

Духовная практика медитации

Dhyana Sadhana 1

Вы, наверное, заметили: в первый день, во время Нама Садханы (практики Божественного Имени), мы воспользовались Нама Смарану. Сегодня, во время Дхьяна Садханы, мы воспользуемся Нама Смарану, а завтра, во время Джняна Садханы, мы снова применим Нама Смарану. Это означает, что Нама Садхана является общей для всех трех видов Садханы. Истинное значение слова «общий» - «универсальный». В мирском обиходе значение слова «общий» иное. «Как ваш ученик?» - «Обычный». Что это значит? - Средний. Но в истинном смысле «общий» означает универсальный, всепроникающий.

Сегодня в мире очень распространен вид медитации, так называемый «агрессивный маркетинг». В Америке термин «агрессивный маркетинг» очень популярен. Каждый учит своей собственной медитации. «Какие у нас есть возможности для медитации?» Все начинается со слова «удобства». Удобства для медитации. Затем появляется Ашрам или даже курорт для медитации. Задумываясь обо всем этом, мы понимаем, как вкрадывается слово «коммерческий». И потом, тот, кто хочет медитировать каждый день, по-настоящему, как это должно быть, где он найдет курорт для ежедневной медитации? И где он найдет Ашрам?

Так что сидеть дома, в подходящее время, в подходящем месте, с правильным умонастроением — вот самая большая проблема. Какими бы благоприятными ни были внешние обстоятельства, если внутри все нарушено, невозможно извлечь пользу из этих внешних обстоятельств. То же самое касается здоровья. Многие спрашивали: «Как прошел полет?». Я отвечал: «Все было отлично, замечательно! Внешние обстоятельства были благоприятными, но и внутри все было в порядке.» Здесь точно так же.

То есть для медитации, для духовного поиска, для преданности, для поклонения внутренняя гармония чрезвычайно важна. А для внутренней гармонии... ум должен быть умиротворен. Это великий дар. Покой ума великий дар. Если Читта пребывает в покое, то Нама Садхана происходит так, как она должна происходить. Если вы воспеваете в состоянии гнева, как звучит воспевание? «Рам Кришна Хари!» Если воспевать, стиснув зубы, что толку от такого воспевания? Необходимо воспевать с предельно умиротворенным умом. Читта не внешняя, она является внутренней. Читта

должна быть умиротворена. Вот почему я всегда говорю всем, что внутри всегда должна быть весна. Внутри нас! Снаружи есть много сезонов. Есть сезон дождей, зимний сезон, весна и самый знакомый - лето. Что такое лето? Когда все нагревается и становится жарко, это и называется летом. На улице очень жарко, если снаружи жара. Если внутри всегда жара, если внутри постоянная смута, вы понимаете, что значит смута, верно? Потому что там, где есть смута, там внутри лето, а когда внутри лето, вы не сможете заниматься никакой духовной практикой.

Если это зима, то повсюду пустыня и безлюдье. Листья опали. Если в нашем сердце пустыня, бесплодие, уныние, то мы также не сможем заниматься духовностью. Если у нас внутри сезон дождей, если они непрерывно льются из наших глаз...

Эти внешние сезоны, если они возникают внутри, становятся для нас чрезвычайно хлопотными. Постоянно культивировать весну внутри - очень важная задача для духовного искателя. Мы должны постоянно культивировать весну внутри, а чтобы культивировать весну, нужно поддерживать благоприятное внутреннее состояние. Чтобы поддерживать благоприятное внутреннее состояние, есть только одно решение: **Jaisi sthiti aahe taishapari rahe koutuk tu paha sachitache.**

Оставайтесь собой в любой ситуации. Цените плоды прошлых карм.
(Екнатх Махарадж)

В конечном итоге все возвращается к одной и той же точке. Поэтому каждый искатель обязан хорошо управлять своим текущим состоянием, независимо от того, какой практикой он занимается. Будь то повторение Имени, медитация или интеллектуальное размышление о Веданте - какой бы ни была практика, поддержание весны внутри огромная ответственность. Поэтому, если в доме двое (муж и жена!), они должны помогать друг другу поддерживать свою внутреннюю пружину. Да будет так! Итак, если в доме есть два человека, и у одного (мужа) лето, а у другого (жены) весна, что произойдет? Лето оттуда обязательно придет в весну. Весна никогда не придет в лето. Таково свойство лета. Лето приходит повсюду. Оно нападает на весну. На самом деле весна вообще не нападает. Запомните это.

Что мы делаем? Мы читаем множество теорий о духовности. Делайте это, делайте то, делайте еще вот это. Приходите и оставайтесь с нами, тогда ваша медитация будет намного лучше. Мы даже будем вас снимать на камеру. Гламур крайне вреден в духовности. Если в духовности есть гламур, то в ней есть Раджас Гуна (качество страсти и активности). Духовность и Раджас Гуна

крайне несовместимы. Если приходится выходить за пределы Сатва Гуны (качества чистоты и благости), как может работать Раджас Гуна? Есть вещи, которые необходимо тщательно сохранять, беречь. Сохранение очень важно.

Все просто философия; мы извлекаем из нее все моменты. Это должно быть так, а вот это эдак. Блокноты заполнены, но весенний сезон не записан ни в одном. Мы должны культивировать его. Это большая ответственность для искателя. У искателя, который культивирует весну, высокие шансы на успех, а у того, кто не выполняет такую обязанность, шансов почти нет, даже если он станет великим ученым, экспертом в своей области. Я говорю, что в практике Нама Садханы я эксперт, и никто не является таким экспертом, как я. Но если нет весеннего сезона (внутреннего покоя), то внутреннее состояние беспокоит даже бедного Раму. Внутреннее время года влияет и на Раму. На него оно не влияет на самом деле, но влияет на нашу практику Нама Садханы.

Итак, чтобы вспомнить все это, вчера я дал введение. Сегодня я даю введение о весеннем сезоне, и цель введения о весеннем сезоне должна быть понятна всем вам. В тот момент, когда мы осознаем, что внутренний сезон вот-вот изменится, нужно быть осторожными и заставлять других быть осторожными. Мы должны быть осторожны и заставлять других быть осторожными.

Ekameka saahya karu, awaghechi dharu supantha

Давайте помогать друг другу, давайте все встанем на правильный путь.

Вчера я поднял тему: каждый духовный Садхак должен понимать концепцию Дживы. Что такое Джива? Что такое Атман? Каковы отношения между Дживой и Атманом, что это за связь, какой она была, как она разрушилась и как ее восстановить? Там, где все эти вещи полностью поняты, любая духовная практика успешна, также и практика Нама Садханы.

Тот, кто повторяет Имя, всегда является Дживой. Тот, чье Имя мы воспеваем, - это Нами, Атмарупа. Например, если я воспеваю имя Рамы, то Нами имени Рамы — это Рама - Шри Рама. Тогда кто такой Шри Рама? Он - Атмарупа. Размышляя таким образом, вы никогда не перепутаете слова Джива и Атман. Очень важно понять это.

Не думайте: «Я тот, кто повторяет, зачем мне это понимать?» Простая вещь, понимание... Очень красивое слово - понимание! Без понимания не достичь успеха в этой области, не достичь того, что должны. Поэтому в духовности у меня должно быть понимание того, какую Садхану я собираюсь выполнять.

Если есть понимание, значит, есть и хватка. Когда вы ухватитесь за эту Садхану, она становится легкой. Это искусственная практика; пока нет понимания, Садхана остается поверхностной. Поверхностная означает, что она не проникает глубоко внутрь. Она должна достичь то, что нужно, она должна попадать в яблочко... Рисуется круг, в нем еще 3-4 круга. Нужно попасть в центр, тогда успех.

Чтобы попасть туда, нет другого варианта - мы должны обладать этим пониманием, а чтобы оно пришло, нужно опираться на Шастры. Садхак, который держится в стороне от Шастр, держится в стороне от Мокши. Здесь я сделал заявление. Шастра не означает сложную Шастру, которая включает в себя найяйки и вайякаринии (старые термины для ученых ньяя (суждения) и грамматиков). Мы не имеем ничего общего с такими сложными Шастрами. Но пока мы не поймем, пока у нас не появится понимание, мы должны изучать столько, сколько необходимо.

Поэтому существует концепция Дживы, давайте разберемся в ней. Вначале запомните одно: сущность под названием Джива не существует в нашем теле. Это означает, что Джива - система, установленная Шастрами. Давайте назовем Дживу системой или просто часть системы. Как часть системы, Шастры поместили перед нами концепцию Дживы. Меня спросили: «Вы, должно быть, делали много вскрытий, будучи врачом, вы, должно быть, видели операции. Видели ли вы Дживу? До сегодняшнего дня я никогда не видел Дживу ни в одном теле. Я видел мозг, участки мозга, и все такое. Концепция Дживы нигде не встречалась. Если Дживы нет в теле, как же тогда осуществить союз Дживы и Брахмана? Как его установить? Возникают такие вопросы - очевидные вопросы, верно? Итак, если сам принцип Дживы не существует, то как может существовать союз Дживы и Атмана? Если принцип Атмана не существует внутри, то есть он не видим для глаз, тогда Джива, который не виден для глаз, и Атман, который не виден для глаз, и их союз...

Итак, это означает, что все лишь рамки, которые были установлены, не более того. Рамки, которые были установлены. Эти установленные рамки нужно хорошо понять, а понятые рамки нужно использовать. А после использования, когда цель достигнута, когда желаемый результат достигнут, эти рамки следует отбросить

Теперь познайте систему: духовность — это система. Затем тщательно, хорошо разберитесь в системе. Затем используйте ее, получите результат и забудьте о системе. Не простреливайте дыры в системе. Хорошо, что

«простреливать дыры» - знакомая фраза для вас. На корпоративных собраниях, верно? Кто-то что-то презентует, и мы «начинаем простреливать дыры» означает, что если есть какие-то недостатки в том, что я презентую, укажите на них. Так вот, то, что называется «простреливать дыры», нужно делать не здесь, не в системе Веданты. Делайте это в любом другом месте в мире, нет проблем. Но не прострелить здесь ни одной дырки называется верой.

Давайте поймем это простыми словами. Примите систему такой, какая она есть. Приняв ее, используйте ее. Используйте ее так, как вам говорят. Как только я получу от нее то, что мне нужно, как только я достигну Мокши, система закончится. Так зачем же оспаривать систему, которой все равно суждено закончиться? Зачем искать в ней недостатки? Зачем подвергать ее сомнению без всякой причины?

Простая логика, это называется мудростью. И если мудрости много, и если вера прочно укоренилась, то духовность очень легко понять. Но когда я начинаю использовать свой интеллект, свои интеллектуальные способности, остроту своего интеллекта и т. д., тогда духовность становится чрезвычайно сложной. Она не становится трудной, это мы ее усложняем.

Поэтому Джива - концепция, установленная Шастрами, это просто концепция, запомните это. Также и Атман — это концепция.

Атман - основа, установленная Шастрами. Атман нужно принять. Эти рамки должны быть поняты и приняты. Причина в том, что Атман - не имя, Брахман - не имя, но то, что является «таким», называется Атманом. То, что является «таковым», называется Брахманом, а то, что не является «таковым», также называется Брахманом. Что же это такое? Это называется «Брахма Гхотала (путаница)»! Когда что-то непонятно в любой ситуации, мы говорим: «Это похоже на Брахма-Гхотала».

Сейчас я скажу вам одну вещь: о Брахмане говорят, что Он есть Сат-Чит-Ананда (Существование-Сознание-Блаженство). Брахман имеет природу Сат-Чит-Ананды. Мы обсудим это завтра. Итак, если это Сат-Чит-Ананда, то является ли Сат (существование) качеством Брахмана? Является ли Чит (Сознание) качеством Брахмана? И если Ананда (блаженство) - качество Брахмана, то как Брахман может быть без атрибутов?

Возникает другой вопрос. Говорят, что Брахман не имеет атрибутов. Тогда, если у Него есть атрибут Сат, как Его можно назвать без качеств? Как можно назвать Его лишенным качеств? Слово «качество» означает высоту, толщину,

ширину, температуру кипения, температуру замерзания. То, что не имеет ни одного из них, называется лишенным качеств. То, что не имеет ни одного качества, не имеет качеств. Здесь я назвал три качества: Сат - первое качество, Чит - второе, Ананда - третье.

Что это такое... Говорят, что это Сат, потому что Он не является несуществующим (Асат). Говорят, что это Чит, потому что это не бессознательное (Ачит). В Шастрах это называется дифференциацией (Вьяврутти), а об Ананде говорят, что это не печаль. Шастры придумали все специально для того, чтобы мы могли понять. Причина в том, что мы постоянно испытываем небытие (Асат), несознание (Ачит) и печаль... Очень трудно сказать. Как люди в Америке могут быть несчастны? Этот вопрос был задан... У нас есть такое понятие, знаете ли, «Как люди здесь могут быть несчастны?».

Но ведь есть же мотивация! Нам постоянно нужна достаточная мотивация, и в духовности:

- нужно принять: «Я несчастлив».
- Во-вторых, в себе нужно решить: «Я не должен быть несчастлив».
- В-третьих, нужно решить: «Я должен стать счастливым».
- И этого недостаточно: «Я должен стать воплощением счастья».

Когда эти четыре вещи твердо сформулированы внутри, тогда появляется достаточная мотивация. Пока эти четыре вещи не определены, не будет мотивации для духовности, и невозможно практиковать духовность так, как это должно быть.

Если кто-то говорит: «Счастье и горе - вот природа жизни...» Литераторы готовы сказать: «Жизнь - это ткань, и в ней обязательно есть горизонтальные нити счастья и вертикальные нити печали». Так вот, таким образом... и распределение довольно странное. Одна нить счастья, сто нитей печали. Если распределение таково, и я принимаю его внутренне... Не говорите никому вокруг, что мы несчастливы. Потому что это характерно для мирских людей. Что бы там ни было, люди не должны знать. Какую бы печаль я ни испытывал внутри, какова бы ни была внутренняя ситуация, другие не должны знать, что мы несчастливы. Мы принимаем такую меру предосторожности, и это правильно.

Предположим, на кухне идет ссора, а в дверь звонят - пришел гость. Оба вместе идут встречать его. Оба, вместе и с улыбкой на лице, приветствуют гостя. Гость думает: «Ого, да они, наверное, созданы друг для друга». Это значит, что мы заботимся о том, чтобы гость не услышал ссоры внутри, и это абсолютно правильно, так и должно быть. То же самое и здесь. Мы заботимся о том, чтобы наши печали не были известны миру, но даже, если

мир не знает, а внутри твердо определено: «Я несчастлив», тогда нет другого пути, кроме духовности. Но это должно быть установлено внутри! Никогда не говорите никому снаружи, что вы несчастны.

Как же так? Нам не нравится говорить «я несчастлив», иначе это становится похоже на пение грустной песни, а никто не любит петь грустные песни. Тогда что же нужно петь постоянно? ... Пусть это будет... Рам Кришна Хари! Они называют это позитивным мышлением. Внутри все отрицательное, а на губах - положительное. Как это работает?»

Дискуссия пошла в этом направлении, это немного другая тема. Медитация отошла на второй план, но это не имеет значения. Нет ничего страшного в том, что медитация на какое-то время отложена в сторону.

Иногда я говорю: «Как этот Дхьяна (другое значение = глупый человек) будет заниматься Дхьяна (медитацией)? Хорошая мысль, так оно и будет, пока все критерии не станут ясны, пока мы не поймем, почему все это происходит, вряд ли любая практика будет происходить так, как должна. Крайне важно понять, почему это происходит и что именно меня ожидает. Искатель должен быть очень эгоистичным! Неважно, что получают от этого другие. То, что кто-то получает, и что он берет из этого, и какой большой особняк он строит из этого, и то, что это происходит с моей помощью, - это одно. Но иметь внутри убеждение: «Мое благополучие достигнуто, я освобожден» — это совершенно другое.

Мы много внимания уделяем внешнему, и после того, как мы так много внимания уделяем внешнему, внутреннее остается где-то позади. Поэтому внутреннее очень важно. В рамках этого внутреннего давайте сначала поймем, что такое печаль. Не волнуйтесь, я собираюсь поговорить о медитации!

Поймите, что такое печаль. Есть две части печали: одна - очевидная, ясно видимая печаль, а другая - присутствующая, но не знающая других, и заботящаяся о том, чтобы другие ее не заметили. Что я сказал? Одна из них присутствует, явно видна, а другая - незаметна, но присутствует внутри. Например, если я получаю травму, горе очевидно. Если я заболел, это очевидная печаль. Если в бизнесе случаются потери, это очевидная печаль. Если кто-то в семье умирает, это очевидная печаль. Если вас оскорбили, это очевидная печаль. Но есть и такие печали, которые находятся внутри, и нужно следить за тем, чтобы люди их не видели.

Например, есть такая печаль, которая называется завистью. Что это такое? Это выражение! «Такой-то и такой-то сгорает от зависти». Так вот, будет ли

счастлив человек, сгорающий от зависти? Если подумать об этом, то сразу станет понятно. А там, где есть зависть - вследствие причины и следствия... У нас есть оттенки зависти. Один из них называется ревностью. «Я завидую тебе». Что здесь произошло? Это очень мягкий оттенок зависти. Но это все равно зависть! Давайте назовем ее Сатвической завистью. Мы должны как-то классифицировать и как-то находить удовлетворение! Чувство зависти, чувство ненависти, чувство презрения, чувство отвращения... Это восходящая шкала. Начинается восходящая шкала, и таким образом где-то возникает зависть, где-то высокомерие, ненависть, презрение... Как это называется?

Все эти... высшие категории, они внутри, но я не говорю ошибочно: «Я ревную тебя. Я завидую тебе. Я ненавижу тебя, и я сгораю от ненависти к тебе». Мы не говорим этого людям даже по ошибке. Итак, вы, должно быть, поняли: где зависть, там и печаль.

Есть и другой вариант: где страх, там и несчастье. У страха тоже есть много оттенков. Очевидный страх, например испуг при виде призрака, - очевидный страх. Его чувствует любой человек. Есть некоторые страхи, скрытые внутри, они очень дремлют. Их никогда не признают. Приходится притворяться. Никто так не умеет притворяться, как человек. Я бы сказал, животное. Итак, есть страх. Что это за чувство незащищенности? Если внутри есть чувство неуверенности... не в вас! Вовсе нет. Люди в Америке никогда не испытывают чувства незащищенности, потому что у них есть контракт на сто лет. «Мы не лишим вас работы...» Наоборот. Там, где есть чувство незащищенности, там есть и страх. Если вы заметили это... это внешний страх. Есть страхи внутренние. Они называются «Что произойдет, и как это произойдет?» и «Что я буду делать, и как я буду это делать?». Сколько их «Что произойдет, как это произойдет? Что я буду делать, как я буду делать?». Там, где эти две вещи становятся постоянными, возникает страх, а там, где есть страх, возникает печаль. И если у меня есть эти две вещи, значит, я испытываю страх. Я несчастлив, а не блажен. Все это внутреннее. Ничто из этого не может быть принято извне.

Но в духовности, принимая текущую ситуацию и признавая, что такой ситуации не должно быть... Наше истинное состояние очень хорошее - Блаженство. Блаженное состояние, не зависящее от внешних обстоятельств, очень важно. Какое состояние внутри, какое дома и какое в мире? Во всех трех ситуациях человек должен противостоять и справляться с каждой из них по-разному. То, что внутри другая конфронтация, то, что дома, или то, что мы называем семьей, - еще другая конфронтация, а отношения с миром

требуют еще другой конфронтации. И после столкновение со всеми тремя в наших руках оказывается то, что называется блаженством. Система противостояния всем трем типам находится в духовности. В Писаниях есть такая система. Если у нас нет такого взгляда на духовность, если он не культивируется, то мы вряд ли получим от духовности то, что должны. Вот почему эта тема была поднята сейчас.

После изложения сути, которую я хочу запатентовать, давайте поговорим о Дживе. Концепция Дживы представлена в Шастрах, и она состоит из трех компонентов. Один из них называется Атман. Это первый компонент. Второй - интеллект (Буддхи), а третий - отражение Атмана в интеллекте. Все три компонента вместе создают концепцию Дживы. Три - их должно быть три. Где бы ни появилось слово Джива, должно быть три вещи:

1. первая - Атман,
2. вторая - интеллект,
3. третья - отражение Атмана в интеллекте.

Фразу «отражение Атмана» трудно понять. Ведь Атман не имеет формы. Как может быть отражение того, что не имеет формы? Возникает вопрос.

Допустим, вот пресс-папье в виде прозрачного шарика с цветными вкраплениями находится здесь, и шарик отражается в воде. Поскольку пресс-папье имеет форму, его отражение появится в воде. Но когда Атман не имеет формы, как у него может быть отражение?

Сейчас я говорю только одно: Атман отражается в интеллекте. Вы должны сказать «да» этому. Почему? — Это «да» называется верой. Если я скажу «да», это не причинит мне никакого вреда. Что произойдет, если это случится? Предположим, вы скажете, что отражение падает, и скажете «да», будет ли от этого какая-то польза для меня? Нет никакой пользы для того, кто это говорит, нет пользы для Шастр, нет пользы и для святых. Если это произойдет, если это свершится, то это принесет пользу только тому, кто слушает.

Таким образом, есть Свет, называемый Атманом, Он называется светом Я (Атма Пракаш). Теперь давайте постепенно приближаться к Нему. Свет Атмана называется не мирским светом (*alaukik prakash*). Внешний свет называется мирским (*laukik prakash*). Мирской свет означает свет лампы. У такого света есть яркость, он называется физическим светом. Свет Атмана, свет Знания, называется нефизическим светом. Это не мирской свет, Он называется Светом Знания, Атман имеет природу такого Света. Он имеет природу Чит. Слово Чит означает Знание. Постигайте все постепенно. Я

знаю, что это очень трудно. Вы знаете, почему это трудно? Потому что все делают это трудным. А почему они усложнили? Чтобы создать монополию. А зачем создавать монополию? Чтобы никто не мог объяснить это, кроме меня... Вся эта ситуация очень плоха в этой области. Причина в том, что истина не объясняется. Что именно вера, не объясняется.

Тому, что говорят Шастры, скажите им «да». Примите это. Это и называется верой. И приняв, мы сможем сделать свою работу. А что за работа? Это огромная задача. Обрести опыт: «Я есть Брахман, воплощение Блаженства». Такая великая задача должна быть решена. Поэтому три составляющие вместе создают концепцию Дживы. Один - это Свет Атмана (Атмапракаша), в Свете которого постигаются вещи. Немного о завтрашней теме, сегодня будут некоторые накладки. Пусть будет так. То, при свете чего вещи видны, называется лампой (дива), а то, при свете чего вещи понятны, называется Богом (дева). Запомните оба слова. Diva - «светить» - это корневой глагол. От санскритского корня «светить» образуются два слова: одно называется deva (Бог), а другое - diva (лампа).

Вот лампа – действительно, вещи видны глазам в свете лампы. Но разве то, что видно, не должно быть также понято? Вот шар. Я вижу его, это правда, но то, что я понимаю его в тот момент, когда вижу, мы даже не осознаем. И причина, по которой мы не осознаем этого, заключается в том, что мы так сосредоточены на внешнем свете, что никогда не осознаем, что я понимаю во внутреннем свете. Всегда помните об этом. Правда, что вещь можно увидеть во внешнем свете, но чтобы понять ее, необходим внутренний свет. Свет для внутреннего понимания называется Светом Знания.

То, что называется Атманом, еще называется Брахманом, еще называется Неизменным Сознанием (Кутастха -Чайтанья), еще называется Свидетелем (Сакши), Сознанием. Сколько слов было сказано? В Шастрах собрано так много слов. Причина одна: чтобы наш интеллект ничего не понял. На самом деле это не так. Каждое слово имеет свой отдельный смысл. Оно имеет конкретный смысл. Но пусть так и будет. Сейчас нам не нужно брать на себя так много.

Сейчас есть только один вопрос: То, в чьем свете вещи понимаются, называется немирским светом. То, в чьем свете вещи видны, называется мирским светом. Есть только два света. Существует ли правило, что если что-то видно, то это понятно? Если это видно, то это должно быть понятно, так ли это? Это все рассуждения! Мы многое предполагаем. Почему мы

исходим из предположений? Если мы поймем, что чем больше вещей предполагается, тем меньше в них правды, то сможем совершить небольшой скачок в духовность.

Однажды в Мургуде на плите подогревали молоко. Средь бела дня, в середине дня, на плите грелось молоко. Жена сказала мне: «Я иду мыться, присмотри за молоком». Огромная ответственность. Я пристально смотрел на молоко. Уставился на него. Я следил за тем, чтобы мое внимание ни на йоту не ослабевало. Мой взгляд был прикован к молоку. На молоке было достаточно света. Но внутри зародилась какая-то мысль о Веданте, и после того, как мысль зародилась, прямо у меня на глазах... то, что должно было произойти, произошло. А потом, когда она вернулась из ванны, произошло то, что должно было произойти. Каждый может понять, что произошло...

Даже если я смотрел на молоко глазами, это не значит, что я понял его, увидев. То есть, если что-то увидели, это еще не значит, что это и поняли. Вот и все! Все, что нам нужно понять из истории. Значит, что для понимания за глазами нужно что-то еще, а в тот момент этого «что-то» не было. Поскольку «что-то» было занято другими мыслями, оно не понимало того, что должно было видеть и понимать, а вместо этого понимало не относящиеся к делу вещи. То, в чьем свете понимаются вещи, называется Знанием, то же самое называется Атманом, то же самое называется Неизменным Сознанием, то же самое называется Светом Знания.

И далее: **Ujedi rahile ujed houn, Nivrutti Sopan Muktabai**

Ниврутти, Сопан и Муктабаи (братья и сестры святого Днянешвара) продолжали пребывать в свете после того, как стали светом. (Муктабаи).

Смысл понятен. До тех пор это просто песня. Это стих, и пока этот стих не примет форму песни... Ладно, песня - тоже хорошо. Песня поется людям, у них пробуждается любопытство, они пытаются понять, и это, безусловно, ее польза. Наша дискуссия шла в этом направлении, мы должны были понять концепцию Дживы. Вот почему потребовалось такое длинное введение.

****Здесь Др. Кака проводит демонстрацию с фонариком и пресс-папье в виде прозрачного шарика. Фонарик светит на шарик, в стеклянном шарике образуется яркое пятно света, которое мы будем называть «отражением» или просто светом в шарике****

Сейчас перед нами небольшая демонстрация. Когда я говорю «демонстрация», это не совсем демонстрация... Теперь, как принять каждое слово... Это очень сложно. А теперь представьте себе зажженный фонарь,

который называется Атман. Скажите «да»! Это свет, физический свет. Я знаю это. Но ради демонстрации, ради эксперимента давайте пока считать его Атманом. Итак, Атман самосветящийся, вечно светящийся, никогда не гаснущий, непрерывный. Оставим в стороне тот факт, что батарейки разрядятся, и он погаснет. Свет Атмана существует независимо от того, есть тело или нет, жив человек или нет, также он существует и после смерти. То, что является таковым, есть Я. Поэтому он никогда не исчезнет. Что же тогда исчезнет? (Берет пресс-папье-шарик в другую руку) Сейчас я покажу вам, что исчезнет.

Итак, свет от фонарика мы называем Атманом. Пресс-папье в виде стеклянного шарика в нашей демонстрации представляет Буддхи (интеллект). Почему мы называем шарик «Буддхи»? Если мы даем демонстрацию, то должно быть какое-то сходство, верно! Итак, интеллект, Буддхи всех собравшихся здесь людей чист и имеет одну и ту же природу. Позже, из-за Самскар (впечатлений от желаний) и Васан он кажется разным, это правда. Но по сути Буддхи (интеллект) всех собравшихся здесь абсолютно одинаков. Итак, в Шастрах говорится о панчикаране (логике, которая используется для создания мира из Пяти Великих Элементов), в Шастрах говорится, что в панчикаране Буддхи (интеллект) имеет качество Сатвы и происходит от элемента Огня. Скажите «да». Если вы скажете «да» всему этому, это не принесет никому выгоды. Никто ничего от этого не получит, однако внутри нас наступит ясность. После того как эта ясность наступит, когда я сяду медитировать, я пойму, что именно должно происходить в медитации. После того, как я пойму, что должно происходить, я могу наблюдать, происходит это или нет, а если не происходит, то почему не происходит и тогда можно исправить. Все эти преимущества заключаются в понимании. Поэтому понимание имеет огромное значение в Шастрах. Если мы помним об этом, то понимание — это большая ответственность. Объяснение — это другая ответственность.

Принцип, называемый Буддхи (интеллект), чист. То, что относится к элементу огня, чисто. То, что относится к Сатва -Гуне, также чисто. И поскольку мой Буддхи (интеллект) принадлежит огненному элементу и Сатва -Гуне, он чист.

Je tejtattvachi aadi, je sattvagunachi vruddhi
Je aatmaya jeewachi sandhi, vasaveet ase je. (jnane. 13.88)

То, что имеет природу элемента огня, то, что является Сатва Гуной, то, что устанавливает связь между Атманом и Дживой, пребывает внутри

Именно так описывается интеллект в тринадцатой главе «Джнянешвари». Почему я это сказал? Чтобы вы поняли, что это не я говорю, это говорит Джнянешвар Махарадж. Это совершенно ясно. Интеллект чистый, где есть чистота, там есть способность принимать свет внутри. Свет может проходить через него, проще говоря.

Теперь смотрим на пресс-папье, стекло у пресс-папье чистое. Поскольку оно чистое, поскольку оно прозрачное, если я поставлю рядом с ним фонарик, свет обязательно пройдет сквозь него. (А если бы это был камень? Ответ прост. Если бы фонарик находился рядом с камнем, свет бы не проходил сквозь него. Раз свет проходит сквозь него, значит, стеклянный шар способен принимать свет внутрь, потому что он прозрачен. Точно так же мой интеллект, будучи чистым, способен принимать внутрь свет Атмана, свет Знания.

Таким образом, все три вместе –

1. Атман (зажженный фонарь),
2. интеллект (пресс-папье) и
3. свет от фонаря в шарике (отражение), -

все три вместе создают концепцию Дживы. Это концепция, и мы понимаем, что всегда есть три компонента. Когда мы говорим: «Джива», нужно помнить, что в ней есть Атман, в ней есть интеллект, и есть свет Атмана, падающий в интеллект. Свет Атмана в Буддхи называется отражением Сознания (Чидабхаса), чтобы не приходилось повторять «свет, падающий в интеллект», мы называем его «отражение Сознания».

Теперь держим фонарь за шариком и анализируем отражение, свет в шарике. Отражение явно не реально. Если бы оно было настоящим, то оно было бы там, не зависимо от того, светит фонарь на шарик или нет.

Есть несколько интересных вещей.

Атман никогда не привязывается и не застревает в интеллекте. Как Он связан с интеллектом - Он никак не связан (alipta).

Уберем фонарь от шарика, свет в шарике уходит, т.е. свет не привязан к шарiku.

Это все нужно только для понимания! Как только все будет понято, работа фонаря и шарика будет выполнена! Как только это будет сделано, сразу же

отложите демонстрацию в сторону. Ни в коем случае не держитесь за нее. Это не Мокша. Это не означает, что мы стали освобожденными.

Наша задача понять, что именно мы делаем, когда медитируем, почему мы делаем и почему медитация не происходит. Если мы даже не знаем, что должно произойти, как же мы узнаем, происходит это или нет? Сколько вопросов? Мы даже не знаем, что должно произойти. Как мы можем предположить, происходит это или нет?

Поэтому на нас лежит огромная ответственность. Мы должны понимать, что происходит. Все три составляющие вместе называются Джива. Теперь, если мы это понимаем, что должно происходить в медитации? Наша главная тема - медитация. Что должно происходить в медитации?

Для того, чтобы разобраться в медитации, приведем Ови святого Дньянешвара:

**Paratoni pathimoren thake, aani aapaniyaaten aapan dekhen
Dekhatkhewo olakhe, mhane tattva he mee. (jnane. 6.366)**

Повернувшись назад, он обращается лицом назад и видит себя внутри себя. Увидев это, оно осознает: «Этот принцип - я!»».

Если мы правильно запомним только всего одну строфу, если мы поймем ее смысл, мы поймем, почему мы потратили столько усилий. Столько усилий ради одной строфы! Вот почему святой Намдев говорит,

**Naama mhane shreshth, granth jnandevi,
Ektari ovi, anubhawawi.**

Намдев говорит, что Джнянешвари - великое писание; прочувствуйте хотя бы одну строфу!

Какую строфу? Такую. Ту, которая содержит план моей Само-Реализации.

Есть много разных шлок у святых, но нет смысла их все учить и повторять, например, повторение разных шлок о невежестве не добавит ничего нового. Вместо этого Др. Кака советует выбрать из всех произведений различных святых несколько шлок, которые связаны с переживанием Само-Реализации, которые описывают личный опыт святых, полученный в глубокой медитации и который полезен нам. Из таких шлок он рекомендует составить свою собственную «Джнянешвари», которая будет содержать те шлоки, которые полезны лично мне.

Наше обсуждение продолжается - paratoni pathomore thake (Поворачиваясь назад, он обращен лицом назад). Мы читаем это. Итак, кто поворачивается назад? Мы понимаем это так:

Свет в шарике должен повернуться к свету фонаря, поэтому «поворачивается назад». Он поворачивается назад, «лицом назад». Здесь используются два слова. Первое - «поворачивается назад». На самом деле, слова «повернуться назад» означают просто «повернуться». Тогда почему снова «лицом назад»?

Мы хотим разобраться во всех словах Джнянешвара. Конечно, можно просто прочитать Ови, выучить его и декламировать. Декларируя такие слова мы достигаем большие заслуги, которые будут полезны в следующей жизни. Заработали заслугу, и она будет полезна в следующей жизни. Поэтому тот, кто зарабатывает заслуги, сделал все необходимое для следующей жизни.

Итак, сколько же здесь несоответствий? Я хочу освободиться, а смысл освобождения в том, что я не хочу следующей жизни, и с этой мыслью я сам делаю правильные приготовления к следующей жизни. Такой глупости вы не увидите нигде в мире, кроме как в духовности. Причина, по которой я так много говорю, заключается в следующем: Я говорю перед вами из своего опыта, и есть только одна причина говорить из опыта - я ожидаю, что каждый должен рассказать об этом потом другим. Я призываю всех, используйте свои способности и объясните это как можно большему количеству людей.

Теперь продолжаем демонстрацию: *Повернувшись назад, он обращается лицом назад и видит себя внутри себя. Увидев это, оно осознает: «Этот принцип - я!»*».

«*Повернувшись назад*» - Свет, который находится в шарике, поворачивается назад и где он оседает? «*он обращается лицом назад*». Свет из шарика оседает в свете фонаря, и что он делает? - «*видит себя внутри себя*».

Сколько было «я»? В этом Ови два «я». «*Видит себя в себе*» означает, что «я» видит свою собственную изначальную природу.

Теперь то, что является «в себе», в нашем случае свет фонаря, он же Атман, называется целью (дхья), а тот, кто «видит себя», в нашем случае отражение, свет из шарика, он же Чидабхаса, является медитирующим (Дхьята). Свет в шарике есть то, что «видит себя», а свет, который находится в фонаре, — это то, что в Ови называется «внутри себя».

Рамдас Свами упростил. «*Видеть себя в себе.*» и есть знание Имени. В «Дасбодх» есть шлока.

'Pahawe aapaanaasi aapaan tya nav jnana' («*Увидь себя самого*»).

Итак, «я», которое находится в шарике (мы помним, что шарик в нашей демонстрации заменяет Буддхи, а в шарике находится отражение света из фонарика, Чидабхаса), — это медитирующий, а «я», которое находится в фонаре, — это цель, Атман. Есть два «я». Одно «я» находится в форме цели, а другое - медитирующий. Поэтому медитирующий должен видеть цель. «Увидеть себя в себе» - как же тогда увидеть?

«Он видит себя в себе», и что медитирующий говорит после этого? - он говорит: «Этот Принцип - Я!»

Свет в шарике говорит: «Свет в фонаре — это Я».

Это называется Сохам.

Кто такой Ахам (я)? — это отражение, свет в шарике. Кто такой Саха (Тот)? Это свет фонаря. Что говорит Ахам (Ахам в переводе означает Я)? - Ахам говорит: «Это я».

Когда Ахам говорит: «Это я», для этого есть прочная основа. Потому что откуда взялось отражение, свет в шарике? Он пришел из фонаря — Атмана. Он не просто пришел из фонаря, он на самом деле и есть свет фонаря. И если подумать, то свет из фонаря не пришел в шарик. Если бы он действительно пришел, то он бы там и остался навсегда. Но если фонарь убрать в сторону, то свет в шарике исчезает. Это означает, что на самом деле свет не пришел, но кажется, что пришел. Поэтому свет называется отражением сознания (Чидабхаса).

Поэтому, когда мы умираем, когда приходит смерть, отраженное сознание уходит. Но свет фонаря - Атман, не приходит и не уходит. И если установлено, что свет фонаря и есть Я, значит, я не приходил, а раз я не приходил, то и не уйду. Сохам. Благодаря этому страха перед смертью не будет вообще.

Тот, кто действительно не испытывает страха перед смертью... слово «действительно» очень важно! В противном случае многие притворяются. «Мы совсем не боимся», - так они демонстрируют! Вы знаете, как долго длится эта демонстрация? Они изображают так до тех пор, пока молоды, а когда достигают моего возраста, их руки сцеплены вот так. Причина этого... в том, что это неизбежно, в том, что должно произойти. Если заранее спокойно принять неизбежное, принять с радостью, тогда Maranache smaran asawe

(«Нужно помнить о смерти»), - говорит Рамдас Свами. Тогда страха перед смертью нет вообще.

В духовности существует большое недоразумение: люди нагнетают много страха в духовность. Скорбь, скорбь, скорбь, скорбь. «**Sarvam dukham, sarvam khamikam**» (Все есть горе, все преходяще)», - говорят они примерно так. Это не так! Это то, что называется реальностью, оценкой реальности. Я каждый день читаю вашу газету. Я читаю газету для того, чтобы знать что-то о стране, в которой я нахожусь. Вот почему я читаю газету. Кто-то может спросить: «Зачем они читают газету?» Я не хочу ничего из нее вынести.

Теперь, основываясь на этом, мы можем думать, что мы... *«обращается лицом назад и видит себя внутри себя»*

Итак, мы поняли важную вещь: свет отражения поворачивается назад и, повернувшись, поселяется в фонаре и говорит: «Это я». Это называется Сохам. Саха (То) - Атман, ахам (Я) – отраженное сознание. Теперь Сохам установлен. В том свете, который в фонаре, происходит осознание во время медитации.

Это очень важная вещь. Если я действительно достиг медитации, что чрезвычайно трудно... Те, кто говорит: «Моя медитация длится час», - откровенно лгут. Я делаю такое заявление, и причина заявления в том, что вопрос об одном часе медитации совершенно не соответствует действительности. Верно, что наша подготовка к медитации длилась час, и также верно, что после часа подготовки к медитации сама медитация длилась секунду. Пусть будет: «Рам Кришна Хари!» Я не хочу вступать в спор.

Но запомните одну вещь, честно, состояние медитации, истинное состояние медитации, сколько оно длилось? Если мы подумаем о состоянии медитации, то в тот момент, когда ни одна мысль не приходит в ум, движение тела прекращается, движение ума прекращается, движение интеллекта прекращается, но это не пустота. Это нечто совсем другое. Итак, все эти мысли... если мы рассмотрим их очень честно, то состояние медитации крайне недолговечно. Оно длится очень короткое время. И что же происходит?

Теперь мы должны поступить так, чтобы решить наш вопрос: свет из шарика, который возвращается к фонарю, что он означает? Что происходит, когда он

приходит в фонарь? Свет от пресс-папье возвращается к фонарю, все верно! Как он возвращается? Что при этом происходит?

Теперь остается только одно соображение. Это пресс-папье подобно интеллекту. Когда интеллект исчезает, когда интеллект полностью исчезает, когда существование интеллекта исчезает... Это очень важная вещь. Если достигнута истинная медитация, то осознание всех трех тел должно прекратиться. Тут еще один принцип. Есть три тела - грубое тело, тонкое тело и каузальное. Медитация не будет успешной без прекращения осознания всех трех тел. Прекращение осознания всех трех тел означает полное забвение о них. В этом забвении трех тел происходит забвение интеллекта.

Тот, кто не помнит, что сидит в медитации, тот, у кого нет этого осознания: «Я сижу в медитации», - кто я? Теперь снова возникает вопрос: Кто я? Этот «кто» сидит в медитации, в медитации сидит интеллект-шарик. Когда тот, кто сидит в медитации, существует, он пытается слиться со светом Атмана. Он пытается забыть себя, он пытается забыть интеллект, который существует. И когда попытка забыть интеллект успешна, как бы долго она ни была успешна, в течение этого времени свет шарика сливается со светом фонаря. И это состояние, эта продолжительность, когда свет шарика сливается со светом фонаря, называется Дхьяна. Это называется Самадхи. И как долго оно длится? Это должен изучить каждый человек и держать при себе. На какое время, на сколько секунд мы достигли Самадхи или Дхьяна?

Причина, которая заставляет нас задуматься об этом, заключается в том, что наша Прарабдха (прошлая Карма) не позволяет нам долго находиться в Самадхи. Это очень важная вещь. Прарабдха не позволяет нам оставаться в Самадхи. Она заставляет нас вернуться в индивидуальное сознание. Но даже после возвращения, становится очевидно: это моя изначальная Природа. То, что находится в шарике, не является моей Истинной Природой.

Но когда индивидуальное сознание совершило паломничество, что это? Это называется паломничеством Самости, Я (*atmavar* - Атмавари). Если такое паломничество Я совершается каждый день, если свет шарика каждый день видит свет фонаря, и смысл слова «видение» в том, что я увидел: «Это я». Если это переживается очень спокойно, то даже, при том, что мы возвращаемся в мирскую жизнь, в индивидуальное сознание, уже доказано, что это не Я на самом деле. Это называется отрицанием (Бадха). Это слово относится к Шастрам. Очень красивое слово. Бадха означает отрицание интеллекта. Отрицание состояния Дживы.

Поэтому Рамдас Свами говорит:

Dehebuddhi te aatmabuddhi karawi

Смени мысль о том, что «я — это тело», на «я - Атман».

Я есть Атман, свет внутри фонаря – это Я. От света в шарике, отражения следует отказаться и понять: „Это есть Я“ (имея в виду фонарь, источник света). Тогда, когда «Я есть Это» будет понято, даже если отражение шарике вернется, оно никогда не останется таким же, как прежде. Он (Джива) знает: «я не реален», «я», связанное интеллектом, не есть настоящее «я». Вот это «Я» (фонарь, Атман) - настоящее «Я». Поэтому после соединения с источником, какие бы тенденции (Викара) ни возникали сегодня, они не имеют связи с истинным Я.

Делатель без действий - «Акарта». Поймите это.

Поэтому делатель – есть индивидуальное сознание. Истинное Я ничего не делает. Оно бездействует - Нишкрия, непривязанное - Асанга. Поэтому те, кто достиг самопознания - Атма Джняна, не бездействуют. Почему они не бездействуют? Они возвращаются в индивидуальное сознание. Мы должны помнить, что святой Джнянешвар вернулся в мир, святой Рамдас Свами вернулся в мир, Шанкарачарья вернулся в мир. Они смогли вернуться в мир и совершать действия. Действия не могут быть совершены, если оставаться в истинном Я. Истинное Я бездейственно. Поскольку оно бездейственно, совершать действия, оставаясь в нем, вообще невозможно. Необходимо вернуться в индивидуальное сознание. Святые приходят в мир по своей воле, и мы должны прийти!

Помните об этих тонких различиях, и, помня о них, мы действительно понимаем. И как только это будет понято, придет озарение. А после того, как приходит понимание, исчезает путаница. А после того как путаница исчезла, все в порядке:

- это правильно,
- это осуществимо,
- я могу сделать это,
- я могу испытать это,
- почему бы мне не испытать это?
- Создается убеждение.

И для того чтобы такое убеждение возникло, Шастры, как их называют, и их процессы абсолютно необходимы. Поэтому, пожалуйста, не отдаляйтесь от

Kommentiert [*1]:

Шаштр. Не бойтесь Шаштр. Если правильно понять, что Шаштры служат для нашего блага... тогда не возникнет слов «нам не нужны ваши Шаштры». В сущности, все святые, святой Тукарам, Рамдас Свами, все святые пользовались поддержкой Шаштр. И после того как они получили поддержку Шаштр, они трансформировали свой опыт в учения. А преобразовав его в учение, они представили Шаштры перед нами на простом языке. Для чего же мы все это сделали? Чтобы передать Веданту, Шаштры, очень простым способом, на простом языке.

И цель попытки представить учение состоит в том, что то, что мы называем «я», оно очень большое... Есть «я», которое индивидуальное сознание, Чидабхаса, и есть еще настоящее «Я». До тех пор, пока в это верят, кто засыпает, ложась спать? Засыпает индивидуальное сознание. Индивидуальное сознание, я, которое засыпает каждый день, куда оно возвращается каждый день? Оно возвращается в То (истинное Я). Др. Кака опять показывает фонарик – Атман и шарик-Буддхи, в котором есть свет-индивидуальное сознание:

И поскольку свет из шарика уходит в фонарь каждый день в глубоком сне, ощущается блаженство истинного Я. Что представляет собой Атман? Он имеет природу Сат Чит Ананда.

Свет, который находится в фонаре, был постоянно связан с шариком-интеллектом, и поскольку он был связан с интеллектом, он думал: «Я - тело, я счастлив, я несчастлив, я родился, я жив сейчас, я умру». Из-за связи с интеллектом, возникли эти иллюзии. Когда в глубоком сне свет из шарика сливается со светом фонаря (истинным Я), возникает состояние, которое имеет природу блаженства, поэтому величайшее блаженство достигается в глубоком сне. Все очень логично. Почему все мы чувствуем себя счастливыми в глубоком сне? Есть только одна причина. Ум, интеллект, сознание, эго - все не функционирует. Все они прекращают свое существование. И когда интеллект прекращается, ум прекращается, эго прекращается, сознание прекращается, в это время мы все испытываем великое блаженство.

Итак, очень простая концепция. Если прекращение интеллекта происходит в состоянии бодрствования... Это очень легко понять. В состоянии бодрствования, пока я бодрствую, если я могу успокоить Манас, Буддхи, Читту и Аханкара, то блаженство счастья, которое непроизвольно достигается по замыслу Бога в глубоком сне, будет достигнуто мной благодаря моим собственным усилиям. Оно будет достигнуто благодаря моей

практике. И когда я получу этот опыт благодаря своей практике, тогда Самскары-впечатления, которые есть во мне, все Самскары будут стерты. Мы стираем их с помощью усилий. Когда мы просыпаемся от глубокого сна, все Самскары пробуждаются, как и прежде.

Даже во сне остаются активными Самскары из состояния бодрствования. И какими бы ни были эти Самскары, они проявляются в виде снов.

Это происходит так: после пробуждения от глубокого сна впечатления предыдущего дня или впечатления бесчисленных жизней сохраняются, Буддхи просыпается с ними, как они есть. Но когда мы объясняем этому интеллекту: «Ты не шарик, ты фонарь», что происходит в это время со старыми Самскарами интеллекта, например, «я вспыльчив»? Могу ли Я быть вспыльчивым? Фонарь не вспыльчивый! Вспыльчивый я-шарик, поэтому мне можно быть раздражительным. Тот, для кого это происходит, для искателя, который связывает себя с интеллектом, постепенно отказывается от идентификации себя с интеллектом. И, отказавшись от природы интеллекта, он собирается слиться с истинным Я. Постепенно он примет природу истинного Я. Какова природа истинного Я? Это природа Существования, Сознания и Блаженства. И когда это произойдет,

**Sant aanadache sthal, sant sukhachi keval
Nana santoshache mool, te he sant.**

Святые — вот обитель блаженства, святые - есть только счастье. Корень различных удовлетворений - таковы святые.

Этот шарик - место печали, место постоянной печали. Вот о чем идет речь. Все беды, которые существуют, находятся в этом пресс-папье -Дживе - индивидуальном сознании. Все неприятности, беды, что бы это ни было, находятся в шарике. «Я родился», «я жив сейчас», «я счастливо практикую Веданту» - Атман не жив.

Атман не жив. Является ли это утверждение неправильным или правильным? Итак, есть ли Джива (индивидуальное «я») в слове «Дживанта» (живой)? Само слово «Дживанта» содержит понятие Дживы. Но если жизнь подобна фонарю, истинному Я, то у нее нет ограничений Дживы, как же она может быть живой? Значит, она мертва? Возникает следующий вопрос. А почему Атман не мертв? Ну, если Атман не родился, то как Он может быть живым и как Он может умереть? Логика очень проста. Атман вообще не рождается, а поскольку Он не рождается, Он не живет и не умирает; это Я!

Если мы поймем Я, тогда мы поймем, что означает, когда говорят, что Атман Нерожденный (Аджа), Неразрушаемый (Аджар) и Бессмертный (Амар). А пока это нужно запомнить. «Атман Нерожденный, Неразрушаемый и Бессмертный». Что дальше? Возможно, так и есть, Атман нерожденный и бессмертный. Но я точно родился. Если никто не вспомнит о моем дне рождения, после того как я столько сделал для всех, и если мне не позвонят в этот день... Веданта продолжается! Атман нерожденный, негленный и бессмертный. Этот Атман есть Я. Наша практика Сохам идет полным ходом. И пока практика Сохам идет полным ходом, то, что есть Саха (То), есть Я. Таким образом, если этот Саха (Тот) не рождается, то и я не рожаюсь. Следовательно, Я - раз я не рожден, у меня нет дня рождения. А раз нет дня рождения, то нет и необходимости в поздравлениях. Но без поздравлений мы просто не можем жить

Плач начинается.... «Ради него/нее я перенес столько трудностей», «столько усилий приложил», «пота и крови пролил», (а думает ли он/она обо мне?) Это называется привязанностью, знаете ли! Все общество повторяет эти четыре предложения, причем в обоих случаях (с его и ее стороны). У вас еще есть время, потому что ваши дети еще не достигли этой стадии. Они вообще еще не достигли той стадии, чтобы заставлять вас говорить это. Когда-нибудь они это сделают! Когда-нибудь этот этап наступит и для вас. Я благословляю вас!

Проведя такое замечательное рассуждение о Шастрах мы поняли одно: что это за явление – Дхьяна - медитация. Я приведу последний пример. У нас остался последний час. Я приведу пример. Возможно, так будет немного легче понять. Есть шалаш, шалаш из травы, листьев и тому подобного. В этой траве, в этой хижине есть отверстие. Когда солнечный луч проникает через отверстие и падает на стену, это называется «кавдаса» (пятно света). Так вот, эта «кавдаса» - Джива, а солнце - Атман. Подумайте об этом сейчас... Солнце — это Атман. Кавдаса - Джива. Итак, почему образовалась «кавдаса»? Сколько вещей ответственны за образование кавдасы? Во-первых, должно быть солнце, во-вторых, должно быть отверстие, в-третьих, должна быть стена. Без этих трех вещей «кавдаса» вообще не образуется. Теперь, предположим, что «кавдаса», если она захочет вернуться к солнцу, что должно произойти между ними? Все просто. Если дыра будет закрыта, куда отправится «кавдаса»? Она вернется туда, откуда пришла. А действительно ли она пришла? Действительно ли «кавдаса» пришла? Подумав об этом, после того как отверстие будет закрыто, если «кавдаса» действительно пришла, должна ли она снова появиться на стене или нет после того, как отверстие будет закрыто? Поскольку «кавдаса» не видна на

стене после закрытия отверстия, значит, «кавдаса» не приходила. Тогда как же она была видна? Иллюзия или реальность? Поймите это. Кавдаса была увидена, она ложная или реальная? Если мы называем ее ложной, то она была видна только что. Если мы называем ее реальной, то ее не было раньше и не будет потом. Тогда что же это такое? Ложное. Аналогично, каков Джива? Достаточно рассмотреть «кавдасу». Как развязать этот узел? Для цели иллюстрации все правильно.

Тогда, подобно тому как «кавдаса» ложна, свет внутри пресс-папье - шарика также ложен. И поскольку это «я», то «я» как Джива ложно, а «я», которое находится в фонаре, реально. Эта «кавдаса» поворачивается назад, лицом к спине. Тот же стих относится и к «кавдасе». Этот «кавдаса» возвращается назад, идет к солнцу и говорит: «Я - солнце». Точно так же, как кавдаса должна сказать это, точно так же, если Дхьяна - медитация происходит так, как должно, тогда интеллект исчезает. И после того как интеллект исчезает, отражение сознания (Чидабхаса), которое находится внутри него... интеллект прекращается, и свет из пресс-папье поворачивает назад. Куда отправится эта «кавдаса»? Она вернется туда, откуда пришла. Точно так же, куда пойдет свет из пресс-папье? Туда, откуда он пришел - к фонарю.

Итак, если это понять и сказать: «Сохам»... если мы однажды повернем интеллект таким образом, в сторону практики Сохам, то однажды к этому решению придет отсутствие усилий. Искусственность в нем исчезнет. Когда искусственность исчезнет и придет легкость, наша работа будет закончена. И эта непринужденность называется естественным состоянием (*sahajavastha*). Это означает, что практикой следует заниматься до тех пор, пока не придет непринужденность.

Теперь о медитации. Мы уже обсуждали медитацию без формы (ниргуна-дхьяна). Также мы обсудили медитацию с формой (Сагуна -Дхьяна), о которой мы поговорим вечером.

Духовная практика медитации часть 2

Dhyana Sadhana 2 (Dhyana Sadhana 4)

Если мы начнем этот разговор без слова «Дхьяна» - медитация, есть вероятность, что в какой-то момент мы потеряем из виду, что действительно обсуждаем «Дхьяну». Поэтому, чтобы удержать тему в фокусе и напомнить себе, мы должны использовать слово «Дхьяна».

Существует практика медитации, называемая Сохам. Медитации бывают двух видов:

- медитация на бесформенное (Ниргуна) и
- медитация на форму (Сагуна).

Мы рассмотрим оба вида. Медитация Сохам, в некотором смысле, медитация на бесформенное. Потому что «Саха» (Он), который есть Я (Атман), бесформен. А то, что выражается словом «Саха» - идол Даттатреи (божество с тремя головами: Брахма, Вишну и Махеша), идол Витхала и так далее - все это имеет форму (Сагуна). Можно практиковать оба вида медитации. Каждый должен практиковать тот, который возможен, тот, который ему подходит. Нет абсолютно никакого принуждения, никаких обязательств, чтобы практиковать только эту медитацию или только ту. Не существует никаких догм.

Поразмыслив таким образом, Сохам есть новая установка, решение. Твердое следование этой новой решимости и есть природа данной медитации. Медитация состоит из двух частей: одна — это сидячая медитация, другая медитация во время ходьбы, движения, еды, питья. Аналогично практике повторения Имени, о которой мы говорили: есть формальное повторение Нама, и есть Нама, выполняемая во время ходьбы, действий.

Итак, существует медитация во время ходьбы, движения, еды, питья. Давайте теперь поразмышляем о такой медитации. Сегодня утром мы обсуждали сидячую медитацию. После того как вы погрузились в медитацию, отражение сознания (Чидабхаса) повернулось назад, обратилось внутрь, чтобы стать Истинной Природой (Сва-ропа-кар), и поддержание этого состояния Истинной Природы называется медитацией. А когда она достигает зрелости, когда она достигает стабильности и спонтанности, называется Самадхи. Этот процесс, когда он завершается внутренним исследованием, является завершением медитации, достижением зрелости, спонтанности. Эта спонтанная медитация называется Самадхи.

Давайте поймем тонкую разницу между медитацией и Самадхи. Изначально и то, и другое требует усилий. Когда я практикую это искусственно, я сам прикладываю усилия. Когда искусственная практика достигает определенного успеха, мы говорим, что я достиг медитации. А когда эта

медитация становится без усилий, говорят, что достигнуто Самадхи. Самадхи слово мужского рода, а не женского, просто небольшое замечание из священных писаний.

Мысль, которую мы сейчас обсуждаем, Сохам, — это новая установка, которую мы приняли. Мы все хорошо знакомы с предыдущим решением относительно «я». Мы только что обсудили, кем я не являюсь. Почему пришло время заявить о том, кем я не являюсь? Есть только одна причина: заблуждение относительно того, кто я есть, прочно укоренилось. Заблуждение о том, что «тело есть я», держится крепко. «Тело есть я» — это наша старая установка, постановление интеллекта, пронесенное через бесчисленные жизни. Мы придерживались такой установки с тех пор, как научились понимать. Нам нужно изменить эту установку и принять истинную, правильную, ту, которая служит нашему собственному благу... И здесь очень важно осознать, что истинное благополучие заключается в принятии этого решения, и что без него нет истинного благополучия, - это очень важно для мотивации. Очень важно понять, что человек, который не мотивирован, не может ничего достичь. Поэтому совершенно необходимо, чтобы после того, как вы примите новое решение, установку, все, что бы ни случилось, будет для моего истинного блага.

И есть только одна причина, по которой это будет для моего истинного блага: когда я осознаю, что я обладаю природой Существования (Сат), Сознания (Чит) и Блаженства (Ананда), не просто осознаю интеллектуально... «Осознать интеллектуально» - выражение, связанное с интеллектом. «Я понял» также привязано к интеллекту. Но когда я испытаю это непосредственно, у меня не останется и тени сомнения в том, что все обстоит именно так. Это означает, что не будет никаких сомнений в том, что я не погибну вместе с телом. Пока еще мы все уверены, что когда тело уйдет, уйду и я; это наша стопроцентная убежденность.

Теперь давайте поразмышляем над этим: Тело есть я, или я есть тело? Это странные вопросы... Если задуматься, то поймем, что у всех все наоборот. Они считают: «Я есть, потому что есть тело». Истина же такова: «Я нахожусь в этом теле, поэтому это тело существует». В тот момент, когда я покину тело, оно перестанет существовать. Если я понимаю это, то становится ясно, что «я в теле, поэтому тело существует». Это перевернутое понимание - «тело есть, значит, есть и я» - больше не будет оставаться перевернутым; оно будет перевернуто с головы на ноги. Мы понимаем истинную природу Самости (Саха). То «я», которое находится в теле и благодаря которому тело

существует, называется Джива (индивидуальная душа). Мы обсуждали Дживу сегодня утром. То, что уходит, имеет природу Дживы; то, что существует вечно, имеет природу Атмана (Я). Запомните эти два слова: то, что уходит, — это Джива, а то, что существует, — это Атман. Когда установлено, что «то, что существует, — это Я», говорят, что Буддхи принял новую установку, решение. Принятие новых решений, подобных этому, отвечает моим истинным, вечным интересам. Это происходит потому, что страх - страх того, что «если тело уйдет, то уйду и я», - больше не остается. А когда этот страх исчезнет, тогда...

Anandache dohi anand tarang, anandachi anga aanandache.(Tukaram Gatha 2567)

Озеро блаженства, волны блаженства, каждая клеточка - блаженство!

Этот опыт может быть нашим. Одно несомненно: хотим мы этого или нет, но тело уйдет; это точно. Здесь есть важный момент: между мной и Богом идет постоянная борьба. Я говорю: «Что бы ни случилось, я не позволю этому телу уйти». А Он говорит: «Что бы ни случилось, Я не уйду, не взяв его». Эта игра идет между мной и Богом. Я говорю: «Я попробую все, я спущу с небес нектар бессмертия», что невозможно, «Я буду есть чьяванпраш (аюрведический препарат для хорошего здоровья), я буду напевать мантру Махамритьюнджая», - таким образом, я буду делать все возможные попытки борьбы. Я сделаю все, что потребуется, я не позволю телу уйти». А Он говорит: «Что бы ни случилось, Я не уйду, не взяв его». Кто победит в этой игре? Мы сразу понимаем, что в игре победит Он, а не я. Это называется игра с подставом. Результат игры предопределен. Он выиграет, а я проиграю; это точно. Я вижу, как много людей вокруг меня проигрывают. Но почему же я продолжаю играть? Это еще один большой вопрос. Я вижу вокруг себя так много проигравших, я провожаю их, некоторые проигравшие ушли из моей больницы, я даже могу быть ответственным за уход некоторых проигравших!

Из этого следует одно: уход неизбежен, его нельзя избежать. Так есть ли для меня способ победить? Для этого существуют Шастры, и за ними стоит глубоко реалистичный взгляд. Веданта - чрезвычайно рационалистическая философия. В ней нет ничего эмоционального, ничего воображаемого, никаких воздушных замков. Она полностью реалистична, рационалистична. Духовность — это реализм. Духовность — это реальность. И причина, по которой она называется реальностью, заключается в том, что эта Высшая Реальность, которая называется Я, Брахман, наука, связанная с этим Брахманом, называется Парама Атма - Шастра (наука о Высшем Я). Таким образом, духовность реальность, а все остальное - воздушный замок. Но мы

воспринимаем все наоборот: нам кажется, что духовность воздушный замок, что она включает в себя цепляние за воображаемые вещи и бессмысленные ритуалы. «Ритуализм» - новое слово, и ритуалисты растрачивают всю радость жизни. Они пытаются растратить радость и в нашей жизни, но неужели они считают нас дураками? Мы поймем все эти мысли одну за другой, и после понимания, без отчаяния, без страха, мы поймем одно: в духовности нет ни одной ноты отчаяния. Все ноты - ноты радости. И это именно то, что мы не понимаем. Мы думаем, что где-то в духовности есть отчаяние. Мысль о смерти приводит нас в отчаяние. А после мысли о смерти это отчаяние становится бесполезным; мы должны принять, что она может наступить в любой момент.

Итак, наш разговор пойдет о том, как побеждать. Как побеждали святые? Те, кого я изучаю, - Тукарам Махарадж, Днянешвар Махарадж, Гороба Кака и другие - все они победили. Но у них есть уникальная особенность: они победили, не играя, а мы проигрываем, играя и играя. Что это значит? Каждая вещь, что она означает? Получая ответ на вопрос «Что это значит?», мы обретаем некое понимание духовности. Мы понимаем, что это за материя. И когда мы понимаем, мы чувствуем, что не должны заниматься ничем другим, оставив духовность в стороне. Потому что в ней есть гарантия радости, счастья, мира, полноты, бесстрашия. Всего этого нет больше нигде в мире. Весь этот список, который я только что назвал, - его нет больше нигде в мире. И если мы видим и верим, что эта возможность существует в духовности, наблюдая за святыми, тогда мы понимаем, что мудро следовать по пути святых. Святые победили; как они победили? Не играя! Святые говорили Богу: «Боже, что Ты заберешь у меня? Ты заберешь тело, Ты заберешь ум, Ты заберешь интеллект, Ты заберешь Читту, Ты заберешь эго, Ты также заберешь прану».

«Я не являюсь ни умом, ни интеллектом, ни эго, ни Читтой». (Нирвана Шатакам).

Мы только что прочитали весь список. И нет ничего удивительного в том, что Ты (Бог) возьмешь это, потому что Ты это дал. Какие каверзные вопросы!

Это тело - я получил его или я его привнес? Давайте поразмышляем над этой мыслью: Я получил тело, или я его принес? Ответ очень прост. Если бы я принес его, разве я не выбрал бы его тщательно? Когда я покупаю овощи, я выбираю на рынке самые свежие и нежные. Если бы я действительно принес это тело, зачем бы я принес его в таком виде? Что я имею в виду под «таким»? То, что оно такое, какое есть. В мире так много людей, которым не

нравится их тело по тем или иным причинам... Я не буду сейчас углубляться в причины. Каждому человеку по той или иной причине не нравится собственное тело. Если бы оно было другим, оно было бы лучше. Если бы цвет лица был немного светлее, было бы лучше, отсюда и коррекция, Fair & Lovely (крем для лица)! Оставляю это на потом. Каждому человеку по какой-то причине не нравится его тело. Нежелательно также быть слишком светлым. Люди лежат на пляжах Гоа, пытаются загореть. Они называют это «загаром». Им не нравится это, им не нравится то. Что это значит? Всегда есть какая-то неудовлетворенность. Причина одна: У меня не было выбора; это тело было дано мне. Я получил его таким, какое оно есть. Если это тело было дано мне, то, по логике вещей, должен быть и тот, кто дал. А если есть тот, кто дал, то должен быть и тот, кто заберет его обратно. Если рассуждать таким образом, то тот, кто дал мне это тело, заберет его обратно; все просто. Не нужно так суетиться, чтобы понять простую вещь. Все понятно с помощью простых рассуждений.

Святые говорят Богу: «Что Ты заберешь у меня? Ты возьмешь то, что дал». Но самое главное: «Ты не можешь забрать меня. Ты не можешь забрать меня». Причина в том, что мы с Тобой едины. Это называется Адвайта. Поскольку Ты и Я Одно, нет никого, кого можно было бы забрать, и нет никого, кто мог бы забрать. Вся операция по отбиранию и присвоению закончилась. После завершения этой операции не осталось ничего, что можно было бы взять. То, что можно забрать, непостоянно, оно все Майя (иллюзия). Оно обязательно уйдет; оно уйдет в соответствии с Твоим планом. Ты дал его. Раз Ты дал его, у Тебя есть право забрать его обратно. Я говорю это, сидя здесь. Все согласны, сидя здесь, что Он имеет право забрать его обратно. Все кивают в знак согласия, пока находятся здесь, но, вернувшись домой, качают головами в знак отрицания. Вот что происходит!

Духовность очень логична, и мы с готовностью принимаем логичные вещи. Но после возвращения домой куда исчезает вся логика? И глубоко укоренившиеся с детства страхи, что «я» перестанет существовать, что «знать» можно будет только после того, как «меня не станет», и так далее, которые мы обсуждали вчера - как работает это «ты узнаешь, когда меня не станет», и так далее. Я никуда не уйду; уходит тело, и тело уходит, потому что оно пришло, а раз оно пришло, значит, оно уйдет. Если это выражение действительно понято, страх перед уходом тела исчезает. Оставшаяся жизнь становится жизнью без страха. В жизни без страха нет ни печали, ни отчаяния. Нет ни страха, ни какой-либо неуверенности, ни чувства незащищенности, которое всегда связано с телом. Таким образом, мы сразу

же понимаем, насколько логична духовность, насколько невероятно полезна она для человека.

Только человек имеет полномочия заниматься духовностью. Ни одно другое существо не имеет подобного права. Осознав это, я понимаю, с каким полномочием я родился. Мы отчаянно цепляемся за все остальные полномочия, и тогда, чтобы отчаянно цепляться за эти полномочия, нам приходится рождаться снова. Я сделал акцент на слове «отчаянно» не без умысла.

Размышляя таким образом, мы поняли, что прежнее решение было: «Я - тело», а новое решение: «Я - Брахман, Я - Я». Если эта установка действительно прозвучала, сколько раз ее нужно повторять? Это серьезный вопрос, острый вопрос. Если нам приходится пересматривать это решение снова и снова, неоднократно повторять его, значит, решение не было принято по-настоящему. Значит, необходимо продолжать твердить об этой решимости до тех пор, пока она не станет твердой. Решение, которое мы принимаем, должно быть предельно логичным, основанным на опыте, и мы должны хотя бы проблеском представлять себе, что из этого вырастет. Здесь задействовано очень много факторов. И если все эти факторы сходятся воедино, то решение становится твердым. Знаете, есть такой вид решения, который называется Ванг Нишья (вовлеченность). Ванг Нишья, проще говоря, помолвка. Сколько раз нужно обручаться? Разве в какой-то момент не должен состояться брак? Это может произойти через два месяца, четыре месяца или позже, если есть препятствия, но брак должен быть. Просто обручиться и оставить все как есть! Решимость, выраженная словами, - это Ванг Нишья. Сохам - это Ванг Нишья; когда я говорю Сохам, значит, что я решил на словах. И когда же это решение, положенное в основу слов, будет исполнено? Когда «Саха» (Он) и «Ахам» (Я) поженятся. То есть когда Ахам становится единым целым с Саха, тогда помолвка превращается в брак. Это нужно четко понимать. После свадьбы это единственный брак, который, если он действительно заключен, никогда не распадается. *Рам Кришна Хари.*

У нас есть старые мысли: «Я - тело, я - ум, я - интеллект, я - эго, я - Читта, я - Прана и так далее. Пока я крепко держусь за эти старые решения, новые не смогут вступить в силу. То, за что я крепко цепляюсь - тело, ум, интеллект и т. д. - все уйдет. Это означает, что я вложил свои интеллектуальные инвестиции не туда, куда следует. Назовем это эмоциональными инвестициями, интеллектуальными инвестициями. Такие инвестиции подобны вкладу денег в тонуший банк. В таком банке назревают проблемы, я вижу, что банк скоро рухнет, так что же будет, если я начну каждый день

вкладывать тысячу долларов в этот тонущий банк? Здесь та же ситуация. Это тело - тонущий корабль; мы видим это каждый день. Не мое тело, а тех, кто меня окружает! Тогда логика проста. Если другие корабли тонут, то и этот корабль когда-нибудь утонет. Поэтому, если мы понимаем, что это тонущий корабль, терпящий бедствие банк, - мудрый человек не должен вкладывать в него деньги. Здесь точно так же. Интеллектуальные инвестиции не должны вкладываться в тело, эмоциональные инвестиции не должны вкладываться в тело. Если мы поймем это, то осознали, что пока тело существует, оно предназначено для использования.

Моя практика Сохам продолжается. Медитация Сохам не означает просто сидеть с закрытыми глазами и повторять «Сохам». Если наша интеллектуальная основа, наша интеллектуальная подготовка завершена, то не нужно время для реализации Сохам. Я всегда привожу такой пример: Я выдал замуж двух своих дочерей. Свадьба прошла за минуту. Но сколько лет ушло на то, чтобы она могла быть на этой свадьбе? Что нам всем пришлось разного сделать, чтобы была свадьба? Мы должны были обдумать, что нужно, а что нет, мы должны были справиться с болезнями и неприятностями, мы должны были справиться с истериками и разногласиями, мы должны были исполнять ее желания, дать ей образование, организовать приданое, найти жениха, который где-то прятался. После такого количеством приготовлений, вдруг заиграла музыка «Тадев Лагна Судинам» (благоприятная песня, исполняемая на свадьбах), все «Играй, играй», и свадьба состоялась. Как на свадьбу ушло всего две минуты, а на подготовку к ней 22- 25 лет, так и на Садхану (духовную практику) уходит много времени, а на непосредственную реализацию Сохам - совсем немного. Если мы поймем это, то осознали важность Садханы, подготовки.

Изменить старые установки не так-то просто, это не происходит без усилий. Я сажусь для медитации, начинаю произносить Сохам, но решение не меняется просто так. Поэтому я представил два подхода:

- один - Сохам во время ходьбы и движения,
- а другой - сидячий Сохам.

В Сохам во время ходьбы и движения созерцание Сохам должно быть постоянно. Кто такой «Саха»? Этот Принцип. То, что существует, - это Я. Старая мысль гласит: «Тело есть я». Всякий раз, когда в уме возникает мысль, что «тело есть я, ум - я», в этот самый момент мы должны постоянно твердить: «Тело - не я, ум - не я». Старые установки чрезвычайно упрямы. Если мы хотим изменить эти ужасно упрямые старые решения, мы должны изменять их с таким же упрямством. Оно называется «встречное упрямство».

Это очень хорошее слово. Если у них один вид упрямства, то у меня другой. Духовный человек должен быть чрезвычайно упрямым. Для этого существует решение. Все наше упрямство из мира должно быть перенесено сюда. В мире все выглядит так: «Это должно произойти, я должен получить столько-то, этого не должно произойти» и так далее. Там, где есть «должен», есть упрямство. Здесь же должно быть так: «Я должен быть освобожден, я должен получить опыт Сат Чит Ананды (Существования-Сознания-Блаженства)». Таким образом, если мы привносим это мирское «должен» в духовность, то происходит то, что вся квота «должен» оказывается исчерпанной. В мире, в мирских взаимодействиях, вся квота «должен» израсходована, для духовности не остается ни одного «должен». Учитывайте это!

Духовность есть вопрос постоянного размышления, а не действия. Это часто приходится повторять. Многие люди считают, что духовность заключается в выполнении каких-то действий, и это в определенной степени правильно. Но мы должны понимать разницу между умственными и физическими действиями. Умственные действия чрезвычайно важны, а физические - менее важны. Мы очень много внимания уделяем физическим действиям и не уделяем достаточно внимания ментальным действиям, а следовало бы. Если мы хотим освободиться от такого неправильного распределения усилий и внимания, то постоянное вовлечение в ментальные действия и есть то, что называется «ходящий, говорящий Сохам». «Я есть То». Мы должны постоянно помнить, кем я не являюсь, и мы также должны постоянно помнить, кто я есть. Когда мы чувствуем связь с телом? когда отождествление с телом усиливается? и что его усиливает? - Когда я смотрю в зеркало во время утреннего умывания, идентификация с телом начинает усиливаться. «Зеркало, зеркало, как я выгляжу?» и так далее. Из всего этого мы понимаем, что зеркало в некоторой степени ответственно за усиление идентификации с телом. В этом виноваты многие вещи. Пятьдесят лет назад, когда я смотрелся в зеркало, мне было приятно, но сейчас, в возрасте 78 лет, мне уже не так приятно. Почему? То, что я видел тогда, было совсем другим; то, что я вижу сейчас, совсем другое. Почему так произошло? Почему все так изменилось? Причина в том, в каком состоянии находится корабль? В каком состоянии находится банк? Он тонет. Так и здесь. Форма как была, так и останется, но проблема заключается в том, как мы ею наслаждаемся. Когда мы наслаждаемся собственной формой, привязанность усиливается. Форма останется такой, какая она есть. Она не будет ни увеличиваться, ни уменьшаться; нет необходимости намеренно уродовать ее. Также нет необходимости намеренно украшать ее. Это советы для духовных искателей.

Если помнить об этих советах, то постепенно сможем добиться изменений внутри себя. Как только эти изменения произойдут, наше отождествление с телом начнет уменьшаться. Значение слова «отождествление» - «это я». Это старое решение, очень старое. Оно начинает меняться. По мере того как оно начинает меняться, наступает время, когда переживание «Я есть Я» становится чрезвычайно твердым и стабильным, и тогда тело становится таким, каким оно должно быть, столько дней, сколько ему суждено быть, делая то, что оно должно делать, и все эти вещи будут происходить так, как они должны происходить. Такая жизнь чрезвычайно прекрасна. Все святые жили такой жизнью.

Если мы поймем это, то осознаем, что Сохам Садхана - не просто сидение в медитации в течение некоторого времени. Но нам нужно сидеть в медитации. Мы должны сидеть с предельной неподвижностью. Нам нужно завершить процесс, описанный сегодня утром, внутренне. Это называется Атма-Вари (паломничество к Себе). Если мы хотим совершить Атма Вари, то подготовка к нему должна быть проведена с должным усердием. Если мы готовимся с должным усердием, то для совершения Атма-Вари не требуется времени, оно само приходит. И потом, некоторые варкари (паломники) отправляются в паломничество в Ашадху (июнь-июль) и Картик (октябрь-ноябрь), некоторые варкари отправляются только раз в год, варкари вроде меня говорят: «Я буду ходить каждый день». Но позвольте мне сказать вам одну вещь: жрецы перед Пандуранга (Господом Виттхала) имеют Даршан (видение Божества) Пандуранга каждый день, они совершают Вари Пандуранга три или четыре раза в день. Но они ничего не получают от своих Вари. Когда мы совершаем Вари Пандуранга, мы даем жрецам пожертвование, и они что-то получают от нас. Смысл в том, что простое пребывание в присутствии Бога не означает, что мы встречаемся с Богом. Жить в Пандарпуре - не значит встретить Бога, жить очень близко к Богу - не значит встретить Бога. Единственный путь - стать Богом и встретиться с Богом. Становление Богом и встреча с Богом называется Адвайта (не двойственностью). Когда такая Адвайта реализована, Даршан, который происходит тогда, является истинным Даршаном. Для такого Даршана необходимо постоянно культивировать чувство Сохам, а чтобы культивировать его, нужно прилагать постоянные усилия в этом направлении в течение всего дня. В тот момент, когда я думаю: «Я - тело», я должен вспомнить: «Я не тело, Я - Брахман». Это памятование должно происходить в течение всего дня. Так нужно ли каждый раз вспоминать, что «Я - это Я, Я - Брахман»? Или вместо этого можно сказать что-то другое? Теперь мы подошли к сути вопроса.

Мы постепенно переходим от бесформенного к форме. Причина перехода к форме после столь глубокого погружения в бесформенное заключается в том, что без осознания того, что такое бесформенное, невозможно поступить так, чтобы «то, что бесформенно, было и формой». То, что бесформенно, также имеет форму. Позавчера я говорил о «te parabrahma ubhe vitevare» (как Верховный Брахман на кирпиче) - что это значит? Как описано в Шастрах, как объяснено, как учил меня мой Гуру, этот самый Брахман стоит на кирпиче в форме Витхала. Или стоит в форме Рамы или Даттатреи. Когда внутри утвердится такая установка, тогда поклонение Сагуну приобретает огромную ценность. Потому что в том, чему я поклоняюсь, в том Сагуна, который предстает передо мной, я на сто процентов уверен, что это действительно так. Бесформенное невозможно созерцать, его нельзя увидеть глазами, услышать ушами или помыслить умом. Поэтому мудрые и святые предложили нам прекрасную систему перехода от бесформенного к форме. Нам нужно перейти от бесформенного к форме, а затем от формы к бесформенному.

Sagunachenī adhaare, nirgun paavije nirdhaare.

Saaraasaar vichare, santa sange. (Dasbodh 6.6.55)

Опираясь на Сагуна, достигается Ниргуна.

Отделяя истинное от неистинного, в общении с мудрецами.

Сагуна тоже существует. Но чтобы понять, что такое Сагуна, сначала нужно понять Ниргуна. И нужно ощутить, что и имеющее форму, и бесформенное - одно. Трудно это или легко? Сегодня утром все чувствовали себя прекрасно; все были очень счастливы, слушая учение. Сейчас это ощущение не такое прекрасное. Потому что это не тема для отдыха. Это не та тема, которая развлечет вас. Намерение состоит не в том, чтобы развлечь ум, а в том, чтобы убедить ум и привести его в надлежащее состояние, дисциплинировать его. Мы обсуждаем, как то, что является Ниргуна, также является Сагуна.

Я собираюсь рассказать историю о единстве формы и бесформенного. Ваша обязанность - сказать «да». Продолжайте говорить «да». Давным-давно, несколько столетий назад, произошла встреча между мудрецами того времени и Брахманом того времени... Возможен ли Брахман того времени и т. д.? Брахман находится вне времени. Итак, произошла встреча между мудрецами и Брахманом. Я присутствовал на этой встрече. Я уже сказал: скажите «да». Не спрашивайте, как вы могли присутствовать. На самом деле, встреча с Брахманом невозможна, потому что у Брахмана нет ни рук, ни ног, ни ушей, ни глаз, ни Праны, ни ума. Брахман описывается в Мундака

Упанишаде как «без ума, без Праны, без жизни, без атрибутов». Как же тогда может произойти встреча? Но предположим, что встреча произошла. Мудрецы пожаловались Брахману: «Поскольку у Тебя нет ни формы, ни имени, мы не можем пребывать поглощенными созерцанием Тебя. Мы не можем видеть Тебя глазами, слышать Твое имя ушами, рассказывать Твои истории или воспевать Твою славу. Всеми этими способами мы не можем погрузиться в созерцание Тебя. Пожалуйста, сделай для нас что-нибудь». В то время мудрецы сделали это предложение. Брахман также сказал: «Я одинок, мне не по себе, я не в покое».

Ekoham bahusyaama (Chandogya Upanishad 6.2.3)

'I am one; I will become many.' – я один, хочу стать множественным

Ekaki na ramate (Brihadaranyaka Upanishad 1.4.3)

'One does not enjoy being alone.' Не нравится быть одному.

Относитесь к этому только как к фразе! Брахман сказал: «Я одинок, мне нет покоя, и поэтому мне хочется принять воплощение и прийти к вам. Но сделайте одну вещь: держите под контролем тех ученых и образованных людей, которые среди вас. Если вы будете следить за ними, у меня не будет претензий». Мудрецы спросили: «Что они сделали такого, что их нужно контролировать?» - Они кое-что сделали. Предположим, я приму облик Виттхала и приду к вам, и когда я буду стоять там в виде идола Виттхала, этот идол будет испытывать износ». Вот такая была встреча! Вы знаете, что, поскольку идолы изнашиваются, их покрывают ваджралепой (защитным слоем). Так вот, износ - это изменение. Существует шесть Викара/изменений:

1. существование/асти,
2. рождение/джаяте,
3. рост/вардхате,
4. трансформация/випаринмате,
5. распад/кшияте и
6. смерть/мрияте.

Идол будет подвержен этим шести Викара; износ - одна из них. Однажды этот идол сломается. И образованные среди вас скажут, что то, что подвержено Викара, не может быть Брахманом, потому что Брахман Нирвикара -неизменен. В том-то и трудность Брахмана, что эти люди объявляют изначально неизменное подверженным изменениям. В Шастрах говорится, что Я изначально неизменен. И если Я подвергаюсь таким Викара - изменениям, они не будут называть меня Брахманом. Тогда нет смысла приходить к вам. Тогда мудрецы и святые того времени сказали: «Мы позаботимся о них, Вы не беспокойтесь, приходите к нам». Получив

приглашение, Брахман воплотился и пришел к нам в облике Кришны, Рамы и Виттхала. Вот такая история, случай, свидетелем которого я был. Поэтому можно считать, что эта история полностью достоверна!

Таким образом, внимательно рассмотрев Сагуну и Ниргуна, мы поймем, что **если** я буду называть того, Кого мы называем Я, Брахманом, буду называть Его Виттхала, Виттхала, Рама, Рама, **если** я буду называть Его Даттатрея, Даттатрея, то **однажды** во мне **наступит** твердая уверенность, что то, что является Сагуной, также является Ниргуной, а то, что является Ниргуной, также является Сагуной. Больше никогда не будет никакой путаницы в этом вопросе. Никакой путаницы вообще.

В тот момент, когда я думаю о Сагуна, Он является Брахманом. Когда в уме возникает мысль, что «я - тело», если в этот момент я повторяю «Шри Рам Джай Рам Джай Рам Джай Рам», то нет необходимости говорить «Брахман». Чувство «я - тело» можно пожертвовать этой форме. Если такие чувства постоянно приносить в жертвование этой форме, то пусть тело остается таким, какое оно есть, пусть оно будет столько дней, сколько ему суждено быть, пусть мы получим от него любую работу, которая должна быть сделана. Но когда придет время ему уйти, я не уйду. **Причина в том, что тот, в чьем имени пребывает Брахман, в чьем имени пребывает Бог, этот Бог не приходит, не остается и не уходит. И это - Я. Это то, что подразумевается под словами Саха Ахам (Он есть Я).**

Нама — это духовная практика в процессе передвижения, разговора. Такая вера в Нама делает великое дело. А если это механическая вера, если я напеваю имя только потому, что мне кто-то сказал, то поначалу это нормально. Старшие говорят воспевать Нама, и я воспеваю Нама, это совершенно нормально. Мы не можем объяснить все это маленьким детям. Можно приучить их, привить им привычку воспевания Нама. Но когда наш духовный возраст увеличивается - есть много видов возраста. Духовный возраст часто не увеличивается, увеличиваются все остальные возрасты. Однако, когда духовный возраст увеличивается, мы можем заняться дальнейшим созерцанием. Возможности для этого есть, повсюду звучат Киртана (песни о преданности) и дискурсы, рассказываются Пураны (древние писания). Возможность понять это есть и сегодня. Она есть сегодня; кто знает, что будет завтра. Но сегодня эта возможность есть. Наша задача - использовать имеющуюся возможность. Как только мы поймем это, наш духовный возраст также начнет увеличиваться. А когда наш духовный возраст начнет увеличиваться, тогда –

Rama mhanе graso grasi, tochi jevalа upawasi. (Tukaram Gatha 3635)

Тот, кто воспеваеt Нама Рамы во время еды, постится также и после еды.

Можно прекрасно поразмышлять над этим стихом. Какова истинная природа Рамы? Раму называют Веданта Ведья, что означает «Раму можно понять, изучив Веданту». Рама описан в Ведах, так и Брахман тоже там описан. А то, что Рама есть Я, называется Саха-Ахам (Он - это я). Если мы хотим непрерывно предаваться размышлениям о Сохам во время ходьбы, движения, еды, питья, то значение слова «Саха» становится Рамой, а «Ахам», то есть «Я», является общим для обоих.

То же самое и в Бхакти: «я» являюсь преданным, и в Сохам тоже «я» - тот, кто говорит «Саха». Видите ли, в Сагуна-Садхане (практика с формой) и Ниргуна-Садхане (практика без формы) «Ахам» является общим. «Я» присутствует в обоих случаях. «Я» присутствует в Саха Ахам, и «я» есть тот, кто предан, кто поклоняется. «Ахам» является общим для обоих. Только в одном случае Саха называется Брахманом, а в другом - Рамой. Вне этого различия нет. Если внутри есть такая твердая убежденность, то воспевание Нама может происходить во время ходьбы, движения, еды, питья с большой легкостью. Нет никаких ограничений, никаких препятствий. Нет такого места, где Нама не следует воспевать. Нет времени, когда Нама не следует воспевать. Нет благоприятного момента для воспевания Нама. Теперь, что происходит, на Марати есть поговорка: «aadhich ulhas... (нет мотивации внутри, и время также не поддерживает вещи «И без того не лучше, а тут ещё и обстоятельства усугубились!») Говорят, что Нама следует петь в Брахма-мухурту (благоприятное предраcсветное время)! И даже если я ставлю будильник на Брахма-мухурту, я все равно не просыпаюсь. Так вот, только потому, что я не просыпаюсь в Брахма-мухурту, мы не должны прекращать воспевать Нама. Нама можно воспевать в любое время. В наши дни существует два типа сурьяванши (потомков Солнца). Тот, кто просыпается, когда солнечные лучи падают на его тело через восточное окно, и тот, кто просыпается, когда солнечные лучи падают через западное окно... Оба являются Сурьяванши. Такие забавные вещи.

Сохам медитация бывает двух видов: сидячая и во время ходьбы, движения, еды, питья. В этой медитации мы изменили только «Саха». В медитации Сохам, когда мы ходим, двигаемся, едим, пьем, Рама занял место «Саха», а «Ахам» остался прежним. «Ахам» одинаков в обоих случаях. А сидячую Садхану Сохам следует выполнять, как описано в Шастрах.

Мы сейчас говорили о Ниргуна -Садхане. Другая Садхана, которую мы обозначили как Даттатрея, Рама, Виттхала, - это не Садхана какой-то инкарнации, Аватара; это прямая Садхана Брахмана. Брахман здесь называется Рамой. Это называется метод *An-adhyasta Vivarta*.

(Адхьяста – наложение, Ан-Адхьяста – без наложения; Виварта – изменение или проявление, **Anadhyasta Vivarta** описывает концепцию «проявления без наложения» или «кажущегося изменения без реального наложения». Это относится к идее, что Брахман, Чистое Сознание, кажется проявленным во множестве форм и феноменов, но при этом не подвергается действительному изменению или наложению.)

Это очень хороший термин. Его разработал Гулабрао Махарадж. И смысл Ан-Адхьяста Виварта таков: Сделали золотое кольцо. Это не золото кольца, а золото, которое является кольцом. Теперь давайте поймем эту разницу: когда мы говорим «золотое кольцо», это не означает, что золото отдельно, а кольцо отдельно; это золото, которое является кольцом. Если мы носим кольцо, то фактически мы носим золото. Если я обращаю внимание на дизайн, на то, насколько красив дизайн кольца, то можно сказать про дизайн, что у кольца дизайн, который носили в то время. Однако, когда бы ни было надето кольцо и каким бы ни был его дизайн, золото не изменится. Только потому, что вы смотрите на дизайн, природа золота не меняется. Точно так же и здесь, когда мы смотрим на форму Рамы, природа Брахмана не меняется.

Ram sawala sundar, kase mirawī peetambar. (Samarth Ramdas Swami)

Рама, смуглый и красивый, как сияет на нем желтый шелк!

То, что Рама смугл и красив, то, что он одет в желтый шелк, не меняет природы Брахмана. Точно так же, как нет разницы в золоте из-за его формы или дизайна. Это называется Ан-Адхьяста Виварта. Если это твердо усвоено, то, как только я вижу кольцо, я вижу золото. В тот момент, когда я вижу Даттатрею, я вижу Брахман. Если мы понимаем это, то когда я медитирую на Сагуну, она не остается медитацией на Сагуну; она становится медитацией на Ниргуна, который есть Сагуна. Кольцо, которое является золотым. Если в уме есть эта мысль, то даже, если я посмотрю на узор на кольце, оно все равно будет золотым; в этом узоре нет ничего, кроме золота.

Размышляя таким образом, можно выполнять медитацию Сагуна различными способами -

Rajas sukumar madanacha putala, ravi shashikala lopaliya. (Tukaram Maharaj)

Прекрасный принц, идол любви, солнце и луна померкли перед ним».

Медитация на Виттхала:

Sundar te dhyān, ubhe vitevari. (Tukaram Maharaj)

Прекрасна медитация (на Виттхала), стоящего на кирпиче!

Говорится, что медитация на Виттхала прекрасна, и что Он стоит на кирпиче; не говорится, что Виттхала находится в медитации. Сказано «медитация на Виттхала», то есть Его тело, форма, сияние, лицо, аура вокруг Него - все это вместе создает то, что называется медитацией. Запечатление этой медитации в уме называется медитацией, Сагуна медитацией.

Sundar te dhyān, ubhe vitevari; kara karawari jodoniya. (Tukaram Maharaj)

Прекрасна эта медитация, стоящий на кирпиче, с руками на талии

Другой перевод:

"Как прекрасен Твой образ, что стоит передо мной; руки сложены в молитве."

Его руки на поясе, драгоценный камень Каустубха на шее, след от удара Бхригу Риши на груди - таково описание Виттхала, а описание Виттхала, такое же, как и Брахмана. «Этот Верховный Брахман на кирпиче» - не допускайте даже сомнений в уме. Не повторяйте: «Я знаю, что Ты - Брахман!». Когда мы повторяем так, кажется, что мы еще не приняли решение внутри, и нам хочется сказать Ему об этом. Зачем говорить Ему? «Я знаю, что ты Брахман» - зачем говорить Ему, что Он Брахман? Потому что Он принял эту форму для нашего же удобства. В этой сфере так много мыслей, мыслей, мыслей и еще больше мыслей. И как только мысли прочно укоренились внутри, благодаря твердости мыслей духовная практика становится очень красивой, она становится не требующей усилий. Когда легкость достигнута, отождествление с телом постепенно начинает ослабевать. Тогда, когда я говорю: «Виттхала, Виттхала», нет необходимости говорить: «Сохам, Сохам». Я, воспевающий «Виттхала», я, воспевающий «Рама», становлюсь подобным Виттхала, становлюсь единым с Виттхала. Став единым с Виттхала, я становлюсь Саха Ахам (Он - это я). «Ахам» становится «Саха».

Огромная важность воспевания Нама Виттхала была объяснена. Если мы понимаем эту огромную важность таким образом, то воспевание Нама обретает смысл, глубокий смысл. Практика тогда приобретает определенное качество, определенную высоту. В мирских делах высота и качество чрезвычайно важны. Сколько мы должны заплатить за сари особого покроя? 10 000, 25 000, 50 000, но сари для повседневной носки стоит 200 рупий. Это означает, что за высококачественную одежду мы должны платить больше. Точно так же, если мы хотим заниматься высококачественной духовной

практикой, нам придется заплатить за это. Эта цена - цена созерцания, и, как уже говорилось, цена обладания четырьмя квалификациями искателя (Садхана - Чатуштайя), и так далее. Как только цена будет уплачена, высота может быть достигнута. До тех пор эта высота не может быть достигнута.

Екнатх Махарадж предложил очень красивую медитацию. Как медитировать на идола? Очень красиво. Но он поставил одно условие: в вашем поклонении должен быть только один идол. И он должен быть большим и выдающимся. То есть его нос и уши должны быть хорошо различимы. Нос и уши идола должны быть хорошо видны, иначе получится, что палец у нас большой, на нем сандаловая паста, и при нанесении ее на голову идола, как только я дотронусь до нее, она попадет в нос. Такие крошечные, маленькие идолы, привезенные из Каши, добытые здесь и там, подаренные кем-то, передаваемые из поколения в поколение, - все эти маленькие идолы должны быть погребены истинным Сагуна Упасакой (поклоняющимся Сагуну). Я говорю людям: если у вас есть такие идолы, принесите их мне, и я погребу. Если случится что-то плохое, это произойдет со мной. Потому что есть большой страх. Предположим, мы погребли идола, а он что-то сделает, что тогда делать? Бог и страх - два крайне несовместимых слова. Никогда не бойтесь Бога.

Чем больше идол, тем лучше. Екнатх Махарадж дал очень красивое описание этого. Вначале сосредоточьтесь только на ступнях, созерцайте ступни, медитируйте на ступни. То есть удерживайте взгляд только на ступнях, не смотрите ни на что другое. Просто смотрите на ступни идола, не смотрите ни на что другое. Здесь начинается медитация. Концентрация. Сосредоточенность. Ваше внимание не должно блуждать нигде, кроме этой единственной точки - ступней. Смотрите на ступни с сосредоточенным вниманием. После ступней медленно переведите внимание на лодыжки. Проведите там достаточное количество времени. Иначе возникнут проблемы. Быстро, быстро, закончили со ступнями, закончили с лодыжками, закончили с икрами... вдруг дошли до конца всего идола, медитация закончилась. Не делайте так. Медленно, постепенно, полностью сосредоточьтесь на каждой части, как можно дольше. Посмотрите на лодыжки. Как хорошо сложены лодыжки, как они красивы. Лодыжки Рамы очень красивы. Они не грубые, как у нас. Нет никаких косточек, торчащих то тут, то там; они совершенно гладкие. Оценив это, сосредоточьте свое внимание на икрах. Эти икры и лодыжки так хорошо пропорциональны. Они не светлокожие, но имеют уникальный цвет кожи. Они камфарно-белые, как у Господа Шивы? Этот Махарадж (обращаясь к Виттхала) темно-синий. Не то чтобы они стали

темно-синими, они пришли с таким цветом. Затем сосредоточьте внимание на коленях. Как хорошо сложены и стройны колени. Он не чувствует необходимости прикрывать колени, потому что они прекрасно сформированы. В отличие от наших, на которые мы не любим смотреть. Если ступни раздвинуты, то еще более уродливо. Здесь же нет никаких дефектов, никаких уродств; все чрезвычайно пленительно. Есть причина, почему это так завораживает. Есть причина, по которой Рама и Кришна приняли совершенно прекрасные формы. Человек по природе своей тянется к красоте. Сам Бог создал нашу психологию. Ему не нужно этому учиться. Поэтому, учитывая психологию, он приобрел очень красивые формы.

Rajas sukumar madanacha putala, ravi shashikala lopaliya. (Tukaram Maharaj)

Прекрасный принц, идол любви, солнце и луна померкли перед ним».

Это описание Виттхала. Есть причина, почему описания такие, какие они есть. Наша естественная тенденция тянуться к красоте. Поэтому все Его черты представляются чрезвычайно красивыми. Нам не нужно объяснять, что ум останавливается там, где есть красота. Икры прекрасны, колени прекрасны, бедра прекрасны. Бедра были приведены в качестве примера. Бедра хорошо сложены, как ствол бананового дерева. Размышляя таким образом, мы постепенно переходим к лицу. Достигнув лица, если идол приятен, посмотрите на его губы. Идол приятен, лицо приятно. Посмотрите на губы такого приятного лица. Сосредоточьте ум на этих губах на долгое время. И в какой-то момент даже следует оставить губы и сосредоточить внимание на улыбке внутри, улыбке бластного ума. Улыбка идола — это символ внутренней радости. Поэтому сосредоточьтесь только на улыбке. Даже уберите с нее губы. Когда в сознании остается только улыбка, это и есть искусство практики! Идея улыбки без губ может показаться странной. Но ее можно реализовать на практике. Если мы выработаем привычку, будем продолжать практиковаться, то и это станет возможным. Испытайте радость внутри Сагуна таким образом.

Екнатх Махарадж говорит, что радость внутри Сагуна следует переживать таким образом:

Идол должен улыбаться. Мягкая улыбка называется *manda smit* (мягкая улыбка). Это очень красивый термин, *manda smit*. В нем нет преувеличения. Ничего из этого нет в вашей и моей улыбке. Это очень нежная, чрезвычайно приятная, чрезвычайно пленительная улыбка, и эта улыбка - символ внутренней радости. Это идол Сат Чит Ананды (Существование-Сознание-Блаженство); Его радость выражается через эту улыбку. Если мы концентрируем внимание на такой улыбке, то радость, заключенная в ней,

передается нам. Когда я полностью концентрируюсь, удерживая в уме эту улыбку, я обретаю радость, скрывающуюся за ней. Когда я обретаю такую радость, весенний сезон остается постоянным. В противном случае всегда есть лето, зима и сезон дождей. Если мы хотим поддерживать внутреннюю весну - я говорил об этом, помните - «Сада васантам хрудайарвинде/Вечно весна в лотосе моего сердца» - всегда чья? Его (Бога)... 'Vasantam' (весна) - это форма настоящего продолженного времени на санскрите; я преобразовал ее в 'ritu' (время года). Приведенное мной значение неверно, но оно удобно. Это удобно с точки зрения искателя. Поэтому внутри должна быть радость, а где радость, там и счастье. Где есть счастье, там есть и радость, а где есть радость, там она естественно видна на лице».

Antariche dhaawe swabhawe baheri. (Tukaram Maharaj)

То, что находится внутри, естественным образом проявляется внешне.

В Америке, когда люди встречаются на прогулке, они улыбаются, но не шевелят губами. Такая улыбка - формальность, в ней нет искренних эмоций. Когда они видят кого-то, то здороваются или улыбаются, проходя мимо. Внутренняя радость спонтанно выражается через улыбку, и когда такая радость выражается, поймите, что она выражается потому, что присутствует внутри; она не выражается без причины. Искусственное выражение можно легко распознать.

Если мы сможем практиковать медитацию Сагуна таким образом... Екнатх Махарадж объяснил очень красивый метод, но для этого нужно сделать одну вещь: избавиться от всех идолов в своем поклонении и установить одного, прекрасно сделанного идола. Какой вам больше нравится. А если вы не можете этого сделать, отдайте их мне, я возьму их и все устрою. И я готов принять последствия. Единственная причина, по которой мы говорим это, заключается в том, что выражение «страх Божий» само по себе неверно. Как можно одновременно бояться Бога и стать с Ним единым целым? Чтобы стать единым с кем-то, я должен испытывать к нему огромную любовь, только тогда я смогу стать единым с ним. Как я могу стать единым с кем-то, боясь его?

Если мы правильно поймем все эти мысли, то поймем, что существует Ниргуна -медитация, которая называется Сохам медитацией, для нее все старые решения - установки должны быть изменены, нужно принять новые. Мы должны сидеть в медитации. Сидя в медитации, отражение сознания (Чидабхаса) в нашем интеллекте поворачивается назад, повернулось назад и слилось с Тем, откуда оно пришло, и оно остается в этом слитом состоянии -

если мы можем медитировать так, сидя, тогда это будет Ниргуна-медитация. Как только Чидабхаса сливается с Этим, больше некому сливаться. Остается только То, с чем Чидабхаса слилась. Поэтому также не остается и мысли о том, что что-то слилось. Остается только чрезвычайно мирная, спокойная медитация. Как долго человек может находиться в таком состоянии, нужно определять на основе личного опыта. Если кто-то говорит, что полчаса, я готов припасть головой к его ногам. Потому что это очень сложно. Но медитация на Сагуну легка, потому что, когда любовь к Сагуну и его красота встречаются, такая медитация длится долгое время. Такая продолжительная медитация очень полезна для нас. Это называется медитацией Сагуна.

Поэтому, глядя на любого идола, если все эти мысли прочно утвердились внутри, мы смотрим не на идола, а на ту форму, которая утвердилась внутри. Что бы ни было увидено, это Брахман.

И мне не нужно каждый раз напоминать себе, что «я вижу эту форму». Пока я должен напоминать себе, что то, что я вижу есть Брахман, медитация не стала без усилий.

Напоследок я хочу поделиться одной мыслью. С точки зрения Шастр, Брахман в идоле своего рода иллюзия. Она называется Самвади -Брахман (поучительная или направляющая иллюзия). Шастры рассказывают историю, объясняющую Самвади -Брахман: Очень темная ночь. Очень темная, крошечная тьма, ничего не видно. В эту темную ночь два человека идут по дороге. Вдали на дороге стоят два дома. В этих двух домах по окну. Один человек видит в одном из окон красивое голубоватое пятно света. Другой человек тоже видит в другом окне такое же голубоватое пятно света. Оба видят эти голубоватые пятна света в двух окнах. Оба думают, что раз там есть голубоватое пятно света, то там должен быть драгоценный камень, возможно, бриллиант. С этой мыслью о бриллианте каждый бежит к своему «бриллианту». Одно пятнышко было голубой лампой, а другое - бриллиантом. Тот, кто направился к алмазному пятнышку, нашел алмаз; тот, кто направился к казалось бы идентичному пятнышку лампы, нашел лампу. Тот, кто нашел алмаз, тоже находился в иллюзии, но его иллюзия оказалась поучительной, направляющей. Это значит, что он получил результат в соответствии с той иллюзией, которая у него была. Почему иллюзия? С расстояния это невозможно определить: оба видели одно и то же. Оба думали, что это алмаз. Один действительно нашел алмаз, другой - нет. Тот, кто нашел бриллиант, тоже изначально находился в иллюзии. Пока не увидишь глазами, это иллюзия. Но после того как он увидел его глазами, стало ясно, что это действительно алмаз. Это называется Самвади -Брахман.

Точно так же и Брахман во всех идолах подобен этой поучительной, направляющей иллюзии.

Такой пример. Эта иллюзия - сознательно культивируемая иллюзия, иллюзия, созданная для нас священными писаниями. Поскольку она создана писаниями, она является поучительной иллюзией. Кто-то может сказать: «Ты заблуждаешься, как Брахман может быть в этом? То, что я вижу в нем Брахмана, не является чем-то таким, о чем следует объявлять всем. Но если кто-то скажет: «Я вижу перед собой камень, как ты видишь в нем Брахмана? Есть только один ответ: то, что вы говорите, - правда. Это иллюзия. Но это поучительная иллюзия, потому что она полезна для меня. С моей точки зрения, она полезна для меня. Вы можете называть это как угодно».

Недалеко от деревни Мургуд есть река Ведганга. Я пью воду этой реки. Когда я называю эту воду «Ганга» и чувствую, что это вода Ганги, и, почувствовав, что это вода Ганги, я пью воду этой реки, тогда я получаю удовлетворение от того, что выпил воду Ганги. Кто-то может сказать мне: «О, Ганга далеко, что ты здесь делаешь? Это не имеет значения, вы можете говорить что угодно, с моей точки зрения, это Ганга. Так же как и здесь, этот идол, с моей точки зрения, является формой Брахмана. Если такая мысль прочно укоренилась внутри, то медитация Сагуна происходит именно так. А медитация Сохам — это медитация Ниргуна; она происходит на пути бесформенного. И Сагуна, и Ниргуна — это медитация. Если возможна сидячая медитация, то следует практиковать Ниргуна; во время ходьбы и передвижения следует практиковать Сагуна-медитацию. И в тот момент, когда вы видите идола, следует выполнять медитацию Сагуна. Если мы начнем практиковать все эти медитации таким образом, то однажды эта медитация... Иначе мы скажем: «Смотрите, что это за дхьяна (глупый человек) слово **"ध्यान" (dhyāna)** также может использоваться в разговорной речи для обозначения человека, который кажется невнимательным, рассеянным или немного « витающим в облаках ». В этом значении оно может подразумевать, что человек как будто « ушел в себя » и не обращает внимания на происходящее вокруг, что иногда воспринимается как легкая глупость или наивность....

Все медитации таковы. Медитация невежества будет преобразована в подлинную медитацию, и тогда: «Anandache dohi ananda tarang - Озеро блаженства, волны блаженства» - цель духовности будет достигнута. Завтра в лекции мы рассмотрим эту тему подробнее. Что такое Сат (существование)? Что такое Чит (сознание)? Что такое Ананда (блаженство)? Какова природа Дживы (индивидуальной души)? Что такое Джагат (мир)? Какова природа

Ишвары (Бога)? Что такое Брахман? Каковы взаимоотношения между ними?
Как происходит искажение и как его исправить? Все эти темы будут
рассмотрены завтра.

Namaskar.

Hari Om Tatsat!!