресс и все, что делает меня несчастной.

Мукта говорит про Каку, что нам все время кажется, что побыв со мной он становится похожим на меня, принимает все мои порядки и правила. Но через несколько дней к нему приезжает другая хозяйка, наводит другие порядки и он спокойно забывает мои порядки. Кака способен вести заинтересованную беседу с каждым и кажется, что он и правда интересуется спортом или политикой. Кто бы ни был с ним, он может легко стать одним с другим человеком. Нам в результате всем кажется, что Кака точно как я, и любим его. Он любит все тоже самое, что люблю и я. Такой Sarvabhūtātmanā - Человек, способный видеть себя в других людях и других в себе.

Человек, способный практиковать такое равенство, не связывается действиями, они не оказывают на него влияния.

Шлоки 8 и 9 весьма простые:

5.8. Кто пребывает в божественном сознании и видит Истину, тот понимает: "Я ничего не делаю", взирая, слушая, касаясь, обоняя, вкушая, двигаясь, предаваясь сну, дыша;

5.9. Разговаривая, выделяя, хватая, открывая и закрывая глаза. Он знает, что это лишь чувства взаимодействуют с объектами чувств.

Все действия совершает Джива, Ишвара вынуждает Дживу к действиям, все действия совершаются на основе Атмана, Атман не совершает никаких действий – Акарма. Мы тоже должны все время помнить о том, кто действует, и кто мотивирует действия, и кто я, какова моя роль во всем этом процессе.

«Будь един с Акарма Атманом, совершая все действия» - в этом смысл шлок.

5.10. Тот, кто действует без привязанности, посвятив свои действия Всевышнему, тот не пятнается грехом, подобно тому, как лист лотоса не смачивается водой.

Нужно совершать действия, как совершая жертвоприношение Брахману. Тогда человек остается несвязанным, как лист лотоса. Это известный пример с листом лотоса, который не смачивается водой.

Др. Кака так это комментирует: Брахману ничего невозможно жертвовать, поэтому мы все жертвуем Ишваре. Подумаем, почему правильно жертвовать действия Ишваре? - Как мы совершаем действия? Я делаю все с помощью моего собственного тела. Кто создал тело? – Ишвара. Но если инструмент-тело принадлежит Ишваре, то и все действия принадлежат ему. Мы так привыкли считать, что мы все делаем и совершенно забываем, кому все принадлежит. Я пошла и купила продукты на заработанные мною деньги. Но откуда продукты? Чья земля, чьи растения, кто создал все? Поэтому совершая любое действие нужно найти дорожку назад к Ишваре. Рассуждая таким образом и осознавая Его владельцем всего мы тем самым приносим действие Ему в жертву. Не нужно приносить Ему цветок или кокос, но нужно думать о Нем как о дирижере, который руководит миром, всеми его частями. А я здесь только форма, которая движется Им. Научившись рассуждать таким образом, все действия становятся жертвоприношением Ему.

«кто действует без привязанности» -

Мы уже много говорили об этом. Оставь привязанность к действиям, к плодам действий. Др. Кака упоминает еще привязанность к моей собственной возможности, способности. Иногда дело даже не в действии, а в моей способности совершить действие. Например, я знаю, что я в состоянии сесть и читать не отрываясь 3 часа, какая книга ни была бы. У меня есть некоторая гордость за себя, что я в состоянии так хорошо заниматься. И я весьма привязана к этой гордости. Нужно отказаться от

привязанности не только к действиям, но и к таким побочным явлениям, как гордость за себя.

Другой пример с музыкантом, который всю жизнь посвятил музыке, прекрасно владеет инструментом и говорит, что он хотел бы вот так и умереть, играя на сцене музыку. С точки зрения обычной мирской жизни – великий музыкант, готов умереть, посвящая себя музыке. Но с точки зрения духовности – все нужно посвящать Богу и отказаться от мысли, что я великий музыкант.

Шлока 12 опять напоминает о непривязанности к действиям:

5.12. Преданный Богу человек, отказавшись от плодов действий, обретает совершенный мир; но кто не предан Богу и с вожделением стремится к плодам своей работы, тот попадает в рабство.

В 12 Кришна говорит о людях «Юкта», которые Йоги, которые достигли своего истинного Я. Во второй строке говорится об «Аюкта» - кто отделен от Я.

Юкта совершает действия, отказавшись от плодов и в результате он испытывает мир. Аюкта не получают мира ни от какого действия. Почему? – потому что они привязаны к плодам. Привязанность к плодам действий – это важная концепция.

Плоды действий разделяются на 4 различные категории:

5. Drushta = visible present. Я была голодная, поела и голод ушел. Это видимый плод действия, который виден прямо сейчас в настоящем. То же самое, например, уборка квартиры. Убрала – стало чисто.
6. Adrushta Invisible Present – плод действия не виден в настоящем, я совершила действие, но результат нужно ждать несколько дней или лет. Например, написала контрольную, а оценка будет через несколько дней. Посадила дерево, а яблоки вырастут только через несколько лет. Действие я могу совершить сегодня, а результат добавится в мою Санчит Карму и я получу его неизвестно когда. Все это Адришти, невидимый в настоящем результат.
7. Prapta = Visible from past – видимый результат из действия, совершенного в прошлом. Иногда это из этого рождения, иногда из предыдущих. Например, мое нынешнее рождение и мое нынешнее тело – результаты из предыдущих рождений. Почему у меня такой рост, такие волосы и такой нос? – все результат прошлых действий, которыми я пользуюсь (страдаю или радуюсь) сейчас.
8. Aprapta = invisible from past – невидимое из прошлого. Я родилась с определенной Праабдхой, прожила уже часть ее, но остальная Праабдха мне не известна. Но я точно получу эти плоды, которые мне положены согласно моей Праабдхе, без этого я не умру. Например, мне суждено получить 1000 000. Я не работаю и денег у меня нет, но я как-то случайно могу купить лотерейный билет и

выиграть их. Или а возрасте 80 лет мне суждено сломать руку. Какая-то причина заставит меня пойти на улицу, поскользнуться и упасть или попасть в аварию или еще что, но рука сломается. Все это мне придется испытать, независимо от того, что и как я делаю, потому что я родилась с такой Прарабдхой.

Когда Кришна говорит «оставь привязанность к плодам», за всей классификацией стоит определенная мысль. Например, Drushta. Я поела и голод ушел. Как избавиться от привязанности в этом примере? – отказаться от запросов. Я люблю только картошку и картошку только вареную. Жареную я не буду есть ни за что! И не хочу, что бы ты ее варила, я сделаю сама, иначе все будет не так, как я хочу. И так запросы во всем и по любому поводу. Не нужно здесь утрировать и терять здравый смысл. Конечно, нужно соблюдать определенные нормы и правила. Но чем меньше у меня запросов в будничной жизни, тем легче мне жить. Опять нам пример наш Кака. Хозяйки у него каждую неделю новые, каждая со своими пряжками. Со всеми он соглашается, пока они там, потом они уезжают и все идет своим чередом.

А-Drushta – откажись от ожиданий, надежд. Не нужно питать надежды ни к чему. Я выйду на пенсию, буду жить красиво, поеду в кругосветное путешествие. Все надежны и ожидания, которых не следует иметь.

Prapta – я горжусь своей фигурой, своими детьми, своим домом. От всех гордостей нужно отказаться. Фигура может испортиться, дети пойдут не туда, дом снесет наводнением. Все, чему суждено случиться, то случится, нельзя чувствовать привязанность ни к чему.

Aprapta – не стремись и не желай. Некоторое отличие от пункта 2. Надежда – это когда чего-то нет и надеешься получить. Здесь идет речь о том, что уже есть, но хочется больше или другой вариант того, что уже есть.

Нужно отказаться от всех этих желаний и стремлений. Все, что придет, случится, хорошее или плохое – все на мою пользу, все хорошо для меня, все задумал для меня Бог.

Нужно помнить про эту классификацию и в такой последовательности отказаться от привязанности к плодам. Подумай для себя, на каком пункте я больше завязла? Может оказаться, что в некотором я больше увязла, а другие пункты меня почти не затрагивают. У каждого своя специфика.

5.18. Мудрый видит одно и то же в брахмане, наделенном смирением и ученостью, в корове, слоне, собаке и в поедателе собак.

В связи с этой шлокой Др. Кака объясняет концепцию Упадхи. Он объясняет так Упадхи: если она присутствует, от нее нет никакого вреда. Если она отсутствует, это не вызывает никаких проблем. Она здесь – хорошо, ее нет – ничего не стало хуже. Упади присутствует – ничего не прибавилось. Отсутствует – ничего не убавилось.

Другой способ объяснения: я ищу дом и вижу несколько одинаковых. Какой из них мне нужен? – это тот, на котором сидит ворона. Ворона – Упадхи. Она не имеет отношения к моему дому, прилетела-улетела – все равно. Мы ее использовали сейчас просто для временного определения какой из домов мой. Если она улетела, можно найти другой способ указать на мой дом.

Так устроено и наше тело. Пока оно существует, мы можем говорить, что оно указывает на Брахман. Но тела не стало, Брахман остался, Он никак не связан с телом.

Третий способ объяснения Упадхи. Техническое определение: Упадхи – это нечто (предмет), который находится в определенной позиции к объекту, который используется для идентификации объекта и для обличения данного объекта от других объектов, сам этот предмет никак не связан или прибавлен к объекту.

Пример: пять человек заказывают 5 чашек чая, я хочу чай без сахара. Приносят поднос и говорят: вот чай, твой чай без сахара в красной чашке, а все остальные белые. Красная чашка – Упадхи для чая без сахара. Получается, что всего у нас 5 чашек чая, но одну нужно было как-то выделить. Красная чашка выделяет чай без сахара, но при этом никак не связана с чаем.

Возвращаясь к шлоке, Др. Кака говорит, что брамин, слон, собака – все лишь Упадхи, как чашки белые и красные. Внутри чашек все тот же чай. Внутри всех собак и слонов только Брахман. Наша проблема в том, что мы так заиклены на Упадхи, что мы забываем о том, что внутри. От этого возникают все наши проблемы, от того, что мы видим всюду только Упадхи.

Др. Кака приводит пример с бананом. Прежде чем его съесть, мы его чистим. Прежде чем общаться с кем-то, мысленно нужно очистить его, как банан. Как его чистить:

Сначала очистить физическое тело

Затем тонкое

Затем причинное

Затем супер причинное

Что затем остается – это Брахман.

Или можно очистить 5 оболочек. Но главное очистить мысленно и найти то, что внутри, сфокусироваться на то, что внутри.

Откажись от Упадхи, от привязанностей, фокусируйся на Брахман, который внутри.

Шлока 22 говорит о счастье, что любое счастье от объектов обязательно закончится:

5.22. Наслаждения, рожденные соприкосновением чувств с объектами, лишь источник страдания, у них есть начало и конец, о сын Кунти, мудрый не радуется им.

Когда органы чувств вступают в контакт с объектами чувств, человек получает удовольствие. Но это удовольствие временное, поэтому мудрые им не радуются.

Чем отличается мирское удовольствие от Чистого Блаженства Атмана?

1. Для того, чтобы получать удовольствие от объектов чувств, нужны хорошо работающие органы чувств. С возрастом ухудшается слух, зрение и даже запах и вкус. Для Чистого Блаженства не нужны органы чувств. Днянешвар писал «наслаждайся Этим без слов и пользуйся Этим без органов чувств.»
2. Для того, чтобы получать удовольствие от объекта, он должен быть доступен. Я хочу пирожное, но его нет и магазин закрыт. Чистое Блаженство всегда присутствует.
3. Мирские удовольствия имеют начало и конец, всегда наступает конец!
4. Мирские удовольствия всегда от чего-то зависят: от ситуации, человека, погоды. Чистое Блаженство не зависит ни от чего.
5. Мирские удовольствия заканчиваются и это причина для огорчения.
6. Мирские удовольствия не даются просто так, нужно всегда работать и иногда тяжело работать, чтобы получить их. Чистое Блаженство доступно без усилий.
7. Мирские удовольствия надоедают, приедаются.
8. Чем больше мы получаем удовольствий от мирского, тем больше они затягивают в колесо Самсары, приводят к новым рождениям.

Шлоки 23-26 говорят о характеристиках Просветленного человека, о контроле над импульсами желаний и гнева, контроле ума.

5.23. Кто способен преодолеть побуждения, рожденные желанием, гневом, даже здесь, не освободившись от тела, тот – йог, тот – счастливый человек.

5.24. Кто счастлив внутри, радуется внутри, кто озаряется изнутри, тот йог

становится божественным и достигает освобождения в Боге.

5.25. Мудрецы, лишённые грехов, рассеявшие двойственность, обуздавшие ум, радующиеся благу всех существ, получают освобождение в Боге.

5.26. Для мудрых, свободных от гнева и желания, контролирующих мысли, познавших себя, освобождение в Боге близко.

Последние шлоки 27-29 начинают разговор о медитации, вступление к главе 6, посвященной медитации.

Так в Достославных Упанишадах
Святой Бхагавадгиты,
учении о Брахме, писании йоги,
в беседе Шри-Кришны и Арджуны
гласит пятая глава,
именуемая
ИСТИННОЕ ОТРЕЧЕНИЕ
Йога отречения от действий