

Гита – II The Yoga of Self-Knowledge

Лекция 1, шлоки 1-11

Комментарий Др. Каки к главе 2:

В этой главе описывается ведическая Санкхья Йога, или Буддхийога, которая имеет огромное значение. Она закладывает основу для доктрины Карма йоги. Эта Санкхья Йога отличается от философии Санкхьи, установленной Риши Капилой. В 10-й главе Господь Кришна говорит, что Он - ведический Капила во всех Риши. Однако Ади Шанкарачарья в своем комментарии к «Брахма сутре» говорит, что Ведический Капила отличается от Риши Капилы философской школы Санкхья.

Арджуна был кшатрием, поэтому сражаться в битве было его священным долгом и обязанностью. Война испокон веков была основной потребностью человечества, какой бы разрушительной, опустошительной и ужасной она ни была. Жизнь Шри Рамы, Шри Кришны и Шиваджи (король в Махарашистре) изобиловала войнами. Даже сегодня мировые сверхдержавы настроены на войну по всем правилам. Сражаться в бою, возможно, не входит в обязанности большинства обычных людей. Однако и им приходится сталкиваться с теми или иными конфликтами в повседневных ситуациях. Эта глава необходима всем, кто борется и сталкивается с конфликтами - большими или малыми - в своей жизни.

Известно, что, когда Эйнштейн создал теорию относительности, она была представлена на соискание Нобелевской премии, но премию ему не дали. Почему? – ученые не были готовы изменить свое привычное мировоззрение. И это неудивительно. Изменить мировоззрение также болезненно, как и сменить кожу. Мой учитель говорит, что изучение Веданты весьма рискованное начинание. Меня убеждают, что мир, который меня окружает, в котором я живу и работаю, не покладая рук, стараюсь устроить свое счастье и счастье детей, все это иллюзия. Сколько бы я ни старалась, я получу только то и столько, что мне положено по Прарабдхе. А Брахман, который я не могу ни увидеть, ни почувствовать, есть Реальность, и эта реальность и есть Я. И только так можно избавиться от страха смерти и обрести счастье, которое не зависит ни от чего. Те, кто разрабатывал Адвайта Веданту знали о том, как трудно изменить мировоззрение. Поэтому они сформулировали те качества, которые нам нужно развить и те, от которых нужно избавиться, потому что иначе

ничего у нас не получится. Об этих качествах мы говорили в предыдущих лекциях, все перечислили, но ответственность за то, чтобы избавиться от плохих качеств и выработать хорошие, лежит на нас. Это духовная практика, работа над собой.

Кроме того, мы разобрали, чем писание отличается от других книг, как научиться писания узнавать. Нет необходимости запоминать умные санскритские слова. Но нужно понимать, что, например, Бхагавад Гита – это писание, а не книга типа «Гарри Поттер». Прочитав книгу, я могу согласиться или не согласиться с автором, поверить во что-то, а во что-то нет, могу решить, что книга не в моем вкусе и я вообще ее больше читать не хочу. Другое дело писания. В них нужно верить. Верить, что там написано все правильно, а если я что-то понимаю не так или совсем не понимаю, это проблема с моей стороны. И нужно обязательно озвучивать свои сомнения и вопросы, искать на них ответы у компетентных людей.

Хотя, конечно, есть много людей, кто бросает и не хочет учить дальше, становится скучно. Тут ничего нельзя сделать. Статистика известна: 1 из 1000 начинает интересоваться Ведантой, а из них 1 из 1000 доходит до цели. Цель – это достижение счастья, которое не зависит ни от чего и ни от кого, прямо здесь, на земле, в этой жизни. Для этого есть только одно условие – рождение в человеческом теле. Человеческое тело у нас есть. А остальное в наших руках.

Сказав все это, мы приступаем ко 2 главе.

Перевод с санскрита каждой шлоки будет приведен с сайта:

https://scriptures.ru/bh_gita.htm

Кроме того, приводится перевод с Санскрита, который сделал мой учитель, Др. Кака. Его перевод в тексте выделен курсивом.

Комментарии Др. Кака тоже выделены курсивом.

Материал для лекций – лекции, которые читала мне Мукта Вальвекар. Сама она, когда готовилась к лекциям, использовала аудио записи лекций Др. Каки и лекций человека по имени **Mandakini Gandhe**. Мы все зовем ее просто Мандатай. Слово «Тай» означает «Старшая сестра», а Манда – сокращение от Мандакини. Слово Мандакини означает название реки Ганга, которая протекает через рай.

Мандатай ровесница Др. Каки, и они уже много лет сотрудничают, вместе читали лекции.

Мандатай достигла максимум из того, что можно достичь в просветлении, таких людей называют святыми.

Поэтому можно сказать, что, слушая эти лекции, мы сидим у ног святых.

Есть очень много комментариев к Гите. Но они, понятное дело, во многом повторяются. Поэтому нет смысла читать их все, это может только в конце концов запутать. Особенность лекций Др. Каки и Мандатай – они оба не монахи, т.е. все, чему они учат применимо для нас. У монахов теория, учение такое же, но практика очень отличается от того, что рекомендуется нам, обычным мирским людям с семьями, с необходимостью зарабатывать деньги. Др. Кака говорит, что если теорию читать и не понимать, то от нее нет пользы. И если понимать, но не применять в жизни, тоже она бесполезна. В этом их лекции действительно очень отличаются от других комментариев, потому что все время дается указание на то, как можно и нужно применять на практике то, что мы учим.

Сегодня мы разберем шлоки 1-11.

Итак, Арджуна назначен главнокомандующим армии, две армии выстроились друг против друга и ждут команду начать битву. Арджуна полон решимости, правое дело на их стороне, с ним в колеснице сам Бог Кришна, поэтому Арджуна ничего не боится. Но перед тем, как начать сражение, он просит Кришну вывезти его на середину поля и осматривает две армии. Тут он видит своих противников, все они его друзья или родственники и на него находит сомнение, правильно ли начинать войну.

Гита написана в сюжете гражданской войны, которая была в одном королевстве 5000 лет назад, и как это может быть интересно для нас? - нам интересна духовная сторона борьбы. Каждый из нас каждый день вынужден вести по жизни битву: может быть плохая или тяжелая работа, финансовые трудности, одиночество, плохое здоровье или их комбинация. Каждый день мы сталкиваемся с разными проблемами и ситуациями. Открываем утром глаза, и борьба начинается. И именно об этой борьбе говорит Кришна. Таким образом, учение Гиты о вечной борьбе, и учение каждый может тут же начать применять в своей жизни.

Что важно помнить, начиная учить Гиту:

- Я начала учить, потому что мне это необходимо. Храни мысль о необходимости учения все время в сердце. Учение даст силу, мир и мудрость лично мне, именно поэтому я здесь.
- Кто учитель Гиты? – Сам Кришна! Инкарнация Бога лично дает урок. Это не знаменитый философ, не прекрасный оратор, это Бог. Такое понимание дает совсем другую перспективу для учебы. Как

будто наладился телемост, и вот что мне говорит Бог, отвечая на все возможные мои вопросы. Он говорит не Арджуне, а лично мне.

- Он излагает не абстрактную теорию, а практические советы, все, что я могу и должна тут же применять в жизни прямо сегодня.

Основное Учение начинается после 10 шлоки 2 главы.

Каждая глава имеет название. Глава 1 называется «Скорбь Арджуны» (*Arjunaviṣādayogaḥ*).

Слово «Йога» означает путь. Например, есть Йога Знания – Джняна Йога – путь достижения Просветления посредством Знания. Или Бхакти Йога – путь любви для достижения Просветления. Понятно, что скорбь не путь к Просветлению, но, когда человек превращает несчастье в желание изменить жизнь, несчастье становится дверью в духовность. Что сделал Арджуна в трудную минуту? – Он пришел к Богу и предался Ему, сказал, что я не знаю, что мне делать, научи меня. Так должны поступать и мы в трудностях. Тогда несчастье превращается в Йогу.

Еще раз вспомним, как Арджуна и Дурьйодхан выбирали помощь Кришны. Арджуна смиренно стоял у ног Кришны, Дурьйодхан высокомерно прошел к голове Кришны и сидел, даже физически не предавшись. Арджуна выбрал Бога, Дурьйодхан - мирское. Имея Бога рядом, всегда будет победа. Мирское все преходяще. «Мир» на Санскрите называется «Джагат», переводится, как то, что проходит. И действительно, все вокруг проходит, приходит и уходит, только успев начаться. Здоровье, красота, богатство, все уходит, потому что это Джагат- то, что уходит, проходит.

Так Кришна стал возничим у Арджуны, и вот теперь начинается 2 глава.

Глава 2 называется «Санкхья Йога». Есть различные школы Веданты, одна из них Санкхья, одна Адвайта. Но здесь имеется в виду не название школы, а учение о том, как различать реальное от нереального, что вечно, а что преходяще, а также в чем главная цель нашей жизни. Санкхья и Вивек синонимы.

Здесь Санкхья означает Путь Знания. Другое название, более распространенное для пути Знания – Джняна Йога или Гняна Йога. Гняна или Джняна переводятся как «знание».

Центральное учение всей Гиты об Атмане и о том, кто есть Я. **Атман переводится с Санскрита как «я» или «сам»**

Глава 2 логически состоит из 4 частей:

1. Арджуна говорит о своей скорби просит принять его в ученики Кришны
2. Кришна объясняет самое главное: что мы все есть на самом деле.
3. Духовные практики
4. Арджуна спрашивает о том, какая разница между обычным и Просветленным человеком. Предположим, что я достигну Просветления и что же мне это даст?

Все основные идеи изложены во 2 главе, далее в остальных главах Арджуна задает вопросы, и Кришна отвечает на них. Все вопросы, которые задал Арджуна, связаны с учением и все они могут быть и нашими вопросами.

Глава 1 заканчивается так:

Арджуна говорит:

1.46. Для меня будет лучше, если сыны Дхритараштры с оружием в руках убьют меня в сражение, безоружного и не противящегося.

Санджая сказал:

1.47. Промолвив это на поле боя, Арджуна сел в колеснице, охваченный скорбью, и выронил лук и стрелы.

Далее начинается глава 2:

Шлока 1:

Санджая сказал:

*Taṁ tathā kṛpayāviṣṭamaśrupūrṇākulekṣaṇam ।
Viśīdantamidaṁ vākyam uvāca madhusūdanaḥ ॥ 1 ॥*

Таким образом, видя, что Арджуна глубоко переполнен состраданием, его глаза полны слез, а ум взволнован и охвачен горем, Господь Мадхусудана произнес такие слова:

2.1. Тогда Мадхусудана сказал Арджуне, преисполненному состраданию, потрясенному, с глазами полными слез, такие слова.

У всех было раньше много имен, поэтому имя Кришны теперь Мадхусудана – тот, кто убил демона Мадху.

Слабость Арджуна пытается прикрыть правильностью. Все решено, армии собрались для сражения, Арджуна главнокомандующий и знает, что это

его обязанность руководить битвой. Но вдруг на него находит слабость и ум тут же находит оправдание, выдает слабость за силу. Нам всегда важно иметь чувство, что я права, поэтому ум натренирован все оправдывать. Хотя в глубине души мы и понимаем, что мы делаем что-то неправильное. Поэтому мы склонны искать поддержку на стороне. Так и Арджуна надеялся, что Кришна его поддержит, что его успокоят и скажут: хорошо, не нужно воевать. Пошли домой.

Но Кришна делает обратное тому, что ожидал от него Арджуна. В следующих 2 шлоках Кришна говорит очень прямые и резкие слова. Называет все своими именами. В момент, когда все перемешалось в голове, часто бывает необходима встряска. Такую встряску дает Кришна Арджуне.

Шлока 2:

Благословенный Господь сказал:

*Kutas tvā kaśmalam idaṁ viṣame samupasthitam ।
Anāryaḥ śṛṇuṣv asvargyam akīrtikaram arjuna ॥ 2 ॥*

Как ты можешь заблуждаться в столь критический момент? Такое заблуждение не подобает храброму воину; оно лишает его небес и влечет за собой позор.

2.2. О Арджуна, откуда у тебя в такой решительный момент возникла слабость, свойственная недостойным, ведущая не к небесам, а к бесчестию?

Арджуна был благородным человеком, арийцем. Что такое «арийцы»: люди, живущие по законам Дхармы, а также обладающие Знанием, благородные. Ни в коем случае это не раса определенных людей, как принято сейчас думать. На Санскрите «Свастика» означает «благоприятный».

Благородство состоит в том, чтобы делать дела не потому, что за это попадешь в рай, или обретешь славу или еще какую пользу для себя, а просто потому, что их нужно выполнять.

Почему даже зная, что что-то неправильно, мы все равно делаем? – пример коровы: она пойдет за рукой, протягивающей ей пучок травы, и пойдет под страхом палки. Мы ничуть не лучше. Мы знаем, что неправильно, а все равно делаем из-за страха или из-за привязанности, желания. Никто сознательно не хочет быть плохим, но трудно противостоять обстоятельствам кнута или пряника.

«слабость, свойственная недостойным, ведущая не к небесам, а к бесчестию»

Тем и отличается благородный человек, ариец, потому что он не соблазнится ничем и не испугается. Есть еще такие, кто делает правильные дела, но мотивация у них другая, они мечтают потом попасть в рай или не делают плохое, боясь ада. Плохие дела могут еще создать плохую репутацию.

Еще важный момент: одно дело о чем-то думать, другое об этом говорить вслух и еще и находить аргументы и объяснения. Именно в таком состоянии сейчас Арджуна, он не просто засомневался в правильности решения, но полностью в нем уверен, уверен, что он прав и ждет поддержку Кришны. Поэтому Кришна говорит ему все прямо, не пытаясь его утешить.

Шлока 3:

*Klaibyaṁ mā sma gamaḥ pārtha naitat tvayyupapadyate |
Kṣudraṁ hṛdayadaurbalyaṁ tyaktvottiṣṭha paraṁtapa || 3 ||*

О Арджуна! Не поддавайся этому унижительному бессилию. Оно не подобает тебе. О Арджуна, поражающий врагов! Отбрось эту ничтожную слабость сердца и восстань!

2.3. Не поддавайся малодушию, о Партха, оно не подобает тебе. Вырви из сердца эту унижительную слабость и восстань, о победитель врагов.

Комментарий Др. Каки к шлокам 2-3

Наставляя Арджуну, Господь Кришна не стал с самого начала углубляться в духовную философию. Вместо этого Его начальные наставления соответствуют простому кодексу поведения в повседневной жизни, который включает в себя заповеди Дхармы, предписывающие обязанности и ответственность. Проще говоря, это означает, что человек должен, по крайней мере, быть в состоянии соблюдать свою собственную Дхарму, то есть долг, следуя соответствующему кодексу поведения. Прискорбно, когда великий могучий воин испытывает ненужное сострадание и проливает слезы от горя. Когда такого доблестного воина кто-то осуждает, это неизбежно разрушает его веру в себя. Сама жизнь воина наполнена войнами. Если он проявляет незаслуженное милосердие или вежливость к своим врагам, он не сможет выполнить свой воинский долг и не сможет защитить общество. «Гуманитарная перспектива» часто поощряет бесчеловечные злодеяния, а страдают при этом простые люди. Господь Кришна порицает Арджуну со всех трех точек зрения: ответственности за свой род, Дхармы и

общественного кодекса поведения. Кришна дал наставления с точки зрения мирской жизни, а также Дхармы. От человека ожидается возвышенная, благородная и достойная жизнь. Арджуна был храбрым, выдающимся воином. Кроткое и трусливое поведение никак не подходило ему. В ведических писаниях о Дхарме говорится, что человек, погибший во время войны, попадает на небеса. Вести войну за справедливость есть главный долг, т.е. Дхарма кшатрия. Если каждый человек добросовестно следует своей Дхарме, он тоже пойдет по тому же пути и достигнет небес. Для человека, который является известным лидером, бесславие или позор мучительнее смерти. Слово «бессильный», употребленное здесь Кришной, - величайший позор для воина. Арджуна, который является воплощением «Нары» (имя известного древнего мудреца), должно быть, глубоко страдал от этого позора. Человек, разочаровавшийся в своих обязанностях, не может ни совершать мирские поступки, ни следовать предписанной ему Дхарме.

Арджуна не смог даже осознать серьезную опасность, грозящую Пандавам, поскольку его ум был в заблуждении. Вести войну, чтобы уничтожить угрозу или опасность, считается главной обязанностью каждого воина. Даже Господь Кришна удивился, увидев заблуждение Арджуны в этой критической ситуации. Арджуна не осознавал мрачных долгосрочных последствий своей уязвимости, возникшей из-за минутного легкомыслия. Однако Господь Кришна хорошо понимал их. Арджуна был знаком с выдающейся жизнью и биографией Господа Кришны. Но даже тогда он решил пренебречь глубиной Его повеления и снова задал свои сомнения и вопросы Кришне.

Новое имя Арджуны - Партха – одно из имен матери Арджуны. Мать Арджуны зовут Кунти. В Гите Кришна использует еще имя Каунтея. Он говорит Арджуне кто он есть и что он сын королевы, его положение в обществе по рождению очень высокое и это накладывает ответственность и обязанности, и никак не соответствует малодушию. Он один из самых выдающихся воинов и сын королевы из династии воинов. Нельзя впадать в бездействие. Малодушие не нужно прятать за моральность, восстань!

Что самое главное для тех, кто встал на путь духовности? – Желание изменить себя и стать лучше. Готовность действовать, а не просто сидеть и оправдываться, почему я плохо живу и ничего не делаю. Вся мудрость мира существует всегда и всегда доступна, нужно только захотеть измениться, иначе ничего не получится. Должна быть готовность с моей стороны измениться.

Почему Дурьйодхана было не научить? Не потому, что он законченный негодяй и ничего невозможно сделать, а потому, что он не готов был измениться. — Он ответил «Не говори мне ничего, Кришна. Я знаю, что хорошо и что плохо. Я знаю, что то, что я делаю - неправильно и я знаю, что ты прав. Не в этом проблема. Я не в состоянии перестать делать плохое. Из-за гнева или жадности или вожделения — всегда найдется причина, и я не в состоянии остановиться. Я знаю, что правильно, но не в состоянии так поступать.» Он очень честно признает, что знает, что он поступает плохо, но не готов при этом остановиться. Не в этом ли проблема всего человечества?

Наша проблема в том, что мы разрушили свой разум, который нам дан Богом, он перестал быть чистым, как был изначально. Теперь он полон ограничений, желаний, предубеждений. Мы знаем, что это плохо. Но не можем остановиться: я знаю, что хорошо, но не могу так поступать. Об этом здесь и речь. Как сделать свою жизнь лучше, как практически ее изменить? Об этом и говорит Кришна, стряхни свою слабость, встань, действуй. Первое условие для духовности, религии и моральности — нужно поверить в себя, поверить, что я сейчас далека от того, куда я стремлюсь, но я знаю, что все в моих силах. Главное даже не вера в Бога, а вера в себя. С нее все начинается.

Раньше у фермеров было такое правило: если больной теленок пытается встать, то его следует лечить и он поправится, но если не пытается встать, то безнадежно.

Тоже самое и с нами. Мы должны поверить в себя и встать. Именно это добивается Кришна от Арджуны: чтобы он поверил в себя и захотел измениться. Тогда Кришна сможет ему помочь. Так важна вера в себя и собственное желание жить лучше.

Шлоки 4-8:

Арджуна сказал:

Kaṭhaṁ bhīṣmaṁ ahaṁ sāṅkhye droṇaṁ ca madhusūdana ।

Iṣubhiḥ prati yotsyāmi pūjārḥāv arisūdana ॥ 4 ॥

Gurūn ahatvā hi mahānubhāvān

śreya bhoktuṁ bhaikṣyam apīha loke ।

Hatvārthakāmāṁstu guruṇihaiva

Bhūjjīya bhogān rudhirapradigdḥān ॥ 5 ॥

Na caṭad vidmaḥ kataran no garīyo

yad vā jayema yadī vā no jayeyuḥ ।

Yān eva hatvā na jijīviṣāmas te ’

vasthitāḥ pramukhe dhārtarāṣṭrāḥ ॥ 6 ॥

Kārpaṇyadoṣopahatasvabhāvaḥ

prcchāmi tvāṁ dharmasaṁmūḍhacetāḥ ।

*Yacchreyaḥ syānniścitaṁ brūhi tanme
Śiṣyaste 'haṁ śādhi mām tvāṁ prapannam || 7 ||
Na hi prapaśyāmi tamāpanudyād
Yac chokaṁ ucchoṣaṇam indriyāṇām |
Avāpya bhūmāv asapatnam rddhaṁ
Rājyaṁ surāṇām api cādhipatyam || 8 ||*

(Арджуна сказал). О Мадхусудана! О разрушитель врагов! О Шри Кришна! Как я буду сражаться с Бхишмой и Дроной в войне с помощью стрел? Они достойны моего поклонения. Эти учителя превосходят всех в учебе и аскезах. Лучше жить в этом мире, прося милостыню, чем убить моих самых благородных учителей. Даже если я убью этих учителей, живущих за счет богатств Дурьйодхана, наши мирские удовольствия и наслаждения будут запятнаны их кровью. Мы не знаем, что лучше: победить их или быть побежденными ими. Мы не хотим жить после победы над Кауравами, которые сейчас стоят перед нами. Из-за слабости ума я утратил способность различать. Не имея возможности отличить Дхарму от Адхармы, я прошу Тебя с полной уверенностью сказать мне, что для меня наиболее полезно. Я полностью предаюсь Тебе как ученик. Пожалуйста, наставь меня. Даже если я завоюю процветающее, непревзойденное царство на земле или суверенитет на небесах, я не вижу способа избавиться от этой скорби, которая ослабляет мои чувства.

2.4. О Мадхусудана, как в бою я буду выпускать стрелы в Бхишму, Дрону, достойных поклонения, о победитель врагов?

2.5. Лучше жить в этом мире, прося подаяние, чем убивать этих достойных учителей. Убив учителей, пусть даже жаждущих добычи, я буду наслаждаться в этом мире счастьем, запятнанным их кровью.

2.6. Мы не знаем, что лучше для нас: победить или быть побежденными. Сыны Дхритараштры стоят перед нами; убив их, мы не пожелаем жизни.

2.7. Все мое существо охвачено жалостью, мой ум в заблуждении относительно долга. Я молю Тебя, скажи точно, что лучше для меня. Теперь я Твой ученик. Поучай меня, предавшегося Тебе.

2.8. Я не вижу, что избавит меня от скорби, иссушающей мои чувства, даже если я обрету непревзойденное и процветающее царство на земле или господство над полубогами.

Комментарий Др. Каки к шлокам 4-8

Находясь в заблуждении, Арджуна не мог отличить долг от недолга, добродетель от греха, Дхарму от Адхармы и т. д. Сегодня искатель может столкнуться с такой же дилеммой в своей жизни. Его долг -

использовать духовную дискриминацию и разрешить эту путаницу с помощью наставлений просветленных святых и священных писаний. Если искатель не понимает разницы между добром и злом, он может постоянно испытывать внутреннее смятение по поводу того, действительно ли он поступает правильно, и такое смятение может нарушить его духовную практику. Это признак заблуждения, когда искатель начинает беспокоиться об успехе или неудаче, выполнив свой долг наилучшим образом. Думать, что «победа несправедливого врага может быть благом» — это заблуждение. Отсутствие желания выступить против несправедливости - тоже признак заблуждения. Бхишма и Дрона, безусловно, достойны почитания и поклонения. Однако, поскольку они сражались на стороне несправедливости, необходимо было воздать им по заслугам с полной силой и возможностями. Арджуна был самым дорогим учеником Дроны. Он испытывал огромную благодарность к своему учителю и поэтому не мог переварить мысль о том, чтобы сражаться против своего почитаемого учителя. Дрона был учителем и Кауравов, и кроме того, он нашел у них убежище, поэтому морально был обязан сражаться на их стороне. Бхишма был дедом Арджуны. Он тоже решил встать на сторону Кауравов, поскольку следовал пословице: «Человек поработен богатством». (Arthasya Puruṣo Daśaḥ). В случае с Бхишмой он был поработен своими политическими обязанностями. Он считал, что обязан служить и защищать трон Хастинапура в силу обета, данного им в юности. Арджуна считал совершенно неправильным сражаться против этих оплотов. Он считал позорным наслаждаться царством и другими удовольствиями после победы над этими светилами. Он был обманут представлением о том, что для тиранов Кауравов победа в войне — это действительно прекрасно. Он не видел никакой славы в том, чтобы убить Кауравов и продолжать жить после этого.

Человек должен был, по крайней мере, накопить достаточно заслуг (Пунья), чтобы самому понять, что он погряз в заблуждении. Арджуна, рассказывая о своем душевном состоянии Кришне, явно занимался самоанализом. Он видел, что его огромная сила и воинские инстинкты в тот момент были ущемлены. Он понял, что утратил даже способность различать Дхарму и Адхарму. В сложившихся обстоятельствах Арджуна, чья Сатва Гуна была жива, предался Господу. Он стал учеником Кришны. Он чувствовал, что его глубокое горе и скорбь не исчезнут, несмотря на абсолютную власть над землей и небом. Есть два вида страданий: одно - по событиям в прошлом, второе - по событиям в будущем. Плакание того или другого приводит к полному смятению ума.

Охваченный горем, Арджуна заявил: «Я не буду сражаться» и замолчал. После этого Господь Кришна начал передавать ему знания. Арджуна, несомненно, был гениален, но не упрямым. Он понимал, что в этот

момент ему необходимо руководство. Арджуна знал, что Тот, Кто может направить, находится прямо перед ним, и он был достаточно благоразумен, чтобы предаться Ему. Он был готов к тому, что учитель упрекнет его в этом процессе. Каждый искатель должен иметь хотя бы столько Сатва Гуны, чтобы продвигаться по духовному пути.

Арджуна совсем не согласен с Кришной. Он спорит с ним. Я лучше пойду просить милостыню. Он знает, что он член королевской семьи и без королевства ему не на что жить, кроме как на милостыню. Мы живем для семьи, как я могу их всех убить. Он не знает даже, хочет ли он победить в войне.

Начиная со шлоки 2.7 он честно признается, что он уже не знает, что хорошо и что плохо. И в первый раз говорит «я Твой ученик, учи меня, научи что хорошо и что плохо».

Вся духовность начинается не тогда, когда спорят о философии, а когда ученик просит убежище у Гуру и просит научить его.

Кришна никогда не начнет учить без просьбы.

Шлоки 9-10

Санджая сказал:

*Evam uktvā hr̥ṣīkeśaṁ guḍākeśaḥ param̐tapaḥ |
Na yotsya iti govindam uktvā tūṣṇīm babhūva ha || 9 ||
Tam uvāca hr̥ṣīkeśaḥ prahasann iva bhārata |
Senayor ubhayor madhye viṣṭāntam idaṁ vacaḥ || 10 ||*

О, царь! Обратившись к Шри Кришне, Арджуна - каратель врагов и победитель спящих - сказал: «Я не буду сражаться» и замолчал. О потомок Бхараты, царь Дхритараштра! В это время Господь Кришна, стоявший между обеими армиями, слегка рассмеялся и обратился к несчастному Арджуне со следующими словами.

2.9. Сказав это Хришикеше, Арджуна, победитель врагов, промолвил: "Говинда, я не буду сражаться" – и погрузился в молчание.

2.10. И тогда Хришикеша, слегка улыбаясь, сказал сокрушающемуся между двух армий следующие слова, о потомок Бхараты.

Комментарий Др. Каки к шлокам 9-10

Арджуна отказался от предписанного ему долга, опустив лук, и молчал в заблуждении. Видя Арджуну в таком кротком состоянии, Кришна позабавился и улыбнулся ему даже в такой тяжелой ситуации. Искатель должен помнить, что мудрый человек, обладающий духовно различающим умом, сохраняет спокойствие и не отказывается от своих обязанностей ни при каких обстоятельствах.

«слегка улыбаясь» - Кришна держит в руках вожжи повозки - символ органов чувств, Арджуна сидит в повозке – Джива. В такой напряженной ситуации Кришна спокоен и улыбается. В этом вся мудрость. Вечное находится в гуще событий, но разум работает под контролем, несмотря на это, как будто он находится в пещере в Гималаях. Как такое возможно? – об этом начинается учение. Учение о том, как найти в себе «Искру Божью», Божественность, скрытую в нас.

Шлока 11:

Благословенный Господь сказал:

*Aśocyān anvaśocas tvaṁ prajñāvādāṁś ca bhāṣase |
Gatāsūn agatāsūṁś ca nānuśocanti paṇḍitāḥ || 11 ||*

Ты скорбишь о тех, о ком не следует скорбеть, но при этом говоришь языком мудрости. Мудрые не скорбят ни о мертвых, ни о живых.

2.11. Произнося премудрые речи, ты скорбишь о том, что не достойно скорби. Мудрец не скорбит ни о живых, ни о мертвых.

Комментарий Др. Каки к шлоке 11:

Мудрые и проницательные люди не оплакивают тех, кто умер или еще жив. Сам Арджуна был охвачен заблуждением и глубокой агонией. Однако он приводил пустые доводы, выдавая себя за мудрого и проницательного человека. Цикл рождения и смерти продолжается без перерыва для всех Джив. Поэтому те, кто рождается, несомненно, подвержены смерти и перерождению. Этот цикл безначален. Невозможно точно определить время, когда он начался. Также и те, кто умрет в будущем, были живы в какой-то момент этого цикла жизни. Исключений из этого правила не существует. Обычные люди могут понять, что человек умирает только достигнув старости. То, что после смерти должно произойти перерождение, должен объяснить мудрый человек. Эти глубокие, таинственные понятия в царстве Ишвары можно познать, только если их объяснит Сам Ишвара. Мудрые люди принимают такие факты на веру. Они знают, что каждый Джива обязательно получит новое тело в

будущем, независимо от причины или стадии жизни, на которой он умирает. Таким образом, они не страдают от мысли о собственной или чужой смерти. Теория перерождения применима до тех пор, пока человек не достигнет освобождения. После Мокши Джива становится Единым целым с Брахманом. Он перестает существовать как отдельный Джива, поэтому не подвержен перерождению. Тело и внешний мир, влияющий на тело, постоянно подвержены изменениям. Поэтому искатель должен терпеть их, сохраняя внутренний покой. Если искатель может практиковать дискриминацию, признавая Духовную Реальность, ничто не будет вызывать в его жизни заблуждений или страданий.

Кришна называет в 11 шлоке Арджуну «Пандит», что означает «мудрый», тот кто обладает глубокими знаниями. Пандит еще переводится как «ученый».

Кришна указывает Арджуне, что с одной стороны он ведет мудрые речи, как настоящий Пандит, а с другой стороны он находится в глубокой скорби. Но Пандиты, мудрые люди никогда не скорбят ни о тех, кто должен умереть в будущем ни о тех, кто уже умер, **скорбь противоречит мудрости**. Мандатай говорит, что таким образом Кришна косвенно говорит Арджуне, что он дурак. Так элегантно использует язык Кришна, нам надо брать с Него пример, как надо критиковать.

Слово «скорбь» самое главное в этой шлоке.

С одной стороны Арджуна произносит мудрые речи, которые действительно мудрые, о том, что нельзя убивать собственного Гуру, каковым он считает Бхишму, а с другой стороны Кришна говорит, что мудрые не скорбят. Символ мудрости – не грустить ни о живых, ни о мертвых.

Слова «Мудрец не скорбит ни о живых, ни о мертвых» звучат бессердечно, но это не значит, что после Просветления люди начинают быть грубыми и бессердечными. Они продолжают делать все, что необходимо, заботиться о семье, но уходит напряжение, бесконечное волнение, беспокойство за них. Арджуна переживает за своих родственников, но эти переживания никому ни на пользу. Он не знает, что ему делать, одно дело делать что-то для людей, а другое скорбеть по ним.

Главная идея шлоки в том, что нужно знание о том, кто есть Я, именно его мы и ищем. Чтобы перестать скорбеть, нужно стать мудрым. Мы уже говорили о том, что мы всю жизнь идем от одной проблемы к другой, всю жизнь стараемся сделать жизнь хорошей, но никак не удается. Меняются только проблемы. Для решения всех проблем нужно стать мудрым – познать свое Я.

Кришна не говорит, что проблема в том, что ты не веришь в Бога или что ты не делаешь правильные ритуалы, давай, я научу тебя молитве и сразу все наладится. Часто люди думают, что нужно сделать что-то и скорбь уйдет. Нет! Веданта – это система знаний о том, кто есть Я.

Весь мир разделен на 2 части. Одна часть – это то, что должно сломаться, выйти из строя или исчезнуть. Вторая часть – то, что вечное, не может исчезнуть, умереть и т.п.

То, что вечно – Атман, остальное Ан-атман.

Мудрый знает это и видит разницу. Вивек!

Мы все понимаем на уровне интеллекта, что то, что родилось, должно и умереть, но когда начинает касаться нас самих, то мы не способны принять это. Мы не способны принять смерть или окончание чего-либо.

Во всей вселенной, за всеми начало-окончание, рождение-смерть стоит принцип Атман, который не начинается и не заканчивается.

Несмотря на это, большинство нашей жизни, общения и рассуждений происходит в той «половине», где все не вечно, все появляется и исчезает. Наша задача состоит в том, чтобы постепенно развернуться к тому, что вечно. Нужно тренировать себя думать об Атмане, Вечном Принципе, который есть всегда, проходит через все изменения, через все разрушения и смерти, с которыми мы сталкиваемся каждый день. Нужно «просто» изменить свое видение мира. Сам мир останется при этом без изменения. Так, как, например, одеть солнечные очки и сразу весь мир станет золотистого цвета. Когда приходится сталкиваться со смертью или разрушением, нужно тренировать свое видение ситуации и думать о Том, что не имеет конца. Со временем мы натренируем себя видеть все в правильном свете, так, как учит Кришна здесь Арджуну.

Пример поэмы Рамдас Свами, в которой он говорит, что мы все крутимся в колесе рождений и смертей. В этой жизни у меня вот эта мама и вот эти друзья и родственники. Но в предыдущей жизни у меня были другие родители и другие дети и друзья. Сколько матерей и отцов было у меня за все миллионы рождений, сколько было братьев и детей? Кто же из них реальный? Кто твой настоящий муж и кто настоящая мать? Все родственники обусловлены прошедшей кармой. В следствии кармы было предопределено, что эти четверо людей будут вместе в течении следующих 60 лет или 20 лет, это все моя и их Прарабдха. И ты, о глупец, считаешь из «своими». А как же другие родственники из других

рождений? Они что, не «твои»? И так же, как ушли родственники из предыдущей жизни, как же уйдут и эти друзья и родственники. Поэма очень соответствует смыслу шлоки Гиты.

Такое размышление помогает постепенно отделить себя от «своих» близких и таким образом отделить скорбь по поводу смерти близких.

Скорбь бывает по тому, что уже случилось – о прошедшем и о том, что может или должно случиться – о будущем.
Арджуна плакал по будущему.

Скорбь не обязательно о смерти. Может быть просто обида. Например, кто-то обидел меня 20 лет назад, сказал одно слово и тем обидел. Каждый раз, когда я вижу этого человека, я вспоминаю обиду, хотя ничего и не говорю. Получается, что он обидел меня один раз, а я себя уже сто раз обидела. Как в примере с озером и камнем, который без конца достают и бросают. Чем больше таких обид, тем хуже для нас. И будущая скорбь и прошлая, обе уносят счастье в настоящем.

Купила красивую вазу и разбила! Было дорогое кольцо и потерялось! Все это прошлая скорбь. Ни одна ваза не сделана на вечные времена и всякая вещь может потеряться.

Др. Кака говорит о 4 категориях окружения:

1. Люди
2. Предметы
3. События
4. Обстоятельства

Они все влияют на меня и на мою жизнь, но все это Ан-Атман, все они обязаны меняться, в этом закон жизни. И это нужно принять.

Основная идея шлоки в том, что в жизни все преходяще. Эта мысль должна «отщелкнуться» в голове. Сначала мы слушаем, все понятно и ничего нового, люди рождаются и умирают, но, по сути, мы не воспринимаем это все серьезно на свой счет.

История про братьев Пандавов, когда они захотели пить и один за одним пошли к реке, а там у реки была птица, которая требовала, чтобы, прежде чем пить, они должны ответить на ее вопросы. Так они один за одним умерли, пока не пришел Юдхиштхира, который согласился ответить на вопросы и так спас всех братьев. Один из вопросов был «Какой самый удивительный факт во всем мире вы можете назвать?». Юдхиштхира ответил: «В каждый момент и каждый день множество людей вокруг нас умирают. Мы видим все это каждый день, но все равно думаем, что я-то буду здесь всегда.»

Когда строят деревню или дом для съятия фильма, то все знают, что после съемок все будет разрушено. Но когда мы строим собственный дом, мы не думаем об этом, а считаем, что он будет стоять вечно и что вещи, которые мы покупаем, будут служить нам всегда.

Когда Др. Кака объясняет про то, что значит преходящее, говорит, что сначала эта мысль кажется грустной, негативной. Все когда-то закончится, придет к концу, умрет. Требуется время, чтобы привыкнуть к тому, что в ней нет ничего пессимистичного. Это всего лишь совершенно голая действительность, реальность жизни. А реальность просто реальность, она не может быть ни плохой, ни хорошей. Никогда нельзя сказать, что эта реальность хорошая, а эта плохая. Все характеристики даются людьми. Рождение хорошо, а смерть плохо – все придумано людьми. Вообще говоря, все просто события в жизни: возникновение – рождение и потом разрушение – смерть. Чем больше мы об этом думаем и размышляем, тем проще и понятнее будет мысль о смерти. Появляется чувство свободы, что я не привязана ни к кому, и это дает чувство счастья. Все преходяще, все уйдет, нет никакого повода чувствовать к чему-то привязанность. Чувство радости от свободы больше чувства счастья обладания объектом. «Я не завишу больше от этого!». Но на это нужно время. Вайрагья! Вся шлока пытается объяснить нам временность жизни.

Два вывода из шлоки:

- Мудрые не скорбят
- Все в мире преходяще, только Атман вечный

Итак, сегодня мы рассмотрели первые 11 шлок второй главы.

Глава начинается с того, что Арджуна, великий воин, главнокомандующий армией, которая выстроилась для боя, запутался в своих чувствах и решил не воевать. Он забыл, что они использовали все возможности для того, чтобы предотвратить войну. А что значит, если главнокомандующий уйдет с поля боя? Все его войско будет быстро перебито, погибнут люди, которые доверились ему. Победит зло, которое символизирует армия Кауравов. В результате для всех жителей страны настанут тяжелые темные времена. До сих пор говорил Арджуна, а Кришна молчал, дал ему высказаться. И вот теперь Он начинает говорить, но не так, как ожидал Арджуна. Кришна совершенно не поддерживает его, но и не учит. И вот, наконец, в шлоке 7 Арджуна говорит: «Я молю Тебя, скажи точно, что лучше для меня. Теперь я Твой ученик. Поучай меня, предавшегося Тебе.»

И теперь, начиная со шлоки 11 говорит Господь. Он начинает излагать учение. «Мудрые не скорбят!» говорит Он. И теперь Он будет объяснять, почему не скорбят.

Лекция 2, шлоки 12-15

Комментарий Др. Каки к шлокам 11-14:

Мудрые и проницательные люди не оплакивают тех, кто умер или еще жив. Сам Арджуна был охвачен заблуждением и глубокой агонией. Однако он приводил пустые доводы, выдавая себя за мудрого и проницательного человека. Цикл рождения и смерти продолжается без перерыва для всех Джив. Поэтому те, кто рождается, несомненно, подвержены смерти и перерождению. Этот цикл безначален. Невозможно точно определить время, когда он начался. Также и те, кто умрет в будущем, были живы в какой-то момент этого цикла жизни. Исключений из этого правила не существует. Обычные люди могут понять, что человек умирает только достигнув старости. То, что после смерти должно произойти перерождение, должен объяснить мудрый человек. Эти глубокие, таинственные понятия в царстве Ишвары можно познать, только если их объяснит Сам Ишвара. Мудрые люди принимают такие факты на веру. Они знают, что каждый Джива обязательно получит новое тело в будущем, независимо от причины или стадии жизни, на которой он умирает. Таким образом, они не страдают от мысли о собственной или чужой смерти. Теория перерождения применима до тех пор, пока человек не достигнет освобождения. После Мокши Джива становится Единым целым с Брахманом. Он перестает существовать как отдельный Джива, поэтому не подвержен перерождению. Тело и внешний мир, влияющий на тело, постоянно подвержены изменениям. Поэтому искатель должен терпеть их, сохраняя внутренний покой. Если искатель может практиковать дискриминацию, признавая Духовную Реальность, ничто не будет вызывать в его жизни заблуждений или страданий.

В сущности, победа и царство должны доставлять человеку удовольствие. Однако Арджуна оплакивал их из-за своего бездумного поведения. Арджуна не мог выбрать между добром и злом из-за заблуждений ума. В действительности все мирские удовольствия и горести непостоянны. Когда органы чувств соприкасаются с благоприятными объектами, их соединение приводит к радости. Когда органы чувств соприкасаются с неблагоприятными объектами, их союз приводит к печали. Объекты - благоприятные или неблагоприятные - приходят и уходят, поэтому от них нельзя зависеть в обретении чистого,

прочного счастья. Искатель должен смотреть на такие чувственные переживания отстраненно, бесстрастно. Искатель, который не страдает от прихода и ухода мирских объектов, по праву достоин Мокиши. Для него мирские удовольствия и боль - одно и то же. Будучи нетронутым ими, он остается поглощенным своим истинным Я, Атманом. В результате он не размышляет о причинах хороших или плохих событий в жизни. В его сознании присутствует полное принятие любой ситуации, поскольку он знает, что это лишь мимолетный опыт. Однако, как говорится в комментарии к первой главе этого текста, если какая-то ситуация в повседневной жизни требует сильной реакции, искатель должен реагировать продуманно и расчетливо, чтобы достичь желаемого эффекта и при этом сохраняя полное внутреннее спокойствие.

Может сложиться впечатление, что Гита призывает к Войне. Арджуна пришел к выводу, что даже королевство, полученное путем войны ему не нужно. Он приводит все аргументы против войны. Но Бог Кришна резко его за это осуждает. Так что же, действительно Бог Кришна призывает к войне? Нет, конечно. Речь идет о конфликтах, которые мы часто пытаемся не замечать и уходить от их решения, боимся связываться. Речь об этом. Гита учит, как научиться решать любые конфликты, включая самые сложные. И важно посмотреть проблемам в глаза, не уходить от них, не прятаться, как страус, а решать их.

Еще один интересный момент: те, кто читали комментарии к первой лекции, может быть заметили фразу «отсутствие излишнего упрямства – признак мудрости». Есть упрямство и есть настойчивость, уверенность в себе и самомнение. Гита полна символики. Наши хорошие и плохие черты характера тоже родственники. Где граница между жадностью и бережливостью? Но нужно учиться их различать, различать добро и зло. Обо всем этом и Гита.

Мы разобрали первые 11 шлок в прошлый раз. Какие главные выводы из них:

Самый главный вывод: мудрые не скорбят.

К скорби здесь относится весь спектр от горя до плохого настроения и волнения. Мой учитель говорит о том, что бывают разные мосты для того, чтобы перебраться на другую сторону реки: от красивых и помпезных, до очень простых военных мостов, которые можно тут же разложить и быстро перейти. Вот такие мосты нам нужны в жизни. И готовить их лучше, когда все хорошо, а в нужный момент быстро разворачивать. Вот и фраза «мудрые не скорбят» - такой мост. Цель изучения философии в том, чтобы научиться быть счастливым в любой ситуации. Поэтому важно научиться

замечать любое отклонение в сторону скорби и тут же объявлять ей, скорби, войну. В противном случае я просто живу, как дурак.

Эти слова понятны, но есть ситуации очень и очень тяжелые, как же можно не скорбеть? Именно это объясняет Кришна в Гите, начиная со следующих шлок.

Мы разберем сегодня шлоки 12-15. В них объясняется Йога Знания, учение о Брахмане.

Шлока 12:

*Natv evāhaṁ jātu nāsaṁ na tvaṁ neme janādhīpāḥ ।
Na caiva na bhaviṣyāmaḥ sarve vayam ataḥ param ॥ 12 ॥*

Никогда не было такого времени в прошлом, когда я, ты или эти короли не существовали, и никто из нас не перестанет существовать в будущем.

2.12. Никогда не было так, чтобы не существовал Я, или ты, или все эти цари, и в будущем мы никогда не прекратим существование.

Просто утверждение Кришны, что Он сам и Арджуна и все короли и все всегда существовали в прошлом и будут так же существовать в будущем.

Используется отрицательная форма. Дело в том, что мы не боимся того, что мы когда-то были или что мы опять будем когда-то, мы боимся, что нас не будет. Поэтому вместо того, чтобы сказать, что ты будешь всегда, Он использует отрицание.

Совершенно очевидно, что раньше меня не было. Очевидно, когда-то меня не будет. Кришна утверждает обратное. Говорит, что мы бессмертны.

Мы бессмертны. Мы думаем, что мы люди в поисках духовности, но на самом деле мы духовное существо, испытывающее то, как быть человеком.

Все религии основываются на том, что должно быть нечто после смерти. Если после смерти нет ничего, то и нет смысла стараться сейчас. Но Кришна говорит, что мы бессмертны. Кришна говорит, что даже его тело исчезнет, но Он не исчезнет. Так же и мы. До того, как мое тело родилось, я была и так же все вокруг. Да, тело умрет. Оно и умирает каждую минуту, множество клеток в теле умирают каждую секунду. Я переживаю рождение и смерть, очевидно, должна при этом присутствовать, но не очевидно, что Я при этом создаюсь или умираю. Такова природа Атмана, Он не изменяется, вечный. Это первое, что Кришна говорит об Атмане.

Джива – это специальная смесь Атмана и не-Атмана. Атман, который Сат Чит Ананда, из-за Майи проявляется как разум, чувства, эмоции, тело; и через тело Он ощущает мир. Атман кажется ограниченным отдельным телом и отдельным Дживой, какими мы себя сейчас ощущаем. И Дживы, мы, идем от одной жизни к другой. Тело умирает, а Джива, его тонкое тело, переходит дальше. Но Атман не является ни тонким телом ни физическим, Он вечный и неизменный.

Др. Кака объясняет в связи с этой шлокой, что конкретно означает быть в прошлом, настоящем и в будущем. Он так объясняет концепцию Сат - Чистое Существование. Обычно мы связываем существование с каким-то предметом: стол существует, кот существует и т.д. Но Чистое Существование не связано ни с каким объектом.

Мы рассмотрим концепцию Чистого Существования с 3 точек зрения:

Первая:

Др. Кака приводит такой пример: Он сам сидит в кресле и говорит:

- Я существую.
- Теперь мысленно уберем меня из кресла, но кресло существует.
- Мысленно убираем кресло. Пол существует.
- И так постепенно удаляем комнату, дом, Землю, но все время остается что-то, что существует.
- Земля существует
- Солнечная система существует.
- Другие галактики существуют
- Все галактики удалены, но Принцип Существования продолжает существовать. Этот Принцип никогда не выйдет из существования. К Принципу Чистого Существования невозможно применить понятие прошлое или будущее. Для того, чтобы фиксировать как-то время, нужно некоторое изменение, нужен тот, кто эти изменение зафиксировал. Но мы удалили все, осталось только Чистое Существование, нет никаких объектов, некому фиксировать, нечему изменяться. После удаления мысленно всех объектов Принцип Существования всегда останется.

Для Чистого Существования нет ни прошлого не будущего и это Чистое Существование есть моя Истинная Природа. Именно об этом говорит Кришна в шлоке. «Я был в прошлом и буду существовать в будущем». Очевидно, что Кришна не был всегда в прошлом со Своим телом, тело существует только в определенное время.

Еще Чистое Существование можно представить себе, как пространство, из которого все удалили, но само пространство осталось все равно. А Брахман еще тоньше, чем пространство.

Второе объяснение Сат

Другое объяснение Чистого Существования на примере с заимствованными или случайными и неотъемлемыми или подлинными качествами. Собственные качества всегда присутствуют, пока существует объект: жар у огня, холод у льда. Случайные качества приобретаются и уходят.

Котел с водой и картошкой висит на костре. Картошка, вода и котел нагреваются и потом остывают. Огонь горячий пока он горит, нет огня, нет и жара. Неотъемлемое качество – жар огня – сохраняется постоянным, приобретенные – жар в картошке, воде и котле приходят и уходят. Качество, которое постоянно, является неотъемлемым, подлинным. Качество, которое приходит и уходит – приобретенное, случайное или заимствованное.

С картошкой все понятно. Но рассмотрим теперь существование. Если предмет имеет существование как приобретенное качество, то такой предмет будет возникать и разрушаться: приобретает существование и теряет его. Приобретает существование означает практически, что предмет был создан или рожден. Теряет существование – будет разрушен или умрет. Но если есть что-то, имеющее существование, как неотъемлемое качество, то это нечто будет постоянным или бессмертным. Такое нечто будет существовать всегда.

Именно это здесь и говорит Кришна: [«Никогда не было так, чтобы не существовал Я, или ты, или все эти цари, и в будущем мы никогда не прекратим существование.»](#)

Я бессмертный, никогда не умрет и никогда не был рожден. Мы только что сказали, что это означает, что существование есть неотъемлемое качество. **То, что имеет существование как неотъемлемое качество, называется Сат или Чистое Существование.**

Третье описание: Сат-Чит-Ананда

Мы начали описывать Атман.

Было уже сказано, что Атман есть Сат Чит Ананда.

Почему мы говорим о Сат Чит Ананда? Брахман не имеет качеств, даже само слово «Брахман» является именем концепции, а не Того, что эта концепция описывает.

Нам как-то нужно описать Брахман. Легче всего это сделать в терминах, которые нам известны. Нам хорошо понятно, что такое несуществование, невежество и понятно, что такое горе.

Мы понимаем, что означает существование, связанное с различными объектами в мире. Существование, связанное с объектом, мы называем «нечистым», или «квалифицированным», или «ограниченным» существованием. Слово «квалифицированный» можно понимать как «соответствующий». Т.е. существование мы ограничили каким-то объектом, или приписали существованию качество, квалифицировали его и теперь это, например, «существование телефона». Теперь чтобы понять, что такое Сат, Чистое Существование, мы давайте от [Существование + объект] уберем объект. То, что остается, есть просто Существование, не связанное ни с каким объектом. Мы называем Его Чистое Существование или Сат.

Трудно объяснить Сат, легче Его объяснять в терминах Асат – Не-Существование.

- Атман не есть **Асат**, не есть то, что не существует, поэтому мы называем Его **Сат**.
- Атман не есть **Ачит**, незнание, поэтому мы называем Его **Чит**.
- Атман не есть **Дукха**, горе, поэтому мы называем его **Ананда**.

Асат, Ачит и Дукха относятся к нашему ежедневному опыту, и мы их хорошо знаем и понимаем. Весь процесс скорее не описание Сат Чит Ананда, а объяснение, как перейти от того, что мы знаем, к тому, что не знаем. Если я знаю, что такое «несуществование», то противоположное ему будет существование, противоположное незнанию будет знание, противоположное горю будет блаженство. Такой процесс объяснения.

Существование всегда связано для нас с именами и формами. Только их мы знаем и видим. У Атмана нет формы. Мы называем Его «не имеющий формы» только потому, что у всего остального есть форма и мы привыкли к тому, что есть форма. На самом деле про Атман невозможно даже сказать, что Он «не имеет формы».

Аналогично Чит, Чистое Знание, мы называем его еще неквалифицированным или неограниченным. Любое наше знание основано на трех аспектах:

- тот, кто знает
- объект знания
- процесс познания.

Эти 3 аспекта называются «Трипути» и присутствуют всегда в любом процессе познания: я вижу цветок, я слышу песню, т.п. всегда есть субъект, объект и процесс. Причина, по которой мы говорим о «Чистом», «неквалифицированном» Знании в том, что нам известно и понятно только квалифицированное знание. На самом деле Атман даже не Чистое Знание. Он неопиcуемый. Мы называем Его Чит.

А что такое **Ананда**? - Мы все испытываем чувство счастья, но даже не понимаем, что Ананда есть моя собственная природа. Мы все привыкли к счастью, которое зависит от людей и объектов. Ананда – это чувство Счастья, которое не зависит ни от чего и ни от кого. И также, как Сат и Чит – это моя истинная Природа.

Характеристики Сат Чит Ананда присвоены нами для того, чтобы понять концепцию Атмана, но на самом деле Его невозможно описать.

Почему Его невозможно описать? – для того, чтобы что-то описать, нужен тот, кто описывает и то, что описывают. Но в той Реальности, где Атман, нет второго, Он есть Адвайта – Один Без Второго. Все это весьма тонкое ментальное упражнение.

Почему мы говорим о трех характеристиках или аспектах? - Предположим, я хочу описать Солнце. Оно горячее, круглое и светится. Три характеристики, которые указывают на один объект. Если убрать одну характеристику, например, свет, то это уже не будет Солнце. Хотя технически есть 3 разные характеристики, но все вместе они описывают Солнце.

Аналогично: Сат Чит Ананда - 3 различные характеристики, все они вместе описывают Атман. Если размышлять об Атмане с точки зрения существования, то мы называем Его Сат. С точки зрения Знания – это Чит, с точки зрения Духа – это Ананда.

Для реализации Атмана нужно сначала интеллектуально понять, что такое Атман и убедить себя, что «То есть Я». Трудно даже теоретически убедить себя в том, что Я не тело, Я – Атман. Поэтому важны две вещи:

- Постоянная учеба. В результате учебы я пойму, что есть не Я (я не тело, я не ум, я не Праны...) и в результате появится интеллектуальная убежденность.
- Но почувствовать, что Я есть Атман я не смогу до того, как я достигну реализацию Атмана, поэтому нужно принять на веру, что Я – Атман, потому что так говорит мне мой Гуру и Писания.

Очень важна интеллектуальная убежденность. Такой вид «промывки мозгов». Но дело здесь в том, что ни у Писаний, ни у Гуру нет при этом своих личных интересов. Интерес только у меня. Зачем нужна промывка мозгов? – за множество рождений у нас появилось множество «загрязнений» относительно того, кто я есть.

Почему были выбраны именно Существование-Знание-Блаженство в качестве основных характеристик? – если что-то не существует, то какой смысл об этом говорить? Если что-то существует, но его никто не знает, то как можно говорить о его существовании? Ананда – что бы мы ни делали, основной мотивацией является стремление к счастью. Нет другой мотивации в жизни.

Таким образом, в 12 шлоке представлена **концепция Чистого Существования или на Санскрите «Сат»**. Это основная идея шлоки.

Как мы описали Сат?

- Убрав все, что окружает, остается только пустое пространство. Сат можно представить условно как пустое пространство, которое существует. Но Атман еще тоньше пространства.
- На примере собственных качеств и заимствованных – Когда существование собственное качество, оно постоянно, а когда оно заимствовано, оно приходит и уходит. Все в мире создается и разрушается, заимствует существование от Сат.
- Сат Чит Ананда – мы понимаем, что такое несуществование, невежество и горе. Метод, когда мы используем то, что мы знаем, чтобы понять обратное.

И что самое главное, Сат, Чистое Существование, не абстракция и красивая концепция, а это моя истинная Природа, то, чем я являюсь прямо сейчас. А значит, я не могу умереть, также, как и все мои друзья и родственники. Осознав это, мы становимся бесстрашными.

Шлока 13:

*Dehino 'smin yathā dehe kaumāraṃ yauvanaṃ jarā ।
Tathā dehāntaraprāptir dhīras tatra na muhyati ॥ 13 ॥*

Тело каждого Дживы проходит стадии детства, юности и старости. Точно так же это всего лишь стадия, чтобы получить другое тело после смерти. Мудрых людей этот факт не беспокоит.

2.13. Как в этом теле воплощенная душа переходит из детства в юность, из

юности в старость, так она переходит и в другое тело. Мудреца это не вводит в заблуждение.

Основная идея учения в том, что я не тело, которое умрет, Я есть Атман, который бессмертный. Сначала Кришна дал определение Атмана, который бессмертный, вечный, а теперь описывает не-Атман.

Эта шлока читается, когда кто-то умирает.

В шлоке описывается не-Атман. Говорится о том, как меняются все время тело и разум. Эти все изменения свойственны природе. Не смотря на все изменения, которые мы переживаем, мы все равно считаем себя одним и тем же, который проходит через все изменения, но не меняется.

Далее говорится, что однажды душа перейдет в другое тело. Старое тело будет отброшено, подобно старой одежде.

Существует шесть **Викарий** – изменений тела. Викара – это технический термин, означающий изменение в сторону разрушения. Тело проходит через все шесть стадий. Здесь в шлоке указаны 3 из них. Кроме того, указана еще одна стадия – переход из одного тела в другое. Существует физическое и тонкое тело. Все не заканчивается со смертью физического тела, тонкое тело переходит дальше.

Все, что не Атман, всегда проходит через 6 Викарий-изменений. Они совершенно естественны для тела и всегда заканчиваются переходом тонкого тела в другое физическое. Мы помним, что Джива имеет физическое тело и тонкое.

Изменениям или Викара подвержено только тело, но Атман, тот, кто пребывает в этом теле, делает его живым и сознательным, не изменяется. Одно из названий Атмана «Нирвикара» - Неизменяющийся. Викара – изменение.

Совершенно необходимо думать и рассуждать в обычной жизни о том, что Я неизменна, что Я есть Атман, а все изменения относятся только к телу. Как телу мне присущи 6 Викарий, изменений. Но как Атман, Я не имею никаких изменений. Важно рассуждать и обдумать факт, что тело обязано пройти через изменения и нет тут никаких исключений. Нет смысла огорчаться по их поводу.

Шесть Викарий

1. Зарождение
2. Существование в форме тела (тело не существовало раньше, но теперь существует)
3. Тело растет
4. Тело изменяется

5. Тело стареет (разрушается)
6. Тело умирает

Нам рекомендуется думать обо всех изменениях.

Когда у меня день рождения – кто здесь родился? Я родилась? Это только мое тело. Я, Атман, не имею рождения. Поэтому нечего претендовать на празднование и на поздравления. Важно задуматься и не пугаться очередной цифры, все относится только к телу.

Кто стареет и у кого появляются морщины и седина? Зачем огорчаться из-за этого? Тело изменяется – не обязательно старение, но происходят разные изменения в теле, совершенно естественные. Не нужно быть неряхой, но нет смысла пытаться молодиться – нет в этом необходимости. Все изменения только в теле! Я, Атман, тут не при чем.

Разрушение – неизбежная стадия для тела.

Старость – это самое трудное изменение, даже тяжелее, чем смерть, потому что смерть приходит и все, а старость приходит постепенно, может затянуться на многие годы. Об этом стоит задуматься уже сейчас. Всегда найдется кто-то, кто позаботится о твоих физических нуждах, но моральные, эмоциональные проблемы никто на себя не может взять. В большинстве ситуаций я буду одна, не смогу заниматься тем, чем я люблю и к чему привыкла. Старики скорее в тягость для близких, и поэтому период очень трудный. Нужно помнить поэтому всегда, что я не тело, Я -Чистое Блаженство. Всю ситуацию нужно обдумать уже сейчас, когда я стану старой, с ситуацией будет уже не справиться, нужно все о ней продумать сейчас. Мой ум может стать в старости весьма маразматическим. Всякое может случиться.

Смерть – умирает только тело. Нужно всегда помнить об этом.

Важно обдумывать и размышлять обо всех этих изменениях тела. Ни к чему учить наизусть названия всей Викарий, но важно помнить, что они есть и никому их не избежать.

Седина или морщины – всегда, когда мы их видим, об этом думать.

Во второй главе описывается Атман, Его характеристики, то, какой Он Все-пронизывающий, Неизменный, Вечный, Сат-Чит-Ананда. Очень трудно себе их все представить и трудно применять на практике. Др. Кака говорит, что самое главное, о чем следует помнить, изучая Атман, на что нужно все время обращать внимание, это то, что Я есть Атман. Нужно снова и снова вспоминать и повторять внутри **«Я есть Атман»**. Идея «Я есть ТО» более важна в голове, чем помнить все характеристики Атмана. Это Я неразрушима, это Я неизменна, это Я все пронизываю, это Я Сат Чит Ананда. **Все время напоминать себе об этом!!!!**

Шлока 14:

*Mātrāsparśās tu kaunteya śītoṣṇasukhaduḥkhadāḥ |
Āgamāpāyīno 'nityās tāṃs tītikṣasva bhārata || 14 ||*

Соприкосновение органов чувств с объектами и их последующее отчуждение вызывают радость и страдание, соответственно. Эти удовольствия и страдания преходящи и бrenны. Лучшие всего мужественно их переносить.

2.14. От чувственного восприятия, о сын Кунти, возникают ощущения жары и холода, счастья и несчастья. Они приходят и уходят, ибо непостоянны. Терпи их, о потомок Бхараты.

С точки зрения описания Атмана шлоки 14 и 15 не много говорят об Атмане, но они полезны для духовной практики.

Текст шлоки звучит так:

«В тот момент, когда **Matra** (Индрии (органы чувств) + Антахкаран) (органы чувств и Антахкаран принадлежат мне, телу) вступают в контакт (**sparśās**) объектами чувств (Вишая), всегда обязательно возникают чувства либо тепло, либо холодно, они обязаны дать тебе либо удовольствие, либо боль (**sukhaduḥkha**).

Этот контакт органов чувств и ума с объектами чувств приходит и уходит (**Agamapayin**), контакт имеет начало и окончание, поэтому следует поддерживать **tītikṣa**.»

Важные в этой шлоке слова:

- Matra = Indriya = organs - органы
- Sparsha = touch = contact – прикосновение
- Vishaya – объект чувств
- Agama - payin = comes and goes – приходит и уходит
- Tittiksha – терпение, смирение, духовная толерантность
- Anitya - непостоянный

Обычно в этой шлоке уделяется внимание объектам чувств.

Но Др. Кака включил в объекты чувств так же и то, что относится к Антахкарану:

- Органы чувств= слово (звук), прикосновение, запах, форма, вкус
- Antahkarana = сила, богатство, слава, престиж, успех

Поэтому всего 10 объектов чувств, 10 Вишай.

Каждому органу чувств соответствует один объект. Глазу соответствует форма, но глаз не может слышать, ухо не может видеть и т.п.

Антахкаран тоже имеет свои объекты. Хотя они не связаны с органами чувств, но они способны вызвать в нас радость или огорчение.

Успешна ли я? Престижна ли моя работа, есть ли у меня власть? Это все внутренние объекты для чувства Сукха-Дукха Антахкарана.

В шлоке говорится о жаре и холоде, но это символично. Я вижу что-то глазами и это может быть «тепло или холод» - то, что мне нравится или то, что не нравится.

Слова – могут быть приятны, а может быть и критика. Когда я слышу похвалу, это меня радует, каждый раз, когда я слышу критику, это меня огорчает.

Каждый раз, когда мои органы чувств приходят в контакт с объектами – Вишай – нужно помнить, что мои органы чувств всегда вынуждены вступать в контакт с объектами чувств, всегда в результате контакта возникает удовольствие или неудовольствие, но все это Агамапайин (Агамарауин) – приходит и уходит, все непостоянно.

История про короля, который велел министру написать на стене фразу, которая всегда бы соответствовала моменту, в любых ситуациях и во все времена. Министр написал «И это тоже пройдет».

Ничто из того, что приносит радость и ничто из того, что так сильно огорчает, не будет длиться вечно. Нам нужно все время помнить об этом. Как бы ни было хорошо, как бы ни было плохо, все пройдет. Кришна напоминает в шлоке, что все заканчивается.

Слово **Вишай (Vishaya)** происходит от слова Vish – яд.

Другое объяснение слова Вишай -

Vishunvati iti Vishaya = something that ties your down= нечто, что связывает или накладывает оковы.

Но эти оковы невидимы. Мы их не замечаем, не видим и даже не знаем о них, не подозреваем, что мы прямо сейчас связаны. Обычные оковы мы видим, но не оковы от Вишай. Такие они коварные, Вишай.

+++++++Книга Шанкары Viveka Chudamani ++++++

Шанкара критикует Вишая. Он описывает, как они связывают нас.

Пример пяти животных, как их можно поймать, потому что они связаны определенными объектами чувств:

1. Слон – прикосновение
2. Олень – звук
3. Моль – свет (форма) – летит на огонь
4. Рыба – вкус – ловится на приманку
5. Bhringa -насекомое, которое живет в лотосе - запах

Каждое из этих животных привязано только к одному объекту чувств и все равно этого уже достаточно, чтобы их поймать. Но человек привязан ко всем 5 Вишая, можно себе представить степень его привязанностей. Все это не только когда-то, некоторое время, но все продолжается с утра до вечера, постоянно что-то привлекает и связывает. Искатель должен по крайней мере понимать, что он все время на крючке у Вишая, все время чем-то увлекается. Нужно помнить, что все Анитья, непостоянно, все обязательно как пришло, так и уйдет.

В связи с этим Др. Кака очень детально обсуждал здесь слово Titiksha – духовное смирение, толерантность.

Буквальное значение слова Титикша – «терпеть» или «выносить». Не просто терпеть, а терпеть без беспокойства и без жалоб. Самадхана и Титикша – две стороны одной медали, как орёл и решка.

В Самадхане мы говорим, что не следует позволять Антахкарану быть нарушенным даже в малейшей степени в благоприятных или неблагоприятных обстоятельствах. В Титикше мы говорим, что независимо от того, благоприятны обстоятельства или неблагоприятны, нужно терпеть эту ситуацию с совершенным спокойствием, терпением, без жалоб, без обид и без беспокойства.

Именно об этом и шлока 14.

Нам совершенно необходимо терпеть, практиковать Титикша, терпеть такое соединение органов чувств и объектов. Слово «терпеть» обычно используется в неблагоприятных обстоятельствах. Если мой дом ограблен, если я понесла убытки, если я серьезно заболела, если кто-то из моей семьи умер, мы говорим, что это большой кризис, очень сложная ситуация, и ее нужно перенести, требуется Титикша, и это абсолютно верно.

На самом деле, наш Гуру говорит, что само слово «переносить» несет в себе легкий негативный оттенок. Переносить — это как будто произошла большая несправедливость, что я угнетена и терплю. Правильное слово –

«принять». Принять с крайним спокойствием и радостью, без жалоб, все, что пришло в мою судьбу это и есть Титикша.

Значение Титикши заключается не только в том, чтобы переносить неблагоприятные обстоятельства, но и в том, чтобы переносить благоприятные обстоятельства. Обычно мы не думаем о том, чтобы терпеть благоприятные обстоятельства. Например, внучка получила отличные оценки на экзамене. Мы не думаем о том, чтобы терпеть эту ситуацию. Вместо этого мы радуемся, что оценки отличные и теперь она поступит в университет. Так мы думаем. Поэтому мы очень волнуемся, попадаем в ловушку

Здесь смысл Титикша *Āgamāpāyino'nityān, śītoṣṇasukhaduḥkhadāḥ* - *приходит и уходит, все непостоянно*.

Если холодно, нужно терпеть, а если жарко, тоже нужно терпеть. Если есть счастье, нужно терпеть, а если есть горе, тоже нужно терпеть. Почему так говорят? Потому что все это — *Āgamāpāyino* — *приходит и уходит*. Ни одна ситуация не остается неизменной. Сегодня я могу чувствовать, что моя внучка получила отличную оценку и поступила в университет. Любое счастье, которое я получаю от этой ситуации, продлится только некоторое время, а затем исчезнет. Затем мой ум начнет беспокоиться: «Теперь она на последнем курсе. Найдёт ли она работу или нет? Будет ли работа, которую она найдёт, хорошей или нет? Будет ли у нее хорошая зарплата или нет?» Затем, когда она найдет работу, я буду беспокоиться: «Теперь она выйдет замуж или нет?» А после свадьбы, ум будет беспокоиться: «Теперь у них будут дети или нет?» Это продолжается в бесконечно. Ни одно наше счастье не длится вечно. Ни одна ситуация не остается неизменной.

Один человек критикует, другой хвалит. Принимайте критику, принимайте похвалу. Принимайте это с полным спокойствием, без беспокойства, без жалоб; терпите это. В этом смысл Титикши. Титикша и Самадхана, как я уже сказала, — две стороны одной медали.

Итак, Титикша – это принятие любой ситуации без жалоб, полное принятие любой ситуации. Если я способна применять Титикша во всех ситуациях без жалоб, то можно говорить, что я владею Титикшей.

Выводы из шлоки 14:

- Помнить про Титикшу в хороших и плохих ситуациях
- Все приходит и уходит
- Все заканчивается
- Принимать все без жалоб

- Не винить никого

Шлока 15:

*Yaṁ hi na vyathayanty ete puruṣaṁ puruṣarṣabha |
Samaduḥkhasukhaṁ dhīraṁ so 'mṛtatvāya kalpate || 15 ||*

О лучший среди людей! Мудрый человек, который спокоен и в радости, и в горе, не огорчается из-за мирских вещей. Он достоин Мокши.

2.15. О лучший из людей, тот человек, который безучастен к этому, кто неизменен в счастье и горе, терпелив, – достоин бессмертия.

Комментарий Др. Каки к шлоке 15:

Господь Кришна объясняет Арджуне: «Человек, сохраняющий самообладание в таких полярностях, как радость и горе, уважение и неуважение и т. д., и который придерживается - без какого-либо нарушения - своего истинного Я, Атмана, по праву имеет право на Мокшу». В связи с этим Господь Кришна теперь изложит важнейшую духовную реальность Вечной Истины, которую искатель должен всегда помнить и удерживать в уме.

Кришна называет здесь Арджуну «лучший из людей». А несколько шлок назад называл его дураком, ни рыба ни мясо. Так используется психология. Критика, похвала, позитивная мотивация, все только чтобы искатель не терял интерес.

Содержание тоже, что и в 14 шлоке.

Все, что начинается, когда-то закончится. Приезд в гости – тут же начинается отсчет времени для расставания. Любое начало означает тут же начало конца.

Тот квалифицирован для Мокши, кто равнодушен к началу и окончанию. Это то, о чем нам следует размышлять в данной шлоке.

На этом мы заканчиваем сегодня.

- В шлоке 12 мы познакомились с концепцией Сат – Чистого Существования.

- В шлоке 13 мы ввели новый термин – Викара, что означает изменение в сторону разрушения. Нашему телу свойственны 6 Викарий, невозможно это процесс остановить.
- А в шлоках 14 и 15 мы говорили об объектах чувств, которые нас постоянно окружают и каждый из них обязательно вызывает некоторое ощущение, это ощущение может быть приятным или нет. Но ни одно из ощущений не длится вечно. Поэтому каждое переживание можно превратить в духовную практику развития качества по названию Титикша – терпение.

В следующий раз мы будем говорить о шлоке 16, в ней излагается *важнейшая духовная реальность Вечной Истины*
Хари Ом Тат Сат.

Лекция 3, шлока 16-1

В прошлый раз мы ознакомились с очень важным понятием Чистого Существования. Сегодня мы углубим наши знания об Атмане. Вы, наверное, уже заметили, что пока идет лекция, все слова понятны и идея тоже понятна, но как только лекция закончилась, невозможно повторить, о чем она была. И это не потому, что я такая бестолковая. Это, оказывается, закономерность и Веданта ее знает.

Поэтому говорится, что изучение идет в 3 этапа:

- Шравана - слушание
- Манана - размышление
- Ниддхидьясана – глубокое созерцание

Сначала мы слушаем, это важный этап духовной практики. Как правило, недостаточно одного прослушивания. Поэтому необходимо слушать повторно или читать. После первого прослушивания, как правило, нет и вопросов. Но в какой-то момент появляются вопросы. Это начинается следующий этап – Манана. Вопросы нужно обязательно задавать, выяснять, не бывает глупых вопросов. И наши учителя все это прекрасно понимают, они рады на них отвечать, это значит, что человек думает. А в какой-то момент вопросы заканчиваются. Начинается уже более глубокое размышление, промеривание к себе. Однажды услышанная информация перестала быть информацией, теперь это мое убеждение. Такой процесс получения знания.

Повторение:

В шлоке 12 говорится о том, что существует всегда, и это есть Высшая Реальность, Атман, мое истинное Я. А шлоки 13, 14 и 15 говорят о том, чем мы себя пока считаем, а считаем мы себя все телом. Сразу есть возможность для того, чтобы вспомнить о Вивек. Вивек – это первая из необходимых квалификаций для нас, искателей. Важно приучать себя разделять, что вечно, а что преходяще, что важно, а что второстепенно. Сразу окажется, что почти все, что огорчает, второстепенно.

Давайте вспомним сначала, о чем была речь в шлоках 13-15, а потом вернемся к Атману.

Шлока 13:

2.13. Как в этом теле воплощенная душа переходит из детства в юность, из юности в старость, так она переходит и в другое тело. Мудреца это не вводит в заблуждение.

Мое тело однажды возникло, проходит через изменения и однажды умрет. Мы назвали 6 изменений тела, изменение называется на Санскрите «Викара» и всего их 6:

Шесть Викарий

1. Зарождение
2. Существование в форме тела (тело не существовало раньше, но теперь существует)
3. Тело растет
4. Тело изменяется
5. Тело стареет (разрушается)
6. Тело умирает

Нет способа избежать эти изменения. Можно вести самый здоровый образ жизни, никому невозможно избежать старения и смерти. Таков закон природы. Нет необходимости запоминать, как называются изменения. Но, когда я вижу себя в зеркале, тут самое время вспомнить Вивек, улыбнуться отражению и сказать: это мое тело. Я и то, что мое не могут быть одним и тем же. То, что стареет – это мое тело, а Я Атман. И вот она, духовная практика, на Санскрите Садхана: только проснулась, умываюсь и уже духовная практика. Одна из важных духовных практик – поддерживать хорошее настроение, улыбку. «Мудреца это не вводит в заблуждение.» Старееет только тело. Но я не тело.

Какие две духовные практики мы выносим из шлоки:

- Увидев свое отражение вспомнить, что я не это тело, я Атман.
- Улыбнуться отражению и вспомнить, что мудрые не скорбят.

Тонкое тело – это то, что в шлоке называется душой.

Изменениям в сторону разрушения подвергнуто только физическое тело, а тонкое тело не стареет. Поэтому часто старики говорят, что я не чувствую своих лет, я душой молода. И именно душа переходит в новое тело. Здесь в первый раз говорится об реинкарнации.

Обо всем этом говорилось в шлоке 13.

Шлоки 14 и 15 совсем не говорят об Атмане, они объясняют наше устройство.

От чувственного восприятия, возникают ощущения жары и холода, счастья и несчастья. Они приходят и уходят, ибо непостоянны. Терпи их. Тот человек, который безучастен к этому, кто неизменен в счастье и горе, терпелив, – достоин бессмертия.

Устройство у нас такое, что наши глаза, уши, нос, кожа, язык – постоянно связаны с внешним миром. Хочу я или нет, я вижу, что происходит вокруг, слышу звуки, чувствую запахи. Т.е. окружающий меня мир проникает в меня через мои органы чувств. Одно дело – мир проникает в меня, но я ведь тут же начинаю на мир реагировать.

Важный технический термин **Вишая**. Вишая – это то, на что реагируют наши органы чувств или то, что мы называем **объекты органов чувств**. Например, слух реагирует на звук. Тогда звук — это объект для слуха или Вишая. А запах – Вишая для носа. У каждого органа чувств есть своя Вишая.

Слово Вишая (Vishaya) происходит от слова Vish – яд.

Другое объяснение слова Вишая - нечто, что связывает или накладывает оковы.

Но эти оковы невидимы. Мы их не замечаем, не видим и даже не знаем о них, не подозреваем, что мы прямо сейчас связаны. Обычные оковы мы видим, но не оковы от Вишай. Такие они коварные, Вишай.

В своей книге Viveka Chudamani Шанкара критикует Вишай. Он описывает, как они связывают нас.

Пример пяти животных, как их можно поймать, потому что они связаны определенными объектами чувств:

1. Слон – прикосновение
2. Олень – звук
3. Моль – свет (форма) – летит на огонь
4. Рыба – вкус – ловится на приманку
5. Bhṛīṅga -насекомое, которое живет в лотосе - запах

Каждое из этих животных привязано только к одному объекту чувств и все равно этого уже достаточно, чтобы их поймать. Но человек привязан ко всем 5 Вишая, можно себе представить степень его привязанностей. Все это не только когда-то, некоторое время, но все продолжается с утра до вечера, постоянно что-то привлекает, что-то действует на нервы. Нам важно по крайней мере понимать, что мы все время на крючке у Вишая, все время чем-то увлекаемся.

Но мало нам только того, на что реагируют наши органы чувств. У нас есть еще то, что Веданта называет «внутреннее устройство», Антахкаран.

Антахкаран тоже имеет свои объекты. Хотя они не связаны с органами чувств, но они способны вызвать в нас радость или огорчение ничуть не меньше.

Успешна ли я? Престижна ли моя работа, есть ли у меня власть? Кто мне что сказал - Это все внутренние объекты для чувства Сукха-Дукха Антахкарана.

Наш учитель называет такие объекты: **сила, богатство, слава, престиж, успех.**

О чем шлока? – да о том, что как только я просыпаюсь, меня окружают разные вещи – Вишая. И все они имеют свойство мне нравится или нет, тут же они либо меня раздражают, либо радуют. И вот она радость-горе, Сукха-Дукха. Некуда от этого деться.

Можно вообще ничего не делать и все равно чувствовать радость или огорчение. Но шлока говорит: *Они приходят и уходят, ибо непостоянны. Терпи их.*

Правильное слово – «принять». Принять с крайним спокойствием и радостью, без жалоб, все, что пришло в мою судьбу это и есть Титикша.

Значение Титикши заключается не только в том, чтобы переносить неблагоприятные обстоятельства, но и в том, чтобы переносить благоприятные обстоятельства. Обычно мы не думаем о том, чтобы терпеть благоприятные обстоятельства.

Ни одно наше счастье не длится вечно. Ни одна ситуация не остается неизменной. Только начался отпуск, только привыкли к хорошему отелю, как уже уезжать.

Есть много всего, что нам не нравится. Мир полон раздражающих факторов. Вот именно о них Кришна и говорит в шлоке 14: терпи их, они

не будут длиться вечно, все проходит. Даже если я решу, что вот мне сейчас плохо и пусть так останется, ничего не получится. Именно поэтому говорится о Титикше. **Титикша важное качество**, которое означает «терпение». Но важно научиться не просто терпеть, как будто я терплю и страдаю, а нужно научиться спокойно принимать без жалоб и сетования хорошее или плохое.

Что еще важно: сначала нужно приложить максимум усилий, чтобы сделать все правильно. Неправильно просто сидеть и ничего не делать. Это не Титикша. Но после того, как я сделала все, что было в моих силах, принять тот результат, который пришел. **Результат мне приходит в соответствии с моей судьбой, Прарабдхой.** Я могу огорчаться, не принимать результат, рыдать и плакать. Но что от этого изменится? Чем дольше я ситуацию не принимаю, тем дольше я страдаю. А толку нет. Тут полезно опять вспомнить: мудрые не скорбят.

Все это духовная практика, Садхана. Очень трудно сначала, но постепенно появится опыт, привычка, станет легче и жизнь станет лучше. В этом и цель.

Так то, о чем говорит шлока 14 переходит в шлоку 15. Когда-нибудь я научусь Титикше, приму теорию Кармы, перестану считать себя телом. И вдруг окажется, что действительно, я уже продвинутый искатель, который достоин Мокши.

Если обобщить, о чем мы говорили в 13 шлоке с тем, что сказано в шлоках 14 и 15, то можно заметить противоречие: сначала храни хорошее настроение и улыбайся отражению в зеркале, а теперь, оказывается, что нужно терпеть и радость, и горе, и только тогда ты достоин Мокши. Как же тогда жить? Ничему не радоваться? Нет, конечно, почему бы не порадоваться тому, что радует? Но важно понимать, не зря шлока говорит Сукха-Дукха, санскритские слова для радости и огорчения. Все, что приходит от мира и к чему мы так стремимся – это Сукха, счастье. Мы стремимся к Сукха, а получаем часто огорчение – Дукха, да и Сукха быстро заканчивается. Невозможно быть все время счастливым посредством мирских вещей.

Где же найти реальное счастье – **блаженство?**

Блаженство находится в Атмане. Что такое блаженство? **Блаженство, испытываемое без участия органов чувств, без каких-либо средств для получения удовольствия, без ощущения существования тела, называется Ананда.** Это и есть истинное счастье. **Блаженство есть сущность Атмана.** Он является источником любого чувства счастья в мире. Обычные люди думают, что счастье – это удовольствие, получаемое

от чувственных наслаждений. На самом деле счастье не в достижении чувственных удовольствий, оно исходит от Атмана, что означает, что блаженство не где-то снаружи. Именно такое счастье цель наших занятий. **Важно не забывать цель!**

А теперь давайте вернемся к описанию Атмана, к Джняна Йоге.

В шлоке 12 Кришна сказал:

2.12. Никогда не было так, чтобы не существовал Я, или ты, или все эти цари, и в будущем мы никогда не прекратим существование.

Очевидно, что здесь речь не о теле. Потому что мы все прекрасно понимаем, что когда-то меня просто не было, сейчас я есть, но придет время, когда меня опять не будет. Речь идет об Атмане, о Чистом Существовании, которое Веданта называет Сат.

Давайте вспомним **3 способа, как мы объясняли Сат**. Проблема в том, что все, что мы видим вокруг, не является Чистым Существованием, а нам важно сначала понять на уровне интеллекта, что такое Атман. Иначе невозможно продвижение к личному переживанию Атмана.

Сначала мы говорили о **заимствованных качествах и собственных**. Например, картошка сама по себе холодная. Если ее положить в горячую воду, то она нагреется. Но потом опять остынет. Тепло является заимствованным качеством для картошки, а для огня это собственное качество. Картошка «занимает» тепло от огня.

Теперь перейдем от картошки к окружающему миру. Куда ни посмотри, любой предмет есть сейчас, но когда-то его не было и когда-то его не будет. Есть – был – будет все это можно назвать «не существовал – существует – прекратит существование». Можно сказать про любой предмет, что он «занимает» существование и должно быть Нечто, у чего существование должно быть собственным качеством. Вот это Нечто мы и называем Сат. Это просто Существование, не связанное ни с каким предметом. Предметы появляются, существуют, разрушаются, но это никак не влияет на Сат. Это сложное абстрактное понятие, с которым мы не сталкиваемся в обычной жизни. Поэтому нужно время, чтобы новые понятия перестали быть информацией, а переросли в знание. Пока мы на этапе слушания - Шравана

Другое объяснение – **на примере пустого пространства**. Если убрать меня, потом стул, комнату, все убрать, все равно «что-то» останется.

Интересно, что, когда физики начали развивать квантовую механику, она развивалась быстро и казалось, что мы вот-вот и доберемся до той самой элементарной частицы, из которой создано все. Сначала открыли молекулы, потом атомы, атомы разложили на элементарные частицы, но так и не добрались пока до самой исходной частицы, как мы ни стараемся разложить частицы дальше, еще что-то остается. Да и пустое пространство не совсем пустое, как выясняется. И вот то, что всегда остается, что невозможно увидеть или измерить, это и есть Сат, Чистое Существование. Оно существует всегда, потому что оно не изменяется, а значит, оно вне времени. Так можно размышлять о Сат.

И последнее, о чем мы говорили в прошлый раз относительно Сат – мы говорили о том, что **Атман есть Сат Чит Ананда**.

Как-то нам нужно объяснить то, что мы не видим, не чувствуем и не в состоянии себе даже представить. Тогда решили объяснить нам так: Мы все знаем, когда что-то не существует. Например, снега летом не существует, не существует квадратный круг. А обратное от того, что никогда не существует – то, что существует всегда. Мы называем это Сат. Аналогично невежество и горе. Эти два понятия нам хорошо знакомы. Обратное от них: Чит и Ананда.

И что самое главное, Сат, Чистое Существование, не абстракция и красивая концепция, а это моя истинная Природа, то, чем я являюсь прямо сейчас. А значит, я не могу умереть, также, как и все мои друзья и родственники. Осознав это, мы становимся бесстрашными. Когда король Джанака достиг Само-Реализации, его Гуру по имени Аштавакра сказал ему: Ваше величество, вы достигли бесстрашия. У нас самый большой страх – это страх смерти. Но, осознав, что Я Атман, какой страх остается?

Теперь мы переходим к шлоке 16.

Шлока 16

Nāsato vidyāte bhāvo nābhāvo vidyāte sataḥ ।

Ubhayor api dr̥ṣṭo 'ntas tvanayos tattvādarśibhiḥ ॥ 16 ॥

То, что нереально (Асам), не имеет существования. Реальное (Сат) никогда не может быть несуществующим. Видящие Истину пришли к однозначному выводу относительно обоих этих понятий.

2.16. У несуществующего нет бытия, у существующего нет небытия. Такое знание открыто для видящих истину.

Комментарий Др. Каки к шлоке 16:

Обычный человеческий интеллект не может постичь Высшую Реальность, которая скрыта от одушевленных и неодушевленных объектов во вселенной. Древние Риши в эпоху Упанишад обладали чистыми и праведными умами. В результате у них развился очень тонкий интеллект, способный глубоко проникать в Реальность. Эти Риши сами были просветлены Высшей Реальностью и позже выразили ее в словах. Такие выдающиеся светила, как Ади Шанкарачарья, Святой Джнянешвар, Святой Тукарам могли постичь и объяснить эту Реальность. Мир подвержен созданию, существованию и разрушению. Однако Реальность, лежащая в основе мира, безначальна, вечна и является самой первоосновой (Anādi, Nitya, Ādya). Эта Реальность никогда не может быть несуществующей, и мир, который обманчиво возникает на Реальности, никогда не может существовать. Понятия «существование» и «несуществование» относительно друг к другу, а в основе их обоих лежит Абсолютная Чистая Реальность - Брахман. И существование, и несуществование мира зависят от этой Реальности. Реальность, однако, не зависит ни от одной из них. Эта вечная Реальность называется Сат, или Чистое Существование, от которого происходят понятия существования и не-существования.

В этой шлоке слово «Асат» обозначает «Сат-Асат-Вилакшана-Анирвакани Митхья». Это просто означает, что Асат не является ни реальным, ни нереальным, следовательно, неопишущим и иллюзорным. Сат — это Реальность, которая остается постоянной и неизменной в прошлом, настоящем и будущем. Это (Чистое) Существование, Сознание, само Блаженство. Она лишена формы, не имеет атрибутов и исключительно тонкая. То, что можно познать с помощью органов чувств или девяти эпистемических источников знания (Pratīṇas), считается иллюзорным. Реальность само-познаваема (Swasaṁvedya); ее невозможно постичь с помощью органов чувств или других инструментов. Даже самый добросовестный искатель вначале недоумевает от этого, казалось бы, двусмысленного языка. Согласно Катха Упанишаде (2.3.13) *Asti Iti Upalabdhyo*, - 2.3.13.

[Сначала] Я должно быть осознано как существующее, а [затем] – как Оно есть на самом деле. Из этих двух [сторон] истинная природа Я, что была познана как просто существующая, становится благоприятно расположенной [для обнаружения себя]. -искатель должен изначально принять тот факт, что «Эта Вечная Реальность существует» с

глубокой, непоколебимой верой. Все, что знают органы чувств, не является Реальностью - также и это необходимо принять на веру в самом начале.

Сат, или Атман, не рождается ни из чего другого, поскольку является самым первоначальным Принципом. Сат не рождается, не стареет и не умирает. Он вечен, а потому выходит за рамки концепции времени - прошлого, настоящего, будущего, - придуманной человеческим интеллектом. Этот факт следует принимать на веру в самом начале, пока человек не познает Реальность путем самореализации.

Мир воспринимается через наше эго. Перед любой мыслью или действием «я» должно быть активным. Когда человек говорит: «Я воспринимаю» или «Я делаю», за каждой его мыслью или действием должно стоять «я». Все в мире происходит по отношению к «я» или в контексте «я». Без «я» мир не существует. Это «я», или эго, полностью проявляется в состоянии бодрствования, частично - в состоянии сна и исчезает во время глубокого сна. Поэтому принято считать, что мир существует благодаря эго.

Этот феноменальный мир подвержен созданию, существованию и разрушению; следовательно, он нереален (Асат), поэтому привязываться к нему неразумно. Также и маленький мир, то есть ближайшее окружение искателя, связан этими тремя состояниями. Он нереален. Искатель должен сначала научиться видеть эфемерность в своем собственном маленьком мире, который включает в себя его тело, дом, хозяйство, родственников, семью, бизнес, хобби, навыки, знания, друзей, соседей и т. д. Это просто означает, что он должен точно знать, что его близкие и дорогие люди непостоянны, и не должен зависеть от этих отношений для своего счастья. Это знание или понимание непостоянства не должно привести к унынию, черствости, едкости, резкости или горечи в отношениях. Осознавая свое истинное Я, Атман, искатель должен выполнять все обязанности в жизни с радостью, без каких-либо ожиданий или привязанностей. Господь Кришна учит в Гите, что человек должен выполнять предписанные ему обязанности *Tvaṃ niyataṃ kuru karma* - 3.8. Исполняй свой предписанный долг, ибо деяние лучше недеяния. Бездействуя, ты не сможешь даже поддерживать свое тело. Кришна также упоминает в Гите, что Он пребывает в сердцах всех существ *Sarvasya cāhaṃ hr̥di samniviṣṭomattaḥ*. - 15.15. Я пребываю в сердце каждого, и от Меня исходят память, знание и забвение. Я – то, что познается через все Веды, Я – создатель Веданты, и Я – знаток Вед. Таким образом, искатель должен обращаться с каждым существом как с формой Ишвары или Кришны и выполнять все обязанности по отношению к каждому с радостью, без каких-либо жалоб.

Объяснение по комментариям Шанкары:

В этой шлоке основа Веданты. Фундамент Веданты с точки зрения теории. Веданта в одном предложении, если эту шлоку перефразировать.:

«Брахман реален, мир иллюзия, ты есть Брахман, Абсолютная Реальность».

Это сложная шлока. История про Ганеша и Вьясу, как они писали Махабхарату и Гиту.

- Буду писать, но ты не останавливайся, как остановился, значит все, конец, больше писать не буду.
- Хорошо, но ты пиши только после того, как понял, что я сказал.

Поэтому (легенда) некоторые шлоки сложные, чтобы Вьясе перевести дыхание.

Кажется, что говорится очевидная вещь два раза: «реальное всегда существует, нереальное не существует никогда», во всей фразе нет особого смысла.

Но посмотрим глубже. Здесь говорится о философии существования. Мы говорили, что Брахман можно рассматривать с 3 точек зрения: Сат-Чит-Ананда.

Здесь берется точка зрения Сат.

Пример с горячей картошкой, собственные и приобретенные (заимствованные) качества.

Признак заимствованного качества – качество изменяется, приходит и уходит. Собственное качество всегда постоянно. Например, огонь всегда горячий до тех пор, пока есть огонь. Нет тепла нет и огня.

Применим это к существованию. Предположим, что существование есть заимствованное качество. Что будет? – оно будет возникать и заканчиваться. Если тепло приходит и уходит, то предмет будет нагреваться и остывать. А с существованием? Предмет будет появляться, рождаться, а потом исчезать, разрушаться, умирать.

Наше тело рождается, стареет и умирает – все это говорит о том, что оно заимствовало существование. Существование не принадлежит ему. И это справедливо для всего во вселенной. Ничто из окружающего нас мира не имеет существование как собственное качество.

Предположим, что нечто имеет существование как собственное качество. Такое «нечто» не было никогда создано и никогда не разрушится, оно

будет всегда. Об этом и шлока. **Она утверждает, что такое «нечто» существует и это и есть Я. Это открытый секрет.**

«У несуществующего нет бытия, у существующего нет небытия»
В шлоке используются слова «Сат» - существующее и «Асат» - несуществующее.

Всего есть 3 категории предметов:

- То, у чего существование есть собственное качество, такая «вещь» не появлялась и никогда не исчезнет. Веданта утверждает, что есть такая «вещь» и называет ее «Сат», Чистое Существование, Абсолютная Реальность.
- Противоположное этому то, чего не бывает никогда – квадратный круг, сын бесплодной матери – не может быть по определению - **Асат**.
- Между этими двумя есть то, что имеет заимствованное существование и кажется существующим. Это называется **Митхья**. Слово «Митхья» переводится с Санскрита как «иллюзия».

Чем Митхья отличается от Сат? Сат никогда не прекращает существования, существует всегда, а Митхья не существует на самом деле никогда, хотя и кажется существующей. Только такие предметы и есть все время перед нами, мы их видим, слышим, чувствуем. Но из-за того, что они появляются, существуют и потом разрушаются, существование у них **не может быть** неотъемлемым качеством, поэтому Веданта говорит, что в отличие от Сат, эти предметы есть не-Сат, т.е. Митхья или иллюзия.

Ничего странного в таких предметах нет. Мы все знаем, например, мираж в пустыне. Мы видим воду, но на самом деле ее нет. Если посмотреть на любой предмет из окружающего мира, например, стол. Стола раньше не было, теперь он есть и когда-то его не будет. Поэтому мы не можем сказать, что стол является Сат – то, что существует всегда неизменно и это то, что мы называем Реальным. Но я вижу стол, могу его потрогать. Поэтому никак нельзя сказать, что стол подобен квадратному кругу или сыну бесплодной женщины, то, что мы называем «АСАТ».

Вот такие предметы называются Митхья. Мы отчетливо их видим, чувствуем, но даже тогда, когда мы их видим своими глазами, они заимствуют свое существование, они не могут существовать сами по себе. Совершенно точно также, как мираж в пустыне. Веданта утверждает, что весь окружающий мир такой, он заимствует существование от Сат, от Брахмана, не может существовать без Брахмана и

то, что мы его видим и считаем настоящим есть такая же ошибка в нашем восприятии, как и в случае с миражем.

В шлоке говорится о Реальности и нереальности.

Слово, которое используется здесь для Митхья - Асат, хотя обычно Асат это то, что не существует никогда – квадратный круг.

Как все объясняет Шанкара?

Все, что он называет Митхья – это Майя. Слово «Майя» переводится, как «никогда не было». Мы говорили, что Майя имеет несколько разных названий. В данном контексте Майя и Митхья – синонимы. Брахман проявляется посредством Майи в виде постоянно изменяющегося мира.

Легко говорить о заимствовании существования, но как конкретно это происходит? – Заимствование существования происходит вокруг нас постоянно в процессе, основанном на причине-следствии.

Немного непривычное толкование причины и следствия. То, что есть сначала – причина, то, что следует из причины – следствие. Обычно мы это применяем к событиям. Например, испарение воды в жаркий день и потом дождь. Но в Веданте еще говорится о **материальной причине и следствии**.

Сначала есть материальная причина и из нее возникает следствие.

Например: глина – горшок, золото -браслет. Сначала есть некий материал - кусок глины. Из него сделали горшок. Глина здесь причина, горшок следствие.

С точки зрения реально-нереально, здесь глина реальна, а горшок нет, т.к. горшок без глины существовать не может, а глина без горшка существует. Как это понять? – глина может быть просто комком, может быть горшком, горшок разбили – глина осталась.

А горшок без глины? – я оставлю себе глину, а вы забирайте себе горшок. - так не получится.

Глина дает существование горшку. Все существование горшка зависит от глины. Уберем глину – горшка не будет. Потрогать можно только глину, то, из чего сделан горшок. Можно сказать, **что горшок есть изменение формы глины**.

Все, что мы видим вокруг есть некоторые предметы, они имеют форму, как-то называются, все когда-то сделано из какого-то материала. Все, что сделано, постоянно изменяется. Но важно, что ни один предмет невозможно увидеть или почувствовать отдельно от материала, из которого он сделан. Поэтому говорится, что горшок – следствие, глина –

материальная причина. Относительно горшка глина реальна, а горшок заимствует свое существование у глины. Если горшок разбить, глина останется в другой форме и с другим названием – осколки горшка.

Вывод: все, что невозможно увидеть или почувствовать отдельно от причины создания, мы называем Асат, нереальным. Все такие предметы не существовали до их создания и не будут существовать после их разрушения. (Заимствованное качество, как в случае с горячей картошкой). Все, что мы видим, есть только имена и формы. Они не существовали раньше, не будут существовать в будущем и сейчас они существуют только на основе того, что мы называем материальной причиной – материала, из которого они изготовлены.

Посмотрим, как от горшка перейти к окружающему миру.

Глина реальна только относительно горшка. Но и глина сделана из песка и земли, песок сделан из камней, камни еще из чего-то – целая цепочка из разных причина-следствие, каждая составная часть цепочки Митхья или иллюзия по нашему определению, т.к. все время изменяется. Но должно же что-то быть, что существует реально и откуда заимствуется существование изначально. Как в примере с картошкой, цепочка не бесконечна, откуда-то тепло берется. Так и в случае с глиной должно быть что-то, у чего существование неотъемлемое качество. И действительно, есть основа, Реальность, Сат. Не все иллюзия до конца цепочки.

Так мы описали, как понимать «заимствование существования». Другой пример золото-браслет, кольцо, серьги. Формы и названия меняются, но золоту это все равно, оно одно и то же. Золото реально и «заимствует существование» изделиям из него.

Как понять, что такое Реальность, о которой мы говорим, где она: во всем, что мы ощущаем, хорошем или плохом, в любом переживании есть **две компоненты:**

- Объект, который мы ощущаем – это форма, цвет, запах, прикосновение – объекты ощущения органов чувств. Мы говорили о них в предыдущих шлоках, они называются Вишай.
- Осознание «что объект существует», которое мы обычно не замечаем совсем.

Например, часы. Часы красивые, большие, круглые. Но мы не обращаем внимания, что часы существуют. Все вокруг, что мы видим, все имеет существование. Предметы разные, их множество, но общее у них то, что все они существуют. Я всегда ощущаю, что все вокруг существует.

Непрерывное и неизменное ощущение существования – это то, что мы постоянно испытываем, но не отдаем себе отчет, не замечаем

Итак, с одной стороны мы видим, чувствуем, слышим разные объекты, с другой стороны мы осознаем их, всех объектов, существование.

Объекты разные, меняются, но у всех у них общее – это существование и, хотя мы не обращаем на него внимания, но мы его осознаем. Это Существование, общее для всех объектов, дает бытие-существование объектам. Собственно говоря то, что мы испытываем каждый момент в жизни – чувство бытия всего вокруг, соотносится с чувством реальности, которое мы испытываем, это чувство реальности идет от Сат.

- Сат – это то, что постоянно, Реальность. На нем основывается наше чувство реальности всего существующего вокруг, которое мы постоянно испытываем.
- Асат – то, что приходит и уходит, непостоянно.

Весь наш жизненный опыт состоит из смеси Реальности и кажимости, иллюзии. Часы – имя форма – кажимость, реально в них существование. Чувство реальности существования часов, которое я испытываю, глядя на них, указывает на Реальность, Сат, Брахман. Брахман невозможно увидеть или почувствовать, но существование любого предмета указывает на Него.

Все, что изменяется, все есть то, что здесь называют Митхья, иллюзия, потому что у таких объектов занятое существование. Это весь наш мир вокруг. Но мой опыт ощущения бытия указывает на Реальность.

Невозможно увидеть Сат. Для того, чтобы ощутить существование, оно должно быть проявлено. Единственный способ ощутить существование – это имена и формы. **Существование проявляется через имена и формы.**

Так же, как электричество мы не видим, пока не включим прибор. Или мы не замечаем пространство, невозможно его увидеть. Но если есть предмет, то понятно, что предмет может быть только в пространстве.

Без объектов существование никуда не делось, просто ему невозможно проявиться. Пример с прожектором и светом, свет можно увидеть только когда подставлена рука в поток света. Нужен объект, на котором свет отразится. Что делает свет для объекта? – освещает и делает видимым. А что делает объект для света? - проявляет его.

Мы пришли к тому, что только существование реально, а имена и формы иллюзия.

Существование = Брахман, а имена и формы - мир = Митхья, иллюзия.

Вывод: Брахман – Сатъя (Сатъя переводится, как Реальность); Джагат (мир, вселенная) – Митхья или по-русски Брахман есть Реальность, мир иллюзия.

Брахман дает существование объектам. Реальность и иллюзия легко сосуществуют вместе. Например, мы видим мираж. Видим воду, но знаем, что ее нет на самом деле. Реальная пустыня и реальная вода не могут быть вместе, но реальный песок и иллюзорная вода уживаются.

Книга существует. Книга иллюзия, существует – реальность. Логично, что тело, разум – все иллюзия, они не имеют самостоятельного существования. Что же есть это Существование? – это **Ты – Тат Твам Аси.**

Объекты, пространство, время – все существует и все иллюзия, Майя.

Волны появляются и исчезают в воде. Вода не изменяется. Волны всего лишь формы и имена на основе воды. Можно себе представить Существование как океан, а весь мир, наша вселенная – все только волны в нем.

Волны возникают или опадают, океан не становится больше или меньше.

«[Такое знание открыто для видящих истину.](#)» Тот, кто понимает это, понимает, что Я – это Сат и Чит.

Кришна советует Арджуне встать на эту точку зрения. Поднимись над заблуждениями и проблемами. Все только иллюзия. Сразу свобода от горя, не нужно никакое терпение – все только иллюзия, Майя.

Сразу все меняется, я больше не маленький человечек, мне нечего бояться. Я не маленький огонек сознания в огромной вселенной, вся вселенная во мне, вся вселенная берет свое существование от меня, как волны, которые возникают в океане. Такой открытый секрет, необходимо изменить перспективу, как мы смотрим на мир.

Лекция 4, шлока 16-2

Мы изучаем вторую главу Гиты и в ней одну из самых центральных шлок. На первый взгляд она кажется просто ни о чем, даже веселый толстяк Ганеш, сын Бога Шивы призадумался, когда мудрец Вьяса продиктовал ее. Но не все так безнадежно. В прошлый раз, изучая комментарии Ади Шанкарачарья к шлоке вы пришли к замечательному выводу: Реальность –

это Брахман, мир иллюзия, а я есть Брахман. Когда мы начинали изучать Веданту, нас просили принять на веру 3 утверждения:

- Брахман существует
- Брахман такой, как Его описывают писания
- Я есть Брахман.

Верить в эти три утверждения нужно до тех пор, пока мы не получим прямое, непосредственное переживание Брахмана. Но путь к такому переживанию не прост и сначала необходимо понять, как описывают Брахман писания, что при этом понимается. Иначе невозможно продвигаться вперед. Есть люди, которые приходят в Веданту с верой в Бога. И кому-то кажется, что зачем мне все это учение, я верю, что все так и есть, а учение создает только путаницу в голове. Но ничего тут не поделать. Придется учить и разбираться. Я не могу прийти на экзамен и сказать профессору: ваши лекции прекрасны, я их все прослушала и очень вам верю, что все, что вы говорите правда. Вряд ли профессор с этим согласится. Так и нам нужно разбираться в концепциях Веданты. «Как долго?» — мой учитель говорит: познай систему, используй систему и забудь систему. После достижения Само Реализации можно будет все забыть.

А пока мы будем продолжать учебу.

Мы закончим сегодня изучение шлоки 16, а в конце я отвечу на интересные вопросы о Гуру, которые были заданы думающим и искренним искателем, Я думаю, что это будет всем интересно.

Шлока 16:

16. [nâsato vidyate bhâvo nâbhâvo vidyate satah](#)
[ubhayor api dr̥sh̥to 'ntas tv anayos tattvadarshibhih](#)

Meaning: That which is unreal (*Asat*) has no existence. The real (*Sat*) can never be non-existent. The seers of the Truth have arrived at a conclusion regarding both of these.

То, что нереально (Асат), не имеет существования. Реальное (Сат) никогда не может быть несуществующим. Знающие Истину пришли к окончательному выводу относительно обоих этих понятий.

2.16. У несуществующего нет бытия, у существующего нет небытия. Такое знание открыто для видящих истину.

Мандатай говорит, что если нет возможности учить всю Гиту, нужно выбрать для изучения всего несколько шлок, то эта шлока должна быть включена в список, она очень важна. С точки зрения философии эта основная шлока во 2 главе и соответственно во всей Гите.

В прошлый раз мы разбирали комментарии Шанкары к ней и сегодня давайте повторим. Мы замучились с горшками и глиной, очевидно, что в те времена даже у монахов были горшки в обиходе. Поэтому многие примеры в Веданте о горшках и глине. Явно золота у монахов не было много. Но нам ничто не мешает вместо глины сегодня рассуждать о золоте, внесем разнообразие.

У меня есть разные колечки, сережки, цепочки – все из золота. Для меня они реальная ценность, что-то подарок, что-то наследство. Но когда приходит вор, хотя он и не слышал о Веданте, но он точно знает, что колечки-сережки только имена и формы. А реально только золото. Бросил все колечки в тигелек и нет никаких колечек, получился слиток, который можно продать любому ювелиру.

Что мы здесь сказали? –

- реально то, что существует всегда, в прошлом, настоящем и будущем.
- То, что сначала пришло в существование, существует и потом разрушается, не может быть реальным, это просто имена и формы, которые существуют на основе Реальности.
- Имена и формы не имеют независимого существования. Мы говорили о «заимствованном существовании» в связи с этим. Колечки не существуют отдельно от золота, а золото очень хорошо существует и без колечек.
- Золото пронизывает каждый миллиметр и цепочки, и колечка.
- Когда я беру в руки мои драгоценности: это колечко – я сейчас одену его на палец, а вот браслет- его на руку, а это цепочка – на шею. Я держу в руках фактически золото. Но не вижу и не замечаю его, вижу только разные формы и думаю о том, как я их использую.

Мы говорили в прошлый раз о материальной причине и следствии. Вот теперь мы видим: золото – это причина, колечко – следствие. Но с точки зрения строения атома, атом золота – следствие, а его причина – ядро и электроны вокруг. Ядро тоже можно разложить на частицы. Веданта утверждает, что есть конечная причина существования любой материи и вот эту причину мы называем Сат, Чистое Существование, Реальность. Сат никогда не возникал, никогда не разрушится. Все остальное, что мы видим в мире берет свое существование из Сат. Весь мир – это имена и формы, которые меняются, возникают, существуют, разрушаются. Они не имеют независимого существования, они существуют на основе Чистого Существования.

И где же Сат? Почему мы Его не видим? Также, как и с колечками-цепочками, я держу в руках золото и не замечаю его, отвлекаясь на то, как

я их сейчас одену и как это будет красиво, так и мир вокруг. Я вижу телефон и думаю о том, что его нужно зарядить, но не замечаю, что он существует. Я вижу платье и думаю, что его нужно одеть, не замечаю, что оно существует. Все, что я вижу, ощущаю, все существует. Лес существует, дом существует, мир существует, мое тело существует.

Существование, Сат пронизывает все вокруг также, как золото пронизывает колечки, но мы этого не замечаем. Так же, как золото невозможно убрать из колечка, невозможно убрать Сат из окружающих предметов. Колечко не существует без золота, мир не существует без Сат. Сат существует всегда, Он никогда не был создан и не может быть разрушен. А все остальное возникает, существует некоторое время и разрушается.

Что такое Сат? Зачем мы так долго о нем говорим? Атман, мое истинное Я есть Сат Чит Ананда. Это я никогда не родилась и никогда не умру. Поэтому нам так важен Сат, важно понять хотя бы на уровне интеллекта. Пока Сат не является нашим личным опытом.

Мое истинное Я, Атман, есть Сат, Чистое Существование. Но тогда все, что не Сат, не Атман, не Я – то может быть только не-существование.

Вспомним шлоку:

Не бывает никогда, что Сат (Sat) не существует, и что Асат (Asat) существует. Видящие Истину понимают Реальность, стоящую за тем и другим.

Сат существует в настоящем, прошедшем и будущем, т.е. всегда, Асат не существует в настоящем, прошедшем и будущем, т.е. никогда.

Др. Кака говорит, что Просветленные знают логику, стоящую за Сат и Асат, но нам, искателям, трудно размышлять о Сат, потому что как возможно размышлять о том, что не имеет ни формы, ни качеств.

Обычно, когда употребляется слово Асат, то имеется в виду то, что не существует никогда

Три классических примера Асат:

- Рога у зайца
- Сын бездетной матери
- Цветы в небе

В этой шлоке имеется в виду Asat = Mithya. Митхья – это нечто между Сат и Асат. Мы живем в мире, который нельзя назвать ни Сат ни Асат.

Почему? – Мир не такой, как рога у зайца. Мы его видим, ощущаем, чувствуем. Но его нельзя назвать Сат, потому что он все время изменяется, все когда-то начинается и когда-то заканчивается. Поэтому вводится еще одно понятие – Митхья. Слово «Митхья» переводится как «иллюзия». Давайте сформулируем определение Митхья:

1. **Реально** то, что никогда не возникает и никогда не разрушается, что никогда не изменяется. Под такое определение подходит только Абсолютное Существование, Сат.
2. **Не реально** то, что не существует никогда, как, например, цветы, которые растут на небе. То, что не существует никогда мы называем Асат.
3. Есть некоторые предметы, которые не подходят под определение Сат, Реальность и не подходят под определение Асат, не реальность, потому что мы их видим и ощущаем, можем измерить приборами. Такие предметы Веданта называет **Митхья** или иллюзия. В эту категорию попадает весь окружающий нас мир.

Мир, в котором мы живем - Митхья. Митхья в этом контексте синоним слову «Майя». Вся моя жизнь, все ежедневные дела связаны с Митхья, в этой шлоке она называется Асат.

Др. Кака направил всю дискуссию об этой шлоке на обсуждение Митхья: Пойми, что такое Митхья, иллюзия, но воспользуйся помощью всего этого и достигни цели. Такая центральная идея в шлоке.

Почему учитель так много говорит о Митхья? Мы же все поняли:

- То, что никогда не изменяется – Реальность, Сат
- То, что не бывает никогда – Асат.
- То, что не подходит ни под одно из определений – Митхья.

Но понятно только на уровне определения, пока не думаем. Нам нужно не выучить определения и понять умом, а принять, сделать моей жизнью. Здесь идет речь о том, что нам ужасно важно в жизни: мое тело, мои родственники, мой дом, все, ради чего мы всю жизнь стараемся и работаем.

Реальность мира глубоко сидит в нас. И это то, от чего нам предстоит избавиться, переучиться.

Др. Кака предупреждает искателей: Дожив до последнего дня и обернувшись назад, мы увидим вдруг, что куда мы бежали, к чему стремились, если это не Бог, то все напрасно.

Давайте рассмотрим факт, что мир иллюзия с таких точек зрения:

- Как неправильно думать, поняв головой, что все вокруг Митхья.

- Как можно размышлять об иллюзорности мира
- Как видят мир просветленные люди
- Какая духовная практика следует из иллюзорности мира.

Как неправильно думать

На самом деле не так сложно понять, что мир не может быть реальным, что действительно все только подобно миражу. Когда я это в первый раз поняла и рассказала об этом Учителю, он сказал: Мир не существует реально, это факт. Но ты не можешь жить с этим фактом. Дом иллюзия, муж иллюзия – так нельзя жить.

Так вот, **очень неправильно** начать думать, что нет смысла работать, зачем зарабатывать на жизнь, если все иллюзия. Обои со стен отваливаются, но это иллюзия, ремонт ни к чему. Веданта не задумана для того, чтобы вносить хаос в жизнь, она полна здравого смысла. Поэтому нужно работать и выполнять обязанности. Это очень важно.

А как можно размышлять об иллюзорности мира, и как видят мир просветленные люди.

Веданта различает 3 уровня реальности:

- Реальность второго уровня - Мир сна
- Наша обычная реальность, наш мир
- Абсолютная Реальность.

Я сплю и мне снится, как я хожу, слушаю музыку, разговариваю. Но в чем состоит реальность? – в том, что я мирно лежу в своей кровати.

Согласно Веданте, весь мир и моя жизнь в нем практически ничем не отличается от сна. Хотя я все реально ощущаю, вижу и могу потрогать, это не Реальность. Реальность – Сат Чит Ананда и нет ничего отдельного от этого, нет никакой вселенной. Мир, в котором мы живем, мало чем отличается от сна. Все это понятно только пока не думаем. А если закрыть глаза и задуматься, то сразу внутри протест: как это может быть. Поэтому нам объясняют на разных примерах, как нам следует рассуждать, чтобы постепенно мысль пустила корни. Пример со сном очень нам понятен, нам всем когда-то снятся сны.

Во сне все можно не только потрогать, но можно и воспользоваться. Если я испытываю жажду во сне, я выпиваю воду, она не только вкусная, но и утолила мою жажду.

Перед тем, как ложиться спать, я съедаю конфетку. Потом ложусь спать и во сне мне хочется конфету снова, я съедаю целых две и остаюсь довольна. Конфеты во сне вкусные и полезны тем, что я их съела и это меня

порадовало. Совершенно замечательные конфеты, все в них настоящее, кроме того факта, что они не существуют вообще.

Получается:

- Я вижу конфеты
- Беру в руки
- Ем
- Они приносят удовольствие

Но проснувшись сколько конфет я всего съела? – $1+2=3$ или только 1?

Нам в голову не придет считать конфеты из сна, потому что они не настоящие.

Тоже самое в мире. Мы все делаем, что требуется. Я ем, если чувствую голод. Едят и Просветленные, они едят, двигаются, все действия продолжаются. Но Просветленный точно знает, что все только кажимость, реально только Сат Чит Ананда, реально Я. Это Я проявляюсь в качестве мира вокруг.

Весь мир сна проявляется только из моего ума и потом в нем растворяется. Когда снится сон, на самом деле не существуют ни люди, ни предметы, ничего нет, кроме моего ума. Как я это знаю? - проснувшись я говорю: «о, это был сон». Единственная разница в том, что я могу сказать: «Слава Богу, только сон» или «Жаль, всего лишь сон», но дальше я не задумываюсь о сне. Я не отрицаю, что я видела сон, но отрицаю его реальность. Пробудившись до Атмана, весь мир становится сном. Никто не отрицает, что видит его, но знает, что он нереальный.

Техническое-философское слово в Веданте **Badha** (Sublation) – уверенность ошибочности (certainty of falsity)

Проснувшись утром, я говорю: «это мне все приснилось» - таким образом я подтвердила ошибочность того, что я видела во сне, подтвердила, что все было иллюзией, не настоящим. Я не начинаю сожалеть, зачем я съела так много конфет, понятно, что все было только сном. Две конфеты из сна не считаются. Это то, что называется Бадха, Sublation. Я ела конфеты, они были вкусные, мне очень понравились, но тем не менее, они ненастоящие. **Уверенность в их ненастоящности называется Бадха – Sublation.**

После Просветления человек смотрит на весь мир через «очки Бадха».

Ничего странного в этом нет, например, мы прекрасно знаем, что Солнце не всходит и не садится, но тем не менее все любят смотреть на восход и на закат. Мы знаем, что все просто вращение Земли, но называем закатом Солнца. Так воспринимает Просветленный мир вокруг.

Вся вселенная проявляется, кажется существующей в Я, Брахмане. Я проявляюсь, кажусь вселенной. Все вокруг на самом деле Я. В этом основа Единства в Веданте. Это все равно, что сказать: «Только Брахман реален, все остальное кажимость, иллюзия» или «Все вокруг только Брахман».

Вы замечали, как мы охотно смотрим фильмы трагедии, фильмы ужасов. Так увлекаемся игрой, что зажимаемся от страха или рыдаем от происходящего. При этом мы получаем удовольствие. Есть даже призы за специальные эффекты в фильме или за лучшую трагическую роль. Мы получаем удовольствие, потому что точно знаем, что это все кино, что ничего нет реально. Просветленные так видят мир. Они видят и то, что красиво и видят зло и горе. Но при этом они точно знают, что реально, а что кажется реальным, но на самом деле это не так. Достигнув просветления они пребывают в состоянии постоянного счастья, ничего им не нужно, но они ведут огромную работу, служа другим. Они понимают, что мы страдаем, не видим Реальности, запутались в иллюзии, и у них есть чувство бесконечного сострадания к нам. Мой учитель говорит, что, конечно, если человек голоден, его нужно сначала накормить. Но вообще-то делиться знаниями гораздо важнее, чем деньгами.

Какая духовная практика следует из факта иллюзорности мира?

Вот тут Др. Кака говорит, вместо того чтобы размышлять об иллюзорности мира, полезнее думать, что мир принадлежит Ишваре.»

Давайте подумаем, что значат слова «мир принадлежит Ишваре».

- Если мир принадлежит Ишваре, то он не принадлежит мне, начиная с моего тела. Мое тело дано мне на некоторое время без согласования со мной и будет у меня забрано. Когда? – **Он знает.**
- Есть закон Кармы, определены запрещенные действия. Этому следует подчиняться, у человека есть выбор: совершать действие или нет.
- Принимать закон Кармы в хороших и плохих ситуациях. Почему опять все не так, как я планировала? – **Он знает.**
- И что очень важно, если ничто не принадлежит мне, то какой смысл привязываться хоть к чему?

Тут мы приходим к **Садхане Чатуштая**, о которой мы уже говорили.

Вивек и Вайрагья – два базовых качества, которые крайне необходимы на духовном пути, по мере их развития растет качество жизни, мы это начнем сами ощущать.

Вивек – мы стараемся постоянно напоминать себе: что реально, а что нет, что вечно, а что нет. А если я знаю, что вещь не вечная, то можно ей

пользоваться, радоваться на нее, но не привязываться. Важно развивать в себе **Вайрагью**. Мы приезжаем на море, селимся в отель, нормально радоваться красивым цветам вокруг и всему, что там есть, но в голову не приходит к чему-то привязаться. Понятно, что через 3 дня или 10, все равно я уеду. Нет смысла привязываться к тому, что временно и не принадлежит мне. С отелем понятно, а в обычной жизни? Каждая наша привязанность, которую мы путаем с любовью, потенциальный источник огорчения или настоящего горя. Ничто не вечно, начиная с любимой чашки. Люди, которых мы любим, будут ровно столько со мной, сколько предусмотрено по Праабдхе. После этого они уйдут из моей жизни: переедут в другой город, рассорятся со мной или еще что может случиться. Все это под контролем Ишвары.

Важный момент духовной практики: постараться выявить в себе и в своем окружении, к чему мы привязаны. Сначала выявить, а потом стараться избавляться от привязанностей. **Мы избавляемся только от привязанностей, а не от самих вещей и родственников!** Как избавляться? Что конкретно нужно сделать, чтобы избавиться от привязанности? Мы любим что-то делать, но духовная практика сводится к тому, что нужно думать и размышлять, а не делать. Хорошо поехать на Сатсанг в красивое место. Но это очень низкий уровень духовной практики. Высокий уровень духовной практики в том, чтобы размышлять, думать. Даже не спорить и обсуждать, а просто думать. **Просто думать трудно.**

Итак, важная духовная практика, которая следует из иллюзорности мира – развитие Вивек – различения вечного и преходящего, реального и нереального, главного и второстепенного.

Вивек опирается на Вайрагью, непривязанность. Очень важно развивать непривязанность, Вайрагью. Эти два качества стоят первыми в Садхана Чатуштая, необходимой квалификации для прогресса в духовности.

Другая важная духовная практика состоит в полном **принятии системы Ишвары, закона Кармы**. Ничто не принадлежит мне в этом мире, включая мое тело.

Наша задача добраться от Асат к Сат. Другими словами, от Митхья к Сат. Все вокруг: с кем мы общаемся, что едим, мыслим, что-то делаем – все это Митхья. Но у нас сейчас нет ничего, кроме Митхья. Поэтому нам нужно воспользоваться помощью Митхья и достичь Сат. Мы не можем сейчас просто отбросить Митхья.

Мандатай приводит пример: если я в океане и меня застал шторм. Я не могу просто взлететь и прилететь к берегу. Добираться до берега придется по воде. До тех пор, пока я нахожусь в воде, путь к спасению проходит через воду.

Аналогично, пока я живу в Митхья, нет ничего для меня вокруг, кроме нее, мне придется привлекать на помощь Митхья. Нужно привлечь все аспекты Митхья, которые помогут добраться до берега и отказаться от всего, что мешает. Это значит, что нужно держаться в стороне от мирского, все это помехи, но держаться за духовное: моего Гуру, Веданту (Шравана, Манана, Ниддхидьясана), повторение Имени, привлекать любую практику, Садхану. Но сами по себе все эти практики тоже Митхья, потому что все они когда-то начинаются и когда-то закончатся. Ни за одну из них нельзя держаться до конца моей жизни. За что я могу держаться всегда, так это принцип Сат. Но чтобы добраться до Сат, нужно сначала воспользоваться Митхья, переплыть океан Митхья или Майя и добраться до Сат.

Веданта приводит пример с миражем в пустыне, который видит олень и человек. Разница между ними в том, что олень не знает, что это мираж и стремится к нему, чтобы напиться. А человек видит воду, но знает, что это лишь мираж. На Санскрите есть выражение: жажда, которую нельзя утолить.

Стремление к удовольствиям от мира есть та жажда, которую не утолить. Такой человек, как олень, который бежит к воде в мираже. Это бездумное и бесконечное занятие. Все это относится и к увлечению собственным телом.

Изучая Гиту, Др. Кака опять и опять возвращается к общим вопросам. Нужно понимать, изучая Гиту, что каждая ее шлока задумана для того, чтобы применять на практике, применять для себя, а не для теоретических занятий или споров.

Написанное в Гите должно стать моей реальностью, моей жизнью. Др. Кака особенно обращает наше внимание, что все не просто слова или характеристики, описанные в шлоках, нужно все применять на себя и все характеристики Атмана примерять к себе и думать **«Я есть ТО»**. Исключительно важно все применять к себе и снова и снова думать о том, что **«ЭТО все Я»**.

Далее он говорит, что у нас много запросов в мирской жизни. Мы хотим, чтобы в жизни было все хорошо устроено и подстроено под нас, не жалеем на это сил. Но все, что мы захотим и потом получаем в жизни – все задумано природой так, что оно разрушится рано или поздно. Будь то

люди, или дом, или вещи – ничто не вечно, приходит к концу. Наша задача переориентировать свою настойчивость и запросы на духовную практику.

Размышлять следует на двух уровнях:

- Теоретическое изучение – все, что я учу, читаю нужно понять, разобраться
- Все, что я выучила, я должна превратить в практику

Но люди так упорны в мирских делах и их обустройстве, что они совершенно забывают о том, что такое упорство нужно в духовности, а не в мирском. То, сколько у меня будет денег, какой дом – все определено Прарабдхой. Количество денег у меня не под моим контролем. Можно заработать уйму денег и каждый знает, как легко их потерять. У Ишвары есть много способов забрать их у меня: нечаянно стукнула машину, нужен ремонт, развалились среди зимы зимние сапоги, которые казались совсем новыми- опять непредвиденные расходы. Нужно работать, зарабатывать, откладывать сбережения, но понимать, что я делаю, что могу, а результат зависит не от меня. Поэтому страшное упорство в мирских делах не совсем эффективно. Другое дело духовность. Мокша, конечная цель духовной практики не зависит от Прарабдхи. Это удивительно, но факт, что успех в духовности зависит только от меня.

И опять, важно понимать и соблюдать баланс.

Духовная практика на моей ответственности.

Пример: муж болеет, но хочет, чтобы лекарства, то, как их принимать, напоминать о них, все взяла на себя жена. Т.е. он болеет, но ответственность за его лечение перекладывает на жену. Др. Кака говорит, что это моя ответственность применять на практике все, что я выучила.

Итак, подведем итог: мы обсудили шлоку 16 и подробно разобрали, что означает Сат, Чистое Существование сказали, что Сат – это Абсолютная Реальность.

Кроме того, мы сказали, что такое Асат, - то, чего нет и не может быть совсем.

И наконец, мы дали определение, что такое Митхья: то, что мы видим, слышим, можем потрогать, но оно постоянно изменяется и потому не подходит под определение Реальности. И все вокруг, весь мир, включая мое тело и всех моих близких людей такой. Очень трудно принять иллюзорность мира, гораздо труднее, чем понять концепции. Но это наша ответственность, наша духовная практика развернуть свои привычные установки и постепенно перейти к правильному пониманию.

В следующий раз мы начнем обсуждать характеристики Брахмана. Мы уже говорили, что Он не имеет ни формы, ни качеств. Но у Веданты есть свои методы объяснить необъяснимое.

Лекция 5, шлока 17

Мы потратили 2 занятия на то, чтобы разобрать шлоку 16. И о, чудо! Такая совершенно абстрактная шлока, которая сначала показалась просто набором слов, вдруг засветилась и заиграла, как бриллиант, который промыли. Что тут непонятного в шлоке? В Веданте есть такое понятие «Писание открывается». Можно читать писание и ничего не понимать – это лучший вариант. А можно понимать неверно, это еще хуже. Как узнать, что писание мне не открывается? Есть, наверное, много разных критериев, но для себя я выделила 2:

- Я читаю и мне не интересно, кажется, что все написано ни о чем.
- Все кажется уже известным и все об одном и том же.

Как только появляется одно из этих чувств, ясно, что я ничего не понимаю. Очевидно, что писания не открываются всем или не всегда, если такая проблема известна. Для того, чтобы писание открылось, необходима помощь святых и Гуру.

Повторение шлоки 16:

2.16. У несуществующего нет бытия, у существующего нет небытия. Такое знание открыто для видящих истину.

Постольку, что шлока нам теперь открылась, мы просто коротко повторим ее. И правда, понятно, что говорится о том, что существует всегда, и что такая «вещь» есть. И есть такое, что не бывает, но употреблено «нет бытия», тогда это явно не просто что-то, о чем мы не догадываемся, это должно быть то, что мы явно видим. И в конце говорится, что мудрецы знают все это.

Сначала мы разобрались с тем, что не имеет небытия, ввели понятие **Чистого Существования – Сат**. Хотя Сат очень тонкая абстракция, которую сложно описать, тем не менее мы обсудили 2 примера, как такую абстракцию можно себе представить.

- Совершенно пустое пространство, где ничего нет
- Собственные и заимствованные качества.

Как представить себе **заимствованное Существование?** – На основании причина – следствие. Пример материальной причины: глина – горшок, золото и изделия из него. Золото в данном примере существует реально, а украшения **не могут существовать независимо** от золота, поэтому говорится, что они заимствуют существование у золота и представляют собой только некоторые изменения в форме золота, имена, применение, а на самом деле все просто золото. Тоже самое можно сказать и обо всем в мире, обо всем, что нас окружает. Каждый предмет, который я вижу ясно своими глазами, не имеет независимого существования. Все существует на основе Сат – Чистого Существования, которое Само не имеет формы, но на основе которого возникают все формы, которые мы видим. Имена и формы появляются, существуют и разрушаются, ничего этого не случается с Чистым Существованием. Чистое существование никогда не было создано, оно не имеет «причины», но само является причиной мира. Так мы поняли слова в шлоке: *Реальное (Сат) никогда не может быть несуществующим*

В 16 шлоке рассмотрели противоположность Существованию, какие бывают возможные формы не-Существования.

Каким может быть не-существование?

- То, чего нет и быть никогда не может – рога у зайца
- То, что мы видим своими глазами, но тоже не существует на самом деле, мы называем это **Митхья** или иллюзия.

Примеров похожих на Митхья сколько угодно: земля плоская, небо голубое, солнце всходит и заходит. В сумерках можно увидеть змею вместо веревки. Даже на житейском уровне ошибка всегда на стороне того, кто видит и потом говорит, что «я видела своими глазами».

Веданта утверждает, что весь мир, включая мое собственное тело, такая иллюзия, а на самом деле **Я есть Атман**. Но трудно сразу это даже умом принять. Поэтому идут дальше объяснения, приводятся примеры. С одной стороны выстраивается теория, объясняются концепции, с другой приводят примеры, которые помогают представить себе, как такое возможно. Важно стараться рассуждать о теориях и примерах, пытаться найти для себя, что в них непонятно, не оставлять непонятое просто так, а разбираться, пока станет понятно. Когда-то начнут появляться собственные примеры, какие-то интуитивные подтверждения, что так оно и есть.

Но нас не заставляют тут же отказаться от мира. До тех пор, пока мы живем в привычном для нас окружении, Веданта учит, как можно жить в нем лучше, спокойней, без бесполезных волнений. Поэтому начали с теории Кармы, с Ишвары. Всем нам дается время, чтобы принять

внутренне то, что было сказано в 16 шлоке, принять, что мир Митхья, все только наше воображение. Невозможно сразу подняться на Эверест. Сначала нужно разбить базовый лагерь, акклиматизироваться в нем, затем можно подняться выше, разбить еще лагерь. В конце концов остаётся последнее восхождение, когда все подготовлено. Это все называется Садхана – духовная практика.

Мы подробно обсудили на прошлом занятии то,

- как не следует рассуждать об иллюзорности мира,
- как рассуждать правильно и
- какие духовные практики следуют из факта иллюзорности.

Коротко: если я вижу мираж и думаю, что все настоящее, то я нахожусь в **невежестве**. Если же я вижу мираж, наслаждаюсь его красотой, но помню, что все это лишь мираж – я осознаю **Майю**. Понимая, что все вокруг Майя или Митхья, я работаю над тем, чтобы постоянно был активирован Вивек, различение того, что реально и что нет. И если я знаю, что все не более, чем мираж, зачем мне чем-то увлекаться, привязываться эмоционально.

Нам трудно приучить себя к мысли об иллюзорности, гораздо проще думать, что все принадлежит Ишваре. Он создал мир и вошел в него, правит миром. Мое тело мне не принадлежит. Почему именно вокруг меня сложилась такая ситуация? – Он знает. Все, что случается со мной соответствует моей Прарабдхе.

Очень важно помнить о том, что существует **здравый смысл**. С одной стороны, есть Абсолютная Реальность, куда мы все стремимся, но пока нас окружает Митхья, Майя. Поэтому нужно жить и действовать в мире адекватно, выполнять обязанности, зарабатывать деньги, вести хозяйство. Но делать все без привязанности. Мы не отказываемся ни от дома, ни от семьи, но хотим освободиться постепенно от привязанности ко всему, что нас окружает.

Последняя фраза в шлоке: *Знающие Истину пришли к окончательному выводу относительно обоих этих понятий*

К какому же выводу пришли мудрые?

Я, Атман, существую вечно, потому что Я никогда не прекращаю существования, Я есть само Существование.

В виду важности шлоки, еще раз выводы из нее:

Мир, тело, люди, работа, имущество, дом, удовольствия, боль все Митхья

Необходимо усвоить этот факт, чтобы:

- Свести на минимум бессмысленное стремление к миру Митхья и его объектам
- Научиться различать Атман (Реальное, Сат) и Анатман (нереальное, Асат)
- сохранять спокойствие во всех событиях и обстоятельствах
- Оставаться отстраненным от Митхья: тела и удовольствий, и боли, связанных с ним
- Выполнять обязанности в мире, которые все Митхья спокойно, весело, отстраненно
- Сохранять постоянно устойчивую связь с истинным Я, Атманом
- Преодолеть таким образом все страдания окончательно

Я не тело, а Я Атман. Как же можно представить себе мое истинное Я? Об этом начинается рассказ шлока 17, продолжая и развивая тему шлоки 16.

Шлока 17:

*Avināśi tu tad viddhi yena sarvam idaṃ tatam |
Vināśam avyayaśyāsyā na kaścit kartum arhati || 17 ||*

Meaning: Know that the world – permeated by Ātman – is perishable, but nobody can destroy that imperishable Ātman.

Знай, что мир, пронизанный Атманом, разрушаем, но никто не может разрушить этот нетленный Атман.

2.17. Знай, **неразрушимо** то, что все **пронизывает**. Никто не способен разрушить **непреходящее**.

Комментарий Др. Каки к шлокам 17-18:

Эти шлоки являются заключительной частью предыдущей 16-й шлоки. Искатель должен оставаться непривязанным и бесстрастным по отношению как к своему телу, так и к окружающему миру. Он должен помнить, что его собственное тело в конечном итоге является частью мира. Одна из теорий Веданты гласит, что мир создан Ишварой. Вторая теория гласит, что мир — это обманчивая иллюзия, видимая на основе Бога. Другая теория гласит, что мир пронизан Богом, и каждая сущность есть Бог. Еще одна теория гласит, что мир никогда не был создан. Таким образом, Писания по-разному описывают отношения между миром и Богом. Независимо от того, как они связаны, каждая теория

утверждает, что только Брахман или Бог реален, и Он является сущностью всего в мире. Напротив, мир нереален, несущественен или второстепенен. Вывод для искателя состоит в том, что он должен твердо держаться своего духовного решения и использовать его в повседневной жизни. Он может размышлять следующим образом:

1. Мир принадлежит Ишваре, поэтому он не мой; следовательно, я не должен быть привязан к нему.
2. Мир — это лишь обманчивая кажимость, поэтому нет смысла привязываться к нему.
3. Если все в мире поистине является Брахманом, то и тот, кто привязан к миру, и объект привязанности - все это Брахман. Поэтому привязанность невозможна.
4. Если мир никогда не был создан, то о привязанности к нему не может быть и речи.

Эти философские концепции могут помочь развить новый взгляд на окружающий мир. Искатель должен рассматривать их как шаги в духовной эволюции, а не изучать их сложные теоретические детали. Быть бесстрастным или непривязанным к мирским делам — вот главная цель, независимо от того, как она достигается.

Бесстрастие к миру необходимо в конечном итоге для Самореализации. Истинное Я, Атман, пронизывает тело и весь мир; Он неразрушим. Тело и мир всего лишь кажущиеся Упадхи, то есть ограниченные наложения на Брахман. Все Дживы изначально являются Атманом, однако по невежеству они не знают об этом. Невежественные Дживы прочно отождествляют себя с телом.

Если знать Санскрит, то дословный перевод такой: ТО (Сат), которым пронизано все ЭТО, не разрушаем. Никто не может разрушить ЭТОТ Сат (Атман), который не поддается уничтожению или тлению в силу Своей природы.

- **avināśi** — неразрушимый, недоступный уничтожению
- **tu** — но
- **tad** — то
- **viddhi** — знай
- **yena** — которым
- **sarvam idam** — всё это
- **tatam** — пронизано
- **vināśam** — разрушение, уничтожение
- **avyayaśya** — неувядающий, неизменный, неподлежащий истощению

- **asya** — этот
- **na kaścī** — никто
- **kartum arhati** — способен сделать

Интересны слова «то», «это», «этот». Мы учим писание, в нем нет случайных и лишних слов. Указательное местоимение «то» указывает на что-то, что далеко. А «это» - то, что близко. В контексте писаний «то» означает, что далеко и то, что невозможно познать органами чувств. Например, Луна находится далеко, но я ее вижу, поэтому можно сказать «эта луна».

Сначала говорится: «То», указывая на То, о чем мы говорили в предыдущей шлоке, на Сат. Чистое Существование невозможно познать органами чувств. Как и почему – об этом будет следующая шлока 18. «Все это» – указывает на все вокруг, что мы ощущаем, как окружающий нас мир и мы знаем его при помощи наших органов чувств. А дальше говорится «ЭТОТ», опять про Атман. Почему теперь «этот», а сначала говорили «тот». Слово «этот» указывает на то, что Его возможно познать. Как? – об этом будет речь дальше.

В 17 шлоке говорится о «неразрушимо» и «непреходящее». Это характеристики Атмана, их нужно не просто выучить как абстрактные слова, а понимать, что они МОИ характеристики. Не разрушаем Атман, мое истинное Я.

Важны 2 слова: **Avināśī** и **avyaya** (неразрушаемое и непреходящее). Vināśī – разрушение, Avināśī – не разрушаемое, непреходящее.

Весь мир пронизан этим не разрушаемым, непреходящим Атманом. Но, мир, который пронизан, сам по себе разрушаем.

Как понять, что значит «все пронизывает»?

Как ТО пронизывает мир? Например, в темной комнате включили свет, и комната осветилась. Свет пронизывает комнату. Но свет и комната два различных предмета. Комната может существовать без света и свет может существовать без комнаты. Или, например, запах пронизывает комнату. Тоже два разных предмета: комната и запах. А как Брахман? Есть мир, и Брахман подобен свету? Но это не так. Тогда была бы дуальность. Мы говорим, что Брахман существует реально. К чему относится тогда весь мир, который мы видим вокруг? – это иллюзия. Реальность, которая существует, ощущается нами как мир.

Пример: чистое лесное озеро и в нем отражается стоящий рядом лес, облака, небо. Мы не видим воду, глядя на озеро, но видим отчетливо лес, небо, деревья, каждый листик. В озере лес и облака не существуют реально в воде. Но каждый листок, каждая веточка или облако – все пронизано водой.

Брахман пронизывает все, что мы видим. Нет ничего, где Брахмана нет. Как и в озере нет местечка, где нет воды.

Именно это и имеется в виду «то, что все пронизывает».

Поэтому «все пронизывает» следует понимать, так, что Сат проявляет Себя через все объекты в мире. Значит у Него нет ограничений по пространству и по объектам.

Мы говорили об этом, когда обсуждали определение Бога, основанное на Тайттирия Упанишаде.

Нет ограничения по пространству означает, что нет такого места, где Его нет, а нет ограничения по объекту означает, что нет ни одного предмета в мире, где Его нет.

Вывод из того, что Брахман все пронизывает:

У Брахмана нет ограничений по пространству и по объектам

До этого в шлоке 12 говорилось:

2.12. Никогда не было так, чтобы не существовал Я, или ты, или все эти цари, и в будущем мы никогда не прекратим существование.

Т.е. говорилось о том, что Брахман не имеет ограничения по времени.

Сат не имеет ограничений

- По пространству
- По объектам
- По времени

Еще важный вывод из того, что Сат пронизывает все:

– это делает все вокруг равным. Все различия только во внешнем проявлении, в Брахмане нет различий, все одинаково свято: червь и святой. Проявление различно, но в Реальности все Едино. Разные только имена и формы.

Что это означает практически? – уважение, гармония, никакой ненависти.

Дальше мы разберем характеристики Атмана

«Avyaya» - непреходящее: в переводе означает нечто, что не может уменьшиться, но тоже можно перевести, как не разрушаемое или нетленное.

Avināśi - неразрушаемое

«Неразрушимо» и «непреходящее» — это две важные характеристики Атмана, о которых говорится в шлоке.

Наш Учитель говорит, что когда мы учим шлоку или целую книгу, следует придерживаться такой методики:

- Первым делом нужно понять значение каждого слова
- Сложить слова вместе и понять значение шлоки целиком
- Не рассматривать шлоку в отрыве от всего текста. Нужно постараться увидеть связь между шлоками, общее течение мысли. Связать шлоку с главой и со всем Писанием. Т.е. нужно помнить и иметь в виду контекст шлоки, которую мы изучаем, контекст, связанный с ней и контекст всего произведения.

Относительно нашей шлоки 17, полезно вспомнить шлоку 11:

2.11. Произнося премудрые речи, ты скорбишь о том, что не достойно скорби. Мудрец не скорбит ни о живых, ни о мертвых.

Первое, что Кришна объясняет Арджуне «не скорби». Теперь Кришна объясняет философию и говорит об Avināśi. Если вдуматься в причину любой скорби и любого огорчения, то всегда есть то или иное разрушение. Что-то потерялось, утратилось, сломалось или испортилось, что вызвало в результате причину огорчения. Что может быть разрушено или утрачено?

- **Физические объекты:** одежда, машина, дом, телефон, мой сын, мой родственник, друг. Люди могут заболеть, умереть, переехать жить далеко. Даже уезд близкого человека можно рассматривать, как разрушение и это вызывает огорчение. Разрушить или сломать можно то, что имеет форму или какую-то структуру. Но как можно разрушить пространство? У Сат нет ничего.
- **Тонкие объекты:** мысли, планы, надежды, престиж, успех – все может быть разрушено. Сюда же относятся и обиды, они разрушают чувство уверенности в себе. Такие обиды часто сохраняются на многие годы и воспоминание о них делает меня несчастной даже годы спустя. Каждый раз встречая обидчика, я уже не помню, может быть, что он сказал, но помню обиду.

Будь то физические либо тонкие, «разрушения» приносят массу разочарований и скорби, делают нас несчастными, вносят беспокойство.

Но шлока говорит, что Атман, мое истинное Я, есть Avināśi – неразруσιμο, никогда не может быть разрушен. Всякий раз, когда нападает скорбь, нужно вспомнить, что мое истинное Я есть Avināśi и это уменьшит, расслабит ситуацию и у меня появятся силы пройти через ситуацию, держась за свое Я, которое Avināśi и потому не может быть разрушено. Что бы ни было разрушено, все относится к той части мира, который разрушаем. Кришна говорит здесь: Мир, который весь пронизан Брахманом, разрушаем, он обязательно разрушится и исчезнет, хочу я этого или нет. Как я ни пытаюсь сохранить и защитить физические или

тонкие объекты, все, что создано для того, чтобы потом разрушиться, разрушится обязательно, не смотря на все мои старания. Поэтому единственное, что возможно, это отделить себя от мира, установиться в Атмане, который не разрушаем. **В этом состоит смысл изучения данной шлоки и всей этой части Гиты.**

Как представить себе «установиться в Атмане»? Можно думать, что я присоединена к центру, которым является Атман и все остальное, весь мир перестает быть важным. Такой пример приводит Мандатай (по Кабиду).

На картинке старинная ручная мельница для пшеницы. В центр насыпаются зерна, ручку нужно крутить и высыпается мука. Сын Кабида увидел, как мелится пшеница и огорчился: как все зерна перемалываются. Так и мы люди, крутимся Ишварой в колесе Самсары и нас тоже перемалывает в муку. Есть ли способ избежать разрушения? Кабид ответил ему: посмотри, всегда остаются несколько зерен, которые прилипают к палке, и они не перемалываются, выходят из мельницы целыми. Так и люди должны стараться прикрепиться к стержню, этот стержень Атман. Полезно запомнить картинку и в трудный момент представлять себе ее и мысленно держаться за стержень. Тогда все, что кажется моим, включая мое тело, постепенно разрушится, уйдет все шаг за шагом, но ничто не сможет сделать меня несчастной. Это то, что объяснял Кришна в 11 шлоке и Др. Кака соединил объяснение с данной шлокой.



Когда доходит до разрушения, есть 3 вида возможных разрушений, мы их все перечисляем, чтобы убедиться, что мы ничего не забыли и ни одно из них не относится к Атману:

- Саморазрушение – естественная тенденция к разрушению, например, если долго хранить яйцо, оно разрушится или молоко прокиснет.
- Разрушение кем-то – стоит дерево, но приходит дровосек с топором и срубает дерево.
- Разрушение в следствии разрушения убежища: здесь тоже есть 3 вида:
 - Что-то нуждается в укрытии, поддержке и если укрытие разрушено, то разрушится и то, что нуждалось в поддержке, например, плод в теле беременной женщины погибает, если погибает женщина.
 - Психологическая поддержка, например, у меня было много денег, и они исчезли. Со мной при этом ничего не случилось, но психически очень даже нарушилось, потому что как же я буду жить без денег? Вся моя жизнь сломана и мне больше уже нет жизни.
 - Сильная привязанность к другому человеку. Если его нет, то кажется, что все. Я не могу жить. Например, муж ушел к другой. Со мной ничего не случилось, но в результате привязанности мне кажется, что моя жизнь разрушена.

Это все возможные виды разрушений, которые могут случиться с объектами. Но Атман не подвержен ни одному из них. Эта Авинаши -Татва («Татва» переводится, как «сущность») есть моя истинная сущность и нужно держаться этой мысли при всех изменениях в жизни, что бы ни случилось вокруг. Это то, что ожидается от нас в качестве духовной практики. Это самое главное, на что Др. Кака обращает наше внимание в 17 шлоке.

Мы познакомились со шлокой 17, в которой мы разобрались с тем, что означает «Атман все пронизывает» и что Атман не может испортиться, сломаться, разрушиться.

В следующий раз мы продолжим изучение Гняна Йоги – важного пути для достижения Самореализации. Мы рассмотрим шлоку 18, где проводится четкое разделение на тело Деха – то, что сжигают и «Шарира» - того, кто пребывает в теле.

А сегодня мы ответим еще на очень важный и глубокий вопрос, который был задан одним из искателей: о чем следует думать искателю.

Этот вопрос важен всем нам, поэтому давайте мы ответим на него подробно.

Наша цель – Самореализация. Но невозможно достичь ее никакими действиями. Это наша проблема, мы привыкли, что всего можно добиться самой, своими действиями.

Ум – единственный инструмент для достижения Самореализации. Поэтому ум наш главный друг и помощник. Но именно ум и не дает нам медитировать, потому что в нем множество загрязнений и он не способен сконцентрироваться. Такой неподготовленный, незрелый ум наш самый большой враг в духовности.

Как узнать, что мой ум загрязнен? – если я увлекаюсь мыслями о мирском, если в нем полно желаний или сожалений типа «как я только могла!», значит ум загрязнен. И это моя ответственность сделать его чистым и спокойным.

Поэтому вопрос «о чем следует думать» исключительно важен.

Нужно всегда помнить о здравом смысле. Я ем мороженое и это меня радует – ничего в этом нет неправильного. Но важно, чтобы ни радость, ни огорчение не сбивали с ног, как ураган. Мы не монахи, нормально, когда появляется всплеск эмоций от радости или огорчения, но всплеск появился и успокоился. Всплеск не должен перерасти в цунами.

Для очищения ума, в первую очередь, нельзя пускать в него мусор.

Поэтому сначала ряд правил, о чем не следует думать.

Но сначала, о чем не следует думать:

- О прошлом
- Прошлых обидах
- Будущем
- Почему со мной такое случилось?
- Как я могла так поступить?

О чем думать:

- Атма Вичара – кто Я? Я не могу быть телом, Я не могу быть умом или интеллектом.
- Развивать зазор между я и телом, я и мыслями, эмоциями
- Выявить привязанности и размышлять о них
- Когда случается огорчение – размышлять о том, что это не на долго, понять, почему случилось огорчение, кто огорчился.
- Когда радость – размышлять, почему я рада, откуда это чувство радости?
- Размышлять о Боге, Он создал мир и вошел в него. Все вокруг – Его манифестация. А ЧТО такое Бог?
- Повторение Имени Бога

О прошлом:

Много чего хорошего случается с нами в жизни, но мы достаточно быстро это забываем. Зато любим вытаскивать воспоминания о плохих событиях, любим повторять их мысленно, как истории. Каждый знает за собой такие истории. Что в них плохо: мы портим себе настроение, тратим свою мысленную энергию. А хорошего в таких воспоминаниях нет вообще ничего, пользы нет, только вред.

Но бывают хорошие воспоминания. Что плохого в них? – Опять трата времени и мысленной энергии.

Обиды отдельная тема. Меня обидел кто-то один раз, сказал одну фразу и забыл. А сколько раз за последние 10 лет я ее вспомнила? Сколько раз сделала себе больно?

Нужно научиться узнавать такие мысли, пресекать в самом начале, не давать развернуться. Мы так любим их развернуть со всеми эмоциями. Зачем? Одна из духовных практик состоит в том, чтобы поддерживать в себе хорошее настроение, потому что ничего невозможно учить и практиковать, когда внутри обида, волнение, безнадежность. Поддержание хорошего радостного настроения лежит на нашей ответственности.

О будущем

Все знают такие моменты, когда вдруг мысли уносятся в фантазиях типа «а вот если я выиграю миллион!» Фантазии – трата времени! Мы не говорим здесь о нормальном планировании чего-то. Если я собираюсь в отпуск, нужно все продумать, спланировать. Есть разница между тем, что я подумаю о том, что буду по утрам бегать и купаться в море. Это нормальное планирование, в конце концов нужно взять с собой кроссовки. Но когда я начинаю уноситься в мыслях, как я бегаю, как плаваю и как здорово потом идти на завтрак - это уже лишнее.

1. Я опять трачу время и энергию непродуктивно
2. Может всегда что-то произойти – от плохой погоды до повреждения коленки и все, отпуск испорчен. Чем больше конкретных ожиданий, тем больше вероятность огорчения. Т.е. от таких мечтаний не только напрасная трата времени, но и высокая вероятность, что потом последует огорчение, редко бывает, что все именно так, как я и мечтала.

Почему именно со мной? И как я могла?

Тут важно вспоминать Теорию Кармы. Когда появляются такие мысли, их нужно узнавать, не поддерживать и стараться перенаправить в теорию Кармы. Теория Кармы достаточно проста в понимании, но сложно ее

действительно принять. И размышления о ней в плохих и в том числе хороших ситуациях очень полезны.

О чем думать:

Хорошее размышление «Кто Я», Атма Вичара. Тут неправильно начинать с Великих Изречений «Тат Твам Аси» или «Сохам». Это уже вершина размышлений. Нет смысла начинать с вершины, нужно начинать с основания и идти от более грубого к более тонкому.

Могу ли я быть телом? Размышлять о том, как тело изменилось, а я все та же самая, что я это даже интуитивно чувствую, что я никак не изменилась, и т.п. каждый размышляет сам, находит те аргументы, которые считает нужными.

Затем мои мысли. Я точно знаю их все. Я никак не могу быть тем, что я знаю. Размышлять об этом. И так далее, интеллект, память, эго.

Вот уже цепочка «Кто я?». Очень полезно ее обдумывать, приводить себе доводы, убеждать себя. Я есть Атман, Он не подвержен разрушению, уменьшению.

А если я не тело, Атман, то, что болит? Давай я тебя напою чаем и дам отдохнуть. Так можно говорить с телом.

Если я не мысли и не эмоции, то кто здесь огорчился? Кто обиделся, волнуется? Стараться вбить клин между я и мои эмоции, мои волнения. Отделить Я от того, что не Я, развивать Вивек.

Важная тема привязанности. Их невозможно уничтожить так сразу, но на нашей ответственности их выявить и размышлять. Размышлять, что каждая привязанность, по сути, потенциальная бомба, рано или поздно она взорвется. Поэтому стараться рассуждать о теории Кармы, перерождении, откуда у меня родственники, почему именно эти. Советую всем, кто не читал, ознакомиться с книгой «Теория Кармы», аудио книга, pdf.

Полезно размышлять обо всем, что мы учим. Только так знание перестанет быть информацией, а станет действительно моим знанием. Шравана – Манана – Нидидхьясана. Манана необходимая ступень на пути Йоги Знания.

Очень важная часть размышлений, мысли о Боге. Бог создал мир и вошел в него. Красота природы – это проявление Его формы. Люди, которые меня окружают – Его проявление. Осуждать или обижать кого-то, все равно, что обижать или критиковать Бога. Мы изучаем Йогу Знаний, говорили о Сат, о том, что Сат все пронизывает, а остальное имена и

формы. Значит все, что мы видим, все, с кем мы общаемся, все Его проявление. Ишвара – это Брахман + Майя. Брахман мы не видим, видим Майю.

Посмотрите, как переплетаются путь Знания и Путь Преданности, Бхакти. По сути, они одно, несколько другая терминология. Где находится Бог? – в сердце каждого из нас, это Он дает дыхание, благодаря Ему бьется сердце. Трудно размышлять таким образом об Атмане, у Него нет ни формы, ни качеств. Какого Бога я имею в виду в таких размышлениях? Если я верю в Христа, то это Он, или Аллах. Все зависит от человека. Обычно нам дают имя Бога и мантру, которая с Ним связана, когда мы получаем посвящение. Но можно и самому себе выбрать.

Мысли о Боге являются очень мощным средством для очищения ума. Именно такие мысли приводят к тому, что Васаны постепенно теряют свою силу, блекнут. Мирское вдруг начинает меньше привлекать.

Джняна Йога или Путь Знания самый быстрый и прямой для достижения Самореализации. Но Путь Знания предполагает, что ум уже подготовлен, очищен и способен концентрироваться. А как это достичь? Поэтому размышления о Боге помогают избавиться от лишних мыслей, от вредных мыслей.

Слабый ум характеризуется обилием мыслей. Они несутся, как горный поток. Поэтому задача их уменьшать, не пускать лишние. Но продуктивных мыслей не так много и всегда остается время, когда уму нечего думать. Тогда он будет стараться вернуться к старым привычным мыслям, о которых не нужно думать.

Дать уму шоколадку. Имя или мантра такая высококачественная шоколадка. Нужно повторять всегда, заполняя все простои.

Почему не получается медитация - а как она может получиться? Мы садимся медитировать 15 минут, а остальное время? Постепенно убирая лишние, вредные мысли, заменяя их на мантру, мы очищаем и тренируем ум. Чем полезно Имя? – Имя и тот, кому оно принадлежит – одно и то же. Если кто-то позовет «Ирина» - я отзовусь. Это же справедливо и относительно Бога. Но форма и имя связаны с Абсолютной Реальностью, Она является основой формы. Поэтому, когда я произношу «Кришна», тут же возникает прямая связь с Атманом.

Хари Ом Тат Сат!

Лекция 6, шлока 18 - 19

Сегодня мы познакомимся со шлокой 18, она продолжает описание Атмана, проводит четкое разделение на тело – то, что сжигают – и на Атман, тот кто пребывает в теле. А также объясняется, почему Атман не постижим органами чувств. И в заключение мы начнем шлоку 19.

О чем идет речь: Важны шлоки 12 и 16.

- 2.12 - Я, Ты и эти цари существуют всегда;
- 2.16 – То, что существует всегда, есть Сат
- Я, Ты, эти цари – это Сат.
- Атман и Бог – это Сат – Чистое Существование
- Мир, тело, имя-форма – ни реальное, ни нереальное, следовательно, неопишемое, ложное, видимость

Мы привыкли считать себя телом и все, что нас окружает, реальным. И вот теперь нас пытаются переучить, объяснить, что есть еще что-то, кроме мира и что, самое главное, есть что-то кроме всего моего, которое мне так дорого. Все это Веданта называет словом «Митхья».

Повторение шлоки 17:

*Avināśi tu tad viddhi yena sarvam idaṃ tatam |
Vināśam avyayaśyāsyā na kaścit kartum arhati || 17 ||*

Meaning: Know that the world – permeated by Ātman – is perishable, but nobody can destroy that imperishable Ātman.

Знай, что мир, пронизанный Атманом, разрушаем, но никто не может разрушить этот нетленный Атман.

2.17. Знай, **неразрушимо** то, что все **пронизывает**. Никто не способен разрушить **непреходящее**.

Основные мысли:

- Мир пронизан Чистым Существованием - Сат / Атманом. Никто не способен Его уничтожить.
- «Пронизан» означает, что Сат проявляется через различные имена и формы
- Уничтожение – Атман не может быть уничтожен
- Всегда сосредоточивайтесь на неразрушимом Атмане

Хороший пример – отражение леса в озере.

Если бы лес существовал реально, то должна была бы быть где-то граница между озером и лесом. Но ее нет, лес всего лишь видимость на воде.

Нет ограничения по пространству и по объекту – весь лес, каждый листочек – все вода.

Подобным образом можно рассуждать о том, как пронизывает Брахман мир, включая мое тело. Все, что мы видим и чувствуем вокруг, есть ни что иное, как Брахман. Но мы не можем почувствовать Брахман, мы видим имена и формы, и уносимся ими, даже не задумываясь о том, как возник мир, как он существует. Веданта старается переучить нас, направить внимание на Реальность, в этом решение всех наших проблем. Конечно, есть уровень реальности, о котором говорит Веданта, Абсолютная Реальность, но есть наша практическая реальность, в которой мы должны действовать адекватно.

Далее мы рассмотрели все возможные способы, как что-то можно разрушить. Но ни один из них не действует на Брахман, Он есть Авинаши и Авьяйя. Он не разрушаем и непреходящий. Почему Он не разрушаем? Разрушить можно то, у чего есть форма или части, можно что-то растворить в растворе, потому что все состоит из молекул, атомов. Но ничего этого нет у Атмана. Чаще всего разрушения и утраты являются причиной скорби. Среди всего окружающего мира есть только одно, что не разруσιμο и неизменно – это Атман.

И что самое главное, это и есть мое истинное Я. Если помнить об этом в трудной ситуации, то это поможет облегчить ее. Собственно, это и есть то, о чем мы говорили в начале: смешить точку зрения на то, кем я на самом деле являюсь. Держаться за то, что не изменится никогда – за Реальность, за Сат. Понятно, что легче сказать. Нужно время, чтобы это перешло с уровня информации на уровень знания, стало моим образом жизни.

Шлока 18:

Antavanta ime dehā nityasyoktāḥ śarīraṇaḥ ।

Anāśino 'prameyasya tasmād yudhyasva bhārata ॥ 18 ॥

Веды, священные писания и просветленные святые утверждают, что эти тела, пронизанные Атманом, подлежат прекращению. Сам Атман вечен, неуничтожим и непостижим для практических источников знания (Прамана). Поэтому сражайся, о Арджуна!

2.18. Говорится: все эти тела преходящи, а воплощенная душа вечна, неразрушима и неизмерима; поэтому сражайся, о потомок Бхараты.

Комментарий Др. Каки к шлокам 17-18:

Эти шлоки являются заключительной частью предыдущей 16-й шлоки. Искатель должен оставаться непривязанным и бесстрастным по отношению как к своему телу, так и к окружающему миру. Он должен помнить, что его собственное тело в конечном итоге является частью мира. Одна из теорий Веданты гласит, что мир создан Ишварой. Вторая теория гласит, что мир — это обманчивая иллюзия, видимая на основе Бога. Другая теория гласит, что мир пронизан Богом, и каждая сущность есть Бог. Еще одна теория гласит, что мир никогда не был создан. Таким образом, Писания по-разному описывают отношения между миром и Богом. Независимо от того, как они связаны, каждая теория утверждает, что только Брахман или Бог реален, и Он является сущностью всего в мире. Напротив, мир нереален, несущественен или второстепенен. Вывод для искателя состоит в том, что он должен твердо держаться своего духовного решения и использовать его в повседневной жизни. Он может размышлять следующим образом:

- 5. Мир принадлежит Ишваре, поэтому он не мой; следовательно, я не должен быть привязан к нему.*
- 6. Мир — это лишь обманчивая кажимость, поэтому нет смысла привязываться к нему.*
- 7. Если все в мире поистине является Брахманом, то и тот, кто привязан к миру, и объект привязанности — все это Брахман. Поэтому привязанность невозможна.*
- 8. Если мир никогда не был создан, то о привязанности к нему не может быть и речи.*

Эти философские концепции могут помочь развить новый взгляд на окружающий мир. Искатель должен рассматривать их как шаги в духовной эволюции, а не изучать их сложные теоретические детали. Быть бесстрастным или непривязанным к мирским делам — вот главная цель, независимо от того, как она достигается.

Бесстрастие к миру необходимо в конечном итоге для Самореализации. Истинное Я, Атман, пронизывает тело и весь мир; Он неразрушим. Тело и мир всего лишь кажущиеся Упадхи, то есть ограниченные наложения на Брахман. Все Дживы изначально являются Атманом, однако по невежеству они не знают об этом. Невежественные Дживы прочно отождествляют себя с телом.

О чем говорится в шлоке? - большинство положений, о которых говорится в Гите, основываются на здравом смысле, их все можно понять самому, не требуется дополнительное описание. К таким утверждениям относится и утверждение, что все тела разрушаемы.

Опять используется санскритское слово для тела «Деха» - то, что сжигают. Другое слово в шлоке «*śarīraṇaḥ*» - «Шариринаха» здесь означает «тот, кто пребываем в этом теле». Кто пребывает в теле – это Джива, но истинная сущность Дживы – Атман. Здесь говорится об Атмане. Тело Деха нужно для того, чтобы Джива мог проявиться, тело нужно как инструмент. Атман не разрушаем, но тело обязательно разрушится. Тело обязательно умрет, но Атман является *nity* – вечный, *Anāśino* – Анашино, неразрушимый.

Другими словами, слово «*śarīraṇaḥ*» здесь означает **Атман**. Атман пребывает, проявляется в этом теле. Атман не разрушаем, а тело обязательно разрушится. В шлоке говорится о том, что есть Атман и есть тело, делается конкретное разделение.

Новое слово в шлоке **Aprameya** – непознаваемый. То, что невозможно узнать, проверить существование. Слово «Апрамея» одно из имен Бога Вишну. И здесь оно используется для описания Атмана.

Итак, Атман есть

- *nity* – вечный,
- *Anāśino* – неразрушимый.
- *Aprameya* – непознаваемый.

В шлоке говорится, что это мое тело родилось, старится и умрет. До тех пор, пока оно существует, заботься о нем, действуй в мире.

Теория здесь описывается с точки зрения ее применения.

Вся философия настраивает на действия, сражайся в мире. Жизнь полна конфликтов, внешних и внутренних. Часто легче их не замечать, уходить от проблем. Но Гита говорит: «Сражайся».

Почему Арджуна не хотел сражаться? В чем была причина его скорби? Он не был готов сражаться со своими родственниками. Но Кришна говорит, что тела будут в любом случае разрушены. Или ты их убьешь, или кто-то другой, или они просто умрут. Даже если ты не будешь сражаться, эти люди не останутся вечно в форме своих тел. Нам важно понять природу тела. По своему самому устройству, по замыслу и по природе оно разрушится обязательно. Именно на этот факт Кришна обращает наше внимание. Мы и сами это знаем, но забываем, поэтому нам нужно

напомнить: все наши тела разрушатся! Разрушатся не только тела, но и вся ситуация вокруг нас не будет существовать вечно.

А что не будет разрушено? – это Атман. Атман является *nitya* – вечный, *Anāśīna* – то, что не уменьшится, не истратится, не изнашивается. Все вокруг либо тратится, либо изнашивается, уменьшается. Но этого не случается с Атманом. Он все пронизывает, у него нет изначального размера.

Атман, все принизывающий, присутствует всюду, в том числе и в идолах, и храмах, но Он не ограничен формой или именем идола. Он равно присутствует и в идоле, и в платформе вокзала, в цветах, всюду, всегда.

Мы изучаем характеристики Атмана, но нужно понимать, что достижение Его долгий процесс, его невозможно ускорить. Нужно терпение и настойчивость. Мы привыкли получать все сразу, быстро. Но здесь так не работает. Мы работаем и стараемся, чтобы преодолеть проблемы, но только Знание Атмана избавляет от них.

Очень важное слово в шлоке **Aprameya** – неизмеримый, нечто, что нельзя измерить или познать известными нам способами. Мы уже говорили о трех составляющих для любого знания. Говорили, что они составляют **Трипути**.

Эти слова нужно знать:

- **Pramana** – способ или процесс познания, измерения
- **Prameya** – объект познания или объект измерения
- **Pramata** – Джива, тот, кто познает

Например, у меня в руках карандаш. Тогда я – тот, кто знает, карандаш – объект познания, и если я говорю, что я вижу карандаш, то «вижу» это процесс или способ познания.

Всегда, когда мы что-то в мире познаем, любое знание основано на такой Триаде или Трипути. Такой процесс познания называется «**Вритти Гняна**» или **Прамана Гняна**. Вритти Гняна и Прамана Гняна технические термины, которые используются в Веданте и которые еще будет встречаться.

В шлоке говорится, что Атман невозможно познать обычными методами. Поэтому Он **Апрамея**. Атман невозможно познать так, как мы познаем все остальное в мире.

Нам известен один способ познания – посредством органов чувств. Но те, кто писали писания, разобрали и определили всего 9 способов. Зачем мы о них говорим? Да потому что интеллект может думать, что вдруг да возможно как-то почувствовать Атман? Я медитирую и вижу что-то или

слышу. Вдруг это и есть Атман. Или есть какие-то аналогии, нужно только подумать.

Давайте разберем все способы познания подробно:

Обсуждение 9 Прамана:

Прамааны – это источники знания, способы познавания. Их всего 9: Pratyaksha, Anumana, Upamana, Shabda, Arthapatti, Anupalabdhi, Shakya, Aitihya, and Cheshta.

Pratyaksha - прямой, чувства – все, что можно услышать, увидеть, понюхать – не Атман. Почему? – У Атмана нет ни формы, ни органов, Его нельзя почувствовать. Мы привыкли, что в области науки все можно проверить, познать. Трудно избавиться от привычки, которая сложилась за всю жизнь. А теперь нам говорят, что Атман невозможно познать ни органами чувств, ни зарегистрировать приборами, никакими научными методами невозможно познать Атман. Важно знать об этом, иначе начнем думать, что можно как-то постараться и познать Его.

Часто случается при «продвинутых» медитациях, что искатель видит какие-то формы или ощущает запах, т.п. Все это не Атман и нужно знать об этом. Это безусловно хороший уровень медитации, но до тех пор, пока мы говорим о переживаниях, связанных с органами чувств, это не конечное достижение Атмана. Более того, мы все разные и не у всех бывают какие-то особые переживания во время медитаций. Поэтому все это можно обсуждать с Гуру, но не с друзьями. Не следует также и слушать, когда кто-то рассказывает о своих медитациях, от этого возникают только лишние вопросы в голове, типа: а почему я не чувствую никакого запаха в медитации?

Anumana – логика. Есть вещи, которые мы не знаем при помощи органов чувств, но они очевидны в следствии логики. Например, если я вижу дым, то понятно, что где-то горит. Но это не работает в случае Атмана. Потому что по логике должно быть по крайней мере 2 объекта – дым и огонь. Опять по причине того, что Атман не имеет ограничений, Всепронизывающий, один без второго. Поэтому она не работает.

Upamana – аналогия, сравнение. Например, тигр и кот. Как можно объяснить человеку, который не видел тигра, как он выглядит и какой он. Можно сказать, что он похож на кота, только намного больше. Это называется учить по аналогии. Но и это не работает с Атманом., один и нет того, с чем сравнивать, Он Один. Там, где Атман, там нет двух объектов.

Anupalabddhi – недоступный. Например, Тадж Махал находится в Агре. Сам этот факт говорит о том, что если мы обсуждаем Тадж Махал, то он не в Европе или не в Москве. Т.е. когда мы говорим про Тадж Махал, мы знаем, что он находится в Агре и только там. Но и это не работает в случае Атмана, потому что Он все-пронизывающий, нет такого места, где Его нет. Он всюду и всегда присутствует. Нельзя сказать, что это то, что было только раньше, а теперь нет или теперь нет, но будет в будущем, его нет в Индии, но есть в Москве и т.п.

Arthapatti – постулат, предположение. Например, я вижу толстого человека и не вижу, когда он ест, но если я все время наблюдаю за ним, то предполагаю, что он наверняка ест очень много, хотя я и не вижу когда. Иначе не может просто быть. Т.е. знание получается путем предположения. Я вижу следствие, значит должна быть причина. Но в случае Атмана нет причины и нет следствия. Поэтому и этот способ не подходит.

Aitihya – познавать что-то исходя из истории. Например, я приезжаю в деревню и мне говорят: не ходи ночью вон к тому дереву. Почему? Всегда, когда туда кто-то идет ночью, он потом умирает. Т.е. я сама не видела, как такое происходит, но мне рассказали историю, и я ей верю. В случае с Атманом не работает, потому что Он вне времени, просто невозможно сказать про Атман с привязкой времени. Он существует в настоящем, прошлом и будущем, существует всегда. Его невозможно описать по какой-нибудь истории из прошлого.

Cheshta – символ или указание. Например, мы показываем символ пальцами «хорошо» или «средне» или «плохо». Т.е. глядя на эти символы понятно, что хотят сказать. В случае Атмана – нет другого чего-то, что могло бы указать на него.

Shakya – знание о возможности существования части, если я знаю о существовании целого. Например, я говорю, что у меня есть 50 евро. Тогда другому понятно, что у меня есть и 5 евро, потому что 5 только часть от 50. Т.е. я знаю о существовании части, потому что я знаю о существовании целого. У Атмана нет частей, Он всегда целый. Невозможно знать 10% от Атмана

Shabda – описание словами. Для познания этот способ полезен, потому что благодаря ему можно получить теоретическое знание об Атмане. Прямо сейчас мы используем слова для объяснения. Кто-то говорит, кто-то слушает. Все это процесс описания словами.

То, что можно познать через объяснение словами, называется Парокша Гняна или не прямое знание.

Например: что такое индийское блюдо Доса? — я могу объяснить, как она выглядит, как ее готовить, какие ингредиенты, вы все про нее будете знать, но до тех пор, пока вы ее не попробовали сами, это будет Парокша Гняна, вам не будет хватать прямого, непосредственного знания, которое называется Апарокша Гняна. А когда вы ее попробуете, узнаете ее вкус и лично увидите, это и будет Апарокша Гняна.

Мы изучаем Атман, говорим о том, что Он все пронизывает, не имеет формы, вечный. Все это относится к Парокша Гняна. Здесь всегда есть тот, кто познает и то, что познается, две различные единицы. Самореализация относится к Апарокша Гняна, когда нет того, кто познает, познающий сливается с тем, что познается. Поэтому Атман называют «Апрамея» - то, что невозможно познать обычными методами познания.

Но и этот способ недостаточен, потому что нужно превзойти речь, слова, концепцию языка и общения для того, чтобы реализовать знание об Атмане.

Словами можно объяснить, где находится дверь, но войти в эту дверь нужно самому, никакие слова тут не помогут. Важно понимать ценность и ограниченность слов. Недостаточно просто получить теоретическое знание об Атмане, начать давать лекции о Нем, выучить наизусть, например Гиту. Все это имеет ценность, но это не Апарокша Гняна.

Святые предупреждают, что слова — как лес, в них легко заблудиться. Есть множество комментариев к Гите, есть много других красивых писаний. Но все это только теория. Слова не приводят к Самореализации. Для Самореализации нужен чистый и спокойный ум, нужна большая подготовительная работа. Она сводится к работе над собой, изменению своих привычек, своих мыслей.

Обычно мы не задумываемся над всеми этими путями познания, нет необходимости. Но мудрецы разобрали их все и пришли к выводу, что ни один из них не дает возможность познать Атман.

Вот почему так сложно Его понять.

Даже название «Атман» или «Брахман» — это название концепции, которая описывает Брахман. Имя или название можно дать только тому, на что можно указать. Но Брахман не объект.

Итак, мы обсудили шлоку 18 и можно сделать вывод, что тело, то, что называют словом «Деха», всего лишь иллюзия на основании вечной

Реальности, и Я и есть эта Реальность. Я просто принимаю тело, что оно мое. Но в действительности нет никакой связи между Мной и моим телом. Тело обязательно разрушится, а Атман, Брахман не может разрушиться, уменьшиться, истратиться. Он все пронизывает и поэтому можно сказать, что я не тело, а Я бессмертный Атман, воплощенный в теле.

Физическое тело обязательно разрушится, но мое истинное Я не разрушаемое и непреходящее. В связи с этим давайте введем новый технический термин «Упадхи».

Определение Upadhi: Ограничительное дополнение, которое помогает выделить один объект отдельно от остальных, но само остается отдельно от объекта. Существование самого объекта не зависит от Упадхи.

Понятие Упадхи: Слово «Упадхи» можно перевести, как «наложенное ограничение».

Пример: ворона села на мой балкон.
Воду разлили по разным стаканам.

Есть Реальность и есть мое тело. Согласно Веданте, тело никак не связано с Атманом, с Я, но кажется, что Атман и тело одно и то же, что Атман живет в теле и без тела не будет и Атмана. Тело в данном случае называется Упадхи – то, что не имеет отношения к основному предмету, но кажется, что они одно.

Термины полезны тем, что они показывают, как еще можно размышлять о теле, которое я не только считаю «мое», но я уверена, что это и есть я. Если тело умрет, конец и мне. Если тело болеет, то я болею. Тело и Атман, который проявляется посредством тела, так переплетены, что очень сложно выпутаться из этого сплетения. Веданта – система, которая знает, как можно избавиться от убеждения, что я тело. Поэтому термины, концепции, примеры.

С точки зрения Веданты мое физическое и тонкое тело – все это Упадхи. Атман безграничный, вечный, все пронизывающий, Его существование никак не зависит от тела и никак с ним не связано. Если я говорю, что тело является Упадхи, то я имею в виду, все, что мы сказали в определении Упадхи: Ограничительное дополнение, которое помогает выделить один объект отдельно от остальных, но само остается отдельно от объекта. Существование самого объекта не зависит от Упадхи. Вместо того, чтобы объяснять, что тело существует на основе Атмана, а Атман от тела никак не зависит, мы заменяем объяснение просто термином «Упадхи».

Давайте теперь воспользуемся термином Упадхи для объяснения «Каждый Джива – это Шива».

Шива = Брахман + Упадхи1

Джива = Атман + Упадхи2

Упадхи1 = Майя

Упадхи2 = Майя

Шива = Брахман + Майя

Джива = Атман + Майя

Брахман = Атман

Шива = Джива

Шлока 19:

Ya enaṁ veti hantāraṁ yaś cainaṁ manyate hatam |

Ubhau tau na vijānīto nāyaṁ hanti na hanyate || 19 ||

Тот, кто думает, что Атман - «убивает», и тот, кто думает, что Атман - «убит», оба невежественны в отношении Атмана, потому что Атман, истинное Я, никого не убивает и никем не убивается.

2.19. Кто считает, что она убивает, и кто полагает, что ее можно убить, – оба пребывают в заблуждении. Она не может убивать и быть убитой.

Комментарий Др. Каки к шлоке 19:

В результате, когда тело убивают, они ошибочно полагают, что убивают их истинное Я, Атман. Они также ошибочно думают, что Атман в одном теле убивает или получает смерть от Атмана в другом теле, тогда как на самом деле Атман не связан, не идентифицируется и не заключен ни в какое тело. Атман всепроникающий, вездесущий и непривязанный, поэтому Он не может ни убить кого-либо, ни быть убитым кем-либо. Искатель должен принять эту Вечную Истину, провозглашенную Господом Кришной, с предельной, непоколебимой верой, чтобы достичь того, что наиболее благоприятно для него. Однако считается, что Дживатма, то есть воплощенная душа, покидает свое нынешнее тело после смерти и впоследствии попадает в другое тело. Господь Кришна настаивает на том, что, признав эти факты, Арджуна должен уверенно вести войну, используя все свое мастерство и полный

энтузиазма, поскольку борьба со злом - его главная обязанность в повседневной жизни.

Шлока 19 продолжает описывать Атман, но теперь несколько с другой стороны.

В предыдущих шлоках сказали, что Атман не имеет частей или органов, не имеет ограничений по пространству и объектам. Т.е. говоря простым языком, Ему нечем совершать какие-то действия и нет места, где бы Он мог двигаться, Он всюду. Из этого следует, что Атман не может совершать никакие действия.

Также мы сказали, что Я на самом деле есть Атман, а не тело физическое и даже не тонкое. Но чем мы все заняты с утра до вечера? – вся жизнь состоит из действий. Тогда возникает естественный вопрос: кто же совершает все действия? Кто в результате действия радуется чему-то или огорчается. Говоря философским языком: кто является деятелем и кто испытывает результаты действий? Кому потом достаются Папа и Пунья?

В шлоке говорится, что Атман не может быть убит и не убивает. Постольку что действие происходит в контексте войны, то Кришна говорит об «убит и убивает», но это символически. Можно так сказать о любом действии. Другими словами, Атман не является ни действующим, ни испытующим. Мы закончим изучение шлоки 19 в следующий раз.

Мы обсудили сегодня шлоку 18, в ней продолжается описание Атмана. Мы говорили, что тело и тот, кто пребывает в теле – не одно и то же. Тело родилось и обязательно умрет, нет другого варианта. А Атман, тот кто пребывает в теле, не разрушаем. Существование Атмана никак не связано с телом. В связи с этим мы дали определение Упадхи. Тело всего лишь Упадхи, с точки зрения философии.

Кроме того, мы рассмотрели 9 способов познания и пришли к выводу, что Атман невозможно познать ни одним из них.

Самое важное для нас здесь не название Праман, а то, что наш нынешний взгляд на мир и на себя неправильный и нужно стремиться развить новый, который приведет нас к личному переживанию Атмана.

Мы все уже прямо сейчас Атман, но мы не знаем и не понимаем это и отождествляем себя с телом.

В следующий раз мы закончим изучение шлоки 19, и продолжим дальнейшее описание Атмана.

Хари Ом Тат Сат

Лекция 7, шлоки 19-20

Периодически возникает вопрос: не делаем ли мы из Гуру - Культ Личности, а просветление — это титул, примерно, как парт билет. Что тут можно сказать: Гуру никогда не личность. Гуру = Гуру Таттва = Брахман. Просветление - не титул. Титул, как и партбилет можно выдать личности, эго. Познавший Брахман становится Брахманом. В Брахмане нет эго. Просветленный = познавший Брахман = Брахман. Это нам трудно понять, потому что мы видим тела, личности. А Брахман не видим. Трудно переучить себя. Но можно и нужно понять умом. Полезно размышлять об этом, чтобы мысль пустила корни. Иначе прослушали и забыли, лишняя информация.

Общий ход изложения во 2 главе.

2.1 - 2.10 – Описание сцены, где происходит действие; мысли Арджуны; ответ Господа Кришны.

2.11 – Признак мудрости – «Мудрые не скорбят».

2.12 – Обсуждение вечности, понятие Сат, Чистого Существования, каждое существо вечно.

2.13 – Различие между телом «Deha» и воплощенной душой, которая пребывает в нем. Концепция перерождения.

2.14 – Непостоянство чувственных удовольствий, Титикша.

2.15 – Квалификация для Мокши

2.16 – Обсуждение реального (Sat) и нереального (Asat),

Мир и тело – ни реальное, ни нереальное, а потому неопишное, ложное, кажущееся - Митхья

2.17 – Мир пронизан Сат / Атманом. Никто не способен Его разрушить.

2.18 – Атман вечен, неразрушаем, непознаваем; тела разрушимы.

2.19 – Атман не действует; Тело - инструмент; Джива / Дживатма / Дживачайтанья

Повторение шлоки 18:

2.18. Говорится: все эти тела преходящи, а воплощенная душа вечна, неразрушима и неизмерима; поэтому сражайся, о потомок Бхараты.

Вывод из шлоки: даже в обычном смысле логично, что тела разрушаются, поэтому нечего скорбеть, вставай, Арджуна и сражайся.

Неизмерима - Апрамея

Мы рассмотрели 9 способов получения знания и сказали, что ни одним из них невозможно познать Атман. Почему это так важно:

- Веданта утверждает, что Атман вечный и все пронизывает, значит Он есть прямо здесь и сейчас, почему я Его никак не чувствую?
- Не нужно пытаться найти или почувствовать или увидеть Атман – это невозможно. Мы можем понять или познать только объект. Атман – не объект, это тот, кто хочет познать объект, наблюдатель, Я. И познать Атман привычными нам методами, научными методами невозможно.
- Для исключения мысли типа «если Атман невозможно увидеть, то наверное его и нет.»

Как мы вообще способны получить некоторое знание? – либо через органы чувств, либо умом. Но Атман не познается ни умом, ни органами чувств. Он находится в другой реальности. Например, мне снится сон. Я все вижу, все понимаю, живу во сне. Но невозможно мне, тому мне, кто во сне, хоть как-то объяснить, что есть еще пробужденный я. Пробужденный я находится на другом уровне реальности, поэтому он никак недоступен для того я, что во сне. Но как же близко от меня мое Я!

Любое наше привычное знание мы получаем при помощи Триады или Трипути:

- Познающий
- Объект познания
- Метод познания

Как же тот я, который во сне может узнать того я, которому снится сон? Понятно, что такое возможно только проснувшись, т.е. когда тот, кто во сне, исчезает и сливается с тем, кому снится.

Все знания, которые мы получаем при участии Трипути, называются Парокша Гняна – не прямое знание. Вся наука основана на Трипути. Атман можно познать только через Апарокша Гняна, прямое познание, получив личный опыт.

На прошлом занятии мы ввели новый технический термин – **Упадхи**. Это некоторое дополнение, чтобы отличить, отделить один объект от другого. Например, есть родник с ключевой водой. Но вода растекается, чтобы ей воспользоваться, ее нужно во что-то налить, тогда ее можно и пить, и умыться. Мы набрали из источника воду и разлили по разным стаканам, кружкам, бумажным стаканчикам. Где вода лучше? – да она одинаковая, разные только стаканы. Но мы видим стаканы и думаем, что в бумажном стакане она хуже, чем в хрустальном. Наше тело – Упадхи.

Шлока 19:

*Ya enaṁ veti hantāraṁ yaś cainaṁ manyate hatam |
Ubhau tau na vijānīto nāyaṁ hanti na hanyate || 19 ||*

Тот, кто думает, что Атман - «убивает», и тот, кто думает, что Атман - «убит», оба невежественны в отношении Атмана, потому что Атман, истинное Я, никого не убивает и никем не убивается.

2.19. Кто считает, что она убивает, и кто полагает, что ее можно убить, – оба пребывают в заблуждении. Она не может убивать и быть убитой.

Комментарий Др. Каки к шлоке 19:

В результате, когда тело убивают, они ошибочно полагают, что убивают их истинное Я, Атман. Они также ошибочно думают, что Атман в одном теле убивает или получает смерть от Атмана в другом теле, тогда как на самом деле Атман не связан, не идентифицируется и не заключен ни в какое тело. Атман всепроникающий, вездесущий и непривязанный, поэтому Он не может ни убить кого-либо, ни быть убитым кем-либо. Искатель должен принять эту Вечную Истину, провозглашенную Господом Кришной, с предельной, непоколебимой верой, чтобы достичь того, что наиболее благоприятно для него. Однако считается, что Дживатма, то есть воплощенная душа, покидает свое нынешнее тело после смерти и впоследствии попадает в другое тело. Господь Кришна настаивает на том, что, признав эти факты, Арджуна должен уверенно вести войну, используя все свое мастерство и полный энтузиазма, поскольку борьба со злом - его главная обязанность в повседневной жизни.

Главные, ключевые слова шлоки стоят в конце, мы сконцентрируемся на них.

«не может убивать и быть убитой» -
Это характеристики Атмана.

«Убить» — это действие. И хотя говорится об убийстве, шлока не об убийстве, а о действии, любое действие, которое совершается с участием тела. Слово «убивать» здесь используется как символ действия. Имеется так же в виду, что Атман не ест, не ходит, не совершает ничего, никаких действий.

Атман не имеет частей, органов, все пронизывает. Ему негде и нечем совершать действия. Поэтому Атман есть **«Акарта»** - не-деятель.

Тогда важно понять, кто же совершает действия, кто потом получает практический результат, и кому достаются кармические плоды Папа и Пунья, грехи и добродетели. Зачем нам это нужно? Наша жизнь состоит из череды действий. Есть мир, есть я в этом мире, есть моя жизнь, состоящая из разных событий, моих желаний, я стараюсь их удовлетворить, порадовать себя. Есть обязанности, иногда неприятные. Одним словом, есть мир и есть правила игры в нем. Если мы решили научиться жить счастливо в мире, то нужно знать правила игры. И тогда важно кто делает все дела? Кто получает удовольствие от съеденного мороженого? Кто понесет наказание за воровство? Я Атман, я не ворую и меня нельзя посадить в тюрьму. Именно этот аспект Атмана рассматривает здесь Гита.

Многие искатели, особенно начинающие, неправильно понимают шлоку. В обычной жизни мы совершаем множество действий. А тут Гита говорит, что Я не деятель, чтобы это значило?

Ошибки, которые могут вытекать из неправильного понимания шлоки:

- Если Я не деятель, то можно расслабиться и ничего не делать
- Можно делать что хочу, не считаясь с законом и правилами
- Думать, что я ни за что не отвечаю

Нужно ясно понимать, что действительность, реальность в которой мы живем, делится на 2 уровня:

- Уровень обычных действий
- Духовный уровень, Парамартха-Сатта

Новое слово «Сатта» - уровень реальности. Оно будет нам встречаться. На обычном уровне Джива всегда Карта – деятель, тот, кто совершает действия. Исключительно неправильно думать, что я человек духовный теперь, поэтому я ничего не делаю.

Смысл шлоки в том, что Джива действует, используя тело, как иначе можно совершать действия, если не посредством тела или ума. Поэтому Джива деятель. И Джива тот, кто радуется мороженому, когда его ест, Джива сядет в тюрьму за воровство или убийство.

Но моя истинная сущность Атман – это философский, духовный уровень рассуждений.

Нужно понимать разницу уровней. Так же и Единство вселенной существует на духовном уровне, а на нашем обычном очень даже есть зло и нужно с ним бороться. Если ко мне влез вор, то я обязана сообщить в полицию, я не могу думать, что и вор, и я Атман. Именно тут искатели часто ошибаются.

В обычной жизни я деятель, я несу ответственность и пожинаю ее плоды. Но на духовном уровне нужно быть полностью непривязанным ко всем действиям, как Атман. Это Парамартха-**Сатта** – духовный уровень, на нем я понимаю свою истинную сущность. Каждый, кто изучает Гиту, должен четко понимать, кто действует, кто получает результаты, а кто не действует. Важное слово – «непривязанный». Мы будем очень подробно обсуждать, что значит «непривязанный к действиям». Этому посвящена целая глава 3, Карма Йога.

Как можно понять разные уровни? -

Легче всего понять на примере со сном. Мы говорили о 3 уровнях реальности:

1. Сон
2. Пробужденное состояние, наш мир, который мы считаем реальным
3. Парамартха Сатта– Абсолютная Реальность.

Просыпаясь ото сна, я нахожу себя в спальне на кровати, никуда я не ездила, ничего не делала, все действия были во сне, а я в это время просто лежала. Веданта не говорит, что мир просто сон, но указывает на то, что это хороший пример для понимания как соотносится окружающий нас мир с Брахманом. Мир настолько реален, насколько я его таким считаю.

Можно думать, что наш мир – это сон Бога.

Мы все начинаем с того, что думаем, что я есть тело и все уверены, что тело совершает действие. Тело совершает действия, и я есть тело, как я могу быть не-деятелем? Как тело и Джива я деятель, но Я, как Атман, Я не-деятель.

Уровни рассуждений:

1. Сначала мы думаем, что я тело.
2. Затем мы думаем, что тело мое.
3. В теле есть сознание и это есть Я.

Самый тяжелый случай, когда я думаю, что я тело и все делаю, несу одна всю ответственность за ошибки, неправильные решения, т.п. – это где мы все сейчас.

Но приняв теорию Кармы и Ишвару, жить становится легче.

Джива деятель, Ишвара тот, кто дает возможность совершать действия, управляет миром.

Концепция Ишвары.

Он вынуждает Дживу совершать действия в следствии **Васан**, комбинации **Гун**, которые в свою очередь зависят от прошлых действий самого Дживы.

Мы получаем тело вместе с Праабдхой и Ишвара дает возможность совершать определенные действия, толкает Дживу в определенном направлении. Ишвара создает окружение Дживы, но это окружение соответствует **Праабдхе**, которую заработал сам Джива.

Сначала я думаю, что я тело, и я живу в мире, в котором все происходит случайно. Потом понимаю, что все моя Праабдха, закон Кармы и Ишвары, и в конце концов я понимаю, что Я есть Атман. Здесь важна помощь Писаний. Так я дохожу до того, что Атман не-деятель.

Атман есть Сат Чит Ананда. А что такое Джива – физическое тело, состоящее из молекул кислорода, углерода – они неодушевленные. Плюс тонкое тело – органы чувств, действий, Пран и Антахкарана. Само по себе тонкое тело тоже неодушевленное, одушевленность ему дает Атман, который улавливается Антахкараном и этот Свет Атмана проникает дальше всюду и тело начинает дышать, чувствовать. И вот тонкое тело со Светом Атмана, отраженным на Антахкаране, все вместе составляют то, что в комментарии к этой шлоке мой учитель называет Дживатмой. Можно думать о Дживатме, как о душе. Именно Дживатма переходит после смерти в другое тело. Тело умирает, но Дживатма нет. Однако, мое истинное Я – это даже не Дживатма, а Атман, тот свет, с которого мы начали сегодняшнее занятие.

Джива или Дживатма совершает действия и получает их результаты, но внутренне Джива должен держаться за то, что Я есть Атман и Я не-деятель. С таким настроением Джива перестает быть деятелем, а выполняет все действия наилучшим для него способом, не ожидая определенных результатов.

Легко скатиться на то, что я не несу ответственность, я не выполняю обязанности, не стремлюсь сделать лучше – все типичные ошибки, неправильное понимание.

Необходимо размышлять над шлоками и стремиться применять их в жизни. Нужно вбивать в голову «Я есть ТО»!!!!!!!!!!!!

Выводы из предыдущих шлок 16-19, куда Кришна старается нас направить:

- Так естественно для нас думать, что я родилась и умру. Но Кришна говорит: нет, ты вечен.
- Так же естественно сказать, что я хотя и не знаю кто я есть, но мир вокруг совершенно реален. Но и тут: Я реальность, а мир моя иллюзия.

- Я думаю, про себя, что я маленькая частичка в огромной вселенной, ограниченная в пространстве и времени. – Я неограниченна, огромна, все-пронизываю.
- Все, что мы видим и чувствуем вокруг, все объекты. Поэтому мы привыкли все считать объектами. Так же мы по привычке думаем, что и Атман тоже объект. Но Он не объект. Тогда мы думаем, что Он не существует. Но Атман существует и это ТО, что и есть Я.
- Мы привыкли думать, что это я все делаю и я потом страдаю или радуюсь. – нет, Я не тот, кто делает и Я не тот, кто потом получает результаты за свои действия.

Шлока 20:

*Na jāyate mriyate vā kadācin Nāyaṃ bhūtvā bhavitā vā na bhūyaḥ |
Ajo nityaḥ śāśvato 'yaṃ purāṇo Na hanyate hanyamāne śarīre || 20 ||*

Атман не рождается и не умирает ни в какое время. Это не значит, что Атман появился раньше и не родится позже. Также не бывает так, что он не существовал раньше и родится позже. Атман - нерожденный, неизменный, древний и вечный. Атман не разрушается, когда тело убито.

2.20. Душа не рождается и никогда не умирает. Она не возникала, не возникает и не возникнет. Она нерожденная, вечная, постоянная и древнейшая. Она не погибает, когда убивают тело.

Это известная шлока, она повторяется в Катха Упанишаде.

Продолжается описание Атмана до шлоки 28.

Др. Кака обращает особое внимание на слова «Атман не рождается и никогда не умирает». Остальные слова очень понятны. Опять говорится, что Атман есть Нитья – вечный, Пурана – древний и даже если тело умирает, то Атман не умирает вместе с ним.

Ajo nityaḥ śāśvato yaṃ purāṇo - оригинальные слова из шлоки.

Ajo не имеющий рождения

Na jāyate не рожден

nityaḥ вечный

śāśvato yaṃ не разрушаемый

mriyate – не умирающий

purāṇo древний

Ajo не имеющий рождения - **Na jāyate** не рожден

śāśvato yaṃ не разрушаемый **mriyate** – не умирающий

Фактически повторение: не имеющий рождения – не рожден, не разрушаемый – не умирающий. Конечно, рождение и смерть для нас очень важные события.

Вспомним известные 6 Викар – разрушений тела:

Шесть Викар

1. Зарождение
2. Существование в форме тела (тело не существовало раньше, но теперь существует)
3. Тело растет
4. Тело изменяется
5. Тело стареет (разрушается)
6. Тело умирает

Можно все соотнести с характеристиками Атмана, указанными здесь, т.е. все разрушения не относятся к Атману.

Др. Кака обсуждает слова «рождается и умирает».

Слово «рождение» можно рассматривать с двух точек зрения:

- Мое собственное рождение
- Рождение, которое я дала моему ребенку.

Мы говорим о двух точках зрения, потому что есть установка, что мы все обязаны родителям за то, что они дали нам жизнь и вырастили нас.

Поэтому мы должны возвращать свой долг, заботиться о них в старости и т.п. Такая установка правильная, но случается так, что родители начинают в какой-то момент ожидать привилегии: «Я все сделала для нее, пока она росла, жертвовала всем, теперь ее очередь.» С точки зрения дочери - да, я должна заботиться и исполнять свой долг. Но с точки зрения родителей очень неправильно предъявлять счет к оплате и требовать чего-то от детей.

Привязанность часто переходит с детей на внуков, правнуков, вырастает сильная привязанность ко всей семье. «Атман не был рожден» - из этого следует, что я тоже не давала никому рождения, что мне теперь от них требовать? Если и я не родилась никогда, как я могла дать рождение своей дочери? Кто дал кому рождение? Если сама концепция рождения неверна, то нужно прекратить привычку быть в восхищении от рождения нового члена семьи и соответственно, быть в горе от смерти в семье. Эти экстремальные ситуации и эмоции нуждаются в контроле. Нужно помнить, что Я не имею рождения и так же моя дочь, сын, внуки не имеют рождения и стремиться к постепенному уменьшению привязанности, используя эти рассуждения.

Смерть. Все, что мы сказали относительно рождения, теперь применяем к смерти. У нас есть некоторые представления о смерти. Например, если в семье есть старый человек, то нормально, если он умирает. Или родственник может не очень старый, но долго болеет. Когда он умирает, то да, грустно, но понятно, что так лучше и для него. Мы думаем, что смерть нормальна и естественна в случае старости или болезни. Но случается так, что молодой, здоровый, в полном расцвете человек внезапно умирает. Это вызывает шок. От такого шока родители впадают в депрессию, утрачивают смысл жизни, интерес к ней.

В предыдущих шлоках мы говорили о трех видах разрушения. Третий вид был разрушение поддержки. Поддержка разрушается и кажется, будто разрушилась я сама. Умирает кто-то из близких и кажется, что закончилась моя жизнь. Так не должно быть! Каждый раз, когда дело касается смерти, нужно тут же вспоминать о том, что Я не умру, но тогда и никто другой не может умереть. Никто не был рожден, и никто не может умереть. Все это относится только к телу и нет повода для горя. Конечно, естественно, возникают всплески. Я ухаживала за близким, заботилась о нем и когда он уходит, то естественно возникает некоторое чувство пустоты в доме и в текущей жизни, нормально чувство скорби, «всплеск» пустоты, но очень неправильно для искателя отчаяние и горе.

Мысли о рождении и смерти должны так слиться со мной, что они должны стать моей второй сущностью. Сначала это просто духовная практика и искусственная мысль, о которой нужно размышлять, но она должна стать естественной. Не то, что я думаю «да, это все тело, а я вообще-то не тело» и т.п., такое отношение к рождению и смерти должно стать моей сущностью.

Другое важное слово: **nity -Нитья- вечный**. Это технический термин, связанный 4 видами несуществования (**Abhava**), почему предмет может не существовать:

- Не существует до некоторого момента создания или рождения
- Не существует после разрушения или смерти
- Не существует одно в другом (горького вкуса лимона нет в сладости сахара). Обратное: вода в чае. Т.е. горький вкус лимона в принципе существует, но прямо сейчас я беру в рот сахар и там нет горького вкуса.
- Не существует никогда (рога у зайца)

Точное значение слова Нитья - все 4 Абхава не применимы к Атману. Др. Кака говорит, что каждый раз, когда встречается слово Нитья, нужно вспоминать о 4 возможных видах несуществования и применять их к себе.

Всякий раз, когда находит чувство несчастья, недовольства, беспокойства, не говоря уже про горе и проблемы, нужно провести анализ, откуда идет беспокойство или чувство несчастья. Обязательно выяснится, что есть некоторое разрушение: обманулась в расчётах, или в ожиданиях, или что-то пошло не так, как хотела. Все это нужно привести к одной из Абхава и понять, очередной раз вдолбить в голову, что это не Я. Я несчастна и волнуюсь из-за вот этого конкретного разрушения, из-за этого несуществования. Что-то происходит не так, как мне хочется, т.е. нечто не существует так, как я хочу, чтобы оно существовало. И если мне удастся протянуть веревочку от несуществования к тому, что Атман не может так не существовать и потом убедить себя, что Я есть Атман, а не это грустное создание, то это и будет то, что требуется от меня в результате изучения Гиты и то, о чем нам твердит Др. Кака, а мы не можем понять.

Практический вывод из шлоки: помнить о 6 Викара –разрушениях, о характеристиках и понимать, вбивать в голову, что все не относится к Я!

Итак, мы разобрали шлоки 19 и 20, которые продолжают описывать мое собственное Я. Шлоки не о теории, а лично обо мне! Что может быть интереснее, чем разговор обо мне.

В шлоке 19 мы говорили о том, что все действия совершает Джива и он несет за них ответственность, получает результаты. Атман – не деятель.

А в шлоке 20 говорится, что Атман не рождается и не умирает.

В чем нас все время пытаются убедить? –

- Я одушевленное, сознательное существо – понятно
- Мое сознание, которое я прямо сейчас чувствую, ограничено. Я точно умру – это то, что я отлично знаю. Практически любая проблема, которая есть у меня сейчас, и есть моя ограниченность.
- Нет! – Я не тело и не ум, Я – Атман. А Атман = Брахман, бесконечный, огромный, все и всюду Единство. В этом состоит значение Великого Изречения «Атман есть Брахман». И это то, в чем состоит суть Учения.

Все это очень непривычно, и в этом Кришна пытается убедить Арджуну.

Хари Ом Тат Сат

Лекция 8, шлоки 21-22

Мы продолжаем изучение шлок, описывающих Атман. Сегодня мы познакомимся со шлоками 21 и 22.

Повторение:

2.19. Кто считает, что она убивает, и кто полагает, что ее можно убить, – оба пребывают в заблуждении. Она не может убивать и быть убитой.

Самое главное, о чем говорит шлока – Атман, мое истинное Я не совершает действий.

Нужно ясно понимать, что действительность, реальность в которой мы живем, делится на **2 уровня**:

- Уровень обычных действий
- Духовный уровень, Парамартха-Сатта

На нашем мирском уровне я совершаю действия, несу за них ответственность и получаю результаты. Но на уровне духовной реальности я Атман, Атман не имеет частей, органов действий, Он все пронизывает. Поэтому Ему негде и нечем совершать действия. Если я осознаю, что моя истинная природа Атман, то с этой точки зрения я не совершаю никаких действий.

Ошибки, которые могут вытекать из неправильного понимания шлоки:

- Если Я не деятель, то можно расслабиться и ничего не делать
- Можно делать что хочу, не считаясь с законом и правилами
- Думать, что я ни за что не отвечаю

Легко скатиться на то, что я не несу ответственность, я не выполняю обязанности, не стремлюсь сделать лучше – типичные ошибки, неправильное понимание.

Все философские концепции помогают развить новый взгляд на окружающий мир. Нам нужно рассматривать их как ступени духовной эволюции, а не обсуждать их сложные теоретические детали.

Оставаться не вовлеченным в мирские дела или непривязанным к делам мирским, при этом выполняя все обязанности наилучшим образом — вот главная цель концепций.

Не вовлеченность в мирские дела необходима в конечном итоге для самореализации.

Шлока 20:

2.20. Душа не рождается и никогда не умирает. Она не возникала, не возникает и не возникнет. Она нерожденная, вечная, постоянная и древнейшая. Она не погибает, когда убивают тело.

Мы говорили о рождении и смерти. Причем о рождении с двух точек зрения:

- Мое собственное рождение
- Рождение, которое я дала моему ребенку.

Как можно рассуждать о том, что я не имею рождения? – мы чувствуем себя телом, и те, у кого есть дети, точно знают, что это я дала рождение моему ребёнку. Также мы точно знаем, что вот мои родители, это они дали мне рождение. И эта установка, которая естественна пока для всех нас, влечет за собой массу проблем.

Мое рождение: каждая новая цифра пугает. Родной брат не позвонил на день рождения – какой ужас. Обиды на друзей, родственников. Отделались устным поздравлением, даже цветочка не подарили. Ожидания, которые не осуществились. В результате хватает еще надолго обид. И это тоже участвует. Как меня поздравили! Сколько цветов. Никому на работе столько цветов не дарят, сколько мне.

От всего этого нужно избавляться и вот тут хорошо думать о том, что я не тело, следовательно я никогда не родилась. Поздравили или нет – все зависит от Прарабдхи. Нет проблем для огорчения или восторгов.

Так же по поводу других дней рождений: нужно поздравлять, вести себя адекватно. Но, если моя дочь или сын не оказывают мне должного внимания, то это исключительно моя Прарабдха. Нет смысла их осуждать.

Обязательно нужно заботиться о родителях, но при этом, стараться не привязываться к ним. Пока дети маленькие, они нуждаются в нас. Но потом они становятся самостоятельными и важно не припустить этот момент, отпустить детей мысленно. Привязанность и любовь разные вещи. Как правило, мы их путаем, у всех у нас есть, обычно, сильные привязанности к детям, внукам, родителям.

Мысль о том, что я не родилась и не дала никому рождения полезна в первую очередь для того, чтобы уберечь меня от обид и ожиданий, от того, что каждая новая цифра нагоняет грустные мысли.

Также следует рассуждать о смерти. Смерть еще более трудная ситуация. Когда слышишь о том, что умерла старушка из соседнего подъезда, принимаешь такое известие как информацию. Да, ее и правда, не было

видно уже давно, не выходила, наверное, болела. У тут же забываешь. Но известие о смерти ровесника или, еще хуже, моложе, звучит как угроза: на этот раз не я.

Мысль о смерти нужно так долго крутить в голове, пока она перестанет быть негативной. Все время есть противовес для негатива: никто не умрет, ни я ни мои близкие. Пока мы просто не в состоянии в это поверить.

Наш учитель говорит здесь: Реальность не может быть ни хорошей, ни плохой; скорее, это просто реальность. Человек, который по невежеству считает "рождение" хорошим, а "смерть" плохой, теряет внутренний мир и удовлетворение.

Мы все вечные, поэтому объяснили еще, что понимать под вечностью, слово «Нитья» на Санскрите. Какие есть 3 вида несуществования, ни под одно из них не подходит Атман, мое Я – еще один военный мост на трудную минуту.

Шлока 21:

*Vedāvināśinaṃ nityaṃ ya enam ajam avyayam |
Kaṭhaṃ sa puruṣaḥ pārtha kaṃ ghātayati hanti kam || 21 ||*

О Парта! Как может человек, знающий, что Атман вечен, неразрушим, не имеет рождения и неизменен, думать, что он убьет кого-нибудь или приведет к смерти?

2.21. Как, о Партха, может человек, знающий, что душа неразрушима, вечна, нерожденна и неизменна, убить или заставить кого-либо убивать?

Фактически слово в слово идет повторение шлоки 19. Зачем это нужно? – да потому что мы такие люди, что с первого раза ничего не понимаем. Приходится все повторять снова и снова, с другими примерами, другими словами. Господь Кришна знает нашу такую особенность. Трудно даже запомнить все с одного раза. Поэтому нам и повторяют.

Далее Кришна спрашивает, как возможно, что человек, обладающий всеми этими характеристиками, может убить или заставить убить?

āvināśi nityaṃ ajam avyayam

Опять слова «Авинаши», «Нитья», «Аджам», «Авьайя». Мы говорили, что мое истинное Я есть – не разрушаемое, ***nitya*** - вечное.

Сначала остановимся на слове **avyaya** – это слово было в предыдущей шлоке, мы его переводили, как «непреходящий», здесь оно переводится, как «неизменна» - нечто, что не уменьшается, не портится, не разрушается. Например, у меня есть 1000 рублей и 300 я потратила, что означает, что деньги уменьшились. Такой вид уменьшения невозможен для Атмана.

Др. Кака говорит: подумай о ежедневной жизни, что в ней постоянно тратится, уменьшается, расходуется: деньги, усилия, вещи, силы. Каждый день вечером я чувствую себя уставшей. В некоторые дни тело кажется очень уставшим, тело разрушается! А в другой раз ничего не делала, тело не устало, но зато стало ужасно скучно. Голова так отупела от этого, что невозможно ни о чем думать.

В такие моменты нужно всмотреться в себя и подумать: что здесь устало или чему стало скучно? Если удастся отделиться и осознать, что это мое тело устало или моему уму стало скучно, то все тут же наладится. Как правило, тело не очень и устало, просто я думаю, что я тело, и я очень устала. Часто в такой ситуации помогает прогулка на природе или душ. Очень хорошо начать повторять Имя или молитву. Имя и Тот, кому оно принадлежит – одно и то же. Как только я произношу Имя, я устанавливаю прямой эфир с Богом. Имя связывает с Брахманом – Сат Чит Ананда. Связь с Ананда передается, усталость и скука отступают. Простые советы, если только вспомнить, что Я- авуауа – нет ни разрушения, ни расхода для меня.

«как возможно, что человек, обладающий всеми этими характеристиками, может убить или заставить убить?» - интересен выбор слов. «Убить» - означает убить самому, «заставить убить» - сделать так, что кто-то убьет. Здесь две ситуации и в обоих случаях я думаю, что это я тот, кто действует. В Махабхарате Кришна убивает некоторых персонажей сам, а некоторых убивают другие по Его указанию. Одно действие совершает Он сам, другое совершает, используя кого-то, как средство. Любой из нас в такой ситуации считал бы, что это он убил в обоих случаях. Кришна говорит, что оба действия не совершаются Атманом, просветленный знает это очень хорошо. Др. Кака никогда не говорит, что это он что-то сделал, он всегда говорит, что он был средством для исполнения действия. Всегда говорит, что это Величие и Воля Ишвары, поэтому так и случилось, а сам он тут ни при чем. Это становится сущностью Просветленного человека.

Важно, что одного лишь словесного знания об Атмане недостаточно, необходимо непосредственное осознание Атмана. Мы изучаем Гиту и уже знаем, что я есть Атман, но это никак не изменяет пока нашу жизнь.

Большинство просветленных людей эффективно выполняют огромную работу в течение своей жизни.

Они могут различать

- Транзакционная точка зрения, наша практическая реальность: я, как Джива, являюсь исполнителем
- Абсолютная точка зрения: я, как Атман, являюсь не-исполнителем

Просветленные люди умеют не привязывать эго к каким-либо действиям. Они выполняют действия как будто они являются просто инструментом. Нужно уметь сосредоточиться на Абсолюте и выполнять обязанности в транзакционном мире.

Мы пока так не умеем. Даже в мелочах эго участвует: посмотрите, как вкусно я приготовила! Если бы не я, что бы вы ели?

Неправильно думать, что после Само-Реализации человек остается сидеть в Самадхи и ничего не делает. Знаете ли вы, что Ади Шанкарачарья покинул тело в 32 года, успев написать комментарии к 10 Упанишад, Бхагавад Гите, Брахма Сутрам, он написал множество гимнов, посвященных Бхакти, преданности Богу. Именно Шанкарачарья привел Адвайта Веданту в такую систему знаний, которая позволяет достичь окончательную цель любому человеку. Он путешествовал пешком через всю Индию и основал монастыри.

Святой Днянешвар оставил тело в 21 год.

В связи со шлокой мой учитель объясняет теорию Кармы.

Определение Кармы:

1. «Карма» переводится как «работа», но только работа, совершенная живым существом.
2. Это работа, совершенная сознательно. Должно быть чувство «я делаю это». Переваривание пищи не относится к Карме.
3. Должны быть результаты, ради которых совершается работа, должен быть кто-то, кто этими результатами наслаждается или страдает от них. Машина совершает работу, но она не получает результаты, не радуется на них, поэтому работу машины нельзя назвать Кармой.
4. У Кармы есть моральный аспект: хорошее или плохое. Если ребенок совершает что-то плохое, все равно это не Карма, потому что ребенок не понимает, что он делает. Тоже самое с животными. Карма, действия, бывают плохими и хорошими и есть свобода выбора между ними. Без возможности свободы выбора невозможно иметь хорошие и плохие дела. Тогда невозможно хвалить человека за хорошие поступки или ругать за плохие.

5. Космический аспект. Это закон Кармы: Пунья и Папа, хорошая Карма и плохая. То, как мы живем сейчас, есть результат наших действий из всех предыдущих жизней.

Результаты Кармы:

- Сиюминутный результат – убрала квартиру и стало чисто.
- Отпечаток в разуме – воспитывается привычка, которая создает новые Васаны или усиливает существующие.
- Космический результат – Папа и Пунья – Сукха-Дукха – вопрос веры

Кто же тогда вовлекается в действия, **кто исполнитель?**

Вспомним концепцию Дживы.

Все то же Сознание, Чит, которое получило тело и разум, забыло Свою истинную природу, стало Дживой, и Джива вовлекается в действия, а потом страдает от их результатов.

Любые действия совершаются Дживой, а Атман остается незатронутым ими в самой гуще событий.

Ишвара – создатель и управитель вселенной.

Я совершаю действия, но результат целиком зависит от Ишвары.

Во всем остальном Ишвара не вмешивается в мои действия.

У Дживы есть некоторая свобода действий. Свобода заключается в том, с каким настроем, с какими мыслями мы совершаем действия. Это зависит целиком от меня. Но и это тоже в конечном итоге зависит от Васан (поэтому, и эта свобода ограничена)

Мы все время обвиняем Бога, что мы все делаем хорошо и по правилам, а получаем все время неудачи. Но мы забываем, что результаты приходят часто из предыдущих жизней.

Закон Кармы – хорошие действия приводят к хорошим результатам, к счастью, плохие к страданиям.

Сколько у меня будет денег, какой дом, какая работа – это Прарабдха. А как я этим всем распоряжусь, зависит от меня. Даже хороший дом можно превратить в сарай, любую хорошую работу, если не стараться, можно потерять. Тут важно вспомнить четырех стремлениях в жизни:

- Дхарма
- Артха
- Кама
- Мокша

Сколько я получу богатства и сколько удовольствий по жизни, определяется Прарабдхой, а не от моих усилий. Усилия нужно прикладывать в Дхарма и Мокша. Мы, как правило, действуем, наоборот.

Каким должен быть мой настрой в действиях?

Их нужно совершать в соответствии с Писаниями и избегать все запрещенные действия. Какие бывают **виды действий**? –

- Karma – ежедневные, обычные наши действия
- Akarma - бездействие
- Vikarma – запрещенные действия
- Nishkarma – недействие (неэгоистичные действия)

Обсуждение Праарабдхи, Санчит Кармы и Крийяман Кармы:

- Крийяман Карма – действия, которые мы выполняем сознательно в настоящем.
- Санчит Карма – как счет в банке, на котором накапливаются Папа и Пунья, «грехи и заслуги», которые сейчас еще не созрели, чтобы дать результаты.
- Праарабдха – часть из Санчит Кармы, которая созрела и должна быть отработана в данной конкретной жизни.

рождение животным

Когда в Санчит Карме больше Папа, плохих результатов, чем хороших, дается рождение животным. Рождение человеком, когда Папа=Пунья.

Под этот закон Кармы попадают

- Действие и реакция на него
- Причина следствие
- Усилие и результат

На каждое действие всегда имеется реакция, для каждого следствия всегда есть причина и всякое усилие приводит к какому-то результату. Простыми словами можно сказать, что всякое действие приводит к некоторому результату.

Выводы:

- Не поняв и не приняв систему Кармы, невозможно понять и принять систему повторного рождения, о которой говорится в следующей шлоке.
- Только поняв теорию Кармы можно осознать, почему нужно сознательно относиться к каждому своему действию и то, как мы сами ответственны за свое перерождение.
- Приняв теорию Кармы, можно развить в себе мысль о том, что все, что происходит со мной - не результат моих или чьих-то ошибок, а все только моя Праарабдха.

Шлока 22:

*Vāsāṃsi jīrṇāni yathā vihāya Navāni grhṇāti naro 'parāṇi |
Tathā śarīrāṇi vihāya jīrṇāni Anyāni saṅyāti navāni dehī || 22 ||*

Как человек сбрасывает свою старую, изношенную одежду и надевает новую одежду, так и Дживатма сбрасывает свои старые тела и обретает новые.

2.22. Как человек надевает новые одежды, сбросив изношенные, так воплощенная душа принимает новое тело, оставив старое.

Простая шлока, прямо говорит о перерождении.

Эта шлока тоже читается, когда кто-то умирает.

Что такое **Дживатма** – мы говорили, что

Джива=Дживатма=Дживачайтанья, они употребляются в разных контекстах, но мы можем считать их синонимами.

Смерть, по сути, ни что иное, как смена тела. У нас нет возможности управлять этим процессом, все происходит по закону Кармы.

Доказательства этому нет и не может быть, как и другим предположениям, связанным со смертью. Мы читаем Гиту, где записана прямая речь Господа. Он говорит о перерождении, какое нам нужно еще доказательство.

Всего у нас, у **Дживы**, есть **3 тела**:

1. Физическое – Стула Шарира
2. Тонкое - Сукшма Шарира: все, что относится к моей личности. Оно не часть физического. Все наши мысли, чувства, эмоции, переживания от первого лица. Всего 19 составляющих.
3. Причинное. Мы переживаем его в состоянии глубокого сне. По сути, это невежество, Агняна. Из всех 5 оболочек оно самое первое, далее идут оболочки тонкого тела.

В момент смерти умирает физическое тело. Тонкое тело и причинное продолжают существование и переходят в другое физическое. Атман не изменяется и никуда не переходит. Атман всегда Есть, Он дает существование всему остальному. Причинное тело переходит вместе с тонким. Какое будет другое тело и что будет дальше – это закон Кармы.

Интересное наблюдение сделала Мандатай. Судя по всему, в древние времена новая одежда покупалась только после того, как износилась

старая. Новая одежда не покупалась, пока старая еще была хорошая. Сейчас все покупают просто по желанию, множество вещей есть у всех. Никто даже не понимает, что значит выбросить старые? Но тем не менее, многие любят отсортировать старые, избавиться от них и потом радостно купить новые вещи.

Совсем другое дело тело. Все определяется Праабдхой. Праабдха дает мне тело на определенный срок и потом тело забирается. Ничего мне не остается, как избавиться от старого и принять новое тело.

«Дживатма сбрасывает свои старые тела»- старое тело здесь имеется в виду старое с точки зрения Праабдхи. Возраст тела в данном случае не имеет значения. Но если Праабдха, связанная с данным телом подошла к концу, то тело будет забрано. Тело не уйдет ни на минуту раньше, если еще что-то осталось в Праабдхе, но после этого оно не останется ни на один вздох.

Мы рады обычно, когда избавляемся от старых вещей. Но когда дело доходит до тела, мы чувствуем себя несчастными. Т.е. чувство от замены одежды не совпадает, не передается на тело.

Второе отличие: при выборе одежды у меня есть выбор – могу выбрать, какую одежду выбросить и выбрать, какую купить новую, но тело я не выбираю. Я не выбирала свое тело, когда я родилась и не смогу выбрать новое при следующем рождении.

С одеждой бывают ситуации, когда вещь уже очень старая, только выбросить и годится, но человек не выбрасывает ее из-за привязанности: эту кофточку мне подарила дочь с первой зарплаты! Человек не хочет расстаться со старой вещью и не готов купить новую. В ситуации с телом у нас нет возможности повлиять на время, когда тело придется оставить и когда получить новое.

Мандатай говорит: подумай внимательно, действительно ли у тебя нет выбора при получении нового тела? Она приводит такой пример: действительно, Бог решает, когда я оставлю тело, когда и какое получу новое. Она объясняет **концепции зависимого и независимого исполнителей** действий. Объясняет на таком примере: два студента приходят сдавать экзамены. Отвечают на вопросы, сдают задачи преподавателю, тот проверяет, и один студент сдал экзамен, а другой провалил. Тот, который провалил, ругает преподавателя за то, что тот поставил ему плохую оценку. Другой радуется, что получил хорошую оценку. Действительно, так и есть, что преподаватель поставил одному двойку, а другому пятерку. Но если подумать, кто несет ответственность за

двойку и за пятерку? Разве преподаватель? В этом примере студент является независимым исполнителем, а преподаватель зависимым. Почему преподаватель зависимый исполнитель? – да потому, что он ставит оценку в соответствии с тем, что студент написал в ответах.

Аналогично, Джива является независимым деятелем, исполнителем, а Бог Ишвара зависимым исполнителем. Какие поступки совершал Джива, такие и накопились в Санчит Карме, такую Прарабдху и тело вынужден ему дать Ишвара, Ишвара никогда не ошибается. Прежде чем винить Бога, нужно осознать, что все пришло от моих собственных действий из моих прошлых жизней. Все, что у меня есть: родители, окружение, фигура, цвет кожи и волос, благосостояние – все определено моей собственной Кармой. Нужно понимать, что не за что ругать Ишвару, все моих рук дела.

Здесь мой учитель говорит, что нужно один раз понять, что в моих руках прямо сейчас совершать такие действия, в результате которых я получу освобождение уже в этой жизни, а не думать о накоплении хорошей Кармы для следующего рождения. Так же, как искатель можно ошибочно думать, например, что так много интересного, я все не успею прочитать в этой жизни, буду читать в следующей. Не нужно уклоняться от правильной цели! Нужно достичь освобождение уже в этом теле, прямо здесь и сейчас, мы не знаем, какие могут возникнуть ситуации в других рождениях и какими они будут, новые рождения.

Мы изучили сегодня шлоки 21 и 22. В шлоке 21 обсуждались характеристики Атмана, очень схожие с теми, о которых говорилось в шлоке 19 – Атман не совершает действий. В связи с этой шлокой мы также повторили теорию Кармы.

В шлоке 22 говорится о перерождении. Очень редкая и большая удача получить рождение человеком. Только в теле человека возможно достижение самой высокой цели – Само Реализации.

Хари Ом Тат Сат

Лекция 9, шлоки 23-25

Веданта – это наука. У каждой науки есть свои термины, без которых невозможно ее изучение и которые на всех языках звучат одинаково.

Например, симбиоз. Нужно просто знать, что это такое, а перевести это слово нельзя. По мере изучения Веданты мы тоже вводим такие специальные термины, они представляют собой санскритские слова. Мы объяснили, что такое Васаны, Гуны. В русском языке нет аналога этих слов. Но что-то мы пытаемся переводить. Например, слово «Антахкаран» мы перевели как «внутренний орган» или «внутреннее устройство». Перевод весьма условный. Внутри есть сердце, печень, а никакого внутреннего устройства в нас нет. Но то, как Веданта объясняет Антахкаран, очень помогает в понимании того, как происходит процесс восприятия, принятия решений, возникновения желаний. Нам это важно, потому что мы хотим научиться контролировать все эти процессы.

Важно помнить, что все переводы с санскрита, как правило, весьма условные и не отражают всей сути понятия. Мы переводим слово «Буддхи» - это одна из функций Антахкарана, как «интеллект». ИИ дает определение интеллекта: **Интеллект — способность понимать и мыслить**. А что думает Веданта про Буддхи? – Буддхи отвечает за принятие решений. Это одна функция. А другая – говорится, что Буддхи создан из тонкой составляющей элемента огня, поэтому он обладает способностью улавливать на себе свет Атмана и создавать отражение от Чит, которое называется Чидабхаса. Теперь можно объяснить, что происходит в момент Само-Реализации: когда все остальные функции Антахкарана успокоились, все мысли ушли, остались только Буддхи, Чидабхаса и Атман – именно этот момент мы называем медитацией, Буддхи растворяется, а Чидабхаса, отраженное сознание, возвращается в свой источник, в Чит. Не осталось никого и ничего, только Атман. Это Само-Реализация.

Но вернемся к Буддхи, которое мы перевели как интеллект — способность понимать и мыслить. Ясно, что перевод условный.

Что я хочу сказать: мы не учим Санскрит, мы не вникаем ни в какую грамматику. Но те санскритские термины, которые встречаются на наших занятиях, не нужно игнорировать и думать, что я русский человек, думаю и понимаю по-русски и нечего забивать голову непонятными словами. Слова со временем станут понятными и откроют свой глубокий смысл.

Мы продолжаем изучения Йоги Знания, сегодня мы обсудим шлоки 23-25.

Повторение:

В прошлый раз мы говорили о шлоках 21 и 22

Начиная со шлоки 16 идет объяснение Атмана. Это суть Джняна Йоги.

Всем интересно узнать, о чем пишут Упанишады – они тоже говорят о том

же самом, они описывают Брахман. Ничего другого в них нет. Для нас это уже седьмая лекция о характеристиках Атмана и постепенно все сливается в одно: мы уже поняли, что да, Он вечный, неизменный. Сколько можно говорить об одном и том же? Но нам мало понять, что Он такой и еще такой, до нас пытаются достучаться, что это не абстрактная теория, это Я, мои характеристики. Так почему же я волнуюсь? Переживаю из-за мелочей? Нужно время, чтобы все услышанное улеглось и перестало быть информацией. Поэтому мы стараемся не просто запомнить характеристики Атмана, а каждый раз, когда мы сталкиваемся с трудностями в жизни, а их у нас всегда хватает, вспоминать, что любая трудность не затрагивает мое истинное Я. Как только я в первый раз вспомню эту мысль, можно будет сказать, что начался прогресс.

Обзор шлок

2.16 Обсуждение реального (Сат) и нереального (Асат), мы обсуждали здесь подробно, что такое Митхья.

2.17 Мир пронизан Сат / Атманом. Никто не способен Его **уничтожить**.

2.18 Атман **вечен**, нерушим, **непознаваем**; тела подвержены разрушению.

2.19 Атман – недействующий, тело – инструмент; Джива / Дживатма / - действующий/переживающий.

2.20 Не имеет рождения, бессмертный, **вечный**, отсутствие уменьшения, отсутствие роста, древний, невозможность быть убитым.

2.18, 2.20, 2.21, 2.24 – Вечный – не имеет **Абхава** (отсутствие, не-наличие)

- Несуществование до сотворения
- Несуществование после разрушения
- Несуществование одного объекта в другом объекте
- Абсолютное несуществование

Слово Нитья – вечный проходит через 4 шлоки. Так важно нам объяснить, что я не могу умереть, что умрет тело, умрет обязательно. Но Я и тело никак не связаны между собой. Тело всего лишь Упадхи.

На последнем занятии мы говорили о шлоках 21 и 22.

Шлока 21:

О Парта! Как может человек, знающий, что Атман вечен, неразрушим, не имеет рождения и неизменен, думать, что он убьет кого-нибудь или приведет к смерти?

Шлока 22:

Как человек сбрасывает свою старую, изношенную одежду и надевает новую одежду, так и Дживатма сбрасывает свои старые тела и обретает новые.

2.21 Атман не разрушаем, Атман не является ни действующим лицом, ни мотиватором действия.

Шлока повторяет шлоку 19, и мы говорили, что нужно различать Абсолютную реальность. Там мы все, прямо сейчас уже Атман. И Атман не действует, Ему негде и нечем действовать. Но в нашей практической реальности я просто Джива, я действую. И практическое применение состоит в том, чтобы уменьшать гордыню исполнителя, помнить, что мир принадлежит Ишваре, и я просто инструмент для совершения действия.

2.22 Дживатма отбрасывает старое тело и обретает новое (Атман не рождается и не умирает).

- Старый означает предопределенный Прарабдхой возраст Дживы.
- Приобретение нового тела не обязательно приводит к счастью. Мы привязаны к телу и ко всему, что мы приобрели в жизни – это и семья, и друзья, и вещи. И ни с чем мы не готовы расстаться.
- Есть выбор одежды, невозможность выбрать следующее тело
- Карма, совершенная в человеческом рождении, остается с Дживой на протяжении всех рождений.
- Множество родителей, братьев и сестер и т. д. в каждом рождении; отказ от привязанности к людям, предметам и т. д.
- Цикл рождения-смерти продолжается до тех пор, пока Дживатма не достигнет Мокши (не осознает, что я есть АТМАН)

Мы повторили теорию Кармы и слышали слова самого Кришны о том, что душа получает новое тело после того, как «старое изношено», изношено в том смысле, что отработана вся Прарабдха, для которой данное тело было получено. Когда это произойдет и какое будет новое тело – все воля Ишвары, хотя Он и зависимый исполнитель в данной ситуации. Новое тело получает Джива, потому что он совершает действия. Атман вне действий и не получает новое тело.

Нет ничего сложного в теории Кармы, но важно помнить о ней, помнить, что все Прарабдха, и мало, что мы можем в ней изменить.

Шлоки 23-24

*Nainaṃ chindanti śāstrāṇi nainaṃ dahati pāvakaḥ |
Na cainaṃ kledayanty āpo na śoṣayati mārutaḥ || 23 ||
Acchedyo 'yam adāhyo 'yam akledyo 'śoṣya eva ca |
Nityaḥ sarvagataḥ sthāṇur acalo 'yaṃ sanātanaḥ || 24 ||*

Оружие не может разрубить Атман, огонь не может сжечь Его, вода не может намочить Его, а ветер не может высушить Его. Этот Атман никогда не может быть разрублен, сожжен, намочен или иссушен. Он всепронизывающий, неподвижный, лишенный действия, древний и вечно неизменный.

2.23. Оружие не рассекает ее, огонь не сжигает, вода не смачивает, ветер не иссушает.

2.24. Она нерассекаемая, несжигаемая, неувлажняемая, неиссушаемая, она – постоянная, вездесущая, неизменная, недвижимая и вечная.

Шлоки 23 и 24 мы разберем вместе.

В шлоках объясняется дальше концепция Атмана. В шлоке 24 описывается Атман с точки зрения характеристик, в 23 с точки зрения действий. почему именно эти характеристики описываются? - Мы больше всего привязаны к собственному телу и все характеристики касаются физического тела. Мы очень всегда обеспокоены тем, что мое тело обожглось, мое тело порезалось, мое тело намокло, мое тело иссохло. В течении многих жизней мы привыкли думать так, что все эти неприятности действуют на меня, как тело. Нам нужно стараться помнить, что все это относится к моему телу, но никак не влияет на мое истинное Я.

Мы привязаны к телу, забываем, что я могу существовать отдельно от тела и разума. Как только на теле вскакивает прыщик – тут же мы огорчаемся. Попала под дождь, промокла насквозь. Волосы выпадают, седеют, все проблемы, ах, как все плохо. Во всех ситуациях следует помнить, что Атман нельзя порезать, сжечь, т.п.

Пример с академиком Павловым, как он умирал и записывал свой опыт.

*Он созвал учеников и стал диктовать им свои ощущения. Вслушиваясь в его негромкую, монотонную речь, ученики и не заметили, как ученый умер.
«Ну, вот, коллеги, я и умер, - будто бы сказал Павлов. - Но заметьте, щетина и ногти у меня продолжают расти...»*

"Академик Павлов занят - он умирает..." - тихо доносилось из длинного коридора в ответ на очередную просьбу поговорить со светилом.

Главное уметь отделить себя мысленно от тела в такие моменты. Тело нужно лечить, но Я не страдаю, когда болит тело.

Можно связать человека, и он будет пытаться освободиться. Но истинное освобождение в том, чтобы освободиться внутренне, от привязанности к телу и уму.

Поэтому мало просто понять шлоки, о чем они говорят. Гита рассчитана на достижение личного переживания Атмана. Уровень интеллекта не является критерием для постижения Атмана. Доктору наук не будет легче в духовной практике, чем человеку без явно выраженных интеллектуальных способностей. Здесь важен Сатвический ум, ум должен быть заполнен Сатва Гуной. Кроме того, ум должен быть однонаправленным. Все это достигается духовной практикой. На нее должны быть направлены наши усилия. Это значит, что у всех у нас есть реальная возможность достичь состояние счастья, которое не зависит ни от чего, стать самим счастьем.

Заметьте, здесь Кришна не говорит, что все несчастья, связанные с физическим телом, не коснутся человека, познавшего Атман. Физическое тело всегда может заболеть, попасть в аварию. Обязательно нужно его лечить, оперировать, делать все необходимое. Но при этом стараться всеми силами создавать мысленно дистанцию между Я и моим телом. Это практическое применение шлоки. Только человек способен на это.

Вторая строка шлоки 24 *«Он Всепронизывающий, неподвижный, бездейственный, древний и вечно один и тот же.»*:

Nityaḥ sarvagataḥ sthāṇur acalo'yaṁ sanātanaḥ

Sarvagata - всепронизывающий

Атман все –пронизывающий, Он везде, Он уже там, куда бы я ни хотела пойти.

До тех пор, пока я это тело, я не смогу насладиться чувством, что Я все пронизываю. Но нет настоящего счастья в ограниченности. Счастье всегда в безграничности. Почему нам всегда хочется дом все больше и больше? Маленький всегда кажется недостаточным. Мы все хотим больше и лучше, но что можно получить с этим ограниченным телом?

Тукарам Махарадж говорит: я построил свой дом в бесконечности, я не хочу больше дом с несколькими комнатами. Весь мир мой дом. Когда ум достигает состояния, что он все пронизывает, то ограниченные предметы перестают радовать. Нужно все время стараться рассуждать так.

Атман все пронизывает, т.е. Он всюду. Наш учитель рассматривает это с интересной точки зрения. Если я хочу куда-то пойти, то Он уже там. И Я – Атман тоже всюду. Есть такие места, куда все время хочется поехать. Но куда бы мне ни хотелось пойти, Я уже там присутствую. С другой стороны, есть места, куда я не хочу, не люблю их, но и там тоже Я уже присутствую.

Вся концепция о том, чтобы пойти или поехать куда-то или наоборот, избежать поездки куда-то, вернуться назад откуда-то - все относится к Упадхи. Это Упадхи идет и потом возвращается, путешествует во времени и в пространстве. Но Упадхи никак не связана со Мной, истинным Атманом, потому что Я-Атман присутствую всюду. Если размышлять об этом, думать, как все происходит, то это приведет «к замедлению» моих передвижений. Мы так привыкли путешествовать, куда-то ездить без конца.

Так логически мы приходим к следующей характеристике: стабильный

Sthanu / Achala - стабильный, неподвижный / не может быть нарушен. Важное слово «Стану» - Атман неподвижный, как ствол дерева. Буря не может его сдвинуть. Подумайте, сколько всего за день «сдвигает» нас? Самые тривиальные вещи могут выбить меня из седла. Если мелочи могут меня сбить, то что же тогда? Не разрешай себе выбиваться мелочами, думай, что Атман -«Ачала» - **неизменный**. Эти мысль должна все время быть активирована в уме. «О, опять я выбилась, но это не характеристика Атмана, Я тоже неподвижна, меня нельзя сдвинуть с равновесия. Все это только мое тело, и я отдельна от него.» Я не могу быть разрезана, сожжена, выбита из равновесия – если все это уметь помнить, то Гита нашла практическое применение. Прогресс происходит постепенно, нужно все время следить за собой и стремиться к прогрессу.

Атман неподвижный, у него нет никакой скорости передвижения. Если Атман неподвижный и стабильный, то и Я тоже такая. Но недостаточно просто прочесть и тут же я начну себя так чувствовать – неподвижной и стабильной, так не работает. Нужно постепенно вращивать в себе это чувство.

Нужно стремиться приостановить в себе движения. Что движется во мне? - тело и ум. Легко решить не двигаться некоторое время и потом

действительно не двигаться. Но с умом намного сложнее. Ум движется гораздо быстрее, чем тело. Даже если я решу, что пусть мой ум остается неподвижным, все равно он будет продолжать двигаться. Чтобы осознать, что я есть неподвижный, недвижимый Атман, нужно контролировать ум и стремиться успокоить, замедлить его. Замедление не произойдет волшебным образом, над ним нужно работать. Поэтому нужна духовная практика, Садхана, нужно развивать все качества в себе, о которых говорит Садхана Чатуштая.

Подумай! Почему ум движется, почему он все время теряет покой? Одна из причин в Раджас Гуна. Чем сильнее Раджас Гуна, тем более активной я становлюсь, тем больше всего хочется делать. Не говорится, что сядь и ничего не делай, все обязанности никто не отменял. Но часто мы путаем цель, долг и хобби. В результате делаем много того, что спокойно можно не делать, беспрерывно суетимся на уровне тела и волнуемся на уровне ума.

Что нужно делать, чтобы уменьшать Раджас Гуну:

- Следить за тем, что поступает на «вход» - фильмы, книги, телевизор, газеты, новости
- Речь
- Поступки
- Компания
- Питание

Когда мы говорим о движении ума, мы имеем в виду беспокойство. Вроде ум спокоен и все хорошо, вдруг опять возникает беспокойство. Почему? – Одна из причин в том, что мы думаем об окружающих нас людях больше, чем следует. Мы уделяем им внимание, время, и мы думаем о них – уделяем им свои мысли. Как правило, мало кто заслуживает это. Но природа ума так устроена, что мы прилипаем к одной мысли и думаем о людях, которые никак ко мне не относятся. Мы без конца думаем о том, почему он делает так, почему он не делает этак. И это наша обычная жизнь, думать без конца о том, что нам на самом деле никаким образом не нужно. Дети рассуждают о том, что должны с их точки зрения делать родители, потом родители рассуждают, что должны делать их дети. Но единственное, что в твоей власти – это собственные действия относительно других, у меня нет никакой возможности повлиять на действия других людей, что они должны сделать для меня и что для самих себя. Чем больше мы крутим в голове такие мысли, тем больше мы выбиваем из спокойствия ум, а чем в большем беспокойстве ум, тем дальше я от Атмана, который Sthanu / Achala = незыблемый, неизменный / не может быть нарушен.

sanātanaḥ – Безначальный, не имеющий причины, изначальный Принцип (за пределами причины и следствия). У всего в мире есть какое-то начало, все возникло в результате некоторой причины. Но Атман, мое истинное Я не имеет никакой причины, это самый изначальный Принцип, на основе которого существует мир.

Нужно стремиться двигаться в направлении, что я Sthanu / Achala, стабильный, неизменный / не может быть нарушен, Всепронизывающий, вне причин и следствий Атман.

Есть такой известный прием: если настроение плохое, то попытайся сделать вид, что оно хорошее. Удивительно, но это действует и через некоторое время человек входит в роль и настроение улучшается. Так же рекомендуется тренироваться «быть Атманом». Стараться удерживать в себе стабильность, постоянство.

Шлока 25:

*Avyakto 'yam acintyo 'yam avikaryo 'yam ucyate |
Tasmādevaṃ viditvainaṃ nānuśocitumarhasi || 25 ||*

Атман также лишен формы и не проявлен. Он немислим и непостижим, поскольку не может быть постигнут интеллектом [Атман не имеет формы и атрибутов, поэтому интеллект не может думать о нем]. Он неизменен и не подвержен никаким изменениям. Зная, что Атман таков, тебе не подобает скорбеть.

2.25. Говорится, что она непроявленна, непостижима и неизменна. Поэтому, зная ее такой, ты не должен скорбеть.

Эта шлока последняя, в которой даются характеристики Атмана.

Avyakta – непроявленный. Атман не проявлен никаким образом.

Слово «Вьякта» означает проявленный. У Атмана нет ни тела, ни разума, поэтому Он непроявленный. Если начать размышлять о том, что я живу в этом теле, а с другой стороны, Я не проявлена – это довольно сложное упражнение, потому что мы очень привыкли к тому, что все проявлено, все доступно органам чувств. Все мы можем увидеть или услышать, потрогать.

Есть вещи, которые не проявлены напрямую, но их можно понять. Можно назвать их проявленными для ума, но не для тела. Пример: обязанности. Это некоторая концепция, ее нельзя понять при помощи органов чувств, но

ум понимает, что такое обязанности. Или искусство, оно необязательно понятно всем. Черный квадрат Малевича – я смотрю и ничего не понимаю, никакой красоты, но есть люди, которые им восхищаются, для них проявлена красота картины. Так же со вкусом. Кто-то обожает сладкое. А другой говорит, как можно такое любить. Все очень разнообразно, что-то проявлено напрямую, что-то косвенно, как обязанности или вкус, память, эмоции. Есть люди, которые смотрят на закат и приходят от него в восторг, в то время как других природа вообще не трогает. Все эти проявления понятны так или иначе всем людям. Атман вне всех проявлений: вне прямого проявления и вне косвенного проявления.

До тех пор, пока я хочу или не хочу что-то из проявленного, я все еще в этой нашей реальности и не в состоянии превзойти ее. Но если Я Атман, Авуакта – то нужно стремиться думать вне всех проявленных вещей или по крайней мере стремиться не привязываться к ним и не желать их.

Если вещь здесь, доступна мне, то получай от нее удовольствие, если нет – забудь о ней. Такой еще смысл Авьякта – проявлена конфета – съешь, порадуешься и забудь.

Avikara - 6 vikaras – вне изменений.

У тела есть 6 изменений, они не свойственны Атману. Изменения бывают внутри меня и снаружи, но все, что изменяется, то не-Атман.

Изменения тела делают нас несчастными. Но все изменения тела были задуманы, а я ни в коем случае не тело, значит и изменения не относятся ко Мне. Я есть Авикара! Я вне изменений.

Achintya - вне размышлений, вне разума. О Нем невозможно думать, умом невозможно понять. Если поняли умом или интеллектом, значит это не Атман. Не путать с тем, что Атман, как концепцию, необходимо очень четко понимать. Но понимание интеллектом никак не означает Просветление.

Атман не проявлен, в Нем нет никаких изменений, мы говорили о том, что Его невозможно познать никаким из известных способов – Он есть Апрамея. Мы обсуждали 9 Праман.

Здесь говорится о том, что об Атмане невозможно думать, размышлять при помощи Антахкарана.

Антахкаран – важная концепция в Веданте, которую необходимо хорошо понять.

Антахкаран = Антах (внутренний) + Карана (орган)

У нас есть внешние органы чувств и действий, которые мы все знаем. Кроме них есть еще «внутренний орган», который нельзя найти внутри тела, но мы его чувствуем. Антахкаран пронизывает все тело, он не просто в голове, как может показаться. Антахкаран только один, но имеет 4 функции или 4 аспекта. Название дается в зависимости от выполняемой функции. Также и я только один человек, то у меня есть разные роли: жена, мама, коллега.

У Антахкарана есть 4 функции, которые он выполняет: Манас, Буддхи, Читта, Ахамкара.

- Манас - ум
- Буддхи - интеллект
- Читта - память
- Ахамкара - эго

Манас занят тем, что он постоянно придумывает желания и потом предлагает различные их варианты. Например: не съесть ли мне мороженое? - желание. А какое мороженое? Пломбир? Шоколадное? Пойти в кафе? Поесть дома? – все разные варианты.

Буддхи отвечает за принятие решения: хочу вечером дойти до кафе и поесть там мороженое, любимое мое шоколадное.

Когда решение принято, его удерживает и не дает забыть Читта. Она помнит, что после ужина я оденусь красиво и пойду в соседнее кафе.

Читта – это функция Антахкарана, которая способна держаться за одну мысль. Например, известная старая песня, которую я знала и любила в молодости. Услышу ее сейчас и снова песня начинает крутиться в уме. Это удерживание мысли есть функция Читта. Шлока говорит, что Атман есть Ачинтья – о Нем невозможно думать, невозможно держаться за Него, как за эту песню. До тех пор, пока мой ум-Манас занят размышлениями о том, что хочется и что еще хочется, моя Читта занята, я не смогу выйти за эти пределы. Нужно помнить, что Атман вне размышлений.

Во всех функциях Антахкарана всегда присутствует я. Я хочу, я решила, я пойду. Поэтому говорится, что эго, чувство «я» - та общая платформа, на которой работают Манас, Буддхи и Читта.

Шлока говорит о том, что ни одной из функций Антахкарана невозможно «удержать» Атман, невозможно о Нем размышлять.

Когда мы говорим «разум», мы имеем в виду Антахкаран и одну из его функций. Иногда при этом имеется в виду Манас, иногда Читта, Буддхи. Все зависит от контекста.

Атман вне чувств, вне всех способов познания и теперь говорится, что Он вне размышления, думания. Поэтому так сложно понять, о чем речь и сложно Его описать. В шлоках использовались положительные и отрицательные определения для описания.

- Вечный, всё пронизывающий, постоянный.
- Непроявленный, непознаваемый, неподвижный, нерожденный, невозможно о Нем думать.

Можно описывать, какой Атман есть и какой нет. В Гите используются оба способа.

После того, как Атман был описан, теперь говорится, что о Нем невозможно даже размышлять. Обычно, если нам что-то не понятно, можно подумать, поразмыслить, и как-то в конце концов понять. Мы так привыкли до сих пор. А что с Атманом? Его невозможно никак даже понять. Чем мы тогда занимаемся?

Вот почему в Веданте так важна роль духовного Учителя, человека, который находясь в теле, получил практический опыт переживания, что я не тело и я не ум. Я есть Атман.

Веданта дает такое определение для Гуру:

- Тот, кто изучил основные писания: Бхагавад Гиту, Упанишады, Брахма Сутры
- Тот, кто достиг Само-Реализации: Брахман есть моя истинная сущность
- Тот, у кого есть сострадание, и он хочет помочь другим.

Не все просветленные люди готовы быть Гуру.

Гуру дает ученику конкретную духовную практику. Посредством духовной практики, полученной от Гуру, мы в состоянии познать Атман. И это возможно прямо в этой жизни.

Просто теоретического знания здесь недостаточно. Преодолеть все несчастья можно только осознав, что моя истинная сущность есть Атман. Это у Меня нет начала, нет окончания, нет изменений. И тогда что бы ни случилось с моим телом, с моими эмоциями – это никак не может повлиять на Меня. Это освобождение от внутренних оков, Мокша.

Внешне мы все свободны: я могу пойти куда хочу, у меня есть деньги, чтобы купить, что я хочу. Я могу путешествовать, куда хочу. Но это внешняя свобода, она недостаточна для счастья. До тех пор, пока я связана внутри чувствами страха, волнениями, огорчениями, я не могу считать себя свободной в полном смысле слова. И это то, над чем мы работаем.

Итак, мы ознакомились со шлоками 23-25, они завершили описание характеристик Атмана.

Джняна Йога началась с того, что в 2.11

2.11. Произносятся премудрые речи, ты скорбишь о том, что не достойно скорби. Мудрец не скорбит ни о живых, ни о мертвых.

Теперь нам понятно хотя бы теоретически, почему мудрые не скорбят. В следующий раз мы будем говорить о шлоках, которые делают выводы из сказанного. Мы подходим к концу Джняна Йоги.

Хари Ом Тат Сат

Лекция 10, шлоки 26-28

У Бхагавад Гиты есть огромное множество переводов и к ней написано неслыханное количество комментариев. Ничего удивительного, все существующие философские течения основываются на одних и тех же писаниях. Увлекательное интеллектуальное занятие проанализировать разные переводы, комментарии, разные школы, сравнить, найти что в них общее, в чем различие. Если качественно проводить такой анализ, то можно по результатам написать книгу или защитить диссертацию.

Люди изучают Гиту с самыми разными целями: например, есть недельные семинары на тему «Применение учения Бхагавад Гиты в современном менеджменте» или «Учение Гиты и развитие позитивного мышления». Вот и мы изучаем Гиту. И нам тоже нужно понимать цель, зачем мы тратим драгоценное время. А цель у нас самая, что ни на есть простая и понятная: мы хотим просто найти счастье. Счастье, которое не зависит ни от кого и ни от чего, не становится меньше, когда что-то болит, не становится больше, если выпала удача. Это счастье как мощный луч прожектора бьет изнутри и в этом свете блекнет все остальное. Мы хотим быть независимыми в своем счастье. Никаких других целей у нас нет. Единственное необходимое начальное условие для достижения цели – человеческое рождение. Такую цель может достичь только человек. А все остальное приложится и найдется по мере продвижения. Веданта работает как подъемник – это система, созданная давным-давно Ади Шанкарачарьей и ей, успешно воспользовались уже многие сотни людей. Получится и у нас. Дорогу осилит идущий! Такое напутствие мы регулярно получаем от учителя.

Сегодня мы разберем шлоки 26-28

Комментарий Др. Каки к шлокам 20-28:

И у убийцы, и у убитого есть тело. Тело состоит из миллионов клеток, поэтому оно приобретает форму. Эта форма может быть разрушена. Клетки являются микро- органами тела. Атман лишен органов, у него нет формы. Атман самый тонкий Принцип, Он бесформен и лишен органов. Поэтому Его нельзя разорвать, сжечь, увлажнить или высушить. Тела можно разрубить на куски во время войны, но Атман нельзя ни сжечь, ни разрубить.

Атман неизменен. Он не подвержен таким шести изменениям –

- 1. Существование (Asti)*
- 2. Рождение (Jāyate)*
- 3. Детство (Vardhate)*
- 4. Взросление (Vipariṇamate)*
- 5. Старость (Apakṣīyate)*
- 6. Смерть (Mriyate)*

С другой стороны, тело претерпевает данные шесть изменений. Это закон природы, согласно которому тело циклически подвержено рождению и смерти. Атман вечен, бесконечен и не имеет органов. Поэтому Он не проявлен и находится за пределами мысли или постижения чувствами. Зная Его таким, не нужно скорбеть о любых изменениях в теле и неизбежной смерти. Суровая реальность заключается в том, что каждый Джива подвержен круговороту рождения и смерти, но истинное Я, Атман, не привязанный к телу, не ограниченный им и не заключенный в него, не подвержен этому круговороту. Реальность не может быть ни хорошей, ни плохой; скорее, это просто реальность. Это человек по невежеству считает «рождение» хорошим, а «смерть» - плохой и теряет внутренний покой и удовлетворение. Искатель, думающий так, не способен выполнять качественную духовную практику.

В данных шлоках Господь Кришна также наставляет Арджуну с точки зрения простой повседневной жизни. Все, что создано, обязательно будет разрушено. Джива, который рождается, обязательно умрет. Точно так же после смерти неизбежно перерождение. Когда искатель скорбит о том, что неизбежно, его радость излишне ущемляется, и он не в состоянии даже думать об Атмане, своем истинном Я.

То, что не существует ни до, ни после, может казаться существующим в промежуточном состоянии; однако оно не является ни реальным, ни неизменной Реальностью. Промежуточное существование лишь иллюзорная, преходящая, ложная видимость. Мираж не существует ни утром, ни вечером. Также если днем он кажется реальным, то это, конечно, иллюзия. Поэтому нет причин горевать о мираже, независимо от того, появляется ли он, исчезает или прекращает свое существование. Легко понять этот факт об обманчивом появлении миража в пустыне. Однако убедиться в том же самом в отношении тела и мира очень трудно. Поэтому искатель должен учиться, размышлять и созерцать разными способами, чтобы убедить себя в этом факте. Писания утверждают, что тело есть совокупность 25, 36 или 82 элементов. [В разных писаниях указывается разное количество элементов, и их число зависит от того, как они разделены. По сути, все элементы являются частью одного тела]. Ади Шанкарачарья говорит:

Na me buddhyahaṅkāra cittānināham \ «Я не являюсь ни умом, ни интеллектом, ни памятью».

Точно так же я не являюсь ни одним из других элементов тела, ни самим телом. Это прекрасный мысленный процесс для искателя. Созерцая таким образом, искатель может отрешиться от сильного отождествления с телом. Еще одна техника, помогающая в самореализации, - это теория, согласно которой «Атман пронизывает три состояния: бодрствование, сон и глубокий сон, но в каждом из этих состояний он отделен от тела». Существует и другая теория, объясняющая систему четырех тел или пяти оболочек, а Атмана - как освещающего их всех. Таким образом, многие техники могут помочь искателю освободиться от рабства обманчивого мира и мысли о том, что «я - тело».

Повторение:

Шлоки 23-24

Оружие не может разрубить Атман, огонь не может сжечь Его, вода не может намочить Его, а ветер не может высушить Его. Этот Атман никогда не может быть разрублен, сожжен, намочен или иссушен. Он **все-пронизывающий, неподвижный, лишенный действия, древний и вечно неизменный.**

2.25 Атман также лишен формы и не проявлен. Он немыслим и непостижим, поскольку не может быть постигнут интеллектом [Атман не имеет формы и атрибутов, поэтому интеллект не может думать о нем]. Он неизменен и не подвержен никаким изменениям. Зная, что Атман таков, тебе не подобает скорбеть.

Тело подвержено изменениям: 6 изменений тела (Викара)

1. Зарождение
2. Существование в форме тела (тело не существовало раньше, но теперь существует)
3. Тело растет
4. Тело изменяется
5. Тело стареет (разрушается)
6. Тело умирает

Атман **все-пронизывающий, неподвижный, лишенный действия, древний и вечно неизменный.**

Древний – мы все время ищем, кто был мой дедушка, а прадедушка, а пра-пра-пра? Но самый изначальный – это Атман, дальше уже некуда идти. Лишенный действия: так в нас начинают закладывать базу для Карма Йоги. Атман не совершает действий! Мы выполняем все действия в нашей практической реальности и несем за них ответственность, но мое истинное Я не действует. Нужно помнить, что Веданта разделяет два уровня реальности:

1. Абсолютная Реальность
2. Наша практическая реальность.

Невозможно размышлять о Нем посредством **Антахкарана** Антахкаран есть у всех одушевленных существ. **Функции:** Манас, Буддхи, Читта, Ахамкара.

Невозможно размышлять об Атмане, но Его возможно постичь, иначе не было бы смысла излагать учение. Особенность постижения Атмана: все в жизни мы в состоянии постичь сами, какими сложными бы ни были темы. Но для постижения Атмана нужен Гуру и духовные практики, которым учит Гуру, чтобы осознать «Я есть ТО (АТМАН)».

Все шлоки 23-25 говорят о качествах Атмана и о том, что нет причины для скорби.

В 2.11 все началось с разговора о скорби.

2.11. Произносятся мудрые речи, ты скорбишь о том, что не достойно скорби. Мудрец не скорбит ни о живых, ни о мертвых.

Зачем мы все это делаем, зачем учим, стараемся, для чего нам это нужно? — да для того, чтобы научиться жить счастливо.

Рядом с просветленными все люди чувствуют себя всегда счастливыми. Почему так получается? — потому что они сами тоже всегда счастливы и способны передать чувство счастья на других. В этом состоит цель упражнения по изучению философии. Мы не стремимся в результате написать интересные статьи или давать лекции по Гите, наша цель научиться жить счастливо. Мы научимся чувствовать счастье внутри и отражать его на окружающих. Поэтому говорится о качествах Атмана, что Он все-пронизывающий, неизменный, вечный т.п. и Я есть тот самый Атман, поэтому нет никакой причины мне для скорби.

Все это весьма и весьма замечательно и примечательно. Кто-то сказал, что легче поверить в Бога, чем во все это. Но нам мало в это поверить, нужно осознать, получить собственный опыт того, что Я есть Брахман. Веданта собирается привести нас к этому опыту.

Очень трудно принять серьезно теорию, но получив однажды опыт, мгновенно решаются все проблемы в жизни.

Др. Кака говорит, что ни одна вещь или событие или личность не стоят того, чтобы я стала несчастной из-за всего этого. Никто не заслужил моего несчастья, поэтому не грусти, не будь несчастным. Я только без необходимости зря трачу свою энергию и силы на эту личность или событие. Не будь несчастной! Такой призыв нашего Учителя.

Шлоки 26-27:

*Atha cainam nityajātaṃ nityaṃ vā manyase mṛtaṃ ।
Tathāpi tvaṃ mahābāho naivaṃ śocitum arhasi ॥ 26 ॥
Jātasya hi dhruvo mṛtyur dhruvaṃ janma mṛtasya ca ।
Tasmād aparihārye'rthe na tvaṃ śocitum arhasi ॥ 27 ॥*

Даже если ты думаешь, что Атман постоянно подвержен рождению и смерти, как и тело, также не стоит горевать. Ведь смерть действительно неизбежна для того, кто рождается, а рождение обязательно для того, кто умер. Следовательно, скорбеть о неизбежном неверно.

2.26. Однако если ты считаешь ее постоянно рождающейся и навсегда умирающей, все равно нет причины для скорби, о могучерукий.

2.27. Для рожденного смерть неизбежна, неизбежно рождение для умершего. Поэтому не следует скорбеть о неизбежном.

Шлоки 26-27 разбираются вместе.

Кришна говорит: «Предположим, что я, Атман (мы помним, что «Атман» переводится как Я»), подвержен смерти. Но даже в таком случае это не повод для того, чтобы быть несчастной из-за того, что я родилась и когда-то умру, потому что таков закон природы. Все, что родилось, должно когда-то умереть, а то, что умирает, когда-то родится вновь.»

В этой шлоке Кришна замечает, что Арджуна не очень понимает то, что Он ему объясняет. И вместо того, чтобы продолжить учение, Он делает шаг назад. Кришна хороший учитель.

Какая точка зрения здесь? Одна из возможных - материалистическая. Тело существует, мир реален, и мы все живые существа. Когда тело умрет, то конец и нам. Ничего не было раньше и со смертью все заканчивается. Я просто тело. Поэтому нужно все взять от жизни пока мы живы, нужно выйти замуж, завести детей, жить счастливо. Наслаждайся жизнью! Когда тело умрет, ничего потом не будет, не нужно ни о чем заботиться. Это может и смешно, но, по сути, человечество так и живет сейчас. Однако, проблема в том, что так на деле не получается быть счастливой. Все проходит, удовольствия заканчиваются и все равно приходится платить по счетам.

Начиная с 11 шлоки Кришна пытается привести Арджуну в чувства. Сначала Он называет его трусом, потом Он показывает ему морковку и говорит, что если ты исполнишь свой долг, то попадешь в рай, люди будут гордиться тобой, восхвалять. Не исполнишь долг, тебя будут критиковать. Кришна старается различными путями донести свое учение до Арджуны. Он обращается к Арджуне на различных уровнях:

- на обычном нашем уровне (Транс-активным),
- на религиозном,
- на моральном и
- на духовном,
- некоторые установки просто на уровне здравого смысла.

Шлоки 26 и 27 дают рассуждения на уровне здравого смысла. Для того, чтобы понять, что мы все умрем, не нужны Писания и Гита, мы и так все знаем. Постоянно кто-то рядом рождается и умирает. Если что-то непременно должно случиться, почему, с какой стати радоваться или огорчаться из-за таких событий.

Кришна говорит здесь о двух вещах:

1. то, что родилось, должно умереть
2. то, что умерло, должно родиться вновь.

Первое очевидно всем, но второе утверждение неочевидно. Для того, чтобы согласиться с ним, нужны Писания. Практически все мы не верили в перерождение до того, как начали заниматься духовностью, даже не знали о нем, не думали о перерождении серьезно.

Сначала разберем **«то, что родилось, должно умереть»**. Такой очевидный факт, зачем Кришна говорит о нем? – потому что Он хочет, чтобы мы помнили об этом факте, помнили, что смерть очевидна и естественна, она не нечто исключительное.

Др. Кака говорит, что мы должны помнить о смерти и должна быть выработана определенная реакция на смерть. Вернее, нужно выработать в себе отсутствие реакций на смерть. Бояться смерти, страшиться, или наоборот, больные люди желают и призывают ее – все неправильно. Все мысли о том, как я хочу умереть, я не хочу умирать, я согласна умереть, но только определенным образом, без болезни и страданий, хочу умереть, когда близкие рядом или только в одиночестве – все это мои реакции на смерть.

Но факт остается фактом, я умру, независимо от того, как это случится, в любом случае я умру. Не в моей власти что-либо изменить в обстоятельствах смерти. Важно помнить о смерти. Др. Кака говорит, что многие относятся к этому отрицательно, пессимистично, как будто нас уже сейчас лишают всех радостей жизни. Вместо того, чтобы реагировать на смерть, нужно принять факт к сведению и помнить о нем.

История об Екнатх, которого называли мирным. История про очень гневливого соседа, который просил у него совета, как можно сохранять покой во всех обстоятельствах – всегда помни, что ты умрешь. Сразу мы будем иначе относиться к жизни. Помнить о смерти – это применение учения на практике.

«То, что умерло, должно родиться вновь».

Многие не верят в перерождение.

Есть некоторые исследования, подтверждающие перерождение. Когда мы читаем о таких исследованиях, мы начинаем думать, что да, так и есть, но тут, в Гите, сам Господь Кришна говорит о перерождении, какое еще нужно доказательство? Мы верим ученым больше, чем Кришне? Так мы устроены, что нужны доказательства. А какие могут быть доказательства, научные доказательства?

Другой момент: есть много событий или ситуаций, которые невозможно объяснить, не приняв реинкарнацию и теорию Кармы. Каждый сам может привести примеры. Почему мы такие разные? Почему я люблю путешествовать, а кто-то нет? Нет в этом никакой логики.

Нам, искателям, важно принять теорию Кармы и реинкарнацию на веру. Есть много чего, что мы принимаем в жизни на веру. Например, мы садимся в самолет, веря, что он исправен и пилоты квалифицированы. Теория Кармы и реинкарнация относятся к системе Веданты. В ней есть понятия, которые невозможно доказать, поэтому мы принимаем их на веру. После достижения Само-Реализации никакая вера уже не нужна, мы получаем личное переживание, свой собственный опыт. Наш учитель всегда говорит: познай систему, используй ее и забудь, также, как мы забываем какое такси привезло нас домой.

Реинкарнация и наша Праабхдха не являются целью изучения Веданты и Гиты. Наша цель Мокша, освобождение от всех оков и страданий. Если я, например, узнаю, что в предыдущей жизни я была птицей. Какая мне от этого польза? Как это повлияет на мою духовную практику? Поэтому не нужно застревать в системе Веданты, а просто использовать ее для достижения цели.

Доказательства реинкарнации и справедливость теории Кармы нет. Можно сказать, что это просто глупость, я не верю. И тогда очень многое в жизни остается без объяснения и, по сути, жизнь усложняется. Полезно рассуждать о том и другом, находить свои примеры, которые убеждают меня в том, что да, так и есть. Со временем так привыкаешь к этой теории, что кажется странным, когда люди не верят.

Вывод из этих двух шлок: будь счастлив! Нет никаких причин для несчастья. Если ты родился, ты обязательно должен когда-то умереть. А если ты умер, то обязательно снова родишься. Нет никаких причин для скорби.

Наш учитель говорит о возрасте и о возрасте в духовном отношении, о нашем духовном взрослении. Раньше я часто огорчалась и расстраивалась, а теперь значительно меньше – духовное взросление. Действительно, по мере изучения философии огорчения происходят, это нормально, ведь мы живые люди. Но огорчения остаются огорчениями, а не превращаются в ужасную драму, и длительность такого огорчения постепенно уменьшается. Нельзя сказать, что в результате духовности люди становятся черствыми, каменными. Вовсе нет. Скорее наоборот, хочется помочь. Но уменьшается чувство собственной скорби.

Полезно размышлять о смерти. Что это такое? Что происходит со смертью. Смерть – это только изменение в форме, форма умирает, Атман, основополагающий Принцип, остается неизменным. Пример: ребенку дают печенье, и он радостно ест. Но разломали печенье на части, и ребенок не хочет, говорит, что он хочет печенье и не понимает, что это то же самое печенье, только форма изменилась. Так и мы, мы не умираем, Атман вечный.

Разрушается только Упадхи, умирает Упадхи. Если я в состоянии оставаться стабильной, не грустить, не впадать в беспокойство при мыслях или известиях о смерти, это означает духовное взросление. Как это реально происходит в моей жизни? Насколько я могу сохранять состояние счастья при любых обстоятельствах? Так можно оценивать нам самим свой уровень прогресса.

Шлока 28:

*Avyaktādīni bhūtāni vyaktamadyāni bhārata |
Avyaktanidhanāny eva tatra kā paridevanā || 28 ||*

Эти существа, Дживы, имеющие тела, не проявлены в начале, проявлены в промежуточном состоянии и снова исчезают в непроявленном состоянии в конце вселенной. Зачем же тогда горевать об этих существах?

2.28. Существа не проявлены в начале, о Бхарата, проявлены посередине, и вновь не проявлены в конце. Так, о чем же **скорбеть?**

Шлока продолжает мысль предыдущих.

До рождения существа не проявлены, после смерти они опять не проявлены.

Веданта говорит, что отдельная личность, Джива, после смерти тела остается в виде тонкого тела, тонкое тело где-то пребывает и затем получает новое физическое тело. Так происходит до тех пор, пока не наступает разрушение вселенной, тогда тонкие тела сохраняются в виде «семян» и переходят далее, в новое создание новой вселенной. Т.е. не проявлены тела после смерти и до рождения, а также после разрушения вселенной и нового создания вселенной, бесконечный цикл рождений и смертей.

Нас не интересует, откуда мы приходим и куда уходим, нас интересует как выйти из этого цикла и жить прямо здесь и сейчас счастливо.

Мы не знаем откуда мы пришли и куда мы попадем дальше. Посередине кажется, что мы все проявлены. Мы считаем все реальным. Мой дом реальный, моя семья, то, что я сейчас здесь – все кажется реальным. Но я не думаю, что все пришло из непроявленного и все уйдет опять в непроявленное и только на короткий период все сейчас проявлено. Я не думаю, что все это только кажимость, все нереально.

В Мандукья Упанишаде говорится, что то, что не существует в начале и то, что не существует в конце, не имеет реального существования и в середине. Мандукья Упанишада одна из самых коротких и самых сложных для понимания.

Все, что мы видим существующим сейчас не более, чем иллюзия, кажимость, подобно миражу. Мираж не существует ночью и не существует вечером, утром. А днем вода в мираже только иллюзия.

В жизни все вокруг подобно миражу, но проблема наша в том, что мы не понимаем, что все подобно миражу и очень привязываемся ко всему, что нас окружает.

Тут некоторое отличие Гиты от Мандукья. Гита говорит, что мир кажется существующим посередине. Действительно, мы чувствуем существование, видим, взаимодействуем, это наш жизненный опыт. Мы говорили о том, что окружающий нас мир – это Митхья. Мы также дали определение Митхьи. Поэтому перестань скорбеть, все, что огорчает тебя сейчас – это Митхья. Не нужно принимать это всерьез.

Но Мандукья отрицает существование мира и всего вокруг. В этом состоит теория «не создания».

Как можно себе представить «теорию не создания»: есть реальная веревка. Она лежит на дороге и в сумерках она кажется змеей. Естественно, мы боимся наступить на змею, обходим ее. Но если спросить веревку: зачем ты пугаешь людей змеей? – Она удивится: «Нет никакой змеи, я просто веревка». Есть просто Атман, который Реален и Все пронизывающий. Мы видим мир, а не видим Брахман. **Ошибка, как и с веревкой, на стороне наблюдателя. Просветленные люди точно видят, что все иллюзия.**

Классические примеры: вода в пустыне – мираж. Я вижу воду своими глазами, но до того, как я ее увидела, там не было воды и когда я отвернусь, воды тоже не будет, соответственно и сейчас, когда я смотрю и очевидно вижу воду, ее там нет и не может быть.

Здесь возможны 2 уровня:

- Я вижу воду и думаю, что она реальна.
- Я вижу воду, но знаю, что воды нет и никогда не было там.

Рассуждая о мире важно принять факт нереальности мира или думать о том, что все есть, но только на короткий период времени и не развивать привязанность ни к чему. До тех пор, пока я считаю воду в мираже настоящей, пока я считаю мир реальным, я буду увлекаться им. Это все равно, что я начну планировать, как я разобью сад в пустыне, сделаю каналы, чтобы лучше использовать воду.

Нужно думать, что все вокруг пришло из не проявленного и все уйдет в не проявленное и мое настоящее переживание не более, чем вода в мираже. Чем больше я буду так рассуждать, тем больше будет возрастать моя непривязанность к миру, я буду приближаться к неподвижному, неизменному Атману и буду оставаться счастливой при любых обстоятельствах.

Что нужно обязательно помнить, относительно нереальности мира:

Веданта различает

- уровень Абсолютной реальности и
- уровень нашей практической реальности

На практическом уровне нужно продолжать жить, как мы живем, выполняя обязанности. Также, как и Атман не действует на уровне Абсолютной реальности, а здесь, в мирской жизни, я, Джива, должна трудиться дальше. Веданта не хочет внести сумятицу в жизнь, она всегда со здравым смыслом. Но помня, что мир, окружающий меня, – иллюзия, к этому относится все, что мое, включая и мое тело, нужно стараться напоминать себе, что все когда-то закончится, все проходит, все разрушается и ничего нельзя с этим поделать. Я могу вести очень здоровый образ жизни, могу очень правильно питаться, все равно не избежать болезней и старости. Но я – Атман, я не тело. Я не могу умереть.

Давайте подведем итог, какой у нас общий ход мыслей:

Сначала все было привычно и нормально, мы говорили про то

- Как достичь счастья, которое не зависит ни от кого и ни от чего
- Разобрали теорию Кармы
- Поняли, как важны благородные качества, Садхана Чатуштая, Вивек, Вайрагья
- Было сказано, что я не то, что я думаю, что мое истинное Я есть Атман
- Мы описали характеристики Атмана

Только мы во всем разобрались, как стали говорить про иллюзию, Митхья, Майя, весь мир – мираж.

Зачем нас так запутывают, говорят про Майю, иллюзию, разные концепции? – Нас за руку ведут от того, что мы знаем, к тому, что мы не знаем.

Такой процесс познания, называется **Адхьяропа -Апавада**. Адхьяропа – признание ошибочной точки зрения, Апавада – ее отрицание. Как подъем на Эверест, нужны базовые лагеря, чтобы не задохнуться от нехватки кислорода. Мы не можем сразу просто сказать, что никакого мира нет, все иллюзия. Никто не поверит.

Адхьяропа – мы делаем ошибку: видим змею на месте веревки. Зачем мы сознательно принимаем ошибку? Мы не то, что делаем ее, но она давно сделана и мы ее просто признаем, но не как ошибку сначала, а говорим, что да, все так и есть. Мы действительно видим змею. Весь мир существует, мы его постоянно чувствуем. Теперь начинаем искать выход из ситуации, этот выход указывает **Адвайта Веданта**. Зачем мы сначала соглашаемся? – да потому что, если сразу сказать, что змеи нет, есть веревка, никто не примет это серьезно. «Что за веревка? Какая веревка? Я вижу только змею». Единственный способ показать верёвку состоит в том, чтобы объяснить, как возникла ошибка и найти веревку. Такой метод называется **Апавада**. Адхьяропа-Апавада.

Весь мир, мое тело, я не то, что я думаю. Мы допустили ошибку, приняв мое тело и мир реальными. И мир, и тело не вечные, подвержены разрушению и не могут быть реальными.

На самом деле все вокруг Брахман – Сат Чит Ананда. Такой процесс.

В процессе Апавада сначала описывается и объясняется Брахман – Бесконечное Существование, Сознание, Блаженство. Он не дуален, все остальное, что мы видим, иллюзия. Основной тезис Веданты: «Брахман Сатъям, Джаят Митхья» - Брахман реален, мир иллюзия.

Затем мы дали определение Митхья. Она не реальна и не нереальна, следовательно Митхья. В данном контексте Митхья и Майя одно и то же. Брахман один и неделим, но Майю можно разделить.

Брахман, ограниченный Майей, называется Сагуна-Брахман или Ишвара – Бог. Мы видим, что Ишвара, Бог-Создатель не является Абсолютной Реальностью. Ограниченный Майей или связанный с Майей или проявляющийся через Майю – все это одно и то же, другими словами, Майя является Упадхи Брахмана.

Еще раз вспомним, что такое Упадхи: некоторое отличительное ограничение, которое накладывается на нечто большое, общее. Например, ворона на балконе большого дома. Она выделяет один балкон из всех, но она не связана с балконом и вообще говоря, не имеет с ним ничего общего. Или, например, волна в океане. Волна поднялась, разбилась – все просто

вода, никакого влияния на океан. Можно говорить, что волна есть Упадхи относительно океана.

Вся наша жизнь, теория Кармы, Самсара — это Адхьяропа. Мы в нашей привычной реальности и учимся, как там жить в ней. Начав изучать Веданту, начался процесс Апавада.

Начав исследовать, откуда появилась змея, мы найдем веревку. Начав исследовать, что такое мир и откуда он взялся, мы найдем Брахман. Ошибка исправлена. Нужно исследование, чтобы найти основу ошибки — это всегда истина. В основе любой ошибки всегда есть истина. Когда я смотрю на змею, я вижу на самом деле веревку. Когда я смотрю на мир, я вижу на самом деле Брахман. Все в мире ощущая и переживая, я ощущаю по большому счету Сат-Чит. То, что стоит между Брахманом и миром — Майя.

Почему так важно с этим разобраться? - поняв однажды, что я есть ничто иное, как иллюзия на основе Брахмана, в первую очередь я избавлюсь от страха, кроме того, я перестану все время хотеть чего-то, перестану быть жадной до чего бы то ни было.

Иллюзия всегда производит страх. Страхи бывают 3 видов:

1. Воображаемый страх. Например, я в доме с 12 комнатами одна. Я нахожусь в одной из комнат и волнуюсь за то, что происходит в других. Вдруг там воры? Вдруг кто-то влез? Сознательно или нет, но мы испытываем похожий страх перед воображаемой опасностью каждый день, потому что мы считаем свое тело реальным. Как избавиться от такого страха и таких страданий? — путем рассуждений логически. После Просветления человек избавляется от всех страхов. Их даже называют «бесстрашными».
2. Созданные самим — я что-то украла или совершила плохое, теперь боюсь, что раскроется. Как избавиться? — не совершать таких поступков.
3. Естественные катастрофы: мы боимся вдруг наводнение, вдруг снесет крышу. Все это не в моих руках, все зависит от Праабдхи.

Интересно, что, когда все хорошо и ситуация вполне стабильная, мы сами того не замечая, подсознательно все равно испытываем страх, что что-то может произойти, ситуация испортится. Этот страх сидит в подсознании и туда сложно достучаться. Отсюда вся психосоматика. Кажется, что все хорошо, нет причин для волнения, а почему болит желудок?

Страхи приводят к страданиям и все они воображаемые. Осознав иллюзорность мира, мы избавимся от них. Мы все время боимся змеи, которой нет.

Итак, мы рассмотрели шлоки 26-28, которые относятся к Йоге Знания и говорят о перерождении, неизбежности смерти тела, иллюзорности мира.

В следующий раз мы закончим изучения Джняна Йоги.

Хари Ом Тат Сат!

Лекция 11, шлока 29

Комментарий Др. Каки к шлоке 29:

*В этой шлоке описываются четыре чуда, связанные с Атманом. Слово **Raśyatī** на санскрите означает «видеть». Однако в контексте Атман, **Raśyatī** не означает «видеть», вместо этого оно означает «осознавать» Атман. **Осознание Атмана - предмет великого изумления**, поскольку Его нельзя знать с помощью пяти органов чувств: ушей, глаз, кожи, носа и языка. Атман также нельзя знать с помощью Прамана. Праманы — это девять практических источников получения знания. Не дуальная школа Веданты утверждает, что существует в общей сложности девять Прамана, как указано ниже, но Атман не может быть познан ни через одну из них.*

Pratyakṣa: Прямое восприятие через пять органов чувств. Атман бесформен и не проявлен, поэтому его нельзя знать через *Pratyakṣa* Прамана.

Anumāna: Умозаключение; например, наблюдая дым вдалеке, можно сделать вывод о наличии огня. Атман не двойственен, поэтому не существует второй сущности, по которой можно было бы сделать вывод о Его присутствии.

Upamāna: Знать с помощью сравнения и аналогии; например, знать о тигре, проводя его аналогию с кошкой. Атман не двойственен, поэтому Его нельзя сравнивать ни с чем другим.

Śabda: Опора на слова священных писаний и свидетельства просветлённых мудрецов, осознавших истинное Я. Можно получить теоретическое знание, т. е. Парокша Джняна об Атмане, читая подлинные слова из Упанишад и других священных писаний. Но нельзя

достичь прямой реализации, т. е. Анарокиша Джняна Атмана, с помощью слов, поскольку Атман находится за пределами языка и речи.

Arthāpatti: Постулирование или вывод из обстоятельств, косвенное подразумевание. Например, если «человек здоров и тучен» и „Он не ест днем“, то из этого следует, что „Он тайком ест ночью“. Атман нельзя знать таким образом, так как Он является только одним, не двойственным Принципом, поэтому нет никого другого, кто мог бы вывести следствие или постулировать об Атмане.

Anupalabdhi: Когнитивное доказательство с помощью небытия или несуществования. Например, если «Гималаи присутствуют в Индии», мы можем знать, что «их нет в Китае». Атман нельзя знать таким образом, потому что Он вездесущ и всепроникающ.

Śakya: Возможное существование части, о которой знают из целого. Например, если «У человека есть купюра в 5 рупий», то мы можем знать, что «возможно, у него есть 50 пайсов». Атман нельзя знать таким образом, потому что в Нем нет частей. Это единый, цельный Принцип, который находится за пределами понятий части и целого.

Aitihya: Знание благодаря общему убеждению или исторической традиции. Например, «Считается, что храм в старой деревне был построен неким королем». Даже, несмотря на то, что в Писании нет никаких свидетельств в пользу этого, вера существует до сих пор, и люди могут узнать на ее основе. Атман не может быть осознан таким образом, поскольку Он вне времени. Он выходит за пределы времени, поэтому не существует истории, из которой мы могли бы узнать об Атмане.

Ceṣṭā: Обучение с помощью языка тела или определенных жестов. Например, человек, который ест еду, может жестами, такими как «большой палец вверх» или «большой палец вниз», показать, хороша ли еда или нет. Атман нельзя познать с помощью таких индикаторов, поскольку в нем нет двойственности, и, будучи бесформенным, Он не может быть указан.

Кроме этих девяти Прамана, нельзя постичь Атман, проводя эксперименты в лаборатории или математические расчеты. Во время медитации Атман не «приходит», когда глаза закрыты. Он не «уходит», если открыть глаза. Атман — это самосветящееся, вечно присутствующее, вечно существующее и истинное Я.

Атман - самосветящийся (Swayamprakāśa); все объекты освещаются только в свете Атмана. Слово «освещение» в Веданте означает «знание». Джива знает объекты, видя, осязая их или используя другие органы чувств на субстрате Атмана, который есть Чистое Знание. Внешние объекты освещены (Prakāśya). Они познаваемы, а Атман является их осветителем (Prakāśaka). Атман — это основа процесса знания. Органы чувств сами по себе - лишь инструменты для знания, и они тоже функционируют на субстрате Атмана, Чистого Знания. Трансакционное знание в повседневной жизни бывает двух видов -

- *объективное знание, которое является описательным*
- *Субъективное знание, которое является рефлексивным.*

Атман бесформен. Его нельзя ни описать как объект, ни осмыслить с точки зрения знающего. Атман есть сама природа всех Джив. Его не может знать никто и ничто. Не существует никакой процедуры, инструмента или метода, чтобы знать Атман. Единственный способ знать или осознать Атман — это устранить все причины, которые скрывают Атман и держат Его в тайне. Поэтому переживание или осознание Атмана действительно великое чудо.

Второе чудо заключается в том, что выдающиеся, светлые мудрецы описывают Атман. Раскрывая последовательно, шаг за шагом, «что не есть Атман», они подводят искателя прямо к порогу самореализации: «Я есть Атман». Термины «безначальный», «бесконечный», «нестареющий», «бессмертный» описывают Атман именно таким образом. Также слово Сат обозначает, что Атман — это не Асат. Термин Чит означает, что в Атмане нет невежества. Термин Ананда означает, что в Атмане нет скорби.

Третье чудо заключается в том, что некоторые люди, услышав такие необычные, удивительные описания, понимают: «Я есть Атман». Такое осознание возможно только в том случае, если просветленный мудрец наставляет искренних и квалифицированных слушателей.

Четвертое чудо заключается в том, что, даже слушая об Атмане в разных вариантах, многие люди не могут даже предположить, о чем идет речь.

В окружающем нас мире есть множество удивительных, необычных и примечательных объектов. Однако ни один из них даже близко не подходит к Атману. Атман - одна из самых загадочных тайн для многих. Атман не имеет традиционного названия, поскольку у него нет формы. Бесформенная сущность не может иметь фигуру и имя. Поэтому Атман

— это всего лишь концепция, пока человек не осознает: «Я есть Атман». То, что есть Сат, не есть Асат; то, что есть Чит, не есть Ачит; то, что есть Ананда, также не тронута горем - такой Принцип известен как Атман. Сат — это то, что никогда не бывает несуществующим. Чит — это то, что не имеет следов невежества. Ананда — это то, что совершенно не тронута горем.

В слове «белая бумага» бумага объект, а белизна - его характерное свойство. Однако Сат-Чит-Ананда не являются свойствами или характеристиками Атмана. Солнце круглое, горячее и сияющее, и все это одновременно. Эти три свойства вместе составляют солнце. Точно так же Сат-Чит-Ананда вместе указывают на Атман. Атман, который есть Сат, сам по себе есть Чит, и Он также есть Ананда.

Атман не имеет рождения и, следовательно, не имеет возраста и смерти. Он безначален (Anādi), поскольку является вечным и безусловным Чистым Существованием. Он – Истина, Реальность (Сатья), поскольку преодолевает время. Он вечен (Nitya), поскольку никогда не бывает не существующим. Он самый первозданный (Ādya), поскольку существует до всего остального, независимо от времени. Он бесконечен (Ананта), поскольку не имеет конца ни в одной точке будущего. Он вездесущий (вибху). Он равномерно пронизывает все сущности во всем мире. При этом он ни к чему не привязан. Существует ошибочное мнение, что Атман меньше в небольших объектах. Это представление связано с различием между Упадхи, то есть именами и формами объектов. Атман в равной степени пронизывает и крошечного муравья, и огромного слона. Концептуально это похоже на то, что пространство равномерно пронизывает горшки всех размеров. Горшки, в свою очередь, сами созданы в пространстве. Пространство не нагнетается в горшки после их создания, как воздух нагнетается в воздушный шар. Камень тонет в воде, но «Брахман в камне» не тонет в «Брахмане в воде». Брахман — это единственный, универсальный, не двойственный Принцип.

Атман не является искусственным. Он никем не создан. Поэтому Его нельзя осознать, совершая какие-либо действия. Все, что создано, обязательно разрушится. Мир, изобилующий множеством имен и форм, создан. Он обязательно будет разрушен, а значит, непостоянен. У каждого объекта, имеющего имя и форму, есть три аспекта:

- Существование (Асти, अवस्त)
- Познание (Бхати, भावत)
- Симпатия, способность нравиться (Прийя, वप्रय).

Объект «существует», он «познается», и он может «нравиться» или «не нравится». Даже, несмотря на огромное разнообразие названий и форм, три фактора - существование, познание и симпатия - являются общими для всех них. Они являются проявлениями Сат-Чит-Ананды Брахмана, как указано ниже:

- Существование проявляется из Чистого Существования (Сат),
- Познание проявляется из Чистого Знания (Чит).
- Симпатия проявляется из Чистого Блаженства (Ананда).

Эти аспекты соответствуют различным сферам, как указано ниже:

- Имя и форма относятся к царству Майи
- Асти, Бхати и Прийя относятся к царству Ишвары
- Сат, Чит, Ананда вместе обозначают Брахман

Чистое Знание или Чистое Сознание — это сама природа Атмана. Когда человек осознает такие атрибуты, как цвет, рост, вес и т. д., это «квалифицированное Знание». Когда Знание смешивается со знанием, полученным с помощью органов чувств, оно становится «квалифицированным Знанием». Чистое Знание без каких-либо конкретных отличий, характеристик или свойств есть сама природа Атмана. Он пребывает в теле и пронизывает его как Чистое Сознание, которое является истинным Я каждого существа.

Атман, как уже говорилось, — это не что иное, как невероятное изумление, чудо. Он вечно недостижим (Nityaprāpta), и все же человек стремится знать и достичь Его, что опять-таки удивительно. Вся жизнь продолжается на субстрате Чистого Сознания, но никто не осознает этого; разве это не чудо? Каждый Джива живет в этом мире. Атман есть сама жизнь каждого Дживы; однако тот факт, что Джива не знает о своей собственной Жизни, о своем истинном Я, не может не вызывать удивления.

Повторение:

Шлоки 26-27:

Даже если ты думаешь, что Атман постоянно подвержен рождению и смерти, как и тело, также не стоит горевать. Ведь смерть действительно неизбежна для того, кто рождается, а рождение обязательно для того, кто умер. **Следовательно, скорбеть о неизбежном неверно.**

Шлока 28

Эти существа, Дживы, имеющие тела, не проявлены в начале, проявлены в промежуточном состоянии и снова исчезают в непроявленном состоянии в конце вселенной. Зачем же тогда горевать об этих существах?

После того, как нам объяснили, что наша истинная природа Атман, объяснили, что мы понимаем под Атманом – это Вечный, Неизменный Принцип, Чистое Существование, Чистое Знание и Чистое Блаженство, эти шлоки говорят вполне очевидные вещи: смерть неизбежна, а после смерти неизбежно новое рождение. Так устроена природа, зачем же тогда горевать? О чем горевать? Шлока 28 говорит о том же, что и 26 - 27, только другими словами. И из этого следует вывод, что все живые существа, включая меня, не могут быть реальными, т.к. это все иллюзия, подобная миражу. А раз так, то, о чем же скорбеть.

Слова понятны, но важно практическое применение.

Смерть: нам сложно принять смерть, когда она касается нас лично. Но никуда от нее не уйти, нам придется в жизни сталкиваться со смертью. Поэтому обязательно нужно стараться рассуждать о ней, о своей смерти, о смерти близких. Рассуждать до тех пор, пока мы не убедим себя, что смерть естественна, так устроен мир. Конечно, когда случается смерть в близком кругу, нормально почувствовать скорбь, но она должна постепенно уйти. В этом смысл сказанного в шлоке и ее практическое применение.

Рождение: тут мы привыкли радоваться. Нет ничего неправильного в том, чтобы радоваться. Но можно задуматься: вот у меня родилась дочь. Я несу домой маленький пакетик, 3-4 кг. Такой маленький Джива, тело пока прошло 2 Викары из 6: оно зародилось и вот теперь родилось. Все точно, как учит философия. Остальные 4 тоже придут когда-то. Такое устройство природы. Это физическое тело маленького Дживы. А тонкое тело? – оно прошло уже множество рождений, в уже сейчас это не чистый лист, в нем накоплены отпечатки из многих жизней, есть Самскары – привычки, есть Васаны – неосуществленные желания из прошлых жизней, они будут определять, что моя девочка любит и что нет, что ей интересно, а что нет, есть личная комбинация Гун, которая определяет характер, темперамент, ну и, конечно, Прарабдха, которая позволит прожить Васаны. Я должна заботиться о младенце, учить добру, прививать правильные навыки и привычки. Но сколько березу не поливай, яблоки на ней не вырастут. Что родилось, то родилось. Это ее и моя Прарабдха. Я не в силах сделать ее

счастливой, успешной, богатой. Все это в руках того, кто всем этим руководит – Ишвары.

А шлока 28, как ее применять? Если тела маленького Дживы не было раньше и когда-то, надеюсь не скоро, не будет опять, то Существование не может быть неотъемлемым качеством тела, помните про горячую картошку, как она заимствует тепло от огня? А раз Существование заимствованное качество, то тело мы не можем назвать Абсолютно Реальным. Но я ведь держу его в руках! Значит нельзя сказать, что его нет совсем. Да, это то, что мы назвали Митхья. Мы много говорили об этом понятии. На практическом уровне я должна любить свою девочку, заботиться о ней, учить правильным вещам. Но в душе нужно размышлять о том, что все преходяще и всеми силами развивать непривязанность. Мы привязаны ко всему в мире, и общество поддерживает наши привязанности, считается нормальным скучать по дому, по семье. Но каждая привязанность – это бомба замедленного действия. Она рано или поздно взорвется. Поэтому помнить об этом и стараться уменьшать привязанности – это Вайрагья, без нее не дойти до цели.

Теперь перейдем к шлоке 29, она очень важная.

Шлока 29:

*Āścaryavat paśyati kaścīd enam
Āścaryavad vādati tathaiva cānyaḥ ।
Āścaryavac cainam anyaḥ śṛṇoti
Śrutvāpy enam veda na caiva kaścīd ॥ 29 ॥*

Значение 1 (Атман): Кто-то видит Атман как невероятное чудо; кто-то описывает Его как удивительное чудо; кто-то слушает это как невероятное чудо. И все же, услышав о Нем, никто не может знать Его во всей полноте.

Значение 2 (Процесс): Видеть Атман - это чудо, описывать Его - это чудо, слушать о Нем - это чудо, и не осознавать Атман - несмотря на то, что слышишь о Нем - тоже настоящее чудо.

Значение 3 (Личность): Тот, кто видит Атман, — это чудо, тот, кто говорит о Нем, — это чудо, тот, кто слушает о Нем, — это чудо. Услышав о Нем, тот, кто не осознает Его, — это тоже чудо.

2.29. Одни взирают на душу как на чудо, другие говорят о ней как о чуде, иные слушают о ней как о чуде, а некоторые, даже услышав о ней, не понимают ее.

В шлоке много раз употребляется слово Ashcharya Ашчарья = surprise / wonder / amazement/ enigma – **изумление / чудо / восхищение / редкость / загадка**

В шлоке говорится о «**видеть Атман**», «**говорить об Атмане**», о «**слушать об Атмане**».

Прежде чем мы начнем разбор шлоки, давайте просто задумаемся, почему, после того, как Бхагаван Шри Кришна сказал практически всю Йогу Знания, изложил Учение об Атмане, теперь Он говорит, что все, что связано с Атманом: сам Атман, познание Его, описание, слушание о Нем, а также и люди, которые познали Его, слушают о Нем, говорят о Нем – все изумляют и восхищают. Да потому, что все, что мы услышали в 18 шлоках об Атмане, которые составляют сердце Веданты, с одной стороны понятно, а с другой, нельзя сказать, что все так прямо отложилось в голове. Учение слушается, как увлекательная сказка. Вот и Арджуна, друг Кришны, все услышал, а не спешит делать то, что от него требуется. Мы все так устроены, и это известно Бхагавану Шри Кришне, который излагает Учение.

Мы впервые в жизни оказались в ситуации, когда наш жизненный опыт поставлен под сомнение, все жизненные ценности, все стремления, все поставлено под сомнение. Именно поэтому слова кажутся понятными, но их истинный смысл трудно так сразу осознать. Вот и Арджуне потребовалось еще 16 глав, чтобы понять слова, которые кажутся понятными.

Замечательно, что те, кто только начинают изучать Веданту, даже интеллигентные, образованные люди, но не знакомые с Ведантой и духовными практиками, «спотыкаются» в начале пути, им трудно понять, о чем идет речь. Нужно время, чтобы освоиться с языком Веданты, терминами, с методиками, которые она применяет для изучения.

Просто прослушать лекции – это первый шаг. Для того, чтобы стал понятен смысл сказанного, нужно их слушать и перечитывать неоднократно, нужно еще размышлять о прочитанном, тогда появятся вопросы, все перестанет быть абстракцией. Слово «Атман» означает «Я». Все обо мне. Все про меня.

Давайте попытаемся объединить 3 значения шлоки и понять ее.

«видение Атмана – это чудо».

Важно помнить, что увидеть Атман невозможно – Атман не имеет формы, не проявлен, Его никак нельзя увидеть. Почему Кришна говорит здесь о «видении»? – Он имеет в виду переживание или реализацию Атмана. Говоря: «Я хочу увидеть Бога» имеется всегда в виду «Я хочу получить переживание Бога». «Видеть» здесь означает прямое переживание.

Всякий раз, когда мы в первый раз сталкиваемся с чем-то поражающим наше воображение, например, предметом искусства или природой – первый раз увидела океан, возникает чувство «ООО!!». Но тогда хочется и правильно хочется поближе познакомиться с этим предметом, войти в океан или начать читать о художнике, читать про картину. Чувство восхищения постепенно должно перейти в знание предмета восхищения, близости к нему.

Но интересно, что меня приводит что-то в восторг, а другой человек остается совершенно равнодушным, ему не хочется даже взглянуть.

Так же и с Атманом. Мы услышали в первый раз о Нем, как о чуде. Появилось чувство «ООО!!!», далее нам нужно изучить все о Нем, «приблизиться» к Нему. Т.е. чувство восторга должно постепенно уменьшиться и перейти в знание концепций об Атмане и далее в личное Переживание Его.

«Видеть» Атман означает «переживание Атмана».

Почему «видеть Атман» чудо? Мы разберем 5 причин, почему «видеть Атман – чудо»

Atman is not प्राप्य (Prapya), उत्पाद्य (Utpadya), संतकायय (Sanskarya), छिकायय (Vikarya)
Cannot be obtained/attained, created / produced, operated upon, transformed

1. (тут есть санскритские слова, которые я опущу на санскрите, а сразу объясню их на русском) Потому что Его невозможно
 - a. получить/достичь,**
 - b. создать/произвести,**
 - c. использовать, преобразовать**

Невозможно получить, достичь: у меня нет ручки, я пойду и куплю ее. Почему это возможно? Потому, что раньше ее у меня не было, но ручки продаются в магазине.

Почему это невозможно с Атманом? - да потому, что Он всегда доступен, я уже прямо сейчас Атман. Я не Джива, и только из-за невежества считаю себя телом.

Невозможно создать/произвести: Атман не имеет формы, не имеет частей. Произвести и создать можно только то, что состоит из чего-то.

Невозможно что-то с Ним делать: Можно взять продукты и что-то приготовить. Ничего этого невозможно с Атманом, у Него нет формы, Он не проявлен.

Невозможно преобразовать: мы говорили, что Он неизменный, не подвержен Викара, изменениям. Молоко может стать простоквашей. Это ничего не возможно с Атманом.

В следствие всех таких качеств постижение Атмана чрезвычайно сложно, это очень тонкий и специальный «процесс». Я уже прямо сейчас Атман, поэтому я не могу «стать» им. Но проблема в том, что я Его никак не вижу и вот это неведение должно быть удалено. Видение Атмана сводится к удалению неведения, и это возможно только под руководством Гуру, только в результате духовной практики, изучения Писаний, повторения Имени, медитации.

До сих пор весь наш жизненный опыт говорит, что все познается при помощи органов чувств. И вот мы впервые в жизни сталкиваемся с тем, что есть Нечто, что находится за пределами чувств и обычного знания, вне интеллекта. Весь процесс познания Атмана сводится к тому, что сначала необходимо вдумчиво изучать теорию, а затем теория должна стать моим личным переживанием. Все духовные практики сводятся к удалению препятствий, Атман должен открыться нам.

2. Итак, мы продолжаем объяснение, почему «видение» Атмана – чудо. Мы говорили, что Атман невозможно познать при помощи обычных способов, которые нам известны. Мы говорили о 9 различных методах познания, они называются **Праманы**. В былые времена святые исследовали все мыслимые методы, как только возможно познать что-нибудь и описали их. И все они не подходят для познания Атмана.

3. **Атман невозможно познать так, как мы получаем обычные знания.** Наши обычные знания, которые мы получаем в жизни связаны либо с объектом, либо это некоторые субъективные рассуждения.

Получение объективного знания: вот ручка. Все, кто видит ручку, скажут одно и то же: это ручка, она белая, тонкая. Все описания разных людей будут совпадать.

Субъективное знание: мне нравится ручка, а мне не нравится цвет, мне цвет не нравится, но нравится, как она пишет. Т.е. субъективное знание о ручке отличается у разных людей.

Видение Атмана, «процесс» Его познания не является ни субъективным, ни объективным. Его нельзя описать, нельзя сказать о Нем свое мнение. У Него нет формы, нет качеств, Он вне чувств,

4. **Слово «Атман» не является именем**, связанным с какой-либо формой; нет такого объекта, на который можно указать и сказать, что это Атман. Слово «Атман» указывает на что-то, что не имеет формы. «Атман» — это название концепции, а не имя. Все это приводит к тому, что так сложно, особенно в начале, понять, что же такое Атман.

5. **Природа Атмана подобна Свету.** Этот Свет называется «Атмапракаш». Это не обычный свет. Атман – внутренний свет; солнце, луна, лампа, лампочка и т. д. – это внешние источники света. Видение происходит во внешнем свете; а знание во внутреннем свете. Атман – это Самосветящееся и Освещающее Начало. Все объекты и три состояния нашего существования освещаются Им

Атмапракаш (внутренний свет) не может быть увиден или познан с помощью чувств или ума.

Все, что мы познаем в обычной жизни, познание происходит через органы чувств. Рассмотрим три наших состояния: пробужденное, сон и глубокий сон и посмотрим, как происходит процесс «видения» в их.

Процесс видения в пробужденном состоянии:

Для того, чтобы что-то познать при помощи видения, в процессе зрения в пробужденном состоянии должны быть выполнены условия:

1. То, что я хочу увидеть, должно быть в поле моего зрения
2. Должно быть достаточно светло
3. Я должна не спать

Обычно все эти условия выполняются в пробужденном состоянии.

Глаза видят предмет, и мы узнаем его. Обычно мы не разделяем процесс видения и узнавание, они происходят одновременно. Мы часто даже путаем их, мы думаем увидеть=узнать, услышать =узнать. Но нужно понимать, что процесс состоит из двух шагов:

- Сначала увидели предмет
- Затем узнали при помощи ума, что это за предмет.

Мы видим во внешнем свете, а понимаем во внутреннем свете, Атмапракаша.

Тоже самое и со звуком, слухом. Все происходит мгновенно, поэтому мы не различаем шаги. Нужно задуматься над этим и понять, как все происходит. Например, я кипячу молоко. Стою, смотрю на него. Задумалась, и молоко убежало. Известный всем случай. Глаза должны быть направлены на предмет, но кроме того ум должен быть направлен на этот же предмет, только тогда мы узнаем, что мы видим.

Хорошее упражнение в ежедневной жизни замечать, что

- Я вижу предмет
- Я узнаю его при помощи ума
- Что стоит за умом – Атман

Нам важно сейчас понять, что видеть и знать – два разных процесса.

Иногда бывает так, что, задумавшись о чем-то, не видишь человека, который стоит прямо перед тобой, хотя глаза открыты и светло.

Внутренний свет, его луч направлен совсем в другую сторону, и я не вижу то, что прямо передо мной.

Понимание того, что я услышала — это вид знания, но и не понимание тоже вид знания. Когда я говорю, что я не понимаю сказанное, это значит, что я узнала факт, что я не понимаю. И понимание, и непонимание происходит на основе Света, который внутри меня.

Процесс видения в состоянии сна. Мне снится сон и снится, что я вижу, например, крокодила. Переживание от того, что я вижу крокодила, было очень ясным и реальным. Но те 3 условия, которые необходимы для видения в пробужденном состоянии отсутствуют во сне.

1. Темно
2. Я не в пробужденном состоянии
3. Крокодила никакого нет, хотя я точно его видела

Но я тем не менее ясно видела крокодила. Проснувшись, я могу его описать. Как тогда я видела?

Глубокий сон: здесь нет того, кто знает, нет объекта знания, иначе это не был бы глубокий сон. Но проснувшись, я говорю, что я спала глубоко. Тут Веданта расходится с наукой и утверждает, что должно быть что-то, что позволяет мне помнить, что я спала, откуда бы я иначе могла это знать. Когда я сплю, а другой человек смотрит на меня, он не может знать, как я сплю. Разве только приборы могут определить качество моего сна. Нам

важно, что глубокий сон – это не пустота, отсутствие переживания, а переживание «отсутствия».

Таким образом, есть опыт получения знания во всех трех состояниях.

1. В пробужденном состоянии я знаю предмет, который я вижу своими глазами
2. Во сне я не вижу ничего, но знаю, что я вижу и могу описать виденное.
3. В глубоком сне я не вижу ничего, но я знаю, что я ничего не видела, поэтому «процесс познания имел место».

Во всех трех состояниях присутствует процесс «понимания» и это возможно благодаря Свету Атмана или Внутреннему Свету внутри меня.

Все это указывает на то, что Атман, который является основой знания во всех состояниях, одинаково присутствует во всех трех состояниях.

Кришна говорит, что ты не тот, кто знает и не то, что познается, ты есть тот самый Свет. Все Писания говорят нам о том, что мы слишком вовлечены во внешние объекты, концентрируемся на внешний мир и забываем даже заметить Внутренний Свет, на основе которого мы все понимаем и все знаем.

Из-за того, что мы не в состоянии почувствовать этот Свет, не в состоянии Его понять, весь процесс «видения» Атмана стал таким чудом.

«другие говорят о Нем как о чуде», говорить об Атмане – это чудо. Атман — это чудо. Естественно, что тот, кто говорит о Нем, сам тоже чудо. Так же и процесс рассказывания об Атмане – тоже чудо.

Почему говорить о Нем чудо? Потому что Он вне слов. Почему Атман нельзя описать словами? – Когда работает язык? Описание возможно только, когда есть некоторые факторы, которыми можно описать нечто: это нечто принадлежит к одному из классов

- Классу особей - например, корова
- Качество – красный, высокий, красивый
- Действие – водитель, строитель
- Отношения – мать, дочь, учитель
- Условие – этого мальчика мы назовем Петя, этот город – Москва. То, что мы называем, должно быть указано: «вот этот».

Язык устроен так, что каждое слово означает то, что нам уже как-то знакомо. Все не работает в случае с Атманом. Он не относится ни к какому объекту, не совершает действий, не имеет качеств.

Изучая Гиту, мы пользуемся цитатами из Упанишад, потому что Гита – это и есть «сливки» из Упанишад.

В Кена Упанишаде ученик приходит к Гуру и просит объяснить ему, что такое Атман. И учитель дает такой ответ:

«Мы не знаем, не распознаем, как можно учить этому».

Был задан вопрос, и дается ответ. Дело не в том, что Гуру не хочет дать нормальный ответ. На самом деле этот ответ самый простой из всех возможных.

Другая мантра в Кена Упанишаде говорит:

«Это отлично от того, что я знаю, за пределами того, чего я не знаю»

В нашей обычной жизни есть вещи, которые мы знаем, а есть, которые не знаем, но можем их узнать, если приложить усилия. Но Атман отличен от того, что я знаю и вне того, что я не знаю. Атман невозможно познать просто так, постаравшись, как другие предметы. Например, я не очень понимаю, что такое искусственный интеллект. Но я могу почитать и разобраться, понять концепцию, что под ИИ понимается, как он устроен. Но с Атманом так не получится. Поэтому так сложно говорить о нем и поэтому все рассказы об Атмане – это чудо.

Можно объяснить теоретическое знание, **Парокша Гняна**. Но непосредственный опыт невозможно описать. Часто и в мирской жизни трудно описать личное переживание. Например, я много слышала рассказов о море, видела картины моря. Но увидеть море своими глазами, личное переживание – это совсем другое. Теоретически можно описать только до какой-то степени, но личный опыт сложно кому-либо описать.

Что касается описания момента Само-Реализации, его невозможно выразить словами. Описание процесса Само-Реализации поэтому такое чудо и совершенно необходим истинный Гуру для постижения Атмана, если мы действительно хотим достичь эту цель. Какой смысл смотреть на картинки моря и не стремиться лично окунуться в волну? Так и здесь. Какой смысл всю жизнь читать Гиту и не стремиться познать Атман?

Мы изучаем сейчас теорию, но для личного переживания всего Величия Атмана необходим Гуру. Недостаточно просто слушать лекции, смотреть ютуб и так достичь цель. Нужен Гуру, который понимает конкретный случай ученика и соответственно направляет его. Конечно, самостоятельное изучение помогает достичь определенный уровень, но не окончательный. Истинное величие в том, чтобы осознать, что я не тело и не ум. Я есть ТО, стать самим Счастьем.

Джнянешвар приводит такое сравнение: Как орехи находятся в твердых оболочках, которые трудно расколоть, так и значения слов спрятаны в словах. Гуру раскалывает для нас оболочки слов и дает на тарелочке их значение. Само слово ничего не значит, важно его значение. Гуру убеждается, что значение слова дошло до меня.

Мы все стремимся слушать лекции, читать книги, но нужно понимать, что Знание передается от Гуру на тонком уровне. Все приходит внутрь на тонком уровне.

Поэтому исключительна важность Гуру.

Мы говорили, каков настоящий Гуру и как можно отличить ложного. Один из основных критериев истинного Гуру в том, что он ничего не хочет от ученика, ничего не просит. Он не заинтересован в рекламе, успехе, рекомендациях. И если нам сопутствует удача, мы встретим такого Гуру, и он укажет то направление, которое правильно лично для меня. Потому что Гуру знает подноготную ученика, его настоящее, прошлое и будущее, что ему по силам, а что нет. Каждый из нас особенный и нет одного общего пути для всех, нужно индивидуальное руководство.

Тут может возникнуть возражение: вы создаете культ личности Гуру. Культ личности нам всем неприятен, поэтому и к Гуру сразу настороженное отношение. Поэтому давайте разберемся, что такое личность и культ личности.

Обратимся к модели Дживы. Физическое тело + тонкое.

Тонкое тело = 5 органов чувств + 5 органов действий + Антахкаран.

Антахкаран = Манас + Буддхи + Читта + Ахамкара.

Что же здесь личность?

Эго, Ахамкара, идентифицирует себя:

Я высокая и стройная, я уродка, красотка

Я веселая, я жизнерадостная, я скучная

Я умная, я глупая.

Именно эти идентификации и создают личность, с которой мы себя и идентифицируем. Я учитель, извольте меня уважать. Я директор – вы должны мне подчиняться.

Чем отличается просветленный человек от нас? – тело у него такое же, как и у нас, обычный человек. У него есть органы чувств и действий. Они тоже обычные. НО! Он отказался от «я» и «мое». У него не осталось никаких идентификаций, а раз так, то нет того, что мы считаем личностью. А без личности как может быть культ личности? Это абсурд, как «квадратный круг».

Гуру всегда просветленный человек! Если вы поговорите с Гуру, вы никогда не услышите от него слова: я гуру, я просветленный, вы должны мне подчиняться. Если такое есть, то это не настоящий гуру.

Итак, говорить об Атмане – это чудо и нужен Гуру, который бы взял на себя руководство и указал правильный путь для достижения Атмана.

Слушать об Атмане – это чудо.

Человек, который слушает об Атмане – это чудо и процесс слушания тоже чудо.

Почему? –

- Атмавидья – Знание Атмана не обещает и не способствует получению каких-либо мирских благ
- Атмавидья не предлагает прямых решений каких-либо мирских проблем

Мы не обещаем, что вы послушаете лекции по Гите и получите повышение зарплаты или улучшатся жилищные условия. Мы не обещаем никаких мирских преимуществ и выгод.

Что тогда удивляться, что люди, которые готовы слушать лекции по Гите, так редко встречаются. Статистика известна: 1 из 1000. Писания говорят, что для того, чтобы появился интерес к изучению, должно быть накоплено достаточно хорошей Кармы, т.е. хороших, этических действий, но должна быть не просто хорошая Карма или Пунья, а еще и чистая Пунья, т.е. хорошие действия должны быть совершены без ожидания какой-либо личной выгоды. Действие может быть одно и тоже, но не должно быть никаких ожиданий личной выгоды. Когда накапливается достаточно такой чистой Пуньи, появляется желание изменить свою жизнь, подняться на более высокий уровень. Все определяется прошлой Кармой. В какой-то момент начинаешь понимать, что нет никакой радости от мирских обычных вещей, что должно быть нечто выше, лучше. Тогда Гита приходит к нам.

Итак, мы рассмотрели шлоку 29 и обсудили почему все, что связано с Атманом, такое чудо. Мы постарались понять, почему знать Атман – чудо, говорить о Нем – чудо и слушать о Нем – чудо. Даже и без объяснений нам всем ясно, что мы взялись за нечто совершенно исключительное, с чем мы до этого никогда не сталкивались.

В следующий раз мы закончим шлоку 29 и шлоку 30, на этом завершается Джняна Йога, и мы сделаем ее краткий обзор.

Хари Ом Тат Сат!

Лекция 12, шлоки 29 - 31

Свами Чинмайананда рассказывает историю о парне, который когда-то был у них в монастыре в Гималаях. Он хранил молчание, только очень редко говорил несколько слов с руководителем монастыря. Весь день зимой и летом он стоял голым на открытом месте, палимый солнцем, зимой под дождем и ветром, без еды и питья. Он совершал суровую аскезу, потому что у него была великая цель, которую он всенепременно хотел достичь. С.Ч. однажды спросил у руководителя монастыря о парне и выяснилось, что он родом из соседней деревни, большая многодетная семья и совсем небольшой участок земли на всех. Парень решил не терять зря время, и вот, совершает аскезу с желанием получить в следующей жизни много земли. С.Ч. так это прокомментировал: нет сомнения, что в следующей жизни он родится богатым землевладельцем. И будет страдать от непогоды, неурожаев, нерадивых работников. Все, кто достиг самореализации говорят об одном: вы достигнете то, к чему стремитесь. Хотите миллион – вы его и получите. А что потом? Цель нужно выбирать самую высокую из всех возможных, достигнув которую не захочется больше ничего другого. Такая цель существует, есть у нас, и реальная возможность ее достичь – стать самим Счастьем, которое не зависит ни от обстоятельств, ни от здоровья, это счастье не уменьшается и в момент смерти тела. Веданта называет такую цель Мокшей. Мы начали движение к ней с изучения Бхагавад Гиты. Адвайта Веданта Шанкары – это система, которая работает, как подъемник, чтобы привести нас от того, чем мы себя считаем: телом, которое стареет и болеет, мыслей, в которых вечные проблемы к тому, чем мы уже прямо сейчас являемся – Вечным Бесконечным Блаженством. Такая у нас цель.

Мы закончим сегодня шлоку 29, разберем шлоку 30. На ней заканчивается Джняна Йога. Мы сделаем краткий обзор Джняна Йоги и успеем еще разобрать шлоку 31, она простая.

шлока 29

*Āścaryavat paśyati kaścīd enam
Āścaryavad vādati tathaiva cānyaḥ ।
Āścaryavac cainam anyaḥ śṛṇoti
Śrutvāpy enam veda na caiva kaścit ॥ 29 ॥*

Значение 1 (Атман): Кто-то видит этот Атман как невероятное чудо; кто-то описывает Его как удивительное чудо; кто-то слушает это как

невероятное чудо. И все же, услышав о Нем, никто не может знать Его во всей полноте.

Значение 2 (Процесс): Видеть Атман — это чудо, описывать Его — это чудо, слушать о Нем — это чудо, и не осознавать Атман - несмотря на то, что слышишь о Нем - тоже настоящее чудо.

Значение 3(Личность): Тот, кто видит Атман, — это чудо, тот, кто говорит о Нем, — это чудо, тот, кто слушает о Нем, — это чудо. Услышав о Нем, тот, кто не осознает Его, — это тоже чудо.

2.29. Одни взирают на душу как на чудо, другие говорят о ней как о чуде, иные слушают о ней как о чуде, а некоторые, даже услышав о ней, не понимают ее.

Повторение:

В шлоке много раз употребляется слово Ashcharya Ашчарья = surprise / wonder / amazement/ enigma – **изумление / чудо / восхищение / редкость / загадка**

- Видеть Атман – это чудо: не имеющий формы, недостижимый для чувств и ума
- Описывать Его – это чудо: вне слов; Парокша против Апарокша Джняна, важность Гуру
- Слушать о Нем – это чудо: нужна совокупность прошлых заслуг, нет обещаний мирских благ или исправления ситуации

Мы очень подробно обсудили в прошлый раз, почему видеть Атман, описывать Его и слушать о Нем – чудо. Мы также рассмотрели все детали, почему так трудно видеть Его. Видеть здесь означает не только видеть глазами, но и знать при помощи ума. Нет никакой возможности нам увидеть, почувствовать или даже помыслить об Атмане. Самый близкий аналог Атмана – это Свет, Атмапракаш. Внутренний Свет, который освещает все наши мысли, все что мы ощущаем. Поэтому это такое чудо, редкость. Нет другого такого примера в нашей жизни.

Описывать – чудо. Кто может описать Атман? Как можно дойти до цели, если дорога узкая и полно пересекающихся тропинок, некоторые из них очень протоптанные. Нужен тот, кто знает дорогу. Помогут ли мне советы по воспитанию детей тех, у кого их никогда не было? Поэтому так важен Гуру.

Слушать – чудо. Все заметили, что есть люди, которые не готовы ни одного слова послушать. Даже если они просто слышат, к ним это не относится, они все равно стараются уйти, чтобы даже не слышать.

Хорошие люди, но у них не хватает чистой Пуньи. А мы высиживаем целую лекцию по Веданте! У нас точно есть некоторое ее количество.

Человек, познавший Атман становится предметом восхищения.

Переживание Атмана восхитительно и удивительно.

Почему мы говорим, **как о чуде о тех, кто достиг Само-Реализации?** – да потому, что несмотря на такой запутанный язык, человек смог перевести язык в практику и найти свое истинное Я. Такой человек – большая редкость. Чтобы стать инженером – нужно просто поступить в ВУЗ и закончить его. Каждый год выпускаются тысячи инженеров, врачей, учителей. Нет университета «Само-Реализация». Да и срок обучения – в 5 лет мало кто укладывается. Рамана Махарши- исключение. Все сводится к само дисциплине, само контролю, Веданта – это не споры и дискуссии, это образ жизни. Мало кому это интересно. Иногда долго нет изменения, нет прогресса. Нужно терпение. Есть сейчас ролики, как легко и просто испечь или приготовить вкусное блюдо. С Само-Реализацией так не получится, нет верного рецепта одного на всех, просто смешай, посоли, доведи до кипения. Поэтому просветленный человек вызывает наше восхищение, и они большая редкость.

Окончание шлоки:

«даже услышав о Нем, не понимают Его — это тоже чудо»

Атман – это не абстрактная концепция, это Я! И мы не в состоянии почувствовать свое Я, путаем Его с телом, умом, с настроением, эмоциями.

Даже после многократного слушания (изучения) невозможность познать Атман.

- Подготовленность ума: нечистый, рассеянный, грубый ум против чистого, сосредоточенного, тонкого ума
- Отсутствие Саттва Гуны – способности понимать и удерживать духовное знание
- Отсутствие Шраддхи – веры в духовные писания, просветленных святых, Садгуру
- Нечистое, квалифицированное знание – вовлеченная триада – познающий-познаваемое- процесс получения знание
- Чистое знание, без триады (познающий-познаваемое-процесс)

Самая большая проблема – ум. Он должен быть чистым и спокойным. Читта Шуддхи и Читта Шанти. Грубый ум – тот, который увлечен мирским. Чем больше мы увлечены мирским, тем меньше мы способны воспринимать Веданту. Она нам просто не открывается, все остается на

уровне информации. Ум должен стать тонким, однонаправленным. Как это достигается – у нас впереди еще 16 глав. Мы не одни такие, Арджуна в нашей команде. Поэтому Кришна все объяснит подробно в следующих главах.

Достаточно зайти в интернет, там много всего интересного, веселее, чем дисциплина и самоконтроль. А до сих пор наш жизненный опыт говорит о том, что чем больше я прочитаю, тем больше я буду знать. Мы получаем вкус к философии и все нас привлекает, названия одно привлекательней другого, разные комментарии, мы их читаем, восхищаемся, хотим поделиться с друзьями.

Еще нам хочется что-то делать конкретно. Значит нужно поехать на семинар, пройти курс медитации, поститься, короче – действия мы любим. Все это дает чувство, что я духовная, я развиваюсь как искатель. Но это ловушка! Медитировать нужно дома, в одиночестве. Чтение разных писаний не приводит к глубине знаний. Можно изучить много писаний, научиться давать хорошие лекции по Веданте, но это не приведет и не приблизит к Само Реализации. Потому что важно глубоко рассуждать о прочитанном. А для того, чтобы появилась способность к размышлениям, ум должен стать чистым и тонким.

Наш учитель все время напоминает нам о том, что нормально, если, начав интересоваться Ведантой, я познакомлюсь с разными школами и писаниями. Но однажды нужно определиться и тогда уже держаться одной школы, одной методики, одного Гуру. В противном случае вся жизнь может уйти на сравнения и восхищение. Веданта говорит –

- Шравана
- Манана
- Ниддхидьясана.

Должно наступить время, когда я сознательно скажу себе, что ум, я не дам тебе увлекаться каждый день новым. Но это уже контроль ума! Опять дисциплина. Поэтому много кто читает, слушает, даже читает лекции, но так и не знает Величия своего Я.

Другая проблема – нехватка Сатва Гуны. Сатва гуна связана с умом, способностью к концентрации, тут немного другой взгляд на ту же самую проблему.

Мы помним, что такое Гуны. Согласно Веданте, весь мир создан из трех Гун: Сатва, Раджас, Тамас.

Сатва Гуна – это тот подъемник, который способен поднять меня в духовности. У нее есть и другие достоинства, но самое важное, что благодаря ей мы способны усвоить знание. Даже чтобы усвоить

теоретическое знание, запомнить его и быть в состоянии о нем размышлять, нужна Сатва Гуна. Поэтому на нашей ответственности работать над тем, чтобы она развивалась, удерживать ее, не поддерживать Раджас, Тамас. Если я читаю и не понимаю, это значит, что во мне нет достаточно Сатва Гуны. **Есть способы, как можно поддерживать Сатва Гуны и это на нашей ответственности. – Какие способы: Сатвическое поведение, мысли, речь, пища.**

Можно быть хорошим специалистом в своей области, доктором наук, но это не гарантирует успех в духовности. Можно разобраться в сложной технической теме за день или неделю, но это не значит, что я за неделю освою Веданту. И наоборот, Рамана Махарши не закончил школу. Есть много и других примеров, когда просветленные люди, святые не получили особенного образования и написали замечательные трактаты. Все дело в Сатвическом уме, однонаправленном, чистом.

Неспособность понять писания исходит от неподготовленности ума, отсутствия Сатва Гуны и причина номер три – недостаточность веры, **Шраддха.**

Необходима вера в писания. Мы все получили образование и привыкли, что все должно иметь объяснение, подтверждение, доказательство. И это правильно, никому не нужна слепая вера. Нужно разбираться и задавать вопросы.

Но, с другой стороны, подумайте, учению многие сотни лет. Такие люди, как Вивекананда, Днянешвар, Рамдас Свами приняли философию и достигли с ее помощью просветления. Нам нужно научиться сочетать веру с изучением Веданты. Такая вера ускорит наш прогресс. Нет смысла искать «дыры» в системе. Вся система прошла через века дискуссий и на любое сомнение можно найти ответ. Но уйдет вся жизнь на сомнения. Поэтому важно иметь веру в писания, веру в Гуру, достигнув Мокшу вера упадет, появится личный собственный опыт.

Вера должна быть непоколебимой. Не нужно придумывать свои пути, нужно слепо верить в то, что говорит мой Гуру и святые. «Не нужно скакать на осле своего интеллекта».

Что значит «слепо верить»? – Я болею и прихожу к врачу. У меня нет медицинского образования. Остается только принимать то лечение, которое назначил врач. Если оно мне кажется неправильным, то можно пойти к другому врачу. А можно искать по симптомам лечение в интернете. Все это мой выбор. Но тут просто крик души учителя: скажи: «ДА»! Это на твою же пользу. Нет доказательства, что есть перерождение и не может быть. Нет математического или научного доказательства теории Кармы и не может быть! Нет научного лабораторного

подтверждения существования Ишвары. Но вера, убежденность, что система верна и все обязательно сработает, ускоряет мой прогресс, а это единственное, что нам нужно. Нам нужно достичь прогресс прямо в этой жизни. Мы не знаем, сколько у нас времени сейчас и что будет в следующем рождении. Человеческое рождение большая редкость и оно у нас есть сейчас. Самый большой грех не использовать его для достижения своего Я.

Давайте подведем итог шлоки 29: Атман – величайшее чудо из чудес. С одной стороны, это мое истинное Я. Но мы это никак не чувствуем. И конечно же, с Атманом не работает ничего, к чему мы привыкли за свою жизнь. Но на моей ответственности стремиться к тому, чтобы чудо превратилось в мое личное переживание.

Шлока 30 завершает Йогу Знания.

Шлока 30

*Dehī nityam avadhyo 'yaṁ dehe sarvasya bhārata |
Tasmāt sarvāṇi bhūtāni na tvaṁ śocitum arhasi || 30 ||*

*Ātman pervades the body of every being, and it can never be destroyed.
Therefore, it is not right for you to grieve for any being.*

Атман пронизывает тело каждого существа, и Он никогда не может быть разрушен. Поэтому неправильно тебе скорбеть ни о каких существах.

2.30. О потомок Бхараты, воплощенный в теле вечен и не может быть убит. Поэтому тебе не стоит скорбеть ни о каких существах.

На шлоке 29 заканчивается учение Кришны. По сути, Он мог бы на этом остановиться. Но Арджуна устроен, как и мы все, он нуждается в дополнительном объяснении и мотивации, поэтому потребовались 18 глав. Все, о чем говорится дальше, повторение и повторное объяснение той же концепции с различных перспектив. В шлоке 30 Кришна подводит итог учения.

Dehī «воплощенный в теле» -

Здесь употребляется единственное число. Не в каждом теле свой Атман, а Единый Атман во всех нас.

Важные слова в 30 шлоке «воплощенный в теле» - **Дехи и Деха** (Dehi Deha). Дехи - тот, кто находится в теле, Деха – тело (буквальный перевод «то, что сжигают»). Опять говорится, что тело-Деха нечто внешнее, а Дехи, тот кто пребывает в теле, внутреннее. Здесь Дехи имеется в виду Атман. Говорится, что Дехи «не может быть убит» -

Avadhya (Авардхья) – неразрушимый. Тело всегда подвержено разрушению, а то, что в теле неразруσιμο. Нужно осознать этот факт во всех существах и не скорбеть.

Кришна говорит об этом Арджуне, т.к. он собирается воевать, убивать, он должен помнить обо всем, что сказал Кришна. Мы не собираемся воевать и убивать, но всякий раз, когда мы общаемся с людьми, мы не в состоянии различать между внешним и внутренним и все время привязываемся к тому, что внешнее и пренебрегаем, забываем внутреннее. Мы все время забываем, что внешнее имеет тенденцию к разрушению, а внутреннее постоянно и вечно.

Нужно постоянно помнить об этом факте, всякий раз, когда мы имеем дело с любым живым существом, не только с человеком.

Все наши родственники, близкие люди – Атман. Никто не может умереть. А тело умрет, прикладывая мы к этому усилие или нет, все равно умрет. Атман не может быть разрушен, какие бы мы усилия ни прикладывали.

Опять в шлоке слово «*скорбеть*». Др. Кака делает ударение на нем. Зачем мы вообще занимается философией? Любое чувство скорби, огорчения, горя, несчастья повод для изучения Гиты. Но если я прямо здесь и сейчас счастлива и ничего не способно вывести меня из этого состояния, то нет никакой необходимости в Гите.

Можно говорить о духовной зрелости. Любая скорбь – проявление духовной незрелости. Процесс этот очень постепенный, невозможно завершить духовное взросление быстро, как ускоренный курс английского. Нужно время, терпение, настойчивость, и, конечно, вера в писания и в Гуру, о чем мы уже много раз говорили.

Обзор Джняна Йоги.

Все началось с того, что Арджуна отказался от исполнения долга, опустил лук и молчал в смятении. Он не знал, что ему делать, что правильно и что нет в его ситуации. У нас такие ситуации тоже каждый день. Не всегда они такие острые, как у Арджуны, он стоит на поле боя, и он командующий армией, огромная ответственность. Нам часто приходится выбирать не только между добром и злом, а между тем, что немного лучше или

кажется, что немного лучше. Проблема выбора возникает в жизни постоянно. Иногда и тот и другой вариант – оба плохие, нужно выбрать меньшее из двух зол.

Арджуна задал конкретный вопрос, что ему делать. Но Бхагаван Шри Кришна, его друг, вместо того чтобы ответить на конкретный вопрос, начал объяснять ему глубокую философию жизни, объяснять кто есть Я. Он объясняет Арджуне, что есть мое истинное Я, и через Арджуну это объясняется и нам.

Казалось бы, как связан конкретный вопрос с таким ответом? Первые 10 шлок 2 главы описывают ситуацию Арджуны и причину его скорби. А шлоки с 11 по 30 объясняют учение об Атмане, моем истинном Я. Можно подумать о такой ситуации: на стене в комнате вдруг появилось пятно. Взяли и забелили, все просто. Но прошло немного времени пятно появилось опять. Можно еще попробовать забелить, или повесить туда картину, но правильнее, очевидно, разобраться откуда пятно берется и устранить саму причину появления пятна. Именно это и делает Кришна. Вместо того, чтобы объяснять Арджуне, что ему сделать, Он ищет корень причины всех огорчений и сомнений, объясняет, как от них избавиться раз и навсегда.

Любая проблема, которая прямо сейчас есть у нас, какой бы личной и особенной она ни казалась, сводится к тому, что мы не знаем, кто мы. Мы считаем себя ограниченными существами, ограниченными в пространстве и времени: я Ирина, я пенсионерка, у меня плохое здоровье, проблемы с жильем, с парковкой около дома, с соседями – все это ограничения, которые и есть корень всех моих проблем. Я уверена, что я вот это тело, которое стареет и рано или поздно умрет. Тут Кришна и говорит: «Да, ты тело на уровне вот этой реальности, реальности мира, который нас окружает. Но есть еще другая реальность.» И эту Абсолютную Реальность объясняет Кришна в шлоках с 11 по 30.

В них дается описание нашей истинной Природы. Говорится о Сат, Чистом Существовании, это и есть Я, Я не связана со временем, Я никогда не родилась и никогда не могу умереть. Меня нельзя разрушить, Я вечная. Меня невозможно понять при помощи 9 Праман, способов познания. Я не совершаю никаких действий и не наслаждаюсь результатами действий. Я изначальная, неизменная, всепронизывающая. Меня невозможно разрезать, сжечь, Я непроявленная. Все изменения, которые происходят, они в теле или в уме, но никак не во Мне.

Кришна говорит: не огорчайся, ты вне изменений, вне времени, вне рождения и смерти. Ты есть неограниченное ничем Существование,

Знание и Блаженство. Так Кришна описывает Атман. Но Атман – это не абстракция, которая непонятно где, это я, прямо сейчас. Каждое из слов, описывающий Атман, нужно проследить к себе. Это Я неизменная, Я непознаваемая, Я есть ТО. И, наконец, в шлоке 29 Он говорит о том, что Атман такое чудо, такая редкость. 1 из 1000 проявляет интерес к духовности и 1 из 1000 тех, кто проявляет интерес, познает свое Я. Не чудо ли это? Прямо сейчас Я есть бесконечное Блаженство, а я продолжаю идти по жизни с сиротской кружкой и искать крохи радости.

Какие важные выводы из Йоги Знания:

- Мудрый не скорбит
- Единственная Реальность, то, что бессмертно – это Брахман, Я.
- Тело подвержено изменениям, родилось и обязательно должно умереть, но Я не тело.
- Весь мир преходящий и так же преходящи радости и печали, которые испытывает тело
- Атман присутствует здесь и сейчас, пронизывая все, но невозможно почувствовать Его органами чувств, невозможно познать или даже помыслить.
- Окружающий мир, включая мое тело – иллюзия, Митхья, Майя.

Вся Джняна Йога в одной фразе: **Брахман Реальность, мир иллюзия, Я есть Брахман.**

Завершив объяснение об Атмане, Кришна видит, что Арджуна продолжает сидеть, и Ему ничего не остается, Он начинает убеждать Арджуну, чтобы он встал и начал сражение. Об этом несколько следующих шлок.

Шлока 31

***Svadharmam** api cāvekṣya na vikampitum arhasi ।*

*Dharmyād dhi yuddhāc **chreyo** 'nyat kṣatriyasya na vidyāte ॥ 31॥*

Более того, учитывая твой долг воина (Kṣatriya), тебе не подобает отказываться от битвы. Поистине, нет лучшего дела для воина, чем сражение, основанное на Дхарме.

2.31. Учитывая свой особый долг, ты не должен колебаться; нет ничего лучшего для кшатрия, чем праведная битва.

Здесь Кришна говорит, что забудь философию, но вспомни о своих обязанностях, Свадхарма. Это то, что приведет тебя к Шрея.

Два новых термина, которые важные в философии и которые мы разберем, т.к. они будут часто встречаться: **Свадхарма** и **Шрея**.

Сначала мы обсудим, что такое **Свадхарма**.

- дословно «твоя собственная Дхарма» - твоя собственная сущность, собственная природа или собственные обязанности. Это именно определяет то, что правильно и что неправильно для меня в каждой конкретной ситуации.

Раньше практически все определялось Кастами или стадией жизни. Стадии жизни всего 4:

- подросток, ученик
- хозяин, глава семьи,
- пенсионер, обязанности постепенно передаются детям.
- отречение – раньше реально уходили в лес и доживали там.

Касты: все население Индии делится на

- брахманов — жрецы и ученые, врачи
- воинов — кшатриев,
- торговцев, ремесленников, фермеров — вайшьи и
- рабочие — шудры.

Каждая каста в свою очередь подразделяется на многочисленные подкасты, в основном по территориальному и профессиональному признакам.

У подростка другие обязанности, чем у хозяина дома, отца семьи. У фермеров другие обязанности, чем у воинов. Жизнь и обязанности точно определялись кастой и стадией жизни.

Все описано подробно в Ведах.

80% - описание что и как нужно делать по жизни

16% - описание жертвоприношений

4% - Упанишады.

Нам трудно сейчас с уверенностью сказать, что мои обязанности, а что нет. Раньше Свадхарма определялась кастой, под-кастой, стадией жизни, общей моралью, соответственно жестко определялись обязанности и это было понятно. Если я мальчик, в семье крестьян, в возрасте 15 лет – нужно учиться ухаживать за полем. Далее женился – содержать семью, работать на поле и соблюдать моральность. Есть еще специальные обязанности, вытекающие из положения в обществе, карьеры, состояния семьи. Например, Арджуна был не просто из касты воинов, но его еще назначили главнокомандующим армии.

Соединив все вместе, каста + возраст + специальная позиция в обществе + конкретное состояние семьи + мораль = обязанности конкретного человека в конкретной ситуации, что правильно и что нет для меня - Свадхарма

Сейчас все поменялось, никто не придерживается каст и периодов жизни, поэтому трудно точно сказать, что мои обязанности. В 70 лет многие еще работают, а в 30 нет. Тут нам нужно самим разбираться. Тоже не так просто, например, дети взрослые, работают. Какие у меня относительно них обязанности? Внуки – это моя ответственность или нет?

В чем была проблема Арджуны? – он всю ситуацию рассматривал с точки зрения я и мое: как я, наконец, отомщу за все страдания, получу королевство, которое мне принадлежит по праву - вместо того, чтобы думать о том, что он был воин и должен был просто выполнять свои обязанности, защитить людей от злодеев. Это меняет всю перспективу. Он главнокомандующий армией. Что будет со всеми, кто стоит под его знаменем, если он сейчас уйдет с поля боя? Никуда не деться от собственной совести.

Shreya –Preya.

«нет ничего лучшего для кшатрия»

Шрея и Прея мотивируют человека на достижение двух разных целей.

- Шрея – то, что приведет меня к духовному благу, к преимуществу, с точки зрения духовности или в том числе к долговременному «хорошему».
- Прея, означает мирское благополучие или кратковременное удовольствие.

Перед каждым человеком всегда есть два пути – Прея - тот, который чисто привлекателен и кажется приятным, и тот, который ведет к добру, к вашему истинному благополучию - Шрея.

У нас есть выбор. Ни одно другое существо не обладает такой способностью, и ни один человек не может избежать этой ответственности. Каждый момент, независимо от того, замечаем мы это или нет, у нас есть выбор из двух альтернатив в том, что я делаю, говорю и думаю.

Шрея обычно требует усилий, силы воли и терпения, в то время как Прея приносит мгновенное удовлетворение. Шрея ассоциируется с духовностью, а Прея - с чувственным наслаждением. Считается, что Прея углубляет наше рабство, в то время как Шрея ведет к освобождению.

Наш учитель обсуждает здесь Шрея и Прея относительно мирских обязанностей. Мы всегда различаем, что для нас мирское и что духовное, такое различие хорошо и важно в начале, т.к. мы все очень увлечены мирской жизнью. В результате мы все время увлекаемся тем, что Прея и отталкиваем то, что Шрея, на духовность просто нет времени. Мы предпочитаем прогулку учебе, Прея всегда привлекает. Со временем Прея становится вторичной, а Шрея привлекает все больше и становится важной в жизни. Но проблема со Shreya- Preya в том, что нет «белого и черного», они всегда рядом и часто трудно различить, трудно сказать «здесь я останавлиюсь».

Следующая стадия, когда Прея перестает привлекать, Шрея становится важной. Само по себе это хорошо, но остаются мирские обязанности, к которым мы начинаем относиться пренебрежительно. Начинаем думать, что это низкие занятия, мне нужно учить Упанишады, Гиту, а не мыть пол. Но между тем нужно помнить, что есть обязанности, Свадхарма, и они должны быть аккуратно выполнены

Мирские обязанности приводят к Шрея, поэтому их выполнение исключительно важно. Нам напоминают постоянно о том, что очень важно для духовного роста не делить жизнь на мирскую и духовную. Выполняя обязанности таким образом, ум очищается. Только очень чистый ум способен привести нас к цели – как совмещать духовную жизнь с мирской учит Карма Йога – наша следующая тема.

Всякий раз, когда мы пренебрегаем своими обязанностями, мы потом жалеем о случившемся и это только хуже для нас самих, чем просто выполнить обязанности и забыть.

Никогда не будет четкой границы между Shreya –Preya. Нужно понимать, что должно иметь преимущества и выработать свою линию соответственно с обстоятельствами. Нужно научиться расставлять приоритеты в делах, иначе время всегда будет появляться на что угодно, но не на занятия философией.

Арджуне Кришна говорит, что участие в войне его мирская обязанность, которая приведет его к Шрея, это важнее для него, чем сесть и читать философию или медитировать в пещере.

Свадхарма в мирской жизни исключительно важна и ей нужно всегда следовать. Сюда входят обязанности относительно семьи, общества и т.п. Выполнение обязанностей с правильным настроем равноценно медитации!

Итак, мы закончили сегодня Йогу Знания, сделали ее обзор и перешли к следующей теме – Кришна убеждает Арджуну уже без сложных теорий,

почему важно выполнять обязанности. Эта тема будет и на следующем занятии.

Хари Ом Тат Сат!

Лекция 13, шлоки 32-40

Как-то раз мудрецы обратились к Брахману с просьбой: «Ты Один без второго, Нерожденный, Бессмертный, Неразрушимый. Но Ты не имеешь ни формы, ни имени, как же нам поклоняться Тебе? Как петь Тебе славу» Брахман посочувствовал им и сказал: «Хорошо, Я приму форму идола. Тогда будет у вас и имя и форма, вы сможете совершать поклонения. Но только держите это в тайне, не рассказывайте ученым мужам. Они тут же начнут спорить: так не бывает, какой идол? Что за ерунда! Брахман не имеет ни формы, ни имени, Он всепронизывающий, тоньше пространства. И опять они все испортят. Поэтому храните в тайне секрет об идоле». Невозможно любить камень. Никто не поклоняется куску глины. Но мы живем в мире Майи, а хотим к Брахману. У нас нет ничего, кроме Майи, любое средство, за какое ни возьмись, включая саму Веданту – все только Майя. Поэтому не мудро быть самыми умными, искать всему доказательство. Ведь и то, что мы хотим доказать и само доказательство, все Майя. Давайте перенесем фокус с того, что мы хотим отбросить на Реальность. Именно в этом состоит искусство духовной практики.

Повторение: мы закончили Джняна Йогу и следующие несколько шлок не содержат сложных философских идей. После того, как Кришна изложил Учение о том, кем же я на самом деле являюсь, Арджуна остался сидеть. Понятно, что Учение не дошло до Арджуны. Поэтому Кришна вынужден говорить дальше, убеждать, мотивировать. Это, конечно, нам все очень на пользу. Мы тоже пока не нашли ответ на все наши вопросы.

Мы закончили в прошлый раз шлоку 31:

Шлока 31:

Svadharmam api cāvekṣya na vikampitum arhasi ।

Dharmyād dhi yuddhāc chreyo ’nyat kṣatriyasya na vidyāte ॥ 31॥

Более того, учитывая твой долг воина (Kṣatriya), тебе не подобает отказываться от битвы. Поистине, нет лучшего дела для воина, чем сражение, основанное на Дхарме.

2.31. Учитывая свой особый долг, ты не должен колебаться; нет ничего лучшего для кшатрия, чем праведная битва.

Здесь Кришна объясняет Арджуне о его долге – Свадхарма. Не все мы главнокомандующие, но у нас у всех есть обязанности. Нам нужны деньги, их нужно зарабатывать, не всякая работа интересная, иногда приходится совершать дальние концы туда-назад на переполненном транспорте или в пробках. Нужно вести хозяйство, растить детей, готовить, убирать дом. Многим кажется, что это неважные дела. Но Веданта связывает два понятия: Свадхарма и Шрея. Шрея – то, что может быть и не всегда приятно, но хорошо для меня. Другое понятие – Прейя. Шрея и Прейя. Прейя – то, что приятно, мирские удовольствия. Нет ничего неправильного получать удовольствия от мирского. Но всегда есть выбор между Шрея и Прейя. Не всегда они отличаются как белое и черное. Тут нужно самому разбираться, нет одного общего совета для всех и всегда. Так вот, выполнение своих обязанностей хорошо и честно – это Шрея, то, что способствует моему духовному росту. Поэтому отказываться от обязанностей очень неправильно. Мы будем еще много говорить об обязанностях, как выполнять их правильно, чтобы простая уборка квартиры превращалась в духовную практику. Поэтому, если кто-то услышал, что мир иллюзия, а я – Атман, не совершаю никаких действий, поэтому я теперь посуду не мою, я могу их только огорчить – все не так. Нужно мыть посуду, это обязанность и потому мытье посуды то, что хорошо для меня, Шрея. Важен только настрой, мотивация. Такой вывод из шлоки 31.

И дальше шлоки говорят о том же, Кришна убеждает Арджуну.

Шлоки 32-37

*Yadṛcchayā copapannaṃ svargadvāraṃ apāvṛtam |
Sukhinaḥ kṣatriyāḥ pārtha labhante yuddham īdṛśam || 32 ||
Atha cet tvam imaṃ dhārmyaṃ saṅgrāmaṃ na kariṣyasi |
Tataḥ svadharmam kīrtiṃ ca hitvā pāpam avāpsyasi || 33 ||
Akīrtiṃ cāpi bhūtāni Kaṭhayaṣyanti te 'vyayām |
Saṁbhāvitasya cākīrtir maraṇād atiricyate || 34 ||
Bhayād raṇād uparataṃ maṁsyante tvāṃ mahārathāḥ
Yeṣāṃ ca tvam bahumato bhūtvā yāsyasi lāghavam || 35 ||
Avācya vādāṁś ca bahūn vadiṣyanti tavāhitāḥ |
Nindantas tava sāmānyaṃ tato duḥkhataraṃ nu kim || 36 ||*

Воистину, нет лучшего занятия для воина, чем сражение, основанное на Дхарме. О Арджуна! Эта война - открытая дверь, через которую ты сможешь попасть на небеса! Только удачливые воины призваны сражаться в таких битвах. Несмотря на это, если ты откажешься сражаться в этой войне, предназначенной для установления Дхармы, то непременно погрязнешь в грехах и потеряешь репутацию воина. Кроме того, люди будут рассказывать о твоём позоре в веках. Для уважаемого человека бесчестье мучительнее и невыносимее смерти. Те, кто раньше высоко ценил тебя, будут думать, что ты отказался от войны из-за страха, и смотреть на тебя свысока. Твои враги будут порочить твою самую доблесть, за которую тебя знают в народе, и поносить тебя дурными словами. Увы! Что может быть больнее этого? Более того, о сын Кунти! Либо ты будешь убит на поле боя и достигнешь небес, либо ты победишь и насладишься царством земным. Поэтому встань с твердой решимостью сразиться в этой войне!

2.32. О Партха, счастливы те кшатрии, которым выпадает на долю такая битва, открывающая врата рая.

2.33. Но если ты не будешь сражаться в этой праведной битве, то навлечешь на себя грех, отвергнув свой долг и честь.

2.34. Люди постоянно будут говорить о твоём бесчестии, а для почитаемого человека бесчестие хуже смерти.

2.35. Великие воины будут думать, что ты не вступил в бой из-за страха. И они, почитавшие тебя прежде, станут презирать тебя.

2.36. Враги, презрев твою силу, скажут много обидных слов о тебе. Что может быть мучительнее этого?

2.37. Или тебя убьют, и ты попадешь на небеса, или, победив, ты насладишься земным царством. Поэтому встань, о сын Кунти, и решайся на битву.

Комментарий Др. Каки к шлокам 30-37:

Раскрывая духовное знание о постижении Атмана, Господь Кришна также советует Арджуне вести войну с точки зрения исполнения своего долга как Кшатрия (воина). Действительно, для каждого человека нет лучшей Дхармы, чем следование предписанному ему долгу. Для храброго, доблестного, бесстрашного воина возможность сражаться в войне за установление Дхармы - дело высшей удачи и чести. Если бы Арджуна

упустил эту возможность, он понес бы грех неисполнения своего долга, и в то же время его безупречная репутация была бы запятнана. Чем известнее человек, тем больший позор или бесчестье настигает его, когда он совершает неправильные поступки. Таким образом, не участвуя в войне, Арджуна подвергся бы большому позору в обществе. Словосочетание «робкий воин» — это парадокс. В такой ситуации Арджуна потерял бы свое превосходство, порядочность и уважение.

Господь Кришна пытается разными способами пробудить Арджуну к исполнению своего долга. Он описывает различные преимущества исполнения обязанностей и недостатки отказа от них на языке, понятном простым людям. Как говорит святой Днянешвар, Господь Кришна учит весь мир, вовлекая Арджуну в этот процесс в качестве «медиума». «Искатель никогда не должен отворачиваться от своих обязанностей» - такова суть этих шлок.

Мы рассмотрим шлоки вместе.

Кришна хороший психолог, он называет Арджуну «Каунтея» по имени матери. Кунти была королевой из знатного рода Кшатриев. Вряд ли она бы одобрила его бегство с поля боя.

Сначала Кришна проверяет: если Арджуна интересуется раем, то он точно захочет воевать, показывает ему морковку.

Он говорит здесь, что эта война для Арджуны как ворота в рай, которые открываются для него без усилий. В прежние времена рай и ад были важные понятия. Все боялись попасть в ад, и все хотели в рай. Для нас это потеряло значение, но тем не менее, многие все равно верят. Если подумать, то рай и ад очень даже существуют на земле. Совершил убийство — попал в тюрьму — вот тебе и ад. Или муки совести, и тюрьмы не надо.

Не хочешь воевать, тогда ты отказываешься от обязанностей и люди будут смеяться над тобой. Здесь наш учитель говорит о славе и бесчестьи в жизни, о том, что они очень неустойчивы. Какую-нибудь звезду эстрады все знают и любят, и очень скоро начинают ее критиковать, и звезда попадает в немилость. Мы знаем такие примеры с кинозвездами. Чем больше знаменитость, тем ниже падение в немилость и критику. Мы все так устроены, что о плохом мы помним больше, чем о хорошем и больше говорим о плохом. Об этом Кришна предупреждает Арджуну, объясняет, как устроены люди. Он говорит об уважении в обществе.

Для уважаемого человека бесчестье мучительнее и невыносимее смерти.

Известны различные виды желаний или стремлений, которые всем нам свойственны.

Существует 4 типа желаний или стремлений:

1. Vitteshna – богатство. Большинство людей хотят всегда больше и больше богатства, стремление к излишеству.
2. Dareshna – семейное благополучие, желание иметь семью, детей, внуков, любить и быть любимым.
3. Lokeshna – признание в обществе, желание, чтобы люди заметили и оценили меня.
4. Shastreshna – духовная учеба. Желание учить больше и больше. Это может быть изучение Писаний, но также сюда относится общее стремление к знаниям. Обычно все любят много всего учить, с одной стороны это полезно в жизни, с другой стороны образованные люди пользуются большим уважением в обществе. Всегда были люди, которые учили Писания наизусть, Упанишады, все относится к Шастрешна.

Наш учитель говорит, что искатель должен постепенно расстаться со всеми желаниями, осознать, что все они лишь средства, помогающие мне добраться туда, куда я хочу. В процессе духовной практики нужно избавиться от всех желаний. Даже **желание учить** нужно контролировать. Наша цель Само-Реализация, а не стать специалистом в области Писаний и хвастаться, что я уже не только Гиту выучила, но и все Упанишады и еще Пураны и еще и еще.

В этих шлоках говорится больше о Локешна – признании в обществе, славе, известности. Все люди стремятся к признанию. Маленький ребенок что-то делает и ждет похвалу от мамы, старики хотят на старости лет признания от детей, что они столько всего сделали для семьи. Домашние хозяйки, на которых все держится в доме и которых обычно никто не замечает, ждут, что их похвалят и заметят. Праздники: 8 марта, День матери, День отца созданы для таких случаев. Мы все нуждаемся в признании для чувства собственного удовлетворения. Поэтому Кришна и приводит такие аргументы Арджуне, в надежде на то, что если Арджуна имеет чувство Локешна, то Его доводы сработают.

В шлоках 32-36 Кришна выступает в роли мудрого психолога, старается убедить Арджуну.

В конце концов в шлоке 37

2.37. Или тебя убьют, и ты попадешь на небеса, или, победив, ты насладишься земным царством. Поэтому встань, о сын Кунти, и решайся на битву.

Он просто говорит ему: посмотри, если тебя убьют, ты пойдешь в рай, а если выиграешь, то получишь королевство и насладишься всеми прелестями еще на земле, при любом раскладе ты в выигрыше. Почему же ты тогда не хочешь воевать? – Вставай! Практически дает команду.

Нам тоже нужно понимать слова Кришны как команду нам встать и начать действовать, выполнять свои обязанности в мирской и духовной жизни.

Итак, выполняй обязанности! Выполнение Обязанностей, оказывается, еще и ведет к духовному росту. Духовный рост мы не очень замечаем, но постоянно приходится сталкиваться с трудностями и огорчениями. Я стараюсь, все делаю, если хорошо – никто и слова доброго не скажет, а чуть что не так, тут же недовольство. Кришна знает наши трудности, поэтому **Он теперь объясняет, как нужно выполнять обязанности.** Меняется тема обсуждения, Кришна объясняет основы Карма Йоги.

Шлока 38

*Sukhaduḥkhe same kṛtvā lābhālābhau jayājayau |
Tato yuddhāya yujyasva naivam pāpam avāpsyasi || 38 ||*

О Арджуна! Вступай в битву, сохраняя спокойствие в радости и горе, выигрыше и проигрыше, победе и поражении. Поступая так, ты не совершишь греха.

2.38. Сражайся, относясь одинаково к счастью и горю, к потере и приобретению, к победе и поражению. Так ты избежешь греха.

Мы рассмотрим шлоку с двух точек зрения:

Первая точка зрения: Кришна говорит: «**делай правильные дела и не жди результатов**». Важна моральная мотивация к действию, то, с каким настроением ты его совершаешь – при правильной мотивации ты никогда не совершишь грех.

Если вдуматься в слова «относясь одинаково к счастью и горю, к потере и приобретению, к победе и поражению», то понятно, что здесь описана чередка «причин-следствий»:

- Счастье – приобретение – победа
- Горе – потеря – поражение

Как можно одинаково относиться к таким противоположностям? – только в одном случае: если ты делаешь это только потому, что так правильно в данной ситуации, другого выбора нет.

Логично было бы для Арджуны сражаться за победу, за то, чтобы зло было наказано. Нормально иметь определенную цель перед началом действия. Например, мы хотим успех в мирских делах. Для Арджуны это победа. Кришна велит ему отказаться от всех ожиданий – **цель действия и ожидание определенного результата – это две разные вещи. Цель определяется мотивацией.**

Как все случилось? – Арджуна хотел битву, но теперь видит, какой ценой ему достанется победа и не хочет сражаться. Вообще-то он совершенно прав, если рассматривать все на личностном уровне. Но если думать, что я буду сражаться не ради себя, а для королевства, в этом состоит моя обязанность в такой ситуации, то сразу все меняется – другая мотивация!

Если делать правильное дело, то не так важно победишь ты или нет. Просто невозможно жить по-другому, не делать этого. В случае успеха, естественно, человек чувствует счастье, в случае неудачи, конечно, огорчен, но не так, как если бы он это делал только ради себя. Даже проиграв, человек осознает, что он поступил правильно.

Здесь делается акцент на важность морального настроя, на мотивацию к действию. Только при правильной мотивации можно избежать греха. Грех в конце концов выливается в муки совести.

Другая точка зрения на шлоку:

Мандатай говорит, что шлока 16 самая важная с точки зрения философии. [2.16. У несуществующего нет бытия, у существующего нет небытия. Такое знание открыто для видящих истину.](#)

Но с точки зрения духовной практики самая важная шлока 38. Она одна из самых простых для понимания ее сути, но одна из самых сложных в применении, в том, чтобы жить в соответствии с ней. **Если кто-то спросит меня, зачем я учу Гиту, что ты получишь от этой учебы, то можно дать ответ шлокой 38: «выполняй обязанности и оставайся равным в радости и горе, Сукха-Дукха, выигрыш-проигрыш.»**

Обсуждая шлоку, Др. Кака говорил главным образом о словах Сукха и Дукха. Легко сказать и понять: будь равнодушен к Сукха и Дукха, но как же трудно так действовать. Как же трудно одинаково спокойно смотреть на удачи и неудачи в жизни!

Понятно, что если меня радует Сукха – радость или счастье, то очевидно, что и Дукха будет на меня действовать.

Сукха и Ананда разные вещи. В мирской жизни Сукха=счастье. Обычно оно связано с «много» или «больше». Мы всегда думаем, что чем больше всего, тем более счастливой я буду. Больше богатства, денег, власти, здоровья, всего хочется больше. Определение счастья в духовности совершенно другое.

Наш учитель говорит в этой связи о зависти, гнев и страхе.

У меня может быть все и всего много: здоровье, семья, богатство, успех.

Но если внутри у меня постоянно возникают 3 чувства:

- зависть,
- гнев и
- страх,

то меня никак нельзя назвать счастливой с точки зрения духовности. Даже небольшое количество этих эмоций отравляет жизнь. У этих качеств есть множество оттенков, и они не только в мирской жизни, но также проникают и в духовность. Часто бывает сложно их отследить, уловить. Раньше зависть вызывала большая, чем у меня квартира или зарплата, а теперь зависть вызывает успех в духовности. Кто-то быстро все схватывает, кто-то читает лекции, а я все еще.... Много примеров, но во всех случаях с духовной точки зрения я несчастна.

Та же самая логика применительно гневу, страху, беспокойствам, злости. До тех пор, пока во мне присутствуют эти чувства, мой Гуру говорит, что я несчастна с точки зрения духовности. Нужно понять, что для того, чтобы выработать в себе равное отношение к Сукха и Дукха, нужны усилия. Эволюция происходит пошагово, постепенно, и первый шаг здесь осознание Сукха-Дукха с духовной перспективы. Мы часто не готовы признаться в том, что мы несчастны – все вроде хорошо, но изнутри постоянные волнения, беспокойство – все это Дукха.

Нужно не только согласиться, что я несчастна, но и осознавать все такие чувства, замечать их.

- Первый шаг – осознать, что зависть, страхи, волнения, гнев – все вид страданий.
- Следующий шаг – решить, что я не хочу эти страдания, не для этого я родилась, не для того Бог дал мне тело человека, чтобы я чувствовала зависть или беспокойство. Я несчастна, я согласна с этим и хочу быть действительно счастливой.
- Тогда начинается третий шаг – я хочу быть Сукха, счастливой. И не просто счастливой, я хочу быть Ананда, хочу быть самым счастьем.

Я не хочу зависеть в счастье от кого-то или чего-то, хочу абсолютное счастье. Как свет есть сама природа, самая сущность солнца, я хочу, чтобы счастье стало моей сущностью.

Равное отношение к Сукха-Дукха приходит постепенно, через эти 3 шага. Их можно сформулировать так:

1. Сознайся, что ты несчастна
2. Реши стать счастливой
3. Реши стать самым счастьем.

Стремясь к счастью и работая над собой, нужно помнить, что до тех пор, пока я нахожусь в этом теле, надо мной властвует система Ишвары, происходят события, некоторые из них хорошие, некоторые плохие, другие нейтральные и незаметные, все они предназначены Ишварой случиться со мной. Рождение человеком дается, когда количество Папа и Пунья равны, т.е. «тельняшка» - белые и черные полосы в жизни заложены в самом дизайне жизни.

Мой путь никогда не будет выстлан сплошными розами, никогда не будет только из колючек. Каждый день приходит что-то хорошее и что-то плохое в соответствии с системой Ишвары. Ишвара ставит меня перед лицом разных обстоятельств. Но не во власти Ишвары сделать меня счастливой или несчастной в разных ситуациях. Обстоятельства не под моим контролем, но под контролем мои реакции на них, потому что я получила человеческое тело.

Важно понять различие в том, что в моей власти, а что нет. До тех пор, пока непонятна разница, пока я не различаю обстоятельства, события в моей жизни и мои реакции на них, невозможно выработать в себе равное отношение к событиям, невозможно понять, что я должна быть равной при всех обстоятельствах. Случилось событие – это дело Ишвары, но дальше Его роль закончена, потому что это я контролирую свое отношение к происшедшему. Научившись так рассуждать, сразу все для меня изменяется. «Я не дам чувству несчастья унести меня в этой конкретной ситуации» или «я не дам чувству счастья захватить и снести меня в этой ситуации».

Есть еще другой аспект в обсуждении Сукха-Дукха. Новички в духовности могут спросить: «Что же получается, я должна стать каменной? Без эмоций? Просветленные не чувствуют ничего?» — это не имеется в виду в данной шлоке. Не нужно превращаться в робота.

Для просветленных людей очень естественно приходят все чувства и эмоции, как и нам, они возникают в виде всплеска. До тех пор, пока есть

тело и Антахкаран, всем свойственно чувствовать всплеск эмоций. Например, Др. Кака всегда рад приехать на море, которое он любит. Всякий раз он рад увидеть океан.

Всплески эмоций нормальны и естественны, но нужно следить за тем, чтобы всплеск не превратился в волну, которая снесет все.

Есть слова в Джнянешварии, в которых говорится, что не нужно пускаться в пляс от счастья и не браться за пистолет от горя. Все это экстремальные реакции на ситуации. По мере вовлечения в философию экстремальные эмоции будут постепенно уходить.

Такая хитрость, чтобы уменьшить эмоции – нужно всегда помнить, что совсем недолго и любая ситуация, любая эмоция пройдет, ее не удержать, будь она хорошая или плохая.

Надпись на стене во дворце «все пройдет» - помогает в любой ситуации и соответствует любой ситуации. Мы уже все забыли трудности с Ковидом!

Другая хитрость помнить, что Джива – тот, кто наслаждается, а Я есть Атман, и Атман не радуется и не огорчается. Кто чувствует Сукха, кто чувствует Дукха? – все это только Джива, а я Атман, свидетель происходящего. Нужно стараться вспомнить эти хитрости, когда хорошие или плохие эмоции захлестывают.

Был интересный вопрос, который сводился к тому, что есть душа, а есть просто желания, как же их отличить. Если душа – Атман, то Атман не чувствует ничего, Он просто Свидетель происходящего. А эмоции – это все работа ума. Вот об этом и речь: попытайся встать на позицию наблюдателя за эмоциями. Всегда легче давать советы со стороны. Когда я наблюдаю за своими эмоциями, я могу посмотреть на ситуацию со стороны, тогда многое становится сразу понятно. А зачем еще мы учим философию, если не применять ее в жизни?

Др. Кака говорит: «делайте что хотите, но придите к Мокше, не грустите, будьте счастливы».

Шлока 39

Еṣā te'bhihitā sāṅkhye buddhir yoge tv imāṃ śṛṇu ।

Buddhyā yukto yauā pārtha karmabandhaṃ prahāsyasi ॥ 39 ॥

До сих пор я объяснял тебе знание об Атмане. Теперь, чтобы осознать "Я есть Атман", слушай знание о "действиях без желаний" (Niṣkāma Karma yoga). Постоянно размышляя над этим, ты освободишь себя от рабства действий [Атман бездействует или не совершает действий.

Таким образом, это размышление, т.е. Буддхи йога, подразумевает пребывание в мысли: "Истинное Я — не делатель"].

2.39. Я возвестил тебе учение о душе, теперь услышь о йоге божественного сознания; приобщившись к этой йоге, ты освободишься от уз кармы.

Шлока 38 была очень важная. Говорилось о том, что нужно быть равным в Сукха и Дукха. Сейчас начинаются вводные шлоки к обсуждению Карма Йоги – как очистить и подготовить разум посредством действий.

Учение об Атмане изложено, зачем теперь учить дальше? – да потому что очень редко случается, что кому-то говорится: «Ты есть То» и он достигает Просветление. Арджуна не относится к таким. Кроме того, одно дело духовность, а другое семья, те, кто зависят от меня. Как соединить то и другое? Разве они две разные жизни: духовная и мирская?

Большинство из нас так и делают. Проигрывает при этом духовность, потому что слишком велики потребности в материальном мире – проблемы с работой, здоровьем, т.п., а тут еще добавилась духовность. Все естественные проблемы. Мир требует свое с нас, в этом смысле Бог более лояльный начальник, Он не будет требовать и заставлять, все зависит только от нас. Шрея и Прейя! Поэтому так важно не делить жизнь, а сделать всю обычную жизнь духовной.

Карма Йога – это путь действий без желаний и без чувства, что это я все делаю – Нишкама Карма (Кама – желание, Карма – действие).

Научившись совершать действия таким образом, мы освобождаемся от закона Кармы – причины-следствия.

Как закручивается колесо Самсары:

- У нас у всех есть накопленная за многие жизни Санчит Карма
- из нее выбирается Ишварой Прабадха и рождается Джива.
- Джива вынужден по жизни совершать действия Крийаман Карма
- Результаты действий накапливаются дальше в Санчит Карме.

Всякое действие связывает, приводит к последствиям и тем самым к Самсаре. Но здесь будет объяснено, как совершая действия можно избавиться от Самсары. Нужно научиться работать с «машинной», чтобы «машина» меня освободила.

Кришна говорит о «йоге божественного сознания», ее еще называют «Буддхи Йога».

sāṅkhye buddhir yoge

Что такое Йога Божественного Сознания или Буддхи Йога? -

Йога божественного сознания – Санкья Йога:

Sankhya = samyak (полностью, целиком) + khyā (установленный)

Buddhi = intellect.

Sankhya Buddhi – Интеллект целиком установленный, укоренившийся на мысли «Я есть Брахман».

Мы уже говорили о том, что Атман - бездействующий или не совершающий действий. Таким образом, Буддхи Йога предполагает пребывание в мысли, что "Мое Истинное Я - не делающий действия".

Человек достигший просветления есть Сам Брахман. Такой человек связывает себя, отождествляет с Брахманом и никак не связывает свое Я с телом, его интеллект полностью Санкхья Буддхи. В результате все действия, совершаемые таким человеком очень ровные, они не «кусаются», в них нет предубеждений.

В предыдущей шлоке мы говорили о том, чтобы быть равным в радости и огорчении, но радость и огорчение уже результат действия, возникающий после совершения действия. **Здесь же речь идет о самом действии.** Уже при совершении действий нужно быть ровным: ровный ум, ровный взгляд на события, ровный настрой на само действие, которое совершается. До результатов еще далеко, в самом действии нужно иметь ровный ум. У просветленного человека такое состояние ума естественное, но нам нужно стремиться искусственно развивать в себе это состояние. Это тоже часть Садханы (Садхана = духовная практика) для нас.

Карма – это действие. Но когда мы говорим о Карма Йоге, то это означает выполнение действий с Санкхья Буддхи, когда интеллект настроен на то, что я не совершаю никаких действий. Для искателя это искусственная практика, а не естественное состояние. Для просветленного это естественное состояние, так он совершает все действия, т.к. его интеллект укоренен в Брахмане. Поэтому для него ровность в действиях и в результатах приходят естественно.

Так начинается разговор о действиях, свободных от желаний - Nishkam Karma.

Наша задача научиться совершать действия без желаний в мирской жизни и в духовной, но проблема часто в том, что, совершая действие мы даже не отдаем себе отчет, что у нас всегда есть определенные ожидания при выполнении действий. Мы пытаемся быть максимально ровными и не думать об определенных результатах, но, если честно посмотреть на себя, проанализировать свой настрой, мы увидим, что далеко не все действия делаются с отсутствием желаний.

В чем преимущество действий в соответствии с Карма Йогой:

- Nishkam Karma ведет к ->
- Пунья (хорошие дела) ->
- хорошие дела помогают избавиться от беспокойства, угрызений совести, волнений->
- чистота мыслей и отсутствие волнения помогают ослабить результаты невежества, мы больше начинаем находиться под влиянием Сатва Гуны, появляется больше интереса к учебе, учеба ладится ->
- нужно понимать, что только при помощи действий невозможно удалить невежество, для этого нужно Знание Брахмана

Мандатай приводит пример, что младенец заболел, у него высокая температура и мать оставляет все дела, садится рядом с младенцем и делает все, что только возможно, чтобы помочь ему выздороветь. Если ей сказать в этот момент, что зачем ты все это делаешь, так стараешься, он потом вырастет, не вспомнит о тебе, влюбится и уйдет от тебя. На что мать скажет, что ей все равно, что будет потом, будет ли сын ей благодарен или нет, сейчас ее обязанность вылечить его, все остальное не имеет значения. Это очень правильный настрой. Но задача в том, чтобы, когда сын вырастет, не иметь от него так же никаких ожиданий, как и тогда, когда он был младенцем. Часто так не получается.

Др. Кака всегда говорит о том, что моя привязанность к детям должна быть пропорциональна их потребности во мне. Младенцу мать нужна на 100%, но подростку только на 10, соответственно и моя потребность, привязанность должна уменьшиться. Если же взрослая дочь не нуждается во мне, то и я должна быть в состоянии жить без нее. На бытовом уровне мы можем зависеть от своих взрослых детей, но на моральном уровне мы должны быть свободны от них, независимы. Непривязанность к детям должна возрастать.

Шлока 40:

*Nehābhikramanāśo 'sti pratyavāyo na vidyāte |
Svalpam apy asya dharmasya trāyate mahato bhayāt || 40 ||*

Карма (действия), совершенная при следовании этой Карма йоге, не разрушается без плодов [Другими словами, такая карма обязательно получит соответствующие мирские плоды], и она не порицается Дхармой. Она безупречна. Даже небольшая практика этой Дхармы (долга) - выполнение обязанностей в соответствии с Карма йогой - защитит человека от величайшего страха круговорота рождения и смерти.

2.40. На этом пути нет потерь. Даже небольшое продвижение на этом пути освобождает от великих опасностей.

Кришна старается нас всех увлечь и вешает морковку: ничего из того, что мы сейчас учим, не пропадет зря. Все нам запишется в копилку. Но наш учитель всегда предупреждает: не надо строить планы на следующую жизнь, у нас уже прямо сейчас есть все, чтобы не попадать в рай, а достичь освобождение от всей системы.

Итак, мы рассмотрели сегодня шлоки 32 – 37, в них Кришна пытался убедить Арджуну, а вместе с ним и нас в том, что необходимо выполнять обязанности, какими бы они ни были. А далее в шлоках 38, 39 и 40 Он начал излагать основы Карма Йоги – как следует совершать действия, чтобы они становились духовной практикой.

Хари Ом Тат Сат!

Комментарий Др. Каки к шлокам 38-41:

Каждый Джива испытывает двойственность радости и печали, победы и поражения и т.д. Джива является временным, и мир, в котором испытываются двойственности, также временен. Объекты, вызывающие радость и печаль, присущи этому миру. Также и причины победы и поражения, равно, как и победители и побежденные составляют часть мира. Поэтому все они преходящи и иллюзорны, или майические по своей природе. Не уделяя им чрезмерного внимания, искатель должен выполнять обязанности наилучшим образом в пределах своих способностей.

Такое выполнение обязанностей не влечет за собой ни заслуг, ни грехов. Вместо того чтобы погружаться в размышления о том, что можно получить благодаря заслугам или грехам, искатель должен сосредоточиться на осознании того, что «Я есть Атман, который находится вне заслуг и грехов». Обязанности, которые выполняются без желания плодов в соответствии с принципом Буддхи Йоги, не связывают заслугами или грехами. Это просто означает, что обязанности, выполняемые, пребывая в мысли – «Я, как Атман, не являюсь исполнителем» – не создают никаких уз для искателя. Такие действия не пропадают и не считаются напрасными с точки зрения мирских плодов, и они также не осуждаются Дхармой. Эти действия приносят плоды в соответствии с «Законом Прарабдхи», но с точки зрения «Закона Кармы» Ишвары они безупречны. Действия, подобные жертвоприношению (Яджне), которые по своей сути связаны с конкретными желаниями, могут быть прерваны обстоятельствами или

полностью сведены на нет. Действия, не связанные с желаниями, также могут быть прерваны по какой-то причине. Однако, их нельзя назвать «сорванными» или «напрасными», поскольку с ними не было связано никаких желаний. Человек, совершающий действие, остается спокойным, независимо от того, завершено ли действие или прервано, получил ли он какие-либо плоды или нет. Когда действие совершается в соответствии с наставлениями и философией Господа Кришны, изложенными в «Гите», оно не может быть неправильным или несовершенным. Таким образом, человек, не имеющий желаний, не впадает в беспокойство, несмотря на возникающие препятствия, срывы или полное крушение его действий. Поэтому он может сосредоточиться на факте «Я есть Атман». Преданный Сагуна Кришны также может сосредоточиться на своем возлюбленном Господе, выполняя все действия таким образом.

Чтобы вобрать в себя духовную философию на пути к Мокше, необходимо иметь стойкий, непоколебимый, однонаправленный интеллект. Для выполнения любого дела сначала нужно чтобы появилось твердое намерение, а затем действовать в соответствии с ним. Кроме того, нужно неуклонно придерживаться этого намерения, для чего исключительно важна Саттва Гуна. Сама природа Раджогуны – «колебание» или «неустойчивость», поэтому она не позволяет интеллекту твердо придерживаться принятого решения. У многих искателей ум остается поглощенным делами, деньгами, семьей, обществом, политикой, искусством, спортом, развлечениями, пристрастиями, телевидением, литературой, кино, театром и т. д. Такой загруженный ум никогда не может быть устойчивым или сосредоточенным на одной цели. Быть разносторонним и получать удовольствие от различных аспектов жизни, по крайней мере, в какой-то степени, считается признаком выдающейся, развитой, прогрессивной, эстетической и всесторонней жизни в обществе. Подобные люди пользуются большим уважением, поэтому, естественно, многие стремятся так жить. Однако интеллект, который таким образом отвлекается на многое, не может быть направлен и сосредоточен в одном направлении духовных поисков. У искателя, который занимается многими религиозными видами действий интеллект тоже может быть разбросан. Многочисленные ритуалы вызывают разнородные эмоции. Искатель обманывается, думая, что он делает что-то религиозное или духовное, но на самом деле он не продвигается по духовному пути. Необходимо собрать все свои разбросанные эмоции, направить их в одно русло и сосредоточить на одной цели. Без этого интеллект не способен сделать вывод, что «Я есть Брахман», и даже если он это сделает, он не сможет придерживаться этого решения. Чтобы придерживаться решения «Я есть Атман», искатель должен изменить весь свой образ

жизни. Интеллект, погруженный в мирские мысли «я, мне, мое», не может упорно стремиться к тому, чтобы сохранить решение «Я – Атман». Многие легко отвлекающиеся искатели не способны мыслить решительно, и они часто не находят нужных людей, которые могли бы направить их в нужное русло духовного поиска.

Лекция 14, шлоки 41-45

Сегодня мы рассмотрим шлоки 41-45.

Повторение:

Мы рассмотрели много шлок в прошлый раз. Шлоки 32-37 говорили о долге, почему так важно выполнять обязанности. Кришна пытается увлечь, заинтересовать Арджуну. Такая заинтересованность важна мирским людям, какими мы все и являемся. Нам нужна морковка, чтобы поступать правильно. У нас есть обязанности по отношению к себе, семье, обществу, профессии, ритуалам, духовному росту. Мы до сих пор даже не задумывались, но духовный рост с точки зрения Веданы одна из самых важных обязанностей в жизни человека. Кришна использует кнут и пряник. Сначала Он объясняет, как важно и правильно выполнять обязанности, а потом говорит, что будет, если их не выполнять. Говорит о позоре. Арджуна оказался крепким орешком, слушает молча и не спешит воевать. А мы? Не так ли мы все устроены. Уже вроде и ясно все, а страшно сдвинуться с места.

Шлока 38

2.38. Сражайся, относясь одинаково к счастью и горю, к потере и приобретению, к победе и поражению. Так ты избежешь греха.

Главное при выполнении обязанностей: быть беспристрастным по отношению к результату

➤ Как быть беспристрастным?

1. Радость и горе — мирские и духовные концепции
2. Умение осознавать страдания (гнев, ревность и т. д.) и целенаправленно пытаться их преодолеть
3. Неизбежность радостных и горестных событий
4. Понимание бренности людей, предметов, событий, обстоятельств
5. Контроль интенсивности радости и горя

6. Мотивация: поступать правильно или просто следовать личным интересам

Др. Кака уделяет особое внимание словам счастье и горе. Как можно избавиться от них. Он никогда не желает стать счастливым. Потому что «стать» означает временное состояние, оно пройдет и будет обратное счастье – горе. Он предлагает вполне медицинский подход к проблеме. Пока есть чувства:

- зависть,
- гнев и
- страх,

нельзя считать себя счастливой. Поэтому предлагается такая последовательность:

- Первый шаг – осознать, что зависть, страхи, волнения, гнев – все вид страданий.
- Следующий шаг – решить, что я не хочу эти страдания, не для этого я родилась, не для того Бог дал мне тело человека, чтобы я чувствовала зависть или беспокойство. Я несчастна, я согласна с этим и хочу быть действительно счастливой.
- Тогда начинается третий шаг – я хочу быть Сукха, счастливой. И не просто счастливой, я хочу быть Ананда, хочу быть самим счастьем. Я не хочу зависеть в счастье от кого-то или чего-то, хочу абсолютное счастье. Как свет есть сама природа, самая сущность солнца, я хочу, чтобы счастье стало моей сущностью.

2.39. Я возвестил тебе учение о душе, теперь **услышь** о йоге божественного сознания; приобщившись к этой йоге, ты освободишься от уз кармы.

- Переход от обсуждения пути знания к пути действия
- Важность внимательного слушания (Шравана)
- Закон кармы
 - Каждое действие связано с плодом, который необходимо принять (узы на протяжении многих жизней)
 - Приемы освобождения от уз --
 1. нейтральное отношение к результатам -- Минимизируйте желания и ожидания, но выполняйте действие в меру своих возможностей
 2. Понимание разницы между ожидаемыми результатами и фактическими результатами
 3. Неэгоистичные / свободные от желаний действия (обязанности) очищают ум и помогают в духовном росте

Шлока 40:

а. На этом пути нет потерь. Даже небольшое продвижение на этом пути освобождает от великих опасностей.

- Совершение действий по принципам карма йоги
- Действия не пропадают зря - все действия, совершаемые без желаний, очищают ум и помогают в духовном росте
- Отсутствие побочных эффектов
- Даже небольшие усилия помогут справиться с самым большим страхом (смертью/потерей дорогого человека)

Шлока 41

*Vyavasāyātmikā **buddhir ekeha** kurunandana ।*

Bahuśākhā hy anantāś ca buddhayo 'vyavasāyīnām ॥ 41 ॥

О Арджуна! Интеллект должен быть решительным и целенаправленным в этом стремлении. Интеллект тех, кто не способен решить эту задачу, рассеян.

2.41. Разум решительных лишь к одному устремлен на этом пути, о сын Куру, а разум нерешительных многоветвист.

Важная шлока.

Решимость, устремленность, когда ум направлен на Брахман, может быть направлена только на одно. Ум, противоположный такому, будет многоветвист.

Если я хочу достичь Брахман, нужно тренировать интеллект быть однонаправленным. Все остальное, что удерживает, мешает цели, должно быть обрублено одно за другим.

Одно из основных слов в этой шлоке – фокус, концентрация, одно направленность ума, убежденность. Убежденность помогает всегда при достижении цели: я хочу быть миллионером! Или Я хочу стать чемпионкой Олимпийских игр! Для нас в духовной практике это звучит так «Моя цель в жизни - достижение Просветления».

Веданта говорит, что независимо от того, формулируем мы свою цель так или думаем, что хотим стать богатыми, все всегда стремятся только к счастью. Поэтому, что бы человек ни говорил, цель у всех всегда одна и та же – быть счастливым. Почему мы занимаемся духовностью? Да все по той же причине. По словам Кришны Карма Йога начинается с того, что я должна уяснить самой себе что я есть духовный искатель.

При этом можно продолжать жить обычную жизнь и выполнять все обязанности, что и прежде. Имея ясную цель в жизни, сразу становится легче принимать решения. «Как мне лучше поступить? Сделать так или этак?» и т.п. – все легче решать, когда понятна цель. Все, кто достигли успеха имели ясную цель. Даже в обычной работе важно иметь ясную цель и заниматься ей все свое время.

Мы слушаем лекции, получаем советы от Гуру о том, как важно иметь такую цель в жизни. Но при этом нужно самому понять и продумать, осознать, что да, нет другой цели, кроме этой. Нужно самой в нее поверить после того, как выслушаны все советы и обдумано все.

Можно, конечно, сказать, что есть много чего, что мне хочется достичь в жизни. Но мы говорим здесь о самой высокой и важной цели.

Большинство людей ограничиваются планами на день или на неделю и стремятся выполнить их, а большая цель редкость.

«разум нерешительных многоветвист»

У тех, у кого нет цели, есть множество желаний, и они все время гонятся за ними. Энергия растрачивается год за годом. Отказавшись от всех мелких желаний, мы продолжим работать и жить, но прекратится погоня за счастьем в мирской жизни. Мы перестанем кланяться у жизни: ах, мне бы еще здесь немного успеха и там побольше удачи. Мы откажемся от идеи получения счастья от чувственных удовольствий.

Нам всем рекомендуют жить морально. Какой в этом смысл? - все в конечном итоге сводится к миру в уме. Что такое грех? – это когда, совершив действие, нас долго потом мучает совесть.

Интересно, что гнев и насилие могут проявляться в разных формах. Это может быть и склока с соседом, и ссоры на работе или в семье, но избавление от гнева или насилия имеет всегда только один эффект – мир в душе. Так же и чувственные удовольствия тоже бесконечны: начиная с того, что хочется пирожное или поболтать с подругой по телефону, но отказ от всех них дает в результате только одно – мир.

Есть множество способов вранья, которые приводят к разным мыслям и неудобствам. Но избавившись от них мы достигнем мир.

Т.е. все неправильное, неморальное, от которого нам предлагается отказаться, все приводит к разным чувствам и последствиям. Но отказавшись от них мы достигнем только одно - мир в душе.

Слово Тьяга означает отказ, отречение. В тот момент, когда я говорю, что у меня есть одна цель, я отказываюсь от всего, что стоит на пути. Отказаться по-своему легко, легче, чем начинать думать, что может быть последний раз, только чуть-чуть. Просто отказаться всегда легче. Удовольствий много, поэтому трудно бывает выбрать, что мне хочется, а что нет, что я люблю больше и т.п. На удовольствия тратится множество сил и времени. Даже в обычной жизни, чтобы достичь успеха, нужно тоже отбросить все, что мешает и сконцентрироваться на одном. Олимпийские чемпионы и т.п. Естественно, что для такой высокой цели, как Брахман, нужно еще больше усилий.

Тьяга дает только один результат – мир. Этот мир в душе и одно-направленность ума на духовность всегда работают вместе. Невозможно достичь одно-направленность ума без мира в душе. По сути, фокус на духовности и мир в душе – это одно и то же. Для того, чтобы выработать однонаправленный интеллект, важно осознать помехи, что съедают мои силы и время, что мешает достичь цель.

Др. Кака говорит, что конечная цель исключительно тонкая, чтобы ее достичь, нужен очень тонкий интеллект, для этого его нужно отделить от всего «грубого». Это трудно, на нас влияют отпечатки из многих рождений, множество различных загрязнений. Мы все живем в мире, в реальных делах и проблемах, которые отвлекают, поэтому нужно внутренне тренировать интеллект, отделять его от мирского и стремиться делать его однонаправленным, направленным на Брахман, конечную цель.

Установиться в Брахмане помогает Саттва Гуна, это ее функция.

Слово «Гуна» переводится как «веревка», а также «качество».

Гуны бывают:

- Саттва
- Раджас
- Тамас

Мы ощущаем в себе Гуны как настроение.

Чем сильнее Саттва Гуна, тем легче удержать интеллект на Брахмане. Сущность Раджаса неутомимость, беспокойство. У нас у всех есть тенденция безостановочно бежать от одного занятия к другому. Нужно просто понаблюдать за собой. Мы начинаем одно дело, вспоминаем про другое, бежим туда, вспоминаем, что забыли позвонить и начинаем звонить. Мы не в состоянии начать одно дело и довести его до конца. Параллельно идет еще что-то – мы слушаем лекцию или музыку. Др. Кака

говорит, что как ты собираешься решительно сконцентрироваться на одном, если в обычной жизни мы постоянно бежим в 100 направлениях?

Это справедливо в мирской жизни и в духовной. Одновременно читаем много книг, слушаем много лекций. Все это вошло в привычку и очень трудно избавиться от нее, трудно сконцентрироваться, когда мы садимся для медитации. Поэтому важно тренировать себя в одном направлении. Свами Вивекананда говорит: «попробуй начать с простого, попробуй есть так, как будто весь мир не существует». Даже это трудно. Мы тут же начинаем разговаривать, смотреть в телефон, читать или слушать. Нужно стараться делать любую работу так, как будто остальной мир не существует. Легко сказать! Но это необходимо. Нам важно придерживаться одного Гуру, одного пути.

Итак, какие выводы можно сделать из данной шлоки:

- Сформулировать для себя цель
- Не совершать неправильных действий – важен мир в душе
- Отказаться постепенно от всего, что стоит на пути к цели
- Развивать в себе и поддерживать Саттва Гуну

В чем еще наша проблема? – мы привыкли учить разные науки и знаем, как это делается: читаю, разбираюсь, в результате все поняла и могу пересказать. Но в философии этого мало! Нужно еще сесть и подумать над тем, что я поняла, как это касается конкретно меня, какой вывод лично для меня. Без таких размышлений все просто теория, она быстро забывается и никакого толку от нее. Поэтому и говорится в Веданте о трех ступенях:

- Шравана - слушание
- Манана – понимание, выяснение всего, что непонятно
- Ниддхидьясана – выученное должно стать для меня практической реальностью.

Шлоки 42-44

Yām imāṃ puṣpitaṃ vācaṃ pravādanty avipaścitaḥ ।

Vedavādaratāḥ pārtha nānyad astīti vādinaḥ ॥ 42 ॥

Kāmātmānaḥ svargaparā janmakarmaphalapradām ।

Kriyāviśeṣabahulāṃ bhogaiśvaryagatiṃ prati ॥ 43 ॥

Bhogaiśvaryaprasaktānāṃ tayāpahṛtacetasām ।

Vyavasāyātmikā buddhiḥ samādhau na vidhīyate ॥ 44 ॥

Невежественные, приверженные ритуалам люди, не понимающие сути Вед, получают удовольствие от ведических мантр, прославляющих

действия, направленные на получение плодов или выгоды. Их язык вычурный и претенциозный. Они верят, что достижение рая — это высшее счастье. Они не признают существования «раздела Знания» (Jñānakāṇḍa), который отделен от «раздела действий» (Karmakāṇḍa) в Ведах и независим от него. Люди, чьи умы заполнены мирскими желаниями и которые наслаждаются удовольствиями и роскошью, приводящими к рождению, действиям, удовольствиям и страданиям, подвержены тому же влиянию. Их интеллект никогда не может быть устойчивым в глубокой, полной погруженности, стабильной медитации, т. е. самадхи.

2.42. Неразумные люди, которые произносят цветистые речи, прельстясь буквой Вед, говорят, что нет ничего выше этого.

2.43. Исполненные желаний, стремящиеся к небесам и действующие ради хорошего перерождения, — они совершают различные ритуалы для обретения наслаждения и власти.

2.44. Те, кто сильно привязан к наслаждению и власти или чей ум увлечен этим, не обретут устойчивого сосредоточения разума на Боге.

Комментарий Др. Каки к шлокам 42-44:

Эти три шлоки основаны на контексте древней ведической культуры, в которой совершались жертвоприношения (Яджны) и стремились к достижению небесных наслаждений. Сегодня нет причин останавливаться на традиционных ритуалах жертвоприношений и их плодах. Яджня-яга описаны в разделе Пурма-Миманса Вед. Правильно совершая их, можно наслаждаться роскошными удовольствиями в раю. В настоящее время распространяются новые формы наслаждений и роскоши. Хотя вера в концепцию рая отсутствует, фундаментальное стремление к наслаждениям у большинства людей остается прежним. Склонность к неограниченному наслаждению роскошными предметами явно прослеживается в современном обществе. Существует также склонность к отказу от учения, которое предлагает совершать действия и поклонение без желания каких-либо плодов. Люди также отвергают принципы Санкхья-йоги, чтобы освободить место для чисто материалистической жизни. Большинство людей склонны предпочитать сиюминутное удовлетворение вечному, чистому блаженству. Эта склонность в основном является результатом Раджас Гуны и Тамас Гуны. Такие люди с удовольствием вовлекаются в действия (Кармаканда) и все больше привязываются к желанию роскошных райских удовольствий. Их интеллект никогда не может оставаться твердым в истинном Я,

Атмане. В этом отношении важно отметить шрути из Śvetāśvetar Упанишады:

यदा चमादिदाकाशं िष्टवयषयवन्त मानिः ।

madā deṁmaviḡāy duḥkṣyānto bhaviṣyvat ॥ (६.२०)

Yadā carṁavadākāśaṁ veṣṭayiṣyanti mānavāḥ

Tadā devamaviḡāya duḥkḥasyānto bhaviṣyati ॥ (6.20)

«Если человек сможет придумать, как обернуть все небо покрывалом, подобно коже, только тогда можно будет избавиться от страданий в жизни, не зная, кто такой настоящий Бог». Это просто означает, что невозможно обрести вечное Блаженство, не зная, что «Я есть Бог», или не имея непосредственного осознания того, что «Я есть Брахман».

Счастье, получаемое от мирских объектов, иллюзорно, непостоянно и со временем исчезает. Оно порабощает людей, делая их зависимыми от этих объектов. Невозможно обрести истинное и длительное счастье через такие мирские объекты.

Это не очень важные шлоки.

Они не относятся к нам. Раньше люди стремились в рай, теперь люди не хотят в рай, но хотят здесь жить в роскоши. Ко всему этому подталкивает реклама, тоже обещает счастье.

Нам нужно избегать таких удовольствий. Они не ведут ни к чему.

Без Бога невозможно достичь счастья, как невозможно одеться в небо.

Знай и помни кто ты есть, больше не нужно ничего для счастья.

Что плохого в том, что совершаются действия ради мирских удовольствий? – не наступает концентрация, фокусирование разума, нет мира в душе. Мир уносится потоком проблем, ожиданий, страхов.

У Каки в кабинете, пока он работал врачом, висела табличка, написанная его рукой «Помни, что ты делаешь».

Почему нужно защищать и охранять духовную жизнь в начале духовного пути? Рамакришна приводит пример с молодым ростком: его может съесть коза или затоптать корова или он может засохнуть. Поэтому его нужно оберегать и ему нужна подпорка. Другое дело большое дерево баньян. К нему можно привязать слона.

Что самое главное в этих шлоках? – нужно принять решение на всю жизнь и следовать ему. Всегда может случиться, что вдруг из ничего возникнет желание и уведет от духовности на несколько лет. Поэтому нужно быть осторожным. Нужно каждый день повторять себе это решение. Нужно

повторять себе, что я не буду больше мерить свой успех мирскими целями. Друзья и родственники будут успешными и более успешными, чем я в мирских делах, радуйся за них.

Карма Йога еще не началась, но как хороший учитель, Кришна заложил основу:

- В чем назначение Карма Йоги
- Что будет, если ты продолжишь увлечение мирским, в чем вред от таких увлечений.

Шлока 45

Traiguṇyaviṣayā vedā nistraiguṇyo bhavārjuna ।

Nirdvandvo nityasatvastho niryogakṣema ātmavān ॥ 45 ॥

Все четыре Веды имеют дело с характерными тенденциями Саттвы, Раджаса и Тамаса. О Арджуна! Превзойди три Гуны и освободись от всей двойственности. Прибери черты Саттва гуны. Сосредоточься на своем истинном Я, Атмане, не услаждаясь мирской жизнью, полной приобретения и сохранения объектов.

2.45. Веды имеют дело с тремя гунами природы. О Арджуна, будь выше гун. Освободись от двойственности, от стремления к приобретению и сохранению, навсегда утвердись в чистой благодати и в своем я.

Комментарий Др. Каки к шлокам 45-46

Веды состоят из следующих трех разделов:

- Раздел действия (*Karmakāṇḍa*) – теоретическая часть, которая занимается выполнением действий и получением их плодов
- Раздел поклонения (*Uṇāsanākāṇḍa*) – теоретическая часть, которая занимается различными формами поклонения и их результатами
- Раздел знания (*Jñānakāṇḍa*) – теоретическая часть, которая занимается реализацией Атмана, истинного Я

Эти три раздела находятся под влиянием характеристик Саттвы, Раджаса и Тамаса Гун. Среди них «Раздел действия» содержит ритуалы, мотивированные получением плодов, которые создают желания получить и наслаждаться роскошью. Однако Kṛtayuga, Tretāyuga и Dwāpārayuga имели свои особенности. Первые две части Вед, посвященные действиям и поклонению, были важны в ранних югах. В нынешней Кали юге они не так распространены. Сегодня система жертвоприношений (Yajña-Yaga), изложенная в «Разделе действия», в основном заменена действиями,

основанными на карма-йоге, описанной в третьей главе Гиты. Поклонение божествам, таким как Индра и Агни, описанное в «Разделе поклонения», теперь заменено поклонением Господу Раме и Господу Кришне, т. д. Однако «Раздел знания», третий раздел Вед, сегодня так же актуален, как и в прошлом. При изучении «Раздела знания» рекомендуется воздерживаться от игры Гун, относящихся к действиям и поклонению, которым учат Веды, и держаться Атмана, питая только Саттва- Гуну. Большое озеро может иметь огромный запас воды, однако человеку нужно только столько воды, сколько необходимо, чтобы утолить жажду. Точно так же Веды могут предписывать много ритуалов в действиях и поклонении, однако изучение Упанишад в «Разделе знания» достаточно для того, чтобы искатель достиг освобождения. Святой Тукарам говорит по этому поводу: «Веды могут подробно обсуждать многие темы. Но их суть в том, что мы должны полностью предаться Витхалу. Мы должны повторять Его мантру с предельной любовью, преданностью и непоколебимой верой в то, что «Я есть Брахман».

Брахман, истинное Я, неподвластен трем гунам. Искатель, находящийся под влиянием трех Гун, не может осознать, что он есть Брахман. Поэтому тот, кто ищет Знания о Брахмане, не должен увлекаться деятельностью, приносящей результаты или выгоду, и поклонением, приносящем плоды. Когда искатель стремится получить плоды от действий и поклонения, у него в уме возникают дуальности успеха или неудачи, меньшего или большего количества плодов и т. д. Эти двойственности относятся к мирским делам, поэтому он с каждым днем все больше подвергается мирским влияниям. Искателю необходимо сознательно отвергнуть их. Господь Кришна говорит, что искатель, который в основном обладает Саттва Гуной, достигает более высокого уровня богов и других божеств (14.8). Однако Саттва Гуна также создает привязанность (14.6). Желаящий достичь Мокиши не должен гордиться своим саттвичным уклоном, поскольку он является инструментом духовной практики, а не конечной целью.

Все мирские люди должны выполнять работу или заниматься каким-то делом, чтобы прожить. Каждый человек становится богатым или бедным в соответствии с доходами от своей работы. Суровая реальность такова, что даже если люди честно и усердно работают в меру своих способностей, их финансовое положение различается. Ни одна политическая философия не смогла изменить или избежать этой реальности. Святой Рамдас говорит: «Человек должен с радостью заниматься своей материальной жизнью, но в то же время стремиться прогрессировать на духовном пути». Искателю необходимо вести стабильную, обеспеченную мирскую жизнь, но это не означает, что он должен постоянно об этом размышлять или поддаваться ее влиянию. Во-

первых, он должен определить рамки и провести границы своего повседневного мирского существования. Если искатель чувствует себя обязанным удовлетворять потребности всех родственников, членов расширенной семьи, старых друзей, коллег по работе и соседей, то у него не останется времени на духовное стремление. Основная проблема каждого мирского искателя заключается в том, что он поглощен ненужными мыслями, беспокойством и тревогами по поводу повседневной жизни и взаимоотношений. Эти волнения возникают из-за незаконченных дел или обязанностей, выполненных не добросовестно, или из-за ожидания результатов. «Я должен был сделать это», «Я не должен был делать это», «Не знаю, почему я сделал это или не сделал того» — вот некоторые из лишних мыслей, которые обычно занимают ум. Если искатель следует всем предписаниям и запретам, изложенным в писаниях, то тщательное и своевременное выполнение обязанностей не оставит места для беспокойства в его уме. Ожидание результатов, различные желания, постоянное сравнение, соревнование и зависть — вот некоторые другие причины беспокойства и тревоги в жизни. Чувство неуверенности также приводит к беспокойству и тревоге. Искатель должен сознательно избавиться от этих мыслей и склонностей в своем уме.

Очень важная шлока с точки зрения Др. Каки для Садханы. В ней нет ничего нового для нас, но опять и опять делается акцент на применение учения на практике.

Кришна говорит: «нужно превзойти все три Гуны и не просто Гуны, но и все дуальности (люблю - не люблю, плохо- хорошо). Нужно все время пребывать в Саттва Гуне и быть вне приобретения и сохранения, нужно контролировать свои чувства и навсегда установиться в Атмане.»

Сначала разбираем первую строку: «Веды имеют дело с тремя Гунами природы. О Арджуна, будь выше Гун»

Др. Кака обращает особое внимание на то, что нужно быть выше Гун, превзойти все 3 Гуны. Мы знаем, что такое Гуны, но что имеется в виду, когда Кришна говорит о том, чтобы быть вне Гун? Такая красивая концепция и просто слова?

Эта шлока написана в контексте Вед. В прежние времена вся жизнь определялась Ведами: какие действия совершать, какие Упасаны (ритуальные действия) совершать? — все было описано в Ведах. Кришна начинает шлоку с того, что все Веды связаны, полны трех Гун. Т.е. все, что описывают Веды некоторым образом указывает на ту или иную Гуну.

Поэтому, когда я говорю, что я живу в соответствии с Ведами, это значит, что я так или иначе связана с Гунами.

Если моя жизнь так или иначе связана с Гунами, то как я могу их превзойти? Что конкретно имеется в виду, когда говорится про «превзойти»? Ведь все Писания утверждают, что пока человек живет, он всегда связан с Гунами. Никто из нас не может прожить и мгновение без того, чтобы не быть под властью той или иной Гуны.

Просветленный человек находится большей частью под влиянием Саттва Гуны, но и в его жизни обязательно присутствуют Раджас и Тамас. Например, мы видим, что наш Др. Кака пишет книги. Для того, чтобы это делать, нужна Раджас Гуна. Без Тамас Гуны невозможно заснуть. Для проведения занятия по Веданте, чтобы говорить, и чтобы слушать, в обоих случаях нужен Раджас. Но Раджас должен быть разбавлен большим количеством Саттва Гуны, без Саттва Гуны невозможно сидеть и заниматься. Пример Саттва Гуны: я сажусь и начинаю писать текст занятия. Для того, чтобы не отвлекаться, и чтобы работать хорошо, сконцентрировавшись, довести дело до конца нужна Саттва Гуна. У большинства обычных людей не хватает Саттва Гуны, у них столько Раджаса, что они начинают действие и не способны довести его до конца, берутся за другое. Кришна говорит «**nistraigunyo** = go beyond threee gunas» - откажись, превзойди три Гуны.

Др. Кака объясняет, как превзойти Гуны примером из Дньянешвари. Там говорится, что превзойти означает «не принимать Гуны». Как это понять? Два уровня понимания: нужно знать, что они есть, понимать, что в каждый момент они действуют на меня и на других людей. Понимать, какая из Гун захватила меня, и какая преобладает в другом человеке, особенно, когда мы общаемся с людьми. Второй уровень: как уменьшить влияние Гун на меня.

- Помнить, что Гуны существуют
- Пытаться уменьшить их влияние.

Тут есть множество интересных аспектов. Нужно знать и понимать действие Гун во мне лично в каждый момент. Например, я сижу дома, вижу, что вокруг беспорядок и грязь, но нет сил и желания что-то сделать. Что такое? – на меня напала Тамас Гуна. Когда я говорю, что я не принимаю Гуны, то я должна сначала осознать, что я под действием Тамас, а потом должна найти силы в себе не принять, отвергнуть его. Это можно сравнить с беседой со своей собственной Гуной: Тамас, я тебя узнала, ты пытаешься уговорить меня лениться и бездельничать, но я не собираюсь с тобой согласиться, я встану и сделаю все дела. Тоже самое с Раджас Гуной.

Пример с внешностью. Нормально желание выглядеть прилично, аккуратно. Но часто хочется не просто быть прилично одетой, хочется быть очень изысканной, красивой, чтобы другие заметили, похвалили или позавидовали. Уловив в себе такое желание нужно понимать, что Раджас как бы дразнит меня. Нужно узнать Раджас и постараться отказаться от него.

Важно осознать кто кого контролирует, кто управляет? Отличие просветленного человека от обычного в том, что Просветлённый всегда знает какая Гуна преобладает в нем и какая в данный момент в подавленном состоянии. Он способен сказать, что он хочет преобладание той или иной Гуны в себе и способен уравнивать их «смесью».

Мы же, обычные люди, обычно ведемся, управляемся Гунами. Никогда невозможно полностью избавиться от Раджаса или Тамаса – это нужно понимать и помнить. Раджас и Тамас все время будут влиять на меня и определять таким образом мое поведение. Мне поэтому нужно все время быть начеку, понимать, что со мной происходит, стараться уменьшить их влияние, держать под контролем. (разобрать примеры влияния Раджаса и Тамаса и примеры, когда их удалось победить).

Очень интересно и важно понять еще влияние Саттва Гуны. В процессе совершенствования Садханы, постепенно Раджас и Тамас уменьшаются и их место занимает Саттва Гуна. Люди, подверженные Раджасу и Тамасу часто вступают в конфликты с окружающими, в результате люди их критикуют, ругают. Но с преобладанием Саттва Гуны люди становятся приятными в общении и получают похвалы от окружающих людей. Если я всегда спокойна, радостна, в хорошем настроении, стремлюсь к знаниям, то меня начинают хвалить, ценить.

Др. Кака говорит, что это самая трудная цепь для искателя. До этого были цепи из Раджаса и Тамаса, а со временем крепнет цепь Саттва Гуны. Ее очень трудно заметить, признаться себе в том, что цепь есть и что теперь я ограничиваю себя Саттва Гуной. Конечно, всем нам сначала нужно дойти до такого состояния, сначала бесконечная борьба с Тамасом и Раджасом и стремление развить в себе Саттву. Но нужно понимать, что и такая стадия еще мне предстоит.

Невозможен успех в Садхане без Саттва Гуны. Поэтому мы все время к ней стремимся, но тут возникает очень тонкая ситуация. Др. Кака говорит, что с продвижением в Садхане искатель становится более одиноким в том смысле, что мало кто может помочь ему на этом уровне. Самому нужно

узнавать проблемы и самому нужно исправлять себя. Никто не может знать насколько я связана Саттва Гуной, кроме моего Гуру. Все вокруг будут только хвалить меня за то, какая я хорошая. С Раджасом и Тамасом проще – всегда найдется кто-то рядом, кто скажет тебе, что ты опять разозлилась, опять не сдержалась, опять просидела на диване и ничего не сделала. Но не найдется никого, кто бы указал мне на Саттва Гуноу.

Пример с прыжком с шестом. Шест нужен для того, чтобы перепрыгнуть с одной стороны планки на другую, но потом он не нужен и его отпускают, он падает где-то. Невозможно сказать, что шест такой хороший, он пригодится мне еще. Так и Саттва Гуна – просто шест, который дает мне возможность перейти из одного состояния в другое, потом она становится не нужна. Она не нужна в состоянии Просветления. Поэтому в самый последний момент нужно отбросить и Саттву. Удерживая Саттву, невозможно достичь конечную цель.

Как проявляет себя Саттва Гуна и что значит превзойти и ее?

Саттва Гуна проявляется в желании учить что-либо, учить философию, слушать музыку, общаться с искусством. Но постепенно приходит чувство, что не обязательно прочитать все Писания, моя цель Просветление, а не стать специалистом в области Писаний. Театры, концерты – все прекрасно! Но тоже желание становится меньше, при чем не из-за лени пойти на концерт, а как-то иначе чувствуется. Отпускает Саттва Гуна.

Мы остаемся один на один с проблемой Саттва Гуны, но сначала нужно дожить до этого. На начальном этапе важно помнить о двух вещах:

- Узнавать действие Гун
- Не поддаваться им.

Это все относится ко мне и моему взаимодействию с Гунами.

Есть еще проблема с общением с другими людьми. Очень легко утратить равновесие, моральный покой в процессе общения. Др. Кака говорит, что, общаясь, мы всегда видим других как личности: это мой муж, это мой начальник, это мой сосед. Но важно думать о них не как о личностях, а как о смеси Гун. Поэтому это не муж, с которым я сейчас общаюсь, а Гуны. Раджас в нем сейчас преобладает и остальные Гуны кажутся совершенно отсутствующими, не работают. В результате будет намного легче так жить с человеком.

Вывод: узнавать действие Гун в себе и узнавать их действие в других людях. Это позволит не попадать под их влияние и управлять Гунами. Поставить себя в постоянный диалог с Гунами: я сейчас тобой воспользуюсь и потом отпущу.

Мы рассмотрели сегодня шлоки 41-44 и начали шлоку 45, в ней мы рассмотрели только первую строку, которая говорит о том, как стать выше гун.

Важная шлоки 41 объясняет, что нужно понять для себя, зачем мы учим философию. Редко бывает, что человек приходит в класс Веданты и у него уже нет других интересов, кроме духовности. Но по мере изучения, практики, постепенно происходят внутренние изменения и начинаешь понимать, что никак невозможно жить без духовности. Тогда начинает происходить переоценка ценностей, перестановка приоритетов. В конце концов важно прийти к тому, что нет для меня важнее дела и цели, чем Веданта.

Мы продолжим знакомство со шлокой 45 в следующий раз.
Хари Ом Тат Сат!

Лекция 15, шлоки 45-47

Я вернулась из поездки к Учителю. Я езжу к нему каждый год. Зачем такой дальний путь, чтобы побыть рядом с ним несколько дней?

Конечно же хочется погреться в лучах Ананды, которые исходят от него. Мы переводим слово Ананда как блаженство, просто нужно как-то перевести. В нашей жизни нет ничего похожего на это чувство или состояние, как лучше назвать такое переживание. Первый раз такое переживание мы получаем во время посвящения, Ануграхи, и оно оставляет незабываемый след, невозможно его забыть. Находясь рядом с учителем, понимаешь, что Само-Реализация не абстрактная цель и вся учеба не просто интеллектуальное упражнение.

Я спросила у него: я ведь вижу, как вам тяжело, все болит. Неужели вы все равно в Ананде? Он ответил: Да, конечно, ведь это То, что есть Я.
А как же боль? – Боль – это Митхья, иллюзия.

Вот оно как! Мы понимаем логику, почему мир иллюзия, но боль для нас реальность. А мое Я – это пока только теория. В этом вся и разница.

И еще я спросила: возможно ли прямо в этой жизни достичь Мокшу? – ответ прозвучал тут же, однозначный, твердый: «Да».
Мокша вне Прарабдхи, все в наших руках.

Обзор главы 2, Санкхья Йога.

2.01 - 2.10: Описание сцены, на которой происходит действие. Арджуна в полной растерянности, не понимает, что ему делать и просит Господа Кришну быть его учителем.

2.11 - 2.30: Бхагаван Кришна передает Арджуне глубочайшую философию самопознания. Дается описание Атмана, как Абсолютное Существование, Атман не познаваем как объект – Апрамея, Один без второго, неразрушимый, неизменный, Он не является деятелем, Он не тот, кто наслаждается результатами действий, нерожденный, вечный, непроявленный, непостижим умом. В сумме всё это описывает Атман как Чистое Сознание — вечное, неизменное, неделимое, вне действий и переживаний, не объект познания, а сама основа всякого опыта.

Я есть ТО (СОХАМ)

2.31 - 2.37: Взгляд на ситуацию с позиции выполнения долга. Выполнение долга не может быть грехом.

Главное послание: встань и сражайся — выполняй свой долг в любой ситуации.

2.38: Важность сохранения беспристрастности при выполнении долга

2.39: Введение в Карма Йогу

2.40: Преимущества выполнения действий с использованием принципов Карма Йоги

Повторение:

2.41. Разум решительных лишь к одному устремлен на этом пути, о сын Куру, а разум нерешительных многоветвист.

В шлоке говорится о целенаправленности, устремленности, цели. Понятно, что только начав заниматься философией, невозможно сказать, что это цель моей жизни. Но полезно задумываться о том, что же важно в моей жизни, куда уходят силы и время?

В связи со шлокой мы рассмотрели слово «Тьяга» - отречение, отказ. Не нужно уходить в монастырь и отказываться от радостей жизни, но, когда понятно, что важно и что второстепенно, легче принимать решения, легче отказаться от всего, что мешает. Как и в диете, часто бывает легче отказаться сразу и полностью, чем постоянно устраивать внутри себя обсуждение. Но, тут невозможно просто давить на себя, нужно время. Даже переход на вегетарианство часто требует времени.

Далее мы говорили о важности поддержания в себе Саттва Гуны и о важности совершения моральных действий – только с чувством мира в душе возможно занятие духовностью.

Выводы из шлоки такие:

- Сформулировать для себя цель
- Не совершать неправильных действий – важен мир в душе
- Отказаться постепенно от всего, что стоит на пути к цели
- Развивать в себе и поддерживать Саттва Гуну

Шлоки 42-44

Это не очень важные шлоки.

Они не относятся к нам. Раньше люди стремились в рай, теперь люди не хотят в рай, но хотят здесь жить в роскоши. Ко всему этому подталкивает реклама, тоже обещает счастье. Опять, нужно помнить, что важно для меня, что нет. Мы не аскеты, нужно, чтобы жизнь была организована максимально удобно, тогда и времени больше освобождается для духовности. Но не бежать за излишеством. Важно соблюдать баланс.

Шлока 45:

Traiguṇyaviṣayā vedā nistraiguṇyo bhavārjuna ।

Nirdvandvo nityasatvastho niryogakṣema ātmavān ॥ 45 ॥

Все четыре Веды имеют дело с характерными тенденциями Саттвы, Раджаса и Тамаса. О Арджуна! Превзойди три Гуны и освободись от всей двойственности. Приобрати черты Саттва гуны. Сосредоточься на своем истинном Я, Атмане, не услаждаясь мирской жизнью, полной приобретения и сохранения объектов.

2.45. Веды имеют дело с тремя гунами природы. О Арджуна, будь выше гун. Освободись от двойственности, от стремления к приобретению и сохранению, навсегда утвердись в чистой благодати и в своем я.

Здесь мы успели разобрать только первую строку. Гуны действуют на всех постоянно, невозможно отключить их. Они нужны и полезны при совершении различных действий. Как правило они все 3 действуют на каждого из нас постоянно, меняется только их смесь. Важно помнить об этом, научиться понимать, какая Гуна преобладает во мне в данный момент, не вестись Гунами, а стараться подавлять нежелательное влияние.

Опять говорится о важности развития Саттва Гуны, и о том, какие подводные камни есть и у нее.

Гуны не только во мне, но и в других людях! Мы думаем, что мы общаемся с личностями, а эти личности тоже полностью повязаны Гунам. Так кто же общается? – моя Гуна общается с Гуной моего собеседника. И что из этого получается? – мы сами видим. Мы только начали заниматься Ведантой, хорошо бы научиться для начала помнить о Гунах, особенно, когда возникает критическая ситуация. Постараться хотя бы попытаться удержать свою Гуну и определить, в какой Гуне находится тот, с кем я общаюсь. Накал страстей точно спадет! Интересно, что с одной стороны Веданта всегда говорит, что, например, мы не в состоянии контролировать Гуны, а с другой – это на нашей ответственности. Как это понимать? – Если я ничего не делаю, то все так и останется. А если я начну задумываться, то постепенно появятся изменения. Эволюция происходит медленно.

Теперь рассмотрим вторую строку: «Освободись от двойственности, от стремления к приобретению и сохранению, навсегда утвердись в чистой благости и в своем я.»

Разберем слово за словом.

niradvandvo – Освободись от двойственности.

Др. Кака объясняет это просто: в жизни всегда все связано с удовольствием и болью, счастьем и страданием. Из них следуют пары: выигрыш-потеря, желательное – нежелательное, хорошее-плохое, критика-похвала и т.п. Но все берет свое начало с того, что я хочу быть счастливой и стремлюсь избежать несчастья. Чтобы освободиться от дуальности, можно размышлять тремя способами:

1. Размышлять об Ишваре и Его системе. До тех пор, пока я живу человеком, мне не избежать событий, которые либо делают меня счастливой или несчастной. Столкнувшись с любым событием, хорошим или плохим: нужно принять, что это система Ишвары. Это Он дал мне эту ситуацию, мне ее не изменить, но я решаю то, как мне на нее реагировать. Я принимаю любую ситуацию, т.к. это Его воля.
2. Помнить, что Я есть Атман. Почувствовав хоть счастье, хоть боль, нужно вспомнить, что все эти переживания связаны с Дживой, с телом, а Я ни то ни другое, Я Атман, Я отделен от всего этого. Это самый простой и прямой способ, позволяющий избавиться от радости или горя, это та самая Атма Вичара, о которой говорит Рамана Махарши. Т.е. мы просто отделяем себя от переживания. Но для большинства из нас очень трудно размышлять таким образом.

3. Всегда помнить, что все пронизано Брахманом, по сути дела все вокруг есть Брахман в действительности. Но если все вокруг Брахман, а Брахман есть Сат Чит Ананда, то Я есть само блаженство. В Брахмане не существует даже концепции боли или горя, этого ничего не существует в реальности. Это только я так переживаю ситуацию. Сама по себе ситуация совершенно нейтральна, в ней нет никакой боли, потому что ситуация по своей природе всегда Ананда. Все вокруг Ананда-ситуация, Ананда, и только я характеризую ее как боль.

Рассуждая таким образом, нужно стремиться превзойти удовольствие и боль.

Это и есть мой разговор с Учителем: неужели боли не мешают вам находиться постоянно в Ананде? – нет, не мешают, потому что это то, что есть мое Я.

А как же боли? – Боли нереальны. Вот как! Мы выучили, что мир иллюзия и горды собой. Но чувствовать боль и понимать, что это иллюзия, а Я есть Ананда – это другой уровень, это уже не теория, а образ жизни.

Следующее слово «[навсегда утвердись в чистой благодати и в своем я](#)»:

Nityasattvastho = sattva guna / sat principle. Др. Кака дает для него два значения:

- Саттва Гуна - означает всегда быть установленным в Саттва Гуне
- Принцип Сат – быть всегда установленным в принципе Сат, Чистом Существовании.

Быть установленным в Саттва Гуне – нужно стремиться находиться под ее влиянием, как можно дольше.

Всегда при общении с миром нужно стремиться помнить о Чистом Существовании, Сат и не обращать внимание на имена и формы, как мы всегда делаем. Как можно развернуть мысль в сторону Чистого Существования? –

Брахман есть Сат Чит Ананда – Бытие Сознание Блаженство.

Это то, что является основой мира.

Бытие, Сознание, Блаженство проявляются в окружающем мире таким образом:

У каждого предмета, какой бы мы ни взяли, есть 5 характеристик:

1. **Асти:** предмет существует, т. е существование
2. **Бхати:** предмет можно узнать, т.е. узнаваемость
3. **Прийя:** предмет может нравиться или нет, т.е. привлекательность
4. **имя**
5. **форма**

Существование, узнаваемость и привлекательность берут свое начало из соответственно Сат Чит Ананда.

Мы всегда направляем свое внимание на имена и формы, а нужно тренировать себя видеть существование, узнаваемость и привлекательность и таким образом мысленно привязывать любой предмет к Брахману. Имена и формы у всего разные, а существование, узнаваемость и привлекательность у всех предметов одна и та же.

На санскрите эти характеристики называются Асти, Бхати, Прийя. Они будут регулярно встречаться, поэтому важно понять их. Брахман не имеет формы, он есть Сат Чит Ананда. Как возникает мир? Ишвара создает его на основе Брахмана.

В результате того, что Брахман есть Сат – Чистое Существование, каждый предмет получает существование, **Асти**. Стол существует. Вот он стол, стоит здесь. Асти – это существование, не связанное с конкретной формой, но уже проявленное существование. Оно соответствует глаголу «есть», который мы обычно опускаем в разговоре. Это есть стол, это есть стул.

У стола и стула есть определенная форма, по которой я могу узнать стол и стул. Это знание берет свое начало от Чит и называется **Бхати**.

Все предметы я узнаю и какие-то мне тут же нравятся или «нравятся», когда их лучше нет, например, вирус. Так проявляет себя Ананда и называется **Прийя**.

Асти Бхати Прийя относятся к Ишваре, т.к. они возникают при создании Ишварой мира и у всех предметов они одинаковые.

Последние характеристики – имена и формы – относятся к Майе, которую мы все ощущаем, все, что нас окружает.

- Существование – Асти
- Узнаваемость – Бхати
- Привлекательность – Прийя

Нужно научиться отвлекать себя от имен и форм, стараться обращать внимание на Асти Бхати Прийя. Например, я встречаю девушку, и тут же думаю: «Ну и уродка, толстая и так ужасно одета». Мы все живые люди и такая мысль часто неосознанно возникает. Но важно заметить ее, не дать ей развиваться, чтобы она осталась в виде мелкого всплеска. Потом постараться перенаправить мысль на то, что вот девушка существует, я ее вижу и в состоянии оценить ее привлекательность. Перенаправить мысль на Асти Бхати Прийя, не оставаться на самом низком уровне Майи – имена и формы.

Следующее слово «Освободись от стремления к приобретению и сохранению»: **Nir-yoga-kshema**

На Санскрите используются слова «Йога» и «Кшема». Йога здесь обозначает присоединение. Его перевели как «приобретение». Пусть новый мобильник присоединится ко мне. Кшема – сохранение.

Т.е. все наши желания сводятся к тому, что мы хотим сохранить все, что мы любим – благосостояние и близких людей, и мы хотим получить другие разные вещи, которых нет, а хочется. Или, наоборот, мы хотим сохранить отсутствие чего нам не хочется и не дать присоединиться.

Можно по-разному комментировать и объяснять эти слова, но мы придерживаемся того, что говорит Др. Кака. Живя в мире, необходимо думать и заботиться о Йоге и Кшема. Нужно приобрести и сохранять то, что поддерживает нормальную достойную жизнь, сюда относятся дом и одежда, еда и другие полезные вещи. Кшема означает уход за всем, поддержание. Неправильно сказать, что я теперь очень духовная и не собираюсь ремонтировать дом или следить за машиной. Вообще-то слово «Niryogakshema» означает отказ от Йоги и Кшема. Но Др. Кака объясняет иначе.

Будучи духовным искателем, я обязана заботиться обо всём, что связано с мирской жизнью. Нельзя просто переложить всю ответственность, связанную с мирской жизнью на кого-то другого. Скорее наоборот: нужно аккуратно и точно выполнять свои обязанности, хорошо наладить быт. Чем лучше организована мирская жизнь, тем больше времени останется у меня на Садхану.

Невозможно совершенно отречься от Йога и Кшема, но нужно определить для себя ограничения, установить жесткие границы. Нужно четко представлять себе какая у меня цель, что входит в мои обязанности и что я делаю в качестве хобби или просто, потому что мне так хочется. Не всегда ясно, что является моей обязанностью, что я должна делать в связи с моей ситуацией в семье, в обществе, а что я просто навесила на себя и думаю, что это мои обязанности. Какие критерии для их разделения?

Например, я вышла из одноклассников. Люди могут говорить после этого, что я не имею вкуса к жизни, что я не участвую в общественной жизни, что я скучна и т.п. Важно мне самой определиться сколько всего мне нужно, чтобы выжить в обществе, не стать изгоем, сколько мне самой всего этого нужно. Др. Кака говорит, что все не так просто, нужно проявить избирательность. Неправильно просто устраниваться от общества.

Нужно куда-то ходить, в чем-то участвовать, уметь поддержать разговор, конечно, не все вокруг духовные искатели.

Нужно стремиться установить тонкое равновесие между тем, куда я хожу, в чем участвую и все-таки, физически находясь с ними, мысленно быть отдельно. Никто тут мне не поможет, нужно самой разбираться, но нужно точно определиться, что мне необходимо и без чего невозможно выжить в обществе, а что я могу пропустить без потерь. Выработав такую границу, нужно держаться ее.

Таким образом «освободиться от стремления к приобретению и сохранению» означает не буквально от всех материальных благ, но в принципе. В результате всех указанных стараний достигается состояние «навсегда утвердись в чистой благости и в своем я.» — это наша цель, куда мы стремимся.

Шлока 46

Yāvān artha udapāne sarvataḥ samplutodake |

Tāvān sarveṣu vedeṣu brāhmaṇasya vijānataḥ || 46 ||

«Раздел действий» (Karmakāṇḍa) в Ведах имеет мало значения для познавшего Брахман, так же как малый пруд имеет мало значения, когда вода есть повсюду вокруг.

2.46. Сколько пользы в малом источнике воды, когда повсюду большие водоемы, столько же для познавшего Брахмана пользы в Ведах.

Др. Кака дает три разных интерпретации этой шлоки.

1. Одна интерпретация общепринятая. Для просветленного человека, который сам есть Атман, бесконечный и безграничный, не нужен маленький пруд с учениями Вед. Он достиг конечной цели и ему больше не нужны никакие учения.
2. Другая интерпретация с точки зрения Блаженства или счастья. Когда человек погружен постоянно в Блаженство, ему нет дела до мирских удовольствий. Все вокруг: красивый цветок, вкусная еда, хороший фильм – все мирские удовольствия. Но если я осознаю себя Ананда, самым Блаженством, никакие удовольствия не могут меня привлечь. Эти обе интерпретации с точки зрения просветленного человека.
3. Третья интерпретация с точки зрения духовного искателя. Если я прихожу в магазин за продуктами, я не приношу домой весь магазин, а беру только то, что мне нужно. Есть множество различных книг и Писаний по философии, но это не значит, что я должна выучить их все. Из всех Упанишад нет необходимости учить их все, достаточно 10 основных и даже из этих 10 достаточно одна- две, но выучи их

полностью. Не нужно увлекать себя изучением большого количества Писаний. Возьми те, что необходимы для достижения просветления и достигни его. Он сравнивает Веды с большим супермаркетом. Выбери только то, что нужно и не стремись захватить все, что там есть.

Шлока 47:

Karmaṇy evādhikāras te mā phaleṣu kadācana ।

Mā karmaphalahetur bhūr mā te saṅgo 'stv akarmaṇi ॥ 47 ॥

Ты имеешь право только выполнять предписанные тебе обязанности, но ни в коем случае не имеешь права на их плоды. Ты не должен ни желать плодов своих действий, ни упорствовать в бездействии.

2.47. У тебя есть право только на действие, но не на его плоды. Да не будут плоды деяний поводом твоих действий, но и к бездействию не привязывайся.

Комментарий Др. Каки к шлоке 47:

Следующие шлоки (47-50) представляют собой великий, важный принцип индийской ведической философии. Существует неразрывная связь между человеком и его действиями. Действия и ожидание их плодов идут рука об руку. Именно здесь человек вступает в конфликт с правлением Ишвары и, таким образом, становится недовольным самим собой. Очевидно, что человек не способен решить, какого успеха он должен достичь в том или ином деле. Святой Рамдас Свами, который решительно призывает прилагать все возможные усилия в каждом действии, говорит, что люди не могут контролировать результаты. В «Дасбодх» (20.4.11) он утверждает: «Иногда Ишвара окутывает человека невежеством, чтобы он потерпел неудачу. А иногда Ишвара подталкивает человека к знанию, чтобы он стал успешным. Только Ишвара знает, почему и как Он это делает». Поэтому искатель должен прилагать неослабевающие усилия в каждом действии, но не волноваться о его плодах. Каждый имеет право совершать действия. Другими словами, каждый человек должен заниматься каким-то делом, так или иначе, поскольку таково повеление Господа Кришны. Однако нет никакой гарантии, что действие принесет те плоды, которых жаждет его исполнитель. Каждое действие по своей природе обречено принести заранее назначенные плоды в соответствии с прошлым Прарабдхой исполнителя, согласно управлению Ишвары. Зная это, искатель не должен ожидать конкретных результатов за свои действия и тем самым вступать в конфликт с планом Ишвары. Ожидает он плодов или нет, его действия обязательно принесут предназначенные

плоды. Они могут быть меньше, больше или равны его ожиданиям, но они всегда соответствуют плану Ишвары. Ожидание плодов неизменно сопряжено со страданием. Если искатель не признает или не принимает этот факт спокойно, его жизнь становится неугомонной, раздраженной и испорченной из-за ненужных сравнений, соперничества, зависти и алчности. Он злится на неблагоприятные обстоятельства и, в результате, чувствует себя беспомощным. Даже если он получает ожидаемые плоды или успех, это раздувает его эго. Хвастовство успехом приносит в его жизнь неугомонность. В современном мире каждый человек, безусловно, должен планировать прибыль, правильно организовывать работу, разумно выполнять все действия и, в конце концов, остаться довольным результатами, предоставленными Ишварой.

Эта шлока выражает суть Карма Йоги.

Что такое Карма Йога? Мы только что закончили учение о Брахмане, постарались дать Ему определение, хотя оговорились, что т.к. у Брахмана нет ни формы, ни качеств, невозможно Его описать, понять умом. Учение о Брахмане составляет Джняна Йогу. Но несмотря на то, что нам теперь все известно и понятно, никакого качественного изменения жизни не наблюдается. Почему так происходит? – да потому, что никто из нас не является «чистой душой». Чтобы стать таковой, необходимо, чтобы перестали в голове крутиться «нечистые» мысли, и чтобы мысли «угомонились», все можно сравнить с чистым озером, на дне которого лежит бриллиант. Озеро – это наш ум. Вода должна стать чистой, прозрачной, вся муть должна осесть, и поверхность тоже должна успокоиться. Тогда можно всмотреться в такое гладкое прозрачное озеро и увидеть на дне драгоценный камень.

Согласно учению, Карма Йога способствует очищению мыслей (уходит муть), а Упасана, поклонение, способствуют успокоению ума.

Какие результаты возникают после совершения действия:

- Непосредственный результат
- Отработка старых Васан или создание новых
- Папа или Пунья, то, что потом всплывет и повлияет на результат в соответствии с системой Ишвары.

Так мы все совершаем действия и так получаем результаты. Но если совершать действия так, как учит Карма Йога – Учение о действиях, то постепенно будет замечен еще один результат, который исключительно необходим для прогресса в духовной практике – постепенно будут уходить ненужные, лишние мысли, «муть» будет оседать. Совершая действия в

соответствии с Карма Йогой, мы превращаем любое дело в духовную практику.

Эту шлоку нужно понимать как указание, команду, что следует поступать определенным образом. Так ее трактует Др. Кака. Все слова в ней понятны и нет ничего такого, что нам неизвестно. Он говорит, что если из всей Гиты нужно выбрать одно указание, которому следует безусловно подчиниться, следовать и выполнять, то это команда, сформулированная в этой шлоке.

Искатель имеет право только на действия и никогда на их результаты. Далее Кришна говорит, что нельзя ожидать определенные результаты, определенные плоды действий, но и не привязывайся к тому, чтобы не совершать никаких действий.

Из-за того, что Кришна велит не ожидать никаких плодов, можно решить, что тогда не нужно мне и совершать никакие действия. Это неправильная логика, не попадайся на нее! Не привязывайся к бездействию.

Человеческое рождение известно как «Karmayoni / Bhogayoni». «уoni» означает «рождение» и «Karmayoni» означает рождение, при котором предполагаются различные действия. «Bhoga» означает удовольствие и Bhogayoni означает рождение, при котором предполагается получение удовольствий, радости.

Говорится, что все животные относятся к Bhogayoni и не предполагается, что они будут совершать действия. Как понять, ведь, например, лев убивает оленя и съедает его, т.е. лев совершает действие. Почему тогда мы говорим, что он не относится к Karmayoni? Почему такое различие? – человек тоже может убить оленя или льва. Но человек способен думать и выбирать, а лев нет. У человека есть выбор, что он может поесть, у льва такого выбора нет.

Другой аспект в жизни человека: с момента рождения и до самой смерти человек вынужден совершать действия.

Как же получается, что я рождена для действий, но нужно при этом отделить себя от их результатов? Как такое возможно? Как получается, что люди не способны правильно оценить ожидаемые результаты?

Люди склонны совершать 4 вида ошибок при ожидании результатов:

1. Я совершу одно действие, но ожидаю множество результатов – ошибка в процессе мышления. Например: я пойду в общественную

организацию и пожертвую 1 000 000 долларов. Одно действие. Но я ожидаю, что про меня напечатают в газете, будут меня хвалить, будут все мной восхищаться и т.д.

2. Я вообще ничего не делаю, но ожидаю результаты. Например, сижу на диване и смотрю соревнования по гимнастике. При этом думаю, что какое красивое тело, какие мускулы, я тоже хочу такое. Что я для этого делаю – ничего, просто сижу на диване и смотрю телевизор, ем чипсы. Ничего не делаю, а хочу результаты.
3. Я делаю плохое, неправильное действие, но хочу правильные, хорошие результаты.
4. Все действия кратковременные, но мы ожидаем от них вечные результаты. Например, я походила в музыкальную школу 2 года, а теперь смотрю на пианино и удивляюсь, что я ничего не могу сыграть.

В результате человеку не дана автономия на получение плодов действий, только право на сами действия.

Какую-то часть результатов я получаю как я и ожидала, но все результаты действий предопределены Ишварой, ожидала я их или нет, хочу я больше или хочу меньше, роли никакой не играет. Независимо от моих желаний мне будут даны результаты, которые мне предопределены Ишварой. Не принимая систему Ишвары, я буду всегда в проигрыше.

Мандатай рассказывает смешную историю про человека, который поет Киртан – песню для Бога и потом аудитория жертвует ему деньги, положив их в тарелку. Его пригласил очень богатый человек и певец запросил вместо обычных 2000 у богатого 10 000. Пожертвования были огромные, но богач забрал все себе, отдал только 10 000. Почему? - Если бы ты не спросил про деньги, я бы отдал тебе все, но ты просил 10 000, я и даю тебе их. Вывод: никогда не проси сколько ты хочешь, всегда будь доволен тем, что получишь. Не нужно заморачивать себя тем, что я хочу то или столько. Как только я начну думать сколько мне получить, я обязательно сделаю ошибку. Чтобы предотвратить ошибки, доверься Богу. Он даст мне то, что мне по праву положено. Рассуждая таким образом, я смогу прийти до непривязанности к результатам.

Далее Др. Кака объясняет классификацию действий. Мы еще обсудим все это в 3 главе по Карма Йоге. Карма Йога уделяет огромное внимание так называемым неэгоистичным действиям или действиям, не связанным с желаниями. Пример неэгоистичных действий: ухаживаю за престарелыми родителями. Это классический пример выполнения долга в Веданте. Казалось бы, все действия неэгоистичные: пошла за продуктами для них, убрала у них дома, погуляла с ними на улице. Все ведь совершенно не для

моей выгоды, а для них. Но если подумать, так ли это? Покупаю продукты и думаю, что я всегда покупаю более качественные продукты, чем моя сестра; когда я у них уберу, придет врач или кто-то к ним, сразу видно, что чисто. Соседка встречается, хвалит меня, не у всех такая хорошая дочь. И т.п. Оказывается, есть желание, чтобы заметили, какая я молодец, похвалили. Какое же это неэгоистическое действие?

Но Др. Кака говорит, что не все действия могут быть неэгоистичными или несвязанными с желаниями. Если подумать об этом практически, то невозможно выжить в мире только с неэгоистичными действиями. Нельзя всегда во всем быть неэгоистичной. Поэтому классификация действий, данная Др. Какой, отличается от классификации, написанной в Писаниях. Он говорит, что действия, делятся на:

1. относящиеся к телу,
2. работе,
3. обязанности, связанные с семьей и обществом,
4. религиозные обряды, службы
5. духовная практика

Из них действия, связанные с профессиональной работой, не могут быть неэгоистичными. Я не могу сказать, что мне все равно, заплатят мне зарплату или нет. Мы должны ожидать, что зарплату заплатят. Т.е. нельзя впасть в другую крайность относительно неэгоистичных и несвязанных с желаниями результатов действий.

Все остальные действия должны совершаться неэгоистично и не ожидая определенных результатов. В этом основа для понимания данной шлоки.

Итак, мы рассмотрели шлоки 45-47.

Шлоки начинают описывать Карма Йогу – учение о действиях. Самое главное во всех этих шлоках, что мы вынуждены совершать действия, невозможно жить ничего не делая. Но наша проблема в том, что мы все время ждем каких-то определенных результатов, хотя бы, чтобы нам сказали спасибо. В результате часто наши ожидания не оправдываются, и мы огорчаемся, обижаемся. А результаты мы получаем строго в соответствии с Прарабдхой, она находится в руках Ишвары, и только Он знает почему так получилось, почему вдруг я ошиблась, забыла, хотя и хорошо знаю. А в другой раз случилось чудо и удалось дело, которое, казалось, было невозможным.

В следующий раз мы продолжим рассмотрение шлок, связанных с Карма Йогой.

Хари Ом Тат Сат.

Лекция 16, шлоки 48-49

Св. Дньянешвар, Хари Патх Абханга 11

Благодаря произнесению имени Хари, бесчисленные грехи мгновенно устраняются. Подобно тому, как травинка, подожженная огнем, сама становится огнем, все грехи (или сам Джива) становятся единым целым с Хари благодаря произнесению Имени Хари. Эффект от произнесения имени Хари настолько глубок, что даже призраки и злые духи рассеиваются. Я, Джнянадева, ручаюсь, что мой Хари настолько могущественен, что даже Упанишады не могут полностью постичь и определить Его истинную природу.

В объявлении к нашему занятию сегодня мы привели цитату из писания по названию Хари Патх, написанное Святым Дньянешваром. В цитате говорится, что простое повторение Имени Бога уничтожает все грехи. Под именем Бога здесь понимается мантра соответствующего Божества. Имя или текст мантры могут быть разными, потому что в конечном итоге, за всем множеством имен и форм стоит Единственный Принцип Брахман. Мы говорим, что наша цель – достижения Осознавания своего истинного Я. Для тех, кто верит в Бога, эта цель называется познанием Бога, достижения Единства с Ним. Мое Истинное Я и Бог – это одно и то же. Каждый из нас уже прямо сейчас ТО, но мы запутались в иллюзии, в Майе. Как же нам выпутаться из нее и осознать свое Единство с Богом? Очевидно, что одно из самых важных препятствий – мы должны избавиться от всех загрязнений ума, от всех грехов, они выражаются в привычках думать неправильные мысли, совершать неправильные поступки, да и в прошлом мы совершили достаточно разных дел, о которых неприятно вспоминать. Как же можно от всего этого избавиться? Согласно учению Веданты, один из самых простых и мощных методов – это повторение Имени Бога. Этот метод такой простой на первый взгляд, что кажется, не может быть, что он работает. Но факт остается фактом. К Хари Патх мой учитель написал комментарии, и книга переведена на русский язык. Ее можно найти на ТГ и на нашем сайте. Там описывается, как это работает. То, куда мы стремимся, не физический объект во внешнем мире, значит и методы его достижения не могут быть просто физическими действиями и как работают такие методы, нам часто непонятно.

Мы продолжаем изучение главы 2 и шлок, связанных с тем, как следует правильно совершать действия, чтобы все, чтобы мы ни делали, вся жизнь стали духовной практикой. Мы учимся не делить жизнь на духовность и мирскую. В этом суть Адвайта Веданты, поэтому мы говорим, что Веданта – это не просто теория и лекции, а образ жизни.

В прошлый раз мы говорили о шлоках 45-47.

Шлока 45:

*Все четыре Веды имеют дело с характерными тенденциями Саттвы, Раджаса и Тамаса. О Арджуна! Превзойди три Гуны и освободись от всей двойственности. Приобрати черты Саттва гуны. **Сосредоточься на своем истинном Я, Атмане, не услаждаясь мирской жизнью, полной приобретения и сохранения объектов.***

Важная шлока. Она дает прямые указания для духовной практики.

Гуны. Они действуют на меня и на всех вокруг. Просветленный человек способен управлять ими, а в нашем случае мы управляемся Гунами.

Работая сообща с Васанами, они практически правят бал моей жизни.

Превзойти их очень и очень сложно. Но! Здесь Веданта говорит о «нашей ответственности». Сначала нужно заметить проблему, понаблюдать за ней, а потом постепенно постараться взять ее под контроль. Это не получится за один день, послушали лекцию и взяли под контроль Гуны. Нужно терпение и упорство.

Важные методы: не подкармливать Гуны Раджас и Тамас, а стараться удерживать и **развивать Саттва Гуну в себе.** Для этого важны:

- Действия
- Мысли
- Речь
- Пища
- Общество
- Информация на входе

Другая важная тема в шлоке - двойственность, которой наполнена наша жизнь. Всему мы привыкли давать оценку хорошо-плохо. Мы хотим то, что считаем хорошим и стремимся избежать, что плохо. В результате мы либо волнуемся, что не получим хорошее или огорчаемся, что получили не то, что хотели. Волнение и огорчение не способствуют счастью.

Как практически с этим работать: нужно размышлять о системе Ишвары, о Прарабдхе. Что бы я ни думала, я всегда получу только то, что мне дано по Прарабдхе. Ни больше и не меньше. Кому и когда помогли волнения? Они ничего не меняют в результате, но стоят нам нервов. И никогда ситуация не бывает в наших руках. Мы и сами понимаем, что нет смысла

огорчаться, но трудно себя переучить. Опять вот она, духовная практика: мудрые не скорбят.

Сосредоточься на своем истинном Я: что это на практике? - **развернуть себя к своему истинному Я.** Для этого рекомендуется такое упражнение, чтобы поднять себя от уровня Майи до Ишвары и задуматься о том, кто Я есть:

У каждого предмета, какой бы мы ни взяли, есть 5 характеристик:

1. Асти: предмет существует, т. е. существование
2. Бхати: предмет можно узнать, т.е. узнаваемость
3. Прийя: предмет может нравиться или нет, т.е. привлекательность
4. имя
5. форма

Мы всегда замечаем имя и форму, а про остальное даже не думаем. Имя и форма конкретного человека или вещи могут нам не понравиться, и мы начнем о них думать, осуждать, ругать человека. Но разве мы сами выбрали себе тело или характер? Посмотри лучше на существование, узнаваемость, привлекательность – это общее у всех! Сразу уйдет чувство неприязни.

И последнее – Йога и Кшема, освободись от приобретения и сохранения. Я беру кредит, чтобы наконец-то купить квартиру, где у меня будет место для кровати, сколько можно спать на складном диване. Может зря я ее покупаю? Все не так. Нужно организовать быт удобно, нужно самим следить за своими вещами, не перекладывать ни на кого заботу о быте. Но! Когда мы покупали дом, я огорчалась, что он такой маленький, а на больший нет денег. Вот об этом чувстве идет речь. Сколько мне нужно комнат? Сколько мне нужно пар зимних сапог? Нужна во всем разумность, здравый смысл.

Посмотрите теперь на текст шлоки и подумайте, как она раскрылась. Сколько в ней практической мудрости. Даже если научиться помнить только об этой шлоке и жить, так, как она советует, как изменится моя жизнь. Пусть до Просветления пока далеко. Но даже небольшой прогресс улучшает качество жизни прямо сейчас. И по мере увеличения прогресса, незаметно, растет и качество жизни.

Следующая шлока была 46

«Раздел действий» (Kartakāṇḍa) в Ведах имеет мало значения для познавшего Брахман, так же как малый пруд имеет мало значения, когда вода есть повсюду вокруг.

Важный для нас вывод: Веды, писания – как огромный супермаркет. Одно интереснее другого. Нам не хватит жизни изучить все писания даже из одной философской школы. Но мы не собираемся стать специалистами в области Вед, написать диссертацию. Наша цель познать свое Я, научиться постоянно жить в счастье. Время нашей жизни ограничено, нужно разумно его использовать. Мы говорим, что Брахман – это Сат Чит Ананда и разбираем концепции, чтобы понять Сат и Чит. Все становится абстрактно теоретическим. Но самое главное – это Ананда! Это счастье, которое не зависит от ситуации, окружения, даже не зависит от здоровья и смерти, которой нам всем точно не избежать. Наше цель очень конкретная – Ананда. И если кто-то обещает что-то другое в результате изучения, надо понимать, что это не Веданта. Путь к счастью должен проходить тоже в счастье. И это моя ответственность следить за тем, чтобы не впадать в волнение и огорчение.

шлока 47:

Ты имеешь право только выполнять предписанные тебе обязанности, но ни в коем случае не имеешь права на их плоды. Ты не должен ни желать плодов своих действий, ни упорствовать в бездействии.

В ней сформулирована суть Карма Йоги.

Начав заниматься духовностью, мы сталкиваемся с двумя главными проблемами: **нет времени**. Целый день на работе, а вечером еще одна смена – домашнее хозяйство, семья, дети. И **вторая проблема** в том, что когда, наконец, выбираю время для медитации, ничего не получается, ум как дикая обезьяна скачет и только и думаю: ах, надо было мне вот так поступить, зря я сказала.... Или начинаю планировать, что я сделаю после медитации. Именно для работы с этими проблемами и существует Карма Йога. Представляете, как здорово: я закончила дело и забыла о нем. Голова свободна. У нас так редко получается.

После прошлого занятия был задан вопрос: я начинаю готовить обед и хочу, чтобы он получился вкусным. Что здесь неправильно? Ничего неправильного здесь нет. Но Карма Йога учит различать цель, мотивацию и ожидание конкретного результата. Это разные вещи, а мы привыкли их смешивать.

Когда я начинаю готовить обед, моя цель накормить семью обедом. Мотивация – я хочу, чтобы они ели еду вкусную и полезную. Но часто есть еще ожидание конкретного результата: хочу, чтобы все получилось идеально и еще, чтобы все заметили, что вкусно и сама я порадовалась на себя, что я умелая хозяйка. Но всегда может что-то пригореть, дрожжи не поднимутся, как я хотела, мясо окажется жестким, сколько я его ни тушу. Я начинаю огорчаться, волноваться. Поэтому и говорится – у тебя есть

право выполнять обязанности – готовить обед. Нормально хотеть, чтобы он получился вкусным и стараться все сделать наилучшим образом. Но всегда помнить, что плоды не в моих руках! Прими любые, но это не повод, чтобы не готовить. Мы еще много будем говорить о Карма Йоге. Это очень важная дисциплина в Адвайта Веданте. Ей посвящены главы 3-5 в Гите.

Шлока 48

Yogasthaḥ kuru karmāṇi saṅgaṁ tyaktvā dhanañjaya ।

Siddhyasiddhyoḥ samo bhūtvā samatvaṁ yoga ucyate ॥ 48 ॥

Выполняй свои обязанности, будучи твердым в Йоге. Откажись от привязанности к плодам деятельности. Будь спокоен как при успехе, так и при неудаче. Эта уравновешенность известна как Йога.

2.48. Утвердись в йоге, о Арджуна, исполняй свой долг, отбросив привязанности и став равным к успеху и неудаче. Такая уравновешенность называется йогой.

Комментарий Др. Каки к шлокам 47-50

Слово «йога» имеет много разных значений. Пребывание в равновесии в отношении плодов своих действий – завершенных или незавершенных – называется йогой. Человек, который сохраняет уравновешенность в отношении плодов своих действий, будь то успех или неудача, называется *Yogastha* – укоренившимся в йоге. После выполнения действий наилучшим образом, искатель должен безоговорочно принять предопределенные плоды своих действий. После этого он должен оставаться удовлетворённым в любых обстоятельствах и продолжать духовные практики воспевания Имени, медитации, изучения священных писаний и т. д. Йогическое состояние уравновешенности нарушается, когда искатель размышляет над плодами или привязывается к ним и в результате становится беспокойным. Беспокойный, колеблющийся ум не может ни воспевать мантру, ни думать об Атмане.

Действие, совершаемое с гордостью «я являюсь исполнителем» и с желанием получить плоды, намного уступает неэгоистичным действиям, совершаемым в соответствии с Нишкама Карма Йогой – это объясняется в Буддхи Йоге. Буддхи Йога, Йога Самопознания, утверждает, что Атман является истинной природой каждого Дживы. Атман не совершает действий и не является исполнителем.

Следовательно, истинное Я также не является исполнителем. Поэтому искатель должен стремиться пребывать в Буддхи-йоге – мысли «Я есть Атман» – и совершать действия, не стремясь к плодам. Люди, которые совершают действия, стараясь получить плоды, страдают во многих отношениях. Желание плодов часто приводит к чувствам надежды и отчаяния, выигрыша и потери, ревности, недовольства и горя, которые вытекают из них (желаний плодов).

Истинная природа каждого Дживы Чистое Блаженство. Но он забывает о своей истинной природе и испытывает страдание. Мир может высоко ценить амбициозных людей. Но с духовной точки зрения они презренны. Им приходится постоянно вращаться в цикле рождения и смерти. Искатель сам несет ответственность за плоды, если он совершает действия, стремясь к плодам. Когда он считает себя «исполнителем действий» и «наслаждающимся плодами», он неминуемо застревает в цикле рождения и смерти. Каждый Джива связан Прарабдхой. Он вынужден действовать в соответствии с ней. Иногда искатель может стремиться совершить доброе дело, но в итоге совершает злое. Если он способен твердо придерживаться мысли «Я не являюсь исполнителем», он не получит ни заслуг за добрые поступки, ни грехов за плохие. Это просто означает, что он не будет связан плодами этих действий. Такой искатель не будет обманут, считая себя добродетельным или грешным. Этот аргумент не предназначен для того, чтобы дать свободу для дурных поступков, а скорее для того, чтобы пролить свет на то, что может произойти из-за сильной Прарабдхи. Писания гласят, что человек может испытать плоды своих действий на разных уровнях. Однако все уровни в конечном итоге преходящи. Йога считается «высшей», следуя которой человек обретает вечную награду и благополучие.

Склонность не совершать никаких действий, чтобы избежать неприятностей, связанных с их плодами или последствиями, свидетельствует о трусости. Только искатель, который принимает обеты монашеской жизни для самореализации, имеет право на официальный отказ от мирских обязанностей, предписанных ему. У подавляющего большинства других мирских искателей ум очищается, когда они совершают действия, не ожидая плодов.

Слово «Sāṅkhyā» на санскрите означает «Samyak + Ā + Khyā», что означает «правильное решение». Решение о том, «как лучше всего выполнять действия», в этой главе провозглашается непосредственно Господом Кришной, поэтому оно безупречно.

Когда это решение Sāṅkhyā усваивается интеллектом, он называется Sāṅkhyabuddhi или Yogabuddhi. Это просто означает, что человек, обладающий Sāṅkhyabuddhi, способен принимать решения о наилучшем способе действий в соответствии с указаниями Господа Кришны.

Настоящий талант, опыт или навык заключаются в том, чтобы жить динамичной, активной жизнью, выполняя все действия с помощью такого соответствующего решительного интеллекта.

Шлоки 47-53 посвящены одной теме, действиям. В предыдущей говорилось о том, как мы должны совершать действия – не привязываясь к результату.

Выполняй свои обязанности, будучи твердым в Йоге.

«О Арджуна, ты должен утвердиться в Йоге». В какой Йоге – Др. Кака использует здесь слово «Буддхи Йога» или Санкхья Йога. Они означают одно и то же, т.е. установить интеллект на мысли «Я есть Атман». Выполняй все свои действия, убедившись, что твой интеллект крепко установлен на мысли «Я есть Атман», оставь все привязанности. Будь равным в случае успеха и неудачи. Такая уравновешенность называется Йогой.

Сначала разберемся в том, что такое Буддхи Йога. Буддхи Йога, Санкхья Йога и Джняна Йога все синонимы, означающие Йогу Знания. Если сформулировать Йогу Знания в одной фразе, то она звучит так «Ты есть Брахман». Это то, о чем говорил Кришна в начале 2 главы.

Слово «Sāṅkhya» на санскрите означает «Samyak + Ā + Khyā», что означает «правильное решение». Решение о том, «как лучше всего выполнять действия», в этой главе провозглашается непосредственно Господом Кришной, поэтому оно безупречно.

Когда это решение Sāṅkhya усваивается интеллектом, он называется Sāṅkhyabuddhi или Yogabuddhi. Это просто означает, что человек, обладающий Sāṅkhyabuddhi, способен принимать решения о наилучшем способе действий в соответствии с указаниями Господа Кришны.

Настоящий талант, опыт или навык заключаются в том, чтобы жить динамичной, активной жизнью, выполняя все действия с помощью такого соответствующего решительного интеллекта.

Просветленные люди всегда живут в полной уверенности, что я не тело и поэтому они всегда делают все дела «утвердившись в Йоге». Но мы пока так не можем. Для начала нам следует почаще размышлять о том, что я не тело, что Я есть Брахман, что тело мне дано и когда-то будет забрано назад, тело, Праны – все дано Ишварой и всему этому будет конец. Даже мысль о том, что я бабушка, и то потребовала время, чтобы привыкнуть к

ней и действительно осознать, что да, вот они внуки, и я им бабушка, еще больше усилий требуется для осознания, что я не тело.

Нужно тренировать себя думать о том, что Я есть Атман, тогда мое тело сейчас занимается делами, пошло в магазин, варит варенье. Я, Атман, только свидетель всего этого, Я ни в чем не участвую и поэтому Я не жду специального результата, Я не буду потом радоваться, что Я все так хорошо сделала. Зачем ждать результаты, когда они даются мне Ишварой в соответствии с Прабдхой.

Как же мне приучить себя устанавливать интеллект на мысли, что Я есть Атман? - Для тех, у кого есть Гуру и Имя Бога, нужно повторять Имя до начала действия, по ходу его и в конце. Имя – это как талисман. Оно связывает с Богом. Важно выработать в себе такую привычку. Она помогает делать дела, как просто обязанности, без хочу-не-хочу и без ожидания результатов – то, что называется Карма Йогой.

Для тех, у кого нет Имени, могут взять имя любого Бога. Главное понимать, что я имею в виду, когда я повторяю имя и зачем я это делаю.

Совершая работу таким образом, работа становится не моей, это Он ее совершает. Но в тоже время, работа должна быть выполнена мной наилучшим образом, у Брахмана нет тела, ему нужен инструмент, чтобы совершать ее, этот инструмент – мое тело. Так я отделяю себя и от работы, и от результатов, и от ошибок, которые возможны всегда, не смотря на все старания.

Нужно постепенно развивать в себе привычку так рассуждать при совершении любых действий, по сути, значит всегда так рассуждать, т.к. мы всегда заняты чем-то.

Просветленные люди всегда точно знают, что они Брахман, они все делают без ожидания специальных результатов и их действия не мотивированы желаниями. Они просто выполняют действия, которые приходят.

Откажись от привязанности к плодам деятельности.

«Оставь все привязанности» – о каких привязанностях здесь говорится? Можно думать о привязанностях, связанными с действиями на трех уровнях:

1. Привязанность к действиям
2. Привязанность к их плодам
3. Привязанность к обстоятельствам, окружению, где происходит действие.

Это все весьма тонкие вопросы, если задуматься над ними. Обычно мы все думаем, что мы привязаны только к плодам действий, но это не так.

Как мы привязаны к действиям? – например, я пришла на свадьбу, и все сидят и обсуждают собственные свадьбы, или я начинаю рассказывать, как я работала в молодости, не то, что нынешние. Почему я начинаю все вспоминать и рассказывать? – потому что я до сих пор привязана к тем прошлым действиям. Так описывается привязанность к прошлым действиям.

Так же есть привязанность к будущим действиям. Например, я думаю без конца про то, что я буду делать, когда выйду на пенсию и всем про это рассказываю. Здесь не имеется в виду планирование, это совсем другое. Конечно, нужно составлять план на будущее. Привязанность – я без конца, без надобности, все время в будущем, все время кручу в голове и жизнь происходит в планах будущего, а не в текущей ситуации.

Существует не только привязанность к прошлым или будущим действиям, есть еще привязанность к действиям в духовности. Многие читают лекции или слушают и т.п., при этом они так увлечены делом, что забывают о том, зачем они слушают или читают лекции. Главная цель Самореализация! Др. Кака опять и опять говорит о том, что мы привязываемся к действиям и забываем для чего мы их совершаем. Моя цель не читать лекции и не слушать их, это все средства.

Итак, привязанность к прошлым действиям, будущим и к духовным действиям.

Мы все привязаны к плодам действий. Это легко понять. Но, с другой стороны, эта привязанность иногда на таком тонком уровне, что мы ее и не замечаем. Например, я покупаю дорогую и красивую вещь из одежды. Так не бывает, чтобы я утром дома, когда нет ни гостей, никого, просто одела эту вещь, проходила в ней до вечера. Я наверняка одену ее, когда пойду куда-то и наверняка ожидаю, что мне сделают комплимент. Так бывает не только с вещами, но и с любой вещью, которая мне принадлежит и к которой у меня привязанность. Я буду ожидать, что кто-то заметит и похвалит. Стою перед зеркалом, наряжаюсь, всегда есть некоторая мысль, что это будет замечено. Такая скрытая привязанность к плодам действий.

Привязанность к результатам: Я покупала билет. Нормально, когда я покупаю билет или что-то другое в интернете, я стараюсь не сделать ошибку. Но привязанность к результатам в том, что я начинаю ожидать,

что я не сделаю ошибку! Вот в чем проблема. Ошибка случилась, и я тут же стала себя корить и винить – гордыня исполнителя: как я могла? Как будто я не могу сделать ошибку.

Привязанность к обстоятельствам. Иногда не имеет значение ни само действие, ни его результат, но очень важно с кем и где и как. Можно и к этому привязаться. Например, я приезжаю в город и тут же оглядываюсь, где бы мне попить кофе. Я пила дома кофе, но это совсем не то. Нет ничего неправильного в том, чтобы зайти в кафе. Но уже есть и любимое кафе, а там закрыто или много народа или нет времени - и все, день испорчен. Так смешно мы иногда устроены.

Все это привязанности, важно знать и помнить о них.

Здесь не идет речь о том, чтобы отказаться от действий, но только от привязанностей к ним в любой форме. Человек не может существовать, не совершая действия. Важно продолжать совершать обычные действия, а так же духовные, но должен измениться настрой для их выполнения. Об этом речь в шлоке.

Будь равным к успеху и неудаче – здесь есть некоторая тонкость в переводе.

Siddhyasiddhy - у этого слова есть два разных значения.

- Siddhy – завершенное, полное; asiddhy – незавершенное. Я совершаю действие, закончено оно или нет – я остаюсь довольна в любом случае.
- Siddhy – успех, asiddhy – неудача.

Т.е. закончено действие или нет, успех или неудача – я остаюсь равной во всех случаях.

Что означает, что я равно отношусь к результату в случае завершения действия и в случае, когда оно незакончено? – Практически любое действие можно бросить на полпути: завтрак, уборку, занятие, а я при этом равнодушна. Тут речь не о этом! Имеется в виду, что я прикладываю все усилия, которые в моей власти, чтобы завершить действие. Но иногда возникают препятствия в результате моей Прарабдхи или связанные еще с чем-то, но никак от меня не зависящие. Опять же - часто бывает легче оставить все незаконченным и сказать: «Ах, Прарабдха». Это не то, что ожидается от нас. Нужно приложить все усилия, а потом принять, удалось работу завершить или нет, удачно все сложилось или нет, меня уже не волнует или во всяком случае я принимаю результат такой, какой получился.

Часто мы пытаемся завершить действие из чистой упертости. Нужно оценивать практически: имеет ли смысл? Нужно ли действительно

упираться во что бы то ни стало? Или может быть нормально оставить так, как есть? Нужно учиться развивать в себе такое различие. Не нужно стремиться закончить только для того, чтобы было закончено, для галочки, чтобы показать другим, а делай потому, что это правильно делать дальше, продолжать. Приложив все старания, согласиться с тем, сделано действие или нет.

Джотсна приводит пример, что Др. Кака мечтал построить специальную больницу в Мургуде, но потом отказался от этой идеи. Или он начал писать книгу и потом понял, что он не в состоянии закончить ее, написал только предисловие. Важно в такой ситуации сохранять мир в душе и отпустить ситуацию – мирскую или духовную. Сохранение душевного равновесия в удаче или неудаче – вот о чем говорит Кришна Арджуне.

Статья Свами Вивекананда: нужно уметь браться за дело всей душой, но уметь легко отпустить дело, если оказывается, что оно не ведет никуда. Часто бывает особенно трудно именно отпустить после того, как всю душу вкладывала в дело. Оказывается, и это тоже относится к Карма Йоге.

Эта уравновешенность известна как Йога.

samatvaṁ yoga ucyate – если ты способен удержать душевное равновесие совершая действия, без привязанности к действиям, если равновесие сохраняется, удалось завершить действие или нет – вот что называется Йогой.

Здесь важны два пункта:

- В качестве духовного искателя я должна сознательно пытаться удержать душевное равновесие в любых обстоятельствах, с любыми людьми. Нужно проверять себя, сохраняю ли я равновесие
- У Просветленных это происходит автоматически.

Вспомнить Самадхана -духовное равновесие и Титикша - смирение. Где и как нам развивать такие качества, как не в обычной жизни, которая состоит из бесконечных дел?

Рамдас Свами говорит: "Иногда Ишвара опутывает человека неведением, чтобы он потерпел неудачу. А иногда Ишвара подталкивает человека к знанию, чтобы он стал преуспевать. Только Ишвара знает, почему и как Он это делает"

Шлока 49

Dūreṇa hy avaram karma buddhiyogād dhanañjaya ।

Buddhau śaraṇam anviccha kṛpaṇāḥ phalahetavaḥ ॥ 49 ॥

Приносящие плоды или выгоду действия, описанные в Карма Канде Вед, намного уступают уравновешенности в Буддхийоге - Йоге Самопознания. Поэтому утвердитесь в Буддхийоге. Те, кто совершает действия, ожидая плодов, поистине достойны презрения.

2.49. Воистину, о Дхананджая, йога божественного сознания выше деятельности ради плодов. Ищи прибежище в Боге. Кто стремится к плодам своих действий, тот жалок.

dūrēṇa означает «издалека»;

hi avaraṇ — здесь появляется слово **avarāṇ** (низший). Итак, смысл шлоки — Господь говорит здесь: по сравнению с йогой уравновешенности (Буддхи Йога), ритуальные действия или любые действия, движимые личным желанием (Сакама Карма), являются исключительно низшими. Поэтому, прибегни к Бхуддхи Йоге. Ищи убежище в уравновешенности. Те, кто работает с мотивом наслаждаться плодами своих действий, чрезвычайно жалки (**kripana**), слово **kripana** здесь означает низший или жалкий. Итак, мысль, высказанная Им в шлоках 47 и 48, продолжается здесь: противопоставление действия с желанием (**Sakam Karma**) и действия без желания (**Nishkam Karma**).

dūrēṇa - означает, что есть огромная разница; они находятся на противоположных полюсах! Господь проводит здесь сравнение: Подумай о том виде действия, который Я только что описал в 48-й шлоке — действие, при котором ты сохраняешь уравновешенность в успехе и неудаче, и ты выполняешь действие абсолютно превосходным образом. Господь объяснил этот основной принцип Карма Йоги. Как сравнить действия, которые мы совершаем, следуя этому принципу, по сравнению с действиями, совершаемыми с ожиданием награды во всех повседневных делах нашей мирской жизни, домашними делами, бизнесом, большим или малым?

Первый пункт, который подчеркивает Господь, заключается в том, что между ними есть огромная разница. Такова природа Сакама-кармы.

В 48-й шлоке, Господь объясняет, как выполнять Нишкама-карму (действие без желания): шлока 48

Выполняй свои обязанности, будучи твердым в Йоге. Откажись от привязанности к плодам деятельности. Будь спокоен как при успехе, так и при неудаче

В 49-й шлоке Господь указывает на действия, которые мы совершаем, мотивированные их плодами — **kṛpāṇāḥ phalahētaṇaḥ**. Во второй строке Господь говорит, что те, кто действуют с ожиданием награды, являются нищими, жалкими и низшими.

Размышляя над 47-й шлокой, мы рассмотрели классификацию действий:

- действия для тела (Deha Karma),
- обязанности (Kartavya Karma),
- религиозные действия (Dharma Karma),
- профессиональные действия (Vyavasaya Karma) и
- духовные действия (Adhyatma Karma).

В каких из них уместно ожидать результат? В каких действиях ожидание результата не является обязательным, а в каких оно становится причиной рабства? Понятно, что когда мы приходим на работу, то мы предполагаем, что мы получим в конце месяца зарплату. Но остальные действия должны быть без ожидания результата.

Давайте просто рассмотрим пример, чтобы понять, как выполнение долга (Картавья Карма) должно быть полностью неэгоистичным.

Обычно мы знаем, в чем заключается наш долг в повседневной жизни.

Например, у меня есть мама, пожилой человек. Она заболела, я привожу ее к себе, вожу ее к врачам, выясняется, что нужна операция, я поднимаю на ноги всех знакомых, где нужно плачу за частные услуги, делаю все, что только могу. И это правильно, как иначе.

Но Господь говорит: **kṛpāṇāḥ phalahētavaḥ** — если, выполняя долг, вы в душе питаете ожидание результата, то вы жалки. Какие у меня могут быть ожидания, когда я занимаюсь здоровьем мамы? Обычно их два типа.

- Первое — чтобы она поскорее поправилась.
- Второе ожидание — чтобы, так же как я стараюсь для нее во время ее болезни, когда я состарюсь и заболею, мой сын или дочь заботились обо мне точно так же.

И то, и другое — желание, чтобы моя мама выздоровела, и желание, чтобы мои дети позже ухаживали за мной — это ожидания результатов, связанных с моими действиями, с моим долгом. Люди, которые питают такие ожидания, **kṛpāṇāḥ phalahētavaḥ**, — они жалки, ничтожны. Если мы выполняем свои обязанности таким образом, то уровень этих действий чрезвычайно низок. Так оценивает мои искренние заботы Бог.

Так что же такое высшее действие? Выполняйте точно такое же действие. Заботьтесь о своей матери. Но после того, как вы сделали все, что только в ваших силах, показали ее лучшим врачам, прооперировали ее лучшими хирургами, вовремя дали ей все лекарства — выздоровеет она или нет, это уже плод. И Бог контролирует плод. Согласно Божьему плану, она либо поправится, либо нет. Я никак не могу это контролировать. Если я беспокоюсь об этом, это означает, что я ожидаю плода, а я не должна этого делать. **Это первый момент.**

И второй момент: когда я ожидаю, что мой сын или дочь будет заботиться обо мне таким же образом, это тоже ожидание плода. Будут ли они это делать или нет? Все эти вещи будут решены в соответствии с Божьим планом. Согласно плану, если у меня есть дочь, и у нее есть здравый смысл, чтобы заботиться о своей матери, она будет это делать. Если Бог не даст ей эту мудрость, она ничего не сделает для меня, даже если будет рядом. Или, возможно, согласно Божьему плану, ее в то время даже не будет рядом. Возможно, она переедет в другой город или другую страну по какой-то важной работе. Все это возможно. Поэтому, вместо того чтобы надеяться, что мой сын или дочь сделают это для меня, я должна быть убеждена, что во всех ситуациях моей жизни тем, кто позаботится обо мне, будет Бог. На языке преданности, такая мысль о Боге и есть само определение преданности.

Давайте обсудим ситуацию с точки зрения Знания. Итак, Господь говорит здесь: **buddhau śaraṇamanviccha** — прибегай к интеллекту. Но к какому интеллекту следует прибегать? Следует прибегать к интеллекту уравновешенности (**Samyabuddhi**), о котором мы только что говорили в предыдущих шлоках. Слова **Buddhi Yoga** и **buddhau**, используемые здесь, применимы в двух контекстах. Во-первых, мы можем назвать это **Samyabuddhi** — уравновешенный интеллект. Это означает выполнение своих обязанностей, но при этом сохранение равного отношения к тому, какие плоды вам достанутся.

Относясь одинаково к счастью и страданию, потере и приобретению, победе и поражению

Мы подробно обсудили это в 38-й шлоке. Итак, будь то одинаковое отношение к счастью и печали или столкновение с успехом и неудачей в действиях, мой ум полностью уравновешен; он находится в состоянии совершенного равновесия. И это душевное равновесие — не просто фасад, который я показываю другим. Это мое глубокое внутреннее убеждение. Это моя внутренняя вера в то, что все, что я должна была сделать, я сделала в меру своих возможностей. Теперь, какие бы плоды я ни получила, они будут строго соответствовать Божьему плану. Поэтому найди прибежище в интеллекте душевного равновесия. Слово «интеллект» следует понимать здесь как **Sankhyabuddhi**. Слово **Sankhya** означает знание. И какое знание? Знание о Себе. «**Принять убежище в Sankhyabuddhi**» означает, что осознание моей истинной природы должно постоянно оставаться живым в мыслях и размышлениях.

«Кто я? Я не это тело. Кто я? Я Атман». Какова природа Атмана? Атман нерожден, бессмертен и вечен. Он никогда не рождается, никогда не стареет и никогда не умирает. Итак, кто же заболевает? Заболевает мое тело. Если такие мысли о Санкхья Буддхи постоянно присутствуют в уме;

если мы постоянно находимся в гармонии с душой, то интеллект, который постоянно созерцает свою истинную духовную Природу, называется Sankhyabuddhi.

Итак,

- с точки зрения Карма-йоги, практикуйте интеллект уравниваемости.
- С точки зрения Санкхья-йоги, практикуйте Санкхья-йогу.

Можно смотреть на это с обеих точек зрения. Но созерцание абсолютно необходимо.

Когда Господь говорит **buddhau śaraṇamanviccha – утвердись в интеллекте**, есть очень важный подтекст: созерцание высшей духовной Реальности является неотъемлемой частью духовной практики (Садхана). Мы настолько привыкли к ориентированной на действие духовности, что чувствуем, что должны постоянно делать что-то — куда-то идти, выполнять, ехать на ретрит, читать священные писания, петь, поклоняться, соблюдать пост. Все это — ориентированная на действие духовность, и, хотя она необходима, это лишь начальный, базовый уровень духовной практики. По мере нашего развития созерцание становится мощным инструментом в духовности. Однако мы часто совершенно не готовы принять созерцание как действительную духовную практику. Поэтому мысли о Карма-йоге, мысли о Санкхья Йоге должны постоянно оставаться пробужденными в интеллекте; интеллект должен оставаться поглощенным ими.

buddhau śaraṇamanviccha - утвердись в интеллекте — это как маленький ребенок, который пришел на ярмарку. Маленький ребенок не знает многого, поэтому он крепко держится за палец своей матери. А поскольку он держится за ее палец, мать может быть уверена, что ее ребенок не потеряется на такой огромной и многолюдной ярмарке. Точно так же, будь то интеллект знания (Sankhyabuddhi) или интеллект уравниваемости (Samyabuddhi), о которых мы говорим с точки зрения действия, если мы держимся за них, если мы постоянно сохраняем эти мысли в себе, они всегда будут поддерживать нас. Независимо от ситуации в жизни, независимо от того, насколько она благоприятна или неблагоприятна, эти мысли будут нашими проводниками и маяками. Они всегда будут указывать нам путь, правильный путь.

Поэтому **buddhau śaraṇamanviccha** — прибегайте к интеллекту уравниваемости и интеллекту истинного знания. Это то, что Господь говорит в шлоке.

Далее Господь говорит, что ваши действия, совершаемые с ожиданием награды, являются чрезвычайно низкими. Используется слово **Avara**.

Слова **Avara** и **Para** являются антонимами. Так же, как в слове Paramartha - Para означает высший. Это означает наивысший; Paramartha означает конечную, высшую цель, которую необходимо достичь.

Слово Avara, с другой стороны, означает низший или более низкий.

Поэтому, когда вы совершаете действия, имея определенные ожидания, качество этих действий является крайне низким. Почему Господь говорит это? Самая важная причина заключается в том, что независимо от того, насколько грандиозную задачу мы можем выполнить в мирской жизни, какими бы великими ни были наши действия, эти действия и их плоды по своей природе являются временными. Они все по своей сути подвержены тлению.

Например, теперь уже не все и помнят, что даже обычные стационарные телефоны были не у всех, и не у всех были магнитофоны или проигрыватели пластинок. Какими были фотоаппараты, мы уже забыли. Подумайте, сколько действий, людей, которые создали эти массовые продукты, их работа, сами продукты, слава, успех и богатство, которые они заработали — все это полностью исчезло в колесе времени. И это даже не древняя история, а всего лишь последние 20 лет. Всего за 20 лет мы видели так много вещей, которые сегодня уже недоступны, вещей, которые просто больше не существуют. Поэтому Господь спрашивает: почему вы питаете надежды на то, что не будет длиться вечно? Ни действие, ни действующее лицо, ни полученный от него плод, ни обстоятельства — ничто из этого не вечно. Вот почему это ничтожно (Avara); не привязывайте себя к такому рабству.

Это первый момент — любое действие и его результат несовершенны и временны. В этой шлоке **есть еще один невероятно важный момент**.

Господь не называет какое-то конкретное действие несовершенным.

Скорее, Он приписывает несовершенство отношению, точке зрения и восприятию, с которыми мы совершаем действие. Что это значит? В нашей практической жизни давайте подумаем о том, что есть много людей, которые считают себя очень несовершенными или худшими, чем другие. Здесь Господь говорит, что независимо от того, выходите ли вы на работу и зарабатываете деньги — и это касается не только мужчин или женщин, это относится ко всем, особенно в современном мире — независимо от того, выходите ли вы на работу и зарабатываете, или остаетесь дома и занимаетесь домашними делами, какую работу вы выполняете, не имеет значения. Важно то, с каким видением, отношением и чувством вы выполняете эту работу; это чувство, перспектива и мыслительный процесс чрезвычайно важны. А что такое мыслительный процесс? Во всей системе кармы-йоги Господь говорит нам, что ни одно действие не является по своей сути хорошим или плохим.

Если прочитать истории жизни просветленных, освобожденных святых (Дживанмукта), мы увидим, что многие из них были фермерами. Тукарам

Махарадж был бакалейщиком; он держал бакалейную лавку. Был святой по имени Рохидас, который был сапожником; он чинил обувь. Святой по имени Чохамела жил в Махаращтре; он принадлежал к касте махаров и в то время считался неприкасаемым. Святой Экнатх был землевладельцем; он был очень богат и процветал, и его семья была очень обеспеченной. Другие были гончарами или парикмахерами. Таким образом, у нас есть примеры людей, работающих в самых разных профессиях.

Это были люди, которые не бросили свои дома и семьи, чтобы жить в Гималаях как аскеты (Санньяси). Они были людьми из нашего окружения — жили в обществе, заботились о своих семьях, занимались своими профессиями и одновременно практиковали духовность. Они просто изменили свое отношение к своим действиям. Потому что они изменили свое отношение, они по-настоящему поняли дух Кармы Йоги. И в этом заключается истинный дух Кармы-йоги:

buddhau śaraṇamanviccha kṛpaṇāḥ phalahētaṇaḥ ।
утвердитесь в Буддхийоге. Те, кто совершает действия, ожидая
плодов, поистине достойны презрения.

Итак, мы рассмотрели сегодня шлоки 48 и 49. В шлоке 47 была сформулирована главная мысль Карма Йоги: результаты действий не в моих руках. Шлока 48 разъясняет эту мысль: Я могу и должна делать все наилучшим образом, а потом принять любой результат. Шлока 49 продолжает ход рассуждений и называет тех, кто привязан к результатам действий, жалкими. Кто эти жалкие люди, которые всегда что-то ожидает от любого своего действия? Да посмотрите в зеркало, и вы увидите одного из них. Пока мы не умеем иначе. Но хотим научиться.

В следующий раз мы закончим обсуждение шлок, связанных с Карма Йогой.

Хари Ом Тат Сат

Лекция 17, шлоки 50-53

Великие изречения от первого лица:

«Я есть Брахман»

«Я есть Атман»

Великие изречения от второго лица:

«Ты есть То.»

Это говорит нам Гуру

Садхана – это трансформация «Ты есть Брахман» в «Я есть Брахман». Получив однажды Махавакью – Великое Изречение от Гуру, ученик получает знание, за ним следует Осознание.

Наша цель Самореализация, достижение Брахмана. Мы говорили о том, что Брахман не действует, не наслаждается, неподвижный. Не страшно ли однажды и себя осознать такой? Неподвижная, не наслаждаюсь, не действую. Как будто зомби? Конечно же нет. Я не превращусь в зомби. Просветленный человек не просто чувствует счастье, как это получается у нас, если все вокруг хорошо. Просветленный человек есть само счастье. Собственно, и мы тоже, прямо сейчас уже само счастье, это и есть наша истинная сущность, наше истинное Я. И, хотя мы говорим про Чистое Существование, Чистое Знание и Чистое Блаженство, в конечном итоге мы избавимся просто от всех страданий и огорчений, в этом наша цель. Но! Просветленный человек не чувствует своих несчастий и, хотя он и чувствует боль, он не страдает от нее, а просто лечит тело. Зато он становится очень чувствительным к чужой боли и к чужим страданиям. Не просто сострадает, а всегда стремится помочь, сделать все, что в его силах. И мы хотим так жить, не зависеть в своем счастье ни от чего, избавиться от всех страхов и волнений, но при этом чувствовать чужую боль и стараться помочь. Именно так живет наш Учитель.

Мы изучаем вторую главу и сегодня мы закончим изучение шлок, посвященных Карма Йоге.

Повторение:

Мы говорили о фундаментальном Законе Кармы: как только действие совершено, его плоды неизбежно последуют. Это Закон Кармы. Есть много плодов, которые мы получаем мгновенно, а другие приходят к нам через некоторое время. Классификацию кармической системы такая:

- Санчит-карма (накопленная карма),
- Прарабдха-карма (предначертанная карма или судьба) и
- Крийяман-карма (текущие действия).

Главное послание Господа дается в шлоке 47:
не совершайте действий, мотивированных их плодами.

Мотивировка действия не должна заключаться в результате или в плоде действия. Совершайте все действия исключительно из чувства долга. И не допускайте, чтобы мысль о том, что вы не получите плоды или что вы не имеете контроля над плодами, привела вас к установке не действовать вообще. Мы говорили об этом в шлоке 47.

Шлока 48: *Выполняй свои обязанности, будучи твердым в Йоге. Откажись от привязанности к плодам деятельности. Будь спокоен как при успехе, так и при неудаче. Эта уравновешенность известна как Йога.*

В шлоке 48 Господь говорит, что нужно совершать действия, отпустив все ассоциации, привязанности и цепляния, связанные с этими действиями. Привязанность заключается либо в самом действии, которое мы совершаем, мы привязаны к нему. Либо мы привязываемся к плодам, которые приносят действия; мы привязаны либо к плодам, которые мы получили в прошлом, либо к плодам, которые мы ожидаем получить в будущем. Мы даже привязываемся к обстоятельствам, в которых мы выполняем свои обязанности. Поэтому выполняй обязанности, отпустив все эти привязанности.

Далее говорится, что мы не должны зависеть от того, приведет ли действие к успеху или к неудаче. Слово «неудача» (asiddhi) имеет здесь два значения.

- действие не было завершено вовсе.
- действие было завершено, но результат, которого я ожидала от него, не осуществился.

Оба этих значения считаются неудачей. Таким образом, Господь говорит, что вы должны использовать весь свой потенциал, все средства. А после выполнения действия, независимо от того, было ли действие успешным или неудачным, мы должны сохранять к нему беспристрастность или уравновешенность. Именно эта беспристрастность и называется йогой.

Шлока 49 продолжает тему.

Приносящие плоды или выгоду действия, описанные в Карма Канде Вед, намного уступают уравновешенности в Буддхийоге - Йоге Самопознания. Поэтому утвердитесь в Буддхийоге. Те, кто совершает действия, ожидая плодов, поистине достойны презрения.

Здесь проводится сравнение: если одно и то же действие совершать так, как описано в 48-й шлоке: ты сохраняешь уравновешенность в успехе и неудаче, и ты выполняешь действие абсолютно превосходным образом. В

этом состоит основной принцип Карма Йоги. А теперь, мы совершаем тоже самое действие, но наша мотивация к действию получить определенный результат. Собственно, задумываемся мы или нет, но мы все пока так и делаем. Так вот такие действия в шлоке называются низшими, а нас самих при этом называют нищими и жалкими. Мы не хотим быть жалкими и нищими, как же нам тогда правильно рассуждать?

В прошлый раз мы рассмотрели пример, когда заболел близкий человек, например, моя пожилая мама и я привожу ее к себе домой и начинаю разбираться с ее здоровьем, вожу к врачам, организую операцию, уход после операции, все, что нужно. И мы говорили о том, каким должен быть ход моих мыслей, чтобы не быть жалкой. Давайте вспомним ход мыслей с точки зрения Бхакти Йоги, преданности и с точки зрения Йоги Знаний. Понятно, что в любом случае я должна делать все, что от меня требуется, наилучшим образом. Это очень важное условие, чтобы потом мне не упрекать себя, что я не использовала все возможности. Возможные ожидания, которые могут быть и действительно часто они и бывают, такие:

- Первое — чтобы моя мать поскорее поправилась.
- Второе ожидание — чтобы, так же как я обслуживаю свою мать во время ее болезни, когда я состарюсь и заболею, мой сын или дочь заботились обо мне точно так же; они должны обслуживать меня так же, как я обслуживаю свою мать.

Давайте еще заметим, что уход за моей родной мамой, когда она заболела и нуждается в помощи – это моя обязанность. Т.е. не должно быть даже мысли о том, помогать маме или нет. Веданта всегда настаивает на выполнении обязанностей.

Итак, что же такое высшее действие? Выполнять его нужно точно также. Нет никакой разницы в самих моих действиях. Но после того, как я все сделала наилучшим образом, показала маму лучшим врачам, которых я могла найти, прооперировали ее лучшие хирурги, вовремя дали ей все лекарства — выздоровеет она или нет, это уже плод. Результат всех моих усилий не в моих руках. Бог контролирует плод. Согласно Божьему плану, она либо поправится, либо нет. Я абсолютно не могу это контролировать. Если я беспокоюсь об этом, это означает, что я ожидаю плода, а я не должна этого делать. Это относится к моему ожиданию, что она поправится.

И второй момент: когда я ожидаю, что и за мной будут дети ухаживать – это еще одно ожидание, а любое ожидание опять делает меня жалкой. Все будет решено в соответствии с моей Прарабдхой. **Поэтому, вместо того чтобы надеяться, что мой сын или дочь сделают что-то для меня, я должна быть убеждена, что во всех ситуациях моей жизни тот, кто**

позаботится обо мне, будет Бог. На языке преданности, такое чувство уверенности в Боге — это и есть само определение преданности.

Давайте также обсудим все тоже самое с точки зрения Знания.
Говорится:

- с точки зрения Карма-йоги, практикуйте интеллект уравновешенности.
- С точки зрения Санкхья-йоги, практикуйте Санкхья-йогу.

Интеллект уравновешенности – это равное отношение к потере и приобретению, к счастью и страданию. Это то, что мы называли Самадхана и Титикша. Что бы ни случилось, я сохраняю спокойствие и не жалею. Какая прекрасная духовная практика: сохранять спокойствие и не жаловаться. Кто из нас владеет этим? Интересно, что Сам Бог Кришна известен тем, что Он никогда не сетовал. Пример, как у Др. Каки 3 раз ломался протез.

А с точки зрения Санкхья Йоги, как нам ее здесь практиковать?
Слово **Sankhya** означает знание. И какое знание? Знание о Себе.
«Принять убежище в **Sankhyabuddhi**» означает, что осознание моей истинной природы должно постоянно оставаться живым в мыслях и размышлениях.

«Кто я? Я не это тело. Кто я? Я Атман». Какова природа Атмана? Атман не рождён, бессмертен и вечен. Он никогда не рождается, никогда не стареет и никогда не умирает. Итак, кто же заболевает? Заболевает мое тело. Если такие мысли постоянно присутствуют в уме; если мы постоянно находимся в гармонии с душой, то интеллект, который постоянно созерцает свою истинную духовную Природу, называется **Sankhyabuddhi**.

Здесь есть очень важный подтекст: созерцание высшей духовной Реальности является неотъемлемой частью духовной практики (Садхана). Мы любим делать разные дела. Приятно пробежать марафон во славу Кришны или сходить в храм, поучаствовать в службе. Ничего неправильного в этом нет. Но такая духовная практика относится к начальному уровню.

По мере нашего развития созерцание становится мощным инструментом в духовности. Однако мы часто совершенно не готовы принять созерцание как действительную духовную практику. Поэтому мысли о Карма-йоге, мысли о Санкхья Йоге должны постоянно оставаться пробужденными в интеллекте; интеллект должен оставаться поглощенным ими.

Итак, подводя итог сказанному в шлоке: Господь говорит нам, что ни одно действие не является по своей сути хорошим или плохим.

Важно то, с каким видением, отношением и чувством вы выполняете эту работу; это чувство, перспектива и мыслительный процесс чрезвычайно важны. И в этом заключается истинный дух Кармы-йоги:

Прибегай к интеллекту уравновешенности; те, кто мотивирован плодами действия, несчастны, жалки.

Здесь продолжается та же самая мысль, но с другим оттенком. Господь говорит:

Шлока 50:

buddhiyuktō jahātīha ubhē sukṛtaduṣkṛtē |
tasmādyōgāya yujyasva yōgaḥ karmasu kauśalam || 2.50 ||

Все заслуги и грехи стираются для людей, которые совершают действия с равновесным умом. Поэтому приобщись к Йоге уравновешенности. Настоящий талант — это быть уравновешенным в результатах при совершении действий.

2.50. Достигший божественного сознания, освобождается от плохих и хороших деяний уже в этой жизни. Поэтому устремись к йоге, ведь йога — искусство в деяниях.

Давайте поймем, о чем здесь речь.

Jahātīha означает «отпустить» или «отказаться».

Tasmāt yōgāya yujyasva — поэтому приобщись к Йоге **samyayoga**- Йоге уравновешенности. Почему?

Потому что **yōgaḥ karmasu kauśalam** - Развитие ровного ума по отношению к плодам своих действий — это истинное мастерство в действии — **yōgaḥ karmasu kauśalam**.

Господь объясняет здесь еще один важный принцип:

buddhiyuktō jahātīha ubhē sukṛtaduṣkṛtē — этот человек, этот искатель или люди, которые учатся совершать действия с равновесным умом, помня обо всех принципах Карма Йоги, по сути — не физически, а по существу — отказываются как от добрых, так и от плохих деяний — здесь нам важны два новых понятия: **sukrit** и **dushkrit**.

Если взять буквальное значение этой строки, можно подумать, что

Jahātīha означает «отпустить» или «отказаться», а

sukrit означает добрые дела или добродетельные поступки, **dushkrit** — греховные или плохие поступки. Таким образом, этот человек полностью отказывается от обоих типов действий.

На первый взгляд может показаться, что это так, если не понять шлоку правильно. **Sukrit и dushkrit** — два специфических термина из священных писаний, используемых здесь. Слово **sukrit** относится к добрым делам или добродетельным поступкам, которые приносят нам счастье. В старину говорили, что если накопить много добрых дел, то после смерти можно даже попасть в рай.

Dushkrit означает плохие дела или греховные поступки, которые приносят страдания. Горе можно пережить либо сразу в этой жизни, либо через некоторое время, либо, возможно, после смерти вам придется отправиться в ад.

Итак, **sukrit и dushkrit**; **dushkrit** означает плохие поступки. Сейчас мы рассматриваем это с духовной точки зрения. Независимо от того, рассматриваем ли мы это с практической, религиозной, духовной или профессиональной точки зрения, воздержание от плохих поступков является абсолютной основой; нет даже необходимости обсуждать это.

Когда Господь говорит здесь, что даже от **Сукрит** (добрых дел) нужно отказаться, важно понять настрой, стоящий за этим. Что значит отказаться от добрых дел? Это относится к той же концепции, о которой мы говорили в 49-й шлоке.

Сукрит означает доброе действие. Допустим, я соблюдаю пост раз в две недели. При этом цель моего поста — я хочу, чтобы все члены моей семьи были здоровы. Ничего плохого нет в таком желании. Пост благое дело, то, что шлока называет Сукрит, и в результате образуется заслуга, Пунья. И в какой-то момент эта Пунья проявит себя, и я получу где-то удачу или хорошую ситуацию. Но из-за того, что у меня есть такое желание — здоровье моей семьи, то сам пост становится действием, связанным с желанием, Сакама Карма.

Отказ от Сукрит не означает отказ от самого физического действия. Скорее, это означает отказ от чувства исполнителя («Я совершаю это действие») и ожидания какого-либо конкретного результата или награды. Можно и нужно совершать добрые дела, поститься, помогать другим, однако в этих действиях должны отсутствовать две вещи.

- Во-первых, чувство, что «я являюсь исполнителем», и,
- во-вторых, ожидание „возвращения подарка” или какого-либо конкретного результата от этого действия.

Если устранить эти два элемента, это и будет означать отказ от добрых дел. Человек, который обрел интеллект Санкхья или равновесное мышление, совершает добрые дела, но у него нет гордыни исполнителя и в уме нет мыслей о том, что я накапливаю заслуги, я совершаю такие хорошие поступки.

На самом деле, даже мысли о том, что «я совершаю действие» не должно быть. Это немного более продвинутый уровень мышления. Мы подробно обсудим это, когда дойдем до третьей главы. Но какое бы действие ни совершал человек, оно совершается исключительно по вдохновению Бога. Человек всего лишь инструмент, посредник. Поэтому не должно быть никакого чувства «я совершаю плохой поступок» или «я совершаю хороший поступок». Я всего лишь инструмент, и это действие происходит через меня. Бог совершает это действие через меня, и Бог дарует плоды этого действия в соответствии со Своим великим замыслом. В уме должна оставаться только эта мысль, и в конечном итоге даже мысль «я — инструмент» должна исчезнуть. Но все это будет позже. Сегодня мы будем размышлять только о том, что, двигаясь по пути греха и заслуг, не должно быть гордости за свои поступки и ожидания плодов. Конечно, мы не должны совершать плохие поступки, но важно понимать эти нюансы даже в отношении добрых поступков.

Во второй строке Господь говорит: **tasmāt yōgāya yujyasva yōgaḥ karmasu kauśalam** — величайшее значение действия заключается в том, чтобы выполнять его, находясь в состоянии йоги; в этом заключается высшее мастерство в действии. На практическом уровне мы понимаем, что такое мастерство. Обратите внимание, здесь есть два типа мастерства:

- одно — практическое мастерство, а
- другое — духовное мастерство.

Практическое мастерство означает, что для выполнения любой задачи мы должны приобрести конкретное мастерство в реальном мире; мы должны его изучить, многократно практиковать и постоянно прилагать усилия, чтобы развивать его дальше. Возьмем, к примеру, вождение автомобиля. Нельзя просто сесть в машину и научиться водить за один день. На это нужно потратить много времени и попрактиковаться. Не должно быть так, что я даже не умею водить, но выезжаю на дорогу и потом оправдываю аварию (или ее отсутствие), утверждая: «Ну, у меня уравновешенный интеллект». Нельзя неправильно интерпретировать шлоку такими рассуждениями.

Но после выполнения действия не должно быть никаких мыслей относительно плодов. Именно об этом и шлока:

buddhiyuktō jahātīha ubhē sukṛtaduṣkṛtē — будучи утвержденным в этом равным интеллекте (**Samyabuddhi**) или интеллекте Знания (**Sankhyabuddhi**); независимо от того, смотрите ли вы на это через призму Карма-йоги (уравновешенность) или Джняна/Санкхья-йоги (знание). Важно то, что мы развиваем безразличие к результатам.

Безразличие к результатам означает, что после выполнения своего долга в меру своих возможностей, не должно иметь значения, достигну ли я успеха или потерплю неудачу. Я соблюдала пост; теперь, после этого, вполне возможно, что кто-то из моей семьи заболеет. Я соблюдала пост, но на следующей неделе кто-то заболел. Такое может случиться. Или может быть, что никто из моей семьи не заболеет в течение следующих шести месяцев. Но заболеть или не заболеть будет в соответствии с великим замыслом Бога. Мое соблюдение или несоблюдение поста не предназначено для того, чтобы повлиять на этот результат или изменить его.

Таким образом, если мы научимся заниматься благотворительностью, выполнять религиозные обязанности, помогать другим и выполнять все свои обязанности и действия, сохраняя при этом невозмутимость по отношению к результатам — приносят ли они успех или неудачу, похвалу или критику, счастье или горе — мы развиваем уравновешенность ума. Это не происходит в одночасье. Это не является для нас естественным инстинктом. Мы так привыкли жаждать признания даже за самые маленькие вещи, которые мы делаем. Мы приучены ожидать реакции, что бы мы ни делали. Отбросить привычное поведение и глубоко укоренившиеся привычки и постепенно обрести спокойствие — развить равновесие ума по отношению к плодам действий — это и есть то, что означает **yōgaḥ karmasu kauśalam** — искусство в деяниях. Итак, основной посыл здесь заключается в том, чтобы приобрести практические навыки, совершать добрые поступки и, в конечном итоге, сохранять глубокое равнодушие по отношению к результатам.

В 50-й шлоке Господь отмечает один очень важный момент. Давайте посмотрим на пример освобожденных святых. Возьмем, к примеру, Самартх Рамдас Свами, святого из Махараштры. Он сочинил монументальный текст под названием «Дасбодх», огромное произведение, наполненное поэтическими стихами. И после написания «Дасбодх» он говорит в самом конце:

sakaḷa karaṇeṃ jagadīśācen | āṇī kavītvacī kāya mānuśācen | (dāsa 20.10.35)

«Все это великолепное творение — дело рук Господа Вселенной (Джагадиша). Какое же место в этом занимает поэтический талант человека?»

Если после написания такого обширного и глубокого текста Самартх Рамдас Свами может заявить, что это полностью дело рук Господа, то наши собственные действия по сравнению с этим невероятно малы, незначительны и неважны. Тем не менее, выполняя такие тривиальные задачи, мы сидим, питая в себе столько гордости и эго, думая: «Я сделала

это! Что бы было, если бы я этого не сделала? Кто еще в мире сделает это без меня?» Такое мышление не является ни умением действовать, ни Санкхья Буддхи. Господь говорит, что совершай действия исключительно хорошо, но полностью освободившись от гордости за свои поступки и ожидания результатов, — это и есть истинное **искусство в деяниях**

Шлока 51:

*Karmajaṃ buddhiyuktā hi phalaṃ tyaktvā manīṣiṇaḥ |
Janmabandhavinirmuktāḥ padaṃ gacchhanty anāmāyām || 51 ||*

Мудрые люди, практикующие Буддхийогу, отказываются от плодов, возникающих в результате действий, и таким образом освобождают себя от рабства цикла рождений и смертей. Они достигают вечного Чистого Блаженства, превосходящего все страдания.

2.51. Мудрые, обладающие божественным сознанием, оставляют плоды, рожденные деянием, и, освободившись от цепей смерти и рождений, достигают обители, где нет скорби и зла.

Смысл фразы **karmajaṃ buddhiyuktā hi** заключается в следующем: искатели, наделенные таким равновесным умом — **manīṣiṇaḥ**, есть мудрые или разумные искатели. Эти мудрые искатели, утвердившиеся в уравновешенности ума, **karmajaṃ phalaṃ tyaktvā** — отрекаются от плодов, рожденных их действиями. Эти мудрые искатели, действующие, прибегая к Буддхи-йоге или интеллекту истинного Знания (Санкхья-Буддхи), отрекаются от плодов, порождаемых этими действиями. И каково следствие этого? **janmabandhavinirmuktāḥ** — они освобождаются от оков рождения, цикла рождения и смерти, который привязывает нас к тому, чтобы рождаться снова и снова. Почему мы должны перерождаться? Мы должны рождаться лишь для того, чтобы исчерпать карму, накопленную нами в прошлом, в наших предыдущих жизнях.

Итак, **janmabandhavinirmuktāḥ padaṃ gacchhanty anāmāyām** — когда мудрый человек совершает действия, практикуя Карма Йогу таким образом, первое, что происходит, — это то, что он освобождается от оков рождения и смерти.

И он достигает состояния **anāmāyām**. Слово **amaaya** означает болезнь или страдание, поэтому **anāmāyā** означает состояние, полностью свободное от любой болезни, страдания или мучения. Что это за состояние? Это состояние — просто наша собственная истинная Природа. Это то, что мы

называем Атманом, Брахманом, Пара Брахманом или Пара-Атманом. Это невероятно великолепное и величественное состояние.

Господь говорит здесь об отказе от плодов действий. Концепцию отказа от плодов действия необходимо правильно понять. Ранее мы отметили одну фундаментальную истину: где есть действие, там неизбежен результат. Мы не можем просто избежать результата. Но от чего мы можем уйти или что избежать? Мы можем освободить себя от наших собственных ожиданий и эмоциональных реакций на результаты.

Проще говоря, представьте себе фермера, у которого есть большое поле. Он берет семена, идет на свою землю и сеет их. Естественно, очевидно, что растения вырастут и будет получен урожай; это естественный результат. Итак, когда фермер ухаживает за своим полем, он должен взять семена и применить все практические навыки, необходимые для земледелия — **yōgaḥ karmasu kauśalam**. Он должен использовать удобрения, правильно обрабатывать почву, поливать посевы и делать все, что требует земля. Сделав все, независимо от того, питает ли он ожидания или нет, отчаянно ли он этого хочет или нет, зерно обязательно вырастет. Простое ожидание огромного урожая не принесет больше зерна, а отсутствие ожиданий не принесет меньше. Как только он выполнит свой долг, земля даст ровно столько зерна, сколько ей суждено, в соответствии с великим замыслом Бога. Ожидания ни увеличат, ни уменьшат результат.

Но что происходит, когда мы отпускаем ожидания? Когда то же самое действие — сеяние семян в землю — совершается без желания определенного результата, и когда мы постепенно учимся выполнять все свои обязанности таким образом, в результате ум (Читта) постепенно начинает очищаться. Чистота ума означает избавление от его загрязнений. Загрязнения в уме и интеллекте в первую очередь проистекают из ожидания результатов или из эго исполнителя. Когда мы устраняем эти два фактора, ум становится чистым. Действие без желания ведет к чистоте ума (Чита Шуддхи), Упасана, поклонение без желания ведет к спокойствию ума (Чита Шанти), а истинное Знание пробуждается только в чистом и спокойном уме.

Итак, здесь Господь говорит, что мудрый человек установлен в Санкхья-Буддхи. Он отрекается от плодов своих действий. Отказ от плодов означает, что награда не является их основным мотивом; он думает: «Я приму всё, что получу в соответствии с Божьим планом, но у меня здесь нет личных целей. У меня нет личных желаний». Следовательно, он освобождается от типичных реакций, которые мы испытываем после получения результата — либо ликование, либо печаль.

Прежде всего, Господь сказал, что вы будете освобождены от рабства рождения. Что значит освободиться от этого рабства? Почему мы вообще перерождаемся? Мы переживаем повторные перерождения лишь для того, чтобы исчерпать плоды действий, накопленных нами в этой жизни и в прошлых жизнях. Итак, Господь говорит, что, если вы по-настоящему уловите дух того, как следует совершать действия, ваши желания (Васаны) постепенно уменьшатся. Действия, которые вы совершаете сейчас — ваши текущие действия (Крийяман-карма) — не будут добавляться к вашему накопленному кармическому запасу (Санчит-карма), и вы будете освобождены от цикла рождения и смерти. Те, кто действительно достиг освобождения от этого цикла, известны как Дживанмукти (освобожденные при жизни).

Как работает система кармы для Дживанмукти? В состоянии Дживанмукти вся накопленная Санчит-карма, то есть все оставшиеся кармические плоды, которые мне еще предстоит испытать за все мои предыдущие человеческие жизни, весь набор, находящийся в хранилище Санчит, полностью уничтожается. Как говорится в писаниях: они сжигаются дотла и уничтожаются.

Итак, **во-первых**, я больше не буду перерождаться из-за этой накопленной Санчит-кармы.

Во-вторых, Дживанмукта совершает много действий в своем освобожденном состоянии. Он выполняет свои обязанности, но эти текущие действия (Крийяман-карма), новые поступки, которые он совершает, не добавляют ни одной частицы к его Санчит. Почему? Потому что, совершая действие, он лишен эгоистического чувства «я делаю это» и не ожидает плодов. Поэтому совершаемые им действия не увеличивают его накопленную карму.

В-третьих, что касается предопределенной кармы (Прарабдха карма), которая привела к их нынешнему физическому рождению: даже у Дживанмукти, даже у великих святых, в жизни было много моментов радости и много моментов глубокой печали, через которые им приходилось физически проходить. Однако, проходя через все это, они никогда не питали чувства «я страдаю» или «я наслаждаюсь». Все эти переживания принадлежат физическому телу, и они были способны наблюдать за телом с полным, отстраненным равнодушием. Рамакришна Парамахамса страдал от рака. Его рак не исчез волшебным образом только потому, что он находился в состоянии освобождения. Но печаль, несчастье, страдания, связанные с этим раком, — все это исчезло. Почему это исчезло? Потому что он осознал высшую Истину: «Я не это тело». Поэтому в состоянии Дживанмукти предначертанные физические переживания Прарабдхи действительно разворачиваются, но психологическое счастье и печаль, привязанные к ним, отсутствуют.

Накопленная Санчит-карма полностью сгорает дотла, и новые действия не пополняют кармический запас.

Это считается чрезвычайно возвышенным состоянием. Родившись человеком, наш главный и первостепенный долг — испытать и радоваться этому состоянию Дживанмукти (освобождения при жизни). И чтобы достичь этого опыта, необходимо прибегнуть к Санкхья-Буддхи и к интеллекту уравновешенности (Самья-буддхи). Господь передает все эти глубокие истины в 51-й шлоке.

Шлока 52

Yadā te mōhakalilaṃ buddhir vyatitariṣyati ।

Tadā gantāsi nirvedaṃ śrotavyasya śrutasya ca ॥ 52 ॥

Когда ваш интеллект очистится от грязи заблуждений, вы утратите интерес ко всем мирским удовольствиям, о которых слышали до сих пор, и ко всем, о которых еще не слышали.

2.52. Когда твой разум выберется из дебрей иллюзии, ты станешь безразличным к тому, что слышал, и к тому, что услышишь.

Господь объясняет, что когда ваш интеллект, который в настоящее время затуманен заблуждением — **yadā tē mōhakalilaṃ buddhiḥ vyatitariṣyati** — наконец преодолет это заблуждение,

tadā gantāsi nirvedaṃ — **nirveda** означает бесстрастие, отрешенность или чувство отвращения.

Тогда **śrōtavyasya śrutasya ca**, что означает все мирские удовольствия, о которых вы слышали или испытали до сих пор, а также все, что вы можете испытать в будущем — вы разовьете глубокое пренебрежение ко всему этому. Вы почувствуете незаинтересованность во всех мирских вещах.

«Незаинтересованность» и «бесстрастие» — это точные слова. Здесь это означает отсутствие жажды или отвращения. На маратхи мы называем это **kantala**, что означает, что вы просто устанете от мирских объектов. Итак, Господь говорит здесь, что ваш интеллект сегодня — **mōhakalila**, погрязший в трясине заблуждений.

Слово **kalila** имеет несколько значений.

- Одно из значений — смесь, то, что полностью смешано, переплетено и перемешано.
- Второе значение — огромная куча или огромное скопление.
- И третье значение **kalila** — глубокий или невероятно плотный, подобно тому, как мы описываем черную как смоль, темную ночь, в которой не существует абсолютно ничего, кроме тьмы.

Итак, когда Господь говорит *mōhakalila*, Он имеет в виду, что сегодня, в вашем нынешнем человеческом существовании, вы полностью погружены в плотное заблуждение. Вы застряли в этом болоте заблуждений. Но что же такое это болото? Это болото мирских привязанностей. А каково же величайшее заблуждение этого мирского существования? Его определяют три основных аспекта.

Как мы вообще осознаем, что мы заблуждаемся?

- Во-первых, это **Dehatadatmya** (идентификация с телом) — глубоко укоренившееся убеждение, что «я — это мое физическое тело».
- Во-вторых, это **Джагатсатьява** (реальность мира) — убеждение, что вся видимая вселенная, которую я воспринимаю своими чувствами, является абсолютной реальностью.
- И в-третьих, это **Kartrutva-Bhoktrutva** (чувство деятеля и наслаждающегося) — вера в то, что я являюсь единственным деятелем всех происходящих в моей жизни событий и что я являюсь тем, кто испытывает или потребляет плоды этих деяний.

Идентификация с телом, вера в то, что мир является абсолютной реальностью, и чувство эго, чувство, что я исполнитель и наслаждающийся — в терминологии Веданты это называется **Granthi**, или узлы.

Каждая живая душа, которая родилась, связана этими узлами; мы все живем в рабстве. До тех пор, пока мы остаемся связанными этими тремя узлами, мы безнадежно застряли в трясине заблуждений, потерянные в кромешной тьме мирского невежества. Господь говорит, что когда вы наконец освободитесь от этих трех узлов — а когда именно это произойдет? Это произойдет, когда мы обретем убежище в интеллекте мудрого знания (**Sankhya Buddhi**) или интеллекте уравниновости (**Samya Buddhi**). Тогда вы будете освобождены от этого заблуждения. Иллюзия «я есть это тело» просто исчезнет. Восприятие материального мира как высшей реальности прекратится. И глубоко укоренившееся эго, которое вы носите в себе, считая себя исполнителем и наслаждающимся своей жизнью, также полностью растает.

И после этого, **tadā gantāsi nirvāḍaṇ** — вы почувствуете полную незаинтересованность, то есть достигнете истинной безучастности и отрешенности. Отрешенности от чего? **śrōtavyasya śrutasya ca**. **Śruta** буквально означает все, что вы слышали до сих пор. Но на более глубоком уровне это означает не только то, что вы слышали своими ушами; это охватывает все, что вы испытали до сих пор всеми своими чувствами. А **śrōtavyasya** относится ко всему, что вам еще предстоит испытать в будущем. Таким образом, ко всем мирским и материальным вещам, которые вы испытали в прошлом, и ко всему, что вы можете

испытать в будущем, вы разовьете глубокое чувство неприязни. Вы почувствуете сильную незаинтересованность. Когда мы читаем это впервые, это может показаться немного пугающим. Можно начать беспокоиться: «Что именно произойдет с моей жизнью после изучения Бхагават-Гиты? Какой будет эта духовная жизнь, в которой мы будем есть пищу, но не будем испытывать интереса к еде? Мы будем выходить на прогулку, но не будем испытывать интереса к прогулке? Насколько невероятно скучной будет такая жизнь?» Это напоминает нам те дни в химической лаборатории с «безвкусными, без запаха порошками» — действительно ли наша жизнь станет такой скучной и сухой? Естественно, что в голове возникают такие сомнения. Но позвольте мне заверить вас, что эта жизнь ни в коем случае не «безвкусная и без запаха». Это абсолютно не скучное существование, от которого вы устанете. Напротив, это состояние, в котором вы испытываете высшее, возвышенное блаженство. И как только вы вкусите эту высшую, превосходную радость, ваша зависимость от низших, менее значащих удовольствий — тех, которые исходят исключительно от мирских, материальных объектов — естественным образом исчезнет. Сами объекты не просто исчезнут из вашей жизни; они не растворятся в воздухе. Просто ваша зависимость от них полностью исчезнет.

Итак, вся эта глубокая философия, которую мы изучаем, не является оправданием для того, чтобы бросить дома и семьи и убежать куда-то. Хотя Господь использует здесь слово «нирведа» (отречение), оно просто означает, что эти вещи больше не являются главным приоритетом в моей жизни. Материальные удобства и мирские удовольствия больше не являются моим главным фокусом; моя жизнь не сосредоточена на том, сколько я ем и куда я путешествую. Будь то еда, путешествия или время, проведенное на природе, все это становится частью жизни, но становится периферийной частью жизни. Эти вещи отходят на второй план. Основным фокусом, центральной точкой становится Самопознание (Atma Anusandhana) — постоянное осознание своей Истинной Природы. Оставаясь привязанными к этому Осознанию и сохраняя спокойствие ума по отношению к действиям, мы можем вести исключительно красивую мирскую, профессиональную и семейную жизнь. Это главное послание, которое Господь дал нам до этого момента.

Шлока 53:

*Śrutivipratipannā te yadā sthāsyati niścalā ।
Samādhāv acalā buddhis tadā yogam avāpsyasi ॥ 53 ॥*

Когда твой интеллект останется устойчивым и больше не будет потревожен или подвержен влиянию шлок Вед, описывающих славные плоды действий, он достигнет Буддхи-Йоги.

2.53. Когда твой разум возвысится над буквой Вед и когда он непоколебимо погрузится в созерцание Высшего, тогда ты достигнешь йоги.

«Когда твой ум, сбитый с толку противоречивыми мнениями в этом лабиринте священных писаний, прочно укоренится и станет непоколебимым в Высшей Реальности, в сущности Атмана, только тогда ты обретешь вечное единение с Божеством». Именно поэтому на этом пути подчеркивается уникальная и исключительная важность Садгуру. В мире так много всего, что нужно прочесть, понять, изучить.

Итак, в то ограниченное время, которое мне дано в этой жизни, что я должна делать и чего избегать, чтобы достичь этой конечной цели — достичь Бога — и обрести осознание Со'хам («Я есть То»).

Предположим, у меня остался всего месяц жизни, и представьте, что я вдруг выиграла в лотерею. Эта лотерея мне абсолютно бесполезна. Мне нужно испытать это осознание Сохам сегодня, прямо в этот самый момент, чтобы у меня осталось немного времени, чтобы действительно жить и наслаждаться этим божественным богатством — точно так же, как иметь время потратить деньги, выигранные в лотерею. Мне нужен этот уравновешенный интеллект именно сегодня. И он нужен мне сегодня, потому что, как только это умиротворение станет моим, я смогу провести остаток своего времени, каждый оставшийся момент, в глубоком покое, удовлетворении и полноте. Именно поэтому мы и должны приложить все эти усилия.

Итак, мы закончили сегодня шлоки, связанные с Карма Йогой в главе 2. В следующий раз я их обобщу, чтобы лучше понять их мысль. Сразу они могут показаться похожими и тогда они все сливаются. Но это не так.

На этом мы заканчиваем сегодня.
Хари Ом Тат Сат

Комментарий Др. Каки к шлокам 51-53

Мудрецы достигают Буддхи-йоги и таким образом живут, пребывая в истинном Я. Они освобождают себя от цикла рождений и смертей, не ища плодов своих действий. Они становятся Едиными со своим истинным Я, Брахманом, где их не беспокоят оковы невежества, действий и Васаны. Напротив, люди, которые тесно привязаны к своему телу, действиям и миру, поглощены невежеством. Невежество ведет к Васане, Васана ведет к еще большему количеству действий, и цепочка продолжается дальше. Эту цепочку можно разорвать только через самореализацию. Действия, совершаемые в соответствии с философскими принципами «Йоги Самопознания», освобождают интеллект от трясины заблуждений. Существует три вида заблуждений: «Я есть тело», «Мир реален», «Я есть деятель и наслаждающийся». Когда эти заблуждения уничтожены, ум освобождается от желания обсуждать, слушать или задумываться о мирских делах. Большая часть человеческой жизни тратится на воспоминания о прошлой жизни и достигнутом. Много времени также тратится на беспокойство о будущем. Пребывание в таких воспоминаниях, беспокойствах и т. д. — пустая трата времени и умственной энергии. Эти мысли привязывают людей к циклу жизни и смерти. Когда интеллект, обманутый такими мыслями, освобождается от заблуждений, освобожденный Джива теряет интерес к плодам действий. Он становится равнодушным к мирским делам и обретает устойчивый внутренний покой.

Действия могут быть хорошими или плохими, благоприятными или неблагоприятными, добродетельными или греховными. Однако их плоды не беспокоят того, кто бескорыстно совершает действия, не желая плодов. Ответственность за действия, совершаемые в соответствии с предписаниями священных писаний, лежит на самих священных писаниях. В целом, добрые действия приносят заслуги (Пунья). Однако те же действия, совершенные без каких-либо желаний, приносят чистые заслуги (Шуддха Пунья), которые помогают в достижении Мокиши. Именно благодаря чистым заслугам искатель получает благословение Господа, а со временем — благословение какого-нибудь просветленного мудреца. В человеческой жизни существует три вида действий:

1. Санчит карма: накопленные действия Дживы из всех прошлых человеческих рождений. Каждый человек в какой-то момент времени должен пережить плоды всех своих действий — хороших или плохих. Только после самореализации эти накопленные действия полностью стираются.
2. Прабандха-карма: часть действий из Санчит-кармы, которые созрели и принесли плоды, благодаря которым Джива получает свое тело в текущей жизни. Тело Дживы существует до тех пор, пока не исчерпается его Прабандха-карма.

3. Крийяман карма: новые действия, совершаемые Дживой. Если новые действия совершаются с установкой «я являюсь исполнителем» и с желанием получить результат, они добавляются к Санчит этого Дживы. Когда Крийяман карма совершается без ожиданий, она не добавляется к Санчит. Прарабдха заканчивается, когда она полностью пережита. После самореализации Санчит-карма сжигается в том же рождении или, в редких случаях, после многих рождений. Такой йог, который практикует принципы Йоги Самопознания, освобождается. Он осознает чистое блаженство Атмана, где нет и следа горя.

Действия и их заманчивые плоды широко обсуждаются в Ведах. Интеллект становится неустойчивым, когда он постоянно слышит о действиях и ищет их славные плоды. Когда тот же интеллект успокаивается, перестает искать плоды и остается равнодушным к плодам, он достигает желаемого эффекта Буддхи-йоги. В Упанишадах есть много теорий, которые кажутся противоречивыми или несовместимыми друг с другом. Например, одна теория в Тайтирия-Упанишаде предполагает, что вселенная создана из пяти великих элементов. В противоположность этому, другая теория в Чандогья-Упанишаде предполагает, что она создана из трех великих элементов. Искатель, который наталкивается на эти противоречия, может спокойно разрешить их сложив свои сомнения к ногам просветленных святых. Тогда он убеждается в подлинности священных писаний и понимает суть философии. Когда такой искатель, чей интеллект уравновешен действиями, лишенными желаний, постоянно стремится пребывать в Атмане, он становится Единым со своим истинным Я, Атманом. После этого он становится известен как Стхитапраджня (Sthitaprajña).

Лекция 18, шлоки 54-55

Повторение

Мы изучаем вторую главу и закончили изучение шлок, посвященных Карма Йоге.

Сегодня мы повторим Карма Йогу и перейдем к следующим шлокам, в них меняется тема – Мы учим Гиту, а что же мы получим в результате? До конца главы будут объясняться характеристики просветленного человека.

Сначала повторение

Карма Йога позволяет не делить жизнь на мирскую и духовную, и позволяет всю нашу обычную жизнь превратить в духовность. Поэтому мы и говорим, что Веданта – это образ жизни.

Давайте сначала вспомним несколько важных концепций, которые мы уже, наверняка, забыли. Они важны для понимания Карма Йоги. Начнем с Дживы.

Джива – это модель живого существа, вообще говоря, любого живого существа, но нас интересует человеческое рождение, только в нем можно достичь осознание своего истинного Я. Поэтому мы будем подразумевать человека, когда говорим о Дживе. Говоря о модели Дживы, мы сознательно не рассматриваем возраст, пол, характер.

Вот физическое тело. Его можно увидеть, потрогать, понюхать. Поэтому его называют грубым или большим телом.

Кроме этого, я ощущаю себя личностью, чувствую, что у меня есть мысли, эмоции, просто есть ощущения жажды, голода, усталости. Т.е. не все во мне можно потрогать, но оно, тем не менее оно есть. Все, что хотя и нельзя увидеть и потрогать, но мы явно чувствуем и знаем в себе, Веданта называет тонким телом.

Итак, у Дживы есть

- Физическое, грубое тело
- Тонкое тело

Что входит в **тонкое тело**:

Праны - Жизненные силы. Они поддерживает тело и делает его живым. Всего их 5:

1. **Прана** – отвечает за вдох, за все, что приходит извне, например, восприятие зрения, запаха.
2. **Апана** – Функция выделения, отвечает за вывод отработанного из организма: выдох и т.п.
3. **Вьяна** – функция циркуляции, распределения усвоенной пищи посредством кровяных потоков и т.п.
4. **Самана** – функция пищеварения.
5. **Удана** – функция мышления, способность принимать и усваивать новые мысли. Она же отвечает за перенос тонкого тела после смерти.

Всматриваемся в себя далее, у нас есть **5 органов действий**. Имеются в виду не сами физические органы руки-ноги, а центры, которые активируют соответствующие физические органы, чувство, что, например, я могу что-то сделать рукой или ногой.

1. Руки
2. Ноги
3. Рот
4. Анус
5. Гениталии

Органы чувств, тоже не физические глаза-уши, а опять центры, которые активируют физические органы. Например, Бетховен был глухим, но писал музыку, т.к. «слышал» ее. Органов тоже пять:

1. Слух
2. Зрение
3. Обоняние
4. Осязание
5. Вкус

Важный момент: во сне я тихо лежу на кровати, а при этом мне снится, что я хожу, вижу, дышу, хочу есть или пить. Т.е. все эти органы действительно тонкие, они работают и во сне.

Далее у нас есть способность мыслить, принимать решения, память. Все это вместе образует, так называемое, внутреннее устройство, на Санскрите **Антахкаран**. Важно помнить, что, всмотревшись в тело ультразвуком или даже разрезав его, Антахкаран мы не найдем. Это просто концепция, но она необходима для практического применения.

В Антахкаран входят:

1. Ум – Манас
2. Интеллект – Буддхи
3. Память – Читта
4. Эго – Ахамкара

Всего 4 составляющие, таким образом всего набралось 19 составляющих тонкого тела: 5 Пран + 5 органов чувств + 5 органов действий + 4 составляющих Антахкарана.

Нас сейчас интересует Антахкаран, потому что духовная практика состоит в работе над ним.

Четыре функции Антахкарана легко понять и запомнить на примере с чаем.

- **Ум- Манас.** В Уме появляется мысль: не попить ли чаю? Эту мысль он несет в интеллект, Буддхи.

- **Буддхи** принимает решение: Да, прямо сейчас.
- Теперь включается **Читта**. Она знает, где чай, чашки, как нужно заваривать чай. Читта держится все время за эту мысль, пока готовится чай.
- Наконец, когда чай готов, эго, **Ахамкара** говорит: я хотела чай, я сделала чай, теперь я пью чай.

Еще что важно: Неосуществленные желания из прошлых жизней, мы называем их **Васаны**, находятся в интеллекте и интеллект всегда идет у них на поводу, когда принимает решения.

Теперь рассмотрим, что и как мы хотим изменить в Антахкаране в результате духовной практики, в частности когда мы просто делаем какие-то свои дела.

Практика Карма Йоги позволяет очистить **Читту**. Обычно Читта занята менее продуктивными мыслями, чем как сделать чай. Вернее, чай мы делаем автоматически, а Читта в это время занята тем, что либо обдумывает что-то о другом человеке, как правило, что-то критикует, либо сидит в прошлом и думает, как я могла так сделать, зачем я так поступила, либо в будущем, не планирует, а просто фантазирует. Потом, когда мы садимся медитировать, Читта продолжает то, чем она обычно занята. Поэтому нам важно приучить Читту думать меньше, а то, что крутится в ней, должно быть либо практически полезным, либо должно быть направлено на духовную практику. Карма Йога – это мощный инструмент, который позволяет «перевоспитать» и очистить Читту.

Ум, **Манас**, тоже проходит тренировку в процессе духовной практики. Он должен перестать приносить в интеллект неправильные идеи, поменьше размышлять о желаниях. Эти мысли нужно замечать и пресекать.

Другая важная функция Антахкарана, которая нужна нам для духовной практики – это интеллект, **Буддхи**. И Буддхи тоже нужно перевоспитывать. Нам нужно приучить его принимать решения не в пользу Васан, как это происходит сейчас, а нужно научить его поддерживать Вивек: кто Я? Что вечно, а что преходяще, что важно, а что нет. **Интеллект, который удерживает мысль «Я есть Атма», называется Санкхья Буддхи. Наша задача развить в себе такой интеллект.**

Кроме того, мы говорили об **уравновешенном интеллекте - Самья-Буддхи**.

Уравновешенный интеллект – это способность сохранять спокойствие и душевное равновесие в любой ситуации. Если вспомнить, когда мы говорили о Садхана Чатуштая, мы разбирали такие понятия, как контроль

ума, контроль чувств, и качества, которые мы должны стараться развивать – это **Самадхана и Титикша**. Самадхана означает спокойное принятие любой ситуации, а Титикша – это терпение, смирение. Самадхана и Титикша идут рука об руку. О Самадхане мы говорим, что не следует позволять Антахкарану утрачивать спокойствие даже в малейшей степени в благоприятных или неблагоприятных обстоятельствах. О Титикше мы говорим, что независимо от того, благоприятны обстоятельства или неблагоприятны, нужно переносить эту ситуацию с совершенным спокойствием, терпением, без жалоб, без обид и без беспокойства. **По сути, Самадхана и Самья Буддхи – это одно и то же. Нам нужно развивать в себе это качество.**

Ахамкара, это - функция Антахкарана. Всякий раз, когда мы совершаем действие, мы думаем, что это я его совершаю. В результате я либо начинаю гордиться собой, ждать похвалу или благодарность или я огорчаюсь, что я сделала ошибку. Посредством духовной практики нам нужно уменьшить эго, избавиться от гордыни, что это я тут все для вас делаю, что вы бы все без меня.

Таким образом Антахкаран, разные его функции важны в духовной практике, потому что мы хотим их все приучить работать так, чтобы они помогали. Ничего невозможно достичь в духовности без участия Антахкарана, потому что духовность – это не физические упражнения, а размышление, созерцание. Но именно Антахкаран мешает прогрессу, если он не подготовлен. **Нам очень важно понимать не только то, что мы учим, но и зачем мы учим и обязательно применять выученное на практике.**

\\

Прежде, чем мы перейдем к повторению шлок о Карма Йоге, давайте вспомним **теорию Кармы**. Адвайта Веданта принимает Теорию Кармы, но не анализирует ее очень глубоко, как это делают другие течения. Для нас Теория Кармы – это правила игры в окружающем нас мире, а мы хотим выйти из этой игры, в этом и заключается Само Реализация. Познав свое Я, иллюзорность мира становится очевидной. А раз так, то и вся Теория Кармы – какое она имеет значение?

Поэтому нет смысла заниматься излишним анализом, тем более что вся система находится не под нашим контролем. Но принятие теории Кармы и всей системы Кармы очень важно. Без этого невозможно объяснить многие события или ситуации.

Основные положения Теории Кармы: в результате любого действия возникают три вида результатов:

1. **Сиюминутный результат**, который мы видим

2. Каждое действие оказывает влияние на мои **Васаны** – конкретная Васана может усиливаться, или наоборот, ослабнуть и вместо нее будет возникать новая.
3. **Долговременный результат:** Хорошее, моральное действие создает Пунью или положительные заслуги, то, что позже проявляется как успех, хорошая ситуация, а плохое действие приводит к накоплению «отрицательных заслуг» или Папа, которые когда-то проявятся, как болезни, неудачи или горе.

Классификация кармической системы:

- Санчит-карма (накопленная карма, там хранятся наши заслуги или грехи),
- Прарабдха-карма (предначертанная карма или судьба) и
- Крийяман-карма (текущие действия, которые мы совершаем сейчас, а результаты потом добавятся в Санчит карму).

Мы все приходим в жизнь с некоторой контурной картой или судьбой, она называется Прарабдха. Это та часть кармических результатов из накопленных в Санчит Карме, которые созрели и будут проявлены в моей этой жизни. У меня нет возможности избежать этих кармических результатов, мне придется пережить все хорошие и плохие ситуации. Даже после Само-Реализации Прарабдха продолжает действовать на Просветленного человека. Разница здесь в том, что мы считаем события реальными и поэтому радуемся или страдаем. А для просветленного человека это все иллюзия или игра Бога. Можно пойти в театр на комедию или трагедию и получить удовольствие в обоих случаях, потому что я точно знаю, что это просто игра.

Проживая жизнь, мы вынуждены совершать разные действия. Они называются **Крийяман Карма**. Результаты из новых действий Папа и Пунья добавляются в копилку **Санчит Кармы**. Когда они созреют для того, чтобы принести результат мы не знаем и это находится не под нашим контролем. Всей системой Кармы управляет **Бог Ишвара**. После Само-Реализации хотя человек и продолжает совершать действия, их результат уже не добавляется в его Санчит Карму.

Санчит Карма – это копилка хороших и плохих заслуг, Папы и Пуньи со всего множества жизней. Практически невозможно их все исчерпать. А до тех пор, пока что-то есть в копилке, мы будем получать новые рождения для того, чтобы прожить те результаты, которые уже созрели. После Само-Реализации вся Санчит Карма сгорает. Поэтому тот, кто достиг Просветление, не родится вновь.

Так работает Система Кармы. Можно еще заметить, что, если мне не везёт или я постоянно сталкиваюсь с проблемами – это та самая Папа, плохие дела, которые я когда-то совершила. Здесь мне некого ругать.

Это были важные положения, которые нам пригодятся, когда мы будем говорить о Карма Йоге.

А теперь обобщим шлоки 47-53 в которых объясняются **основы Карма Йоги**.

Шлока 47 очень понятна:

2.47. У тебя есть право только на действие, но не на его плоды. Да не будут плоды деяний поводом твоих действий, но и к бездействию не привязывайся.

Если вспомнить Систему Кармы, о которой мы только что говорили, то совершенно понятно, почему результаты действия не совсем зависят от моих усилий. Кроме моих усилий и стараний всегда присутствует невидимая рука провидения, которая возникает из Прарабдхи, из тех самых кармических результатов, Папа и Пунья.

Я разбегаюсь, чтобы перепрыгнуть через ручей, нога соскользнула, я не удержалась на ногах и вот я мокрая и грязная. Почему все перепрыгнули, а я нет? Почему именно я? Почему именно в такой день? Ах-ах. Шлока понятна, но мы ее тут же забываем, когда что-то случается не так, как хотелось. Но, предупреждает шлока, это не повод для того, чтобы просто сидеть и ничего не делать.

2.48. Утвердись в йоге, о Арджуна, исполняй свой долг, отбросив привязанности и став равным к успеху и неудаче. Такая уравновешенность называется йогой.

Здесь мысль из шлоки 47 развивается, и идет уже речь о непосредственной духовной практике: **Утвердись в Йоге**. Мой Учитель использует здесь слова Буддхи Йога или **Санкхья Йога**. Конкретно это означает, что мысль о том, что **«Я есть Атман»** должна постоянно присутствовать.

Нужно постоянно развивать в себе привычку рассуждать о том, что Я Атман при совершении любых действий, по сути, значит всегда так рассуждать, т.к. мы всегда заняты чем-то. Для тех, у кого есть Мантра, можно просто повторять мантру. Нам дается прямое указание, как нам работать со своим Антахкараном, как нам тренировать интеллект.

Далее, нам говорится, что мы должны **развивать непривязанность** к действиям и к результатам, **равно относиться к успеху и неудаче**.

На словах это понятно. Мы говорили в прошлой шлоке, что результат от нас не зависит, поэтому нужно спокойно принимать любой. Но как же трудно это практиковать!

Статья Свами Вивекананда: нужно уметь браться за дело всей душой, но уметь легко отпустить дело, если оказывается, что оно не ведет никуда.

Часто бывает особенно трудно именно отпустить после того, как всю душу вкладывала в дело. Оказывается, и это тоже относится к Карма Йоге.

Сейчас пока мы делаем дело, думаем, о чем думается, а когда в результате получилось не то, что хотели, мы огорчаемся. Посмотрите, как мы далеки от того, чему нас учат!

А учат нас удерживать мысли на деле, которое мы совершаем, если дело не требует особого внимания, например, я убираю квартиру, то удерживать мысли на том, что Я Атман – развивать Буддхи Йогу. Результаты принимать любые – что толку их не принимать, если это уже результат? Я убираю квартиру и задела вазу, она разбилась. Что теперь сокрушаться? Остается только **практиковать душевное равновесие**, о котором тоже говорится в шлоке. И если, хотя ваза разбилась, удалось сохранить душевное спокойствие, то вот это и называется Йогой. Все понятно? - осталось только научиться.

Теперь **шлока 49**

2.49. Воистину, о Дхананджая, **йога божественного сознания** выше деятельности ради плодов. Ищи прибежище в Боге. Кто стремится к плодам своих действий, тот **жалок**.

Во-первых, нам опять говорят о плодах действий и говорят, что тот, кто к ним стремится, **тот жалок**. Мы и сами можем подумать, почему. Всегда мы получаем меньше, чем хотели, чем рассчитывали.

Как же нам жить, чтобы не быть жалкими, и чтобы был прогресс в духовности:

Утвердись в Йоге Божественного сознания, другой перевод санскрита здесь: **прибегайте к интеллекту уравновешенности и интеллекту истинного знания**.

Что конкретно означает «утвердиться в Санкхья или Буддхи Йоге»?

Сначала нужно стараться все время помнить, осознавать, что **Я есть Атман, а не это тело и мысли**. «Ты помнишь кто ты? Ты помнишь, что ты делаешь?» - надпись у Каки в больнице. Все время помнить и осознавать.

Сначала это искусственная мысль, которую нужно силой удерживать в себе, но со временем это должно стать привычкой, и постепенно перейти в сущность.

Таким образом, нам объяснили, что результаты действий не в наших руках, ожидать их бесполезно. Зато в каждом нашем действии, в любой работе можно тренировать душевное равновесие и мысль о том, что Я есть Атман.

Что же еще осталось? Веданта знает нас, читает, как открытую книгу.

Поэтому дальше **шлока 50**

2.50. Достигший божественного сознания, освобождается от плохих и хороших деяний уже в этой жизни. Поэтому устремись к йоге, ведь йога – искусство в деяниях.

Хорошо, я не буду ожидать даже спасибо, я не хочу быть жалкой. Но есть еще что-то, ничего Веданта не забыла. Когда я просто делаю что-то хорошее, не жду ничего в ответ, что можно сделать в такой ситуации неправильно: Мой пример со старушкой, которую я подвезла в жаркий день. Ум тут же сосчитал: я сделала доброе дело! Пунья! И опять я соскользнула с пути Карма Йоги. Как же непросто делать правильно дела!

Хорошие дела можно и нужно делать, но удерживать себя от мысли о том, что это хорошее дело и от гордыни исполнителя. И вот тогда, когда у меня нет никаких ожиданий, никаких мыслей о том, что я делаю доброе дело, когда нет гордыни исполнителя, а мой интеллект держится за мысль о том, что Я есть Атман – вот это и есть высший пилотаж, **искусство в деяниях. Плохие действия мы не обсуждаем.** Будь то физические действия, слова или мысли – все относится к действиям. Не моральные, ранящие, грубые действия не совместимы с духовностью. Как относится духовность к вульгарной речи? – никак. У них нет никаких отношений, они не совместимы.

Вот о тех, кто умеет жить и действовать по правилам Карма Йоги **шлока 51:**

2.51. Мудрые, обладающие божественным сознанием, оставляют плоды, рожденные деянием, и, освободившись от цепей смерти и рождений, достигают обители, где нет скорби и зла.

Это Само-Реализация, наша цель. Санчит Карма сгорает, не будет нового рождения, но это с нашей точки зрения побочный результат. Самое главное, мы уже в этой жизни, прямо в той же квартире и в своей семье

будем жить в состоянии, которое в шлоке называется *anātāyā*. – там, где нет никакой скорби, никакого зла. Это Ананда.

Дальше **шлока 52** говорит об этом состоянии:

2.52. Когда твой разум выберется из дебрей иллюзии, ты станешь безразличным к тому, что слышал, и к тому, что услышишь.

Какие дебри иллюзии:

- Я есть тело
- Мир реален
- Я являюсь исполнителем всех действий.

Все прелести мира останутся, и я буду им радоваться. Но радость эта несравненна с тем, что я теперь знаю, что мне открылось.

И последняя **шлока 53**:

2.53. Когда твой разум возвысится над буквой Вед и когда он непоколебимо погрузится в созерцание Высшего, тогда ты достигнешь йоги.

Нам есть над чем работать, мы знаем зачем - чтобы достичь этой конечной цели — достичь Бога — и обрести осознание Со'хам («Я есть То»). Именно для этого мне нужен уравновешенный интеллект, чистая Читта. И все мне нужно не когда-нибудь, а в этой жизни. Другие смогли, а что я? Не дойти до цели без проводника, который знает дорогу. Поэтому так важен Гуру.

Итак, мы проследили логику рассуждений шлок 47-53. Это описание основных принципов Карма Йоги и зачем она нам нужна. Так что же в ней главное? – **никакие результаты в нашем привычном понимании от меня не зависят. Они все приходят в соответствии с Прарабдхой. А что зависит от меня? – развитие уравновешенного интеллекта, Санкхья Буддхи – поддержания мысли о том, что Я есть Атман. Моя Читта тоже очищается в процессе Карма Йоги, достигается Читта Шуддхи. В ней нет мыслей типа «почему со мной? Почему так? Как я могла?». Мокша вне Прарабдхи, она зависит от моих усилий.**

Теперь тема меняется. Начинается новая тема с вопроса Арджуны.

Шлока 54:

Arjuna uvāca

*sthítaprajñasya kā bhāṣā samādhīsthasya kēśava ।
sthítadhīḥ kiñ prabhāṣēta kimāśīta vrajēta kim ॥ 54 ॥*

О Кешава! Каковы характеристики человека, обладающего устойчивой мудростью, который непрерывно пребывает в Самадхи? Как он говорит, как сидит и как ходит?

Арджуна сказал:

2.54. О Кешава, каковы признаки того, кто обрел божественную мудрость и погружен в созерцание Всевышнего? Как человек, непоколебимый разумом, говорит? Как сидит и как ходит?

Комментарий Др. Каки к шлоке 54

Человек, обладающий устойчивой мудростью, чей интеллект прочно погружен в его истинное Я, Атман, называют Стхитапраджня (Sthitaprajña). Природа его интеллекта такова, что он остается устойчивым в своем собственном Я. Слово «Стхита» на санскрите не означает застрять, задержаться или остановиться. В обществе существует много заблуждений относительно слова Стхитапраджня. На самом деле, заблуждений гораздо больше, и лишь немногие понимают, что на самом деле означает это слово. Атман — это Абсолют, Чистое Блаженство, и тот, кто осознает «Я есть Атман», также становится Чистым Блаженством. Он продолжает наслаждаться Чистым Блаженством, несмотря на все другие факторы. Люди, которые не понимают этого факта, создают заблуждения об Атмане. Истории о многих просветленных, аскетичных мудрецах в далеких Гималаях только усиливают эти заблуждения. Обычные люди испытывают беспокойство от мысли, что жизнь просветленного человека может существенно отличаться от обычной человеческой жизни. Некоторые также задаются вопросом: «Какой смысл жить такой бесчувственной, пассивной жизнью?» Однако вопрос Арджуны в этой шлоке отражает то, что Стхитапраджня — человек устойчивой мудрости — живет, говорит и действует как все остальные. Он не живет в состоянии бездейственного самадхи в течение многих лет. Как он может руководить большими группами людей, путешествовать по святым местам или писать духовные тексты в бездействии самадхи?

Арджуна спрашивает Шри Кришну:

sthitaprajñasya kā bhāṣā — каковы его отличительные черты? Как мы можем распознать такого человека?

Он продолжает: **samādhisthasya kēśava** — «О Кешава, каковы признаки того, кто постоянно пребывает в самадхи?»

Арджуна использует термин **sthitadhīḥ** — тот, чей **Dhi** (интеллект) непоколебим. Он спрашивает:

Как он говорит? (**kiṁ prabhāṣeta**)

Как он сидит/пребывает? (**kimāsīta**)

Как он движется или ходит? (**vrajēta kim**)

Арджуна хочет понять внешнее поведение и внутреннее состояние такого человека, и именно здесь Кришна начинает Свой ответ.

sthitaprajñasya kā bhāṣā — давайте рассмотрим слово **sthitaprajñasya**.

Слово «**sthita**» подразумевает полную укорененность или закреплённость в одном месте. Беспокойство, блуждание и отвлекающие факторы интеллекта полностью растворились.

Обратите внимание, что Господь использует слово, ближе к «устоявшемуся» (**Pratishtha**), а не просто «неподвижному». Но где именно устоялся этот интеллект? Дело не просто в том, что ум перестал двигаться; важно, где он пришел к покою. В Санхья-йоге мы обсудили около 25–30 характеристик Я (Атмана). Стхитапраджня — это тот, чей интеллект прочно укоренен в осознании: «**Я есть Атман**». Их интеллект стал **Ekagra** — сосредоточенным на одной точке. Но это не просто сосредоточение ради сосредоточения; «точка» (**Agra**), на которой он сосредоточен, — это сам Атман. Когда интеллект больше не рассеян миром, а остается уравновешенным и укорененным в Себе, такого человека называют Стхитапраджня.

Итак, спрашивает Арджуна, каковы определяющие черты? Как говорит человек с устойчивой мудростью? Как он ходит? Как он сидит?

Если поразмыслить над этими вопросами, одно становится сразу же ясно: Стхитапраджня — это активная, функционирующая личность. Быть «устойчивым» не означает, что он отключился; это означает, что он стал укорененным, устойчивым. Но что именно стало стабильным?

Стабильным является интеллект, в то время как физическое тело остается полностью дееспособным и активным. Мы часто питаем глубокие заблуждения по поводу этого. Многие люди на самом деле боятся, что, если они действительно осознают: «Я есть Атман», их физическое тело просто упадет замертво. Они искренне беспокоятся, что просветление является синонимом немедленной смерти. Однако, умереть не так просто; это не происходит просто так. Смерть совершенно отдельный вопрос. Быть Стхитапраджня означает, что ваш ум спокоен, но как личность вы остаетесь полностью дееспособным и активным. Это не кто-то, кто просто сидит без дела, не обязательно кто-то, кто медитирует в Гималаях, носит шафрановые одежды или отрекается от общества, чтобы жить в полной изоляции.

Когда Арджуна спрашивает, как такой человек «ходит», он не спрашивает буквально о его походке или о том, как он перемещается из точки А в

точку Б. Это похоже на то, когда мы спрашиваем кого-то: «Как дела?» или «Что нового?». Мы спрашиваем о его поведении, манерах и о том, как он справляется с жизненными обстоятельствами. Таким образом, «как он ходит» на самом деле означает: как он взаимодействует с миром? Как он выполняет свою работу? Мы должны ясно понимать, что устойчивый ум не означает статичное, пассивное или ленивое тело. На самом деле, все совсем наоборот. Чем устойчивее и сосредоточеннее мой ум, тем более эффективным и способным я становлюсь. Чем спокойнее ум, тем лучше я могу принимать решения, когда жизнь бросает меня в ситуации напряженные ситуации или конфликты. В этом заключается истинное значение того, чтобы быть Стхитапраджня.

Даже в повседневной жизни мы часто думаем, что работа в состоянии сильного возбуждения означает, что это чудесная работа, но это заблуждение. Возьмем, к примеру, работу хирурга. Почему такую работу высоко ценят? Потому что несмотря на сильное напряжение, он обладает способностью принимать решения с невероятно спокойным умом. Для того, чтобы быть успешным хирургом, интеллект должен достичь высокого уровня однонаправленной сосредоточенности и стабильности.

Здесь речь идет об Атмане. Как только интеллект укореняется в нем, он обретает способность сохранять глубокое спокойствие и высокую эффективность даже в условиях ожесточенного конфликта или сильного стресса. Именно поэтому понимание характеристик Стхитапраджня имеет столь огромное значение.

В ответ на вопрос Арджуны Господь описывает одиннадцать отличительных характеристик человека с устойчивым умом. Они приводятся в шлоках с 55 по 58. Хотя весь раздел охватывает около тринадцати или четырнадцати шлок, фактические основные характеристики сконцентрированы в шлоках с 55 по 58.

Шлока 55: Содержит 2 характеристики.

Шлока 56: Содержит 5 характеристик.

Шлока 57: Содержит 3 черты.

Шлока 58: Содержит 1 черту.

Эта последняя характеристика в шлоке 58 является в некотором роде уникальной; она отличается по своему качеству от остальных, о чем мы поговорим более подробно, когда дойдем до нее. Сложив их (2+5+3+1), мы получаем одиннадцать характеристик Стхитапраджня.

Нужно внимательно их изучить из-за фундаментального правила духовной науки: **естественное состояние совершенного святого (Сиддха) служит практическим руководством для искателя (Садхака).** Не зная, как

выглядит идеал, мы не имеем направления для своих усилий. Важно помнить, что это внутренние вехи, а не внешние. Духовная глубина не заключается в том, чтобы носить шафрановую или белую одежду, или в том, бреет ли человек голову или отращивает длинные волосы. Это поверхностные детали. Мы смотрим на их внутренний характер — на то, как они действительно ведут себя.

Мы часто попадаем в ловушку, просто читая или восхищаясь великими людьми, такими, как Рамана Махарши или Нисаргадатта. Но мы редко чувствуем *стремление* стать такими же, как они. Они уже освободились; им не нужны наши аплодисменты. Мы изучаем Веданту, потому что хотим того же преобразования для себя — в этой самой жизни. Это не существа, которые спустились с небес или выросли из земли как совершенные мастера; они были людьми, такими же, как мы. Они жили в этом мире, сталкивались с его сложностями и через созерцание и дисциплинированную практику достигли этого устойчивого состояния.

Существует распространенное заблуждение, что жизнь Стхитапраджня — это жизнь скучная и безрадостная. Мы задаемся вопросом, есть ли смысл в жизни, прожитой в постоянном, тихом равновесии. Но счастье, о котором мы здесь говорим, не является отсутствием чувств. Упанишады описывают Атман как *Raso Vai Sah* — самую сущность «Раса» (сока, вкуса или эстетического блаженства). Каждый «вкус» радости, который мы получаем от искусства, спорта или мирских удовольствий, на самом деле происходит из одного источника: Атмана. Это основа всего наслаждения. Как только вы вкусите сам источник, высшую Раса, поверхностные вкусы мира теряют свою значимость. Вы не теряете радость; вы переходите от притоков к океану.

В «Махабхарате» есть история Ашваттхамы. Он изображен как ребенок, родившийся в крайней бедности. Его отец, Дронаचारья, был настолько беден, что они не могли себе позволить молоко. Чтобы утешить его, мать смешивала муку с водой и давала ему, говоря: «Вот, сынок, пей свое молоко». В течение многих лет Ашваттхама пил эту мучную воду, рос, веря, что именно так и пахнет молоко. Однажды он посетил королевский двор Кауравов и Пандавов. Будучи гостем королей, ему подали настоящее молоко — густое, вкусное, приправленное шафраном, кардамоном и сахаром. Уже после первого глотка он был ошеломлен. «Что это?» — спросил он. Ему ответили, что это молоко. Он ответил: «Нет, это не молоко; моя мать дает мне нечто совершенно иное». Но, однажды попробовав настоящее молоко, он уже не мог вернуться к той мучной воде, которую давала ему мать.

Как только человек вкусит «сок» Своего Я, он больше не нуждается в мелких, поверхностных удовольствиях мира. Это не значит, что он становится бесчувственным или теряет рассудок; это значит, что источник его удовлетворения сменился.

Начиная с 55-й шлоки, Господь начинает отвечать на вопросы Арджуны:

Шлока 55:

*śrī bhagavān uvāca
prajahāti yadā kāmān sarvān pārtha manōgatān ।
ātmanyēvātmanā tuṣṭaḥ sthitaprajñastadōcyatē ॥ 2.55 ॥*

Когда такой мудрый человек полностью отказывается от всех желаний ума и пребывает в Чистом Блаженстве, будучи единым со своим истинным Я, Сам-Чит-Ананда, его называют Стхитапраджня.

2.55. Когда человек избавляется от всех желаний ума, о Партха, и удовлетворен в самом себе, тогда он называется достигшим божественной мудрости.

Комментарий Др. Каки к шлокам 55-57

В уме искателя есть много желаний, о которых он даже не подозревает. От простых мечтаний до повседневных обязанностей — его ум переполнен множеством желаний и мыслей. Он также желает наличия или отсутствия определенных вещей на семейном, социальном и политическом уровне. Искателю необходимо сознательно классифицировать свои желания или мечты. Он может классифицировать их двумя способами:

- *Практичные и полезные*
- *Непрактичные и бесполезные*

Желание должно быть практичным, т. е. выполнимым. После выполнения оно не должно вызывать проблем, а должно быть полезным в жизни. Начинаящий искатель, который только вступает на духовный путь, должен, по крайней мере, искренне отказаться от всех непрактичных, непродуктивных и бесполезных желаний. Устранив такие желания, искатель может увидеть чистое блаженство своего истинного Я, Атмана. Как только он будет очарован таким Блаженством, также предположительно продуктивные и полезные желания отступят из его ума и будут оказывать на него меньшее влияние. После этого в его уме останутся только минимальные желания, необходимые для простой,

незамысловатой жизни. На просветленном этапе также базовые потребности удовлетворяются Прарабдхой. Такой развитый искатель всегда удовлетворен жизнью. Он как бы играет со своим Я (Атмакрида) и радуется чистому блаженству своего Я (Атмарати). В сфере преданности он играет с Господом Кришной и радуется Ему в каждом действии. Святая Мирабай, известная преданная Кришны, говорит: «Если я откажусь любить Тебя, кого же мне еще останется любить?»

Таково истинное состояние человека, обладающего устойчивой мудростью. Как только он научится видеть Атман повсюду и наслаждаться Чистым Блаженством Атмана, он не будет скорбеть даже в трагических, неблагоприятных ситуациях. Будучи сам Чистым Блаженством, он не чувствует потребности в объектах удовольствия, даже (т.е. также) если он их получает. Обычные люди ошибочно полагают, что он должен быть счастлив или грустен, когда сталкивается с хорошими или плохими ситуациями. Но это не так. Чувство любви к другим людям или предметам в конечном итоге служит для собственного счастья, а не для счастья других. Большинство людей боятся потенциальных препятствий на пути к счастью или боятся смерти, поскольку они сильно отождествляют себя с телом. Они испытывают гнев по отношению к людям или обстоятельствам, которые мешают их счастью. Однако тот, кто обладает устойчивой мудростью, не имеет причин злиться на кого-либо по какой-либо причине, поскольку он сам является Блаженством. Привязанность, которую человек испытывает к своему телу и миру, предназначена для его собственного удовольствия. Эти удовольствия непостоянны. Человек, обладающий устойчивой мудростью, всегда остается непривязанным и бесстрастным, поскольку он осознает вечное, никогда не угасающее Чистое Блаженство своего истинного Я. Понятия хорошего или плохого, благоприятного или неблагоприятного становятся для него несущественными. Благоприятное или неблагоприятное, для него все сливается в Господе Раме. Он не ликует от благоприятных событий и не унывает от плохих. Когда он постоянно поглощен Само-Реализацией (Осознанием) Атмана, неблагоприятность и благоприятность перестают существовать для него. На этой стадии все поистине является Брахманом.

Когда мудрый человек, достигший совершенства в учении Буддхияйог – твердой уверенности «Я есть Атман» – отказывается от всех видов желаний и остается удовлетворенным Атманом, его знают как Стхитапраджня (Sthitaprajña). Такой человек не обязательно должен быть воином, как Арджуна. Он может быть бизнесменом, промышленником, фермером или профессионалом в любой другой области.

Ему необходимо организовывать, планировать и думать о получении прибыли, работая в своей отрасли, бизнесе, сельском хозяйстве или профессии. Занятие работой не является вредным с духовной точки зрения. Однако увлечение навязчивым анализом финансов, чувство неуверенности, нереалистичные амбиции и склонность к надеждам или унынию вредны для любого искателя.

Каждый человек, безусловно, должен планировать и выполнять свои повседневные обязанности и ответственность в меру своих возможностей. Но когда он тревожится или беспокоится по поводу результата после тщательного выполнения своих действий, такое желание результата называется Камана (Kāmaṇā), что вредно. Арджуна говорит в начале этой главы: «Мы не понимаем, что лучше: победить их или быть побежденными ими (2.6)». Во время войны эти мысли о возможной победе или поражении указывают на то, что с самого начала обдумывается ее результат. После того как воин предпринял все необходимые шаги и усилия, чтобы одержать победу, желание победить, которое питается в уме, принимает форму Камана. Такое желание вредно и вызывает беспокойство. Оно может также повлиять на его суждения во время войны.

Также человек, обладающий устойчивой мудростью, вынужден искать пищу, одежду и кров, чтобы защитить свое тело. Есть история о святом Днянешваре, который, чтобы утолить голод, с помощью силы йоги поджарил индийский хлеб на своей спине. Просветленные святые, такие как Шри Гондавалекара, любили есть сорговый хлеб со специальным карри, а Гадаге Махараджа любил есть лук с сорговым хлебом. Эти предпочтения в еде не являются вредными желаниями. Однако увлечение деликатесами, увлечение брендовой и модной одеждой и стремление к роскошной жизни являются вредными желаниями. Их следует изгнать из ума. Святой Екнатх происходил из богатой и процветающей семьи. Говорят, что его ежедневные блюда состояли из классических индийских десертов. Царь Джанака жил в великоленном дворце. Оба были известны как просветленные светила. Однако процветание в их жизни не было результатом их желаний, а скорее результатом их Прарабдхи. Когда искатель отказывается от всех лишних желаний и совершает действия с удовлетворенным умом, наслаждаясь чистым блаженством Атмана, он знает себя как Стхитапраджня. Гита говорит: «Он удовлетворен во всех ситуациях (12.19)».

Человек, который избавился от любви, страха и гнева, который не впадает в уныние также в тяжелых ситуациях и не жаждет радости, называется Стхитапраджня или Муни. Веданта утверждает, что, когда заслуги и грехи из прошлых жизней внезапно уравниваются для

Дживы, он рождается человеком. Таким образом, каждый человек неизбежно сталкивается в своей жизни как с радостными, так и с болезненными событиями, которые являются результатом его прошлых заслуг и грехов соответственно. Человек может столкнуться с радостным событием, таким как повышение на работе, или с тяжелым событием, таким как смерть в семье. Но он не обязан становиться счастливым или грустным в таких ситуациях. События сами по себе могут вызывать любовь, страх или гнев. Однако искатель может целиком полагаться на свое благоразумие и реагировать соответствующим образом. События или обстоятельства не могут заставить искателя привязываться, злиться или бояться каким-либо образом. В этой шлоке термин «рага или любовь» означает привязанность. Каждый человек от природы имеет инстинкт любить и быть любимым. Однако из-за невежества любовь превращается в чрезмерную привязанность. Привязанность уступает место сильной жажде (Īṣṇa) денег, признания, жены, детей, предметов удовольствия, постижению священных писаний и долгой жизни. Горе — это естественная реакция на неблагоприятные обстоятельства, которая проявляется по-разному. Например, человек боится невзгод, наслаждаясь деньгами, здоровьем, статусом, властью, славой, успехом и т. д. В то же время он испытывает гнев к тем, кто создает невзгоды. Однако просветленный человек, обладающий устойчивой мудростью, не беспокоится о горе и не имеет лишних желаний, поэтому он не боится никогда и ничего. Прарабдха приносит определенные ситуации в жизнь, но она не может заставить человека чувствовать себя счастливым или грустным по поводу них. Тот, кто постоянно придерживается этой философии и отказывается от негативных черт желания, гнева и привязанности, называется Муни. Более подробно эта тема обсуждается в следующей 62-й шлоке.

Человек, который бесстрастен во всех аспектах жизни, который остается безмятежным в хороших и плохих ситуациях и сохраняет спокойствие в радости и горе, называется Стхитапраджня. Он остается невозмутимым в победе и поражении, прибыли и убытке, уважении и неуважении, похвале и критике, славе и позоре, успехе и неудаче и всех подобных двойственностях. Его интеллект всегда уравновешен во всех обстоятельствах.

В этой шлоке Кришна определяет первые две черты:

prajahāti yadā kāmān — Отказ от желаний: Он говорит об избавлении от всех влечений ума.

Слово **Prajahati** имеет решающее значение — оно подразумевает сознательный, основанный на мудрости отказ от желаний. Это не просто их подавление; это полное избавление, при котором внутри не остается даже следа.

ātmanyēvātmanā tuṣṭaḥ — самоудовлетворение: Вторая черта — это полное удовлетворение Самим в Себе. Такой человек укоренен в своей собственной природе Сат-Чита-Ананда. Ему больше не нужны никакие внешние люди, предметы, события или обстоятельства, чтобы чувствовать себя «полноценным» или счастливым.

Сегодня мы поразмышляем над полным отказом от желаний. Остальное мы рассмотрим в следующий раз

Обычно мы понимаем «желание» лишь поверхностно, но оно имеет много слоев и проявляется в нас в различных формах.

Мы исследуем эти различные степени желания и то, как они действуют.

1. Желание (Kamaṇa): Во-первых, у нас есть Камана, или то, что мы обычно называем желанием. Это стремление к чему-то, чего у нас в данный момент нет. Когда внутри возникает ощущение «У меня этого нет, и я хочу, чтобы оно стало моим», это и есть Камана. Например, я могу захотеть поехать в путешествие по Европе. Эта мысль зрела во мне в течение двух или трех лет. Почему? Потому что все мои друзья уже побывали там. Все побывали там хотя бы раз, поэтому я чувствую, что настала моя очередь. Нечто, чего у меня нет, и стремление обрести эту вещь есть желание.

Будь то одежда, украшения или даже просто кастрюли, мы все знаем чувство, когда чего-то не хватает, и ум говорит: «Мне это нужно; этого нет у меня дома, поэтому я должна это иметь», т.е. возникает стремление к чему-то, чего у меня нет. Иногда вещи достаются нам легко, но часто на пути возникают препятствия. Забудьте на минуту о поездке в Европу, возьмем более простой пример. Предположим, я собралась в музей в моем городе, где я живу. Собираюсь в него давно и каждый раз что-то мешает. Пока это желание не исполнится, пока препятствия будут возникать, с каждым препятствием будет присутствовать скрытое ожидание, что когда-то желание наконец исполнится.

2. Надежда (Asha): Когда между мной и тем, чего я хочу, стоят препятствия, то душевное состояние, которое шепчет: «Однажды препятствия исчезнут, и мое желание исполнится», называется **Asha**, или надежда. Мой Гуру однажды написал прекрасное стихотворение на маратхи. Он сказал:

Asha naam nadi, sada bahu jala, phulvi jagacha mala.

«Есть река под названием Надежда, которая всегда переполнена водой.»
Эта вода питает весь мир, который он сравнивает с обширной плантацией или фермой. Именно благодаря этой реке «мировая ферма» процветает и приносит плоды. Мы все живем надеждой.

3. Стремление (Sruha): - Вдруг я начинаю чувствовать «потребность» в чем-то. Когда желание превращается в ощущаемую необходимость, это называется Sruha.

Когда-то на всю семью был один шкаф. И места на все хватало. Теперь у каждого человека в семье по шкафу и места нет. И одеть нечего. Я узнаю о том, что будет встреча выпускников и первое, что приходит в голову: мне нужна новая кофточка. Не просто я хочу, а мне нужна.

Этот ментальный сдвиг, когда то, что раньше не было необходимостью, вдруг кажется абсолютной необходимостью, называется Спруха. За ним следуют еще более глубокие уровни: Лобха (жадность) и Тришна (жажда/страстное желание).

4. Жадность (Lobha): возникает, когда мы чего-то хотим, прилагаем усилия и действительно получаем то, что хотели, но потом остаемся неудовлетворенными. Например, я приезжаю в отпуск на неделю. Все прекрасно и погода, и отель, и море. Но уже на второй день начинает мучить мысль, что всего на неделю! А почему не на 2-3?

Жадность — это, по сути, голос, который говорит, что того, что у тебя есть, никогда не хватает и тебе нужно больше.

5. Жажда (Trishna): Это следующий уровень жадности. Тришна — это когда ты не только хочешь больше, чем у тебя есть, но и отчаянно стремишься обеспечить, чтобы то, чем ты уже обладаешь, оставалось нетронутым и в безопасности. Предположим, у тебя десять пар туфель, и ты хочешь еще четыре. В доме нет места, но ты отказываешься выбрасывать старые, чтобы освободить место. Ты хочешь сохранить старые и купить новые. Эта комбинация накопления и охоты — отличительная черта Тришны.

6. Попрошайничество (Yachna, Ячна): Мы рассмотрели вожеление, надежду, тоску, жадность и жажду. Теперь мы подошли к самому низкому уровню человеческого поведения. Представьте, что у меня есть все, но я хочу еще больше, скажем, новую шубу. У меня есть и пальто, и шуба, но хочется еще одну, лучше. Поэтому я хожу и прошу одолжить мне деньги или оказать услугу. Когда мы начинаем «просить» о вещах, которые не можем себе позволить или на которые у нас нет средств, мы достигаем дна.

Итак, мы сделали сегодня обзор шлок о Карма Йоге. И хотя, мы будем очень подробно изучать Карма Йогу в главе 3, важно уже сейчас заложить фундамент. Многим кажется, что Карма Йога – это легко, там все понятно. Но проблема в практике!

А далее мы рассмотрели шлоку 54, в которой Арджуна задает вопрос о том, как же живет Просветленный. В этой шлоке мы постарались понять, что же такое Стхитапраджня. И, наконец, мы начали шлоку 55, в которой Кришна начинает описывать характеристики человека, достигшего Просветления. Характеристики Просветлённого человека – для нас духовная практика. Мы не хотим просто восхищаться, мы и сами хотим стать такими.

В следующий раз мы продолжим тему о Просветленном человеке.

Хари Ом Тат Сат!

Лекция 19, шлоки 55-56

Адвайта Веданта в трех предложениях: Брахман Реальность. Мир иллюзия. Я есть Брахман.

Мы начинаем изучать Адвайту Веданту и постепенно мысль об иллюзорности мира перестает быть странной. Также и мысль о том, что Я есть Брахман тоже становится привычной. Оказывается, что такой уровень духовного развития даже имеет название: интеллектуальная Адвайта. Я все понимаю интеллектом. Но это ли окончательная цель? Как нам узнать, достигли мы ее или нет? Для этого в конце каждой главы Гиты описываются характеристики Просветленного человека. *«Как только он научится видеть Атман повсюду и наслаждаться Чистым Блаженством Атмана, он не будет скорбеть даже в трагических, неблагоприятных ситуациях.»* - так говорит мой Учитель о тех, кто достиг окончательную цель. Легко размышлять о том, что мир иллюзия, сидя после хорошего ужина на удобном диване. А если без ужина? Даже мелочи выбивают из умных мыслей, а что говорить, если действительно беда случится? Поэтому нужно опасаться таких ловушек, их много разных на духовном пути. Вот кто точно знает об уровне моего развития, так это мой Гуру.

В прошлый раз мы рассмотрели шлоку 54 и начали шлоку 55.

Сегодня мы продолжим шлоку 55 и рассмотрим часть 56. Речь идет о характеристиках просветленного человека.

Повторение:

Шлока 54:

Арджуна сказал:

О Кешава! Каковы характеристики человека, обладающего устойчивой мудростью, который непрерывно пребывает в Самадхи? Как он говорит, как сидит и как ходит?

Кришна изложил сначала Гняна Йогу, затем объяснил, как правильно выполнять действия – Карма Йога.

Но зачем все это? Что я получу в конце концов? Поэтому Арджуна задает простой вопрос: как конкретно изменится моя жизнь после Просветления? Как изменюсь я сама после Просветления? Не после смерти, не в раю, а уже прямо сейчас, в этой жизни.

Нам важен такой вопрос еще для того, чтобы понять, какой у меня прогресс в духовности. Один из признаков прогресса – теряется интерес ко многим мирским вещам, которые раньше так нравились. Другие будут думать, что мы стали скучными. Но я сама начну испытывать мир внутри и жизнь станет намного приятней для меня и для тех, кто меня окружает. Заметно станет, что все отрицательное в жизни уменьшится. Даже без достижения Само-Реализации жизнь станет лучше, это каждый начнет ощущать на себе.

В Веданте известные 6 врагов духовности:

1. Кама – желания, вожделение, страсть
2. Кродха – гнев
3. Лоха – жадность
4. Гордыня
5. Зависть, ревность
6. Моха – заблуждение

Никто не говорит, что они исчезнут, как будто их выключили. Но они перестанут беспокоить. Появится внутренний мир, когда хорошо, если что-то есть, но если нет, то и тоже хорошо.

Все это указывает на прогресс в духовности. Внутренний мир появится еще до Просветления и все «6 врагов» тоже станут меньше.

С этой шлоки и до конца главы Кришна будет отвечать на вопрос Арджуны. Ответы можно рассматривать как маркеры для нас: как мы успешны? Но! сверять нужно с собой, а не с другими, не судить других.

Все качества, которые достигли Просветленные люди являются практическими указаниями для нас, это наша Садхана. Все они указывают направление, в котором нам нужно идти. Как Просветленный действует, как говорит – нам нужно стараться быть похожими. Для нас, конечно, все будет стоить усилий, но старайся!

Итак, Арджуна задает вопрос. Важные слова для понимания шлоки **Sthitaprajña** – «обрел божественную мудрость» -мудрец или Просветленный.

«**Самадхи**» перевели как «*погружен в созерцание Всевышнего*»

Sthitaprajña – тот, чей интеллект исключительно устойчивый, неизменный. Где, в чем интеллект устойчив? – в своем собственном Я. Поэтому человек так называется. Он достиг Просветления, нет больше никаких сомнений. Где лучшее место на земле? Просветленный ответит: «там, где я сейчас». Какие времена в жизни самые лучшие? – «прямо сейчас». И даже в момент смерти он ответит: «прямо сейчас». Почему? – да потому что Святое присутствует прямо здесь и сейчас, что может быть лучше, чем это.

Sthitaprajña означает тот, у кого стабилен интеллект, не имеется в виду тело человека. Поэтому неправильно истолковывать слово, как «тот, который неподвижен»! Как будто человек, который сидит в медитации и ничего не делает. Здесь речь об стабильном интеллекте. Неправильно думать, что мудрец сидит, ничего не делает и от него нет пользы ни семье, ни обществу.

И слово «**Самадхи**» относится к интеллекту. Уже сама постановка вопроса: как он говорит, сидит, ходит – указывает на то, что не имеется в виду человек пассивный, а нормальный живой человек, как все мы.

Это нужно понять нам самим и при разговоре с другими людьми важно уметь объяснить, что философия не приводит к жизни в сплошной скуке и монотонности.

У Просветленного человека есть 2 состояния, которые мы наблюдаем извне:

- Когда человек активно общается с миром
- Когда человек находится в Самадхи.

Но с точки зрения самого Просветленного человека есть только одно состояние: внутри и снаружи всегда Брахман. Только внутри нет имен и форм, а снаружи вселенная видна, но он точно видит, что все Брахман. Открыты глаза или нет, ему все равно, он видит только Брахман.

Мы видим Просветленного человека, когда он находится в Самадхи и когда он во внешнем мире. В переводе с Санскрита слова означают «погруженный» и «вынырнувший».

В этом разница: нам кажется, что Просветленный бывает в двух состояниях, сам себе же он, кажется, все время в одном. Рамакришна говорил так: «Что это за Бог, который появляется, когда я закрываю глаза и исчезает, когда я их открываю?» Все время один и тот же Бог.

Как такой человек говорит? О чем? Как сидит – как он способен удерживать органы чувств? Как ходит и действует? Вопрос Арджуны о том, как чувствует себя такой человек. Кто лучше Кришны может ответить на такой вопрос.

Со шлоки 55 Кришна начинает отвечать на вопрос.

Шлока 55:

*śrī bhagavān uvāca
prajahāti yadā kāmān sarvān pārtha manōgatān ।
ātmanyēvātmanā tuṣṭaḥ sthitaprajñastadōcyatē ॥ 2.55 ॥*

Когда такой мудрый человек полностью отказывается от всех желаний ума и пребывает в Чистом Блаженстве, будучи единым со своим истинным Я, Сам-Чит-Ананда, его называют Стхитапраджня.

2.55. Когда человек избавляется от всех желаний ума, о Партха, и удовлетворен в самом себе, тогда он называется достигшим божественной мудрости.

Все эти же характеристики повторяются в следующих главах. Они означают Садхану для нас. Сначала их нужно прививать себе искусственно, но в конце концов мы придем к тому, что Я есть ТО. Неправильно думать, что, когда я стану просветленной, у меня вдруг появятся все эти замечательные качества. Скорее наоборот, сначала я должна развить их в себе, только тогда Знание Атмана откроется.

Prajahāti yadā kāmān - человек, который сознательно, продумав, с различением, отказался от всех желаний.

Когда мы слышим это в первый раз, мы думаем, что такое совершенно невозможно. Но нужно внимательно подумать, что это означает. Мы рассмотрели в прошлый раз 6 различных типов желаний. В Санскрите есть специальные названия для них. Сколько различных желаний проходят через мой ум за один день и какие они все разные по своему характеру!

Веданта классифицирует желания. Начинаются они просто с того, что мне что-то хочется, если у меня нет. Если нет возможности, то желание часто сохраняется в виде надежды. А дальше ум играет разные шутки с нами. Вдруг появляется чувство, что я не просто хочу новую кофточку, а она мне нужна, хотя полный шкаф таких кофточек, и дальше идут разные степени жадности, когда никак не можем остановиться в своих желаниях. Всего Веданта различает 6 видов желаний.

Виды желаний

Kamana – очень простое желание. Чего-то у меня нет и мне хочется получить.

Asha – надежда. у меня есть желание что-то получить, но возникли препятствия, и я не могу его осуществить, но есть надежда

Spruha – чувство необходимости. Часто нам кажется, что я не только хочу, не просто желание, а совершенная необходимость.

Lobha – вид жадности. Мне нужна приличная одежда для работы и она у меня есть, но все время кажется, что еще мало, еще нужно. В результате я постоянно приобретаю то, что у меня уже есть.

Trushna – другой вид жадности, как погоня за миражом. У меня есть машина, но я вижу крутую машину на улице, «Ягуар» и хоть на нее нет денег и она мне не нужна, но хочу - хочу.

Yachana – такое сильное желание, что хотя на него нет возможности, я готова просить на него деньги у других или брать кредит.

Мудрый тот, кто сознательно, через различение, Вивек, отказался от всех желаний. Тут Др. Кака замечет, что если я утверждаю, что я отказалась от всех желаний, то нужно понимать, что на практике невозможно отказаться

от всех желаний. Здесь важно различие. Нужно уметь различать желания:

- какие из них полезные и какие нет;
- какие продуктивные и какие нет,
- какие практические, какие нет.

Полезные желания можно сохранять, так же, как и продуктивные. Но может оказаться, что желание полезное и продуктивное, но совершенно неосуществимое. Например, желание купить участок на Луне. Может быть оно полезное, но как это осуществить?

Полезные, продуктивные и практические желания следует сохранять, а остальные нужно постепенно отпускать. Не получится, что я однажды проснусь и подумаю: да, все вот эти желания бесполезные, я их выкидываю из головы. Так не работает. Мы привыкли в наше время, что все происходит быстро, мгновенно, но ничего не поделать, так не работает в духовности, в изменении себя. Процесс эволюции происходит медленно, полон неудобств, но его невозможно ускорить.

Когда Господь говорит *полностью отказывается от всех желаний ума*, Он имеет в виду полное отречение от всех форм желания. Человек, полностью избавившийся от их проявлений, — это Стхитапраджня. Теория звучит замечательно, но давайте посмотрим на практическую сторону. Возможно ли это на самом деле в той жизни, которую мы ведем сегодня? Отказаться от всех желаний? Это не та трансформация, которая происходит в одночасье. К ней нужно подходить постепенно.

Тут нам даются некоторые практические советы.

Разделение на категории: Начните с того, что рассортируйте свои желания. Спросите себя: «Это действительно необходимость или просто прихоть?» У каждого из нас есть способность к различению (*Вивека*), позволяющая провести эту грань.

Ловушка «запаса»: мы часто любим покупать или делать что-то «впрок». Пример с дешевыми мелочами «все стоит 1 доллар».

Практичное против непрактичного: Некоторые желания достижимы, другие — чистая фантазия. Если я знаю, что у меня нет денег на машину Ламборгини, я должна использовать интеллект, чтобы немедленно отказаться от этого желания. Эти мысли не уходят сами по себе; они заселяются и устраиваются в голове. Нужно выселить их, как выселяют нарушителя.

Постепенно отпуская ненужные и непрактичные желания, мы движемся к состоянию *Стхитапраджня*. Это приводит ко второй характеристике: быть **самодостаточным** (*Атматрипта*), находить радость только в Себе (*Атмарати*) и играть в Себе (*Атмакрида*).

Мы перешли ко 2 половине шлоки 55, это новый материал:

Когда такой мудрый человек полностью отказывается от всех желаний ума и пребывает в Чистом Блаженстве, будучи единым со своим истинным Я, Сам-Чит-Ананда, его называют Стхитапраджня.

2.55. Когда человек избавляется от всех желаний ума, о Партха, и **удовлетворен в самом себе**, тогда он называется достигшим божественной мудрости.

Господь говорит: *ātmanyēvātmanā tuṣṭaḥ*. Это означает того, кто полностью удовлетворен в Себе. Чтобы быть довольным, такому человеку больше не нужны никакие другие люди, предметы, события или обстоятельства. **Ему никогда не бывает скучно!**

Когда человек полностью удовлетворен блаженством души, которое Веданта называет *Свананда* или наслаждение в самом себе, этот человек является *Стхитапраджня*. **Эта вторая характеристика** подразумевает, что он удовлетворен своим собственным внутренним счастьем. На практике это означает, что у него нет ожиданий, что его текущие обстоятельства, будь то благоприятные или неблагоприятные, должны измениться, чтобы он почувствовал себя счастливым. **Он просто всегда счастлив. Ему не скучно, никто и ничто его не раздражает, просто счастлив в себе. Нам трудно себе даже представить такое.**

Эту концепцию можно рассмотреть на двух уровнях:

- **Практический уровень**
- **Духовный уровень**

Например, загорелся дом. Быть *Стхитапраджня* не означает, что я просто сижу и смотрю, как горит, потому что я «удовлетворена» и не желаю перемен. На практическом уровне, если мой дом горит, я приложу все усилия, чтобы потушить его. А после того, как пожар потушен, я уберу дом, выброшу то, что испорчено, куплю новое. Я буду работать усердно, эффективно и сосредоточенно. *Стхитапраджня* не пассивен и не ленив. Однако на *внутреннем* уровне состояние остается невозмутимым. Нет бури мыслей вроде: «Почему это случилось с моим домом? Почему

именно сегодня, когда у меня было такое важное событие?» Этого волнения в уме нет.

Как мы обычно устроены: когда мы одни, хочется позвать гостей, детей, внуков, шума и активности. Но когда дом полон, сразу же хочется покоя. Психология такова, что мы редко довольны своим текущим состоянием; мы всегда гонимся за переменами. Мы едем в отпуск, чтобы сменить обстановку. Мы склонны верить, что какое-то другое место, какая-то другая ситуация или жизнь какого-то другого человека лучше, чем наша собственная. **Это фундаментальный изъян в мышлении.** Внешние изменения не могут исправить беспокойный ум; нужно изменить сам ум. Не всегда возможно контролировать или изменять окружение, оно изменится только тогда, когда придет время, но мы *можем* изменить свою внутреннюю реакцию уже сегодня.

Ātmani ātmanā eva tuṣṭaḥ - «В какой бы ситуации я ни оказался, я удовлетворен». **Это конец зависимости от внешних обстоятельств.** Подумайте, сколько вещей нам требуется, чтобы просто счастливо прожить один день. Если тихо, хочется шума; если шумно, мы требуем тишины. Мы привязали свое счастье к телевизору, WhatsApp, телефонным звонкам, определенным друзьям и даже к конкретной чашке. Мы зависим от тысячи мелочей, чтобы почувствовать искру радости. Если хотя бы одна из них выпадает из строя, удовлетворение исчезает. Настоящая стабильность приходит, когда мы теряем эту внешнюю зависимость. Пока мы не научимся думать, что «Я счастлив именно таким, какой я есть, в той ситуации, в которой нахожусь», невозможно стать Сthитапраджня.

Эти две черты —

- **prajahāti yadā kāmān** — отказ от желаний и
- **ātmanyēvātmanā tuṣṭaḥ** — обретение полного удовлетворения внутри себя

являются основой sthitaprajña.

Шлока 56:

**duḥkhēṣvanudvignamanāḥ sukhēṣu vigatasprhaḥ |
vītarāgabhayakrōdhaḥ sthitadhīrmunirucyātē || 2.56||**

Человека, чей ум не омрачен страданием и не возбужден радостью, свободного от привязанностей, страха и гнева, называют Муни.

2.56. Кто в страданиях сохраняет спокойствие ума и не ликует в счастье, кто свободен от привязанности, страха и гнева, тот называется мудрецом с непоколебимым разумом.

В шлоке перечислено в общей сложности пять качеств.

1. *не омрачен страданием*
2. *не возбужден радостью*
3. *свободен от привязанностей,*
4. *страха и*
5. *гнева*

«Муни» означает «мудрец»

Читая шлоку, самое главное, сначала осознать свою собственную ответственность. Мы не должны смотреть на эти качества и думать, что человек с устойчивой мудростью находится на каком-то далеком пьедестале, а мы застряли здесь, внизу. Напротив, нужно постепенно впитывать эти качества в себя и **воплощать их в повседневном поведении**. Это наша ответственность. Это черты Стхитапраджньи, но применять их — наш долг. Мы всегда должны подходить к тексту с таким настроением.

Самая первая черта **duḥkhēṣvanudvignamanāḥ**. - *не омрачен страданием*

Duḥkhēṣu означает «в горе»,

а **anudvignamanāḥ** — «тот, чей ум не возмущается». Человек, чей ум остается невозмутимым среди страданий — **это третья черта Стхитапраджньи**.

Первые две были в предыдущей шлоке:

1. отказ от желаний и
2. обретение полного удовлетворения внутри себя

Хотим мы или нет, какая-нибудь форма печали обязательно придет. Теория кармы объясняет, почему так происходит.

Закон Кармы гласит, что, когда грехи и добродетели Дживы (*Пана* и *Пунья*) уравниваются, он обретает человеческое тело. Так что нет абсолютно никого, кто бы не столкнулся с каким-либо горем в своей жизни. Такова сама природа жизни: придут некоторые радости, и придут некоторые печали. Ожидать, что горе никогда не настигнет, совершенно ошибочно. Горе неизбежно придет; бедственные ситуации непременно возникнут. Но уникальное качество Стхитапраджньи заключается в следующем: **duḥkhēṣu anudvignamanāḥ** — сколько бы ни возникало болезненных ситуаций, его ум не приходит в смятение.

Господь не сказал здесь, что человек с устойчивой мудростью каким-то волшебным образом будет избавлен от печальных событий в своей судьбе. Моменты печали, безусловно, придут, но его ум не будет потрясен ими.

Веданта делит все страдания всего на три категории.

1. Первый тип страданий называется *Адхьятмик Тап*,
2. Второй тип страданий называется *Адхибхаутик Тап*,
3. И третий тип страданий называется *Адхидаивик Тап*.

Все страдания, которые человечество испытало до сих пор, подпадают под эти категории. Существует *Шанти-мантра* (молитва о мире), которая звучит так: *Ом Шанти, Шанти, Шанти*. Так почему же Господь произнес *Шанти* (мир) ровно три раза?

Почему Он не сказал просто «Шанти» один раз и не оставил так? Или почему не пять раз? Почему именно три раза? Во всех молитвах о мире (*Шанти-мантрах*) «Шанти» повторяется три раза, потому что человек может испытывать три вида страданий (*Тап*), и цель состоит в том, чтобы обрести освобождение от всех трех.

Тап означает быть мучимым или разгоряченным. Когда мы испытываем горе, оно мучает нас, и это мучение называется «Тап». Итак, чтобы обрести полную свободу от всех трех видов страданий, мы повторяем «Ом Шанти, Шанти, Шанти» — мир от страданий тела, мир от страданий из мира и мир от космических страданий. Вот почему в мантре мир призывается трижды.

***Адхьятмик Тап* относится к страданиям, порождаемым моим собственным телом.** Это страдания, возникающие внутри самого тела, происходящие естественным образом, такие, как зуд, такие болезни, как зубная боль, мигрень или общая головная боль. Любая болезнь, естественным образом поражающая телом, попадает в эту категорию. Святой Тукарам Махарадж говорит: *Постепенно уши, нос, волосы и глаза начинают уходить*. Это означает, что по мере старения все органы чувств начинают слабеть. Они еще не отказали полностью, но зрение затуманивается, а слух слабеет. Итак, все эти страдания, связанные с телом, органами чувств и жизненным дыханием (*Прана*), такие как астма или кашель, — все эти страдания, возникающие из моего собственного тела, являются *Адхьятмик Тап*.

Вторая категория страданий называется *Адхибхаутик Тап*. Это очень обширная тема. Она касается страданий, вызванных другими людьми,

животными или, природой. Сюда относятся обиды на других людей, укусы комаров, землетрясения – все, что связано не с моим телом.

Это не строгое разделение, где одно является чисто *Адхибхаутик*, а другое — чисто *Адхьяत्मик*. Различие заключается просто в том, что страдание произошло с моим телом из-за *другого* существа, а не само по себе. Например, лихорадка возникает сама по себе. Но если меня укусит комар или поцарапает кошка, страдание исходит от другого существа, поэтому оно называется *Адхибхаутик Тап*.

Третий тип страдания — *Адхидаивик Тап*. Это вопрос веры; некоторые люди примут, другие — нет, и обе позиции вполне приемлемы. Но писания объяснили, что *Адхидаивик Тап* относится к тому, что происходит после смерти. Веданта считает, что мы проходим цикл рождений и смертей. Тонкое тело остается прежним; оно сохраняется во всех рождениях. Меняется только грубое физическое тело точно так же, как мы меняем одежду.

Итак, после смерти и до тех пор, пока тонкое тело не обретет новое физическое тело, существует промежуточный период. В это время, если душа совершала добрые дела, она испытывает наслаждения рая; если же она совершала плохие дела, она страдает мучениями ада. В писаниях и наслаждения рая, и мучения ада в конечном итоге классифицируются как страдание.

Почему небесные наслаждения называются страданием? Потому что они в конечном итоге заканчиваются. Философия не признает никакого счастья, которое начинается в один день, чтобы закончиться в другой. Понятие истинного счастья заключается в том, что оно не должно зависеть от кого-либо другого и должно быть непрерывным; оно никогда не меняется, никогда не уменьшается и никогда не угасает. Таково наше определение счастья. Поэтому *Адхидаивик Тап* охватывает все переживания, которые испытывает тонкое тело после смерти.

Итак, если какое-либо из этих трех страданий случается со мной или с моей семьей, человек, чей ум не впадает в волнение, отчаяние, уныние или тоску, называется *Стхитапраджня*. Даже для *Стхитапраджня* ситуации печали никогда не исчезнут полностью. Согласно судьбе (*Прарабдхе*) и Божьему плану, если в моем доме должно произойти ограбление, оно произойдет. Если должен случиться пожар, он случится; если в моей семье должна произойти смерть, она произойдет. Несмотря на то, что я делаю все правильно, если мне суждено заболеть, я заболею. И эти ситуации не исчезнут.

Однако ни Бог, ни судьба не *заставляют* меня реагировать определенным образом. Ситуации будут приходить и уходить, но у меня нет никакого обязательства становиться несчастной из-за них. В этом заключается моя свобода — независимо от того, какая ситуация возникает, выбор не быть несчастной — это моя неотъемлемая свобода. Поэтому я должна иметь абсолютный контроль над своими собственными реакциями.

Сохранять спокойствие перед лицом горя — это характеристика *Стхитапраджня*. Нам предлагается прилагать усилия для этого. Нужно тренировать себя не огорчаться. Гита началась с того, что «мудрые не скорбят».

Мы заперты в узких границах собственной жизни: я, мой муж, мои дети, моя семья, моя работа, мое повышение, мой банковский счет. Мы остаемся в плену моего маленького мира. Поэтому, если здесь происходит даже мелочь, чувство такое, будто меня поразила огромная трагедия. Но, если время от времени научиться открыто смотреть на общество, на людей, живущих вокруг нас, мы увидим, как много людей сталкиваются с серьезными невзгодами, и тем не менее они противостоят им, справляются с ними и принимают их с достоинством.

Просто подумав о других, собственное горе автоматически уменьшится. Это самый простой способ оставаться невозмутимым посреди печали. Какими бы неблагоприятными ни были обстоятельства в моем собственном доме, если посмотреть на других, понаблюдать за их ситуациями и понаблюдать за обществом, становится ясно, что тысячи и миллионы семей сегодня сталкиваются с гораздо худшими условиями. Достаточно одной этой мысли, чтобы оставаться невозмутимыми во времена печали.

не возбужден радостью

Затем Господь далее говорит: **sukhēṣu vigataspr̥haḥ** — то есть тот, чья жажда удовольствий исчезла. Мы уже рассмотрели значение слова *Spruha*. *Spruha* означает желания, которое мы чувствуем как необходимость. Это то, чего у меня нет, но что начинает казаться мне совершенно необходимым. Нет у просветленного человека жажды удовольствий, нет чувства, что ему обязательно что-то нужно.

Писания также дали определение того, когда мы испытываем счастье. **Sarveṣāṃ anukūlatayā vedanīyaṃ sukham** | **Sarveṣāṃ pratikūlatayā vedanīyaṃ duḥkham**. Когда я испытываю внутри благоприятные ощущения, это приносит мне радость; неблагоприятные ощущения приносят мне печаль.

Если по Прарабдхе я благословлена благоприятными обстоятельствами или радостью, будь то в отношении моей семьи, чувств, положения или богатства, естественно, хочется, чтобы эти обстоятельства оставались именно такими, какими они есть, не изменялись.

Какова бы ни была моя ситуация сегодня, пусть она хотя бы останется неизменной.

У *Стхитапраджньи* нет такой жажды даже в счастье. Если немного подумать, то реализовать предыдущий пункт — не впадать в огорчение на самом деле проще. Немного поразмыслив и понаблюдав за другими, можно справиться с горем, по крайней мере, в некоторой степени.

Но этот пункт гораздо сложнее применить на практике: не привязываться к ситуациям радости, не цепляться за них и абсолютно не жаловаться, если они исчезают так же, как и появились. Применить это на практике гораздо сложнее, труднее. Почему *Стхитапраджня* не жаждет благоприятных ситуаций? Потому что самая его природа стала тем, что мы называем *Сат-Чита-Ананда* (Бытие, Сознание, Блаженство), *Атма-Таттва* или *Брахман*.

Они сами стали воплощением Блаженства. Радость, которую они обрели, не зависит от мирских объектов; она ни на чем не основана. Они обрели радость, которая не зависит ни от какого человека, предмета, события или ситуации. Вот почему они больше не жаждут внешних обстоятельств счастья. Когда мы слышим об этом впервые, это звучит как сон. Это кажется крайне идеалистичным, как вещи, которые происходят только в кино. Но именно так и происходит.

Однажды я читала об особенностях *Стхитапраджня*, описанных через аналогию с мухой. Предположим, я пишу или занимаюсь какой-то работой, и муха садится на меня. Мы даже не задумываемся об этом, просто отгоняем её. Мы даже не осознаем, что смахнули муху с руки. *Стхитапраджня* отмахивается от всех ситуаций, как радостных, так и печальных, точно таким же образом. Они приходят, они уходят; они приходят, они уходят. Все, что было предначертано *Прарабдхой*, пришло, а затем естественным образом ушло. Мы уже говорили о том, что все чувственные переживания мимолетны; они приходят и уходят. Эта убежденность прочно укоренилась у просветлённого человека в уме. Поэтому у них нет жажды даже в счастье. Здесь Господь говорит нам освободиться от пар противоположностей (*Nirdvandva*) как в удовольствии, так и в боли; **sukhēṣu vigatasprhaḥ** — оставаться спокойным как в радости, так и в печали.

Есть и другой способ посмотреть на это. Очень красивый подход заключается в том, что всякий раз, когда на моем пути появляется момент радости или печали, я должна думать о нем как о посланнике от Бога, приносящем весть. Бог хочет установить со мной связь. Конечно, это не написано прямо в писаниях. Это просто способ мышления, позволяющий уму обрести спокойствие, чтобы я могла относиться к радости и печали одинаково (**sukhaduḥkhe same kṛtvā**). Эта ситуация настигла меня как часть Божьего замысла, Божественного плана. Именно поэтому она стала частью моей судьбы, моей доли. Будь то ситуации радости или печали, если мы во всех них помним о Боге, зная, что это Его план и именно поэтому я получила это, то интенсивность радости или печали естественным образом уменьшается. Потому что теперь воспоминание и сосредоточенность в уме направлены на Бога, а не на саму ситуацию. Обычно мы думаем только о том, как справиться с ситуацией, которая наступила, и как избавиться от нее. Но если ум сосредоточен на Боге, все ситуации приходят как посланники, принося приглашение от Господа. Они приходят, чтобы испытать нас. Бог испытывает нас и в моменты радости. Дело не в том, что Бог испытывает нас только в печали. Бог испытывает нас в радости, и Бог испытывает нас и в печали; как в благоприятных, так и в неблагоприятных обстоятельствах. Вот почему Господь указал на эти две характеристики в самой первой строке.

Во второй строке 56-й шлоки Господь говорит:

vītarāgabhayakrōdhaḥ — эти три качества:

vītarāga (освобождение от привязанности),

bhaya (страх) и

krōdha (гнев)

объединены в одно слово. **vītarāga**, **vītabhaya** и **vītakrōdha** — **vīta** означает то, что полностью прекратилось, закончилось, ушло или исчезло. Итак, **vītarāga** — это первая черта, **vītabhaya** — вторая, а **vītakrōdha** — третья.

Сначала подумаем над первой характеристикой: **vītarāga**.

Одно из значений слова **gāga** — любовь, а другое — привязанность, которая является нашей самой большой проблемой. Любить, испытывать привязанность к кому-то — это невероятно естественная и присущая человеку эмоция. Мы не можем ее остановить. Нет никакого выключателя, которым можно включить любовь и сказать: «С сегодняшнего дня начинается моя любовь к тебе», а затем выключить его и сказать: «С сегодняшнего дня моя любовь заканчивается».

Сама по себе любовь не вызывает никакого страдания. Все проблемы на самом деле проистекают из привязанности (*Aasakti*).

Самая большая проблема в том, что мы не до конца понимаем разницу между любовью и привязанностью. Например, если подходит маленький, очаровательный ребенок, естественно хочется взять его на руки и поиграть с ним. Присущая нам теплота просто естественным образом вытекает наружу.

Но одно дело просто ребенок – я взяла его на руки, поиграла с ним и отдала маме. Совсем другое дело, если это мой ребенок или внук. Мы скучаем по детям, внукам, меньше по родителям. И вот это уже привязанность. Причем, общество это поддерживает. Попробуйте сказать, что у меня есть дочь, она живет далеко, и я по ней не скучаю. Вас сразу осудят: ну ты даешь! Как так можно.

Пока мы не научимся различать любовь и привязанность, достичь состояния **duḥkhēṣu anudvignamanāḥ** (быть невозмутимым в горе) просто невозможно.

Как-то я была с Учителем, когда к нему приехала его дочь, внучка, правнук – вся семья. Он радовался на маленького, брал его на руки. А когда они уехали, он сказал: они приехали – радуйся на них, покажи им свою любовь, а когда за ними закрылась дверь, отпусти их, отпусти все мысли о них. Это кажется бессердечным. Но подумайте, какая польза от того, что я кручу мысли о близких, волнуюсь?

В тот момент, когда родственники уезжают, ситуация заканчивается. Теперь, в какой бы ситуации я ни находилась, именно такая, какая я есть, где бы я ни была, я счастлива и довольна именно в этой ситуации. Все эти характеристики взаимосвязаны. Это то, о чем говорит здесь Господь. Такая еще одна характеристика – не возбуждается от радости.

Итак, мы знакомимся с характеристиками Просветленного человека. Сегодня мы говорили о том, что он способен найти в самом себе полное удовлетворение и ему не нужна никакая компания или особая ситуация, а также о том, что он равно относится к радостным и трудным ситуациям и у него нет привязанностей. Мы достаточно подробно все разбираем, потому что просто прочесть о том, что у него нет привязанностей или, что он спокоен в радости и в горе, ничего нам не даст. Мы хотим сами этому научиться. А научиться можно только прикладывая усилия, рассуждая. И мы учимся, как правильно рассуждать, какой должен быть ход мыслей. Интересно, что кажется, почему я уже долго изучаю Веданту, а все никак

не получается медитация и вообще, почему я все еще не достигла Само-Реализации. Вот именно в этих всех качествах и проблема. Духовная практика – это работа над собой.

В следующий раз мы продолжим обсуждать качества просветленного человека.

Хари Ом Тат Сат

Лекция 20, шлоки 56-58

Трудно нам согласиться, что мир иллюзия, потому что, как будто нам говорят: ты видишь стул? – нет там ничего, как будто мираж в пустыне, на самом деле там ничего нет. Но такое рассуждение неправильное.

Когда Веданта говорит, что мир иллюзия, она не имеет в виду, что ничего нет. Классический пример иллюзии змея – веревка: змея ненастоящая, но там есть настоящая веревка. Прямо там, где я сейчас вижу змею, точно в том самом месте лежит настоящая веревка. Там, где мы сейчас видим мир, людей, мое тело, события – там Просветленный видит Бога, Брахман – Бесконечное Существование, Сознание и Блаженство.

В этом состоит глубокое философское значение иллюзорности мира. Если мир иллюзия, то должна быть Реальность. Невозможно просто иметь иллюзию на пустом месте. Если есть ложь, то обязательно должна быть и истина. Без правды ложь не имеет существования. Но для правды ложь не нужна, правде все равно есть ли ложь и какая. В нашем случае Истина – это Брахман, а мир – ложь. Где возможно найти правду? – там, где я сейчас вижу ложь. Где нужно искать веревку? – исключительно там, где я сейчас вижу змею. Мы видим то, чего нет, но Реальность тут же перед нами, здесь и сейчас; там, где мы видим мир, на самом деле все Бог, Безграничный, Один без второго.

Кроме философских следствий и преимуществ есть еще практическое преимущество теории нереальности мира: мы привязаны к миру. Легко понять теории, но сложно их осознать. Привязанность к миру, желания – основа проблем в духовности, поэтому так трудно достичь Само-Реализацию. Теория иллюзорности мира обрубает сами корни привязанностей.

Мы разбираем характеристики просветленного человека, или, как его здесь называют Стхитапраджня – тот, чей ум постоянно погружен в Брахман, свое истинное Я. А истинное Я – это Сат Чит Ананда. Поэтому Стхитапраджня постоянно находится в состоянии Ананды, Блаженства, которое не зависит ни от чего. Он полностью независим в самом главном вопросе – в счастье. Сегодня мы познакомимся с другими важными качествами, которые, к сожалению, пока только духовная практика для нас. Но нам важно не просто выучить эти качества, а научиться правильно мыслить, чтобы развить их в себе. По сути, почти вся духовная практика сводится к тому, чтобы научиться правильно мыслить и не пускать неправильные мысли в голову.

Повторение:

Шлока 55

Когда такой мудрый человек полностью отказывается от всех желаний ума и пребывает в Чистом Блаженстве, будучи единым со своим истинным Я, Сат-Чит-Ананда, его называют Стхитапраджня.

В шлоке 55 мы говорили о таких характеристиках:

1. отказ от желаний и
2. обретение полного удовлетворения внутри себя

Какие могут быть еще желания, если есть абсолютное, полное Блаженство. А удовлетворение внутри себя означает, что ему не бывает скучно, не нужна никакая компания. Если есть кто-то рядом – хорошо, а нет – тоже хорошо. Нет потребности, как у нас менять обстановку, просто всегда Блаженство. Нам даже представить себе такое невозможно.

В шлоке 56

Человека, чей ум не омрачен страданием и не возбужден радостью, свободного от привязанностей, страха и гнева, называют Муни.

Мы обсудили первые три характеристики:

1. не омрачен страданием
2. не возбужден радостью
3. свободен от привязанностей,

Просветлённый человек не пытается избежать или изменить обстоятельства с точки зрения духовности. Конечно, если есть

необходимость, например, тушить пожар или идти к врачу, он все это делает. Но после всех попыток взять ситуацию под контроль, он примет любой результат с миром в душе.

Он так же не привязан к хорошим ситуациям в жизни. Например, мое тело здорово, но наивно думать, что оно таким здоровым будет всегда, когда-то тело состарится. Мы все время хотим, чтобы все хорошее, что есть сейчас, так таким и оставалось: хорошая работа, здоровое тело, хорошие отношения. Пусть все не меняется и так и будет! Но так не бывает. У Просветленного нет желания, чтобы хорошее оставалось неизменным и нет желания, чтобы плохое быстрее прошло.

Мы начали в прошлый раз обсуждать тему привязанностей. Привязанностей у нас много, они начинаются с незначительных вещей, которые могут играть большую роль в нашей жизни и есть еще и очень серьезные: к собственному телу. Нам нравится чувство, когда оно чувствует себя здоровым и сильным, нам приятно хорошо выглядеть. Нужно следить за здоровьем, и за внешностью, но важно понимать, что здоровье все равно будет постепенно уходить, так же, как и внешний вид. Появятся морщины, седые волосы, или волос станет меньше, как и зубов. Это все очевидно, а говорим мы потому, что хотя мы и так знаем, но это не мешает нам огорчаться, когда в очередной раз появляются изменения.
Огорчения указывают на привязанность.

Мы говорили о привязанности к семье, близким людям. Трудно различать любовь и привязанность, мы их постоянно путаем. Нет ничего неправильного в том, чтобы любить свою дочь, также, как говорить с ней по телефону регулярно, но неправильно после того, как разговор закончен, потом еще целый день думать о ней, волноваться. В этом и разница между любовью и привязанностью: я помогаю во всем, чем только могу. Но просто крутить в голове мысли не имеет никакого смысла. Мы знаем, что нет смысла, но все равно думаем и волнуемся – вот она духовная практика.

Давайте поразмышляем немного глубже о любви. Здесь есть один чрезвычайно важный принцип. Упанишады были написаны тысячи лет назад, и они объяснили принцип, касающийся любви. Среди Упанишад есть одна, называемая Брихадараньяка Упанишада, которая содержит *Шрути* (мантру), хорошо бы всем ее запомнить. Она звучит так:

ātmanastu kāmāya sarvaṃ priyaṃ bhavati | (*br̥ha. upa. 2.4.5*).

«Поистине, всё становится дорогим ради Атмана.»

В древние времена Упанишады писались в форме диалогов. Жил мудрец по имени Яджнавалкья, а его женой была Майтрейи. Яджнавалкья был великим мудрецом, его жена была искательницей Истины. Итак, эта Упанишада запечатлела диалог, который состоялся между ними. Майтрейи задала вопрос, и мудрец Яджнавалкья ответил на него. В своем ответе он сначала приводит очень длинный список. В этом списке первое, что он говорит:

**na vā are patyuh kāmāya patiḥ priyo bhavati,
ātmanastu kāmāya patiḥ priyo bhavati ।**

(все объекты — люди, вещи, идеи — ценятся не сами по себе, а потому что они связаны с Атманом (Чистым Сознанием) и приносят ощущение полноты, покоя или счастья, которое в действительности исходит от самого Атмана.)

За первым предложением следует очень длинный список. Это означает, что не ради мужа — смотрите, это очень важный момент — не ради мужа или ради его радости муж мне дорог.

Ātmanastu kāmāya — ради моей собственной радости, ради моего собственного «я» **patiḥ priyo bhavati** (муж мне дорог).

Итак, вся эта романтизированная идея любви, которой нас бомбардируют фильмы и романы — «Я так сильно его люблю» — истинный принцип любви заключается в том, что **ātmanastu kāmāya patiḥ priyo bhavati**. - Я люблю своего мужа, потому что любовь к нему приносит радость *мне*.

Если при определенных обстоятельствах любовь к мужу больше не приносит мне радости, ситуация становится враждебной, как это порой бывает, семья распадается.

Итак, здесь Упанишада приводит обширный список, в котором говорится, что жена, сын, богатство, брахманы, кшатрии, миры и даже все божества... Что бы мы ни считали предметом своей любви, это все любовь к себе и ради себя (**ātmanastu kāmāya**). Божество дорого мне сегодня, потому что поклоняться ему приносит радость *мне*. Зачем мы ходим в церковь, ставим свечи? Это нужно Богу или мне?

Когда мы рожаем ребенка, делаем ли мы это для счастья ребенка или для собственного счастья?

Какая прекрасная философия; нам нужно раз и навсегда досконально понять эту концепцию. Это должно быть осознанное понимание: вся семья вместе, и мы счастливы. Но даже в этом случае мое счастье не зависит ни от кого. Мы должны стремиться постепенно достичь этого состояния. Все мои близкие люди, которых я, как мне кажется, люблю, на самом деле моя любовь не к ним. Она исключительно ко мне, к моему собственному «Я».

Мне нравятся люди, потому что они хорошо относятся ко мне; вот почему они мне нравятся. В тот момент, когда они станут неблагосклонны ко мне, я больше не буду их любить; моя любовь закончится. Это величайший принцип.

Этот принцип я применяю к себе и его же нужно применять к другим людям. Таким образом можно всегда понять, почему люди так себя ведут. Иногда очень трудно понять, почему она (или он) ведет себя так? Но она ведет себя так, а не иначе, потому что она любит себя больше всего. Она делает то, что делает, потому что она счастлива поступать так, а не иначе. Это основной принцип. Применяя его в разных ситуациях, все станет проще и понятней относительно себя и других.

Давайте хорошо запомним это, потому что состояние *vītarāga* (свобода от привязанности) — это то, чего мы можем достичь довольно легко, размышляя таким образом.

Еще один момент заключается в том, что, **желание любить** — это наша естественная эмоция; у нас есть врожденный инстинкт любви. Поэтому, если хочется любить, посмотрите на природу. Научитесь любить природу. Любовь к природе не означает, что я пойду туда и сделаю пятьдесят селфи. Это не любовь к природе

Просто посидите в одиночестве, в тишине, наблюдая за восходом солнца или меняющимися цветами неба. Просто посидите час и полюбуйтесь луной в полном покое и комфорте — без фотографий, без камер и без посторонних людей вокруг. Если мы постепенно научимся наслаждаться такой радостью, врожденная потребность в любви также будет удовлетворена. У природы есть правило: это односторонняя любовь. То есть, даже если я буду сидеть и смотреть на луну каждый день, луна никогда не скажет: «Я скучала по тебе; ты сегодня не пришла посмотреть на меня».

Вся игра действий и реакций — я что-то сказала, потом ты что-то сказал, потом я сказала еще несколько фраз, а потом ты разозлился на меня — такой цикл в природе полностью отсутствует. Это односторонняя любовь, и она пробуждает глубокое чувство покоя. Во всех проявлениях природы есть только один основополагающий Принцип (*Атма-Таттва*). Эта единственная *Атма-Таттва* пронизывает все творения природы. Таким образом, можно обрести радость в природе. Глядя на небо, море, лес можно созерцать Бога, создавшего природу. Можно размышлять об *Атма-Таттва*, фундаменте, на котором построена природа. Есть так много способов, которыми мы можем наслаждаться природой и любить её.

Второй момент заключается в том, что **vītarāga** означает отрешенность (*Vairagya*). Быть отрешенным не означает, что вы становитесь холодным, совершенно безжизненными, как пустыня. В этом нет никакой необходимости. Альтернатива заключается в том, чтобы направить свою любовь к Богу.

Святые взяли весь поток своей мирской любви, перенаправили его и полностью посвятили Господу. Когда поток любви постепенно поворачивается в направлении к Богу – это Бхакти. Мы будем позже изучать эту тему.

Итак, если мы научимся любить таким образом, внутренний инстинкт любви будет удовлетворен, и мы больше не будем страдать от ударов, вызванных мирской любовью и привязанностью. Мы по-настоящему достигнем состояния **duḥkhēṣvanudvignamanāḥ** (невозмутимости в радости и горе).

свобода от страха

Vītabhaya – вторая характеристика — **vītabhaya (свобода от страха)**. Господь говорит, что *sthitaprajña* не испытывает страха ни перед каким объектом, ни в какой-либо ситуации. Мы же испытываем страх и боимся стольких вещей. Давайте просто немного подумаем о том, чего мы боимся? В детстве ходили на медосмотр и ничего не боялись. А теперь любое обследование наводит страх. Можно назвать чувство страхом, а можно назвать беспокойством. Нет четкой границы. Собираемся в отпуск, едем в аэропорт – страх: не отменили бы рейс, не возникнут ли проблемы с багажом, не опоздаю ли в аэропорт, а вдруг пробка.

Самый большой страх в наше время потерять телефон или вдруг он сломается, разрядится.

Когда человек достигает Само-Реализации, говорят, что он стал бесстрашным. Как он может чего-то бояться, если он всюду видит Единство.

У нас много страхов, но самый страшный из них, тот, что постоянно преследует нас, тот, о котором мы даже не любим говорить, это страх смерти. Если даже просто упомянуть слово «смерть», люди скажут: «Почему вы говорите о таких вещах?»

Чтобы справиться с огромным страхом смерти, святой Тукарам Махарадж объяснил способ поразмыслить над этим.

deha he kālāce dhana he kuberāce । (tu.gā. 252)

«Это тело — богатство Времени (Калы), а (истинное) богатство принадлежит Кубере».

kālāce означает «принадлежащий времени» (Каала), а основа времени — это Бог.

eha he kālāce dhana he kuberāce — это тело, которое я получила, считай его ссудой, данной тебе судьбой на 70 или 100 лет.

Итак, мое тело и все богатство, которое, как мне кажется, я заработала своими собственными руками и тяжелым трудом, которое я накопила и получила — Тукарам Махарадж говорит: **dhana he kuberāce**; высшая власть над богатством принадлежит Кубере (богу Богатства). Я могу думать, что деньги мне дал босс моей компании, но высшая власть над ними принадлежит Кубере. Высшая власть над телом принадлежит Времени (*Kalā*), то есть Богу.

Итак, и то, и другое было мне дано во временное пользование. Мой долг заключается в том, что, раз я получила их, я должна использовать их в полной мере. Я должна достичь того, чего мне суждено достичь в человеческой жизни, и когда придет время, я должна вернуть их с огромной радостью. Я должна с радостью отдать их Богу.

У нашего Гуру есть очень забавный диалог на эту тему. Наш Гуру говорит, что, когда мы идем в храм Бога, между нами и Богом происходит определенный диалог. А когда *Стхитапраджня*, святой, идет в храм, чем отличается их диалог? Когда святые или люди устойчивой мудрости идут туда, они говорят Богу: «Что самое большее Ты можешь у меня отнять? Что самое большее Ты можешь забрать? Ты забереешь мое тело. Это тело в любом случае состоит из пяти элементов; оно инертно и бессознательно. Если Ты хочешь его забрать, забирай. Что Ты вообще будешь делать с моим телом? Но хотя Ты можешь забрать у меня тело, Ты не можешь забрать *меня*. Почему? Потому что в нашей истинной природе Ты и я — одно. *Атма-Таттва*, которая является Твоей истинной природой, — это и моя истинная природа. Поэтому Ты не можешь забрать меня; Ты можешь забрать только мое тело». Это всего лишь способ мышления.

Но когда *мы* обращаемся к Богу, мы выпрашиваем у Него крохи: «Пожалуйста, продли мою жизнь на несколько лет», «Пожалуйста, дай мне что-нибудь в этом месяце», «Сохрани мое здоровье». Независимо от того, сколько мы спорим, исход решен заранее. Заранее решено, когда нам пора уходить и на какой именно срок нам дано это человеческое тело. Все предопределено. Когда мы учимся думать таким образом, мы обретаем позитивную перспективу. Это позитивный взгляд на смерть. Такая перспектива приносит покой и радость.

Вывод: чтобы избавиться от страхов, нужно предаться Богу, Его системе. Др. Кака говорит, что если ты не веришь в систему, то ты не любишь Бога, тогда все остальное просто поверхностное. Самое важное в способности предаться – иметь веру в то, что я получу все, что соответствует моей Карме. Все виды фобий, самая страшная из них теперь – потерять телефон, все они уходят корнями в отсутствие веры в Закон Кармы, в Систему Ишвары, в том, что мы внутренне не приняли ее полностью.

Можно думать, что Я Атман, мир иллюзия. Тогда тоже никакого страха. Но трудно нам себя убедить. Легче верить в систему Кармы.

свободен от гнева

Vītakrōdha — тот, кто свободен от гнева. Мы уже говорили, что гнев — это злиться или впадать в ярость. «Я в ярости» и «я счастлива» — совершенно противоречивые утверждения. Человек, который в ярости, никогда не может быть счастлив, никогда не может испытывать радость; Вначале мы даже не осознаем, что гнев — это страдание, которое только вредит нам, в то время как ситуация остается совершенно неизменной. Для большинства людей, которые злятся, их гнев совершенно не меняет ситуацию; он не влияет ни на кого и ни на что. Человек, который злится, в итоге только причиняет вред только себе.

Итак, здесь Господь говорит **Vītakrōdha**, что означает: сознательно отпусти гнев.

Наш Гуру объяснил нам это в пяти этапах, пяти шагах.

1. Сначала мы даже не осознаем, что разозлились, или что неправильно устраивать такую истерику. Это самый первый этап.
2. По мере того, как мы совершаем духовную практику (*Садхана*) и изучаем «Гиту», мы в конце концов достигаем точки, когда через месяц, неделю или день осознаем: «О нет, я вчера разозлилась, и это было неправильно. Я не должна была злиться». Мы осознаем это позже; но это уже прогресс.
3. Затем наступает этап, когда я злюсь, громко кричу и одновременно осознаю, что не должна кричать. Я осознаю это *пока* злюсь.
4. Четвертый этап наступает, когда ситуация складывается не так, как хотелось бы, и я знаю, что сейчас разозлюсь. Я осознаю *до того*, как гнев действительно нахлынет, что я вот-вот разозлюсь. Гнев все равно приходит, но по крайней мере это осознание пришло заранее.

5. А затем, после очень долгой и упорной практики, наступает состояние, когда что бы ни случилось, будь то благоприятные или неблагоприятные обстоятельства, я просто не злюсь. Мой покой остается ненарушенным. Это требует долгосрочной практики.

Здесь можно даже действовать с некоторым умением. В практической жизни бывают моменты, когда работа просто не будет выполнена, если не проявить гнев, не разозлиться или не закричать. Итак, мы можем действовать умно. Точно так же, как можно принести предмет в дом и потом выбросить его, когда нам заблагорассудится, мы можем сознательно, и это очень важное слово, *сознательно* — вызвать гнев и потом отказываться от него.

Гнев, возникающий сам по себе, совершенно другое дело. Я *сознательно* решаю разозлиться: «Сейчас мне нужно крикнуть на сына, потому что, если я не крикну, он не сядет за уроки. Поэтому мне нужно крикнуть, мне нужно злиться на него пять минут». Итак, я веду себя как будто разгневалась, кричу и добиваюсь выполнения задачи. Проходит пять минут, и я отбрасываю гнев. Гнев выполнил свою задачу, и теперь его больше нет со мной. Таким образом, я держу ситуацию под контролем. Поскольку я умело использовала гнев, практическое мирское дело было решено гладко, и я не понесла внутреннего ущерба, который причиняет подлинный гнев.

Итак, мы закончили шлоку 56 и рассмотрели характеристики *Стхитапраджньи*:

1. невозмутимый в печали,
2. непривязанный к радости,
3. свободный от привязанности,
4. свободный от страха и
5. свободный от гнева.

Наша ответственность — стремиться к этому состоянию прямо сегодня.

Шлока 57:

*Yah sarvatrānabhisnehas tattatprāpya śubhāśubham ।
Nābhinandati na dveṣṭi tasya prajñā pratiṣṭhitā ॥ 57 ॥*

О человеке, который не привязан ни к каким мирским вещам и который не ликовует и не раздражается от того, что получает в жизни — будь то хорошее или плохое, — говорят, что его разум стабилен в Атмане.

2.57. Кто лишен влечений, кто не радуется и не ненавидит, получая благо и зло, тот в мудрости стоек.

Мы уже рассмотрели семь характеристик *sthitaprajña*, в шлоке 57 мы рассмотрим ещё три.

На первый взгляд шлока 57 говорит о том же, что и 56: непривязанный, невозмутимый. Но тут несколько другой аспект и очень важный. Как глубоко знает нас Веданта, лучше, чем мы сами.

Самая первая характеристика — *anabhisnēhaḥ*.

anabhisnēhaḥ означает **отсутствие привязанности во всех ситуациях**.

Черта кажется немного странной: кто вообще может быть лишен привязанности везде, в любой ситуации?

Здесь слово «*snēha*» означает не просто любовь или привязанность. Скорее оно относится к чрезмерной привязанности, нашим нездоровым навязчивым идеям или чрезмерной любви.

Можно также перевести, как «слишком настаивать или быть чрезмерно настойчивым.»

Мы иногда говорим, что у человека настойчивый характер. Итак, у *Стхитапраджньи* нет чрезмерной настойчивости.

Есть выражение «терпеть не могу». Например, у меня есть любимая чашка. Нет ничего в этом плохого. Но я терпеть не могу, когда муж ее берет. Я ему сто раз об этом говорила, а он берет ту чашку, которая ему под руку попала. Чувствуете, о чем здесь речь? У нас есть много мелочей, которые мы «терпеть не можем». Все они включатели для раздражения. Но и этого мало, мы проявляем настойчивость, начинаем упрекать и из-за пустяка начинаем если не скандал, то во всяком случае неприятную ситуацию. Мы еще и чувствуем свою правоту! Мы пытаемся объяснить другим, что они неправы.

Итак, в любом аспекте жизни, когда мы становимся чрезмерно упрямыми, когда характер становится слишком настойчивым, это, очевидно, вредно для нас самих, но такие привычки также токсичны для всех, кто живет рядом.

Нужно проанализировать себя, чтобы понять, не слишком ли мы настойчивы в чем-либо. Иметь хобби или предпочтения — это одно, но это не должно доходить до крайности. Во всех основных мирских делах, таких как одежда, еда, цвета или чистота — например, настаивать на том, что сахарница должна стоять *здесь*, а чайник — *там*. Если их поменяют

местами, начинаются ссоры из-за того, почему чайник поставили сюда, а сахарницу — туда. Пока мы не отвлечем свое внимание от всех этих мелочей, невозможно достичь той Высшей Реальности, известной как Атман. Вместо того, чтобы бороться с другими людьми и настойчиво их переделывать нужно работать над собой.

Итак, **первый аспект** заключается в том, что упорство, упрямство и жесткие требования в отношении мирских дел — одержимость тем, что вещи *должны* быть именно так, а *не* иначе — должны постепенно уменьшаться.

К тому, что «я терпеть не могу» могут относиться и такие вещи, как свадьбы, любые виды застолья или поход в кино или театр. Можно, конечно, отказываться, но правильно ли всегда от всего отказываться. Ничуть не лучше, если меня уговорят пойти на новоселье, я приду и буду там сидеть с ужасным лицом, чтобы все увидели, что я делаю одолжение.

Вот тут и появляется интересный **второй аспект отсутствия привязанностей**. Он заключается в том, что *Стхитапраджня* умеет «быть там, но при этом не быть там». Это означает, что в любой ситуации они безупречно и чудесно выполняют все свои мирские задачи и домашние обязанности.

Никто из нас не является монахом (*Санньяси*). Наша жизнь фундаментально связана с обществом. Поэтому мы должны выполнять свои задачи везде и быть там, где мы должны быть. Но ключевой навык *Стхитапраджньи* — это «быть там, но при этом не быть там». Что значит «быть там, но при этом не быть там»?

Наш Гуру учил нас некоторым хитростям. Действительно, по мере прогресса в духовности теряется интерес ко многим мирским делам, например, нет желания ходить по магазинам или смотреть кино. В то же время у меня есть семья, и я хочу уважать и их желания. Поэтому мне приходится практиковать задачу «быть там, но при этом не быть там», или сохранять некоторую отстраненность.

Итак, наш Гуру поделился хитростью: «Хорошо, если когда-нибудь вам придется идти в кино с семьей, то, конечно, идите». Как только вы входите внутрь и занимаете свое место, в зале темнеет, и начинается фильм. Все заняты просмотром фильма. Что мы можем сделать в этот момент? Просто посмотрите одну-две сцены — какую-нибудь драку, кульминацию. Затем сидите тихо и закройте глаза прямо на своем месте. Вспомните имя Господа; произнесите: «Рам-Кришна-Хари» или молча

повторяйте свою мантру. Поначалу это кажется очень искусственным; кажется, что это невозможно сделать. Но если подумать, мы сделали семью счастливой. Мы никому не разбили сердце. Пойдя туда, я также выполнил свою настоящую работу, которая заключается в том, чтобы оставаться на связи с Божественным. Для этого требуется искусство. Прежде всего, требуется глубокая концентрация. Вокруг столько шума и громких звуков. Но как только я закрыл глаза, я ушел внутрь себя. Тогда уже не имеет значения, какой шум или суматоха царит снаружи. Я сохранил счастье своей семьи. Наконец, мы вышли из кинотеатра. Теперь, часть похода в кино заключается в том, что, как только вы выходите, вам нужно обсудить фильм. Вот почему вы просто смотрите немного и оставляете остальное. Итак, можно применять такие маленькие уловки, чтобы ничьи чувства не были задеты, но при этом моя собственная духовная цель была достигнута.

Так мы можем «быть здесь и там одновременно». Мы присутствуем повсюду, мы наблюдаем и выполняем все свои обязанности. Но при этом мы постепенно избавляемся от внутреннего умственного беспорядка, от лишних размышлений, ненужных привязанностей и излишней эмоциональной вовлечённости во всё, что происходит внутри нас. Таким образом, можем прекрасно справляться с обеими ролями. Есть люди, которые успешно это сделали.

В духовном поиске есть аспект изучения писаний и аспект искусства. Искусство заключается в том, что внешне все мои привязанности, связи и обстоятельства остаются точно такими, какими они есть, но мое внутреннее состояние таково, что мое ненужное обдумывание их полностью прекратилось. Бхагавад Гита нигде не говорит нам бросить обязанности и убежать куда-то. Мы должны стать непривязанными прямо в том доме, в котором живем, и с теми самыми людьми, с которыми живем. То есть мы должны отпустить все ненужные размышления о них, все ненужные заботы — в этом и заключается искусство.

Итак, первая характеристика, о которой говорится в шлоке:

Стхитапраджня **везде остается лишенным привязанностей**, это является их естественным состоянием.

Вторая характеристика: *Стхитапраджня* не захватывается благоприятным и неблагоприятным; он не поддается влиянию хороших и плохих предзнаменований.

Что именно мы считаем благоприятным и неблагоприятным в традиционном мировоззрении? -

Это предрассудки, типа черной кошки, которая перешла дорогу.

Отличительной чертой *Стхитапраджньи* является то, что он не запутывается в этих предрассудках.

Например, у меня в доме висит старая икона, которая прошла через многие поколения нашей семьи и чудесным образом сохранилась. Я сметаю паутину рядом с иконой, нечаянно задеваю, она падает и раскалывается. Первая мысль: это очень дурное предзнаменование!

И действительно, через несколько дней кто-то из близких умирает. Я тут же связываю эти два события.

Веданта утверждает, что это неправда и между ними нет никакой связи.

Икона упала и разбилась – это просто событие. Только Брахман неподвижный и неразрушимый. Все остальное обязательно должно когда-то разрушиться.

Смерть человека наступает только по одной причине: его отведенный срок жизни, согласно его *Прарабдхе* (судьбе/прошлой карме), подошел к концу.

Такие вещи, как несчастные случаи или наводнения, являются лишь непосредственными триггерами. Даже Богу Смерти нужен повод, чтобы забрать жизнь! Смерть наступает исключительно потому, что срок жизни, предначертанный *Прарабдхой*, истек. Это абсолютно не связано с падением иконы. Мы должны со 100-процентной уверенностью понять, что эти два явления совершенно не связаны между собой.

Мы придерживаемся убеждения, что если наступает смерть, то произошло нечто плохое. Писания говорят, что событие смерти вовсе не является неблагоприятным. Представление о том, что «рождение — это хорошее событие, а смерть — плохое», является полностью созданной людьми этикеткой. Рождение — это естественное явление, и смерть — это точно так же естественное явление. Смерть — это точно так же благоприятное или неблагоприятное явление, как и рождение. Только представьте себе: если бы люди в мире только рождались, а никто никогда не умирал, каким был бы мир сегодня? Итак, самая фундаментальная истина заключается в том, что смерть не является неблагоприятным явлением; болезнь не является неблагоприятным явлением. Падение иконы и наступление смерти абсолютно не связаны друг с другом. Из-за этих суеверий у нас в умах закрепляется страх перед Богом. Мы начинаем панически бояться Бога, тогда как наш Гуру всегда напоминает нам, что Бог должен всегда быть объектом любви и привязанности.

Когда мы боимся Бога, у этого страха есть только две причины:

- Одна из них — невежество. Мы просто не знаем истинной природы Бога.
- Вторая причина заключается в том, что мы сами совершили какой-то греховный поступок.

Таким образом, наша собственная совесть гложет нас изнутри, и из-за этого чувства вины мы боимся Бога. Но если наше поведение чисто и ясно, и мы знаем, кем на самом деле является Бог, что природа Божественного — это *Атма-Таттва*, которая является

- *Сарватра* (вездесущей - оно присутствует везде),
- *Сада* (вечной) и
- *Сама* (равномерной, оно существует в равных пропорциях).

Поэтому падение иконы никоим образом не влияет на этот вездесущий, вечный Принцип. Такова истинная природа Бога. *Атма-Таттва*, *Брахма-Таттва* — это сущность Божественного. Разбитая икона нисколько не меняет природу Бога. Не имеющая формы, лишенная атрибутов (*Ниргуна*, *Ниракара*) Реальность *Брахмана* остается совершенно незатронутой. Поэтому «это хороший знак» и «это плохой знак» — всего лишь ярлыки, которые мы прикрепили. Поскольку именно мы наклеили эти ярлыки, мы и должны их снять и рассматривать событие просто как событие.

Мы использовали пример смерти, потому что с нашей мирской точки зрения болезни и смерть самые страшные вещи, которые только можно представить; ничего не может быть хуже них.

Когда мы начинаем верить в хорошие и дурные предзнаменования, в благоприятное и неблагоприятное, именно с этого и начинаются слепая вера и суеверия, которые мы наблюдаем во всем обществе.

Все это происходит в обществе потому, что мы сами прикрепили эти ярлыки. Мы не знаем, кто такой Бог, и не понимаем связи между Богом и мирскими событиями. Но главное в том, не должно быть страха. Бог никогда не должен быть для нас предметом страха; это был самый первый урок, которому нас научил наш Гуру. Мы должны испытывать безграничную любовь и безграничную привязанность к Богу. Только тогда появится какая-либо возможность будущего духовного прогресса. Должна быть безграничная любовь к Богу.

Таким образом, *Стхитапраджня* не увлекается благоприятным или неблагоприятным, не связан предрассудками.

Следующая часть шлоки — *nābhinandatī na dvēṣṭī* — ни ликовать, раздражаться.

Abhinandan - поздравление/приветствие; мы поздравляем или приветствуем кого-то. Но значение здесь не просто «поздравление», и технически это не «приветствие». Оно содержит корень *Nand*, который означает испытывать радость.

Когда кто-то приходит ко мне с радостной новостью, я приветствую его словом *Abhinandan*. Таким образом, сказать *Abhinandan* означает: ты подарил мне счастье, принеся эту новость, обстоятельства благоприятны, и ты сделал меня счастливым.

В старину, если слуга приносил королю хорошие новости, король снимал свое собственное ожерелье и давал его ему; но, если он приносил плохие новости, его наказывали.

Услышав хорошую новость, *Стхитапраджня* не восторгается, не радуется (*abhinandan*); а если поступают неблагоприятные новости, он не питает отвращения (*dvesha*), не огорчается. Он никого не хвалит и не критикует.

Если посмотреть на нашу собственную жизнь, то одна и та же новость не всегда приносит радость. Одно дело моя дочь получила хорошую оценку за экзамен, и совсем другое, когда соседская девочка. Мы даже не замечаем, как меняются наши эмоции при одном и том же известии. При этом мы думаем, что все совершенно нормально.

Изучая Бхагавад Гиту, самое важное осознание заключается в том, что от нас требуется совершенно новый образ жизни. С детства в нас укоренились определенные навыки (*самскар*); с раннего возраста нас учили определенным вещам. Теперь их нужно пересмотреть и многое изменить.

Тут приводится пример, как хранить сари:

«Даже если ты не носишь сари, доставай его время от времени и полностью меняй его складки; перекладывай его заново, а затем убирай». Раскрываешь старые складки, делаешь новые и кладешь сари обратно в чехол. Если так поступать, сари останется долго в хорошем состоянии.

Наш Гуру всегда говорит, что в отношении наших старых «складок» — тех условностей, которые мы получили в детстве, — прежде всего нужно полностью разгладить эти старые складки. Полностью раскрыть свою жизнь и создать новые складки; мы должны обновить свою жизнь совершенно по-новому.

Мы ремонтируем свои дома, выбрасываем старую мебель и покупаем новую. Точно так же, весь образ жизни должен быть преобразован; вся система жизни должна измениться.

«Когда все старые склонности постепенно начинают угасать, тогда *tasya prajñā pratiṣṭhitā* (его мудрость устойчива). Только тогда мы можем говорить о *Читта-Шуддхи* (очищении ума) и *Читта-шанти* (душевном покое).

Абсолютно необходимо, чтобы ум стал чистым и полностью спокойным. Для пробуждения того высшего знания — *Со'хам* (Я есть То) — мой ум, который в настоящее время застрял в мирской трясине, должен стать полностью мирным и чистым. И для этого мы нужно принять новый образ жизни.

Итак, мы закончили **шлоку 57**, в ней мы разобрали **характеристики *Стхитапраджньи***:

- полное отсутствие привязанности во всех ситуациях, нет ничего, что вызывает чувство «терпеть не могу».
- Не связан предрассудками
- не ликует от хороших новостей и не раздражаться от плохих.

До этого в шлоках 55-56 мы рассмотрели 7 характеристик. Всего теперь получается **3+7=10 характеристик** Просветленного человека.

Одиннадцатая черта *Стхитапраджньи* описывается в 58-й шлоке. Здесь Господь говорит:

Шлока 58

Yadā saṃharate cāyaṃ kūrmo 'ṅgānīva sarvaśaḥ |
Indriyāṇīndriyārthebhyas tasya prajñā pratiṣṭhitā || 58 ||

Черепаха втягивает свои конечности со всех сторон в панцирь. Аналогично этому, искатель, который отвлекает свои чувства от объектов чувств, успокаивает свой интеллект в Своем Я.

2.58. Кто способен отвлечь все свои чувства от объектов чувств, как черепаха втягивает члены в панцирь, тот в мудрости стоек.

Если вы когда-нибудь видели черепаху, то знаете, как она втягивает все свои конечности со всех сторон. Если посмотреть на нее сверху, то даже не догадаешься, что у нее так много конечностей. Точно так же *Стхитапраджня* втягивает все свои «конечности», все свои чувства. Это

одиннадцатый признак, и он немного отличается от первых десяти, которые мы рассмотрели до сих пор.

Почему он отличается? Потому что Ади Шанкарачарья в своем комментарии к «Бхагавад Гите» написал, что эта одиннадцатая черта является **несовершенной чертой** (*sadosh lakshan*).

Несовершенная означает, что есть несовершенство в использовании данной характеристики в качестве абсолютного критерия, потому что искусство убирания чувств не является исключительной чертой *Стхитапраджньи*; можно наблюдать его и в других случаях. Есть хатха-йоги, которые могут полностью отвлечь свои чувства. Но это не значит, что они стали *Стхитапраджня*.

Часто бывает, что очень разгневанный человек, глубоко расстроенный, скорбящий человек могут удерживать свои чувства. Когда происходит трагедия, человек может перестать разговаривать с кем-либо, отказываться встречаться с людьми, пропускать приемы пищи и просто сидеть в одиночестве в углу. Это, конечно, не означает, что он является *Стхитапраджня*. Именно поэтому эта черта считается несовершенной, если рассматривать ее в отрыве от всего остального. Невозможно определить *Стхитапраджня*, основываясь только на этой одной черте.

Однако настоящий *Стхитапраджня* действительно обладает этой способностью наряду со всеми другими чертами. Всякий раз, когда он того пожелает, когда его ум того потребует, даже если он сидит прямо посреди переполненного кинотеатра и вдруг почувствует: «Я не хочу участвовать в этой суматохе», — он может отстраниться. Ему даже не нужно закрывать глаза, чтобы это сделать.

Если есть такой святой или великая душа, и вы провели время в его обществе, вы можете увидеть это воочию. Они могут сидеть среди пятнадцати человек, болтать и смеяться, а затем наступает момент, когда они просто отключаются в долю секунды. Они могут оставаться полностью отстраненными в течение минуты или полутора минут, а затем возвращаются, плавно возобновляя разговор со всеми. Таким образом, они могут уйти, когда им заблагорассудится. С нами этого не происходит. И почему это не происходит с нами? Это частая жалоба среди духовных искателей: «Мы так стараемся, но просто не можем сосредоточиться, ум просто продолжает блуждать туда-сюда.»

Мы не можем сосредоточиться, и почему? Причина этого объясняется в Упанишадах. Есть мантра из Катха Упанишады, которая гласит:

parāñci khāni vyatṛṇatsvayambhū | (kaṭha. upa. 2.1.1)

«Господь устроил органы чувств так, что они обращены наружу.»

Svayambhu означает Высшую Душу или Господа Брахму.

Здесь *Пара* или *Парат* означает «направленный наружу», а

Пратйак — «направленный внутрь».

Парат означает движение наружу.

Итак, когда Господь Брахма создавал наши чувства, Он создал их таким образом, что по своему устройству они естественно экстравертированы (*бахирмух*); они инстинктивно стремятся вырваться в мир. И почему они стремятся выйти? Потому что, если эти чувства не выйдут наружу, мы не сможем испытать мирские наслаждения (*Бхога*).

Плоды прошлых действий — некоторые хорошие, некоторые плохие, которые нам суждено пережить, — если мы не испытаем их, «баланс» предначертанной кармы (*Парабдха*) не уменьшится. Именно по этой причине Бог создал наши чувства обращенными наружу. Итак, тот факт, что мои чувства экстравертированы, сам по себе не является чем-то плохим, потому что Бог создал их именно такими. Что *действительно* неправильно, так это то, что я просто позволяю обращенным вовне чувствам оставаться экстравертированными, хотя у меня есть свобода обратить их внутрь благодаря собственным усилиям и стараниям. Мне дана эта свобода воли.

Для всех тех, кто жалуется, что их чувства обращены наружу, в этом нет ничего принципиально плохого; ум по своей природе запрограммирован на то, чтобы бежать вовне, выходить и бродить.

Самартх Рамдас Свами написал такой прекрасный стих; он говорит:

bahū hinḍatān saukhya hoṇāra nāhīn | (manobodha. 41)

Независимо от того, сколько вы странствуете, сколько мест в мире вы посещаете, сколько вы говорите или учитесь; вы не обретете истинного счастья, просто бесконечно странствуя.

bahū hinḍatān saukhya hoṇāra nāhīn — вы не обретете истинного счастья, просто бесконечно странствуя.

Задача обратить чувства внутрь — это грандиозный проект; мы должны это ясно понимать. Это не просто вопрос строгой дисциплины (*sakhti*), и не чисто рассуждения (*yukti*). Нам действительно нужно быть немного строгими и немного заставлять себя, но одной грубой силой эту работу не выполнить.

Например, предположим, что в соседнем магазине проходит распродажа, и у меня сильное желание пойти и хотя бы взглянуть. Я могу подумать: «Ладно, я ничего не куплю, но что плохого в том, чтобы просто посмотреть?» Если мы сурово закроемся в доме, то физически будем сидеть дома, но ум будет все равно блуждать по магазину. В таком случае лучше просто встать, пойти посмотреть распродажу один час, а затем спокойно сидеть дома следующие четыре часа.

Итак, одна часть контроля над чувствами — строгость, а другая — рассуждения. Используя рассуждения, можно объяснить уму, что что бы там ни было на распродаже, просмотр или покупка всех этих вещей не принесет мне истинного счастья. Это умное рассуждение. Мы должны уговорить свой ум, используя логику. Если применять сочетание строгости и логики, чувства постепенно начнут обращаться внутрь сами по себе.

Как использовать это сочетание строгости и рассуждений, чтобы постепенно отрешиться от мирских удовольствий (*vishaya sukh*) и как обрести истинное счастье — это обширная тема. Мы подробно рассмотрим это в следующем занятии.

Итак, мы закончили сегодня шлоки 56 и 57 и начали шлоку 58, в них мы обсудили характеристики Стхитапраджня. Наша задача изменить свои привычки, привычный ход мыслей и сознательно научить ум рассуждать правильно. Именно поэтому мы так подробно обсуждаем шлоки, которые на первый взгляд кажутся очень понятными: ну да, нужно избавиться от привязанностей и еще от страха и еще от чего-то. Мы тут же забудем, от чего нужно избавиться, если не начать работать над собой, улавливать с себе вредные привычки, мысли, пресекать их и направлять рассуждения по новому руслу. Без такой практики невозможен прогресс в духовности.

Хари Ом Тат Сат!

Лекция 21, шлока 58

Изначально жизнь человека полна счастья. Это счастье зависит от того, как мы связываем хороший и плохой жизненный опыт с концепциями духовности. В противном случае мы связаны с грустным опытом прошлого или все время волнуемся.

Чтобы выйти из этого состояния, наш учитель приводит такой пример:

В чистый пруд со спокойной водой бросают камень. Появляются волны, доходят до берегов и все опять успокаивается. Камень упал и спокойно теперь лежит на дне.

Но человек помнит все события, хорошие и плохие воспоминания из прошлого всплывают в памяти снова и снова. Он всегда в беспокойстве. Как может беспокойный ум испытывать блаженство? В Гите говорится: «Как может ум, у которого нет покоя, испытать блаженство?»

В жизни всегда будут волны радости и горя. Нужно думать о них, что они неизбежны, наблюдать хладнокровно и все время жить счастливо. Так же как камень, который упал в воду и спокойно там лежит.

Не давай себе уноситься радостями и бедами.

Нужно жить счастливо, поддерживая равновесие ума, оставаться стабильным, что бы ни случилось. Это правильный шаг к освобождению.

Не дать всплеску радости или горя превратиться в волну, называется духовной практикой.

Комментарий Др. Каки к шлокам 58-61:

Известно, что черепаха втягивает свои конечности со всех сторон. Точно так же, когда искатель отвлекает чувства от мирских объектов и успокаивает интеллект в Атмане, истинном Я, его интеллект, как говорят, становится твердым и устойчивым. На этом этапе он сдерживает свои чувства, которые обычно блуждают во всех направлениях в поисках счастья. Когда чувства перестают воспринимать или подвергаться влиянию соответствующих объектов, искатель теряет интерес к этим объектам. Даже если он испытывает какое-либо удовольствие из-за Прарабдхи, он не ищет и не наслаждается объектами для счастья по собственному желанию. Скорее, он наслаждается объектами естественным образом, не будучи их потребителем. Искатель видит все объекты как мелкие, несущественные удовольствия.

Чувства естественным образом тянутся к объектам из-за впечатлений и обусловленности ума, накопленных за многие прошлые жизни. Внешнее влечение чувств является частью управления Ишварой. Влечение внешнего мира — в большей или меньшей степени — существует в зависимости от конкретного сочетания Саттвы, Раджаса или Тамаса в искателе.

Искатель должен принять это во внимание и твердо пытаться сдерживать свои органы, не поддаваясь унынию. В то же время ему не нужно постоянно чувствовать себя виноватым и терять чувство уверенности, если он не может покорить свои органы или обуздать желания.

Искатель должен тщательно следить за собой, чтобы отделиться от мирских объектов. Все объекты удовольствия, такие как похвала,

прикосновения, власть, слава и т. д., являются неодушевленными. Объекты не могут думать «к кому им следует пойти» или «кем они должны быть приобретены». Они не имеют силы и свободы дарить счастье, поскольку они неодушевленные. В этом отношении можно использовать простую логику. Если счастье, получаемое от объектов, действительно «объективно», то все должны чувствовать себя одинаково счастливыми, наслаждаясь одним и тем же объектом. Например, некоторым людям нужна горячая вода для купания, а кто-то любит холодную воду. Таким образом, горячее или холодное прикосновение не имеет внутренней силы или свободы делать кого-либо счастливым. Счастье зависит от Дживы, субъекта переживания, поэтому оно «субъективно» по своей природе. Субъект переживания, обладающий чувствительностью, может испытывать удовольствие или разочарование, наслаждаясь одним и тем же предметом. Неодушевленный предмет тот, который не знает ни себя, ни другого. Например, желтый цвет принадлежит форме (например, цветку) и воспринимается глазами. Сам объект не понимает, что «я желтый», и не любит или не не любит свой собственный цвет. Однако Джива, воспринимающий объект, знает, что объект желтый. Джива любит или не любит его. Джива может любить быть знаменитым сам, но может не любить чужую славу, или он может даже любить, когда другой человек сталкивается с позором или бесчестьем в обществе. Другие люди могут испытывать неприязнь по отношению к человеку, когда он становится знаменитым по какой-то причине. Поэтому даже слава не может обеспечить человеку абсолютное, неподдельное и длительное счастье. Таким образом, очевидно, что счастье, получаемое от мирских объектов, является поверхностным и иллюзорным. Этот факт ясно виден во всех видах объектов. Когда искатель познает эту теорию, поразмыслит над ней и примет ее, он сможет относительно легко удерживать свои чувства от объектов удовольствия.

Искатель способен испытывать счастье в глубоком сне, даже когда нет никаких объектов. Человек, испытывающий это счастье, исчезает в своем истинном Я в глубоком сне и таким образом осознает чистое блаженство своего Я, Брахмана. Но отпечатки невежества возвращаются, когда он просыпается из глубокого сна. Поэтому счастье в глубоком сне не сохраняется в бодрствующем состоянии. Искатель должен медитировать на Махавакью «Ты есть То» (Tat-Tvam-Asi), что означает «Ты есть Брахман», чтобы испытать то же самое длительное Чистое Блаженство своего Я в состоянии бодрствования. Ему нужно сначала научиться этой Махавакье от своего Садгуру, а затем глубоко медитировать на нее. Только тогда завеса невежества может быть снята с его ума. Для этого он должен удерживать свои органы от

стремления к объектам. После удержания органов интеллект остается устойчивым в Атмане, различая реальное и нереальное, преходящее и постоянное, основное и второстепенное, истину и иллюзию, бренное и нетленное. Искатель в конечном итоге становится Единым со своим истинным Я, Атманом.

Несмотря на многие серьезные усилия искателя сдержать ум, его органы насильно подталкивают ум к мирским объектам. Поэтому сначала он должен попытаться сдержать органы, по крайней мере, до тех пор, пока не уловит проблеск Чистого Блаженства Атмана. Таким образом, можно каким-то образом сдержать органы от поиска объектов, но мысленное стремление к объектам полностью исчезает только после самореализации. Что касается сдерживания органов чувств (Дама) и контроля ума (Шама), то сдерживать органы чувств с помощью рассуждений и сильного самоконтроля относительно легко. Однако покорить ум чрезвычайно трудно. Упрямый ум невозможно побороть из-за его изначальной привязанности к объектам. Между «переживанием объектов» и «желанием переживать объекты» можно отказаться от переживания, но отказаться от желания переживать гораздо труднее. Только когда искатель достигает твердого, неизменного, непосредственного осознания того, что «я сам являюсь Чистым Блаженством», только тогда его желание удовольствий заканчивается, и его заблуждение, что «объекты дают счастье», уничтожается.

Чувства естественным образом притягиваются к внешним объектам из-за многих глубоко укоренившихся Васан, неисполненных желаний из прошлых жизней, связанных с телом, миром и объектами. Катха Упанишада говорит:

*Parāñci khāni vyatṛṇat svayambhūś
Tasmāt parāñpaśhyati nāntarātman ॥*

«Брахма дев, изначальный Создатель, создал все органы чувств так, чтобы они были по природе экстравертными».

Экстравертным органам трудно обращаться внутрь и отрываться от внешнего мира. Искатель должен решительно обратить их внутрь, к истинному Я, Атману. Он обладает врожденной свободой, чтобы сделать это. Святой Тукарам дает искателю четкие указания. Он говорит: «Органы должны контролироваться, чтобы они не устремлялись к удовольствиям. Ум должен контролироваться, чтобы в нем не возникали желания. Васаны должны постепенно исчезать. В результате, когда ум становится чистым и спокойным, внутреннее, вечно присутствующее Чистое Блаженство Я проявляется автоматически». [В некотором смысле все эти действия взаимозависимы. Если органы и ум контролируются, становится легко испытать Чистое Блаженство Я. Если человек уловит Чистое Блаженство своего Я, он осознает, что источник счастья находится

внутри. Он поймет, что он сам является Блаженством, и пытается контролировать свой ум и отстраняться от мирских объектов]. Святой Дньянешвар говорит: «Подлинное счастье испытывается, когда Джива или Чидабхаса исчезает и становится Единым со своим собственным Я-Брахманом. (Дньянешвари 13.131)». Просветленные люди также испытывают внешнее счастье от мирских объектов. Однако они знают, что источник счастья находится не снаружи. Такое мирское удовольствие является лишь проявлением всегда доступного внутреннего Блаженства истинного Я, которое испытывается через посредство этого объекта. Поэтому они не жаждут объектов и не привязаны к миру. Объекты удовольствия считаются чрезвычайно важными в современном мире. Им присваивается статус символа, и проводятся массивные маркетинговые кампании, чтобы внедрить предметы роскоши в жизнь обычного человека. Этот акцент на роскошный образ жизни действительно является большим испытанием для всех сознательных искателей. Каждый искатель должен продолжать все предписанные духовные практики, такие как повторение Имени, медитация, поклонение, изучение священных писаний с благословением Садгуру, и продвигаться по духовному пути.

В этих шлоках Господь Кришна говорит, что человек должен дисциплинировать и сдерживать все органы и полностью предаться Ему. Когда чувства покорены, интеллект естественным образом остается устойчивым и уравновешенным. Здесь Господь Кришна просит преданного предаться Его форме Сагуна, а не не имеющему формы Ниргуна Брахману. Это лучшее толкование шлоки, хотя слово «Matpara» можно интерпретировать двояко: предаться Сагуна Богу и предаться Ниргуна Брахману. Экстравертному уму легче поклоняться Сагуна Богу, имеющему прекрасную форму. Многие просветленные святые предписывали поклонение Сагуна Богу, например, созерцание Его божественной формы, повторение Его мантры и слушание рассказов о Его славе. В конечном итоге это приводит к твердому, непоколебимому уму, утвержденному в Брахмане, истинном Я.

Мы изучаем вторую главу Гиты и разбираем качества человека, которого называют Стхитапраджня – тот, чей ум постоянно находится сосредоточен на собственном Я, на Атмане.

Мы закончим сегодня шлоку 58, которую начали в прошлый раз, и в связи с ней пойдем, где же оно, счастье? Что значит «Царство Божие внутри нас»?

Итак, характеристики Стхитапраджня, того, кто достиг наивысшей цели:

Из шлоки 55:

- У него не осталось никаких желаний – какие могут быть еще желания, если есть постоянное счастье
- И он всегда удовлетворен в самом себе – ему не нужно ничего от мира и ничего ему не мешает, не бывает скучно.

Из шлоки 56:

1. *не омрачен страданием*- не пытается изменить плохую ситуацию, не страдает перед лицом горя, даже если это смерть близкого человека
2. *не возбужден радостью* – ему не хочется воскликнуть «мгновение остановись, ты прекрасно»
3. *свободен от привязанностей*
4. *страха*
5. *гнева*

В связи с привязанностями мы говорили о том, что мы часто путаем любовь и привязанность и познакомились с замечательной логикой, что мы, оказывается, больше всего любим себя.

Тогда понятно, почему и другие себя так ведут – они и не думают делать счастливым кого-то, кроме себя.

Какой может быть страх у того, кто постоянно пребывает в Единстве? Что может случиться там, где есть только Я, Один, без второго?

Ну также с гневом. Все вокруг – только Я. На кого гневаться?

И последние 3 характеристики их шлоки 57:

Шлока 57

Человек, который не привязан ни к каким мирским объектам, не ликует и не раздражается из-за хороших или плохих обстоятельств, которые он получает в жизни, его интеллект, говорят, устойчив в Атмане.

- полное отсутствие привязанности во всех ситуациях, нет ничего, что вызывает чувство «терпеть не могу».
- Не связан предрассудками
- не ликует от хороших новостей и не раздражаться от плохих.

Привязанности в этой шлоке – это весь список раздражающий факторов, который есть у каждого из нас. Причем, совершенно не важно, права я или нет. Например, я терпеть не могу, когда опаздывают или когда не выполняют обещание. Нет сомнений, что опаздывать неправильно, равно как и не выполнять обещания. Но речь не о том! Речь о том, что

раздражаюсь я, проявляю настойчивость, пытаюсь перевоспитать человека, а это бесполезно. Перевоспитывать нужно себя и избавляться от ожиданий и раздражения. Раздражение лучше всего направить на мое собственное ожидание и постараться избавиться и от ожидания, и от раздражения. Наш учитель говорит о себе: я ничего не принимаю как гарантированное. Вот это и есть правильный подход, который нам нужно в себе вырабатывать.

Другой аспект этого качества – я принимаю участие в общественной жизни, хожу с семьей и с друзьями в кино, в гости. Тем самым я избавляюсь от эмоций и рассуждений типа: ах, идти или нет, как я не люблю, и подобные мысли. НО! Я учусь «быть там и не быть там». Я учусь сохранять невовлеченность в происходящее и по возможности продолжать духовную практику в том числе и в кино или в гостях.

Веданта не поддерживает никакие предрассудки, не напускает на происходящее туман, типа: я сломала руку – это был знак! Черная кошка перебежала дорогу!

Теперь мне нужно.... Мы верим в теорию Кармы, верим в Прарабдху. Болезни, смерть, переломы, встречи и расставания – все определяется Прарабдхой. Она не под нашим контролем. То, что должно случиться, случится обязательно, а то, что не должно – не случится ни за что. Поэтому результат, данный Богом, нужно принимать и принимать с благодарностью. В результате такого подхода уйдут лишние мысли и волнения и не будет страха перед Богом, любовь, преданность и страх не совместимы.

И последнее качество из **шлоки 57**

- не ликует от хороших новостей и не раздражаться от плохих.

Какое замечательное качество! Мы не умеем просто услышать новость и не прокомментировать ее вслух или в голове.

Событие всего лишь событие, оно не может быть ни плохим, ни хорошим. Конечно, мы люди, и мы не каменные. Узнав о смерти близкого человека, сложно не огорчиться. Но одно дело, если возникает всплеск, но он не должен перерасти в огромную волну.

Новости мы часто получаем из первых рук, и тут тоже трудно удержаться от комментариев: приходит дочь с экзамена и говорит, что сдала, пятерка. Вот и радость, похвалы. А в другой раз не сдала, придется пересдавать. И что же? Сама огорчаюсь, ругаю дочь: я тебе говорила, что нужно учить, а ты...

Так вот, Стхитапраджня не ликует от хороших новостей и не огорчается от плохих.

Конечно, общество ожидает от нас похвалы за хорошее, нужно действовать по обстоятельствам, но в душе сохранять спокойствие.

Важный вывод из всех шлок: это моя ответственность пересмотреть всю свою жизнь, привычки, ценности, найти те, что далеки от того, куда мне нужно добраться, и стараться избавиться от них. Невозможно переделать себя быстро. Но дорогу осилит идущий! Главное начать. Без изменения себя не будет прогресса в духовности. Выучить теорию можно быстро, а для того, чтобы избавиться от плохих привычек, которые, может быть, пришли из многих жизней – это другое. Понятно, почему 1 из 1000 интересуется Ведантой и 1 из 1000 доходит до конца. Слова «самоконтроль» и «дисциплина» мало кто любит.

И, наконец, мы начали шлоку 58:

Шлока 58

*Yadā samharate cāyaṁ kūrmo 'ṅgānīva sarvaśaḥ |
Indriyāṇīndriyārthebhyas tasya prajñā pratiṣṭhitā || 58 ||*

*Черепаха стягивает свои конечности со всех сторон в панцирь.
Аналогично этому, искатель, который отвлекает свои чувства от
объектов чувств, успокаивает свой интеллект в Своем Я.*

2.58. Кто способен отвлечь все свои чувства от объектов чувств, как черепаха стягивает члены в панцирь, тот в мудрости стоек.

Во-первых, мы сказали, что эта характеристика несовершенна, потому что такое состояние умеют в том числе достигать практикующие хатка Йогу.

Невозможно определить *Стхитапраджня*, основываясь только на этой одной черте.

Однако настоящий *Стхитапраджня* действительно обладает такой способностью наряду со всеми другими чертами. Всякий раз, когда он того пожелает, когда его ум того потребует, даже если он сидит среди людей, шума, он может отстраниться. Ему даже не нужно закрывать глаза, чтобы это сделать. Такое действительно можно наблюдать, если побыть в обществе просветленного человека.

У нас пока так не получается, мы пытаемся сконцентрироваться, а ум просто продолжает блуждать туда-сюда.

Вот это и будет темой нашего сегодняшнего обсуждения – как научиться концентрироваться, удерживать чувства.

Концепция, которую мы сегодня рассмотрим, не фигурирует непосредственно в шлоке; это то, что мы называем сопутствующей или дополняющей темой. Это второстепенная тема в контексте шлоки, она очень полезна в нашей повседневной жизни.

Итак, шлока говорит:

Черепашка втягивает свои конечности со всех сторон в панцирь. Аналогично этому, искатель, который отвлекает свои чувства от объектов чувств, успокаивает свой интеллект в Своем Я.

У нас очень часто возникает проблема с концентрацией. Я сажусь читать, но звякнул телефон и сразу рука тянется посмотреть, что там такое.

Почему так происходит?

Мы не можем сосредоточиться, и почему? Причина этого объясняется в Упанишадах. Есть мантра из Катха Упанишады, которая гласит:

parañci khāni vyatṛṇatsvayambhū | (kaṭha. upa. 2.1.1)

«Господь устроил органы чувств так, что они обращены наружу.»

Итак, когда Господь Брахма создавал наши чувства, Он создал их таким образом, что по своему устройству они естественно экстравертированы; они инстинктивно стремятся вырваться в мир. И почему они стремятся выйти? Потому что, если чувства не выйдут наружу, мы не сможем испытать мирские наслаждения (*Бхога*).

Плоды прошлых действий — некоторые хорошие, некоторые плохие, которые нам суждено пережить, — если мы не испытаем их, «баланс» предначертанной кармы (*Прарабдха*) не уменьшится. Именно по этой причине Бог создал наши чувства обращенными наружу.

Итак, тот факт, что мои чувства экстравертированы, сам по себе не является чем-то плохим, потому что таков дизайн. Что *действительно* неправильно, так это то, что я просто позволяю обращенным вовне чувствам оставаться экстравертированными, хотя у меня есть свобода обратить их внутрь благодаря собственным усилиям и стараниям. Мне дана эта свобода воли.

Есть два способа удержать чувства: один — через строгость или силу, а другой — с помощью тактичного подхода или стратегии. Некоторые задачи требуют строгости, а другие — стратегического подхода. Мы все мирские люди, и наши чувства по своей природе обращены вовне; они естественным образом блуждают снаружи.

Часто получается так, что, начав практиковать духовность, кажется, что нельзя, например, ходить на шопинг, нельзя ходить в кино, в гости — нужно сидеть и заниматься, читать что-то. В итоге, если возникает желание пойти на распродажу, то как мне быть? Стараться подавить желание? Или пойти, пройтись по магазинам и потом ругать себя за то, что опять не удержалась?

На самом деле нет никакой нужды запираť себя в такую клетку или быть столь чрезмерно строгим к себе.

Как работают наши чувства? - Они обращены наружу, потому что чувства ищут счастья, и чтобы обрести счастье, они бегут туда-сюда.

Давайте рассмотрим элемент «счастья» — можно считать его принципом или даже наукой. Счастье — это целая наука сама по себе. Это не просто «я пошла в кафе, поела и почувствовала себя счастливой». Все не так тривиально. Если посмотреть на это с научной точки зрения: как мы на самом деле испытываем счастье? В чем его корень? Каков фундаментальный принцип, лежащий в основе чувства счастья?

Сегодня мы исследуем, как и почему мы испытываем счастье и поймем, почему чувства устремляются наружу.

Прежде всего, мы испытываем счастье **тремя разными способами** или посредством трех методов:

Первый способ - то, что всем хорошо известно: **счастье, получаемое от пяти объектов чувств (*Pancha Vishayas*)**.

Всем известны пять физических объектов:

1. звук,
2. осязание,
3. форма,
4. вкус и
5. запах.

Органы чувств (глаза видят, уши слышат) взаимодействуют с этими привычными объектами. Звук, осязание, форма, вкус и запах — это сфера действия физических чувств.

Затем есть **пять объектов, которые относятся к нашему уму или нашему внутреннему «я»**:

1. власть,
2. богатство,
3. успех,
4. слава и
5. престиж.

В совокупности они считаются десятью объектами чувств.

Власть (*Samta*) относится к какой-либо форме авторитета. Власть означает не только политическую власть, как у президента или Конгресса; она существует и дома. У меня есть положение в моем доме, в семье или на работе.

Таким образом, власть, богатство, успех, слава и престиж являются объектами моего ума, моего внутреннего мира. Мы черпаем счастье из этих десяти объектов. И это не только мой опыт, но и опыт всех людей в мире. **Все люди испытывают счастье благодаря этим десяти объектам. Это первый способ.**

Второй способ — это то, что не все осознанно понимают, но с чем сталкиваются все мы. Каждое живое существо проходит через три состояния существования:

- бодрствование,
- сновидения и
- глубокий сон (*Сушупти*).

Сушупти означает состояние глубокого, без сновидений сна. И в состоянии глубокого сна мы испытываем счастье.

Мы получаем счастье от того, что нам нравится. Например, я люблю дома пить кофе. Но если приехать к кому-то в гости, то может оказаться, что они не пьют кофе, тогда можно обойтись и без него. Но вот без чего невозможно обойтись, так это без сна

Таким образом, счастье достигается и в состоянии глубокого сна.

Третий вид счастья — это то, о котором мы совершенно не подозреваем; оно не приходит к нам интуитивно. Мы понимаем его только тогда, когда изучаем такие тексты, как «Гита», или когда святой или наш Садгуру объясняет его нам. Оно называется *Atmasukh* (блаженство Я). Оно вечно доступно внутри меня. Оно вездесуще; это моя самая сущность. Блаженство — это моя истинная форма.

В Махараштре жил великий святой по имени **Джнянешвар Махарадж**. Около 700 лет назад «Бхагавад-Гита» была текстом, написанным полностью на санскрите, который простые люди не могли понять. Поэтому ради них он перевел всю санскритскую «Бхагавад-Гиту» на маратхи. Но это был не прозаический перевод, а поэтический. Он расширил 700 шлок «Гиты» до 9000 поэтических стихов, известных как «Ови». Он написал очень подробный комментарий, и люди верят, что **Джнянешвар — божественный Вишну**. Он прожил всего 21 год и вступил в самадхи в столь юном возрасте. Он написал перевод «Бхагавад-гиты», когда ему

было всего 16 лет. Подумайте об этом — 9 000 стихов на маратхи! Представьте себе масштабы его божественного интеллекта. В Махараштре считается, что он был воплощением Господа Вишну, рожденным исключительно для этой цели. Итак, Джнянешвар Махарадж написал об этом особом счастье в своей комментарии к «Бхагавад-гите». Есть стихотворение на маратхи об этом;
kiṃbahunā soye | jīva ātmayācī lāhe |
tetha jen hoye | tayā nāma sukha || (jñāne.13.131)

Определение счастья – это когда *Джива* (индивидуальная душа) становится единым с *Атманом* (Высшим Я). Сегодня я чувствую, что я всего лишь *Джива*, но на самом деле я и есть *Атман*. Я не это воплощенное существо; это не моя истинная природа — так гласят философия Веданты и «Бхагавад-гита». И в тот момент, когда *Джива* обретает это осознание —
jīva ātmayācī lāhe — когда *Джива* поистине сливается с Высшим Я,
tetha jen hoye — в то время, в тот момент, все, что переживается,
tayā nāma sukha — называется счастьем. Таково определение, данное Джнянешвар Махараджем.

Это блаженство Высшего Я (*Atmasukh*) непрерывно, оно достигается навсегда и всегда доступно мне, прямо внутри меня. 24 часа в сутки, 24/7, 365 дней в году — я просто не осознаю, что обладаю им. И поскольку я не осознаю этого, я продолжаю бегать туда-сюда в поисках счастья.

Итак, **теперь стратегия заключается в том**, чтобы объяснить моим внешне блуждающим чувствам, что куда бы они ни бежали, счастье не находится там; оно находится прямо внутри, и оно вечно доступно. Мы должны использовать различные стратегии, чтобы объяснить это самим себе, нашему собственному уму. Сегодня мы обсудим три из этих стратегий.

Прежде всего, это только мое убеждение, что счастье заключается в мирских объектах. Все святые и великие мудрецы говорят, что это абсолютная иллюзия.

Во-первых, Самартх Рамдас Свами заявил:

viṣaya-janīta sūkhen saukhya hoṇāra nāhīm | (karuṇāṣṭake)

«Счастье (истинное) не возникает из удовольствий, порождённых объектами чувств.»

viṣaya-janīta означает счастье, рожденное мирскими объектами, и из этого счастья никогда не будет достигнуто высшее, непрерывное счастье. Это одно из его высказываний.

Счастье не заключается в объектах. В чем же кроется эта иллюзия? Для объяснения Джнянешвар Махарадж использовал еще одну невероятно красивую аналогию. Он написал строки на маратхи:

taisā hrdayāmadhyen mī rāmu | asatān sarvasukhācā ārāmu |

kīn bhrāntāsī kāmū | viṣayāvarī || (jñāne.9.60)

«Так же, в самом сердце Я — Рама,

Я — прибежище всего счастья.

Почему же ты, заблуждённый,

устремляешься к объектам чувств?»

Это на маратхи, и смысл довольно глубокий, но в то же время прост.

Hridayamadhye mi Ramu — в сердцах всех живых существ **mi Ramu** обитает Рама, олицетворение Блаженства. Это относится к Принципу Рамы, не к физическому божеству, а к сущности Рамы. Воплощение блаженства доступно вечно и непрерывно.

asatān sarvasukhācā ārāmu — место пребывания всего счастья доступно прямо внутри меня.

kīn bhrāntāsī kāmū | viṣayāvarī || —

Он говорит, что заблудшие бегут к мирским объектам, потому что не осознают глубокого счастья внутри себя. Начало этого стиха начинается со слова taisā.

Taisā означает «таким образом» или «подобно». Он использовал «подобно», потому что непосредственно перед этим стихом Джнянешвар Махарадж приводит две аналогии. «Подобно» чему?

Первая аналогия касается клеща. Клещ — это крошечное кровососущее насекомое. Если посмотреть на корову, в частности на вымя, то часто можно увидеть, что к нему присосалось много клещей. Теперь посмотрите, как Джнянешвар Махарадж объясняет наше заблуждение. Эти клещи остаются присосавшимися там, вставляя свои крошечные хоботки в кожу, чтобы сосать кровь. И пока они сосут кровь, они чувствуют себя совершенно удовлетворенными. Прямо там они думают: «Вау, какую чудесную кровь я получаю!» Они чувствуют себя прекрасно и просто остаются прицепившимися на поверхности.

Джнянешвар Махарадж говорит, что если бы они продвинули свои хоботки всего на два или три миллиметра глубже, то прямо там было бы коровье молоко. Коровье молоко считается подобным нектару. Абсолютно нектарное молоко находится прямо тут же, но клещ просто прилип снаружи, находя свое высшее удовлетворение лишь в сосании крови. Он никогда не заглядывает внутрь, чтобы увидеть, что там действительно есть. Это первая аналогия.

Вторая аналогия, которую он привел, касается лягушки. Есть лягушка. Она залезает в грязь. В грязи растет цветок лотоса. Внутри цветка лотоса находится сладкая пыльца (нектар). Лягушка погружается в грязь и добирается до самого стебля лотоса, но не удосуживается подняться, чтобы посмотреть, что находится внутри цветка. Она просто ест крошечных насекомых, извивающихся в грязи. Делая это, она думает: «Посмотрите, сколько я нашла еды, я чувствую себя так чудесно». Если бы она поднялась хоть немного и заглянула внутрь, то обнаружила бы прекрасную, сладкую пыльцу.

Итак, точно так же, как лягушка и клещ заблуждаются, аналогично, **bhrāntāsī kāmu viṣayāvarī** — все живые существа, которые пытаются обрести счастье через мирские объекты, в равной степени заблуждаются, говорит Джнянешвар Махарадж.

Мы обсуждаем использование тактики, понимая, что чувства не прекратят свой стремительный порыв наружу от одной лишь строгости или силы. Поэтому стратегия заключается в том, что всякий раз, когда мы предаемся ненужным удовольствиям, мы должны напоминать себе о клеще и лягушке. Это и есть тактический подход.

все живые существа, которые пытаются обрести счастье через мирские объекты, в равной степени заблуждаются

Итак, «заблуждение или иллюзия» (*Bhram*) означает две вещи.

Одно из значений — это попытка найти что-то там, где этого просто нет. Так случается часто. Возьмем, к примеру, ящик у нас дома, где мы обычно держим ключи. Однажды случилось так, что ключ скатился в другой угол ящика и оказался прикрыт чем-то. Я открывала этот ящик десять раз, но не могла найти ключ. Потом я искала здесь, искала там и провела целых два часа, обыскивая весь дом. Ключ был на месте, он просто слегка сдвинулся в сторону. В итоге мы говорим: «Не знаю, что случилось! Почему я его не видела? Он все это время был прямо там». Часто, вместо того чтобы искать предмет именно там, где он находится, мы ищем его везде, кроме того места. Это одна из характеристик иллюзии.

Вторая особенность заблуждения заключается в том, что объект не выглядит таким, какой он есть на самом деле; вместо этого мы воспринимаем его как нечто совершенно иное.

Это вторая форма иллюзии. Предположим, мы идем ночью по улице, где нет уличных фонарей. Там стоит дерево. С него опали все листья, остались только голые ветви. Мы видим такое дерево издалека в темноте и начинаем задаваться вопросом: «Кто это?» Мы можем подумать, что там кто-то стоит — может быть, вор или незнакомец, — но на самом деле это

просто дерево. Мы ошибочно воспринимаем его как человека, вора, а иногда даже как привидение.

Вот такие бывают виды иллюзий: счастье находится прямо внутри нас, но мы глупо пытаемся искать его снаружи. Или возьмите всю эту вселенную — по сути, она является формой *Брахмана* (Высшей Реальности), формой Я. Писания провозглашают:

sarvaṃ khalvidaṃ brahma (Все это действительно является Брахманом). Но мы не воспринимаем вселенную как *Брахман*. Вместо этого мы видим все творение как полное различий, разделений и двойственности. Поэтому святые говорят, что мы все глубоко заблуждаемся. Итак, это был самый первый пункт.

Теперь второй пункт, вторая причина, чтобы убедить себя не увлекаться мирскими радостями, заключается в следующем: счастье, которое мы получаем от мирских объектов, субъективно. Под субъективным я имею в виду личное переживание для индивидуума. Посмотрите — это книга. Это знание называется объективным знанием. Или объективно, это книга. По этому поводу между нами не может быть никакого конфликта. Все согласны, что это книга.

Это называется **объективным знанием**. Теперь, когда я говорю: «Мне очень нравится эта обложка. Какое прекрасное сочетание цветов они использовали! Желтый фон с красным сверху», а кто-то другой говорит: «Нет, мне это совсем не нравится. Какой ужасный цвет они выбрали». Выглядит ли книга хорошо или не выглядит — это **субъективное знание**. Но тот факт, что это книга, — это объективное знание. Точно так же идея о том, что счастье заключается в материальных объектах — мирское счастье — **считается не объективной**. Это не объективное счастье, а субъективное счастье. Что это значит? Счастье, заключенное в объектах, таково, что одни люди получают радость от какой-то конкретной вещи, а другие не находят счастья в той же самой вещи. Например, скоро лето. У многих есть кондиционеры. Но кто-то любит их, а кто-то нет, даже в одной семье.

Таких примеров очень много. Используя их, можно ясно понять, что счастье, получаемое от мирских объектов, **не является постоянным**; оно **субъективно**. Также бывает, что иногда одна и та же вещь приносит огромную радость одному и тому же человеку сегодня, но не завтра.

Например, я очень люблю мороженое. Но один шарик радует, второй меньше, а третий не хочется совсем. Дело в том, что даже один человек не получает непрерывного счастья от одного объекта. Это всего лишь способы убедить самих себя. Какой бы метод ни сработал для меня, тот и

нужно принять. Нам просто нужно понять, что счастье, получаемое от мирских объектов, не будет длиться вечно; это не полное, абсолютное счастье.

Третий момент, который имеет чрезвычайно важное значение, можно понять в контексте иллюзии. Дело в том, что счастье, которое мы получаем от мирских объектов — материальное счастье, радость от потребления чего-либо — на самом деле **является блаженством Атмана (*Atma-sukh*)**.

Просто я не осознаю, что это блаженство Атмана, поэтому мне кажется, что счастье пришло ко мне извне, от объектов. Это третий момент, и это очень важная концепция, которую необходимо как можно лучше понять.

Писания говорят, что счастье, получаемое от мирских объектов, на самом деле не исходит от самих объектов. Удовольствие, которое я получаю от чаепития, на самом деле не исходит из самого действия чаепития. Это счастье уже находится внутри меня; это блаженство Атмана, которое доступно вечно, а действие чаепития просто служит катализатором для того, чтобы я испытала это внутреннее счастье. Просто я не осознаю, что счастье уже находится внутри меня. Я предполагаю, что счастье пришло откуда-то извне, или что я привнесла счастье извне.

Итак, чтобы понять концепцию того, где находится счастье внутри меня и как оно работает, существует специальная концепция, называемая *Антахкаран* (внутреннее устройство). Есть термин, известный как *Антахкарана Чатуштайя* (четырёх-частный внутренний инструмент).

Antahkarana Chatushtaya —

1. ум,
2. интеллект,
3. память и
4. эго;

Antah означает «внутренний», а *Karana* — «инструмент» или «орган».

Итак, *Антахкаран* означает внутренний инструмент, который невидим, но определенно существует внутри нас. Если бы какой-нибудь врач вскрыл тело или провел операцию, и кто-то спросил его: «Эй, покажи мне, где внутри находится *Антахкаран*», никто не смог бы показать его с физиологической точки зрения. Но *Антахкаран* находится внутри нас, потому что мы постоянно его ощущаем. Как мы ощущаем?

Мы ощущаем его в четырех формах:

1. ум (*Манас*),

2. интеллект (*Буддхи*),
3. память/подсознание (*Читта*) и
4. эго (*Ахамкара*).

Понимание Антахкарана и его четырех аспектов чрезвычайно важно для дальнейшего изучения.

Антахкаран — это всего лишь одно целое, но его название меняется в зависимости от выполняемой функции.

Я всего лишь один человек, но иногда я мать, иногда жена, иногда сестра, а иногда дочь — и все потому, что меняется моя роль. Точно так же *Антахкаран* — это единый внутренний инструмент внутри нас.

Ум, интеллект, память и эго — это не четыре отдельных органа. Просто, когда меняется функция *Антахкарана*, вместе с ней меняется и его название.

1. Манас (Ум). Задача ума — это *Санкальпа* (намерение/желание) и *Викальпа* (сомнение/колебание). *Санкальпа* означает «Я чего-то хочу», а *Викальпа* — «Получу я это или нет?» В этом заключается функция ума. Итак, пока я думаю: «Я хочу это», или «Я не хочу это», или «Получу ли я это или нет?» — пока эти мысли крутятся внутри меня, это и есть ум. Мой ум работает. На языке священных текстов это называется *saṃkalpa-vikalpātmikā vṛtti sā manah* (то, что имеет природу намерения и сомнения, — это ум).

2. Буддхи (Интеллект) niścaṇḍātmakā vṛttiḥ iti buddhi — Когда эта же функция принимает твердое решение (*Nishchaya*), что «это единственное, чего я хочу», функция называется интеллектом. Давайте разберем это на примере:

Как я уже упоминала ранее, я просто обожаю чай. Если я не получаю свой чай, у меня начинает болеть голова. Если я не получаю его вовремя или именно так, как мне нравится, я становлюсь беспокойной. Утренний чай должен быть именно таким, как надо. У нас дома сложилась небольшая традиция: с понедельника по субботу заваривать чай — моя работа. Но когда наступает воскресенье, это мой день привилегий. Поскольку я всю неделю так усердно работаю для своей семьи, их долг — сделать что-то для меня в ответ. Так что в воскресенье утром мой муж должен проснуться и заварить чай для всех.

И вот, однажды в воскресенье я случайно проснулась довольно рано. Я уже на ногах с четырех утра. Я хорошо выспалась и чувствую себя довольно бодрой. И вот я думаю про себя: «Давай сегодня сяду и поучусь». Я достаю свой экземпляр «Бхагавад-гиты» и сажусь читать. Я как раз на середине мантры: *kūrmō.ṅgānīva sarvaśaḥ* (как черепаха, втягивающая свои

конечности). Но в глубине души я думаю: «Кто же проснется в четыре утра и подаст мне чай?» Я читаю книгу. Я занимаюсь. Но мои мысли крутятся вокруг того, что мне нужен чай; без него мой мозг просто не заработает. Дело не в том, что я просто не могу встать и заварить чай сама — это займет всего пять минут, и вопрос будет решен. Но нет.

Вместо этого я просто сижу и гадаю: «Получу я свой чай или нет?»

Санкальпа-Викальпа. Я хочу чаю, но получу ли я его? Когда я его получу? Когда они проснутся и заварят его для меня? Кто знает? Так продолжается целый час. Затем, около 5:00 или 5:15 утра, я слышу какие-то звуки из кухни. В тишине раннего утра каждый малейший звук точно говорит, что происходит на кухне. Открывается холодильник — я знаю. Вынимается молочник. Слышится щелчок зажигалки. Затем я понимаю, что включена плита.

Итак, тот факт, что чай заваривается, теперь является несомненным.

Раньше я просто хотела чай и происходила *Sankalpa-vikalpa*. Но сейчас мой чай действительно заваривается. Решение подтверждено; я понимаю это ясно.

3. Читта (Память/Подсознание) После того, как чай начинает завариваться, и до того момента, как он действительно попадает в мои руки, существует единый, непрерывный поток мыслей. Все мысли, связанные с одним контекстом — «Да, он проснулся, холодильник открыл, зажигалка щелкнула, чайник стоит на плите» — этот непрерывный поток мыслей, касающихся чая, называется *avadhāraṇātmikā vṛtti sā cittah* (то, что удерживает единый поток мыслей, — это Читта). Моя *Читта* работает. Сейчас мой ум (*Манас*) совершенно спокоен, потому что больше нет никаких намерений или сомнений (*Санкальпа-Викальпа*). Но моя *Читта* активна. *авадхаранатмика-вритти* — ухватывание всего одной вещи. Это как когда вы где-то слышите строчку из песни, которую не слышали 20 лет. Вы услышали её однажды, и строчка просто застревает в голове. Вы вспоминаете её снова и снова. Это и есть *авадхаранатмика-вритти*. **Крепко удерживаться за одну единственную мысль.**

Итак, наконец, чай готов, и мне так повезло в этот день, что мой муж принес чай. Он стоит прямо передо мной. И в тот момент, когда я беру чашку в руку, уверенность интеллекта в том, что «я точно получаю чай сейчас, я выпью его в следующую секунду» — именно в этот момент работа интеллекта полностью завершена. Работа Читты полностью завершена. Ум становится совершенно спокойным.

4. Ахамкара (Эго), итак, ум, интеллект и память — три функции внутреннего инструмента (*Антахкарана*) — обрели полный покой.

Ахамкара — это аспект *Анмахкарана*, определяемый в языке священных текстов как *ahām ahām kārayati iti ahaṅkāraḥ* — то есть то, что постоянно утверждает «я, я» или «я — действующий».

Представьте себе это как поле, подобное футбольному. И на этом поле действуют ум, интеллект и память. Что представляет собой это поле? Оно означает: «Это *мое* решение, я хочу чаю, я слышу, как открывается холодильник, я пойду за чаем. Теперь я определенно получу чай». Итак, это *моя* уверенность, *моя* память, *мое* намерение, *мои* сомнения. «Я-я-я» — это «я» является общей нитью, проходящей через ум, интеллект и память. Поле для игры эго (*Ахамкара*), которое работает на полную мощность.

Существует установленное правило: когда ум, интеллект и память успокаиваются, эго автоматически растворяется в тот самый момент. Вам не нужны никакие другие уловки или методы, чтобы уничтожить его.

**ucalaleyā prāṇāsarisīn | indriyenhī nigatī jaisīn |
taisā manobuddhipāśīn | ahankāru ye || (jñāne. 12.101)**

Джнянешвар Махарадж говорил, что, подобно тому, как когда ум и интеллект отступают — они не уничтожаются, — но, когда ум и интеллект обретают полное спокойствие, эго уходит само собой.

Представьте себе кувшин, наполненный водой. Прямо на самом дне лежит маленькое кольцо с бриллиантом. Кольцо там есть, но в воде столько ряби, столько нестабильности, что я даже не могу сказать, что на дне лежит кольцо; я его вообще не вижу. Но в тот самый момент, когда вся рябь прекращается, вся турбулентность утихает, и вода становится совершенно неподвижной, я смотрю внутрь и ясно вижу кольцо с бриллиантом.

Точно так же, когда все волны ума и вся активность интеллекта и памяти полностью утихают — в тот момент, когда я делаю первый глоток чая, осознавая, что все, что бурлило во мне с 4:00 до 5:30 утра («Получу ли я чай? А может, нет? Когда я его получу? Будет ли в нём имбирь или нет?») — вся эта внутренняя суматоха, все волны, утихают. Когда я делаю тот первый глоток в 5:30 утра, сразу же возникает ощущение «*Aaa!*». **Тот покой, который я чувствую в этот момент, — я обрела его не потому, что выпила чай. Я обрела покой потому, что мой ум, интеллект, память и эго на мгновение полностью замерли. На это одно мгновение все четверо полностью умолкли.**

Здесь тоже есть много условий. Иногда уловить покой, который я обретаю за эту долю секунды, наслаждаясь предметом, не всегда так просто. Наше наслаждение мирскими предметами также искажено. Я имею в виду, когда

я на самом деле почувствую покой от чаепития? Если я *только* думаю о том, чтобы пить чай — но обычно происходит так, что, пока я пью, я начинаю проверять сообщения в WhatsApp. Потом перед мной лежит газета. Иногда даже происходят ссоры: «Почему ты вчера этого не сделал? Почему ты того не сделал?» — обычные супружеские перепалки. Если все это происходит вокруг, то несмотря на то, что у нас есть все, мы не сможем по-настоящему ощутить вкус или радость чая.

Возьмем, к примеру, воду; у воды есть два критерия: она должна быть абсолютно неподвижной и абсолютно чистой. Если в воде есть примеси — то, что мы называем мутностью, если в нее что-то намешано, мы все равно не сможем увидеть кольцо на дне. Если мы сосредоточены исключительно на наслаждении одним предметом, то в момент его приобретения мы можем испытать чувство радости. Это *если* я думаю только о наслаждении этим одним предметом, но с нами этого не происходит. У нас даже нет времени остановиться и по-настоящему насладиться вкусом утреннего чая среди всего остального, что происходит. **Итак, философия Веданты гласит, что то фундаментальное счастье, которое вы испытали, на самом деле было не из-за глотка чая. Оно было потому, что ваш Антахкаран (внутренний инструмент) полностью успокоился — ум, интеллект, память и эго полностью отступили и растворились на мгновение. Именно в этот момент внутреннее блаженство Я (Атма Сукха), которое всегда присутствует во мне, просто проявилось.**

Счастье от сна:

В бодрствующем состоянии (*Джаграти*) мы черпаем счастье из материальных объектов; это одно. Но мы также испытываем счастье в состоянии глубокого сна (*Сушупти*). Как мы отмечали ранее, если я не буду пить чай четыре дня, я смогу выжить, но я не смогу выжить без глубокого сна. Почему так? Философия Веданты дала ответ и на вопрос.

Когда мы не можем заснуть, мы принимаем лекарства, чтобы заставить себя уснуть. **Так что же именно происходит в состоянии сна?** В состоянии глубокого сна (*Сушупти*) ум, интеллект, память и эго полностью успокаиваются. Самартх Рамдас Свами посвятил этому целую главу в *Дасбодх*. Он говорит, что в состоянии сна царь больше не является «царем», слуга — «службой», женщина — «женщиной», мужчина — «мужчиной», инженер — «инженером», врач — «врачом», а мать — «матерью».

В состоянии глубокого сна ум, интеллект, память и эго полностью успокаиваются. Таким образом, мы испытываем осознание внутреннего блаженства (*Атма Сукха*) каждый день во время глубокого сна, но просто не осознаем, что это опыт блаженства Я, опыт спокойного *Антахкарана*.

Однако есть проблема с состоянием глубокого сна, которую объяснил Джнянешвар Махарадж: если человек впадает в глубокий сон каждый день, мы могли бы сказать, что он ежедневно переживает *Брахман*, что он осознает свою истинную природу, что он достигает блаженства души каждый день. Но проблема глубокого сна в том, что в каком бы состоянии я ни находилась перед тем, как заснуть — все проблемы, которые у меня были, семейные проблемы, проблемы со здоровьем, сильное недомогание, сильная боль — какие бы проблемы я ни унесла с собой в постель... обратите внимание, что в глубоком сне нет ни одной проблемы, ни одного горя. Независимо от того, насколько сильна моя боль или насколько высокая температура, когда я нахожусь в глубоком сне, я совершенно не осознаю, что со мной происходит. Что такое боль? Что такое проблемы? У меня нет абсолютно никаких воспоминаний об этом. Но в ту же секунду, как я просыпаюсь, все те же проблемы начинаются снова, точно так же, как и раньше. Таким образом, **внутреннее блаженство, испытываемое во время глубокого сна, все еще сопровождается невежеством — невежественным состоянием индивидуальной души (*Джива*).**

Чувство, что «я — эта индивидуальная душа, я — это физическое тело, и все эти печали принадлежат мне», на самом деле не заканчивается в состоянии глубокого сна.

И блаженство *Дживы*, которое, как мы говорим, вечно и непрерывно доступно нам, если мы приложим сознательное усилие, если будем практиковать духовную дисциплину (*Садхану*), если действительно постараемся, мы сможем достичь его в бодрствующем состоянии. Это усилие по полному утихомириванию ума, интеллекта, памяти и эго, по полному стиранию всех их волн, совершается посредством духовной практики. И если нам удастся полностью успокоить ум и *Антахкаран* даже на несколько мгновений, то без какого-либо внешнего объекта, без чая, без халвы, без *любых* материальных вещей, я могу достичь и испытать это глубокое счастье прямо здесь, в бодрствующем состоянии.

«Я есть Брахман», «Я не это воплощенное индивидуальное существо» — когда это осознание озаряет меня, невежество исчезает. Все мирские переживания, которые, как мне кажется, я испытываю, будь то радость или печаль — ощущение, что «я испытываю эти вещи, счастье приходит ко мне извне, печаль приходит ко мне извне» — когда приходит осознание «Я есть Брахман», в тот самый момент я понимаю, что все эти переживания, происходящие извне, на самом деле не принадлежат Мне. И это блаженство, блаженство души, которое мне удастся испытать даже на несколько мгновений — которое мы называем непосредственным осознанием (*Aparoksha Anubhuti*) — если это происходит со мной всего

один раз в жизни, точно так же, как это понял Ашваттхама... Так же, как Ашваттхама вкусил молоко только один раз, точно так же, если обрести это осознание даже на долю секунды, то человек автоматически притягивается к нему. Вы начинаете чувствовать: «Я больше не хочу мирских удовольствий, я больше не хочу материального счастья, потому что они мимолетны; они приходят и уходят». *āgatāpāyinaḥ anityāḥ*, как провозгласил Господь (они приходят и уходят и непостоянны). «Теперь я хочу того счастья, которое не зависит ни от кого и ни от чего. Оно не зависит от чая или кофе». И глубокий смысл человеческого рождения заключается в том, что нам дана полная способность достичь независимое счастье в бодрствующем состоянии своими собственными усилиями.

Как я уже упоминала, успокоение своего *Антахкарана* — это не то, что происходит за день или за ночь. Но все предписанные нам духовные практики — повторение Божественного имени (*Нама-Садхана*), медитация (*Дхьяна-Садхана*) — когда мы садимся повторять, основное ожидание заключается не только в самом действии. Даже когда мы совершаем ритуалы или поклонение (*пуджа*), если мы можем делать это с полной концентрацией, оставив позади все мирские привязанности... основное ожидание, лежащее в основе всех этих практик, заключается просто в том, чтобы мой *Антахкаран* обрел полный покой. Потому что, если внутренний инструмент не успокоен, то неважно, повторяю ли я Имя 6 или 10 часов, или совершаю бесконечные ритуалы и пою бесчисленные *aarti* (богослужебные песни)... в нашем *aarti* написано: «*Sukh sampatti ghar aave*» (Да войдут в дом счастье и богатство). Сколько тысяч раз мы это пели? Мы можем просить Бога словами сколько угодно, повторяя «*Sukh sampatti ghar aave, kasht mite tan ka*» (Пусть счастье и богатство придут в дом, пусть страдания тела будут уничтожены) тысячу или десять тысяч раз, но простое произнесение этих слов не принесет счастья и богатства в наши дома по волшебству.

Простое произнесение слов вслух не заставит наши проблемы исчезнуть. Для этого нужно полностью усвоить концепцию: откуда я получаю счастье? Как я его получаю? Где оно на самом деле доступно? Как только это будет понято, тогда, когда бы я ни совершала *пуджу*, медитировала или повторяла имя Бога, моей единственной целью будет то, чтобы мои мысли — все желания моего ума, такие как «я хочу это, мне нравится это, мне не нравится то, я не хочу этого» — все эти умственные намерения и сомнения (*санкальпа-викальпа*) хоть на мгновение полностью успокоились.

Иначе, *aśāntasya kuto sukham?* (Какое может быть счастье для беспокойного?), как сказал Господь. Как только наступит покой, мы естественным образом испытаем полное, абсолютное счастье. Как только

мы, так сказать, поймем хитрость, что счастье находится прямо здесь, внутри; если мы постепенно интегрируем это в повседневную жизнь, то во время всех мирских переживаний, через которые я прохожу, в тот момент, когда я чувствую счастье, я должна остановиться и поразмыслить: «Почему я его получила? Почему я чувствую себя счастливой?» Это происходит потому, что мое желание было удовлетворено. У меня было желание приобрести сари. Не само сари принесло мне счастье; именно *исполнение* моего желания подарило мне эту радость. Если бы мысль о том, что я хочу сари, даже не возникла в моей голове, то мне не пришлось бы бегать по этому огромному изнурительному кругу. Когда на доске объявлений висит афиша о распродаже, мы идем и покупаем четыре вещи, и нам становится радостно. Но когда я осознаю изнутри, что мне больше даже не *нужны* эти четыре вещи, радость становится в разы больше. Тогда мы можем сидеть спокойно и просто наблюдать, как люди суетятся. Когда начинается распродажа, люди в панике бегают и набрасываются на вещи. Мы можем сидеть тихо и наблюдать за этим зрелищем, понимая: «Я раньше была точно такая. Я раньше бегала туда-сюда точно так же, как они». Это осознание приходит само собой. Наш собственный духовный прогресс становится для нас естественным образом видимым.

Kūrmō.ṅgānīva sarvaśaḥ - Отвлечение чувств — это то, что вначале нам, возможно, придется строго навязывать себе, но по мере того, как мы постепенно учимся думать таким образом, мы осознаем, где заключается истинное счастье.

Тукарам Махарадж так прекрасно написал:

nalage sāyāsa jāve vanāntarā | sukhe yeto gharā nārāyaṇa || 2 ||

ṭhāyīca baisonī karā ekacitta | āvaḍī ananta ālavāvā || 3 || (ту.гата 50)

«тхайича» означает именно там, где вы находитесь. Где бы вы ни были, сядьте прямо там и постарайтесь быть *экачитта* — целеустремленными или полностью сосредоточенными. «авади ананта алавава».

«Ананта» означает «Бог». Взывай к Богу с любовью, воспевай Его хвалу. *Nalage sāyāsa jāve vanāntarā* означает, что тебе не нужно прилагать изнурительных усилий, чтобы отправиться в лес.

Sukhe yeto gharā nārāyaṇa (Господь естественным образом приходит в твой дом), — говорит он.

nalage sāyāsa jāve vanāntarā | sukhe yeto gharā nārāyaṇa || 2 ||

ṭhāyīca baisonī karā ekacitta | āvaḍī ananta ālavāvā || 3 || (ту.гатха 50)

Смысл: Господь Нараяна мирно приходит ко мне сам по себе; мне нужно лишь сидеть на одном месте и стараться быть целеустремленным и полностью сосредоточенным.

Итак, мы рассмотрели процесс того, как и почему мы ощущаем счастье. Самый важный вывод: счастье есть наша собственная сущность, счастье присутствует во мне постоянно, мне не нужны никакие вещи, люди, события для того, чтобы стать счастливой. Царство Божие внутри нас! Но мы не в состоянии его почувствовать из-за бесконечных мыслей, волнений, сомнений. Цель изучения Веданты и духовной практики в том, чтобы устранить все помехи, которые закрывают счастье. И один из шагов на этом пути – шлока 58, которая говорит, что Стхитапраджня способен отстранить все свои органы чувств от мирского. Для нас это означает, что нужно убедить свои органы чувств не убегать постоянно во внешний мир, уменьшать увлечение мирским. Важно – не просто запрещать себе, а постепенно объяснять себе, что счастье доступно здесь и сейчас, нет нужды ради него лететь далеко на самолете или идти в горы.

Тема духовной практики будет продолжаться в дальнейших шлоках второй главы.

Хари Ом Тат Сат

Лекция 22, шлоки 59-61

9.34. Сосредоточь свой ум на Мне, простирайся ниц передо Мной; поклоняясь Мне и устремившись ко Мне как к высшей цели, ты придешь ко Мне.

Предаться Богу – это не то же самое, что сдаться врагу после проигранной войны. Это также не то же самое, что сдаться кредитору после банкротства....

В этой жизни, управляемой Им, искатель должен слушать Его повеления, поклоняться Ему и осознавать Единство с Ним; в этом заключается слава истинной преданности.

Во многих шлоках Гиты говорится открытым текстом о необходимости предаться Богу, предаться Гуру. Если прочитать просто текст шлок, то станет понятно, что «предаться» — это основной призыв. Но мысль о том, чтобы простираться ниц перед кем-то не резонирует с нашим мышлением. Я не забитая старушка в темном углу церкви: Господи, помилуй рабу Божью... Это точно не про меня. Давайте посмотрим, что же имеется в

виду, кто конкретно должен пасть ниц, предаться и перед кем. Обещание «ты придешь ко Мне» заманчиво, но путь непонятен.

Итак, я свободна! Внутри меня есть маленькое, но очень пухлое я, которое раздувает щеки, пушит хвост, хвастается: Я делаю, что хочу. Никто не может мне запретить делать то, что я хочу. У меня есть своя независимая позиция и свое мнение на все. Давайте подумаем: а могу я не делать что хочу? Что я получаю в результате всех хочу? А почему так трудно поменять свое мнение, хотя другое и кажется логичным– это мой выбор? А если не мой, то чей? Тот, кому Гита предлагает предаться – это настоящее, большое Я. Они не могут сосуществовать вместе, как нет темноты там, где свет и нет света там, где темно. Чтобы прийти к Я, нужно избавиться от мелкого я. Но это не так просто, мелкое я очень привязано к телу, оно гордое. Собственно, нет у него ничего другого, кроме гордости.

Вопрос о том, чтобы предаться – это не решение интеллекта. Даже прочитав, услышав и поняв, не получается даже представить себе, как же я могу жить по указке кого-то, не иметь своего мнения. Это длительный и не простой процесс, уговорить маленькое пухлое я, победить его. Собственно, это одно из основных препятствий на духовном пути. После этой победы все становится легче, появляется прогресс. Но победа над я – это не лёгкий бой, а тяжелая битва.

Мы говорим о характеристиках просветленного человека, Стхитапраджня. Мы рассмотрели 10 основных. Как можно узнать, действительно ли человек Стхитапраджня или он только делает вид? Эти качества являются ясным ориентиром.

Я продолжаю возмущаться, ругаться, жаловаться или вдруг я заметила, что я услышала что-то не самое приятное и не успела даже огорчиться, тут же успокоилась. Всегда хорошо замечать собственное развитие.

Сегодня у нас очень интересная тема, мы поймем, как можно реально изменить себя. Это шлоки 59-61

Но сначала давайте вспомним, о чем мы говорили в прошлый раз.

Шлока 58:

*Черепаша втягивает свои конечности со всех сторон в панцирь.
Аналогично этому, искатель, который отвлекает свои чувства от
объектов чувств, успокаивает свой интеллект в Своем Я.*

Мы сказали, что эта характеристика несовершенна.

- О Йогах

Мы рассмотрели, как мы получаем чувство счастья:

- От объектов – субъективно, преходяще
- От глубокого сна
- Атма Сукха
- Как и когда проявляется Атма Сукха

Сегодня мы рассмотрим три шлоки— с 59 по 61. Сегодняшняя тема является продолжением того, о чём мы говорили в прошлый раз, а после этого, начиная со шлоки 62, начинается новая подтема. Итак, давайте сначала обратимся к шлоке 59:

Шлока 59:

**viṣayā vinivartantē nirāhārasya dēhinaḥ ।
rasavarjaṁ rasōpyasya paraṁ dṛṣṭvā nivartatē ॥ (B.G. 2.59)**

Человек может ограничить свои чувства от поиска мирских объектов, но в его уме остается стремление к наслаждению. Однако даже это стремление заканчивается после осознания «Я есть Брахман».

2.59. Воплощенная душа может воздерживаться от чувственных наслаждений, однако вкус к ним остается. Но увидев Высшее, она теряет даже этот вкус.

Мы изучаем вторую главу. В 59-й шлоке Господь говорит:

viṣayā vinivartantē nirāhārasya dēhinaḥ —

используя слово «*nirahara*». Существует два типа людей «*nirahari*» (тех, кто воздерживается от пищи).

«*Ahara*» означает пищу, а

«*nirahara*» — воздержание от еды.

Термин «воздержание от пищи» используется здесь в двух разных смыслах.

Один смысл относится к физической пище, которую мы едим, а второй — ко всей «пище», которая питает наши чувства — то есть не только к съедобной пище, но и к звуку, осязанию, зрению, вкусу и обонянию. Людей, которые лишают свои чувства этой сенсорной пищи, также называют «*nirahari*».

Итак, существует два типа таких людей.

- **Первый** — это *Стхитапраджня* (человек с устойчивой мудростью), о котором мы говорили,
- **второй** — тот, кто ограничивает рацион своих чувств.

Это означает, что они держат чувства под контролем, но они не являются *Стхитапраджня*. Они лишают свои чувства «пищи» и сдерживают их по другим причинам. Мы часто очень ценим таких людей.

Например, у человека, развился диабет. Сейчас многие люди болеют диабетом. Человек очень любил сладкое, но полностью перестал его есть. Это не значит, что он стал *Стхитапраджня*. Это было просто ограничение в питании; по указанию врача он полностью перестал есть сладкое, чтобы спасти свою жизнь. Это тоже хорошо; практиковать такое воздержание полезно. Однако мы подчеркиваем, что он не является *Стхитапраджней*. Господь объясняет здесь, что человек может быть *нирахари* по разным другим причинам. Он может быть хатха-йогом или соблюдать обет *чатурмаса*, по которому он решает не есть рис по вечерам. Или кто-то соблюдает *Экабхукта*. *Экабхукта* означает употребление только одного приема пищи в день.

Это происходит и в наши дни. Но не значит, что кто-то стал благодаря этому *Стхитапраджня*.

Цели разные, люди практикуют воздержание по разным причинам. Здесь Господь говорит о таком человеке:

viṣayā vinivartantē rasavarjaṁ rasō.pyasya.

Хотя эти люди по разным причинам способны отказаться от объектов чувств, они не теряют лежащего в основе этого желания или «вкуса» (*раса*) к мирским наслаждениям. У каждого свои объекты наслаждения. Когда мы соприкасаемся с любимыми объектами, в уме задерживается тонкая мысль; мы развиваем к ним привязанность, и наслаждение ими доставляет удовольствие.

Переживание этого удовольствия — это то, что мы называем «*раса*» — ощущение, что «я получил столько радости от потребления этого».

Физический объект был отброшен по другим причинам, но жажда, этот задержавшийся вкус в уме (*rasa buddhi*), никуда не делся. Больной человек может сказать: «Хорошо, я буду соблюдать строгую диету год или два; через два года врач скажет, что я могу есть всё, как раньше». Итак, мысль в его голове такая: «Ладно, я не буду это есть сейчас два года, но позже я смогу есть всё».

Был один пожилой мужчина. Я действительно слышал эту историю — это правдивая история. У него поднялся уровень холестерина. Врач велел ему полностью отказаться от жареной пищи. Он обожал *накоры*. И что же он сделал? Он брал горячие луковые *накоры* в рот, тщательно их пережевывал, а потом выплевывал — внутреннее желание (*rasa buddhi*) никуда не уходит. Когда вы перестаете удовлетворять свои чувства с помощью таких альтернативных методов, внутреннее желание остается нетронутым.

Реальность такова, что как только интеллект человека становится интеллектом *стхитапраджньи* — то есть его мудрость прочно укоренилась — где же она укореняется? В принципе, называемом *Атман*, который является моей истинной природой, том самом *Атмане*, который Упанишады описывают так:

raso vai sah (Тайттирия-упанишад 2.7.1)

Сущность (*раса*) всех объектов чувств исходит от *Атмана*.

Как только они вкусили сущность *Атмана*, как только они осознали: «Я есть *Атман*», их жажда мирских удовольствий полностью исчезает. Это очень важный момент, который нужно понять: ***Стхитапраджня не перестает воспринимать объекты; у них тоже есть свои симпатии и антипатии.*** Иметь симпатии и антипатии — это одно, но иметь глубоко укоренившуюся жажду (*раса буддхи*) — это другое.

В Махараштре есть известный святой, Гондавалеккар Махарадж. Есть история о том, что он любил *джовар* (сорго) *роти* и *бесан* (карри из нутовой муки). Всякий раз, когда ему давали *джовар роти* и *бесан*, он с удовольствием их ел. То, что он стал святым, не означает, что его личные предпочтения исчезли. То, что ему нравилось раньше, ему по-прежнему нравилось. Просто его внутреннее стремление исчезло — если бы никто не давал ему *роти из джовара* или *бесана* в течение шести месяцев, он оставался бы таким же счастливым. Его внутреннее стремление полностью исчезло. Но если бы он все-таки получил свою любимую еду, он ел бы ее с такой же радостью, думая: «О, сегодня я получил свое любимое блюдо». *Стхитапраджня* полностью теряют свое внутреннее стремление, но их симпатии и антипатии не исчезают.

Однако у других это внутреннее стремление не искоренено полностью.

Что касается наслаждения объектами чувств, само определение этих объектов (*вишья*) было ясно объяснено. Санскритское слово *вишья* происходит от фразы *viṣunvati iti viṣayaḥ* — означающей, что то, что связывает вас, является *вишьяей*. Мы совершенно не осознаем, что объекты чувств связали нас.

Есть много людей, которые просто обожают слушать музыку. У меня есть друг семьи, который раньше прекрасно пел и по-прежнему поет; он исключительно талантливый певец. Искусство — это прекрасно, и им стоит заниматься. Нет ничего плохого в том, чтобы хорошо изучать музыку. Но его одержимость заключалась в том, что он просто обожал песни Латы Мангешкар. Поэтому, подобно тому, как масляная лампа горит в храме круглосуточно, он говорил, что ему нужно, чтобы «Лата Диди» играла при выполнении каждой мелочи. Если он садился за руль, машина заводилась позже, но сначала должны были зазвучать песни Латы Диди. Будь то уборка дома, еда, прием гостей или беседа, Лата Диди должна была играть в фоновом режиме. Он утверждал, что без нее не может сделать ни одной вещи. Именно это и означает быть привязанным к объектам чувств. Однажды может случиться так, что мы выйдем из дома и не сможем слушать Лату Диди. Тогда мы становимся беспокойными и нервничаем. Все эти объекты чувств держат нас в плену, и внутреннее стремление к ним не угасает. Независимо от того, насколько физически вы отдаляетесь от объектов чувств, магнетическое притяжение к ним, привязанность, укоренившаяся в наших мыслях, не исчезает.

Каково же решение этой проблемы? Здесь Господь прямо не указал способа избавления от неё. Но когда наступает Само Реализация (*Tattvabodh*), когда приходит опыт *So'ham* («Я есть Он») — осознание того, что «Я есть тот самый *Атман*», — внутреннее страстное желание исчезает само собой. Тогда не нужно больше прилагать для этого никаких дополнительных, специальных усилий. Но достижение Самореализации занимает много лет, а иногда даже много жизней. Что же делать до тех пор? - Как только мы поймем концепцию через размышления и духовную практику, развитие непривязанности к объектам чувств становится делом непрерывного размышления, непрерывного изучения и непрерывной практики. Это долг духовного искателя.

Изучая Бхагавадгиту, мы понимаем истинный смысл Карма-Йоги, и, работая с учетом ее принципов, постепенно начинаем испытывать радость служения другим. Конечно, это не высшая радость *Атмана*, но это радость служения другим. В результате стремление к мирским объектам естественным образом немного уменьшается, потому что мы начинаем интересоваться служением. Затем появляется радость преданности (*Бхакти-раса*). По мере того, как я начинаю понимать Бхакти-йогу, мой интерес и моя радость постепенно смещаются к Господу, к преданности.

Раньше, когда наступал день рождения моего сына, мы отмечали его с большой помпой и размахом. Но потом наступал Джанмаштами или Рам

Навами, и мы просто говорили: «Хорошо», предлагали Божеству немного простой пищи, совершали аарти, и на этом наша связь с Богом в день Рам Навами заканчивалась. Теперь же я по-прежнему отмечаю день рождения сына, но, когда наступает Джанмаштами или Рам Навами, я делаю все для Господа с такой же любовью. А потом, постепенно, сын вырастает и уезжает из дома. Но теперь я обрела глубокий интерес и радость в праздновании дней рождения Господа Рамы и Господа Кришны. Так что, хотя моего сына больше нет дома, я не испытываю печали и тоски, думая: «О, мы раньше так торжественно праздновали его день рождения, а теперь всего этого нет», — потому что я развила в себе иной вид радости. Благодаря Карма-йоге, Джняна-йоге и Бхакти-йоге все эти высшие наслаждения постепенно начинают развиваться в нас, и таким образом возможно добиваться собственного прогресса — прилагать собственные усилия в направлении искоренения жажды мирских удовольствий. Теперь следующие две шлоки очень важны.

Шлока 60

**yatatō hyapi kauntēya puruṣasya vipaśicataḥ ।
indriyāṇi pramāthīni haranti prasabhaṁ manaḥ ॥ (B.G. 2.60)**

О Арджуна! В то время, как мудрый человек изо всех сил старается сдерживать себя, сильные и губительные чувства насильно направляют ум к объектам.

2.60. Чувства так порывисты, что могут увлечь насильно даже ум мудрого человека, пытающегося обуздать их.

Шлока 61

**tāni sarvāṇi saṅyamya yukta āsīta matparaḥ ।
vaśe hi yasyēndriyāṇi tasya prajñā pratiṣṭhitā ॥ (B.G. 2.61)**

Поэтому искатель должен успокоить ум, обуздать органы чувств и стать исключительно Моим преданным. Об искателе, чьи чувства полностью обузданы, говорят, что его интеллект прочно пребывает в Атмане

2.61. Управляя всеми чувствами, надо сосредоточить сознание на Мне. Воистину, кто обуздал свои чувства, тот в мудрости стоек.

В первой шлоке Господь говорит, что, поскольку привязанность человека не уничтожена, его чувства остаются бурными.

pramathin означает то, что вызывает сильное волнение, которое чрезвычайно трудно контролировать.

Pramathin означает «неконтролируемое».

Господь говорит, что, поскольку привязанность не была полностью уничтожена, бурные чувства насильно уносят ум даже мудрого человека, стремящегося к совершенству. Мы понимаем: нужно избавиться от сильных желаний. Теперь понятно, что нам нужно учиться. Мы повторяем Божественное имя, медитируем и изучаем писания. Но мы все еще не можем легко контролировать свои чувства. Именно об этом Господь говорит в первой шлоке. Существует много историй о великих мудрецах. Мудрец Вишвамित्रа пребывал в глубокой аскезе, но когда перед ним появились Менака или Рамбха (небесные девы, нимфы), его 20 лет аскезы были разрушены. В Пуранах есть много таких историй. Они существуют именно для того, чтобы показать следующее: сколько бы духовной практики мы ни выполняли, случается, что чувства снова начинают бушевать и бунтовать.

Итак, Господь заявил в 60 шлоке, что сколько бы усилий ни прилагал человек, чувства нелегко поддаются контролю.

В шлоке 61 Господь говорит:

tāni sarvāṇi saṅyamya yukta āsīta matparaḥ;

Господь объясняет, что искатель должен поэтому взять все свои чувства под контроль, полностью успокоить ум, сосредоточиться и сидеть в медитации, будучи полностью преданным и отдавшимся Мне. Интеллект человека, чьи чувства находятся под контролем, становится совершенно устойчивым. Только когда внешние чувства будут обузданы, интеллект и ум станут полностью спокойными и непоколебимыми.

Итак, вся эта тема раскрывается в двух шлоках.

Во-первых, Господь заявляет, что сама природа чувств турбулентная (*pramathin*); они обращены наружу, постоянно устремляются к внешним объектам и чрезвычайно трудно поддаются контролю. Это несложно понять. Это то, что мы все испытываем в повседневной жизни. Вспомните упрямую лошадь. С одной стороны, есть лошадь, поводья которой крепко держатся в руках всадника. Лошадь идет именно туда, куда направляет ее всадник. С другой стороны, есть упрямая лошадь, которая тащит всадника туда, куда *она* хочет; она просто не слушает. Она игнорирует человека, сидящего на ее спине. Наши чувства очень похожи на упрямую лошадь. В течение дня они тащат нас, куда им вздумается, а мы спокойно позволяем себе быть увлеченными.

Итак, почему все так происходит и как можно это изменить? Для этого существует целая система. Сегодня мы поразмышляем об одном из путей. Прежде всего, как сказал Экнатх Махарадж на маратхи:

janma gheṇen lāge vāsanecyā sange । (ekanāthī haripāṭha 3)

Единственная причина, по которой мы обрели это человеческое тело, заключается в том, что в нас все еще остается принцип, называемый *Васана* (врожденное желание или скрытая склонность); семя желания все еще осталось. Если бы не было *Васаны*, мы не обрели бы человеческое тело; мы бы вообще не родились. Итак, *Васана* существует в каждом из нас.

Что означает слово *Васана*? Ранее мы обсуждали систему кармы:

- *Санчит* (накопленная),
- *Прарабдха* (созревшая для нынешней жизни) и
- *Крийяман* (создающаяся в данный момент).

Мы рождаемся, неся в себе *Прарабдху*, которая представляет собой созревшие плоды наших прошлых действий. Но *Прарабдха* лишь определяет те переживания, которые нам суждено испытать. Откуда же берется движущая сила, побуждающая нас проходить через эти переживания? У каждого свой стимул, у каждого своя природа, у каждого свой темперамент, и у каждого своя конституция. Каждый человек получает разные импульсы для совершения того или иного действия, и **этот импульс исходит из *Васан*.**

janma gheṇen lāge vāsanecyā sange ।

И где же находится *Васана* в нашем теле? Философия Веданты объяснила все это. Если вы попросите меня указать, где находится *Васана* на компьютерной томограмме, я не смогу этого сделать. Вначале нужно просто с верой принять учения писаний. Затем, постепенно, мы начинаем осознавать, что то, что говорят писания, является абсолютной правдой. Итак, сначала давайте просто с верой примем, что *Васана* находится в интеллекте (*Буддхи*).

Чрезвычайно важно, чтобы наше представление об *Антахкарана Чатуштии* (четырёхкратном внутреннем инструменте) было абсолютно ясным.

- Ум (*Манас*),
- Интеллект (*Буддхи*),
- Память/Сознание (*Читта*) и
- Эго (*Ахамкара*);

Антахкаран означает внутренний инструмент; слово *карана* означает инструмент или орган чувств, а *антахкарана* относится к внутренним органам чувств. Во мне есть функции, которые невидимы невооруженным глазом, но они существуют внутри меня, потому что я чувствую их

присутствие. Мы часто говорим: «Мне кажется, у него очень плохой ум» или «У нее действительно доброе сердце». Откуда мы знаем, что это хорошо или плохо? Мы чувствуем это по их поведению. Итак, внутри нас есть сущность, называемая *Антахкаран*.

Антахкаран — это, в конечном счете, всего лишь один инструмент. Его название меняется в зависимости от его функции, но это единый внутренний инструмент. Точно так же, как я — один человек, но иногда я выступаю в роли матери, иногда — сестры, иногда — жены, а иногда — дочери, в зависимости от моей роли в данный момент. Точно так же *Антахкаран* — это одно целое, но его название меняется по мере изменения функции. Когда *Антахкаран* занимается обдумыванием вариантов желаний и сомнений (*Санкальпа* и *Викальпа*) — *Санкальпа* означает желание — этот ее аспект называется умом (*Манас*). В уме возникает желание: «Я хочу мороженое». Затем ум обсуждает варианты (*Викальпа*): «Мне съесть манго, ванильное или карамельное? Купить его в *Naturals* или в *Heritage*?» Перед мной появляется так много альтернатив и вариантов. Я хочу съесть мороженое, и у меня есть все эти варианты на выбор.

Пока этот процесс обдумывания происходит внутри меня, это работа ума. Теперь, из всех этих вариантов, наконец принимается твердое решение: «Сегодня я съем мороженое с манго, потому что я не ела его уже год, а я его обожаю». Та часть внутреннего инструмента, которая принимает твердое решение, называется интеллектом (*Буддхи*).

Как только решение принято, начинаются последующие шаги по его выполнению. Вступает в действие способность, которая удерживает это решение, сосредоточиваясь на нем и вызывая связанные с ним мысли — такие как «Давай возьмем деньги, пойдем в магазин, спросим, есть ли у них мороженое с манго, принесем его домой, возьмем чашку и будем есть». Все эти мысли продолжают крутиться, пока мороженое не окажется у меня в руках. Теперь чашка мороженого у меня в руке. На этом этапе работа ума закончилась, работа интеллекта закончилась, и работа *Читты* (сосредоточенности/памяти) закончилась.

Как только ум, интеллект и *Читта* успокаиваются, эго (*Ахамкара*) естественным образом также утихает. В тот самый момент, когда я получаю первый кусочек мороженого, я думаю: «Вау! Это мороженое такое вкусное».

Мы ошибочно полагаем, что само мороженое дарит нам счастье. На самом деле счастье приходит от удовлетворения моего желания съесть мороженое. Вот почему я почувствовал радость. Мой ум, интеллект,

Читта и эго наконец успокоились, и именно эта тишина принесла мне счастье. Мороженое не подарило мне счастье. Это самое первое, что нам нужно понять.

Итак, четыре функции ума: ум, интеллект, *Читта* (память/сознание) и эго. И есть еще тонкий, невидимый элемент, называемый *Васана*, *Васана* обитает в интеллекте (*Буддхи*). Можно назвать это стратегической точкой; *Васана* захватила стратегическое положение. *Васана* пребывает в интеллекте, но почему только в интеллекте? Почему не в уме? Почему не в *Читте*? Если кто-то задаст нам этот вопрос, есть только одна причина: задача интеллекта — принимать решения. Из множества вариантов интеллект принимает одно решение. Природа *Васаны* такова, что для ее реализации — это мои желания, перенесенные из бесчисленных прошлых жизней — в уме должны возникать мысли или побуждения испытать те конкретные удовольствия, которые мне суждено пережить. Моя *Васана* происходит из бесконечных рождений, и у каждого человека *Васана* разная. Давайте еще раз это разберем. Дизайн состоит в том, чтобы решения моего интеллекта диктовала *Васана*. Мой интеллект и чувства должны выходить наружу и улавливать объекты в соответствии с *Васаной*.

Есть много людей, которые любят острую, пикантную еду. Если вы предложите им выбор еды, они скажут: «Я хочу что-нибудь острое». Возьмем двух родных сестер. Одна говорит: «Я хочу что-нибудь соленое», а другая: «Я хочу что-нибудь сладкое». Почему так получается, что, хотя они родные сестры или даже близнецы, одна хочет соленое, а другая — сладкое? Это потому, что у одной *Васана* все еще имеет нереализованные переживания (*Бхога*) от употребления соленой пищи. В *Васане* другой остались нереализованные переживания, связанные с употреблением сладкой пищи. Таким образом, чтобы решения принимались строго в соответствии с *Васаной*, она укореняется прямо в интеллекте. Она заставляет интеллект, делает это обязательным, говоря: «Ты должен принимать решения, благоприятные для моего удовлетворения». *Васана* заставляет интеллект принимать решения, направленные на ее удовлетворение.

Итак, все наши решения продиктованы *Васанами* бесчисленных прошлых жизней. Почему возникают эти внутренние побуждения? У всех нас внутри есть особый вид побуждения, потому что *Васаны* все еще остаются в силе; их счет еще предстоит погасить. Это отпечатки (*Санскары*) бесконечных жизней. Мы никогда не сможем по-настоящему избавиться от *Васан*; *Васана* — это не то, что когда-либо может быть полностью удовлетворено. Это бесконечный цикл — давайте очень четко это поймем.

Независимо от того, как сильно мы стараемся, независимо от того, сколько объектов чувств мы потребляем... Например, если я люблю сладкое, мое желание съесть сладкое может временно удовлетвориться. Но затем созреет и проявится какая-то другая моя *Васана*. Если мы пытаемся удовлетворить наши *Васаны*, потакая объектам чувств, эти *Васаны* никогда не будут искоренены; они никогда не обретут покой.

Сегодня мы посмотрим, можем ли мы искоренить *Васану* или вообще положить ей конец.

Исчерпание Васан возможно; но не через наслаждение объектами чувств. Потакание не приведет к уничтожению Васан. Итак, наша задача здесь — отпустить глубоко укоренившуюся жажду (*раса буддхи*) чувств и научиться их сдерживать. Вот почему так важно досконально понять всю цепочку того, как ум, интеллект и чувства работают вместе. Как только мы это хорошо поймем, появится возможность приложить к этому некоторые усилия — и мы должны приложить усилия. Как говорится, быть сознательным означает работать с открытыми глазами. Поэтому, прилагая усилия, мы не должны делать это вслепую.

Держать глаза открытыми означает, что нужно прилагать осознанные, вдумчивые усилия, зная всю духовную науку (*шастра*). Если мы будем стараться в соответствии со знанием, работа будет выполнена за меньшее время. В противном случае, без понимания, мы просто будем продолжать блуждать вслепую туда-сюда. Итак, нужно осознать, что все действия, которые мы предпринимаем в настоящее время, являются решениями, полностью обусловленными *Васанами*. В состоянии невежества мы ничего не знаем об этой системе. Мы получаем различные импульсы, возникают различные желания, и мы просто действуем в соответствии с ними. Нет внутреннего конфликта, нет внутренней борьбы. Это наш старый образ жизни.

Теперь Господь говорит, чтобы мы стремились прожить всю свою жизнь, принимая новые решения на основе писаний, духовной науки, которую мы изучаем в «Бхагавад-гите». Моя ответственность стереть свои старые впечатления (*Санскары*), приобрести новые и вести жизнь в соответствии с ними.

Чтобы выполнить эту задачу, давайте разберем, как ум, интеллект и чувства взаимодействуют друг с другом. Мы часто в шутку называем это «реконструкцией» интеллекта. Нужно постепенно стирать старые впечатления — все те впечатления, движимые *Васанами*, которые сидят внутри интеллекта и устанавливать на их место новые. Мы единственные, кто может обновить свой собственный интеллект.

Позже в «Бхагавад-гите» Господь говорит:

uddharedātmanā''tmānam — человек должен возвысить себя сам.

Никакой Бог не спустится и не проявится здесь, чтобы сделать это за меня; я должна приложить эти усилия сама. Для этого давайте сначала разберемся, как используется ум. Мы называем эту концепцию «двусторонним движением». На самом деле физического двустороннего движения не существует; это всего лишь аналогия.

Представьте, что есть две станции: одна — Хайдарабад, а другая — Пуна. Когда мы путешествуем между Хайдарабадом и Пуной, посередине находится Солапур. Теперь, независимо от того, едете ли вы из Хайдарабада в Пуну или из Пуны в Хайдарабад, вам придется проехать через Солапур. Станция Солапур неизбежно появится на пути. Наш интеллект устроен точно так же. Семя *Васан* лежит в интеллекте. Наши чувства выполняют действия. Представьте, что интеллект — это одна станция, чувства — другая, а ум находится между ними. Это всего лишь схема, концепция.

Итак, *Васана* обитает в интеллекте. Возьмем пример. У меня есть свободный час в субботу вечером. Время около 9 или 10 вечера. Все остальные ушли. По какой-то причине я осталась дома одна. Все мои дела сделаны. У меня есть час, когда мне не нужно заниматься никакой важной работой.

Как мне провести этот час дома? На мой интеллект преобладающим образом влияет *Раджогуна* (гуна страсти и активности). Моя *Васана* также преобладает в *Раджогуне*. *Раджогуна* любит развлечения. Итак, мой интеллект... смотрите, вот что происходит в состоянии невежества. Все это происходит так одновременно, так быстро, что мы даже не осознаем, какая огромная цепочка событий происходит за кулисами. Итак, что делать с этим одним часом? Мне нужно удовлетворить свое стремление к развлечениям. Чтобы удовлетворить *Васану* к развлечениям, в уме возникает идея (*Санкальпа*). Какая идея? «Посмотреть телевизор». Итак, в уме принимается решение посмотреть телевизор. Затем это ментальное решение передается чувствам. Ум говорит чувствам: «Я хочу посмотреть телевизор». Теперь руки берут пульт, включают телевизор, и появляется 10–12 каналов. Переключая каналы, чувства задаются вопросом, смотреть ли этот сериал или тот. И снова ум занимается предложением решений и сомнениями (*Санкальпа -Викальпа*). Затем они переходят к интеллекту. Интеллект говорит: «Нет, не смотри этот сериал, смотри матч по крикету, потому что мне крикет нравится больше». Так начинается все это колебание. Чтобы реализовать впечатления (*Санскары*), продиктованные *Васанами* интеллекта, в уме возникают соответствующие решения,

которые затем направляются к чувствам. Теперь посмотрите: если есть свободный час, каждый человек проводит его по-своему.

Один может читать книгу, другой может час разговаривать с друзьями по телефону, кто-то может пойти поиграть, а кто-то может смотреть телевизор. Почему разные люди делают разные вещи? Потому что их интеллект и их *Васаны* разные. Их *Васаны* реализуются по-разному. Итак, именно эта последовательность происходит по умолчанию у каждого. Все наши действия управляются и контролируются *Васанами* и интеллектом.

И вот что происходит: если накопленные добрые заслуги (*Сукрита*) сильны, если прошлые поступки были добрыми, наступает день, конкретный момент, когда мы посещаем духовное собрание (*Сатсанг*). Даже по телевизору в наши дни есть много прекрасных духовных бесед, где великие души и просветленные мастера делятся глубокой мудростью.

У чувств есть две функции. Одна функция чувств — совершать действия, а другая функция органов чувств (*джнянандрий*) — воспринимать объекты чувств. Органы действия (*кармандрий*) совершают поступки, в то время как органы восприятия познают внешние объекты и приносят впечатления внутрь. Так что чувства создают непрерывный поток туда и обратно, от интеллекта к чувствам.

Второй аспект заключается в том, что органы восприятия слышат многое, читают многое и думают о многом. Если у меня есть свободное время и я читаю телевизионную программу, формируются различные впечатления (*Санскары*), и эти различные впечатления входят и оседают в моем интеллекте.

Итак,

- одна из задач ума — передавать решения интеллекта органам чувств.
- Вторая задача ума — брать все объекты, уловленные органами чувств — все впечатления от этих новых объектов и помещать их в интеллект, чтобы закрепить их там.

Мы говорим, что изучаем что-то. Но во время изучения, если ум не присутствует, то все, что мы читаем, не фиксируется в мозгу. Мы можем что-то слушать, но если ум не присутствует во время слушания, то все, что мы слышим, поступает в органы чувств, но не проникает и не закрепляется в интеллекте.

Итак, эту роль ума мы называем «двусторонним движением». Ум управляет двусторонним движением. Когда чувства вовлечены в слушание духовных бесед (*Шравана*), чтение новых священных текстов или принятие новых практик, таких как повторение имени Бога, все создает

новые впечатления (*Санскары*). Если наши прошлые хорошие заслуги достаточные, то в один прекрасный день толкование определенной мантры, новый акт слушания, новое впечатление проникает в нас. Затем ум принимает его и закрепляет в интеллекте.

Nistraigunyo bhavarjuna — мы только что усвоили это новое впечатление. Господь сказал: *Nistraigunyo bhavarjuna*, что означает: «О Арджуна! Отвергни все три *гуны* (качества природы) — *Саттвагуну*, *Раджогуну* и *Тамогуну*». Однако вначале мы все же принимаем *Саттвагуну* (качество добра и чистоты). Это тоже часть процесса. Затем появляется еще одно глубокое впечатление, описанное в *Дасбодх*.
Самартх Рамдас Свами написал в *Ови*:

manācyā toḍūna voḍhī | śravaṇī baisāve āvaḍī |
sāvadhapane ghaḍīne ghaḍī | kāḷa sārthaka karāvā || (dāsa. 8. 6. 5)

manācyā toḍūna voḍhī — избавление от старых склонностей ума, от его привычки гнаться за мирскими вещами.

śravaṇī baisāve āvaḍī означает сесть, чтобы слушать (*Шравана*) везде, где есть *Сатсанг* или беседа о «Бхагавад-гите» с **āvaḍī**, то есть с глубоким желанием и любовью. Не потому, что кто-то заставил или затащил вас туда, а потому, что вы с радостью идете, чтобы сесть и слушать; вот что говорит Рамдас Свами.

Последние две строки этого стиха очень важны.

Он говорит **sāvadhapane** — слово **sāvadha** (внимательный/бдительный) Это означает быть начеку.

ghaḍīne ghaḍī означает каждый отдельный момент, каждую секунду.

kāḷa sārthaka karāvā — то есть сделать свое время значимым.

Итак, если внимательно прочитать *Дасбодх*, возникнет новое впечатление: **sāvadhapane ghaḍīne ghaḍī | kāḷa sārthaka karāvā** — проводите каждый момент жизни в этом человеческом теле с крайней бдительностью и вниманием.

Я прочитала новое впечатление, я услышала новое впечатление. Мой ум принял это, и оно проникло и прочно укоренилось в моем интеллекте. Теперь наступает время, когда мой интеллект, который содержит множество старых *Санскар*, постепенно, по мере того как я продолжаю слушать духовные истины — это происходит очень постепенно — по мере того как я слушаю, по мере того как я читаю, медленно новые впечатления приходят и укореняются в интеллекте. Затем в течение очень длительного периода интеллект все еще содержит старые впечатления, в то время как некоторые новые также начинают поступать. И прямо там разгорается

очень интенсивная война между моими собственными старыми впечатлениями и этими новыми.

Раньше, если у меня было свободное время, я с удовольствием включала телевизор и наслаждалась фильмами. У меня не было с этим проблем; мне все нравилось. Теперь, если я сижу перед телевизором в течение часа, телевизор включен, то внутренне я чувствую конфликт — я смотрю телевизор, но правильно ли я использую свое время? Дело в том, что я не полностью отказалась от телевизора, потому что я еще не обрела столько контроля над чувствами. Но есть внутреннее беспокойство, внутренняя борьба, говорящая мне, что этот сериал бессмыслен. Заметьте, я не испытываю вражды к телевизору. На телевидении тоже есть много хороших программ. Есть вещи, которым можно научиться из телевизора. Наша проблема — это время, потраченное впустую на просмотр совершенно бессмысленных, нелепых мыльных опер. С одной стороны, мы говорим о движении к блаженному *Атману*, а с другой — смотрим бессмысленные сериалы; эти две вещи никогда не сойдутся.

Итак, когда мы сидим и смотрим такие программы, это указывает на длительный период, когда действия, движимые *Васаной* (действия, движимые скрытыми желаниями), все еще продолжаются, но внутри меня идет внутренняя борьба: «Нет, я не должна этого делать. Это нехорошо, это не лучшее использование моего времени, я должна заняться чем-то другим». То, чем я должна заниматься вместо этого, также определяется писаниями.

Гондавалеккар Махарадж сказал: *nāma sadā bolāve* (Всегда повторяй Божественное Имя). Что нам делать? Хорошо, если мы не смотрим телевизор, чем же заниматься? У многих людей возникает этот вопрос: «Если мы не смотрим телевизор, как нам провести час?» На это Махарадж отвечает: *нама сада болаве*; у вас есть время, тогда сидите тихо и повторяйте имя Бога, которое вы любите;

Таким образом, борьба между старыми впечатлениями (*санскарами*) и новыми продолжается очень долго, а затем наступает время, когда старые впечатления постепенно ослабевают. Старые впечатления не уничтожаются полностью, но становятся очень слабыми. Теперь, когда у меня появляется свободный час в субботу вечером, «Бхагавад-гита» естественным образом попадает в мои руки, и пение естественным образом начинается внутри меня. Теперь, даже если вы скажете мне или предложите мне пойти посмотреть фильм, я постараюсь как-то уклониться от этого. Если поход в кино абсолютно обязателен, я пойду со всеми, но я

постараюсь изо всех сил как-то этого избежать, если получится и вместо этого посижу с «Бхагавад-Гитой».

Затем, спустя длительный период, происходит следующее: новые впечатления проникают в интеллект, ум формирует решения на основе этих новых впечатлений, и чувства действуют соответственно. Мы должны впитывать новые впечатления; мы должны последовательно развивать интеллект с помощью новых *Самскар*.

Самскара — прекрасное слово, и мы часто думаем, что *Санскары* (хорошие ценности/впечатления) предназначены только для привития детям. Это распространенное мышление. Мы проводим занятия по *санскаре* (занятия по воспитанию ценностей) для детей. Многие родители приходят и говорят: «Мой сын меня вообще не слушает». Почему он не слушает? Ваш сын глухой? «Мой сын абсолютно не слушает меня. Пожалуйста, разберитесь в этом, сделайте что-нибудь, чтобы успокоить его, прививайте ему хорошие *Санскары*, потому что, когда я пытаюсь сказать ему что-то хорошее, он просто не слушает».

Итак, наш Гуру сначала рассказал нам историю — это, возможно, история о Махатме Ганди или каком-то святом, я точно не помню. Мать привела свою маленькую дочь к Ганди. Она сказала: «Эта девочка ест слишком много пальмового сахара в течение дня. Пожалуйста, скажите ей, что есть столько пальмового сахара — это плохо». Махатма Ганди ответил: «Вернитесь через месяц, тогда я ей скажу». Женщина подумала: «Такая простая вещь, зачем ему нужен месяц, чтобы это объяснить?» Через месяц она снова приводит девочку к нему, и тогда Махатма Ганди говорит: «Девочка, есть слишком много пальмового сахара — это очень плохо. Если ты будешь есть его много, это принесет вред, так что, пожалуйста, перестань его есть». Удивительно, но девочка перестает есть пальмовый сахар. Теперь женщина задается вопросом, почему Ганди понадобился целый месяц, чтобы сказать такую мелочь. Она спрашивает его: «Что вы делали в течение месяца? Почему вы сказали ей это только через месяц? Почему вы не сказали это в тот же день?» Ганди отвечает: «В течение последнего месяца я сначала сам должен был перестать есть пальмовый сахар, и только потом я сказал ей. Вот почему ребенок меня послушал». Так что с нами происходит следующее: мы хотим привить хорошие ценности нашим детям, соседям, семье, мужу; я чувствую, что все общество должно быть культурным. Но самое главное здесь то, что я должна сначала взрастить эти ценности в себе. Если я говорю что-то другим, но никто не слушает, это означает только одно: я сама не в полной мере практикую или не следую этим принципам.

Только если я способна практиковать что-то сама, только тогда я получаю право просить кого-то другого слушать меня, потому что до тех пор мои слова не будут иметь никакого влияния на других.

Прежде всего, мне нужно изменить себя, и только потом пытаться изменить других. Наш Гуру всегда говорил нам в самом начале, что, когда мы немного узнаем об этих вещах, возникает сильное желание. «Позвольте мне пойти домой и рассказать моему мужу, моему сыну, моей сестре, моей племяннице; позвольте мне все объяснить всем». Поэтому он приводил пример огромного деревянного полена, огромного, толстого куска дерева. Представьте, что перед вами лежит огромное деревянное бревно, и оно еще и слегка влажное. Когда бревно влажное, требуется много усилий, чтобы его разжечь. Наш Гуру говорил, что, если у меня перед глазами огромное влажное бревно, и я пытаюсь зажечь его с помощью крошечной палочки благовония, ничего не получится. Итак, когда мы выходим, чтобы рассказывать другим, учить других, самое первое, что нужно, — это не просто палочка благовония; у меня должно быть как минимум пылающий факел, прежде чем есть смысл даже попытаться. Палочка благовония не справится с этой задачей.

Итак, все старые впечатления в интеллекте, *Васаны* у каждого человека, у каждого индивидуума разные. Какова моя доминирующая *Васана*, каковы мои склонности, куда ведут меня мои импульсы? Мы должны исследовать все это внутри себя. Мы должны удалить старые *Санскары*, *Васаны* и последовательно, постепенно, делать то, что мы называем «бомбардировкой».

Если мы будем продолжать бомбардировать себя «Бхагавад-Гитой», то постепенно, как сказал Кабир:

dhīre-dhīre re manā, dhīre saba kucha hoya ।

mālī sīmce sau ghaḍāā, ṛtu āye phala hoya ॥ (Saint Kabir)

(Медленно, медленно, о ум, всё происходит в своём собственном темпе. Садовник может поливать растение водой из сотни горшков, но плоды появятся только тогда, когда наступит сезон.)

Итак, если заниматься духовной практикой медленно, последовательно, наступит день, когда старая *Васана* станет чрезвычайно слабой, и чувства начнут действовать в соответствии с новыми впечатлениями. Тогда мы не пойдем туда, куда поведет эта лошадь; скорее, лошадь пойдет туда, куда я хочу, чтобы она пошла.

Наконец, заключительным моментом здесь является то, что Господь говорит в шлоке 61:

tāni sarvāṇi saṅyamya yukta āsīta matparaḥ;

Здесь используется слово **matparaḥ** (преданный Мне);

слово *atmaparaḥ* (преданный Себе) не используется.

У Господа есть две формы:

- одна *Ниргуна* (без формы и качеств), которую мы называем Брахманом или *Атманом*; а
- вторая форма *Сагуна* (имеющая форму и качества), которой являются Господь Рама и Господь Кришна.

Человеческий интеллект не готов сразу достичь принцип *Ниргуна*, потому что интеллект обусловлен *Васанами*; он не становится готовым мгновенно. Итак,

saguṇācenī ādhāre, nirguṇa pāvije nirdhāre | (dāsa. 6.6.55)

Как написал Рамдас Свами: *чтобы достичь принципа Ниргуна, необходимо опираться на Сагуна; это обязательный шаг.*

Мы не сможем достичь Принцип Брахман сразу. На этом пути у нас есть Господь Рама, Господь Кришна или наши любимые божества — кто бы это ни был, выберите себе божество. Поклоняйтесь их идолу, совершайте их *аарты*, занимайтесь их поклонением, воспевайте их имя, читайте об их жизни и характере. Это не значит, что вы просто сидите и воспеваете имя весь день; дело не в этом. Есть очень много историй о Господе Рама. Если мы сидим и читаем *Рамакатху* (историю о Рама), это доставляет удовольствие, и в то же время это чистое впечатление проникает внутрь меня. Так что читайте *Рамакатху*.

Есть *абханг* (посвященное стихотворение): ***bolāvā viṭhṭhala, pahāvā viṭhṭhala.***

Это очень известный *абханг*, который означает: если вы должны говорить, говорите о Витхале; если вы должны смотреть, смотрите на Витхала. Если у меня есть выбор на что смотреть, вместо того чтобы смотреть телевизор, я должна пойти и сесть в храме Господа. Если вы когда-нибудь смотрели на идола Господа, то любой идол *Сагуна* или изображение *Сагуна* невероятно красивы и привлекательны. Образы Господа Кришны и Господа Рамы всегда изображаются как чрезвычайно очаровательные. Они созданы таким образом, чтобы, если мы продолжаем смотреть на них с сосредоточением, этот образ запечатлелся в глазах, и в нас пробуждается привязанность к этому образу.

Это похоже на мякоть манго, запечатанную в герметичной жестяной банке или консервной банке. Пока банка полностью запечатана, мякоть манго останется свежей в течение года или полутора лет. Но если в ней проделать дырку и внутрь попадет воздух, она испортится в течение месяца или двух, или даже недели-двух. Воздух, проникающий через эту дырку, здесь

приравнивается к нашему человеческому телу. Два глаза, две ноздри и два уха — это «отверстия», имеющиеся в человеческом теле. Я контролирую, что проникает через эти отверстия, а что нет. У меня есть свобода выбора: хочу ли я смотреть по телевизору детектив или хочу ли я смотреть историю о Господе Раме. Если детектив проникнет внутрь, там будет только печаль; там никогда не будет счастья. Но если «Ramakatha» войдет в меня через эти отверстия, то постепенно мои старые впечатления ослабнут, и сформируются новые. Давайте опираться на форму *Сагуны*, давайте возвращать любовь к *Сагуне*. Если мы развиваем привязанность к *Сагуне*, то постепенно жажда других мирских удовольствий исчезнет, и мы сможем эволюционировать к состоянию *Стхитапраджньи*; мы сможем достичь этого состояния в этой самой человеческой жизни.

Хари Ом Тат Сат

Лекция 23, шлоки 61-63

Веданта — это наука. Всем понятиям даются сначала определения. Помните, мы говорили о характеристиках Брахмана: вечный, Неразрушаемый. Каждой из характеристик давалось определение: что мы конкретно понимаем под «вечный», «Неразрушаемый». Как и у всякой науки, у Веданты есть свои методы, практика. И самое главное, есть цель. Мой учитель в своих лекциях неустанно говорит о том, зачем мы изучаем Веданту. Очень легко увлечься обсуждением концепций и совершенно забыть для чего они нужны.

Я просто зачитаю его слова из одной его лекции:

Мое истинное Я блаженство. Но я считаю реальными этот мир, думаю, что он всегда существует, реально мое тело и поэтому страдаю из-за всего, что связано с ними и трачу время на ненужные рассуждения.

Когда мы живем в разочарованиях и огорчениях, такое качество жизни не имеет связи с Ведантой и духовностью. Нужно понимать, что наш

прогресс в духовности пропорционален уменьшению депрессий и огорчений. С одной стороны мы изучаем Веданту, с другой у нас всегда грустное лицо. Как это возможно?

Это просто игра вокруг духовности.

Какой должна быть моя жизнь, если я занимаюсь духовностью?

Всегда счастливой, умиротворенной, цветущей, удовлетворенной и полной – это основные важные ожидания.

Если мы живем с грустным лицом, то даже при изучении Веданты, повторении имени, чтении массы книг, когда лицо остается грустным, такой вид духовности не имеет ценности. Как ты можешь быть искателем, если ты несчастный, волнуешься, боишься, раздражен? Как такое возможно?

Держи свой разум счастливым, это источник всех успехов.

Такое он дает нам всем напутствие.

Повторение:

Шлока 59:

Человек может ограничить свои чувства от поиска мирских объектов, но в его уме остается стремление к наслаждению. Однако даже это стремление заканчивается после осознания «Я есть Брахман».

Чувства не только еда, но и музыка, фильмы

Шлока 60

О Арджуна! В то время, как мудрый человек изо всех сил старается сдерживать себя, сильные и губительные чувства насильно направляют ум к объектам.

Пример с Индрой

Шлока 61

Поэтому искатель должен успокоить ум, обуздать органы чувств и стать исключительно Моим преданным. Об искателе, чьи чувства полностью обузданы, говорят, что его интеллект прочно пребывает в Атмане

Важные понятия

Антахкаран

Прарабдха

Васаны

Как изменить характер – Васаны – судьбу

Мы рассмотрели работу Антахкарана при принятии решений

- одна из задач ума — передавать решения интеллекта органам чувств.
- **Вторая задача ума — брать все объекты, уловленные органами чувств — все впечатления от этих новых объектов и помещать их в интеллект, чтобы закрепить их там. Мы говорили, что в результате действия не только получают конкретные результаты, но и появляются новые или стираются старые отпечатки**

Мы говорим, что изучаем что-то. Но во время изучения, если ум не присутствует, то все, что мы читаем, не фиксируется в мозгу. Мы можем что-то слушать, но если ум не присутствует во время слушания, то все, что мы слышим, поступает в органы чувств, но не проникает и не закрепляется в интеллекте.

Шравана!

Разберем Санскары, отпечатки в интеллекте и конфликт старого - нового

Что делает изучение писаний и как возникают новые отпечатки:

Итак, изучение Веданты создает в интеллекте новые отпечатки.

Например, мы читаем Дасбодх

Самартх Рамдас Свами написал в Ови:

manācyā toḍūna voḍhī | śravaṇī baisāve āvaḍī |

sāvadharaṇe ghaḍīne ghaḍī | kāḷa sārthaka karāvā || (dāsa. 8. 6. 5)

«Разорвав привязанности ума, следует с любовью сесть слушать; с внимательностью, мгновение за мгновением,

manācyā toḍūna voḍhī — избавление от старых склонностей ума, от его привычки гнаться за мирскими вещами.

śravaṇī baisāve āvaḍī означает сесть, чтобы слушать (*Шравана*) везде, где есть *Сатсанг* или беседа о «Бхагавад-гите» с **āvaḍī**, то есть с глубоким желанием и любовью.

нужно делать время осмысленным (плодотворным).»

Если внимательно прочитать *Дасбодх*, возникнет новое впечатление: — проводите каждый момент жизни в этом человеческом теле с крайней бдительностью и вниманием.

Теперь наступает время, когда мой интеллект, который содержит множество старых *Самскар*, постепенно, по мере того как я продолжаю

слушать духовные истины — это происходит очень постепенно — по мере того как я слушаю, по мере того как я читаю, медленно новые впечатления приходят и укореняются в интеллекте. Затем в течение очень длительного периода интеллект все еще содержит старые впечатления, в то время как некоторые новые также начинают поступать. И прямо там разгорается очень интенсивная война между моими собственными старыми впечатлениями и этими новыми.

Возникает внутренний конфликт!

С одной стороны, мы говорим о движении к блаженному *Атману*, а с другой — смотрим бессмысленные сериалы; эти две вещи никогда не сойдутся.

Когда мы сидим и смотрим развлекательные программы, это указывает на период, когда действия, движимые *Васаной* (действия, движимые скрытыми желаниями), все еще продолжают, но внутри меня идет внутренняя борьба: «Нет, я не должна этого делать. Это нехорошо, это не лучшее использование моего времени, я должна заняться чем-то другим». То, чем я должна заниматься вместо этого, определяется писаниями.

Таким образом, борьба между старыми впечатлениями (*Самсарами*) и новыми продолжается очень долго, а затем наступает время, когда старые впечатления постепенно ослабевают. Старые впечатления не уничтожаются полностью, но становятся очень слабыми. Теперь, когда у меня появляется свободный час в субботу вечером, «Бхагавад-гита» естественным образом попадает в мои руки, и повторение имени Бога естественным образом начинается внутри меня. Теперь, даже если вы предложите мне пойти посмотреть фильм, я постараюсь как-то уклониться. Если поход в кино абсолютно обязателен, я пойду со всеми, но я постараюсь изо всех сил как-то этого избежать, если получится и вместо этого посижу с «Бхагавад-Гитой».

Затем, спустя длительный период, происходит следующее: новые впечатления проникают в интеллект, ум формирует решения на основе этих новых впечатлений, и чувства действуют соответственно. Мы должны впитывать новые впечатления; мы должны последовательно развивать интеллект с помощью новых *Самскар*.

Итак, все старые впечатления в интеллекте, *Васаны* у каждого человека разные. Какова моя доминирующая *Васана*, каковы мои склонности, куда ведут меня мои импульсы? Мы должны исследовать все это внутри себя.

Мы должны удалить старые *Самскар*ы, *Васаны* и последовательно, постепенно, делать то, что мы называем «бомбардировкой». Если продолжать бомбардировать себя «Бхагавад-Гитой», то постепенно, как сказал Кабир:

dhīre-dhīre re manā, dhīre saba kucha hoya ।

mālī sīmce sau ghaḍāā, ṛtu āye phala hoya ॥ (Saint Kabir)

(Медленно, медленно, о ум, всё происходит в своём собственном темпе. Садовник может поливать растение водой из сотни горшков, но плоды появятся только тогда, когда наступит сезон.)

Итак, если заниматься духовной практикой медленно, последовательно, наступит день, когда старая *Васана* станет чрезвычайно слабой, и чувства начнут действовать в соответствии с новыми впечатлениями. Тогда мы не пойдем туда, куда поведет эта лошадь; скорее, лошадь пойдет туда, куда я хочу, чтобы она пошла.

Мы закончили разбирать пункт 1. Кропотливая долгая работа!

Шлока далее:

1. Поэтому искатель должен успокоить ум, обуздать органы чувств
2. и стать исключительно Моим преданным.
3. Об искателе, чьи чувства полностью обузданы, говорят, что его интеллект прочно пребывает в Атмане

Мы разберем заключительный момент в шлоке 61:

Поэтому искатель должен успокоить ум, обуздать органы чувств и стать исключительно Моим преданным. Об искателе, чьи чувства полностью обузданы, говорят, что его интеллект прочно пребывает в Атмане

Мало того, что нас просят контролировать поступки и мысли, но и эмоции тоже нужно направить в одно русло.

Эмоции мощная сила! Начало Бхакти Йоги.

Бхакти Йога – я начну получать удовольствие от чтения историй о Кришне или о жизни святых, полюблю смотреть на небо, размышлять о Боге. Когда начнешь получать удовольствие от духовности, автоматически произойдет отрыв от мирских удовольствий. Т.е. весь процесс идет постепенно и нужно время.

Кришна говорит здесь «будь моим преданным, полностью предайся мне, ищи прибежище во мне». Все святые повторяют тоже самое.

«Будь Моим преданным!», от этого твое участие, желания, возникающие от внешнего мира, будут автоматически уменьшаться. Чем больше появляется интереса внутри, тем меньше становится его во внешнем мире.

Что же такое Бог? Где Он?

У Господа есть две формы:

- одна *Ниргуна* (без формы и качеств), которую мы называем Брахманом или *Атманом*; а
- вторая форма *Сагуна* (имеющая форму и качества), которой являются Господь Рама и Господь Кришна.

Человеческий интеллект не готов сразу достичь принцип *Ниргуна*, потому что интеллект обусловлен *Васанами*; он не становится готовым мгновенно. Итак, как написал Рамдас Свами:

saguṇācenī ādhāre, nirguṇa pāvije nirdhāre । (dāsa. 6.6.55)

чтобы достичь принципа Ниргуна, необходимо опираться на Сагуна; это обязательный шаг.

Какого Бога нужно любить и какому поклоняться?

«Гуна» означает «качество».

- Сагуна – имеющий качества
- Ниргуна – не имеющий качеств

Брахман не имеет ни формы, ни качеств. Очень трудно, практически невозможно любить такого Бога, невозможно думать о Нем, там не за что зацепиться уму. Брахман можно в некотором приближении сравнить с пустым пространством. Как любить пространство и как можно думать о нем? Поэтому любовь всегда направлена к Сагуна Богу, мысли все о Нем, но при этом должно быть осознание, что это все равно в конечном итоге Брахман.

Я смотрю на фотографию внучки и чувствую нежность и любовь, но любовь не к куску бумаги, а к той девочке, которая за этой бумагой. Фотографии могут быть разные, разный возраст, разная одежда, но я всегда знаю, что все только одна и та же моя внучка. Когда Тукарам Махарадж говорит о своей любви к Виттхала, понятно, что все его чувства не к куску черного камня. У каждого конкретного Бога есть истории, жизнеописание. Все это позволяет думать о Нем, удерживать ум.

Др. Кака говорит, что если пытаться насильно втиснуть в себя эту мысль, просто лишь бы так сделать, то ничего не получится, нет смысла делать что-то, лишь бы только сделать, насилуя себя. Предаваться Богу нужно искренне, всем сердцем.

Нужно научиться размышлять. Например, я ем что-то и мне очень вкусно. Не нужно отказываться насильно от вкусной еды, а нужно задуматься, откуда идет мое удовольствие? от вкусного? Получаю ли я действительно

чувство счастья от шоколадки? Или оно внутри меня? У меня было желание, оно исполнилось и вот теперь чувство счастья от успокоения всего Антахкарана. Так постепенно должно происходить развитие во мне. Не впихивать, втискивать себя в новые привычки, а постепенно направлять себя туда.

О Богах:

Ниргуна - не имеющий качеств
Ниракара – не имеющий формы

Брахман – Ниргуна, Ниракара
Ишвара - Сагуна, Ниракара
Аватар – Сагуна, Сакара
Идол – Сагуна, Сакара

Брахман – не имеет формы и не имеет качеств.
Ишвара = Брахман + Майя.

Брахман не может ничего создать, т.к. по определению Он не движется, Он бесконечный, неизменный, т.д. Поэтому для создания мира Ему нужна некоторая «сила», которая бы создала мир. Эта сила называется Майя. Понятно, что сила не может существовать независимо, сама по себе. Майя существует на основе Брахмана. Силой Своей Майи Ишвара создает мир. Из чего Он создал мир? У Него не было другого материала, кроме как Он Сам. Поэтому мир – форма Ишвары, Его проявление.

Вера в существование Ишвары развивается двумя путями:

- При помощи логики: если есть мир, то должен быть кто-то, кто им правит. Ничего не бывает само по себе.
- Об этом говорят Писания. Мы учимся по ним, поэтому должна быть вера в то, что то, что там написано, правда.

Хотя мир есть форма Ишвары, но реально какая форма у мира? Поэтому говорится, что Ишвара не имеет формы, но у Него есть качества: всесильный, всезнающий. Поэтому Ишвара Сагуна и Ниракара.

Мир требует создание, поддержание и разрушение. Соответственно эти функции разделили, каждой функции присвоили имя и назвали Богом:

- Брахма – Создатель
- Вишну – тот, кто поддерживает
- Шива – разрушает

Все эти Боги имеют формы, качества, о них есть истории, даже жены и дети, поэтому они являются Сагуна и Сакар. У всех богов есть жены и все они неотъемлемая часть этих богов. Жена, часть бога, символизирует силу божества и его энергию. **Невозможно отделить силу и энергию от самой личности, но они не одно и то же.**

Бог Вишну имеет аватаров, которые приходят на землю с конкретными целями. Рама и Кришна такие Аватары. Про них есть конкретные истории, когда они родились, что делали и как жили, когда и как умерли.

Аватары живут на земле, когда они приходят, другие Боги – Брахма, Вишну, Шива живут в раю, еще где-то в других мирах. Можно верить, можно нет. Др. Кака говорит, относись к этому, как к легенде. Но почему не верить в Аватара? В некотором смысле, каждая «воплощенная душа» может считаться Аватаром, разница только в том, что мы родимся по воле Ишвары, а Аватар Сам выбирает место, время, что и как.

Рама и Кришна тоже Сагуна и Сакар.

Есть еще божества или полубоги. Некоторая энергия + имя = божество.

Энергия ветра – Бог ветра Вайю.

Бог огня – Агни.

Ганеш – слоник – сын Бога Шивы.

Когда Веданта говорит: «ты есть Бог», что она имеет в виду? Как я могу быть Богом, когда у меня столько проблем, даже насморк находит, когда хочет, нет у меня ни власти, ни силы.

История про Шанкару и неприкасаемого.

Какого Бога любить?

- Как у меня есть разные роли: бабушка, жена, кухарка, инженер, но я одна, так и Бог Един, но разные имена.
- Все равно чему поклоняться, можно и камню, но знать, что за ним – Виттхала - Брахман.
- Любовь ко всем – Бхакти. Моя собака – она Его собака, я через нее служу Ему, мои внуки – Его поручение, я через них служу Ему. Моя работа – Его поручение, благодаря Ему она у меня есть.

Так нужно понимать и размышлять над словами «[надо сосредоточить сознание на Мне](#)»

Шлоки 62-63:

[dhyāyatō viṣayānpuṁsaḥ saṅgastēṣūpajāyatē ।](#)

saṅgāt saṅjāyatē kāmaḥ kāmātkrōdhō.bhijāyatē || (B.G. 2.62)
krōdhādbhavati saṁmōhaḥ saṁmōhātsmṛtīvibhramaḥ |
smṛtibhraṁśād buddhināśō buddhināśātpraṇaśyati || (B.G. 2.63)

Когда ум постоянно пребывает на объектах удовольствия, он привязывается к ним. Привязанность приводит к влечению. Когда желание не удовлетворяется, возникает гнев. Из-за гнева интеллект не в состоянии отличить реальное от нереального. В результате искатель забывает о самой цели духовных поисков - быть равным во всех обстоятельствах и достичь Самореализации. Таким образом, когда интеллект теряет свою целенаправленную сосредоточенность, искатель полностью погибает с духовной точки зрения.

2.62. У человека, помышляющего об объектах чувств, возникает привязанность к ним; от привязанности возникает желание, от желания возникает гнев.

2.63. От гнева возникает заблуждение, от заблуждения – утрата памяти, из-за утраты памяти происходит разрушение разума, из-за разрушения разума человек погибает.

Комментарий Др. Каки к шлокам 62-63

Здесь наглядно показано поражение человеческого ума. В этих шлоках говорится, что самая причина падения человеческого ума заключается в его постоянном сосредоточении на объектах. Человек сосредоточен на объектах из-за заблуждения, что объекты приносят счастье. Он ищет счастье во внешних объектах, поскольку забыл о духовной Реальности, что Чистое Блаженство является его природой. Для человека, который твердо убежден, что «я есть тело», а не «я есть Атман», главная цель человеческой жизни – Мокша – полностью отходит на второй план. Мирская жизнь такого человека может быть обеспеченной или бедной. Но, пойманный в водоворот мирских удовольствий и последующей двойственности удовольствий и страданий, он игнорирует цель Мокши. Святой Тукарам говорит: «Рождение происходит из-за множества неисполненных желаний, Васан, из прошлых рождений». Согласно этому правилу, Васаны привязываются к человеку с самого его рождения. Они обитают в интеллекте и заставляют его принимать решения, необходимые для исполнения Васан. Большинство обычных людей экстраверты по той же причине. Человек, который является экстравертом, т. е. не верен своему истинному Я, не может ни покорить свой ум, ни удержать интеллект в Атмане, ни даже думать о Боге. Другими словами, он никогда не сможет быть человеком с устойчивой мудростью. Святой Рамдас говорит: «Те, кто верен своему истинному Я, превосходят мирскую жизнь, в то время как те, кто ищет внешние объекты удовольствия, погружаются в мирскую жизнь». В то время как

искатель очень старается обратить ум внутрь и сосредоточиться на своем Я, его ум, подвластный Васанам, увлекается внешними мирскими объектами. Несмотря на попытки сдержать ум с помощью яма-нияма и т. д., он ускользает от всех запретов и устремляется к объектам.

Эти две шлоки всегда рассматриваются вместе. Давайте сначала рассмотрим их значение.

Господь говорит, что те, кто сосредоточивается на объектах чувств — ***dhyāyatō viṣayān puṁsaḥ*** (где *puṁsaḥ* означает человека, а также человека, который медитирует на объекты чувств или постоянно о них думает), — развивают привязанность к ним.

Saṅgah tēṣu upajāyatē — то есть, они привязываются к этим объектам. Результатом этой привязанности является рождение желания к ним.

Saṅgāt saṅjāyatē kāmaḥ — когда это желание остается неудовлетворенным, оно порождает гнев. Как только возникает гнев, он приводит к глубокому заблуждению; человек становится полностью увлеченным или сбитым с толку, и его овладевает состояние глупости. Это заблуждение затем создает путаницу в памяти.

Господь далее объясняет, что потеря памяти разрушает интеллект человека, и как только интеллект разрушен — ***prañāśyati*** — человек полностью гибнет. Таким образом, человек падает со своего высшего состояния; это ведет к его падению.

Давайте посмотрим, чем отличаются шлоки 60-61 от 62-63. Они кажутся похожими, но это не так.

Шлоки 60-61:

О Арджуна! В то время, как мудрый человек изо всех сил старается сдерживать себя, сильные и губительные чувства насильно направляют ум к объектам.

Поэтому искатель должен успокоить ум, обуздать органы чувств

Шлоки 62-63

Когда ум постоянно пребывает на объектах удовольствия, он привязывается к ним. Привязанность приводит к влечению.

Первые 2 шлоки говорят о привязанности чувств к объектам. Васаны определяют выбор объектов. Например: я люблю красный цвет. Нет здесь логики и это не решение интеллекта. Также точно я люблю горы, люблю море, люблю сладкое, не люблю острое и соленое. Мы подробно

рассмотрели совместную игру Васан, интеллекта, органов чувств и ума, а также то, как можно контролировать чувства и изменять Васаны.

А в шлоках 62-63 речь о привязанности ума к объектам. Мы вдруг начинаем думать о какой-то вещи, и она становится очень важной и нужной. Каждый знает, как это бывает.

Итак, все начинается с сосредоточения на объектах чувств, созерцания их, и заканчивается полной гибелью человека. Под «концом» имеется в виду не физическая смерть, а гибель человеческой сущности. Шлоки можно назвать «цепочкой падения» или просто горкой. Это как детская горка: дети садятся на вершине горки, нет промежуточного выхода, где они могли бы просто сойти — им приходится скатываться вниз до самой земли. Вот такая у нас горка, горка человеческого падения. Именно здесь все начинается. Такое постоянно происходит с нами.

Рассказ Мукты: Мой сын был маленьким, лет пяти или шести, когда мы начали вместе читать главы «Гиты». В самом начале он просто повторял за мной. Когда он стал немного старше, лет десяти, он останавливал меня на полуслове и спрашивал: «Мама, что это значит? Что означает это слово? Каково значение этой шлоки?» Я помню, когда мы дошли до этой конкретно шлоки, он спросил о ее значении, и я объяснила ему очень простыми словами. В результате он запомнил одну эту строку.

Дома часто бывало так, что мой сын не слушал меня или не выполнял мои указания. В его комнате царил полный беспорядок. Поэтому мы ругались, злились на него. И мой сын сразу же цитировал нам: «Мама, *krōdhādbhavati saṁmōhaḥ saṁmōhātsmṛtīvibhramah*». Даже сегодня в нашем доме, как только мы повышаем голос друг на друга или на него, он говорит нам: «Мама, успокойся, сделай несколько глубоких вдохов, иначе ты погибнешь».

Конечно, он всего лишь ребенок, так что все это нормально. Но когда мы изучаем «Бхагавад-гиту», часто бывает, что, когда кто-то другой злится, эта шлока мгновенно всплывает в голове. Когда другой человек без причины набрасывается на членов семьи, например, муж злится на жену, жена на мужа или дети злятся на родителей — мы сразу вспоминаем шлоку и думаем: «Посмотри на них, посмотри, как они злятся». И без всякой причины! Люди просто кричат. Но правда в том, что вспоминать шлоку, когда *другие* злятся, практически бесполезно. Мне нужно вспоминать ее, когда *Я* злюсь, когда я чувствую гнев, настоящий гнев.

Есть два типа гнева. Иногда мы просто притворяемся, что злимся. Иногда приходится строго отругать кого-то. Но бывают и другие моменты, когда мы действительно теряем самообладание. Итак, когда я злюсь, мне следует вспомнить шлоку, что мое падение началось. Мне нужно осознать, что шлока предназначена для меня.

Итак, в самом начале Господь говорит:

dhyāyatō viṣayānpuṁsah — опять слово Вишая – мы о нем говорили, это объект чувств, начинается созерцание объектов чувств. В мире существует два вида созерцания:

- созерцание Бога,
- созерцание мирских вещей.

Те, кто созерцают Бога, созерцают Атман — на языке преданности мы называем Его Богом; на языке знания мы называем Атманом или Высшим Принципом (*Atma-tattva*).

Когда мы созерцаем Бога или Атман, это совсем другое дело. Но мы редко так делаем, потому что в основном мы поглощены размышлениями о мире. А размышления о мире включают в себя сосредоточение на всевозможных мирских объектах.

Интерпретируя шлоку, крайне важно понять две вещи.

В контексте созерцания смысл шлоки отличается для аскетов (Санньяси), и для нас, домохозяев, таких как мы, нам нужно подходить к сказанному в шлоке по-другому.

Поскольку мы живем в материальном мире и ведем мирскую жизнь, созерцание мирских дел и объектов до определенной степени необходимо для нас. Мы не собираемся просто бросить всё и уехать в Гималаи. Так что размышления об объектах неизбежны. Однако при этом мы всегда должны помнить о двух факторах:

- необходимом созерцании и
- ненужном созерцании.

Самое прекрасное в «Гите» и писаниях то, что они меняют нашу перспективу. До их изучения мы даже не осознаем, сколько времени тратим на ненужные мысли. Мы даже не способны правильно различать, что необходимо, а что нет. Поэтому самый первый шаг — развить ясность видения: когда я думаю, действительно ли эта мысль необходима или она не нужна?

Практически у всех нас есть проблема – умственная болтовня. Ум цепляется за что-то, за какую-то вещь, человека, событие и начинает крутить вокруг этого мысли и еще и комментировать вслух, высказывать свое мнение, которое никому не интересно. Например: программа

новостей. Ничего из сказанного не находится под моим контролем, очень часто не касается никак меня лично, но мы начинаем размышлять об услышанном, комментировать. Одно дело быть в курсе событий, другое — размышлять о них.

Всё это — ненужные размышления. Они бесполезны, бессмысленны и не приносят пользы ни мне, ни тому, кто меня слушает.

Вред от них в том, что уходит тишина внутри. Болтовня может быть любой, но ее отсутствие — всегда тишина.

Как можно контролировать это?

- Прежде всего, нужно глубоко понять и убедить себя в том, что всё это совершенно ненужно и является пустой тратой времени.
- Мы должны быть полностью убеждены в этом, ведь такая перемена не произойдёт в одночасье.

Раньше мы просто говорили такие вещи, выпаливали их и кормили эти мысли, не осознавая, что они не нужны, неправильны и не следует так поступать. Теперь, по крайней мере, даже если я сначала не смогу их контролировать, у меня появится осознание: «Я только что так много болтала, но это было совершенно бессмысленно». По крайней мере, я начинаю это понимать. Контроль — это то, что происходит постепенно; для этого есть много других методов, которые мы рассмотрим позже. Но прежде всего мы должны понять и быть полностью убеждены, что все эти мысли ненужные. Почему вообще начинается такое размышление?

Одна из причин заключается в том, что мы постоянно размышляем о вещах, которые потребляли в прошлом, или о вещах, которые мы сами не потребляли, но видели, как ими наслаждаются другие. Или это происходит, когда мы приобщаемся к чему-то новому. Просто подумайте: несколько лет назад ни у кого из нас не было WhatsApp, и наша жизнь шла прекрасно. В жизни не было никакой серьезной пустоты или значительной проблемы. А теперь представьте, что сегодня на один день отключился бы Интернет или WhatsApp — что бы с нами произошло? Это потому, что мы начали потреблять новый объект; мы начали новый вид размышлений. Таким образом, все мирские объекты, независимо от того, наслаждались ли мы ими в прошлом или только сегодня начали их использовать, в конечном итоге создают для нас рабство.

Мы размышляли над понятием:

Vishunvati iti vishayah — это невидимые узы, которые сковывают. Мы даже не осознаем, что мы связаны; мы совершенно не подозреваем о своем плене. Это невидимые оковы, и объекты чувств заставляют нас становиться зависимыми от них. Я читала некоторые данные о WhatsApp. Около шести месяцев назад я прочитала, что средний человек проверяет

WhatsApp на своем мобильном телефоне раз в 6 минут. Раз в 6 минут означает — они предоставили полную статистику — что за 60 минут, или за один час, они проверяют WhatsApp 10 раз. Это означает, что если предположить, что они спят 10 часов и бодрствуют 14 часов, то за эти 14 часов они проверяют WhatsApp 140 раз. Каждый раз, когда мы проверяем WhatsApp, мы легко теряем 5 минут. Но даже если я проверяю WhatsApp 140 раз и трачу всего 1 минуту каждый раз — если я вкладываю это время именно туда — 140 минут моего дня, то есть два часа и 20 минут, уходят просто на то, чтобы смотреть в телефон. Это среднестатистический человек, а я видела много людей, которые просто бродят с мобильными телефонами в руках. Будь то прогулка по улице, поездка в лифте или даже посещение туалета; если вы посмотрите в общественных местах, люди заходят туда, не вынимая его из рук.

Потребление объектов чувств делает нас зависимыми от них, и мы даже не осознаем, что стали зависимыми, пока наше время тратится и растрачивается на них. Мы просто этого не понимаем.

Еще один момент, который стоит учесть: объекты связывают нас, или мы сами привязываемся к ним? Мы привязываемся к WhatsApp. Такой объект, как WhatsApp или мобильный телефон, не говорит мне: «Возьми меня и смотри на меня 50 раз в день»; мобильный телефон мне этого не говорит. Я сама беру телефон, потому что у меня к нему зависимость. В этом заключается специфика объектов чувств. Наши дети растут. Сын или дочь не говорят: «Мама, звони мне 10 раз в день или готовь мне еду», они абсолютно этого не говорят. Им не нужно, чтобы вы кружились вокруг них или расспрашивали их 10 раз; им это даже не нравится. Это только мы и наша материнская любовь; просмотр телесериалов заставляет нас чувствовать, что мы должны проявлять материнскую любовь.

Материнская любовь, безусловно, должна быть, потому что это естественно. Мы люди. Так что естественный источник любви, привязанности и материнской заботы всегда существует внутри нас. Но мы не осознаем, когда любовь превращается в привязанность. Мы просто не обращаем на это внимания. Поэтому все объекты чувств делают нас зависимыми от них. Здесь стоит понять одну вещь: само существование объектов чувств — тот факт, что вокруг меня будут мороженое, будет много сладостей — их существование не причиняет страданий; их простое присутствие не причиняет боли. В мою жизнь приходит много переживаний и объектов наслаждения благодаря судьбе (Прарабдхе).

Поэтому в их существовании нет страдания. Даже в самом акте потребления — если кто-то каждый день ставит передо мной пять деликатесов — нет страдания в том, чтобы съесть это. Сегодня эта еда в

моей судьбе, хорошая еда, и нет страдания в том, чтобы ее съесть. Нет страдания и в ее существовании. Самая большая мука в том, что, пока мы ее потребляем, или в остальное время, когда мы ее *не* потребляем, мы продолжаем думать об этом. «Должно быть так, не должно быть так, а что, если бы было так? А что, если бы не было так?» Все это постоянное размышление болезненно; все такие раздумья приносят страдание. Падение человека, начало его спуска вниз, первопричина лежит в этом размышлении. Я где-то слышала, что человек, понимающий это, осознает: **нет боли в наслаждении объектами чувств, нет боли в акте их потребления, но боль заключается в размышлении о наслаждении объектами чувств, потому что именно там начинается спуск вниз.**

Далее Господь говорит: *saṅgastēṣūpajāyatē* — мы развиваем интерес или привязанность к тому, о чём мы размышляем.

Те, кто занимается рекламой, знают наши особенности.

Рассмотрим такой пример: читаю в газете рекламу – дешевые туры в Италию. Смотрю детали поездки – появляется желание – сначала его еще можно контролировать, у нас есть свобода воли!

Желание перестает быть абстрактным – начинаю размышлять конкретно – говорю о планах мужу – он против – гнев, ссора, обидные слова.

Всякий раз, когда мы говорим здесь о привязанности или *санге* (ассоциации), речь идет об умственной ассоциации и физической ассоциации. Умственная означает то, что происходит в уме. Итак, уровень, на котором рождается этот интерес, в основном умственный; мы просто продолжаем думать об этом. Этот умственный интерес означает, что мы находимся в привязанности. До тех пор, пока мы находимся в человеческом теле, пока мы являемся воплощенными существами, связь между всеми объектами чувств и нашими чувствами нерушима.

Философская система гласит, что форма — это объект/вишая моих глаз, моего зрения. В тот момент, когда я открываю глаза, видение той или иной формы становится моим рабством; невозможно, чтобы мои глаза были открыты и не видели формы. Таким образом, наши чувства постоянно потребляют объекты двадцать четыре часа в сутки. Мы слышим звуки и слова.

Когда этот процесс только начинается, вокруг много предметов, к которым мы испытываем интерес или привязанность, но они существуют внутри нас как абстрактные, скрытые желания. Находясь на этой ступени лестницы, на этой стадии «спуска вниз», желание носит абстрактный характер, но спуск вниз уже начался.

Затем Господь говорит далее:

saṅgāt sañjāyatē kāmāḥ — началось созерцание объектов. Рождается интерес, формируется привязанность, а вслед за привязанностью рождается уже конкретное желание.

Чем больше созерцание, чем глубже привязанность, чем сильнее ассоциация, чем выше интерес и чем ближе близость, тем сильнее становится жажда. Когда жажда достигает пика, абстрактное желание постепенно превращается в конкретное. «Теперь я хочу это, я хочу увидеть это, я хочу услышать это, я хочу съесть это, я хочу подарить это, я хочу испытать это». Это конкретное желание.

Мы часто думаем, что желание означает только стремление *приобрести* что-то. Но есть также много вещей, которые я *не* хочу. Это тоже форма желания, и оно тоже начинается с созерцания объектов. Например, я приглашаю гостей на день рождения. Но вот одного человека мне и не пригласить нельзя, и видеть я его не хочу. Начинаю об этом размышлять, результат: подходит день рождения, он приходит и настроение испорчено.

Есть желание и гнев — об этих двух всем известно. Когда в уме возникает желание, любое желание, и оно удовлетворяется, это порождает в человеке жадность. А когда оно не удовлетворяется, это порождает гнев.

В уме рождается желание, и я однажды ему потакаю.

Власть, богатство, успех, слава и престиж — если хотя бы одно из этих желаний остаётся неудовлетворённым, пусть даже в незначительной степени, это порождает гнев.

Наш Гуру поделился прекрасным наблюдением: для обычных людей гневаться нормально. Мы видим это в фильмах и тому подобном, где показано, что для двух людей совершенно нормально ссориться и кричать друг на друга; для них это совершенно нормально. Но если, с одной стороны, мы изучаем «Гиту», а с другой — говорим: «Я злюсь», это полное противоречие. В тот самый момент, когда я злюсь, как духовный искатель я терплю полное поражение. Я проиграла. Я победила саму себя, просто потому что разозлилась. Это не значит, что нужно подвергать себя суду и постоянно проклинать себя. Просто посмотрите, сколько времени мы теряем таким образом: сначала возникает желание, потом оно не исполняется, потом приходит гнев, а после того, как мы разозлились, мы осознаем это и продолжаем ругать себя, спрашивая: «Почему я разозлилась?» Это только приносит еще больше гнева. Просто держите это осознание активным в уме: гнев пришел, ладно. Я осознала его, гнев пришел, это нехорошо, и я отпускаю его прямо здесь. Когда приходит

гнев, происходит мое собственное поражение как искателя. Мой гнев и мой покой — эти две вещи не могут сосуществовать. И позже в этой же главе появляется:

ashantasya kutah sukham — как может быть счастье у человека, лишенного покоя?

Все изучение проводится исключительно ради счастья. Итак, пока я злюсь, у меня нет покоя; поскольку у меня нет покоя, у меня нет счастья; и поскольку я не счастлива, я злюсь.

В 63-й шлоке Господь говорит, что интеллект становится полностью ослеплённым,

krōdhādbhavati sañmōhaḥ — когда человек злится, его интеллект впадает в заблуждение, он становится одурманенным. Посмотрите внимательно на любого, кто злится; он понятия не имеет, что говорит. Если мы внимательно понаблюдаем за кем-то, кто яростно злится, то увидим, что он просто не знает, что из себя выдает. Подобно тому, как наркотики оказывают опьяняющее воздействие, гнев имеет свое собственное опьянение. Они теряют способность различать, что уместно, а что неуместно, что истинно, а что ложно, что реально, а что нереально; они просто не могут отличить одно от другого. Затем они делают то, чего не должны делать; они говорят то, чего не должны говорить, и пренебрегают тем, что на самом деле должны делать.

Когда интеллект ослеплен, одурманен он теряет чувство добра и зла, Господь говорит далее, что наступает *smṛtibhraṇśa* (потеря памяти).

Smṛtibhraṇśa означает, что человеческая память искажается или запутывается. Когда мы говорим «память», какую имеем в виду память? Самая важная память, которая искажается, — это память о своем Я (*атма-смрити*). Мы думаем с точки зрения духовного искателя: кто я? Какова моя истинная природа?

Учения, которые Господь Шри Кришна изложил для нас здесь, элемент, называемый душой (*Атман*), Принцип *Со'хам* (Я есть То), истина *Со'хам* — это моя истинная природа. Но все эти вещи полностью исчезают из памяти, мыслей и интеллекта. Слова священных писаний, все благородные мысли, то, что следует делать, что не следует делать, то доброе начинание, которое я начала — я теряю память обо всех этих хороших вещах. Я теряю память о том, кем я действительно являюсь. Внимательно посмотрите на любого разгневанного человека. Его интеллект одурманен, его интеллект испорчен.

Наконец, Господь говорит *buddhināśa* — интеллект полностью разрушен. И это самое нижнее звено того нисходящего скольжения: разрушение

интеллекта, утрата человеческого различия (*viveka*). Это означает утрату той врожденной способности выбирать. Когда передо мной стоят два варианта, это способность выбрать правильный и отвергнуть тот, который неверный.

Бог дал эту особую способность только людям. Что касается животных, мы видели, что у них есть определенные базовые влечения — то, что мы называем едой, сном, страхом и спариванием. Эти четыре вещи общие как для людей, так и для животных. Помимо этих четырех базовых влечений, люди получили дополнительную способность, и это *Вивека* (различение или интеллект). Еда, сон, страх и спаривание присутствуют, но что из них хорошо, а что плохо; что следует есть, а что нет — Бог дал людям способность различать, способность выбирать. Когда гнев берет верх, интеллект полностью разрушается. Память уходит, и теряется понимание того, что правильно, а что неправильно. Все забывается, и тогда наступает полное разрушение — *buddhināśātprapaśyati* — потому что как только мой интеллект перестает работать, это означает конец моей человечности. Физическое тело может все еще существовать, я могу все еще заниматься своей работой, но человеческая сущность внутри меня полностью уничтожена.

Джнянешвар Махарадж написал комментарий к «Бхагавад-гите». Он привел иллюстрацию, аналогию для этого. Он говорит:

**mhaṇoṇi āike arjunā ṁ jaisā visphullimṁga lāge imḁhanā ṁ
maga prauḁha jāliyā tribhuvanā ṁ puro śake ṁ (jñāne . 329)**

Смысл этого в том, что есть крошечная искорка, маленькая искра. Представьте себе огромный резервуар, наполненный бензином или какой-то другой легковоспламеняющейся жидкостью. Крошечной искры более чем достаточно для этого. Как только эта искра загорится, как только она превратится в бушующий огонь, она способна разрастись и уничтожить все три мира — и все это началось всего с одной крошечной искры.

Итак, это созерцание объектов чувств, ненужное заикливание на них — мы должны очень ясно понимать, что именно в этом ненужном созерцании начинается наше падение. Именно там начинается спуск вниз, и он ведет прямо к окончательному разрушению, если его не контролировать или не остановить на полпути. Это невероятно красивая шлока, над которой стоит глубоко поразмыслить. Мы можем об этом подумать, используя различные примеры.

Итак, каково же лекарство от этого? Мы естественным образом созерцаем мирские объекты, это сама наша природа. Каково же решение? Ну, есть очень простое решение. Как только этот процесс начинается, представьте его себе как цепь событий. Совершенно нормально, что мы думаем об

объектах. Мы не можем остановить себя на этой начальной стадии, и это нормально. Но как только формируется желание, если мы сможем разорвать хотя бы одно звено в этой цепи до того, как наступит полное разрушение — там так много звеньев, если мы сможем разорвать хотя бы одно, то, по крайней мере, мы не дойдем до точки полного разрушения.

Возникло желание; если в этот самый момент пробуждается проницательность (*Вивека*), говорящая мне: «Нет, мне это не нужно, я этого не хочу, это нехорошо, я не должна об этом думать, я не должна это приобретать», — тогда можно разорвать звено прямо здесь. Пришел гнев, и я не осознала его в пылу момента; это нормально. Но сразу после того, как разозлилась, можно поразмыслить: «Я так разозлилась, и это было неправильно. Теперь я не должна злиться в следующий раз». Мы можем разорвать связь на стадии гнева или на стадии желания. К чему я привязана? Мы все здесь разумные люди. Каждый точно знает, к чему привязано его сердце; я точно знаю своё. Где бы ни было запутано моё сердце, если я смогу просто отвязать его оттуда и направить к Богу...

Если сердце привязано к Богу, в этом нет абсолютно никакого вреда. Итак, склонность к эмоциональной привязанности — если мы просто отстраним её от мира и привяжем к Богу с самого начала, мы сможем добиться огромного прогресса. Мы не скатимся к окончательной гибели. Для этого необходим строгий самоанализ. Нам может не нравиться это слово, но нужно оценивать себя, проверять: что я делаю, а чего не делаю? Что следует делать? Что не следует делать? Мы должны круглосуточно следить за собой. Мы должны научиться практиковать строгий самоанализ. Нужно тщательно исследовать, где лежат склонности ума. И затем есть еще одно средство, которым поделился Джнянешвар Махарадж. Если мы хотим перестать заикливаться на объектах чувств, если мы хотим обуздать интерес к ним... В прошлый раз мы обсуждали идею, что мы могли бы силой сдерживать себя, но чистая сила действует не очень долго.

Поэтому секрет заключается в том, чтобы постепенно заставить себя понять природу мирских наслаждений и удовольствий. Почему нас тянет к объектам чувств? Потому что мы черпаем из них счастье. Почему мы покупаем так много нарядов? Почему мы покупаем так много вещей? Потому что я чувствую, что ношение красивой одежды принесет мне счастье. Я буду чувствовать себя удовлетворенной, довольной, мне будет хорошо; люди будут меня хвалить. Что самое важное? Чтобы люди меня хвалили. «Какое красивое платье», «У нее такой хороший вкус», «Где она его достала?», «Какая у нее прекрасная посуда в доме». Это потому, что в похвале, получаемой за все эти вещи, есть удовольствие. Есть удовольствие в том, что люди говорят хорошие вещи.

Итак, лучшее средство — это конкретный подход. А именно — развить взгляд на нереальность (*асатьятва дришти*) — видеть нереальность в объектах чувств. Нужно раз и навсегда ясно понять, что мое восприятие истины (*саттватва дришти*), моя вера в то, что истинное счастье заключается в этих объектах, просто не соответствует действительности.

Когда мы пьем чай, как мы видели ранее, удовольствие от чаепития на самом деле исходит не от самого чая. Скорее, мое желание выпить чай было удовлетворено, и именно поэтому я испытала удовольствие. Радость от мороженого не была дарована мне мороженым. Мое желание съесть мороженое было удовлетворено, и именно поэтому я почувствовал радость.

Ни один объект чувственного восприятия не обладает внутренней способностью дарить мне счастье. Если бы предметы действительно обладали способностью дарить радость, то одного мороженого хватило бы, чтобы сделать счастливыми всех людей на свете. Но мороженое не делает всех счастливыми. Есть так много людей, которые вообще не любят мороженое, иначе одного ванильного вкуса хватило бы, чтобы удовлетворить всех. Но мы не хотим только одного вкуса. Иногда мы хотим манго, иногда карамель, а иногда что-то совсем другое. Даже дома мы видели, что один человек хочет, чтобы вентилятор был включен, а другой — нет. Они спорят, потому что один получает удовольствие от вентилятора, а другой — нет. Поэтому истинное счастье не в предметах, не в похвале, уж точно не в критике и не в желаниях. Настоящее счастье — это радость моей души; оно всегда доступно и находится внутри меня, и мы называем его *Сат-Чит-Ананда* (Существование-Сознание-Блаженство). Эта Атма Таттва, состояние чистого Блаженства, — моя самая сущность; оно всегда доступно внутри меня. Если я перестану зависеть от кого-либо или чего-либо снаружи, я начну испытывать счастье автоматически.

Итак, счастье не исходит от предметов. Счастье находится внутри меня, и чем меньше я завишу от внешних предметов, тем больше эта внутренняя радость естественным образом раскрывается передо мной; я начинаю видеть её самостоятельно. Прямо сейчас она полностью скрыта. Радость внутри меня, радость моей души, полностью закрыта. Как будто столько других вещей и людей пришло и вторглось в неё.

Вы, возможно, помните, мы рассматривали стихи Дньянешвара Махараджа о клеще — помните клеща? Этот клещ прикрепляется к дойной корове, но, оказавшись там, он только высасывает ее кровь. Если бы он заглянул чуть глубже, он нашел бы там молоко, подобное нектару. Есть лягушка, которая просто продолжает играть в грязи. Если бы она подняла голову хоть

немного, она нашла бы пылцу цветка лотоса. Наша ситуация точно такая же; мы застряли в поверхностных удовольствиях, которые получаем от объектов чувств. Мы совершенно не видим и не понимаем радости души, которая лежит глубоко внутри, всегда доступна мне.

Господь говорит здесь, что для всех этих проблем есть только одно решение: научиться смотреть на Счастье, на истинное Я (*Атма-Таттва*), которое находится внутри вас. Когда я испытываю осознание «Сохам» (Я есть То, когда я достигаю состояния, подобного *Стхитапраджня*, мои внешние зависимости автоматически отпадают, и я начинаю испытывать радость внутри себя.

Итак, мы обсудили сегодня шлоки 61 – 63. Наше счастье всегда в нас, всегда нам доступно. Но мы не видим его, привязываемся к разным вещам, начинаем думать о них, хотеть их, а когда не получаем, огорчаемся, злимся и в результате совершенно забываем о своем истинном Я. Очень легко скатиться на такой горке от «хочу-хочу» до я уже и не помню, что хочу, но все равно не могу успокоиться.

Хари Ом Тат Сат!

Лекция 24, шлоки 63-68

Повторение:

Мы говорили в прошлый раз о шлоках 61-63.

Шлока 61

Поэтому искатель должен успокоить ум, обуздать органы чувств и стать исключительно Моим преданным. Об искателе, чьи чувства полностью обузданы, говорят, что его интеллект прочно пребывает в Атмане

Здесь мы подробно рассмотрели, что значит для нас *стать исключительно Моим преданным*

Любовь и вера – это два ключевых слова для того, чтобы понять преданность. Мы только начали тему Бхакти и будем еще подробно о ней

говорить. Но важно уже сейчас понять, что никто никогда не поклоняется камню. Идол – это как фотография любимого человека. Но за всяким идолом всегда стоит Абсолют. Именно на Него направлено все наше внимание.

Затем мы рассмотрели шлоки 62 и 63:

Шлоки 62-63:

Когда ум постоянно пребывает на объектах удовольствия, он привязывается к ним. Привязанность приводит к влечению. Когда желание не удовлетворяется, возникает гнев. Из-за гнева интеллект не в состоянии отличить реальное от нереального. В результате искатель забывает о самой цели духовных поисков - быть ровным во всех обстоятельствах и достичь Самореализации. Таким образом, когда интеллект теряет свою целенаправленную сосредоточенность, искатель полностью погибает с духовной точки зрения.

Здесь мы говорили о двух ситуациях:

Когда ум вдруг цепляется к какому-то слову или человеку или событию и начинает размышлять о том, что никак не в моей власти, не имеет ко мне никакого отношения. Еще и вслух начинаем комментировать – все это мусор в голове, пустословие и следует узнавать такие моменты и пресекать, избавляться от плохой привычки. Нам нужен чистый ум, спокойный.

Другая ситуация, когда мы вдруг цепляемся за что-то мысленно, начинаем размышлять и в результате возникает **желание**, которое может разрастись.

У нас есть свобода воли узнать возникновение желания и пресечь его, если оно лишнее, не полезное. Мы часто упускаем саму возможность свободы воли, а потом страдаем, попав на горку, из которой нет выхода.

Итак, созерцание объектов чувств, ненужное заикливание на них — мы должны очень ясно понимать, что именно с ненужного созерцания начинается наше падение. Именно там начинается спуск вниз, и он ведет прямо к окончательному разрушению, если его не контролировать или не остановить на полпути. Это невероятно красивая шлока, над которой стоит глубоко поразмыслить. Мы можем о ней подумать, используя различные примеры.

Секрет заключается в том, чтобы постепенно заставить себя понять природу мирских наслаждений и удовольствий. Почему нас тянет к объектам чувств? Потому что мы черпаем из них счастье.

Итак, лучшее средство — это конкретный подход. А именно — развить взгляд на нереальность, видеть нереальность в объектах чувств. Нужно раз и навсегда ясно понять, что мое восприятие мира, моя вера в то, что истинное счастье заключается в объектах, просто не соответствует действительности.

Ни один объект чувственного восприятия не обладает внутренней способностью дарить мне счастье. Если бы предметы действительно обладали способностью дарить радость, то одного мороженого хватило бы, чтобы сделать счастливыми всех людей на свете. Но мороженое не делает всех счастливыми.

Итак, идет обсуждение характеристик *Стхитапраджньи* (человека, обладающего устойчивой мудростью), и оно завершится сегодня. Под завершением я имею в виду, что тема, которую затронул Господь, сегодня подойдет к концу. До сих пор мы рассмотрели в общей сложности 11 характеристик *Стхитапраджньи*. Давайте проведем краткий обзор. Характеристики Стхитапраджня:

1. **prajahāti yadā kāmān** — тот, чьи желания полностью перестали существовать; первая характеристика.
2. **ātmanyēvātmanā tuṣṭaḥ** — тот, кто остается полностью удовлетворенным своей собственной блаженной природой, внутри себя. Ему не нужны другие люди или предметы, чтобы чувствовать себя счастливым. Это вторая характеристика.
3. **duḥkhēṣvanudvignamanāḥ** — тот, чей ум не беспокоят печали или моменты страдания. Это третья характеристика.
4. **sukhēṣu vigataspr̥haḥ** — тот, кто не жаждет удовольствий, кто не стремится к тому, чтобы радостные события постоянно происходили в его жизни. Это четвертая характеристика.
5. **vītarāga** — *Raaga* означает привязанность; тот, чьи привязанности полностью исчезли. Это пятая характеристика.
6. **vītabhaya** — тот, кто совершенно лишен страха в жизни. Это шестая характеристика.
7. **vītakrōdhaḥ** — тот, кто не злится. Это седьмая характеристика.
8. **sarvatra anabhisnēhaḥ** — тот, кто везде полностью свободен от мирских привязанностей. Господь называет это восьмой характеристикой.
9. **śubhāśubham** — тот, кто не увлекается понятиями благоприятного и неблагоприятного в мирских, материалистических делах; кто не судит о вещах просто как о хороших или плохих. Это описывается как девятая характеристика.

10. **nābhinandati na dvēṣti** — *Abhinandan* означает радость, а *dvesh* — ненависть; тот, чей ум свободен как от радости, так и от отвращения, или от привязанности и ненависти. Это десятая характеристика.
11. Одиннадцатая характеристика заключается в том, что, подобно черепахе, втягивающей все свои конечности, *Стхитапраджня* отвлекает все свои чувства от мирских объектов.

Господь привел такой длинный список. Он описал характеристики *Стхитапраджньи*. Эти черты будут повторяться много раз в «Бхагавад-гите». Они появляются в Бхакти-йоге и в Гняна-йоге. Итак, таковы черты *Стхитапраджньи*, мудрого человека.

Всякий раз, когда черты реализованных душ (*Сиддхов*) появляются в «Бхагавад-гите» или в философии Веданты, чтение о них служит духовной практикой (*Садханой*) для искателя (*садхака*). Итак, это черты высоко развитых душ. Однако цель здесь не в том, чтобы мы просто восхваляли великих людей и оставляли дело на этом. Мы — искатели, поэтому мы должны прилагать неустанные усилия, чтобы развить эти качества в себе. Основная идея заключается в том, что мы должны впитать в себя их все. Такова должна быть наша точка зрения; таково должно быть наше стремление.

Мы также должны ясно понимать ещё одну вещь: когда мы пытаемся развить в себе качества *Стхитапраджньи* и прилагаем к этому усилия, это, по сути, подобно плаванию против течения. Течение общества, течение времени, то, как все люди вокруг нас живут сегодня, нынешняя эпоха, нынешние обстоятельства — все это движется в другом направлении, в другом потоке, к совершенно другой цели, а наши усилия направлены на то, чтобы идти против течения. Всякий раз, когда кто-то идет против течения по какой-либо причине, он естественно сталкивается с внешними трудностями, внешними вызовами и совершенно иными идеологиями со стороны внешнего мира.

Всякий раз, когда мы оглядываемся вокруг, читаем газеты или смотрим на школы сегодня... То, чему там учат и что передают по телевизору, представляет собой совершенно иную траекторию, иной образ жизни и иные идеалы.

Мы видим рекламу, гласящую: «Живи по-королевски». Жить по-королевски означает, что человек должен вести королевский образ жизни; у него должны быть роскошные вещи. Так что это совершенно иная идеология. Из-за этого возникают некоторые внешние вызовы. В попытке и усилиях стать *Стхитапраджня* мы сталкиваемся как с внешними трудностями, так и с внутренними.

Некоторые препятствия находятся внутри нас — наши собственные врожденные склонности, наши собственные наработки (*Санскары*), накопленные за бесчисленные прошлые жизни. Таким образом, существует множество факторов, пытающихся помешать нам стать *Стхитапраджня*. Прежде всего, не так просто, чтобы мы постарались несколько дней или несколько лет и внезапно достигли этого состояния. Так не бывает. Нам приходится плыть против течения и прилагать усилия.

И даже если удастся стать *Стхитапраджня* после упорного труда в течение 10–12 или 20–25 лет, конечная проблема заключается в том, что в современном обществе это не приносит престижа. Нужно ясно это понимать. Например, нужно невероятно усердно трудиться чтобы завоевать олимпийскую золотую медаль. Зато какая слава после победы. Или, когда фильм становится хитом, он завоевывает множество наград. Но если мы станем *Стхитапраджня* после всех усилий, это не значит, что общество придет поклоняться нам, приветствовать или падать к нашим ногам. Ничего подобного не произойдет. Мы всегда видели, что состояние *Стхитапраджньи* исключительно внутреннее состояние. Независимо от того, какую одежду мы носим снаружи или как живём, это полностью зависит от нашего внутреннего состояния; дело не во внешней оболочке. Даже после достижения всего, не говоря уже о похвале или престиже, вполне возможно, что современное общество на самом деле будет нас высмеивать.

Учитывая обстоятельства, в которых мы живём сегодня, общественное мнение диктует, что каждый хочет захватывающей жизни — жизни, полной волнений, суеты и постоянной активности. Все жаждут такого рода стимулов, и, если человек искренне спокоен, окружающие просто не могут терпеть это спокойствие. Представьте, что в доме проходит свадьба с большим праздничным шумом, а этот человек работает, но делает это спокойно. Или возьмем другой сценарий: в доме кто-то умер, и все громко плачут и рыдают, но этот человек сидит спокойно. Люди просто не могут такое принять. Так что даже если вы станете *Стхитапраджня*, люди, вместо того чтобы хвалить, могут на самом деле высмеивать вас, говоря: «Он вообще не человек; он камень». Нужно понять все эти вещи, чтобы было убеждение, понимание и внутренняя ясность относительно того, почему мы вообще хотим стать *Стхитапраджня*, приложив столько усилий. Как я уже упоминала, я должна сначала лично желать абсолютного внутреннего покоя и абсолютной внутренней радости, радости, которая не зависит от кого-либо другого. Потому что, если это действительно мое желание, то всё остальное встанет на свои места. Если я лично не хочу

покоя или счастья, если я не хочу безусловного покоя или безусловной радости, то нет смысла прилагать все усилия.

Давайте сначала ясно поймем цель. Еще одно: когда мы смотрим на все эти сложные условия — отсутствие желаний, волнений, гнева, кажется, что так абсолютно невозможно. Я имею в виду, что невозможно жить такой жизнью, имея дело с материальным миром, совершенно нереально. Это похоже на грезу, на поэтическую фантазию. Возможно, Господь Кришна сказал все просто для красоты. Но это не поэтическая фантазия, потому что Господь объяснил Арджуне черты *Стхитапраджньи* в тот момент, когда Арджуна стоял посреди поля битвы, перед лицом грандиозной войны, и уклонился от своего долга.

Уникальность «Бхагавад-гиты» заключается в том, что Господь не передавал мудрость Арджуне в каком-то лесу, на берегу реки или на уединенных вершинах Гималаев в рамках частной беседы между гуру и учеником. Эти слова были сказаны прямо на поле битвы во время войны. Поэтому среди всех мирских трудностей и повседневных сражений Его учения имеют огромное значение. Если бы эти принципы не были предназначены для применения, если бы их было непрактично применять, Господь не преподавал бы их Арджуне. Если Арджуна может вести войну против Карны без гнева, без страха, без волнения, без привязанности и без привязанности к чему-либо, то почему мы не можем поступать так же в повседневной жизни? Итак, это осуществимо, вполне возможно, мы можем это сделать, и от нас ожидают, что мы это сделаем. Если мы научимся выполнять обязанности и вести свои сражения таким образом, мы обретем совершенный покой и совершенное счастье. Последние 5 шлок охватывают ту же тему, о которой мы слышали ранее; это немного повторение. Сегодня мы рассмотрим пять шлок, и на этом тема *Стхитапраджньи* будет завершена.

Итак, шлока 64, в которой Господь говорит:

%%%4

Шлока 64

*Rāgadveṣavimuktais tu viṣayān indriyaiś caran ।
Ātmavaśyair vidheyātmā prasādam adhiḡacchati ॥ 64 ॥*

Но искатель, покоривший свой ум, остается в согласии с собой, даже наслаждаясь мирскими объектами, поскольку он свободен от привязанности и отвращения. Когда его ум становится удовлетворенным и полным, страдания прекращаются.

2.64. Кто свободен от привязанности и отвращения, владеет собой и обуздал свои чувства, тот обретает чистоту и спокойствие.

Комментарий Др. Каки к шлокам 64-68

Человек, покоривший свои органы, сохраняет спокойствие, даже когда он окружен объектами, поскольку он может использовать органы без привязанности и неприязни. Между органами и объектами существует тесная связь. Например, форма является объектом (Viṣaya) для глаз. Каждый человек обязательно видит формы, как только открывает глаза. Он обязательно слышит звуки, когда в его окружении есть шум. Непрактично физически дистанцироваться от объектов (формы, звука, запаха, прикосновения, вкуса) или полностью отказаться от них. Хотя технически возможно избежать объектов прикосновения, нет смысла прилагать практически невозможные усилия, чтобы полностью отказаться от объектов. Более важно контролировать действия, реакции и ответные действия при взаимодействии с объектами. Сильная привязанность и сильное отвращение — это реакции. Привязанность ведет к зависимости, ожиданиям и экстремальным мучениям от одной только мысли о разлуке с объектами. После привязанности наступает чередование надежды и отчаяния. Отвращение также ведет к постоянному сосредоточению на объектах, из-за чего ум загрязняется. Эти реакции действительно разочаровывают искателя, который искренне стремится сдержать свой ум и обратить его внутрь. В его уме происходит интенсивная борьба между старыми Васанами и новым желанием Мокши. Если искатель действительно хочет покорить свои Васаны и продолжить путь к Мокше, он должен спокойно искать поддержки у Бога и полностью предаться Богу. Здесь рекомендуется, чтобы искатель постоянно пытался созерцать истинную природу Господа Кришны, Атмана, не придавая чрезмерного значения техническим деталям Сагуна против Ниргуна. Размышления являются природой ума, поэтому необходимо предоставить уму хотя бы одну тему для размышлений. Лучший вариант для искателя — созерцать только Бога. Для этой цели он должен отвлечь свой ум от мирских дел. Но искатель должен осознавать, что отвлечение от мирских дел — это трудная задача, и усердно продолжать свои усилия, не унывая и не теряя надежду. Святой Тукарам описывает состояние мудрых людей: «Просветленные люди воспринимают только одного Бога через все объекты, ощущаемые пятью чувствами. Поэтому они не чувствуют привязанности к своим родственникам, родителям, богатству или другим мирским делам».

Человек, который думает только о мирских объектах, остается постоянно погруженным в них. Его непрекращающиеся мысли постепенно превращаются в привязанность и далее становятся навязчивой идеей, которая приводит к интенсивному стремлению получить эти объекты. Если он не способен удовлетворить свое стремление, он испытывает сильный гнев по отношению к людям или обстоятельствам, которые препятствуют ему. Искатель, который таким образом поддается гневу, полностью игнорирует все учения священных писаний и Садгуру. Его интеллект поддается заблуждению. Заблуждение является характеристикой Тамогуны, поэтому его ум управляется бездумностью или неосмотрительностью. На этом этапе его способность различать на транзакционном, моральном, религиозном, а также духовном уровне (Вивек) разрушена. Искатель, чья способность мыслить таким образом разрушена, находится на пути к полному разрушению с духовной точки зрения. Однако, если он понимает всю серьезность этих проблем, он может взять себя в руки и вернуть свою жизнь на путь, имеющий смысл. Для достижения длительного удовлетворения необходимо контролировать органы. Для искателя совершенно вредно позволять своим органам бесконтрольно стремиться к достижению тривиальных, временных удовольствий. Когда ум бежит за органами, которые гонятся за мирскими удовольствиями, он увлекает за собой интеллект, подобно шторму, уносящему лодку в океане. Поэтому человек, который может контролировать органы и отвлекать их от объектов, развивает устойчивый интеллект. Свет Атмана, то есть Чистое Блаженство, проявляется в таком чистом, спокойном и устойчивом интеллекте. Осознав таким образом «Я есть Атман», искатель наслаждается безмятежностью, стабильностью и непреходящей радостью.

Слово «Самадхана» обычно означает уравновешенность или удовлетворенность. На санскрите слово «Самадхана» означает «Самьяк Адхана», что означает ум, который постоянно сосредоточен на истинном Я, Атмане. Искатель, чей ум остается удовлетворенным в Атмане, способен преодолеть все страдания. Интеллект такого искателя остается устойчивым. Искатель, интеллект которого не сосредоточен на Знании Атмана, не может твердо пребывать в спокойствии. Его интеллект не может сосредоточиться на истинном Я, поэтому его органы преследуют мирские удовольствия. С другой стороны, интеллект не может сосредоточиться на истинном Я, пока органы преследуют мирские удовольствия. Таким образом, они взаимозависимы. Человек, сознательно отвлекший свой ум и чувства от объектов, способен поддерживать Знание Атмана.

Тот, кто не способен усвоить принципы Санкхья-йоги, не может утвердиться в знании Атмана. Такой искатель не может обрести покой в жизни, а тот, кто не обрел покой, никогда не может быть счастлив. Не многие люди до конца понимают прямую связь между отсутствием покоя и горем. Эти люди страдают во многих отношениях, живя жизнью, которая далека от покоя. Беспокойство, страх, гнев, жадность, ревность, желание, соперничество, зависть, сравнение и т. д. — вот некоторые причины утраты мира в жизни. В образе жизни, поощряющем острые ощущения, также нет мира. Жизнь, полная впечатлений, широко признана и принята в современном обществе. Человек, который держится подальше от возбуждения, отвергается обществом. Путешествия, туризм, телесериалы, основанные на семейных или социальных проблемах, спорт, вечеринки, дискуссии, выпивка, общение — все это источники восторга. В конечном итоге они создают беспорядок в уме. Некоторым людям даже нужно принимать успокоительные средства, чтобы восстановить покой после бурного восторга. Это означает, что покой необходим для счастья. Так в чем же смысл сначала испытывать восторг, а затем применять искусственные, внешние меры, чтобы восстановить покой? Современная жизнь, по-видимому, не имеет ответа на этот вопрос.

Искатель, который находит путь через все вышеупомянутые препятствия, способен упорядочить и покорить свой ум. Он освобождается от двойственности привязанности и отвращения. Он продолжает жить жизнью, диктуемой Прарабдхой — мир может считать ее хорошей или плохой, — но его удовлетворенность остается неизменной во всех переживаниях. Его радость не зависит от наличия или отсутствия чего-либо. Только потому, что он видит, как он испытывает или наслаждается объектами, неверно говорить, что он зависит от этих объектов для счастья. Св. Екнатх Махарадж говорит: «Просветленный человек, который видит везде один Брахман, может казаться погруженным в объекты удовольствия и наслаждающимся ими, но его просветление не запятнано ими. (Бхагавата. 6.207)». Это потому, что с его точки зрения в объектах нет удовольствия. Когда человек всегда наслаждается непрерывной радостью, он не испытывает никаких страданий. Он может вскоре стать Единым со своим истинным Я, Атманом. Поэтому каждый искатель должен научиться быть радостным, веселым и в своей повседневной жизни. Мрачный, угрюмый, безнадежный, жалующийся, негативный и враждебный человек никогда не может быть истинным искателем. Уныние связано с миром. Человек, чья радость зависит от того, получает он мирские объекты или нет, обречен на беспокойный ум.

Каждый искатель должен развивать в себе целеустремленную преданность (Ништа - Niṣṭhā) духовной философии самореализации. Для этого необходимо последовательно заниматься следующими тремя практиками:

- Śravaṇa (श्रवण) – внимательное слушание
- Manana (मनन) – размышление
- Nididhyāsana (नदिदध्यासन) – глубокое медитативное осмысление

Искатель, который достиг Самопознания, не теряет внутреннего покоя ни в какой ситуации. Покой и счастье – две стороны одной медали. Опыт чистого, безусловного покоя сопровождается чистым блаженством Атмана. Внутренний покой – ключевой критерий для оценки духовного прогресса искателя. Ум, жаждущий объектов, заставляет органы выходить наружу и искать счастье. Существует много объектов удовольствия, и все они преходящи. Поэтому ум и органы, которые гонятся за этими объектами, всегда остаются в состоянии рассеянности или разбросанности. Они не позволяют интеллекту оставаться устойчивым в мудрости. Невозможно по-настоящему покорить ум и чувства, пока искатель заблуждается, думая, что счастье происходит от объектов.

Здесь Господь упомянул четыре вещи.

Vidhēyātmā — слово означает того, чье внутреннее устройство (antahkaran) находится под контролем. Об этом говорится в первую очередь.

Второе, о чем говорит Господь, —

rāgadvēṣaviyuktaistu viṣayānindriyaiścaraṇa, что означает того, чьи чувства полностью под контролем. Во-первых, под контролем находится внутреннее устройство; во-вторых, под контролем находятся чувства.

Господь упомянул третий момент:

rāgadvēṣaviyuktaistu — то есть тот, чей интеллект освободился от привязанности (raga) и отвращения (dveṣa). Когда такой человек взаимодействует с объектами чувств (даже когда он потребляет или взаимодействует с мирскими объектами) радость его ума остается нетронутой.

Prasādamadhigacchati — слово *prasad* означает радость или спокойствие. Обычно мы используем слово *prasad* для обозначения благословенного дара, который мы получаем от Бога. Но здесь основное значение слова *prasad* заключается в том, что радость ума и сознания сохраняется.

Пока понимание *Антахкарана* не станет ясным, мы не сможем правильно понять многое. Итак, давайте кратко повторим:

Антахкаран, внутреннее устройство, имеет четыре названия. Это не четыре физических отсека, и не четыре совершенно отдельных вещи.

Антахкаран есть одно целое. По мере изменения его функции меняется и его название.

Та часть, которая принимает решения — «Я хочу это» и «Я не хочу это» — пока *Антахкаран* выполняет эту функцию, он называется **умом (Манас)**. *Sankalpa vikalpatmika vrittih sa manah* (Способность принимать решения и сомневаться — это ум). «Я хочу поесть», и тогда возникает множество вариантов (*Викальна*): «Мне съесть что-нибудь сладкое или острое?» Возникают выборы и варианты. Итак, есть намерение (*Санкальна*) и сомнение/варианты (*Викальна*); пока умственная способность занята решением и выбором, она называется умом.

Затем принимается твердое решение: «Нет, сегодня я съем что-нибудь сладкое; я давно не ела сладкого». Способность *Антахкарана*, принимающая твердое решение, называется **интеллектом (Буддхи)**. Как только интеллект решает: «Сегодня я хочу съесть что-нибудь сладкое, так что давайте приготовим торт», решение становится окончательным.

С того момента, как решение принято, до того, как мы действительно приготовим его и съедим — «взять масло, муку...» — мысли, которые поддерживают решение, пока оно не превратится в действие и мы не получим результат, эта функция *Антахкарана* называется **Читта** (память/созерцание).

Ум, интеллект, память, и последнее — это **эго (Ахамкара)**. Мы говорим, что ум, интеллект и *Читта* действуют на поле эго. Мое намерение, мое решение, мое действие, моя склонность запоминать вещи — ум, интеллект и *Читта* все работают на почве эго.

Итак, четыре аспекта вместе

1. ум,
2. интеллект,
3. память и
4. эго —

составляют *Антахкаран*. И здесь Господь говорит, что тот, чей *Антахкаран* контролируется, является *vidhēyātmā* – *видхей-атма*.

Контролировать *Антахкаран* очень легко на бумаге, но, когда мы действительно пытаемся сделать это на практике, задача чрезвычайно сложная. Однако, если Господь так сказал, значит, это возможно.

Господь не сказал, что только люди, живущие в Гималаях, могут контролировать свой *Антахкаран*. Господь сказал это для всех. Так что все абсолютно возможно. *Как* контролировать *Антахкаран* не тема сегодняшнего разговора. Мы углубимся в нее, когда дойдем до соответствующей главы. Мы уже рассмотрели несколько методов. Одно из них заключается в том, что самым простым методом, предписанным нам в Кали-югу, является *Намасмарана* (воспевание Божественного Имени).

Намасмарана — самый простой способ, потому что всякий раз, когда ум пуст, он начинает блуждать туда-сюда, думая: «Я хочу это, я хочу то». Как гласит пословица: «Пустой ум — мастерская дьявола». Так оно и есть. Есть одна история, возможно, вы все ее слышали. Это вымышленная история о человеке, который совершал суровое покаяние, и Бог был им доволен. Так вот, этот человек был очень ленив. Он сказал: «Я не хочу работать. Пожалуйста, даруй мне благословение, чтобы все мои дела выполнялись автоматически и быстро». Итак, Бог дал ему обезьяну, сказав: «Смотри, это моя особенная обезьяна. Просто скажи ей, что делать, и она выполнит всю твою работу. Но у меня есть одно условие: ты должен постоянно давать обезьяне работу. Если перестанешь давать ей работу, она убьет тебя. Поэтому ты должен держать ее постоянно занятой».

Человек был вне себя от радости, что ему досталась такая выгодная сделка. Он мог просто сидеть и отдыхать, пока обезьяна готовила, убирала и приносила продукты. Обезьяна делала всю работу, и делала ее эффективно, потому что это была Божья обезьяна. В конце концов, у человека закончились дела. Он не мог придумать никакой новой работы, которую можно было бы поручить обезьяне. Он начал панически бояться, что обезьяна убьет его. Что же делать? Тогда ему пришла в голову идея. Перед его домом стоял большой столб. Он сказал обезьяне: «Когда я не даю тебе никакой работы, просто лазай вверх и вниз по столбу. Когда у меня появится задание, приходи и выполняй его, а потом сразу же возвращайся к столбу». Итак, он дал обезьяне работу: постоянное лазание вверх и вниз. Теперь обезьяна была занята и не беспокоила его. Наш ум чем-то похож на эту обезьяну. Дайте ему работу — когда есть свободное время, вместо того чтобы позволять ему бесполезно лазать по столбу, скажите ему мирно повторять имя Господа (*Namasmarana*).

В конце «Бхагавад-гиты» есть фраза *idam te nātapaskāya* — это означает, что «Бхагавад-гиту» следует преподавать только тому, кто обладает аскетическим или дисциплинированным складом ума (*tapasvi manovrutti*). Теперь посмотрите, что подразумевается под дисциплинированным складом ума. *Тапасви* (аскет) — не просто тот, кто сидит и медитирует 24 часа в сутки. Быть *тапасви* означает практиковать форму *тапашичарьи*

(покаяния/дисциплины); это относится к менталитету человека, способного взяться за практику и твердо придерживаться ее. Господь сказал, что «Бхагавад-гита» должна быть изложена именно такому человеку. Итак, это и есть наша практика, *тапашчарья* для контроля над *Антахкараном*: даже во время выполнения различных дел мы можем заниматься *Намасмарана*. Приготовление обеда механическая работа. Вместо того, чтобы думать о случайных вещах то тут, то там, если мы постепенно будем тренировать *Антахкаран*, чтобы сформировать эту привычку, то постепенно ненужные мысли естественным образом перестанут приходить в голову. Нам не придется прилагать для этого отдельных, насильственных усилий.

Мы рассмотрим эту тему подробнее позже. *Намасмарана* — один из способов контролировать *Антахкаран*. Мы уже обсуждали другой метод: **необходимые мысли против ненужных мыслей**. Вначале возникает много ненужных мыслей. Но постепенно, если мы научимся наблюдать за собой, следить, следить за своими собственными мыслями - Вначале это нормально; если приходит ненужная мысль, просто спокойно отодвиньте её. «Должен ли выйти фильм «*Падмавати*» или нет?» У меня с утра было много мыслей об этом. Было ли то, что сделал Санджай Ли́ла Бхансали, правильно или неправильно, не должно быть предметом моего размышления, потому что даже если я пойду и буду яростно протестовать, мои слова там не будут иметь никакого значения. Так что, если сначала в голову приходит ненужная мысль, это нормально. Мягко отгоните её. «Мне не нужно слишком много об этом думать».

Итак, с помощью правильных мыслей и *Намасмарана* мы можем постепенно научиться контролировать *Антахкаран*.

Господь упомянул вторую вещь: есть шлока о том, чьи чувства уже под контролем. Но нам нужно подумать: как мы контролируем свои чувства? Мы обсуждали тему касательно органа действий языка, с помощью которого мы так много говорим.

Это не наша тема на сегодня, но говорят, что у речи (*Вани*) самой по себе есть четыре уровня. Речь, которую мы используем для разговора, называется *Вайкхари Вани*. Есть четыре уровня речи —

1. *Вайкхари*,
2. *Мадхьяма*,
3. *Пашьянти* и
4. *Пара* —

Они существуют внутри нас. Однако сегодня мы рассмотрим только *Вайкхари Вани*, ту, которую мы используем для разговора. Наш Гуру говорил, что в какой бы ситуации вы ни оказались, где бы вы ни были —

дома, на улице или на каком-то мероприятии — вы должны научиться следить за собой. В ситуации,

- когда никто не просил моего мнения,
- когда мои слова абсолютно ничего не значат,
- когда мои слова бесполезны и
- когда то, что я скажу, ничего не изменит...

Посмотрите на все эти условия: никто меня не спрашивал, мои слова не имеют ценности, и даже если я много буду говорить, это ничего не изменит — в таких ситуациях не высказывайте свое мнение. Но, видите ли, это очень относительная вещь. Если мы говорим: «Мои дети меня не слушают», разве мы должны просто перестать с ними разговаривать? Так что это тонкий баланс, деликатный вопрос. Нужно наметить свои границы, чтобы понять, в какой степени наши слова имеют значение, а в какой — нет.

Что Трамп должен или не должен делать в Америке... Даже если я буду здесь 10 часов говорить о нем, это не имеет никакого значения. Или о том, что президент должен или не должен делать. Я могу хотя бы написать письмо президенту; он, возможно, его прочитает. Но Трамп, безусловно, не прочитает мои слова, не прислушается к ним. Поэтому мы должны сами классифицировать эти вещи, и там, где наши слова не имеют ценности или пользы, мы не должны говорить; нужно постепенно обретать контроль над чувствами. Все происходит не сразу. Постепенно говорите меньше. Желание говорить там, где это не нужно, не должно даже возникать в уме. На самом деле, говорить — это далекая перспектива; само желание не должно даже возникать. Если нет необходимости, не говорите; сидите тихо.

Итак, тот, чей внутренний инструмент (*Антахкаран*) находится под контролем, чьи чувства находятся под контролем и чей характер свободен от привязанности и отвращения (*Рага-Двеша*) — *Рага-Двеша* означает привязанность, то есть, есть что-то, чего я хочу, и что-то, чего я не хочу. Пока я держусь за это, мой характер связан с привязанностью и отвращением. Если они постепенно уменьшаются во мне, то, даже если я потребляю мирские объекты, будь то еда или одежда, но делаю все без отношения «я обязательно должна это иметь» или «я определенно не хочу этого», то независимо от того, наслаждаюсь ли я объектами или отказываюсь от них, чувство радости ума и спокойствие внутри остаются нерушимыми и постоянными.

Часто бывает, что, изучая писания, мы как-то забываем: зачем мы прилагаем все усилия и так усердно стараемся? Ради радости ума. Тукарам Махарадж написал:

mana karā re prasanna | sarva siddhīceṣa kāraṇa | (tu. gāthā. 291)

Если ум наполнен радостью, все духовные достижения (сиддхи) придут к нам.

Дело в том, что *Сат-Чита-Ананда* (Существование-Сознание-Блаженство) — то Блаженство, о котором мы говорим, та радость, которая не зависит от объектов, осознание того, что «Я есть Атман», «Я есть Брахман» — если я хочу достичь этого Блаженства, высшей Радости, то, прежде всего, как всегда говорит наш Гуру, вы должны научиться быть счастливыми в своей практической, повседневной жизни, независимо от обстоятельств.

Человеку, который очень несчастлив, полон обид и крайне недоволен своей мирской жизнью, духовный путь будет гораздо тяжелее. То есть, если я очень грустна, мне предстоит преодолеть огромное расстояние, чтобы достичь блаженства Я (*Атма Ананды*). Но если я в целом остаюсь счастливой и веселой в повседневной жизни, независимо от того, благоприятны ли обстоятельства вокруг меня или нет, и я остаюсь удовлетворенной, когда мой ум достигает такого состояния в мирской жизни, тогда мне предстоит преодолеть гораздо меньшее расстояние, чтобы достичь и испытать *Атмананда*.

Итак, первый момент заключается в том, что даже у меня нет права нарушать собственное счастье и радость. Наш Гуру говорит, что у меня нет права нарушать собственную радость, а у других, безусловно, нет абсолютно никакого права на это. Мы настолько зависим от других, что если дела идут немного не так, или если кто-то говорит что-то немного не к месту, мы огорчаемся. Поэтому очень важно сохранять бодрость ума. Это само по себе является духовной практикой (*Садханой*). Так же, как мы садимся и повторяем имя Господа, так же как мы садимся и медитируем, точно так же следить за тем, чтобы я никогда не грустила в течение дня и оставалась постоянно бодрой, это *Садхана*, и я должна стремиться к состоянию радости.

Вы замечали, что все хотят, чтобы к ним приходил веселый человек, оставался с ними, сидел и беседовал с ними. Люди хотят, чтобы в их жизни был кто-то, кто весел и доволен собой. Некоторые люди много жалуются; как только они появляются, начинаются жалобы. Никто не хочет такого человека в своей семье, и никто не хочет его в обществе. Посмотрите на человека, который весел и радостен; он подобен магниту, и люди естественным образом тянутся к нему. Наш Гуру говорит, что веселье заразительно. Если мы остаемся веселыми, радость естественным образом постепенно передается окружающим нас людям. Наш покой, веселье распространяется на тех, кто нас окружает. Поэтому величайшая духовная практика — это сохранять веселость ума непрерывно и постоянно.

Далее Господь говорит:

Шлока 65:

prasādē sarvaduḥkhānāṁ hānirasyōpajāyatē |
prasannacētasō hyāśu buddhiḥ paryavatiṣṭhatē || (B.G. 2.65)

Когда ум удовлетворен и испытывает чувство полноты, его страдания заканчиваются. Разум радостного человека может быстро успокоиться в Атмане. [У мрачного, опустошённого и бездумного человека нет устойчивого разума.]

2.65. А с духовной чистотой приходит прекращение страданий. Воистину, у чистых сердцем разум быстро становится стойким.

Тот, чья *Читта* стала совершенно спокойной, чей *Антахкаран* полностью умиротворен —

hānirasyōpajāyatē. Sarvaduḥkhānāṁ означает, что все его страдания уничтожены. Для того, чей ум радостен, все страдания заканчиваются. Их интеллект становится чистым, и тогда, с очищенным интеллектом и радостным умом, они достигают Высшего Существа (*Параматма*). Господь говорит здесь, что ум стал радостным.

Представьте себе звукоизолированную комнату. Если вы сидите внутри такой комнаты, и дверь закрыта, то сколько бы шума ни было снаружи, даже если там проходит грандиозный концерт или играет оркестр, мы внутри не услышим никакого звука вообще. Точно так же для человека, чей ум стал радостным, какими бы печальными или неблагоприятными ни были окружающие обстоятельства, печаль не может проникнуть внутрь и коснуться его. Его ум стал «невосприимчивым к печали», потому что он изначально радостен внутри.

Все эти усилия, о которых мы говорили — мы обсуждали их в самом начале — сама цель духовности (*paramartha*) заключается в ***kāraṇāsaha vartamāna sakaladuḥkha nivr̥tti***.

Это фраза из священных текстов.

vartamāna sakaladuḥkha nivr̥tti — *sakala duḥkha* (все страдания), а *vartamāna* означает то, что у меня есть сегодня, все многочисленные страдания, присутствующие в моей жизни в данный момент — прекращение всех нынешних страданий. Прекращение страдания не является просто поверхностным. Если я простужусь и приму лекарство,

моя простуда пройдет. Но через 10 дней у меня появится кашель. Это не тот вид избавления от страдания.

Kāraṇāsaha означает все страдания вместе с лежащими в их основе причинами, вызывающими эти страдания — полное искоренение и прекращение как страданий, так и их первопричин происходит, когда мы практикуем, когда мы изучаем Веданту. Эти концепции должны всегда оставаться ясными.

Я где-то читала, что, когда мы становимся родителями и у нас появляются дети, ощущение, которое мы называем горем, влияет на нас по-другому. Болезненные события в моей собственной жизни не причиняют мне столько горя, сколько болезненные события в жизни детей, их неблагоприятные обстоятельства или их трудности.

Например, если муж причиняет беспокойство жене, она, возможно, не испытывает столько боли. Но когда её дочь уезжает в дом свекрови и свекра, и муж дочери или свекр и свекровь притесняют её, женщина гораздо больше переживает из-за страданий дочери. Её не так беспокоит собственная боль, как боль дочери. Родители всегда хотят лучшего для своих детей. Когда мы устраиваем браки для сыновей и дочерей, по нашей традиции мы тщательно проверяем всё для брака по договоренности. Итак, проверив все, мы выдаем сына или дочь замуж. Сначала мы с любовью воспитываем детей, даем им хорошее образование, помогаем им найти работу и устраиваем их брак; мы делаем все наилучшим образом. Но после этого что-то происходит — будь то с сыном или дочерью — и после брака дела просто не складываются. Теперь их страдания причиняют нам огромную, сильную боль.

Как же черты *Стхитапраджньи* и «Бхагавад-гиты» помогут облегчить эту скорбь? Облегчить скорбь не означает, что мы можем изменить их судьбу (*Прарабдху*). Мы не можем изменить родственников, которые достались детям. Что мы можем сделать, так это изменить свою точку зрения. Мы можем изменить то, как мы смотрим на ситуацию. Прежде всего, нужно досконально понять и принять систему *Прарабдхи*, концепцию судьбы. Нам кажется, что мы формируем судьбу детей, но на самом деле ребенок приходит на землю, принося с собой свою собственную судьбу. Хорошие и плохие переживания, через которые они проходят, являются результатами их собственных действий в прошлой жизни, за которые они теперь расплачиваются. Прежде всего, мы должны полностью принять систему Кармы. Это не означает, что мы перестаем им помогать. Мы должны оказывать любую помощь, на которую способны. Однако нужно принять

систему судьбы — то, что это Божья воля, их судьба, Божий закон, и именно поэтому они это переживают. Это первая мысль.

Вторая мысль принадлежит Самартх Рамдас Свами, который сказал нечто очень прекрасное. Мы испытываем горе, потому что думаем: «Это мой сын». Если брак чужого сына или дочери распадается в другой семье, мы не испытываем такой сильной боли. Мы испытываем боль, потому что чувствуем, что брак *моего* сына столкнулся с проблемами. Итак, Самартх Рамдас Свами сказал:

**tuvān bhogilyā punarāvṛttī | aisīn māyabāpen kitī |
strī kanyā putra hotī | lakṣānalakṣa || (dāsa. 10.2.51)**

*«Ты снова и снова переживал возвращение (в сансару, перерождения).
Сколько раз у тебя были мать и отец! Жёны, дочери, сыновья появлялись
сотнями тысяч.»*

punarāvṛttī означает «перерождение». Самартх Рамдас Свами говорит, что существует огромная цепь, цикл рождения и смерти, и это лишь одна из ваших жизней в рамках цикла.

aisīn māyabāpen kitī — так сколько родителей у вас было до сегодняшнего дня?

За столько жизней, **strī kanyā putra hotī lakṣānalakṣa** — до сегодняшнего дня у вас было миллионы таких жизней, миллионы матерей, миллионы отцов, миллионы жен, дочерей и сыновей. Почему вы полагаете, что дочь или сын, которые у вас есть в этой жизни, принадлежат исключительно вам? Пока мы не поймем по-настоящему эту точку зрения, изложенную в писаниях, и с радостью не примем её, полностью искоренить страдания нереально и невозможно.

Итак, как я уже сказала, все учения предназначены исключительно для нашего внутреннего покоя. Мы должны хорошо их понять и принять. Внешне, каким бы ни был мой долг, какую бы помощь я ни могла оказать как мать, я должна продолжать это делать. Но внутри должен быть покой; должно быть внутреннее удовлетворение, которое говорит: «Это нормально, могло быть хуже, но не было; все, что случилось, ограничивается этим».

Таким образом, Господь говорит, что радостное состояние ума должно оставаться постоянным. Оно не избавляет от печали мгновенно, но меняет точку зрения на печальную ситуацию. Мы становимся «невосприимчивыми к печали»; мы становимся изолированными.

Мы обсуждали концепцию соскальзывания (падения с пути). Итак, есть разница, небольшая разница, между тем, что мы обсуждали в прошлый раз, и тем, о чем говорим сегодня. Человек, полный привязанности и отвращения (*Рага-Двеша*) — в прошлый раз мы рассматривали желание (*Кама*) и гнев (*Кродха*) — человек, наполненный привязанностью и отвращением, называется *бхоги* (наслаждающийся). Они предаются мирским удовольствиям, потребляют объекты чувств, даже если они просто созерцают их. Они еще даже не предались удовольствию; они просто думают о нем, размышляют о том, как насладиться чем-то, но все равно сталкиваются с падением. Мы обсуждали шлоку *Dhyayato vishayan pumsah* (думая об объектах чувств).

Однако человек, свободный от привязанности и отвращения, у которого нет цепляния, это тот, кого мы называем *йоги*. Йог может также взаимодействовать с мирскими объектами и потреблять их, но он все равно достигает спасения, он возвышается и движется к Высшему Существо. В этом заключается самое большое различие. Нам нужно ясно это понять. Если мы занимаемся простым созерцанием, будучи полными привязанности и отвращения, это ведет к падению. Но если мы пользуемся мирскими объектами, будучи полностью свободными от привязанности и отвращения, мы всё равно достигаем своего возвышения и спасения. Всё сводится к привязанности и отвращению, цеплянию и отсутствию цепляния; «это мой сын, это моя дочь». Корень всех проблем заключается в том, что мы держимся за «мое».

Представьте себе ядовитую змею. Змея может быть очень большая, но у неё всего два ядовитых клыка. Змеелов просто удаляет эти два клыка у такой большой змеи, и тогда большая змея не может причинить никакого вреда. Мы можем положить её на себя, на тело или вокруг шеи; змея может ползать вокруг, но она не может причинить вреда ни нам, ни кому-либо ещё. Точно так же в мирской жизни, в нашей *сансаре*, двумя ядовитыми клыками являются привязанность (*Рага*) и отвращение (*Двеша*). «Это моё, а это не моё; я хочу это, я не хочу это». Если мы извлечём эти два ядовитых клыка, то сколько бы мы ни жили мирской жизнью, сколько бы ни потребляли объекты чувств, ничто не повлияет на нас; не причинит нам никакой печали. Давайте тщательно разберемся в этой системе.

Далее в следующих двух шлоках 66 и 67, та же самая тема объясняется с помощью противоположного подхода. То, чего достигает человек, когда его чувства и внутреннее устройство (*Антахкаран*) находятся под контролем, было объяснено в предыдущих двух шлоках, а теперь в

следующих двух те же концепции представлены с противоположной точки зрения.

Шлока 66:

*nāsti buddhirayuktasya na cāyuktasya bhāvanā ।
na cābhāvayataḥ śāntiraśāntasya kutaḥ sukham ॥ (B.G. 2.66)*

Человек с неустойчивым разумом не способен даже поверить в существование Атмана. Такой человек нигде не обретает покоя, и как может тот, кто не обрёл покой, найти счастье в жизни?

2.66. У необузданного нет разума, нет силы сосредоточения, а без сосредоточения нет мира, а для лишённого мира возможно ли счастье?

Человек, чьи ум и чувства не подчинены контролю, лишен устойчивого разума. В его уме не осталось нисколько твердой решимости.

Разум **Санкхья (Санкхья Буддхи)** — понимание того, что

- «Я есть Атман»,
- «Моя истинная природа — Существование-Сознание-Блаженство (Сат-Чита-Ананда)»,
- «Моя истинная природа не ограничена физическим телом, наделенным именем и формой» —

этой убежденности, решительного интеллекта нигде не видно.

Более того, Господь говорит, что им не хватает веры (*astik bhava*) в Брахман. Иметь веру в Брахман означает верить в то, что существует высший Принцип, называемый Брахманом, Принцип, называемый Атманом. Как провозглашают писания, как говорит Господь и как утверждается в «Бхагавад-гите», существует Принцип, называемый Брахманом. Господь говорит: «Я — этот Принцип; это моя истинная Природа».

Интеллект полный веры, позитивный интеллект, остается устойчивым в Атмане. После всего этого Господь заявляет, что если мои чувства не сдержаны, мой интеллект не решителен, и мне не хватает веры в концепцию Брахмана — то, как я когда-либо обрету покой в своей жизни?

Ashantasya kutaḥ sukham (Как может быть счастье для того, кто не обрёл покой?). Нам следует сделать большой плакат с этой фразой и повесить его где-нибудь дома. Мир, счастье и радость — это две стороны одной медали. Человек, не обретший мира, никогда не может быть радостным. Человек,

лишенный мира, никогда не может быть счастливым или радостным. Итак, мы все можем проверить себя, чтобы понять, действительно ли мы обрели мир или нет. Нужно проанализировать себя, потому что *ashantasya kutah sukham*. Пока в моей жизни нет мира, в ней нет счастья.

Далее, в 67-й шлоке Господь говорит:

Шлока 67:

indriyāṇāṁ hi caratāṁ yaṁmanō.nuvidhīyatē |
tadasya harati prajñāṁ vāyurnāvamivāmbhasi || (B.G. 2.67)

Когда чувства человека гонятся за своими объектами, ум поддается чувствам. Ум увлекает интеллект за собой в неправильном направлении точно так же, как ветер увлекает лодку в неправильном направлении по воде.

2.67. Ум, следуя за блуждающими чувствами, уносит его мудрость, как сильный ветер уносит лодку.

Здесь Господь говорит о тех, чьи чувства неконтролируемы, чьи чувства увлекаются объектами чувств. Давайте разберемся в этом получше. Когда чувства сталкиваются с новым объектом, с чем-то, чего они раньше не испытывали, иногда, когда чувства улавливают новый объект, ум тоже принимает его с одобрением. Часто ум не принимает этот объект. Но если мне действительно нравится новый объект, это означает, что ум привязался к нему. Мой ум не привязывается ко всем новым объектам постоянно. Однако иногда ум внезапно глубоко соединяется с новыми объектами, воспринимаемыми чувствами.

Итак, в какой-то момент конкретный орган чувств уловил объект — скажем, глаза что-то увидели. Увидев что-то, если объект глубоко понравился, то есть ум привязался к объекту, тогда этот единственный орган чувств полностью захватывает мой интеллект. Задача интеллекта — решать и выбирать. Из множества вариантов выбирать хорошие и отвергать плохие — задача интеллекта. Но теперь, ухватив этот новый объект, ум привязался к нему. Ум привязался к вредному объекту. Один единственный орган чувств обладает такой силой, что может полностью увлечь интеллект.

Господь приводит здесь аналогию: представьте себе лодку, плывущую в одном направлении, движущуюся к определенной цели или месту

назначения. Внезапно поднимается сильный порыв ветра, полностью меняет направление лодки и толкает её в противоположную сторону. Точно так же, пока мой интеллект стремится к *Сохам* (Я есть То), стремится осознать Принцип Атман, стремится достичь духовной цели, всего один орган чувств из-за одного единственного объекта полностью уносит мой интеллект. Он начинает двигаться в противоположном направлении.

У меня была подруга. В детстве она посмотрела фильм. Поскольку это было так давно, она не помнила ни названия фильма, ни его сюжета, ни актеров; она не помнила ничего подробно. Но в фильме была сцена, где человек — маленькая девочка или мальчик — погибает, сгорая в огне. Она говорила, что эта сцена навсегда запечатлелась в ее памяти. Ей было всего около двух или двух с половиной лет, когда она увидела эту сцену, где ребенок сгорает заживо. Сцена так глубоко повлияла на нее, что, как она говорила, она боялась огня до самой взрослой жизни. Дошло до того, что она боялась даже маленького пламени лампы, зажженной перед Богом, или искры от зажигалки, которой зажигали газовую плиту. Пришлось провести много сеансов психологической помощи, чтобы наконец избавить ее от страха. Почему? Потому что то, что уловили ее глаза, оказало настолько сильное воздействие на ее интеллект, что впоследствии, где бы ни воспринимал ее интеллект огонь, он диктовал: «Я не хочу на это смотреть, я не хочу находиться рядом».

Поэтому сегодня, когда мы воспринимаем что-то новое — когда читаем газету, смотрим новый фильм, читаем новые сообщения в WhatsApp или знакомимся с новыми людьми — занимаясь всеми этими делами, мы должны строго фильтровать то, что мы впитываем, то, что проникает в разум. «Я должен смотреть это, я не должен смотреть это; я должен слушать это, я не должен слушать это» — нужно тщательно фильтровать, прежде чем впускать внутрь. Потому что, несмотря на все усилия, мы даже не осознаем, когда наш интеллект может быть испорчен или когда он может начать двигаться в неправильном направлении. Для этого нужен всего один миг. Вот почему требуется круглосуточная дисциплина (*тапашчарья*), и именно поэтому я упомянула о необходимости иметь аскетический настрой (*тапасви мановрутти*). Мы должны постепенно принять его, потому что в нем заключается мое высшее благополучие. Благополучие никого другого с этим не связано; все для моего собственного блага, и в этом заключается основа моей собственной радости.

Наконец, Господь говорит:

Шлока 68:

tasmādyasya mahābāhō nigrhītāni sarvaśaḥ |
indriyāṇīndriyārthēbhyastasya prajñā pratiṣṭhitā || (B.G. 2.68)

Поэтому, о Арджуна! Говорят, что устойчивый интеллект имеет тот человек, чей ум и чувства полностью покорены.

2.68. Поэтому, о могучерукий, кто удерживает свои чувства от объектов чувств, тот в мудрости стоек.

Это заключительная шлока.

Итак, о Сильнорукий (Арджуна)! Господь говорит, что у человека, чьи чувства полностью удерживаются от объектов чувств во всех отношениях, ум устойчив. Когда мы совершаем *прадакшину* (обход вокруг святыни) в храме, мы говорим, что *прадакшина* завершена, когда возвращаемся точно на то место, откуда начали. Точно так же и *прадакшина* характеристик *Стхитапраджньи*. Предположим, она начинается с теоретического знания — осознания того, что нужно контролировать чувства и внутренний инструмент (*Антахкаран*). Это всего лишь мое теоретическое знание. Когда же вся наша *прадакшина* будет по-настоящему завершена? Она будет завершена, когда мы сможем воплотить все в практические действия, когда мой *Антахкаран* будет действовать под моим контролем, и когда мои чувства будут действовать под моим контролем. Это многолетняя дисциплина; она требует огромных усилий и терпения, но она абсолютно возможна. Мы часто чувствуем, что эти вещи практически невозможны. Они не невозможны; они вполне достижимы. Мы должны прилагать усилия с этой точки зрения и в этом направлении. Если мы сделаем все это, говорит Господь, наш интеллект станет устойчивым. Все помнят, что устойчивый интеллект, мирный интеллект, чистый интеллект ведет к чистоте ума (*Читта Шуддхи*) и душевному покою (*Читта Шанти*). И именно в чистом и мирном уме пробуждается высшее знание; высшее знание проявляется именно там. Поэтому мы должны прилагать все усилия.

Мы закончили обсуждение характеристик *Стхитапраджньи*.

Все они являются для нас духовной практикой. Не запрещено получать удовольствие от вкусной еды, красивой природы или красиво одеваться. Но всегда должно быть осознание, что счастье я получаю не от этих вещей и потому нет у меня никакой привязанности к ним, нет привязанности к хорошему, нет неприятия плохого. Нам остались четыре последние шлоки для завершения главы.

Хари Ом Тат Сат!

Лекция 25, шлоки 69-70

Мое истинное Я блаженство. Но я считаю реальными этот мир, думаю, что он всегда существует, реально мое тело и поэтому страдаю из-за всего, что связано с ними и трачу время на ненужные рассуждения.

Когда мы живем в разочарованиях и огорчениях, такое качество жизни не имеет связи с Ведантой и духовностью. Нужно понимать, что прогресс в духовности пропорционален уменьшению депрессий и огорчений. С одной стороны мы изучаем Веданту, с другой у нас всегда грустное лицо. Как это возможно?

Это просто игра вокруг духовности.

Какой должна быть моя жизнь, если я занимаюсь духовностью?

Всегда счастливой, умиротворенной, цветущей, удовлетворенной и полной — вот основные важные ожидания.

Если мы живем с грустным лицом, то даже при изучении Веданты, повторении имени, чтении массы книг, когда лицо остается грустным, такой вид духовности не имеет ценности. Как ты можешь быть искателем, если ты несчастный, волнуешься, боишься, раздражен? Как такое возможно?

Держи свой разум счастливым, это источник всех успехов.

Повторение

Шлоки 64-65

Но искатель, покоривший свой ум, остается в согласии с собой, даже наслаждаясь мирскими объектами, поскольку он свободен от привязанности и отвращения. Когда его ум становится удовлетворенным и полным, страдания прекращаются.

Когда ум удовлетворен и испытывает чувство полноты, его страдания заканчиваются. Разум радостного человека может быстро установиться в Атмане. [У мрачного, опустошённого и бездумного человека нет устойчивого разума.]

Здесь говорится о продвинутом искателе или о том, кто уже достиг состояние Стхитапраджня. Нет ничего плохого в том, чтобы наслаждаться

всем, что нам предлагает мир. Можно иметь сколько угодно дорогих часов, хорошую машину, современную технику. Проблема не в дорогих и хороших вещах, а в привязанности к ним. У меня чего-то нет, и я начинаю об этой вещи размышлять, смотреть, где она продается, сколько стоит, мысленно примерять к себе. Или что-то есть, но начинаю думать, что мне бы еще такую, но получше, боюсь, что купила дорогую машину и ее могут украсть. Все указывает на привязанность, и вот именно в этом и проблема. *«Когда ум удовлетворен и испытывает чувство полноты, его страдания заканчиваются»*

Спокойное состояние, чувство полноты, отсутствие лишних мыслей – это именно то, над чем мы работаем, здесь нет страданий.

Что делать с лишними мыслями? – «Свободный ум – мастерская дьявола». Лучше всего занимать ум повторением имени. Мантра или Имя должны постоянно звучать, как музыка на заднем плане.

Кроме практики повторения Имени – Нама Смарана – другая важная практика, которая должна войти в привычку, это контроль мыслей.

Узнавать все лишние, неправильные мысли и вытеснять их, не поддерживать. Какие это мысли: да то, о чем мы так любим размышлять, но оно не находится под моим контролем, да и вообще не очень связано со мной, например, результаты выборов в Европе или другие подобные события. Поэтому и говорят, что Веданта – это не разговоры о философии, а образ жизни.

В шлоке 64 употребляется слово «Прасад». Трудно работать над собой, приходится плыть все время против течения внешнего и внутреннего. Но по мере продвижения в духовности мы начинаем получать поддержку – это и есть Прасад. Медитация, повторение Имени, учеба – все приносит радость. Нет необходимости заставлять себя.

Важная духовная практика указана в шлоке 65: *«Разум радостного человека может быстро установиться в Атмане.»*

Это моя ответственность поддерживать в себе радость, не позволять уму скатываться в состояние несчастья. С одной стороны мы должны поддерживать в себе хорошее настроение и радость, а с другой, каждый раз, чувствуя удовольствие от чего-то, размышлять, откуда взялось это чувство.

Шлока 66:

Человек с неустойчивым разумом не способен даже поверить в существование Атмана. Такой человек нигде не обретает покоя, и как может тот, кто не обрёл покой, найти счастье в жизни?

Шлока 67

Когда чувства человека гонятся за своими объектами, ум поддается чувствам. Ум увлекает интеллект за собой в неправильном направлении точно так же, как ветер увлекает лодку в неправильном направлении по воде.

Шлоки говорят о том же.

Наша задача развить в себя Санкхья Буддхи:

Разум **Санкхья (Санкхья Буддхи)** — понимание того, что

- «Я есть Атман»,
- «Моя истинная природа — Существование-Сознание-Блаженство (Сат-Чита-Ананда)»,
- «Моя истинная природа не ограничена физическим телом, наделенным именем и формой» —

этой убежденности, решительного интеллекта нет, если ум все время занят обдумыванием (ненужным!) каких-то дел, то какое может быть счастье в таком уме, сплошные волнения, суета, беспокойство.

Аналогия с лодкой – да, так бывает, что что-то попало на пути и увлекло. Поэтому нужно очень тщательно оберегать маленький пока еще росток духовной практики.

Шлока 68:

Поэтому, о Арджуна! Говорят, что устойчивый интеллект имеет тот человек, чей ум и чувства полностью покорены.

Самое первое, на что указывает Господь, что, когда чувства человека полностью находятся под контролем, его интеллект становится устойчивым. Обратите внимание, что Он подчеркивает именно стабилизацию интеллекта — Господь не говорит, что простое сдерживание чувств сразу же принесет вам просветление. Он никогда не утверждал, что вы обретете высшее Знание прямо здесь и сейчас, в эту самую секунду. Он просто говорит, что ваш интеллект станет непоколебимым.

Интеллект является частью внутреннего инструмента *Антахкарана*. Ум, интеллект, память (Читта) и эго составляют аспекты внутреннего устройства. Существует множество шлок, в которых упоминается память, есть шлоки, относящиеся к интеллекту, некоторые, сосредоточенные на уме, и еще другие, которые в целом говорят о внутренней способности или инструменте в целом. В зависимости от контекста точное значение немного меняется. Однако в конечном итоге все эти термины указывают на одно и то же: на внутреннее «я». Просто их конкретные роли или контексты, в которых они используются, могут немного различаться.

Итак, цель внутреннего инструмента или *Антахкарана* стать устойчивым. Когда мы говорим об интеллекте, мы с таким же успехом могли бы сказать, что *Антахкаран* или ум должны быть устойчивыми. С точки зрения конечного результата все сводится к одному и тому же. Хотя между ними есть тонкие нюансы, по сути, они указывают на одно и то же состояние. Поэтому устойчивый интеллект является синонимом чистого интеллекта – или, как мы обсуждали ранее, очищение ума (*Читта Шуддхи*) и покой ума (*Читта Шанти*) одно и то же. Эти два — чистота и покой внутреннего «я» являются наиболее важными элементами при изучении данного писания.

Существует два подхода к изучению:

- один — академическое изучение с помощью книг,
- а другой — через практику, внедрение учений в повседневное поведение.

Когда чувства находятся под контролем, интеллект становится устойчивым. Это означает, что ум обретает покой, и именно с этого момента действительно начинается наше духовное путешествие. Помните, что это не значит, что как только интеллект станет устойчивым, вы закончили и можете откинуться на спинку кресла и расслабиться. Самартх Рамдас Свами говорил в этом контексте о переходе от *Деха Буддхи* к *Атма Буддхи*.

Деха Буддхи — это то естественное, инстинктивное ощущение, что «я — тело». Наш путь заключается в том, чтобы перейти от телесного сознания к осознанию «Я есть Атман» — блаженного, чистого истинного Я, *Сат-Чит-Ананда*. Достижение осознания «Я есть То» (*Сохам*) — это путь, лежащий перед нами.

Итак, чтобы начать путь от отождествления с телом к отождествлению с Атманом (*Деха Буддхи* к *Атма Буддхи*), требуется фундаментальная подготовка. Подготовка включает в себя очищение и успокоение *Антахкарана*. Но как мы узнаем, действительно ли наш *Антахкаран* чист? Самый простой способ проверить — посмотреть, есть ли хоть малейшее укольчик или чувство дискомфорта в отношении каких-либо моих прошлых действий, мыслей или слов. Если ответ «да», то это означает, что мое внутреннее «я» еще не полностью чисто.

Подумайте: мы все живые люди. Если мы говорим или делаем что-то слегка не то, сразу чувствуем внутренний укол. Это может быть что угодно — что-то, что мы сказали или сделали, в наших действиях, словах или в поведении. Возможно даже, что, хотя сегодня мы ведем себя хорошо, то, что мы сделали двадцать лет назад, все еще причиняет боль, когда мы об

этом вспоминаем. Например, если я плохо обошлась с кем-то несколько десятилетий назад и это воспоминание до сих пор мучает меня, заставляет испытывать душевную боль, значит процесс очищения не завершён. Пока существует этот «внутреннее укольчик», *Антахкаран* не является полностью чистым. Чтобы достичь чистоты, Господь даёт нам величайший путь — путь *Нишкама-кармы*, или действия, не мотивированного желаниями, который мы рассмотрим в третьей главе.

Когда действия становятся по-настоящему не эгоистичным, *Антахкаран* начинает очищаться сам по себе. Здесь важны как чистота ума, так и душевный покой. Самый простой способ определить, находится ли ум в покое или интеллект уравновешен, — наблюдать за собственной реакцией на других. Если кто-то говорит или делает что-то, и это вызывает во мне волну волнения, значит, интеллект еще не уравновешен.

Видите разницу? Если наши собственные действия вызывают укол беспокойства внутри, значит, *Антахкарану* не хватает чистоты. Если действия других людей причиняют нам боль или эмоциональные потрясения, значит, *Антахкарану* не хватает покоя. Чтобы обрести покой, Господь советует идти по пути *Нишкама-Упасаны*, или бескорыстного преданного служения. Когда мы поклоняемся Богу, не ожидая ничего взамен, подсознание постепенно успокаивается, а интеллект начинает стабилизироваться.

Это систематический процесс. Здесь важно понять, что пока интеллект не станет полностью устойчивым, истинное духовное путешествие не начнется. Допустим, мне предстоит поездка в Индию через четыре месяца. В наши дни билеты нужно бронировать за несколько месяцев, поэтому я забронировала свой сегодня. Это не значит, что мое путешествие началось; я лишь забронировала билеты. Затем, за неделю до отъезда, я стираю одежду; за четыре дня до отъезда — глажу ее. Два дня назад я, возможно, приготовила еду для поездки. Все эти действия являются неотъемлемой частью моего предстоящего путешествия, но само путешествие еще не началось. Все лишь подготовительная работа. На данный момент я даже не села в самолет, не говоря уже о том, чтобы начать путешествие. Когда наконец наступает день отъезда, я собираю чемоданы, запираю двери дома и отправляюсь в аэропорт. Только когда я наконец займу свое место и самолет начнет двигаться, путешествие действительно начнется.

Здесь все происходит точно так же. Все предварительные шаги: контроль над чувствами, неэгоистичные действия, бескорыстное служение — являются лишь основополагающими или начальными приготовлениями. Только когда *Антахкаран* становится полностью чистым и спокойным, а

интеллект — устойчивым, действительно начинается путешествие от «Я есть тело» к «Я есть Атман». Вот почему эти шаги имеют чрезвычайную важность.

В шлоке 68 Господь говорит о том, что **интеллект становится устойчивым и чистым**, а шлока 69, которую мы сегодня обсудим, подчеркивает, что все усилия до сих пор касались именно базовой подготовки.

Иногда, по мере того как *Антахкаран* становится чище и спокойнее, мы начинаем испытывать особый вид радости. Мы еще не достигли стадии высшего блаженства (*Парам Ананда*), но по мере того, как внутренняя мука, укол совести теряет свою остроту — «Я не должен был этого говорить» или «Почему я так сделал?» начинает угасать, на смену приходит естественное чувство радости. Однако это не означает, что мы достигли конечной цели. Собирать чемодан и думать, что я уже прибыла в Индию, не имеет смысла. Я только закончила собираться; я еще не в Индии. Здесь та же ситуация: *Антахкаран*, возможно, стал чистым и спокойным, но высшая мудрость еще не пробудилась. Еще предстоит проделать работу. Писания неоднократно дают нам «предупреждающие знаки», чтобы мы не попали в ловушку, думая, что достигли окончательной цели. Мы не должны питать преждевременную иллюзию, что мы всё поняли только потому, что прочитали «Гиту» один раз. Это практика на всю жизнь и вопрос непрерывного изучения; а не то, что происходит в одночасье. Конечно, есть люди, которые могут пропустить этап подготовки. Другими словами, технически я могла бы сесть в самолет до Индии, даже не собрав чемодан, и мое путешествие все равно началось бы. Однако это лишь техническая возможность, но, когда мы идем по пути духовности, это, безусловно, не рекомендуемый способ. Чем лучше я przygotowуюсь перед тем, как сесть в самолет, тем легче пройдет мое путешествие.

Еще одно, что нужно понять, речь не о том, чтобы корить себя за то, почему мы так медленно понимаем, или мучиться вопросом, почему нам не удается воплощать знания на практике. Цель не в том, чтобы запереть себя в клетке вины. Эти моменты просто призваны служить проверкой ситуации, чтобы увидеть, как далеко мы на самом деле продвинулись в духовном путешествии. Важно уметь осознать для себя, где именно мы находимся. Но, как сказал Господь, достичь цель абсолютно возможно, и возможно в этой самой жизни. Поэтому мы не должны ничего откладывать на потом. Мы должны приложить все возможные усилия, чтобы достичь духовную цель в этой самой жизни.

Переходя к 69-й шлоке, Господь говорит:

Шлока 69:

या निशा सर्वभूतानां तस्यां जागर्ति संयमी।

यस्यां जाग्रति भूतानि सा निशा पश्यतो मुनेः ॥ (भ. गी. 2.69)

yā niśā sarvabhūtānāṁ tasyāṁ jāgarti saṁyamī ।

yasyāṁ jāgrati bhūtāni sā niśā paśyatō munēḥ ॥ (B.G.2.69)

Человек, обладающий устойчивой мудростью, Стхитапраджня, бодрствует в то время, которое для всех существ является ночью. А когда все существа бодрствуют, наступает ночь для проникательного мудреца (Муни).

2.69. То, что ночь для всех существ, то время пробуждения для владеющего собой, а что время пробуждения для всех существ, то ночь для мудреца, занятого самосозерцанием.

Комментарий Др. Каки к шлоке 69:

Это хорошо известная и своеобразная шлока из «Бхагавад-гиты». Слова «бодрствование» и «сон» (ночь) обозначают соответственно «знание» и «невежество». Невежественные люди совершенно пробуждены в отношении чувств и их объектов. Однако просветленные люди равнодушно не обращают на них внимания. Мудрый человек, который сосредоточен на своем истинном Я, Брахмане, и который достиг твердой, прямой, устойчивой Самореализации, опыта «Я есть Брахман», как будто спит, думая обо всех мирских объектах. Он игнорирует их. Когда все невежественные люди бодрствуют или находятся в состоянии бдительности, стремясь получить больше объектов, просветленный спит. Стхитапраджня равнодушен как к радости, так и к печали, которые истекают из объектов. С его точки зрения, мирские объекты совершенно неважны и не имеют значения. Те, кто не осознал Атман, стремятся извлечь счастье из объектов. Они приходят в восторг, когда находят радость, и впадают в уныние, когда находят горе в жизни. Вся их жизнь проходит в переживании двойственности радости и горя, навязанной Прарабдхой. Однако человек, обладающий устойчивой мудростью, наслаждается жизнью, полной непреходящего, безусловного, Чистого Блаженства. Святой Тукарам ясно говорит: «В жизни, наполненной в основном страданиями, есть лишь крупица счастья». Невежественные люди не прекращают слепое стремление к объектам,

хотя находят в них очень малое и непостоянное счастье. Однако просветленный мудрец радуется чистому Блаженству своего истинного Я, оставаясь равнодушным к удовольствиям и страданиям, навязанными Прарабдхой.

Здесь Господь объясняет разницу между обычным человеком и *Стхитапраджня*, то есть тем, кто обладает высшим осознанием того, что «Я есть Брахман» или «Я есть Атман». Господь говорит, что состояние, которое для всех живых существ подобно ночи, является моментом, когда йог-*Стхитапраджня* находится в полном бодрствовании и активности. В осознании Высшего Я, которое для других темно, как ночь, просветленный человек остается активным и бодрствующим; это его день. И наоборот, то, что все живые существа считают днем, когда все остальные бодрствуют и активны, для него является ночью. В это время он спит.

Смысл шлоки глубокий и не является чем-то, что мы можем понять мгновенно. Понятия «ночь» и «день», используемые здесь, являются метафорами невежества и знания. Для обычного живого существа «день» представляет собой то, о чем оно знает, то, что оно понимает, и то, на чем сосредоточено его внимание. Для мудреца *Стхитапраджня* эта же сфера является его «ночью». Это не означает, что он невежественен в буквальном смысле, а скорее то, что он остается «неосведомленным» или безразличным к мирским вещам.

Давайте сначала проинтерпретируем вторую часть шлоки, поскольку вторая половина представляет собой полную противоположность.

А когда все существа бодрствуют, наступает ночь для проницательного мудреца (Муни).

Всем знакомо слово «неосведомленность». Быть осведомленным означает обладать знанием или информацией о чем-либо. Таким образом, мудрец здесь может обладать необходимой буквальной информацией, но он не осознает её активно. Следовательно, он «спит», потому что не испытывает к ней интереса. Именно те вещи, которые страстно интересуют обычных людей, не представляют интереса для мудреца или *Муни*. То, к чему тяготеет Муни или мудрец, не представляет интереса для обычных невежественных людей; они просто не «бодрствуют» в отношении этих вещей.

Итак, то, что для невежественных людей является «днем», для Муни является «ночью». Как выглядит «день» для невежественных? На чем сосредоточено их внимание? Где они запутываются и как проводят время? В первую очередь, они одержимы

- желаниями,
- страстями (*bhog*) и
- накоплением.

Уже долго мы размышляем о том, как обычные люди движимы жаждой мирских удовольствий. Наши материальные желания обычно сводятся к трем вещам: еде, одежде и жилью. Мы хотим есть лучшую еду, носить самую лучшую одежду и жить в красивых домах. Люди следят за каждой копейкой и готовы сражаться за каждый сантиметр земли. Это то, что мы называем «грубыми» или физическими желаниями, и мы уже подробно их обсуждали.

Сегодня давайте сместим фокус и посмотрим на «тонкие» удовольствия и страсти. Как мы, обычные существа, привязаны к вещам, которые не так заметны и довольно тонки?

К тонким желаниям внутреннего мира относятся стремление к

- власти,
- богатству,
- славе,
- признанию и
- статусу.

Это не всегда должно быть стремление к огромной власти. Часто бывает, что в семье, дома, жена очень тихая, во всем на поводу у мужа, как он сказал, так и будет. Но вот она приходит на работу и, хотя и там она никакой не начальник, но она готова вступать в конфликт с коллегами по любому поводу, лишь бы только ее слово было последним.

Все это проистекает из желания, из настойчивой жажды, чтобы люди нас слушали, делали то, что мы говорим, и уважали нас. Мы хотим, чтобы наш голос был услышан и оценен. Это желание, которое нам хорошо знакомо — жажда комфорта, власти, уважения.

Но если внимательно понаблюдать за мудрецом, за просветленной душой, если вы действительно посмотрите, как они ведут себя, вы увидите, что они полностью свободны от жажды признания. Они не питают никакого желания подчинения и никакой привязанности к власти. Они будут говорить свою правду, выполнять свои обязанности и давать наставления, но без какой-либо привязанности или ожиданий. Поэтому они никогда не застревают на вопросах типа: «Почему ты этого не сделал?», «Почему ты это не прочитал?», «Почему ты меня не послушал?». Таким образом,

когда речь заходит о тонких желаниях, движимых эго, *Муни* здесь крепко спит.

Также можно сказать и о материальных вещах. Раньше все сводилось к одежде, может быть к украшениям. А сейчас появилось новое измерение: у меня квартира в городе, дом за городом, еще квартира в Испании, а еще хочется домик ... – нет конца, мир огромный, везде можно купить «свой» дом или хотя бы квартиру.

Поскольку мы живем в материальном мире, определенный уровень накопления является ожидаемым. Мы должны планировать будущее. С ростом инфляции разумно откладывать деньги на будущее. Если я заболею, могут понадобиться деньги. Поэтому обеспечение своего будущего и принятие необходимых мер — моя ответственность и мой долг. Но очень легко потерять все границы.

Стремление накопить больше становится настолько сильным, что мы теряем представление о границах. Мы перестаем задавать себе простые вопросы: «Что мне действительно нужно?», «Чего достаточно для моего будущего?». И, не задумываясь над этими вопросами, мы просто продолжаем копить, покупать. У просветленного человека, *Муни*, нет такой одержимости мирскими благами, и поэтому для него это «ночь», в то время как для тех, кто погряз в мирской жизни, это их «день».

Мудрец совершенно безразличен к мирским стремлениям, потому что он достиг состояния абсолютного блаженства. Как описал святой Тукарам: *«Deh he kalache, dhan Kuberache»*, что означает: *тело принадлежит Времени/смерти, а богатство принадлежит Кубере, или богу богатства*. Просветленный мудрец воплощает это осознание.

Еще один момент: склонность просто плыть по течению. В прошлый раз мы кратко затронули эту тему. Обычные, невежественные люди склонны плыть туда, куда их несет жизнь. Есть английская пословица: «только мертвая рыба плывет по течению», что означает: только мертвая рыба будет плыть, не зная, откуда она приплыла и куда направляется. Но живая рыба другое дело. Она будет постоянно бороться и прилагать усилия, чтобы плыть вверх по течению, обратно к своему истоку. Чтобы достичь истока, рыбе иногда приходится плыть против течения. Когда я впервые услышал это от своего Гуру, слова глубоко поразили меня. Он сказал нам, что истинный признак того, что мы «живы» как человеческие существа, заключается в том, останавливаемся ли мы когда-нибудь, чтобы задать себе следующие фундаментальные вопросы:

- Кто я?
- Почему я здесь?
- В чем заключается моя истинная природа?
- В чем заключается цель этой человеческой формы?
- Куда я направляюсь и каков путь, ведущий туда?
- В чем заключается конечная цель человеческой жизни?

Эти вопросы должны промелькнуть в сознании человека хотя бы раз в жизни. Поиск ответов на фундаментальные вопросы — это признак того, что человек действительно жив. Если такие мысли даже не задевают ум, то нет никакой реальной разницы между нами и любым другим животным, сосредоточенным исключительно на еде и безопасности. Поэтому бесцельное движение по течению составляет «день» обычных существ, в то время как мудрец, плывя против течения, уже достиг истока. Он полностью осознал ответ на фундаментальный вопрос «Кто я?» и живет в этом.

Пока мы находимся на этом пути как искатели, мы должны стремиться плыть против течения мирских стремлений и прилагать искренние усилия, чтобы найти свое происхождение. Поскольку в настоящее время мы изучаем Санкхья-йогу, давайте посмотрим на это через призму веданты. Существует одна высшая Истина: *brahma satyaṃ jaganmithyā jīvo brahmaiva nāparaḥ* - только Брахман является высшей Реальностью, а мир всего лишь иллюзия. И «мир» здесь также включает в себя все, что в нем находится, включая мое собственное тело.

jīvo brahmaiva nāparaḥ означает, что индивидуальная душа (*Джива*), которую я часто принимаю за смертное тело, на самом деле не что иное, как сам Брахман. Поэтому, чтобы ответить на вопрос «Кто я?» одним предложением, ответ уже дан: ты есть *Брахман*.

А чтобы понять, что такое *Брахман*, что такое *Джива* и как на самом деле осознать, что эти два — Одно, нужно прочесть восемнадцать глав «Бхагавад-гиты». Брахман трудно понять, потому что Он не поддается восприятию пятью чувствами. В то время как мы привыкли верить только тому, что можем увидеть, услышать или потрогать, эта тема полностью выходит за пределы чувств. Поэтому предстоящий путь может оказаться трудным, хотя именно Брахман и остается окончательной и абсолютной Истиной.

Следующий момент, о котором говорит Господь, заключается в том, что большинство существ осознают лишь своё материальное существование. Чтобы более подробно разобраться в этом, рассмотрим несколько примеров. Маленький ребёнок понимает только то, каково быть ребёнком.

А вот пожилой человек, проживший детство, юность и старость, обладает более глубоким знанием всех жизненных этапов.

Далее рассмотрим пример с богатством. Представьте себе человека, обладающего огромным состоянием, и другого, у которого столько же, но который решает отдать его. Человек, который умеет только копить и накапливать, буквально не может понять смысл дарения. У него нет представления о том, что на самом деле значит быть щедрым, и о том чувстве удовлетворения, которое щедрость приносит. С другой стороны, человек, который дарит, понимает как акт накопления, так и акт отпускания.

Мудрецы и просветленные (*сиддхи*) во многом похожи на них. В большинстве случаев они начинали так же неосознанно, как и мы. Они практиковали глубокую духовную дисциплину, аскезу, прилагали усилия, прежде чем в конечном итоге достигли состояния совершенного существа. Конечно, есть несколько исключительных случаев людей, которые родились в таком состоянии, но они редки. Большинство мудрецов и *Стхитапраджня*, о которых мы знаем, достигли вершины благодаря постоянной практике. В результате они понимают обе стороны; они знают, каково быть запутавшимся в мире, и знают освобождение осознавшей души. Однако обычный человек знает только мирскую сторону. У него нет представления о том другом виде счастья или блаженства; он совершенно не осознает его, потому что все его сознание поглощено мирскими удовольствиями и стремлением к накоплению.

Мы исследуем, где именно проходит грань между обычным человеком и *Стхитапраджня*.

Одно из самых значительных различий заключается в *Вивека*, или различении. Обычным людям не хватает различения. «*Вивека*» — это слово, которое мы все слышали много раз. Его санскритский корень — «*вич*», что буквально означает «просеивать» или «выбирать». Итак, что же мы выбираем? Сила *Вивеки* в способности рассматривать огромное множество вариантов или альтернатив и выбирать самый лучший из них. Хотя духовное различение более глубокий вопрос, мы используем *Вивеку* даже в повседневной жизни. Когда мы идем покупать овощи, мы тщательно выбираем лучшие и самые свежие продукты. Почему мы так делаем? Потому что мы наделены даром различения. Если бы туда пошла корова или буйвол, они бы просто съели все, что попадает на глаза. Они не различают, что хорошо, а что плохо. Чувство различения, способность выбирать — уникальный дар, данный человеку. Однако обычные люди,

которые не идут духовным путем, не знают себя и не практикуют никакой духовной дисциплины, склонны выбирать преходящее.

Мы видели, что все в материальном мире по своей сути временное. Мимолетны вещи, которые преходящи, вещи, которые не могут сохраниться, и вещи, которым суждено закончиться. Если мы внимательно посмотрим на повседневную жизнь, то заметим, что то, что мы хотим делать, говорить или стремимся приобрести, — почти все это принадлежит к сфере временного. Поэтому все оно обречено на уничтожение, на разрушение.

Все человечество только гонится за мимолетным. Мудрец же смотрит на вечное и выбирает вечное. Это прекрасно сформулировано в Упанишадах. Хотя сегодня мы не будем углубляться в тему, давайте хотя бы поймем суть.

Упанишады дают следующую мантру:

ॐ asato mā sadgamaya ।

tamaso mā jyotirgamaya ।

mṛtyormā amṛtaṁ gamaya । (br. upa. 1.3.28)

asato mā sadgamaya - что означает «Веди меня от нереального к Реальному». Почему это было записано в Упанишадах? Потому что нам говорят: не выбирай Асат, нереальность; отпусти нереальное и прими Сат, Реальность. Тамас олицетворяет тьму, а тьма символизирует невежество. Нас призывают оставить позади тьму невежества и двигаться к свету, то есть к знанию. Оставить смерть позади и двигаться к бессмертию. Каждое из этих слов несет в себе огромную глубину смысла. Сегодня мантра не является нашей основной темой, но если кратко рассмотреть Тамас (тьму) или невежество, то по сути это означает не знать, кто я есть на самом деле. Все наше мирское существование основано на предположении, что «я есть тело», и мы остаемся полностью запутавшимися. Это означает, что мы выбрали Тамас; мы выбрали тьму. Вместо этого мы должны пытаться искать истину о том, кем мы действительно являемся. Поступая так, мы движемся к свету, то есть к знанию.

Ранее мы уже затрагивали термины Сат и Асат. Слово Сат относится к тому, что является «trikalabadhit» — тому, что остается неизменным в прошлом, настоящем и будущем. Мы вернемся к понятию позже, потому что это жизненно важное понятие, Сат не то, что можно легко понять; нужно слышать, читать и перерабатывать снова и снова. Только тогда ум сможет по-настоящему Его понять. Сейчас мы все еще находимся на базовом, буквальном уровне понимания данного понятия. Поэтому, пока

интеллектуальное понимание не станет кристально ясным, внедрение этих истин в повседневное поведение остается невероятно сложной задачей.

Итак, чтобы обрести интеллектуальную ясность, мы должны практиковать *tat śravaṇaṃ tat kathanam tat vacanam*, что означает *слушать это, говорить об этом и постоянно изучать это*.

Постоянно занимаясь этими истинами, они начинают обретать смысл. Движение к *Sat* означает поиск и выбор того, что вечно и существует во всех трех периодах времени. Не выбирайте *Asat*, нереальное. Мудрец выбирает вечное, в то время как обычный человек выбирает преходящее и остается впутанным в него.

Человек, обладающий устойчивой мудростью, Стхитапраджня, бодрствует в то время, которое для всех существ является ночью.

В шлоке Господь объясняет, что то, что обычные существа считают «днем», для мудреца является «ночью». И наоборот, то, что мудрец считает «днем» и остается в нем бдительным и активным, для обычных людей является «ночью». Когда человек или объект гибнет, взор мудреца остается устремленным на фундаментальный элемент, который не погиб.

Его взгляд устремлен на ту вечную субстанцию, которую невозможно уничтожить; поэтому он не испытывает боли и не переживает горя. Так Господь иллюстрирует фундаментальное различие между мудрецом и обычным существом.

Затем Господь говорит:
Шлока 70:

आपूर्यमाणमचलप्रतिष्ठं समुद्रमापः प्रविशन्ति यद्वत्।

तद्वत्कामा यं प्रविशन्ति सर्वे स शान्तिमाप्नोति न कामकामी ॥ (भ. गी. 2.70)

Āpūryamāṇamacalapraṭiṣṭhaṃ samudramāpaḥ praviśanti yadvat ।

tadvatkāmā yaṁ praviśanti sarvā sa śāntimāpnōti na kāmakāmī ॥ (B.G. 2.70)

Вода со всех сторон вливается в океан, но океан остается неизменным и никогда не выходит из своих границ. Точно так же мудрый человек, не обеспокоенный непрекращающимся потоком мирских желаний, приходящих со всех сторон в его ум, может один найти мир. Человек, ищущий мирских удовольствий, никогда не может быть спокойным.

2.70. Тот, кого не беспокоят потоки желаний, как океан не беспокоят полноводные реки, тот достигает умиротворения, но не тот, кто жаждет исполнения желаний.

Комментарий Др. Каки к шлоке 70:

Также просветленный человек, обладающий устойчивой мудростью, сталкивается в жизни со многими переживаниями, как хорошими, так и плохими в соответствии с предначертанием Прарабдхи. Однако, поскольку он достиг уравновешенности в радости и горе, его покой никогда не нарушается. Невежественный человек, с другой стороны, испытывает покой и беспокойство по очереди.

Господь приводит глубокую аналогию с океаном, чтобы проиллюстрировать устойчивость просветлённой души. Подумайте о разнице между рекой и океаном. Когда река выходит из берегов, вода переливается через берега и разливается повсюду. И все бурные реки в конце концов впадают в океан. Однако океан остаётся невозмутимым и не выходит за свои пределы. В разгар лета реки могут пересыхать и исчезать полностью, но океан никогда не высыхает. Его безграничность такова, что он не увеличивается от притока всех рек мира и не уменьшается от палящего солнца. Суть иллюстрации в том, что глубина океана остается постоянной, и он ни переполняется, ни исчезает в ничто. Если применить здесь строгую логику или научные данные для целей логического или географического спора, можно было бы утверждать, что во время муссонов или когда сливаются огромные реки, уровень моря действительно поднимается. Но это не цель. Мы должны понять аналогию в духе, что океан настолько обширен, что никакое количество поступающей воды не вызывает в нем беспокойства, и никакое количество испарения не заставляет его чувствовать себя пустым.

Точно так же ум просветленного человека (*Стхитапраджня*) совершенно безмятежен и невозмутим (*Нирвикара*). Сколько бы мирских удовольствий или объектов ни попадалось ему на пути, он остается невозмутимым, нетронутым. Это глубокий опыт, особенно если вам когда-либо выпадала честь находиться в присутствии истинного Садгуру или подлинного святого. Я говорю «истинный», потому что есть много тех, кто называет себя гуру, но таковыми не является. Однако, если вы проведете время с тем, кто действительно просветлен, вы обнаружите, что их поведение часто непонятно для обычного ума. Почему? Потому что в то время, как наши умы колеблются при каждой мелкой выгоде или потере, их сознание остается столь же устойчивым, как глубокое море. Изобилие и роскошь часто кажутся следующими за ними, как преданные слуги. Многие люди стремятся служить им, ожидая малейшей возможности оказать услугу. Как

будто все мирские богатства и духовные силы (*риддхи* и *сиддхи*) ждут, чтобы служить, сложив руки. Постороннему может даже показаться, что они погрязли в этих удобствах, что заставляет задаться вопросом: может ли человек, потекающий такой роскоши, быть по-настоящему просветленным? Однако на самом деле, независимо от того, чем они, казалось бы, наслаждаются снаружи, их внутреннее состояние остается совершенно отрешенным, безразличным и безмятежным. Их покой ни в коей мере не зависит от каких-либо из этих чувственных удовольствий.

Однажды я стала свидетелем этого внутреннего покоя Садгуру. Много лет назад, когда наш Гуру посещал чей-то дом, люди прилагали все усилия, чтобы обеспечить ему комфорт. Они готовили лучшую еду, устраивали безупречные спальные места с москитными сетками и предоставляли все возможное для его комфортного пребывания. Но я помню один конкретный визит в крошечный дом в Мумбаи — тесную однокомнатную квартиру. Комната была маленькой, темной, и хозяева, возможно из-за болезни или каких-то других трудностей, не смогли многое подготовить. Было уже поздно ночью, когда мы с другом пошли выразить свое уважение нашему Гуру. Постель была импровизированной, а в комнате роились комары. Тем не менее, несмотря на не лучшие условия, он уже крепко спал, совершенно не беспокоясь. Этот образ остался в моей памяти; он показал, что его отдых не зависел от качества кровати или комфорта комнаты.

Мы не смогли выразить свое уважение, так как он спал, поэтому просто посидели там пять минут и ушли. Даже несколько минут были испытанием, потому что комната была в ужасном состоянии. Она была грязной, кишела комарами и была совершенно запущена. Тем не менее, он крепко заснул там, ни о чем не беспокоясь. Я всегда видела, как ему предоставляли ухоженные комнаты, с белоснежными простынями на кровати и всем в идеальном порядке; но увидеть это собственными глазами было откровением.

Однажды ночью обстоятельства заставили его оказаться в таком месте, и тем не менее он спал в полном покое. Это напомнило мне учения мудреца Васиштхи, обращенные к Господу Раме в «Йога-Васиштхе». Васиштха сказал ему:

antastyāgī bahirbhāgī loke vihara rāghava ॥

Это означает, что ваше внутреннее «я» должно оставаться в состоянии полного отречения, независимо от того, что жизнь бросает вам снаружи.

Будь вы окружены самой лучшей роскошью или самыми суровыми условиями, они должны оставаться на внешней поверхности и никогда не

достигать вашей души. Именно это внутреннее отречение среди внешней вовлеченности — именно такой настрой Гуру Васиштха призывал Господа Раму развивать.

В этом заключается секрет истинного мудреца — самоконтролируемой души с непоколебимым умом. Мы часто не можем этого понять. Среди многих духовных гигантов Индии Шри Рамакришна Парамаханса считается одним из величайших. Тем не менее, в своё время ему пришлось столкнуться с обвинениями в пристрастности. Люди утверждали, что он благоволил к богатым, которые щедро жертвовали, уделяя им особое внимание и даруя духовную силу, в то время как пренебрегал бедными. Однажды я прочитала историю об этом, где перед ним собралось от ста до пятисот учеников. Чтобы ответить на эти обвинения, он выстроил их всех в ряд. Видите ли, духовные мастера обладают способностью передавать свою энергию тем, кто способен ее принять. Это не имеет ничего общего с богатством или статусом ученика. Итак, он велел всем сесть или стоять с закрытыми глазами, а затем положил руку на лоб каждого из них, чтобы передать эту энергию. Те, кто не был готов, не был подготовлен или не обладал внутренней силой, начали терять контроль. Они начали кричать, петь, танцевать и вести себя неконтролируемо. Но те, кто был по-настоящему готов и обладал глубиной, необходимой для поглощения духовной силы, оставались совершенно неподвижными, погруженными в состояние полной тишины, вызванное этим глубоким переживанием. В конце концов, ученики, которые жаловались, осознали истину: когда Гуру передает свою духовную силу, нет никакой предвзятости. Он просто дает в соответствии с готовностью искателя. Поэтому, если мы когда-либо смотрим на мудреца и думаем: «Почему он, кажется, любит одного человека, говорит с кем-то более ласково, а со мной — нет?», нужно избавиться от таких мыслей. Мы должны верить, что все, что они делают, абсолютно правильно.

Для блага общества просветленный (*Сиддха*) должен сознательно принимать *гуны* (основные качества природы). Большинство из нас просто подвержены капризам трех *гун*. Когда доминирует *Саттва*, мы действуем ясно; когда берет верх *Раджас*, мы бездумно смотрим телевизор; а когда *Тамас* тяготит нас, мы погружаемся в лень и сон. Мы не выбираем эти состояния; три состояния контролируют нас. Однако человек с устойчивой мудростью, *Стхитапраджня*, переворачивает ситуацию. Он не поддается *гунам*; он полностью контролирует их и просто использует как инструменты. Он может намеренно принять *Раджас*, чтобы выполнить конкретную задачу, или принять *Тамас*, чтобы отругать кого-то. Почему? Потому что ситуация требует выговора. Это не означает, что он действительно вышел из себя. Скорее, осознав необходимость отчитать, он

намеренно принял *Тамас*. Господь объясняет здесь, что внутреннее состояние ума такого человека остается непоколебимым и постоянным, как океан.

Есть один важнейший момент, который прямо не упоминается в этих двух шлоках, но имеет решающее значение для них. Мы часто говорим о том, что нужно контролировать ум и чувства, чтобы сдерживать свои желания. Самая первая отличительная черта *Стхитапраджня*— это *Prajahati Yada Kaman*, то есть тот, кто **полностью взял под контроль желания**. Здесь мы должны понять, что Веданта-Шастры ясно указывают на то, что полностью удовлетворить желания в физическом теле принципиально невозможно. Будь то желание чего-то или стремление избежать чего-то, «удовлетворение» желания — всего лишь иллюзия. Поэтому, стремясь реализовать свой список желаний, мы просто пытаемся сделать невозможное.

Когда Бог создал человеческую форму, это было сделано с глубоким замыслом. В молодости нами движут желания, и мы предаемся удовольствиям мира. В расцвете сил мы продолжаем это стремление. Однако по мере того, как мы постепенно стареем, достигая 60 или 70 лет, наша способность испытывать чувственные удовольствия постепенно угасает. Нужно остановиться и спросить себя: «Почему так происходит?» «Почему способность наслаждаться уменьшается с возрастом?»

Великий святой Тукарам Махарадж заметил:

Halu halu challe kaan, naak, kes, dole — *постепенно наши уши (слух), наш нос (дыхание), наши волосы и наши глаза (зрение) начинают отказывать*. Они угасают, но не просто так.

Ожидается, что по мере старения интенсивное стремление и склонность к наслаждениям также должны естественным образом угасать. Когда чувства больше не обладают силой преследовать удовольствия, это сигнал, подсказка сдерживать импульсы. Пришло время свести их к одной точке сосредоточения.

Дасгану Махарадж прекрасно запечатлел это в стихотворении на языке маратхи. Суть стихотворения заключается в том, что с возрастом волосы теряют свою черноту. Видя, как проходят годы, глаза тоже теряют зрение. Тело, которое когда-то двигалось с прямыми, широкими плечами в расцвете молодости, теперь склонилось под тяжестью времени. Став свидетелем всего этого, поэт восклицает:

«О Ум! Прекрати свои блуждания сейчас. Перестань гоняться за объектами чувств и стремись достичь Бога».

Когда речь заходит о стремлении, ведущем нас к Богу, мы сталкиваемся с двумя типами препятствий. Мой Гуру всегда говорит, что одни препятствия возникают естественным образом, а другие — по нашей собственной вине. Мы часто ищем оправдания. Если мой сын не хочет учиться, он найдет сотню оправданий: «У меня болит нога» или «Голова тяжелая». Эти причины на самом деле не имеют значения, потому что правда в том, что он просто не хочет заниматься. В нашей собственной жизни мы должны честно оценивать себя: является ли препятствие действительно внешним обстоятельством, неподвластным моему контролю, или мне просто не хватает внутренней воли, и я ищу удобное оправдание, на которое можно опереться? Мы должны честно различать настоящий кризис и причину, которую мы сами придумали.

Иногда ситуация действительно сложна; у многих людей нет благоприятной обстановки для учебы. Возможно, есть муж, который настолько не любит духовность, что раздражается, как только жена берет в руки «Гиту». Я видела много таких семей, где духовный путь просто не поддерживается. В такие моменты нужно действовать с чувством такта. Во-первых, возможно, стоит попытаться их успокоить и закончить все необходимые дела. Часто говорят, что, если человек действительно хочет чего-то достичь, он всегда найдет способ. Это относится даже к физическим заболеваниям, таким как инсульт. Мы знали одного пожилого человека, который перенес инсульт; в течение двенадцати лет он не мог даже встать с постели или передвигаться самостоятельно. Его дети должны были делать за него все, так как он не мог даже дойти до туалета. И все же за эти двенадцать лет он ни разу не воскликнул: «Боже, просто заведи меня сейчас!» или «Почему это происходит со мной?» Вместо этого, даже в таком состоянии, он каждый день читал все 700 шлок «Гиты». Он оставался настолько радостным и удовлетворенным, что не всякий совершенно здоровый человек мог сравниться с его духом. Он жил так двенадцать лет, а не просто день или два.

Обстоятельства могут быть враждебными. Физическое здоровье или финансовое положение могут работать против вас. Окружающие люди могут не оказывать поддержки. Но если вы сохраните позитивный настрой и решимость найти выход из ситуации, это вполне возможно. Есть люди, которые продолжали учиться и развиваться, живя в условиях, гораздо худших, чем наши. Следует смотреть на тех, кто сталкивается с большими трудностями и большей болью, чем мы, но продолжает учиться, практиковать и не сдаваться. Когда мы смотрим на них, путь вперед становится ясным.

Итак, мы рассмотрели сегодня шлоки 69 и 70. В чем самое главное отличие просветленного человека от нас? – в том, что он всегда знает, что вечно и держится за Вечное. Его ум можно сравнить с океаном, никакой поток событий или новостей не может взволновать его и заставить выйти из берегов. Что еще важно: мы начали духовную практику! Это замечательно. Мокша не входит в Прарабдху! Поэтому все зависит от наших усилий.

В следующий раз мы закончим последние шлоки главы
Хари Ом Тат Сат!

Лекция 26, шлоки 71-72

Мы уже несколько месяцев изучаем вторую главу и теперь, наконец, ее заканчиваем. Неужели нельзя быстрее? Можно ведь уложиться в 2-3 занятия, составить Майн кард, как это теперь принято, можно даже составить тест и всем его сделать, убедиться, что все запомнили и идти дальше. Наверное, есть науки, которые так и можно изучать. Но у нас особенная наука. Она специально говорит о трех шагах изучения: сначала Шравана – слушание. Нужно не только слушать, но и слышать. Услышать, а потом начать размышлять об услышанном – Манана. В процессе размышлений обязательно появляются вопросы, их необходимо выяснять. Многие Упанишады составлены в форме вопросов ученик-учитель. А когда вопросов не осталось, нужно, чтобы все, что мы слышали и поняли, стало моим образом жизни, моей сущностью. Это Ниддхидьясана. Если Веданту учить и не понимать – в ней нет никакого смысла. Если понимать и не применять – тоже нет никакого смысла.

Веданта увлекательна и есть много писаний, у них такие волшебные названия, хочется изучить их все. Но также, как невозможно утолить все желания материальных предметов, также невозможно утолить и жажду знания. А наша истинная сущность – Чит, Я есть само Знание. Полное, бесконечное, завершенное. Только познав свое Я уйдут все желания, в том числе и жажда учить.

Сегодня мы изучим последние 2 шлоки главы. Глава замечательна тем, что в ней изложена вся Адвайта Веданта, указаны все конкретные шаги, возможные ошибки. Фактически, все, что Кришна хотел сказать, Он сказал во второй главе. Но Арджуна остался сидеть там, где сидел и вместо того, чтобы вступить в бой, начал задавать вопросы. На них Кришна отвечал еще 16 глав. Поэтому будет достаточно повторений, более подробных

объяснений или объяснений с другой точки зрения. Иногда мы и сами не знаем, на что отзовется ум, какие примеры окажутся понятными. И мы будем обязательно говорить о том, как применять изученное на практике. Нет необходимости спешить закончить Гиту, во всех писаниях говорится одно и то же, есть только одна Адвайта Веданта. Но у нас есть важная цель – Стхитапраджня, мы хотим стать самим Блаженством прямо в этой жизни.

В прошлый раз мы говорили о шлоках 69 и 70

Шлока 69:

Человек, обладающий устойчивой мудростью, Стхитапраджня, бодрствует в то время, которое для всех существ является ночью. А когда все существа бодрствуют, наступает ночь для проницательного мудреца (Муни).

Шлока 70:

Вода со всех сторон вливается в океан, но океан остается неизменным и никогда не выходит из своих границ. Точно так же мудрый человек, не обеспокоенный непрекращающимся потоком мирских желаний, приходящих со всех сторон в его ум, может один найти мир. Человек, ищущий мирских удовольствий, никогда не может быть спокойным.

В шлоке 69 дается сравнение обычных людей и мудрого, который познал Атман.

Говорится о дне и ночи. День – это там, где мы активны, область наших интересов. А ночь – там, где скучно или про ночь можно думать еще как такое состояние ума, такая скорбь, что от нее темно.

Где нам не до сна? – все мирское. Ничего не упустить, не пропустить. Мы с утра до вечера не жалеем сил для того, чтобы построить свое счастье, которое, как мы уже объясняли, по сути, карточный домик, чуть сдвинули любую мелочь – все рухнуло. Мы привязаны к мирскому, а в мире ничего нет постоянного, вечного, поэтому карточный домик точно рухнет! Другое дело мудрый человек – он никогда не делает ставку на преходящее. Конечно, и просветленные люди работают, заботятся о семье, но у них ко всему мирскому другой настрой, другое отношение. «Если мой дом загорится, я пойду за ведром, но я точно знаю, что экран не сгорит».

Точное знание, что «экран не сгорит» удерживает и от ночи горя. Любые самые ужасные обстоятельства, включая смерть близкого человека, не способны выбить мудрого из состояния блаженства, нет для него темной ночи горя и безысходности.

Они всегда держатся за Сат.

Шлока 70 - Точно так же мудрый человек, не беспокоенный непрекращающимся потоком мирских желаний, приходящих со всех сторон в его ум, может один найти мир. - может один найти мир. Человек, ищущий мирских удовольствий, никогда не может быть спокойным.

Его душа – как океан, не страшны ему ни наводнения, ни засуха. Такая глубокая у него душа. Там всегда покой.

Шлока 71:

**vihāya kāmānyaḥ sarvānpumāñścarati niḥspṛhaḥ ।
nirmamō nirahaṅkāraḥ sa śāntimadhigacchati ॥ (B.G. 2.71)**

Только тот, кто отказывается от всех желаний и выполняет свои обязанности без эгоизма, жадности и привязанности к материальным благам, может обрести истинный покой.

2.71. Человек, оставивший все чувственные желания и действующий без вожеления, без чувства собственности, без эгоизма, достигает умиротворения.

Комментарий Др. Каки к шлоке 71:

Человек желает объекты по двум причинам:

- *Когда он впервые сталкивается с объектом, он хочет его приобрести.*
- *Вспоминая объект благодаря прошлым Васанам, он желает его.*

Например, форма (Рупа) является объектом (Вишайи) для глаз. Когда человек с устойчивой мудростью открывает глаза, он тоже не имеет другого выбора, кроме как видеть все формы вокруг себя. Но он точно понимает, что все формы обязательно приносят как удовольствие, так и боль, и что невозможно получить длительное, безусловное, чистое блаженство от любой формы. В результате его ум и органы не гонятся за этими формами.

Каждый человек не имеет иного выбора, кроме как чувствовать запахи и слышать звуки окружающих его объектов. Таковым является также человек с устойчивой мудростью, испытывающий запахи, звуки и т. д., но он не ожидает от них счастья. Он наслаждается многими приятными объектами, но он знает, что это его собственное внутреннее Чистое Блаженство Атмана, которое проявляется через эти удовольствия.

Таким образом, он не привязан ни к какому объекту. Также, если он кажется окруженным различными объектами, его покой не нарушается, поскольку он совершенно не привязан к своему телу и миру. У него нет желаний, алчности, чувства собственности или необоснованного эго. Он никогда не бывает обеспокоен ни наличием, ни отсутствием чувственных удовольствий. В его уме не осталось никаких желаний. Поскольку он не жаждет объектов, он не испытывает чувства собственности или привязанности к средствам, с помощью которых можно получить объекты. Когда нет желаний и чувства «мое», нет эго, которое наслаждается предметами или чувствует их. Когда все эти качества исчезли из его ума, что еще он может испытывать, кроме полного покоя и счастья?

Здесь Господь выделяет четыре ключевых момента. Человек, который **отрекается от всех желаний** и выполняет свои обязанности без **привязанности, жадности и чувства эго**, — именно он обретает истинный покой. Описав все черты просветлённой души (*Стхитапраджня*), Господь теперь высказывает заключительную мысль.

Итак, кто же именно достигает покоя? Для этого существует четыре условия, о которых Господь, собственно, уже рассказывал нам ранее. Повторение просто для того, чтобы мы полностью усвоили Его послание. **Господь говорит, что нужно отказаться от всех желаний.** Отказ от желаний — тема, с которой мы уже так много раз сталкивались. Мы уже говорили о том, что описание просветлённой души в этой самой главе начиналось со слов **vihāya kāmānyaḥ** (тот, кто оставил желания). Эта концепция появилась ранее, когда мы читали о самой первой черте просветленного человека: **prajahāti yadā kāmān** (когда он отбрасывает все желания). Учение началось с этой основной идеи и заканчивается здесь точно на той же ноте.

Когда мы изучаем «Бхагавад-гиту» — особенно для таких обычных людей, как мы, живущих своей мирской жизнью, естественно чувствовать, что все звучит совершенно недостижимо. Мы часто думаем, что учения предназначены исключительно для аскетов или монахов в шафрановых одеждах. Мы даже убеждаем себя, что это не для нас и совершенно недостижимо. Таково наше обычное мышление. Однако, если Господь сказал это здесь, значит, **все возможно для нас**. Это, несомненно, сложно и требует усилий, но определенно не невозможно. Если искренне приложить усилия, жить таким образом вполне достижимо.

Давайте вернемся и вспомним, как начиналась «Бхагавад-гита». Она начиналась с того, что мы называем **Унакрама (прелюдия)**. Какова была основная цель ее изложения? Она начиналась со шлоки

2.11. Произнося премудрые речи, ты скорбишь о том, что не достойно скорби. Мудрец не скорбит ни о живых, ни о мертвых.

Господь говорит, что скорбь любого рода, по любой причине, просто неприемлема. Фактически, на протяжении всей «Бхагавад-гиты» Господь передает это одно основное послание. Данный монументальный текст был дан с одной единственной целью, суть которой заключается в абсолютном прекращении печали.

В заключение Господь говорит:

**sarva-dharmān parityajya mām ekaṁ śharaṇaṁ vraja
ahaṁ tvāṁ sarva-pāpēbhyo mokṣhayiṣhyāmi mā śhuchaḥ** || (Б.Г. 18.66)

18.66. Оставив все обязанности и религии, предайся Мне одному, и Я освобожу тебя от последствий всех грехов; не скорби.

Это называется *Унасамхара* (заключение) «Бхагавад-гиты». Итак, она начинается с прекращения страдания и заканчивается прекращением страдания. Все учения, содержащиеся между ними, предназначены исключительно для одной цели: искоренения страдания. Поэтому действительно необходимо понять причину, зачем нужно стать свободными от желаний. Как только мы **ясно осознаем цель** и искренне примем её как нашу личную потребность, ситуация начнёт меняться. Пока мы не пробудим внутреннее стремление освободиться от страданий и привязанностей, ни просветлённые Гуру, ни святые, ни священные писания не смогут по-настоящему помочь нам. Стремление избавиться от всех страданий, боли и тревог, присутствующих в жизни, должно исходить изнутри. Как только искреннее желание укоренится в нас, все духовные учения действительно становятся полезными инструментами. Поэтому нужно принять, что, отказавшись от всех влечений, можно уничтожить и самое глубокое страдание.

Еще раз разберемся с тем, что мы понимаем под «желанием».

Ранее мы уже исследовали значение слова *kāmanā* (желание). Это просто тоска по чему-то, чего у нас нет. Мы рассмотрели его многочисленные аспекты:

- желание (*kāmanā*),
- необходимость (*sprhā*),
- стремление (*icchā*),
- алчность, жадность (*lobha*),
- надежда (*asha*) и
- жажда (*Trṣṇā*).

Однако в своей сути основное определение *kāmanā* — это желание вещи, человека или ситуации, которых нам в данный момент не хватает; стремление к тому, чего у нас нет — то, что мы называем желанием.

Возникновение желаний.

Желания возникают в нас двумя различными способами:

1. Первый способ — через соприкосновение с новыми объектами (*Viṣayas*). Это вещи, о которых человек раньше не знал или не осознавал. В мире существует бесчисленное множество вещей, о которых человек может совершенно не подозревать. Но в тот момент, когда человек вступает в контакт с чем-то новым, в уме мгновенно вырастает желание обрести вещь. Это первый способ, первый триггер.

2. Второй способ, или второй триггер – просто мысль об объектах. Желание недостигнутого; стремление обладать чем-то, чего у человека еще нет.

Давайте рассмотрим каждый из них подробнее:

1. Контакт с объектами — возникает, когда мы сталкиваемся с новыми вещами.

Например: появилось много разной новой техники. Не говоря про мобильник, тут уже нет ни у кого сомнения, что это абсолютно предмет первой необходимости, даже непонятно, как мы умудрялись жить без телефонов! Мобильник у меня есть, но вот захожу к подруге, она распаковывает новый, только купила. Беру в руки и понимаю, мне такой тоже нужен, старый уже совсем старый. А этот! Нужен и чем быстрее, тем лучше. Хотя еще вчера думала, что мой нормальный, работает и прослужит еще несколько лет.

Сколько появилось абсолютно необходимых вещей! Именно так желание и работает: когда мы сталкиваемся с новыми предметами, рождается желание обладать ими. А как только мы их приобретаем, мы просто хотим большего. Так в уме начинает расти жадность.

2. Воспоминания об объектах чувств или интерес к ним – Желание приобрести или попробовать внешние объекты часто проистекает из другого источника. Каждый человек движим своими уникальными мотивами, сформированными впечатлениями (Самскарами), перенесенными из предыдущих жизней. Именно эти прошлые впечатления определяют, какие объекты мы помним, что нам интересно и к чему мы естественным образом тяготеем.

Логика тут нет, но невозможно пройти мимо магазина с бытовой техникой или еще чем-то для дома. А вдруг есть что-то, что мне очень нужно? – Захожу – и точно! Вот новая лампа. Именно такая мне и нужна.

Пять чувств — слух, осязание, зрение, вкус и обоняние — все это внешние «объекты». Почему я не чувствую желания купить музыкальный инструмент или начать петь? Просто потому, что этих конкретных впечатлений, или Самскар, во мне нет, и поэтому они не вызывают воспоминания или искру узнавания. Поскольку в моем подсознании нет воспоминания об этом объекте, желание испытать его никогда не возникает. Кто-то другой может чувствовать тягу очень сильно, в то время как меня привлекают совершенно другие вещи, основанные на моих собственных Самскарах.

Два разных пути, два разных источника наших желаний:

- Совокупность впечатлений или Самскар из прошлых жизней,
- Нынешний контакт с новыми объектами чувств.

По обоим путям укореняется жажда того, чего у нас нет.

Пока новые желания и страсти продолжают всплывать на поверхность, Антахкаран не может обрести покой. А без покоя «как может быть счастлив тот, кто лишен покоя?». До тех пор, пока продолжается внутренний монолог «я хочу это» и «мне нужно то», спокойствие остается недостижимым, как и радость.

Проблемы, связанные с желаниями:

Первая точка зрения

Великий святой Самартх Рамдас Свами прекрасно выразил это на маратхи:

viṣaya janita jen jen sukha | tethencī hoten parama duḥkha | (dāsa. 3.10.65)

Удовольствия, рожденные объектами чувств, временны и являются самим источником высшего страдания.

Даже в создании этого удовольствия заложена боль, потому что радости мимолетны; они приходят и уходят. Идеальным словом для перевода является «ограниченность». Переживания ограничены и временны. Пока мы не осознаем это, цикл жажды удовольствий никогда по-настоящему не закончится. Нужно понять, что чувственные удовольствия никогда не могут привести к вечному состоянию блаженства. Святой Самартх Рамдас Свами еще раз повторяет эту истину в строке:

viṣaya janita sūkhe saukhya hoṇāra nāhī | (karuṇāṣṭake)

Удовольствия, получаемые от мирских объектов и чувственных переживаний, не могут дать высшего блаженства или истинного счастья.

Так почему же *Стхитапраджня* отрекается от мирских желаний? Потому, что он осознает, что удовольствие, полученное от удовлетворения желания, всегда сопряжено с болью; оно никогда не является абсолютным или полным само по себе. **Такое изменение в сознании, которое мы все должны в себе культивировать**, и напоминать себе, что чувственные удовольствия по своей сути смешаны с печалью.

āgamāpāyinaḥ anityāḥ — переживания мимолетны; они приходят и уходят. Об этом говорится в «Бхагавад-гите»:

āgamāpāyino 'nityās tāns-titikṣhasva bhārata || (Б.Г. 2.14)

2.14. От чувственного восприятия, о сын Кунти, возникают ощущения жары и холода, счастья и несчастья. Они приходят и уходят, ибо непостоянны. Терпи их, о потомок Бхараты.

Таким образом, истина, которую Господь передает через различные слова: мирские радости преходящи, они не длительны и всегда несут в себе тень страдания. Очень важно осознать это, так как это практический способ отрешиться от привязанностей.

Вторая точка зрения на удовольствия заключается в том, что радость, которую, как нам кажется, мы получаем от внешних объектов, на самом деле является отражением Блаженства, которое уже присутствует внутри нас. Это радость Высшего Я — то, что мы называем *Сат-Чит-Ананда* (Существование-Сознание-Блаженство). Внутренняя радость раскрывается только тогда, когда внутренний инструмент (*Антахкаран*) находится в равновесии. Четыре аспекта *Антахкарана* —

1. *Манас* (ум),
2. *Буддхи* (интеллект),
3. *Читта* (память) и
4. *Ахамкара* (эго).

Они функционируют следующим образом:

1. Ум — обдумывать и желать.
2. Интеллект — различать и принимать решения
3. Память — удерживать эти решения и впечатления
4. Эго — порождает чувство владения, «мое»;

Пока хотя бы одна из этих функций активна или беспокойна, внутреннее «я» остается беспокойным и не может обрести истинный покой.

Например, озеро с чистой водой.

Пока есть рябь, вода не спокойна. Только когда вода совершенно спокойна и прозрачна, можно увидеть бриллиантовое кольцо, лежащее на дне. Точно так же, когда *Антахкаран* полностью устойчив и спокоен, и на поверхность не всплывает ни одно желание, тогда и раскрывается чистое

Блаженство Я, которое не зависит ни от чего и ни от кого. Это и есть наша истинная природа: *Сат-Чит-Ананда*. Мы часто попадаем в ловушку, думая, что только внешний объект может дать радость, или что счастье приходит из внешнего мира. Но мир или его объекты не могут дать никакого счастья. Внешние объекты — всего лишь катализаторы, которые на мгновение успокаивают ум, позволяя проявиться нашей собственной внутренней радости. *Стхитапраджня*, человек с устойчивой мудростью, полностью понимает это, и благодаря такому сдвигу в перспективе он способен отпустить мирские страсти.

В шлоке Господь выделяет четыре этапа духовной практики:

1. Отказ от желаний (*niṣkāma*)
2. Освобождение от чувства необходимости (*niṣpr̥ha*)
3. Освобождение от чувства «мое» (*nirmama*)
4. Освобождение от эго (*nirahankara*)

Первые три — отсутствие желаний, необходимости и чувства «мое» — на самом деле не так сложны, как нам кажется. Настоящим испытанием является четвертый этап, то есть растворение эго. Однако давайте посмотрим, почему первые три этапа вполне выполнимы.

Желания. Если практиковать осознанность и внимательность к своему внутреннему состоянию, можно начать улавливать желание в тот момент, когда оно возникает. Как только мы научимся просто наблюдать за этими страстями по мере их появления, они естественным образом начинают терять свою силу и исчезают.

Необходимость. Второе понятие *niṣpr̥ha* — свобода от чувства необходимости. Слово *pr̥hā* по сути означает «жадное желание» или «необходимость». Чтобы понять это, нужно рассмотреть разницу между простым желанием или стремлением (*kāmanā*) и более глубокой тоской или жаждой (*pr̥hā*). Например, у меня может возникнуть мимолетная мысль типа: «Было бы замечательно быть такой же красивой, как кинозвезда». Я знаю, что этого не произойдет, поэтому мысль возникает и в конце концов исчезает. Это всего лишь поверхностное желание, которое не является серьезным бременем.

Однако *pr̥hā* — ощущение, что что-то является абсолютной необходимостью. Возьмем, к примеру, телефон. В течение многих лет мы прекрасно обходились без него, и жизнь протекала гладко. Но теперь, если отключат интернет хотя бы на один день, мы начинаем паниковать: как же прожить день без телефона? Теперь он стал необходимостью, тогда как раньше им не был. Вот что такое *pr̥hā* — когда мы берем что-то, чего у нас изначально не было, вводим в нашу жизнь, а затем становимся настолько зависимыми от вещи, что чувствуем, что не можем жить без нее.

Sprhā — переход от «желания» к воспринимаемой «потребности» или зависимости.

Sprhā переводится как глубокое стремление или необходимость.

Дело в том, что некоторые потребности являются подлинными, и мы действительно в них нуждаемся. В то же время есть вещи, которые нам на самом деле не нужны, но, поскольку мы убеждаем себя, что они необходимы, мы придумываем оправдания в их пользу. Мы постоянно придумываем новые обоснования, только чтобы доказать другим, что та или иная вещь является абсолютной необходимостью.

Послушайте типичный разговор между мужем и женой дома. Муж говорит: «Только что вышел новый мобильный телефон, давай купим его». Будь то большой телевизор, новый электронный гаджет или автомобиль, все внимание мужа сосредоточено на том, чтобы принести домой автомобиль, телефон или телевизор. Жена, с другой стороны, говорит: «Нет, шторы в нашем доме уже очень старые. Нам нужны новые шторы». Муж отвечает: «Телевизор слишком старый, нам нужен новый телевизор». Они просто продолжают спорить о том, нужен ли им телевизор или шторы. На самом деле им не нужны ни телевизор, ни шторы, но они все равно ссорятся, потому что их «воспринимаемые потребности» различаются. Оба увлечены тем, чтобы доказать, насколько важна и подлинна их индивидуальная потребность. Поэтому очень важно различать, является ли потребность подлинной, или мы просто придумываем оправдания, чтобы убедить других. Важно оценить, является ли потребность реальной или мнимой.

Следующий вопрос: есть ли у *сиддхи* или просветленного человека потребности? Ответ: да, безусловно, есть. Для выживания телу нужны одежда, еда и место для сна — все это необходимо — но они строго ограничивают себя тем, что является самым необходимым. Для просветленного человека любой объект, к которому у него возникает потребность, является *Майик*. *Майик* происходит от слова *Майя* (иллюзия). Его простейший перевод — «временный». *Майик* означает непостоянное — то, что недолговечно, не будет длиться вечно. Это временное, мимолетное, быстротечное и эфемерное. То, что создано, существует в течение определенного периода времени и в конечном итоге разрушается, мы называем мимолетным или временным. *Майик* — термин из философии Веданты. Любой объект, к которому во мне пробудилось желание или потребность, является *майик*; он мимолетен.

Но кто именно испытывает это желание? Давайте на мгновение задумаемся. Изначально я отождествляю себя с телом. Но по мере того, как мы изучаем Веданту, мы узнаем, что внутри тела пребывает сущность,

называемая *Джива* (индивидуальное «я», живое существо), также известная как *Дживатма* в зависимости от контекста. Итак, сначала я чувствую: «Я — тело». Позже я осознаю, что я — не тело, а сознание, пребывающее внутри него. Вот кто я на самом деле. Это становится моим вторым уровнем понимания.

- «Я — тело» — это первая стадия, а
- «Я — *Джива*» — вторая.

Третья, окончательная и высшая истина, которой учит нас Веданта, заключается в том, что «Я — *Атман* (Дух)» — сущность которого заключается в *Сат-Чит-Ананда* (Существование — Сознание — Блаженство).

Так что же именно представляет собой это сознание внутри меня? Оно называется *Дживатма* (сознание индивидуального «я»).

Сущность, которая рождается, — это *Джива* или *Дживатма*; сущность, которая умирает, — *Джива*. Тот, кто совершает все действия — деятель — это *Джива*, тот, кто потребляет и переживает все мирские вещи — переживающий — это также *Джива*. На сегодня давайте просто поймем следующее: *Джива* (или *Дживатма*) рождается, умирает, он является исполнителем действий, и он же испытывает все переживания.

Следовательно, все возникающие желания на самом деле принадлежат *Дживе* или *Дживатме*. Желания обычно проистекают из того, что мы видим и воспринимаем вокруг себя. «Я хочу мобильник» — кто на самом деле почувствовал желание? Ответ заключается в том, что желание испытал *Джива*. А поскольку *Джива* подвержен рождению и смерти, сам *Джива* является *майик* (иллюзорным).

Это означает, что

- человек, испытывающий желание, является мимолетным,
- объект желания — мимолетным, и
- сам процесс желания также мимолетен.

Всякий раз, когда мы сталкиваемся с искушением — съесть что-то, получить что-то или купить что-то — если мы сможем просто подождать час или два, или, может быть, отложить действие на пару дней, как-то отвлекаясь, желание часто исчезает само собой. Например, возникает внезапное желание съесть что-то сладкое, но мы сдерживаем желание в течение нескольких часов. Позже, если нам предложат эти сладости, мы можем обнаружить, что желание полностью исчезло и тяги больше нет.

Желание, возникшее в нас, само по себе было мимолетным. Так что даже если бы это желание было удовлетворено, удовольствие от его удовлетворения было бы мимолетным.

Следовательно,

- объект желания временен;
- человек, испытывающий желание, является *майик*.
- Само желание является *майик*, и
- радость от его удовлетворения также *майик*.

Поскольку все это непостоянно, оно обречено на исчезновение. Если последовательно придерживаться такой внутренней точки зрения, желания и вещи, которые мы сегодня считаем необходимыми, естественным образом начнут уменьшаться. Даже базовые потребности, такие как еда, одежда и жилье, постепенно утратят над нами свою власть и привлекательность.

А как же рассуждает тот, кто свободен от всех таких «необходимостей»?

Человек, который является *ниспрха* (свободный от жажды), всегда думает: «Я — *Атман* (Дух)», и это также учение священных писаний.

Возьмем Мантру Мира: *Om Purnamadah (Purnam + Adah), Purnamidam (Purnam + Idam), Purnat Purnamudachyate (Purnam + Udachyate)*, что означает «*видимая Высшая Реальность, Брахман и видимая проявленная вселенная являются полностью завершенными, бесконечными и полными*».

Когда мы воспеваем Бога, что мы говорим? **tuma pūraṇa paramātmā, tumā aṁtaryāmī** - Ты — совершенный Параматман, Ты — Внутренний Управитель.

Философия Адвайта-веданты говорит, что сама сущность совершенного Божественного Существа — природа Бога — является также моей собственной истинной природой. В двенадцатой шлоке второй главы «Бхагавад-гиты» Господь с абсолютной ясностью изложил эту истину:

na tvevāhaṁ jātu nāsaṁ na tvaṁ neme janādhipāḥ ।

na chaiva na bhaviṣhyāmaḥ sarve vayamataḥ param ॥ (Б. Г. 2.12)

2.12. **Никогда не было так, чтобы не существовал Я, или ты, или все эти цари, и в будущем мы никогда не прекратим существование.**

В этой шлоке Господь совершенно ясно показывает, что вневременное, абсолютное существование Высшей Реальности также является нашей истинной Сущностью. Человек, лишенный каких-либо стремлений (*ниспрха*), пребывает в убеждении «Я есть То» (*Со'хам*). Это не просто мимолетная мысль, а глубоко укоренившееся осознание того, что «Я — Полное Высшее Существо, и поэтому Я не неполноценен. Поскольку мне ничего не недостает, я ничего не жажду».

Теперь давайте проясним, что всегда существует различие между объективным, транзакционным миром, в котором мы живем и действуем, и высшей, абсолютной Реальностью. Итак, два измерения реальности:

- транзакционная, эмпирическая реальность (*Vyavahārika Sattā*) и
- абсолютная, высшая или конечная Реальность (*Paramārthika Sattā*).

В *Paramārthika Sattā* у нас есть физические потребности. Так, мне нужна еда, когда я голодна; мне нужна теплая одежда, когда холодно, и мне нужны лекарства, если я больна. Это основные требования для поддержания и существования тела. В то же время в сфере *Paramārthika Sattā* мы осознаем себя как Высшее Я. С этой точки зрения Я не неполноценна.

Мне не нужно полагаться на какой-либо объект или человека, чтобы чувствовать свою полноту. Последовательно приводя свои мысли в соответствие с этой перспективой, мирские страсти начинают растворяться. *Sprhā* или чувство жажды внешнего удовлетворения, постепенно исчезает.

***Nirmama*, что означает свободу от чувства привязанности или «моего».** Хотя мы все знакомы со словом *Mamatā* (привязанность или влечение), в нем есть тонкость, которая часто ускользает от нас. Привязанность не только то, что нам нравится; она проявляется двумя способами:

- Привязанность к благоприятному, или к тому, что приносит радость
- Привязанность к неблагоприятному, или озабоченность тем, что нам не нравится

Давайте сначала рассмотрим, что означает привязанность к благоприятному. Самые сильные привязанности обычно сосредоточены вокруг наших детей. Мы используем нежные выражения, когда говорим о них, чувствуем, что отдаем свою кровь, пот и слёзы, чтобы воспитывать их в течение двадцати пяти лет, считая, что они принадлежат исключительно нам. Мы часто чувствуем себя плохо, когда они начинают свою собственную жизнь, вступают в брак и уходят в мир.

Поэтому, будь то сын или дочь, подводная камень *tamatā*, или привязанности, — это негласный договор, который мы с ними связываем. Самая большая проблема — это ожидание, что любовь, которую мы вкладываем в них, должна отражаться в равной мере.

Нет ничего неестественного в том, чтобы испытывать глубокое чувство любви или усердно трудиться, чтобы обеспечить того, кого любишь или о ком заботишься. Безусловно, делай это. Обращайся к ним как «мой сын» или «моя дочь» от всего сердца. Однако в тот момент, когда ты ожидаешь, что они будут любить или заботиться о тебе в равной мере, ты приглашаешь страдание.

Пока есть ожидания, внутреннее «я», *Антахкаран*, не может обрести покой. А без покоя, *aśhāntasya kutaḥ sukham* — что означает «как может быть счастлив тот, кто лишен покоя?» Это ловушка мирского ума. Об этом и мудрость из Гиты:

yā niśhā sarva-bhūtānām tasyām jāgarti sanyamī | (B.G. 2. 69)

То, что ночь для всех существ, то время пробуждения для владеющего собой, а что время пробуждения для всех существ, то ночь для мудреца, занятого самосозерцанием.

В то время как мир «бодрствует» и гонится за ожиданиями и привязанностями, искатель «спит», поскольку он отрекся от всех этих мирских уловок. А там, где мир «спит» (не осознавая истины Я), искатель бодрствует.

Так же, как мы привязываемся к тому, что нам нравится, мы также питаем привязанность к тому, что нам неприятно. Это тонкий момент, который нужно четко понять. В то время как привязанность к тому, что мы любим, очевидна, упрямое настаивание на том, что определенные болезненные события, люди или предметы *не должны* существовать в нашей жизни, также является формой привязанности, еще одной формой цепляния, но мы редко признаем это как таковое. У каждого есть свои собственные предпочтения относительно того, чего он хочет и чего не хочет, но обе крайности коренятся в привязанности. И пока эта привязанность остается, наше внутреннее «я» не может обрести истинный покой. До тех пор, как говорится в писаниях, **что для всех существ ночь** — я, по сути, нахожусь во тьме, все еще сплю. Согласно характеристикам *Стхитапраджньи* (человека с устойчивой мудростью), с этой высшей точки зрения я нахожусь в состоянии сна, сна невежества. Итак, мы рассмотрели три пункта.

Наконец, Господь говорит об освобождении от эго (*Nirahaṅkāra*).

Из трех уже обсужденных аспектов четвертый, эго (*Ahaṅkāra*), является самым сложным. Относительно легко отрешиться от того, что мы считаем своим. С помощью небольшого размышления и сознательной практики мы можем постепенно отпустить чувство владения и привязанности (*Маматва*). Но «я», само эго, невероятно упрямо и его трудно устранить. Причина трудности ясно объясняется в философии Веданты.

Четыре аспекта *Антахкарана* — *Манас* (ум), *Буддхи* (интеллект), *Читта* (память) и *Аханкара* (эго) — все состоят из пяти великих элементов (*Панча Махабхуты*).

1. Ум состоит из элемента воздуха (*Ваю*), поэтому он так беспокоен и мимолетен.
2. Интеллект рождается из элемента огня (*Агни/Теджас*),
3. *Читта* происходит из элемента воды (*Джала*), а
4. эго формируется из элемента земли (*Притви/Бхуми*).

Подобно земле, почве или массивному, неподвижному валуну, оно отказывается сдвигаться с места. Поскольку эго укоренилось в тяжелом, твердом элементе земли, выкорчевать его чрезвычайно сложная задача. Мы возвращаем и питаем в себе множество различных видов эго.

1. Первое — эго, связанное с физическим телом.
2. Второе — эго, связанное с интеллектом.
3. Третье — эго, связанное с нашими обстоятельствами или ситуацией.

Эго, сосредоточенное на теле, проявляется, когда мы связываем свою идентичность с физической формой. Например, кто-то может испытывать чувство гордости или превосходства из-за того, что у него светлая кожа или он исключительно красив. Но верно и обратное. Чувство неуверенности из-за цвета кожи, размышления о том, почему Бог создал человека таким, или желание, чтобы нос или глаза выглядели иначе тоже проявления эго. Думать «я красива» — эго, а постоянно чувствовать «я не красива» — тоже эго. И комплекс превосходства, и комплекс неполноценности — всего лишь две стороны одной медали, потому что оба они стремятся к одобрению или сочувствию. Когда кто-то чувствует себя непривлекательным или низким, он часто жаждет сочувствия, и мы подпитываем его эго, когда кто-то сочувствует: «Все в порядке, дорогой, не беспокойся о своем росте; ты можешь преуспеть в чем-то другом». Независимо от того, хвастаемся ли мы или жалеем себя, мы все равно остаемся в плену эго, сосредоточенного на теле.

Эго, сосредоточенное на интеллекте, проявляется, когда кто-то думает: «Я невероятно блестящий; мне достаточно один раз услышать шлоки из Гиты, и я понимаю их в совершенстве — я никогда ничего не забываю». Это интеллектуальная гордость. С другой стороны, кто-то другой может сетовать: «Я слушаю уже десять дней, а все равно ничего не понимаю, ничего не помню; я просто не улавливаю». Привязанность к мысли о том, что мы ничего не понимаем, такое же интеллектуальное эго, как и утверждение, что мы знаем всё. Однако это не означает, что мы не должны пытаться учиться. Если мы чего-то не понимаем с первого раза, мы обязательно должны прослушать это четыре раза, прочитать несколько раз или обсудить, пока не дойдёт. Это и есть усилие. Однако цепляться за образ себя как ученого, эксперта, гения, дурака или тугодума есть интеллектуально-центрическое эго. Оба — просто ярлыки, которые эго использует, чтобы определить себя.

Эго, сосредоточенное на ситуациях или обстоятельствах, связано с социальным или финансовым положением. Гордость за то, что ты богат, что у тебя есть все, — форма такого эго. То же самое касается и привязанности к идентичности бедняка, нищего и того, у кого ничего нет. И то, и другое — формы привязанности к своим обстоятельствам. Пока мы крепко держимся за нарративы — «Я это», «Я не то» или «Я должен быть таким» — мы живем в эго. Из четырех аспектов внутреннего «я» растворение эго самая сложная задача. Однако пока оно не будет полностью отброшено, достичь того высшего состояния покоя невозможно; и как гласит писание, **как может быть счастье у неумиротворённого?** Освобождение от эго требует огромных усилий. Но как именно мы растворяем эго? Мы углубимся в процесс, когда дойдем до этой конкретной темы.

Наконец, Господь завершает, говоря:

2.71. Человек, оставивший все чувственные желания и действующий без вожеления, без чувства собственности, без эгоизма, достигает умиротворения.

Господь ясно дает понять, что, преодолев эти четыре состояния, человек обретает полный и абсолютный покой, *шанти*.

Шлока 72:

एषा ब्राह्मी स्थितिः पार्थ नैनां प्राप्य विमुह्यति ।

स्थित्वाऽस्यामन्तकालेऽपि ब्रह्मनिर्वाणमृच्छति ॥ (B.G. 2.72)

Eṣā brāhmī sthitiḥ pārtha naināṁ prāpya vimuhyati ।

Sthitvā'syāmantakāle'pi brahmanirvāṇamṛcchati ॥ (B.G. 2.71)

О Пармха! Это и есть состояние Brāhmī, полное погружение в Брахман. Достигнув его, искатель никогда не впадает в заблуждение. Он остается в том же состоянии также в момент смерти и достигает Единства с Брахманом.

2.72. Таково божественное состояние, о Пармха, достигнув его, не заблуждаются; тот, кто пребывает в этом состоянии в час смерти, обретает освобождение во Всевышнем.

Комментарий Др. Каки к шлоке 72:

Когда искатель остается естественно погруженным в Брахман, это известно как состояние Brāhmī. Jivanmukti, Sadyomukti, Sayujyamukti — это и некоторые другие названия для него. Когда тело умирает в этом состоянии, искатель известен как Videhamukta. Состояние Brāhmī является твердой, естественно ассимилированной и необратимой

стадией. В этом состоянии происходит непосредственное осознание (Апарокшанубхути) «Я есть Брахман». Сама природа просветленного человека в этом состоянии — Чистое Блаженство, поэтому он не испытывает потребности отдельно стремиться к счастью. Он сам является Чистым Существованием, поэтому в его уме нет страха смерти. Он сам является Чистым Знанием, поэтому он не заблуждается, думая: «Я невежественен». Брахман всепроникающий и не имеет никаких разделений или разделительных линий. Поэтому он не заблуждается, глядя на разнообразные явления вокруг себя. Брахман неизменен, поэтому он не заблуждается, думая, что подвержен изменениям, таким как рождение, старение и смерть. Его состояние ума остается неизменным в момент смерти; в конечном итоге он сливается с Брахманом. Это высшая квинтэссенция человеческой жизни, как описано в индийских писаниях Веданты. Единственное желание писаний и Господа Кришны состоит в том, чтобы искатель сосредоточил все свои усилия в этом направлении, чтобы достичь самореализации.

Здесь Господь говорит Арджуне: «Вот это, о Партха, и есть состояние утверждения в Брахмане». Как только человек достигает состояния *Brāhmī Sthitih*, он уже никогда не может быть введен в заблуждение. Когда кто-то по-настоящему преодолел те четыре привязанности, о которых мы говорили в предыдущей шлоке, он достигает этого божественного состояния. Даже если человек утвердился в этом сознании лишь в самый момент смерти, он остается укорененным в нем и обретает освобождение в высшей Реальности. *Brāhmī Sthitih* — естественное и спонтанное состояние. Это без усилий осознание того, что «Я есть То; Я есть тот Брахман, тот Дух, та фундаментальная Реальность». Оно становится настолько естественным, что об этом даже не нужно напоминать, и больше не нужно сознательно о нем думать. Когда мы просыпаемся утром, разве кому-то нужно напоминать нам, кто я? Никто не должен говорить мне: «Ты — Ирина, ты — женщина, и у тебя есть работа». Эти вещи просто известны; они являются частью моего существа.

Все похоже на то, как мы впервые учились ездить на велосипеде. Мы все помним, каково было вначале, когда теряли равновесие, шатались. В конце концов, дошли до того момента, когда смогли действительно держаться на велосипеде. На тех ранних этапах обучения мы сознательно думали про себя: «Смотри! У меня получается! Я еду и не падаю!» Сознательное усилие — начало, но со временем езда просто становится второй натурой, становится легкой, спонтанной.

В конце концов наступает этап, когда езда на велосипеде становится настолько простой, что можно даже слушать музыку или разговаривать, когда едем. Больше не нужно сознательно напоминать себе, что мы крутим педали; действие становится совершенно непринужденным.

Точно так же человек, для которого осознание «*Сохам*» (Я есть То) стало совершенно естественным состоянием, больше не связан заблуждением (*Моха*). Сколько бы ни было перед ним мирских искушений или объектов чувств, он остается к ним равнодушным.

Что же обычно вводит нас в заблуждение? Здесь заблуждение просто означает иллюзию. До тех пор, пока мы отождествляем себя лишь с физическим телом, нас преследует страх гибели. Мы пойманы в ловушку иллюзии и заблуждения, что в конечном итоге наступит смерть, конец. Однако, когда осознание «Я есть Брахман» становится естественным состоянием бытия, можно по-настоящему испытать основные атрибуты Брахмана — *Сат*, *Чит* и *Ананда*.

Сат относится к высшему Существованию, которое остается нерушимым во всех трех измерениях времени. Это абсолютная Реальность, которая остается постоянной в прошлом, настоящем и будущем. Как только я глубоко усвою «Я есть *Сат*», я смогу полностью освободиться от страха смерти или печали разрушения.

Чит — второе качество Брахмана, означающее «Я есть чистое Сознание». *Чит* представляет собой абсолютное Знание; это сама Сущность Осознанности. Как мы говорили ранее, это Знание, независимое от какого-либо внешнего объекта познания, состояние, полностью свободное от *Трипути* или триады

1. **познающего** (*Джнята*),
2. **познаваемого** (*Джня*) и
3. **знания** (*Джняна*).

Чит означает, что чистое Осознание — это не просто то, чем я обладаю; это моя самая Сущность. Итак, как только я естественным образом укореняюсь в *Чит*, иллюзия невежества исчезает. Вечное стремление учиться, понимать или приобретать новые вещи полностью уходит. И я больше не чувствую себя неполноценной или глупой; абсолютное наполнение Осознанием и есть истинное состояние *Чит*.

Ананда переводится как глубокая радость, полностью независимая от внешних факторов. В этом состоянии я совершенно не затронута страданием или горем. Я свободна от страха уничтожения и разрушения, свободна от неумейной жажды накопить больше знаний и свободна от всех

форм печали и отчаяния. Тот, кто достигает *Брахми Стхитих*, воплощая *Сат*, *Чит* и *Ананда*, обретает образ жизни, не требующий усилий. Господь говорит, что, когда для такого человека наступает последний момент покинуть физическое тело, он сливается с самой высшей Реальностью и становится воплощением вечного Блаженства.

В *Бхагаватам Пуране* есть история. В ней рассказывается о человеке, который всю свою жизнь проводит, живя именно так, как ему хочется, делая все, что ему вздумается. Однако в последние мгновения своей жизни он взывает к своему сыну: «Нараяна, Нараяна» (Нараяна в данном случае имя его сына), и благодаря одному только этому он получает прощение всех своих грехов и достигает божественного, подобного Богу состояния. Читая такую историю, может возникнуть соблазн подумать, что мы можем делать все, что вздумается всю жизнь, и если только не забудем воскликнуть «Нараяна, Нараяна» на смертном одре, все будет в полном порядке. Такие истории называются *Артхавада*. Чтобы подчеркнуть важность той или иной практики, священные писания часто используют стратегию преувеличения. Они преувеличивают ее значение, чтобы мы по-настоящему поняли ее ценность и были мотивированы практиковать ее.

Давайте отложим в сторону последний момент смерти и просто посмотрим на наш обычный день. Подумайте о моменте, когда мы ложимся спать, о тех нескольких минутах прямо перед тем, как мы погружаемся в сон — какие мысли проносятся в голове? Все, что занимало меня в течение дня, — именно то, что всплывает в голове перед сном. Если в тот день был праздник или произошло трагическое событие, именно эти мысли наводняют ум перед сном, потому что ум пребывал в них часами в течение дня. По той же логике, все, чем мы занимались на протяжении всей жизни, все мысли, которые доминировали в уме, неизбежно станут теми самыми мыслями, которые придут в последние мгновения. Здесь нет никакого чуда. Не так, что мысли о Боге или высшей Реальности (*Брахмане*) волшебным образом появятся из ниоткуда на смертном одре. Речь не идет о магии или чудесах. Для этого требуется то, что мы называем *тапасья* (интенсивная духовная дисциплина). Преданность, непрерывные усилия и интенсивная духовная дисциплина — это то, чем мы должны активно заниматься на протяжении всей жизни.

Святой Тукарам Махарадж сказал знаменитые слова:

yāja sāṭhī kelā hotā aṭṭāhāsa | śevaṭacā disa goḍa vḥāvā || (Tu.Ga. 762)

«Именно по этой причине я трудился так неустанно — чтобы мой последний день стал сладким. Вся упорная решимость, вся непоколебимая сила духа и каждая капля усилий, приложенных мной на протяжении всей жизни, были направлены на этот единственный последний момент».

Можно начать с малого. По крайней мере, мы можем практиковать это каждый вечер перед сном. Мы должны наблюдать, размышлять и понимать: «Какова моя самая последняя мысль сегодня вечером?» Если уделить последней мысли перед сном внимание сейчас, то позже, в будущем, сможем обеспечить достижение конечной цели. Только стремясь к этому на протяжении всей жизни, только тогда последний переход можно будет пройти с достоинством. В *Brāhmī Sthitih* можно обрести истинное и абсолютное Блаженство.

Осознание того, что «Я есть Брахман», является основной концепцией *Мокши* (освобождения), и можно рассматривать это двумя способами. Когда я еще жива, если я могу испытать непосредственное осознание того, что я не тело, я не индивидуальное эго, но Я *Сат-Чит-Ананда* — вечный, сознательный и блаженный Брахман, тогда это называется *Апарокшанубхути*. Достижение *Апарокшанубхути*, находясь еще в теле, известно как *Дживанмукти* (освобождение при жизни). Существовать в теле, будучи полностью свободным от отождествления с ним, — вершина человеческого существования. Именно там мы обретаем высшую возможную радость. Есть также концепция освобождения после смерти — концепция того, что человек наконец освобождается от цикла рождений и смертей. Но пока нам не нужно слишком заикливаться на этом. Что бы ни случилось тогда, то и будет. Что действительно имеет значение, так это *Брахми Стхитих*, Блаженство, которое мы можем испытать прямо здесь и сейчас.

Что это за блаженство?

В *Тайттирия-упанишаде* есть описание «лестницы радости», которая открывается после достижения Божественного состояния. Оно иллюстрирует величину Блаженства, которое можно обрести при осознании того, что «Я есть Брахман». Давайте посмотрим на «лестницу радости».

Упанишада описывает глубокую иерархию радости с помощью заставляющей задуматься шкалы измерения.

Представьте себе человека, воплощающего абсолютную вершину человеческого совершенства: он добродетельный, исключительно воспитанный и обладает естественно прекрасным характером. Он физически безупречен, сияет здоровьем и обладает замечательным интеллектом. Он не только овладел всем содержанием Вед, но также искусен, нравственен и способен направлять других. Это личность с великим характером и силой — человек, которого мы считали бы

идеальным человеком. Теперь представьте, что этому человеку дарована власть над всей Землей вместе со всеми ее огромными богатствами.

Упанишады определяют безграничную радость, которую испытал бы такой человек, как одну единственную единицу измерения счастья—

Mānuṣananda (Человеческое блаженство). Представьте себе ее как «стандартную единицу» счастья. От этой отправной точки шкала блаженства растет в геометрической прогрессии:

В 100 раз больше радости *Манушананды* составляет блаженство *Манушья-Гандхарвы*.

В 100 раз больше этого блаженства испытывает *Дева-Гандхарва*, когда он попадает в небесные сферы.

Радость снова увеличивается в сто раз, когда человек достигает царства *Питров* (предков).

Затем еще в сто раз — в царстве *Карма-Девов*.

Лестница продолжает подниматься, и на каждой ступени предыдущая радость умножается на сто — через состояния *Индры*, *Брихаспати*, *Пруджапати*, *Хираньягарбхи* и, наконец, *Брахмадевы*.

Упанишада, наконец, раскрывает глубокую истину о том, что даже если бы все эти радости были объединены воедино, все они бледнеют по сравнению с Блаженством, исходящим от абсолютного осознания или от *Брахми Стхитих*. Это глубокое пробуждение «Я есть Брахман», это состояние *Стхитапраджньи* (того, кто обладает устойчивой мудростью), представляющее абсолютный зенит Блаженства, превосходящий всю иерархию. Упанишады учат, что переживание высшего счастья — наш высший долг. Именно для этой цели нам была дарована человеческая форма: чтобы понять вопрос «Кто я?». Ответы на него уже даны Ведами, Упанишадами и Гитой. Наша цель в жизни — глубоко понять и, что еще важнее, лично осознать Реальность. На этой ноте мы завершим изучение второй главы.

Итак, мы познакомились с заключительными шлоками. Цель великая, возвышенная и достигнув ее все остальные достижения в жизни меркнут. Казалось бы, на этом и конец учения: нам объяснили, что мудрые не скорбят, объяснили почему и как достичь такое состояние. Все понятно! Понятно! Но это ведь не то, что можно понять интеллектом! Вот и Арджуна — сидит, не собирается воевать. А что он себе думает: Джнянешвар написал о его мыслях в Джнянешвари: Тогда Арджуна сказал себе: «Этот ход мыслей мне очень подходит. Если Господь отрицает всякое действие, то его совет, что я должен сражаться, сам себя отменяет». Так Арджуна возрадовался, услышав эту речь Господа Кришны.

Оказывается, не мы одни такие! Поэтому впереди еще 16 глав Гиты.
Со следующего занятия мы начнем главу 3.

Хари Ом Тат Сат!

ॐ तत्सद्ददवत श्रीमद्भगिद्गीतासूपवनषत्सु ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे
श्रीकृष्णार्जुनसंवादे साङ्ख्ययोगो नाम द्वितीयोऽध्यायः ॥

*Om Tatsaditi Śrimadbhagavadgitāsūpaniṣatsu
Brahmavidyāyāṁ Yogaśāstre Śrīkṛṣṇārjunasaṁvāde
Sāṅkhyayogo Nāma Dvītīyo'dhyāyaḥ ॥*