

Шри Ауробиндо. ЙОГИЧЕСКАЯ САДХАНА. Запись методом автоматического письма. — СПб.: «Святослав». 2003. — 96 с.

В этой книге впервые на русском языке опубликован полный текст работы Шри Ауробиндо «Йогическая садхана», записанной им методом автоматического письма. Первое издание этого произведения, появившееся в 1990 году, как и последующие перепечатки, содержали в себе ряд неточностей. Кроме того, в них отсутствовала последняя глава работы — «Эпилог», написанная Шри Ауробиндо в обычном состоянии сознания.

Данное издание, сверенное с архивной публикацией Ашрама Шри Ауробиндо в Пондичери, свободно от всех перечисленных недостатков. В силу этого книга может стать верным руководством всем, кто хочет достичь совершенства души и тела.

ISBN 5-94540-003-3

© Издательство «Святослав», 2003 © Кривченко В. З., перевод, 2003

Предисловие редактора

Впервые на русском языке книга под названием «Йогическая садхана» была легально издана в 1990 году. В ней от имени Шри Ауробиндо рассказывалось об этапах практической работы по духовному совершенствованию. Изданная в начале перестройки, эта публикация в силу особенностей того времени изобиловала неточностями. В ней к тому же отсутствовала целая глава — «Эпилог», которую Шри Ауробиндо написал после появления самой работы для того, чтобы разъяснить свое отношение к этому произведению. Автором «Йогической садханы» в издании 1990 года, как указано, был Шри Ауробиндо, что не соответствует последующим замечаниям самого Ауробиндо по поводу создания этой работы.

Все огрехи первой публикации были автоматически воспроизведены другими издателями в перепечатках этой книги как в нашей стране, так и в Украине.

В то время в СССР практически никто не располагал оригиналами трудов Шри Ауробиндо, впрочем, как и оригиналами произведений других выдающихся философов, мистиков, *йогинов*. Имеющаяся в стране литература подобного содержания хранилась в спецхранах и была доступна лишь ограниченному числу «счастливчиков». Невозможно было также приобрести за границей и легально переправить в страну книги, попавшие в списки запрещенных.

Все труды Шри Ауробиндо, включая высочайшую поэзию, были запрещены в СССР по той простой причине, что некоторые из них, содержащие анализ социальных явлений в мире, раскрывали объективную картину советского коммунизма, совершенно справедливо поставленного им на один уровень с немецким фашизмом. Понятно, что советским начальникам это, мягко говоря, не нравилось.

Интересную историю рассказал мне генеральный консул Индии в Санкт-Петербурге д-р Гангули, работавший долгое время в посольстве Индии в Москве. Однажды вместе с послом Индии в Советском Союзе он посетил Исторический музей на Красной площади в Москве. Во время осмотра экспонатов, рассказывающих о жизни и деятельности В. И. Ленина, посол с удивлением обнаружил под стеклом на одном из стендов раскрытую книгу Шри Ауробиндо. По-видимому, эта книга была

выставлена в числе прочих книг на английском языке для того, чтобы показать широту кругозора вождя советского народа. Увидев ее, посол попросил разрешения извлечь книгу из-под стекла, чтобы прочитать ее название. Ему вежливо отказали, посоветовав сделать официальный запрос. На следующий день запрос был отправлен. Ответа долго не было, и запрос пришлось повторять несколько раз. В конце концов, пришел ответ, что никаких книг Шри Ауробиндо Ленин не читал и их в музее нет. И действительно, работник посольства, отправившийся в музей на следующий день, этой книги там уже не обнаружил. По-видимому, она отправилась на покой в один из спецхранов Москвы.

Автор предисловия этой книги, будучи постоянным читателем знаменитой Публичной библиотеки имени Салтыкова-Щедрина в Ленинграде, неоднократно домогался допуска к трудам Шри Ауробиндо, каждый раз получая стандартный ответ об отсутствии присутствия оных в хранилищах, и только в середине 90-х годов с большим удивлением и радостью обнаружил в каталоге библиотеки каталожные карточки на некоторые книги Юбилейного собрания сочинений Шри Ауробиндо, выпущенного в Пондичери (город в штате Тамил Наду в Индии) в 70-е годы. Немедленно отправившись в фонд восточной литературы библиотеки на Литейном проспекте, я узнал, что эти книги уже много лет содержались в здешнем книгохранилище, закрытом для доступа. И вот, оформив требование, я уже через несколько минут держал в руках несколько фолиантов в твердой обложке с пластиковыми чехлами, серьезно подрывавших основы благополучия Советского Союза.

Именно поэтому перевод 1990 года осуществлялся с нелегальной ксерокопии, которая, как это сейчас видно, дошла до нас не в полном объеме. Да и история написания этой работы была скрыта от нас в ту пору, и только сейчас нам предоставляется возможность приоткрыть бывшую ранее тайной страницу из жизни Шри Ауробиндо.

Достаточно подробно историю создания «Йогической садханы» описывает журнал

«Archives and Research» (vol.10, April, 1986), выпускаемый одним из подразделений Ашрама Шри Ауробиндо в Пондичери. Это история о так называемом «автоматическом письме» — записях, диктуемых или ведомых отнюдь не сознательным умом самого пишущего.

Шри Ауробиндо впервые испытал себя в автоматическом письме в Бароде (город в штате Гуджарат) в 1904 году. Он взялся за это в порядке эксперимента или скорее забавы ради, после того как увидел некоторые весьма необычные записи такого рода, сделанные его братом Барином.

«Шри Ауробиндо был поражен и заинтересован. Он решил, практикуя такое письмо, найти объяснение, что же стоит за этим» (On Himself).

Барин иногда использовал для своих экспериментов своего рода планшет, но Шри Ауробиндо, как писал Дилип Кумар Рой, «...просто держал перо до тех пор, пока бестелесное существо записывало то, что оно желало, используя его перо и руку».

Существуют публикации нескольких работ, сделанных Шри Ауробиндо подобным образом, но история не сохранила ни одного оригинала автоматического письма, записанного рукой самого Шри Ауробиндо в Бароде. Сохранилась лишь часть записи, сделанной в 1907 году, в то время, когда Шри Ауробиндо был с головой увлечен политикой. Три года спустя, сразу же по прибытии в Пондичери, он записал методом автоматического письма наиболее известную и, вероятно, наиболее важную работу — девять глав руководства по йоге, позднее опубликованного под названием «Йогическая садхана».

А.Б. Пурани в биографии Шри Ауробиндо пишет: «В течение первых трех месяцев своего пребывания в Пондичери Шри Ауробиндо по вечерам проводил сеансы автоматического письма. Именно таким путем была написана книга «Йогическая садхана». Записывая примерно по одной главе в день, он закончил эту работу через неделю, а точнее, через восемь дней. В последний день Шри Ауробиндо показалось, что фигура, похожая на Раммомохан Роя, растаяла на тонком плане в углу под потолком комнаты. Был сделан вывод, что именно Раммомохан Рой¹ продиктовал эту книгу. «Эпилог», добавленный в конце работы, был написан самим Шри Ауробиндо. Писателю было дано имя «Уттара Йогин» (Йогин с Севера)».

Таким образом, в 1910 году на свет появилась работа «Йогическая садхана». В виде отдельной книги она была впервые опубликована в 1911 году в Шрирангаме (город в штате Тамил Наду). Книга была высоко оценена уже первыми последователями Шри Ауробиндо. В период с 1920 по 1933 год книга выдержала три издания, но следующих переизданий не последовало, хотя потребность в этом и существовала. В каждом издании редактором книги указывался *Уттара Йогин* (Uttara Yogi). Шри Ауробиндо так говорит об этом имени: «Имя *Уттара Йогин* — йогин с Севера — было моим собственным именем, которое мне дали ранее согласно предсказанию, сделанному известным тамильским йогиним, сказавшим, что через 30 лет (а это точно соответствовало времени моего приезда в Пондичери) с Севера, как беглец, придет человек, который будет практиковать здесь, на Юге, Интегральную *Йогу* (*Пурна Йогу*). И это будет одним из признаков приближающегося освобождения Индии. Он привел три выражения — три признака, по которым можно было бы этого йогина легко распознать, и все эти три выражения были найдены в письме, которое я написал моей жене».

По-видимому, Шри Ауробиндо не хотел дальнейшего тиражирования «Йогической садханы». Он всегда отрицал свою причастность к этой работе и в 1924 году сказал одному из своих будущих учеников: «Между прочим, я не являюсь автором книги «Йогическая садхана».

«Что Вы имеете в виду?» — последовал вопрос.

«Слышали ли Вы что-либо об автоматическом письме?»

И снова вопрос: «Могу я узнать, почему Вы предоставили себя для этой записи?»

¹ Раммомохан Рой, Раджа (1772— 1833)— известный социальный и религиозный реформатор Бенгалии, адвокат, получивший западное образование, основатель движения “Брахма Самадж”, выдающийся деятель, чья любовь к свободе и национальному освобождению не знала границ.

«В то время я пытался определить, насколько истинны и насколько подчинены внушению погруженного сознания феномены подобного рода».

В заключение Шри Ауробиндо добавил: «Существуют феномены подобного рода, сутью которых является вмешательство существ иных планов, не всегда или реже всего высокого уровня. Большая часть таких писаний инспирирована элементами подсознательного ума. Только иногда яркая струя в подсознании осеняет нас, и тогда приходят предсказания из будущего и извлечения из настоящего и прошлого. В противном случае такие записи большого значения не имеют».

Среди автоматических записей Шри Ауробиндо есть несколько, несомненно, порожденных «яркой струей подсознания», как это было упомянуто им в предыдущем высказывании. Они включают в себя несколько замечательных предсказаний, наиболее поразительным из которых представляется заявление, сделанное Шри Ауробиндо в 1914 году, о том, что его собственная работа будет полностью завершена в 1956-57 годах. В 1956 году Мать, абсолютно не думая об этом давно забытом предсказании, сказала: «Проявление супраментала на земле — свершившийся факт».

В 1934 году Шри Ауробиндо снова выступил по поводу издания «Йогической садханы»: «Эта работа не является работой самого Шри Ауробиндо. Она была только опубликована с его примечанием. Противоположное утверждение, сделанное издателями, является ошибкой, которую я просил исправить. Нет особой нужды следовать методам, предлагаемым в этой книге, конечно, если кто-то не найдет их наводящими на размышления или полезными в качестве предварительной ориентации сознания, например для построения внутренней Воли и так далее».

Что касается «примечания», о котором здесь говорит Шри Ауробиндо, то речь идет о последней главе книги — «Эпilogue», который приводился в каждом издании после девяти первых глав. «Утверждение», сделанное издателями, — это текст, напечатанный на обложке издания 1923 года и на развороте суперобложки издания 1933 года, в котором *Уттара Йогин* назывался практическим руководителем Интегральной *Йоги*, предлагаемой Шри Ауробиндо Гхошем. Шри Ауробиндо охарактеризовал это утверждение как лживое. Он сделал это, вероятно, из-за того, что издатели представили в ложном свете его решение о прекращении переизданий.

Настоящая публикация является первым полным изданием на русском языке работы «Йогическая Садхана», которое скорректировано в соответствии с оригиналом, опубликованным в журнале «Archives and Research».

Без всякого сомнения, приведенная здесь работа, являющаяся примером автоматического письма Шри Ауробиндо, представляет практический интерес и может оказаться более чем просто «наводящей на размышление или полезной» умеющему различать истинное читателю.

Как и всякая дисциплина, *йога* имеет свою терминологию. Эти термины — санскритского происхождения, и они достаточно хорошо известны и общеприняты во всем мире. Но человеку, впервые взявшему книгу о *йоге*, они могут быть и не знакомы. Для того чтобы облегчить чтение и понимание сути изложенного, в конце книги приведен словарь, в котором дается толкование используемых терминов. Кроме того, с той же целью иногда толкование стоит в тексте непосредственно рядом с термином, причем в зависимости от контекста сам термин либо его определение заключается в круглые скобки. Все санскритские слова выделены в тексте *курсивом*, Это сделано для того, чтобы отличить их от слов аналогично пишущихся по-русски. Например, слово *анна* — грубая материя, пища на санскрите, или *раса* — вкус, удовольствие, притворство чувств.

Следует также отметить, что написание ряда санскритских терминов, принятое в нашей стране, не соответствует правильному написанию их транскрибированных аналогов. Например, санскритское слово *sadhana* мы пишем как *садхана*, хотя следовало бы писать — *сaddана*. И все же в этой книге сохранено написание, принятое в нашей стране. Иначе понимание смысла было бы затруднено.

Афоризмы, помещенные на обложке книги, взяты из сборника Шри Ауробиндо «Мысли и афоризмы» в переводе А. Шевченко.

АУМ

Глава 1

Правильный порядок реализации *садханы* (йогической практики) прямо противоположен тому, что принят большинством людей, и тому, что приняли вы. Люди начинают с тела и жизненной энергии (*праны*), затем переходят к основному сознанию (*читте*) и чувственному уму (*манасу*), заканчивая волей и разумом (*буддхи*). Правильнее же будет начать с воли, а затем перейти к телу. При этом отпадает всякая необходимость в йогических позах (*асанах*), логических дыхательных упражнениях (*пранаяме*), задержках дыхания при выполнении йогических упражнений (*кумбхаке*), в очищении основного сознания (*читташуддхи*) и в чем-то еще предварительном или подготовительном. Именно на это указывал Шри Рамакришна, рассказывая о *йоге*. «Прежде всего выполняйте *Шакти упасану* (служение Воле), - говорил он. - Обретите *Шакти*, и она даст вам *Сат* (чистое Бытие)», Воля и *Шакти* являются первыми средствами, необходимыми *йогину*. Вот почему он всегда говорил: «Помните! Вы есть *Брахман* (Создатель)». И это было главным посланием Свами Вивекананде. Вы — *Ишвара* (Господь). Если изберете, вы можете быть совершенным (*сиддха*), чистым (*шуддха*) или чем-то еще, и вы можете избрать и быть чем-то прямо противоположным. Во-первых, следует верить в самого себя, во-вторых, — в Бога и, в-третьих, верить в *Кали* (Мать всего сущего), ибо именно они являются творцами мира. В первую очередь воспитайте волю, с помощью воли обретите Знание (*джняну*), с помощью Знания очистите сознание (*читту*), направьте жизненную энергию (*прану*) и успокойте ум (*манас*). При помощи этих инструментов сделайте свое тело бессмертным. Это и есть настоящая *Йога* — *Махапантха*. Это и есть правильная и единственная *тантра*. *Веданта* начинается с *буддхи*, *тантра* — с *шакти*.

Чем является воля, вы уже слышали. Она — *шакти*, а не ментальные ощущения (*васана*) и всякого рода усилия (*чешта*). *Васана* и *чешта* — это отрицание воли. Если у вас есть желание, то это значит, вы сомневаетесь в силе вашей воли. *Брахман* не имеет желаний. Он изъявляет свою Волю, и все происходит согласно Ей. Если у вас есть *чешта*, то это значит, вы сомневаетесь в вашей воле. Только тот, кто ощущает себя слабым или думает, что так оно и есть, прилагает невероятные усилия и труд, чтобы добиться какого-нибудь результата. *Брахман* не имеет *чешты*. Он изъявляет свою Волю, и Она спонтанно производит свой результат. И этот результат производится в нужное время, в нужном месте и в соответствии с истинной причиной. Требовать результата здесь и сейчас, при данных условиях — это незнание (*аджняна*). Время, место и причинные связи каждого события и его дальнейшее развитие predeterminedены вами и *Парамешварой* уже давным-давно, в самом начале *кальпы*. И это невежество — прилагать усилия и стараться изменить то, что вы уже сами постановили. Заботьтесь о воле, а не о времени, месте или условиях, и предоставьте результат Богу, который есть ваша всемогущая, вездесущая и всеведущая самость. Вы — индивидуальный Бог, а Он — всеобщий Бог. Не существует ничего кроме Бога — *экам эвадвितिам*. Таким образом, воля подразумевает уравновешенность (*самату*), отсутствие *васаны* и *чешты*. Отсутствие *васаны* и *чешты* подразумевает знание. До тех пор пока у вас нет знания, вы не можете быть защищены от возврата *васаны* и *чешты*.

Вопрос в том — с чего начать. *Шакти* - в вас. Предоставьте работать ей и окажите ей в этом содействие, заняв правильную позицию. Вы — повелитель (*ануманта*) и свидетель (*сакши*), активный сторонник (*бхарта*) и наслаждающийся (*бхокта*). Как *ануманта* — отдайте распоряжения, как *сакши* — наблюдайте за полученным результатом, как *бхокта* — наслаждайтесь этим результатом и как *бхарта* — помогите ей, поддерживая свою оболочку (*адхару*). Не разрушайте ее тамасичным безразличием (*удасинатой*) или раджасичным противостоянием. Будьте уверены, воля никогда не утратит способности действовать. Вы — знающий (*джнята*): принимайте все знание, что само преподносит себя вам. Усвойте эту позицию, которую я здесь описал, и применяйте ее в каждом конкретном мгновении *садханы* или жизни. Больше ничего вам делать не нужно. *Кали* сделает все остальное. Не беспокойтесь, не волнуйтесь, не торопитесь — перед вами вся вечность. К чему торопиться? Но и не будьте тамасичным, праздно теряя свое время.

Глава 2

Сегодня я буду говорить о *Шакти*, или о Воле, поскольку это — основа *йоги*. *Шакти* располагается в *сахасрадале* — прямо над макушкой головы, Из этого места она и действует. Ниже нее, в верхней части мозга, находится высший *буддхи*, а под ним, занимая средний уровень мозга, располагается разум, или низший *буддхи*. Под ним, в нижней части мозга, находится орган связи с *манасом*. Мы можем назвать этот орган пониманием. Знание, разум и понимание есть три функции мозга. Эти функции находятся в тонком теле, но они связаны с соответствующими отделами материального мозга.

В груди, прямо над сердцем, находится *манас* — орган ощущений с пятью подчиненными ему чувствами — *индриями*. Ниже *манаса*, между сердцем и серединой расстояния от сердца до пупка, находится *Читта*. От этой точки до пупка и ниже него располагается психическое, иди *сукима прана*. Все они находятся в тонком теле (*сукима дехе*), но через указанные точки связаны с грубым телом (*стхула дехой*). В самом грубом теле содержатся две системы — физическая *прана*, или нервная система и *анна*, или материальное тело.

Теперь о воле. Воля — это орган *Ишвары*, действительного хозяина тела. Она действует через посредников, которыми и являются все вышеперечисленные органы. Через *буддхи* она воздействует на мысли и знание, через *манас* — на ощущения, через *читту* — на эмоции и через *прану* — на наслаждение. Когда воля действует безупречно, осуществляя работу каждого органа в соответствии с его назначением, тогда работа *Шакти* становится совершенной и безошибочной. Существуют также две причины слабоволия, неудачи и ошибки. Первая — нарушение истинного порядка функционирования органов. Если *прана* вмешивается в ощущения, эмоции и мысли, человек становится *анишей* — рабом *праны*, то есть рабом желаний. Если *читта* вмешивается в ощущения и мысли, они фальсифицируются эмоциями и связанными с ними желаниями. Например, если любовь вмешивается в *буддхи*, человек становится слепым по отношению к тому, кого он любит. Он не в состоянии различить правду и ложь относительно того, что следует, и того, что не следует делать — *картавя* и *акартавя*, — когда это касается любимого человека. Он становится в большей или меньшей степени рабом эмоций — любви, ненависти, гнева, жалости, мести и так далее. Если же *манас* вмешивается в разум, человек ошибочно принимает свои ощущения за идеи или истинные рассуждения. Он принимает увиденное или услышанное за рассуждения, вместо того чтобы рассуждать о том, что он видит или слышит. Теперь, если разум, воображение, память и логика вмешиваются в знание, человек лишается высшего знания и блуждает по бесконечному кругу вероятностей и возможностей. Наконец, если даже *буддхи* мешает Воле, человек ограничивается мощью своего недостаточного знания, вместо того чтобы вплотную двигаться к всемогуществу. Короче говоря, если механизм или инструмент используется в работе, для которой он непригоден или изначально не приспособлен, так как был изготовлен не для этой работы, то он либо не может такую работу выполнить вовсе, либо выполняет ее плохо — творится *дхарма санкара*. Так вот, то, что я описал здесь, есть обычное состояние людей до того, как они достигнут знания. Все это — *дхарма санкара* — смешение функций, плохое ведение дел и некомпетентное и невежественное управление. Воля — истинный министр — оказывается марионеткой нижестоящих чиновников, каждый из которых работает для достижения своих собственных эгоистических целей, вмешивается в чужие дела или нечестно играет ради своей собственной выгоды и в ущерб *Ишваре* — своему хозяину. Человек перестает быть *Ишварой*, он становится *анишей* — простофилей, марионеткой своих собственных слуг.

Почему он следует их указаниям? Из-за незнания (*аджняны*), Он не знает, он не осознает того, что министры и чиновники и еще тысяча и один прихлебатель делают с ним. Что такое *аджняна*? Это — неспособность распознать свою собственную истинную природу, свою роль и полномочия, Он начал с тела, будучи глубоко заинтересованным лишь деятельностью на малой части своих владений. Он подумал: «Это — мое царство». Он стал игрушкой отправления собственного тела. Он отождествил себя с каждым из них — с чувствами, эмоциями, менталом, нервной системой. Он забыл, что он сам нечто

полностью отличное от них — более великое и сильное. Что он должен сделать — так это получить обратно бразды правления, вспомнить, что он — *Ишвара* — сам Бог, царь и хозяин.

Понимая это, он должен вспомнить, что он всемогущ. У него есть могущественный министр — воля. Пусть он поддержит и направит волю, и воля наведет порядок в правительстве и заставит каждого из чиновников покорно и безупречно исполнять свои собственные обязанности. Конечно, не всё сразу. Это потребует времени. Чиновники уже настолько сильно привыкли использовать в своих интересах путаницу в работе и ненадлежащее управление, что сначала они не пожелают работать как следует, а затем, даже если и пожелают, сочтут эту работу затруднительной. Им также точно известно, как все это сделать. К примеру, что, скорее всего, произойдет, когда вы начнете использовать свою волю? Сначала вы попытаетесь выразить ее через *прану* — через желание, потребность, надежду. Или же вы будете выражать ее с помощью *читты* — эмоциями, рвением и нетерпеливым ожиданием. Или же вы будете выражать ее через *манас*, используя *чешту* — борьбу, усилия, так как если бы вы физически сражались с тем, над кем хотите установить контроль. Или же вы будете выражать ее через *буддхи*, пытаясь подавить предмет вашего интереса мыслью, размышляя так: «Пусть это будет. Пусть это случится». И так далее. Все эти способы обычно используют *йогины*, чтобы восстановить силу воли, *Хатха йогин* использует *прану* и тело, *Раджа йогин* — сердце, *манас* и *буддхи*. Но оба эти способа не являются наилучшими. Даже последний из них оказывается второсортным средством и он обязательно повлечет за собой ярую борьбу, неудачу и быстрое разочарование. Воля только тогда совершенна в своем действии, когда она работает самостоятельно, прямо из *сахасрадалы*, на предмет своего воздействия, без усилий, без эмоций и рвения и без желаний.

У каждого функционального органа — свое назначение, и у воли — свое.

Она всегда повинуется *Ишваре*, но действует сама по себе и через посредство только себя самой. Она использует все остальные органы, но не должна быть используема ими.

Она использует *буддхи* для познания, но не для отдачи приказаний. Она использует *манас* для восприятия, но не для отдачи приказаний и не для познания. Она использует сердце для эмоций, но не для восприятия, познания или отдачи приказаний. Она использует *прану* для наслаждения, а не для чего-то другого. Она использует тело для движения и действия, но не как нечто ограничивающее и предопределяющее, будь то знание, чувство, ощущение, силу или наслаждение. Таким образом, она должна держать себя отдельно от всех остальных и командовать ими сама. Они все — всего лишь *янтра* — механизм, *Пуруша* является *Янтри* — хозяином этого механизма, а воля это электричество или движущая сила механизма.

Это и есть правильное знание. Как использовать его, я расскажу позже. Это дело практики, а не наставлений. Человек, который обладает *дхаирьей* — непоколебимым спокойствием, стойкостью даже в небольшой степени, может при помощи воли постепенно приучить себя быть хозяином своего механизма. Но вначале он должен познать — он должен познать этот механизм, он должен познать его движущую силу, он должен познать самого себя. Знание не обязательно должно быть исчерпывающим, чтобы начать, но, по крайней мере, элементарное знание ему необходимо. Именно это я и стараюсь дать вам. Я разьясняю вам назначение различные частей механизма, их природу и функцию, природу воли и природу *Ишвары*.

Глава 3

Воле, когда она начинает действовать, будет мешать *свабхава* (природа, присущая каждому существу). Поэтому до тех пор, пока вы не способны воздействовать на свою *свабхаву*, вы не будете, и вам не следует приводить вашу волю в жизнь. Другими словами, пока вы — *садхак Шакти марга* - оставайтесь только *садхаком*. Когда вы обрели *сиддхи* (совершенство) воли, вначале используйте эти *сиддхи*, чтобы обрести совершенство своей *адхары* (ума-жизни-тела). И только достигнув совершенства *адхары*, используйте *сиддха адхару* для *кармы* — для жизни.

Свабхава сопротивляется совершенному действию воли. Почему? Потому что

природа человеческая несовершенна — *асидха*, развита лишь частично, и пребывает несовершенной во всех *дхармах*, а тамасичная сила привычки — *тамаси дхрити* — препятствует любым попыткам сделать ее совершенной, *сиддха*. Человечество эволюционирует. *Йога* — это средство победоносного эволюционного продвижения вперед с огромной скоростью. Но несовершенная *свабхава* говорит: «Я не желаю быть совершенной, я приучена к несовершенству и нахожу его простым и удобным». И тогда сразу же воля захватывает владение *свабхавы* и удаляет препятствия на пути своего продвижения к совершенству.

Как я уже сказал, сначала воля избавляется от старых *санскар* (привычных представлений) неосуществимости — *санскары*, *аджняны*, нашептывающих: «Я всего лишь человек, не Бог, ограничен, не беспределен, беспомощен, не всемогущ». Воля прежде всего должна сказать: «Я всемогуща, я могу сделать все, что прикажет *Пуруша*». Ибо воля — это *Шакти* в действии и существует только одна *Шакти* — сама *Кали*, которая суть Бог, проявляющийся как божественная энергия.

Далее воля овладевает *адхарой* и делает ее чистой (*шуддха*), для того чтобы самой стать *шуддха*. Я уже объяснял, что если среди посредников воли сумятица и беспорядок, то она не может действовать с полным своим могуществом. Следовательно, вначале вы должны развить *джняну* и при помощи *джняны* осуществить очищение (*шуддхи*) *адхары*. Когда *адхара* станет *шуддха*, воля, будучи совершенно свободной от ошибочных *санскар* и неправильных действий, также становится той, что я называю *шуддха*. Она действует наилучшим образом. Действуя безупречно, воля делает *адхару* совершенной — *сиддха*, то есть *адхара* избавляется от всех *доша* — недостатков и слабостей — и сама работает безупречно. Она становится совершенным инструментом *Пурушоттамы*, *Пуруши* и *Шакти* для продолжения их *лилы* (игры).

Следовательно, знание — *джняна* — следующая стадия, которую нам необходимо обсудить. Но прежде чем я перейду к этому, позвольте мне закончить рассказ о препятствиях в *свабхаве*. Существуют не только ошибочные *санскары* и *ашуддхи* (несовершенство) *адхары*, но также и всеобщая природа всех вещей со своими вполне определенными тенденциями или законами, одни из которых противодействуют развитию *йоги*, тогда как другие помогают этому развитию. Существуют три закона, противодействующих развитию: закон инерции восприятия, закон сопротивления и закон повторения. Есть также три благоприятствующих закона: закон постепенных процессов, закон концентрированных процессов и закон сложных процессов.

Закон инерции восприятия заключается в том, что однажды утвердившаяся установка, привычка или тенденция получает право на сохранение, выживание — естественное нежелание какого-либо изменения или полного упразднения. Чем дольше привычка существует в *адхаре*, тем дольше приходится ее искоренять. Если человек на протяжении многих жизней породил «цветы зла», не предпринимая серьезных усилий к их искоренению или к собственному очищению, он не может простым желанием или всего лишь одним усилием отделаться от этого и стать чистым и уравновешенным. Эти привычки отказываются уступить кавалерийскому наскоку. Они говорят ему: «Ты уже предоставил нам все права в этой *адхаре*, и мы остаемся». Еще тяжелее обстоит дело с теми *дхармами* тела, которые люди называют законами физической природы.

Но воля всемогуща, и, если спокойно, стойко и героически применять ее, она восторжествует. Ибо воля, я повторяю, это сама *Кали*. Поэтому под ее воздействием в конце концов устанавливаются новые правила, привычки или тенденции, которые борются со старыми и постепенно их побеждают. И тогда происходит следующее: все старые привычки человека, уже подавленные, ослабленные и более не являющиеся частью его природы начинают сопротивляться выселению из *адхары*. Их поддерживает целая армия сил и духовных существ, которые окружают вас и живут вашими переживаниями и удовольствиями. Так наступает вторая стадия *йоги*, отмеченная проявлением закона сопротивления. И эта стадия является изнурительной и причиняет сильное беспокойство до тех пор, пока воля не станет *сиддхой*, а *адхара* — *шуддхой*. Ибо кажется, что нет конца этому сопротивлению.

Воля и в этом случае непременно приведет к триумфу, если она подкреплена верой

или знанием. Но даже и после этой победы изгнанные привычки и тенденции еще долго борются за возвращение в систему и за восстановление потерянных ими мест силы и наслаждения. Это называется законом повторения. По мере того как воля становится *сиддхой*, а *адхара* — *шуддхой*, тяга к такому возвращению ослабевает и оно происходит все реже, а если и происходит, то очень не надолго. Но если *адхара* нечиста, а воля несовершенна, повторение чаще всего столь же продолжительно, что и сопротивление, и причиняет такое же беспокойство.

С другой стороны, существуют три закона, благоприятствующих развитию. Новая привычка или тенденция, однажды уже утвердившаяся, будет стремиться к своей силе и совершенству. И это — закон. В любое время, пока эта тенденция борется, чтобы утвердить себя, *йогин* может стать *бхраштой* — отступившим с пути *йоги*, то есть он может из-за нетерпения, слабости или в связи с ошибочным решением отказаться от борьбы. И это единственное, что может обусловить падение *йогина*. Неудача, временное отступление не являются *бхрансой* (окончательным отступлением) до тех пор, пока он не отказывается продолжить борьбу. И когда правильная тенденция прочно утверждается, никто не может разрушить ее, пока она наслаждается своей верховной властью и ее *бхогой* (наслаждением).

Тем не менее, вначале, пока воля еще сравнительно слаба или не подкреплена практикой, продвижение идет медленно. По мере того как совершенство воли углубляет очищение *адхары*, процесс убыстряется. Все в мире создается процессом. Процесс означает последовательность действий, ведущих к особому результату определенными признанными этапами. Эти этапы могут преодолеваются медленнее или быстрее. Как только закон постепенных процессов вступает в силу, необходимо последовательно и сознательно пройти через все этапы пути. На вашем пути будет много верстовых столбов, и вам придется преодолеть весь путь без исключения, Вы можете пройти его пешком, проехать в повозке или по железной дороге, но вы обязаны преодолеть все этапы — все верстовые столбы. И возрастающая сила воли позволит вам заменить медленный процесс более быстрым.

Затем придет время, когда *Кали* начнет выхлупить за пределы обычного человеческого существа и станет теперь не *Шакти* человека, но *Шакти* Бога в человеке. Именно тогда постепенные процессы сменяются концентрированными процессами. Это как если бы вместо обычного продвижения пешком от одного верстового столба к следующему, вы стали бы прыгать от первого столба к третьему и так далее до конца вашего путешествия. Другими словами, сам процесс (последовательность действий) остается таким же, как и был, но кажется, что некоторые этапы были пропущены. В действительности же они были преодолены так легко, что это заняло совсем немного времени. и вы их просто не заметили. Вот поэтому такой процесс называется концентрированным или сжатым, и им характеризуется закон концентрированных процессов.

В конце концов, когда человек сам становится Богом, частично или в целом, закон концентрированных процессов уступает место закону сложных процессов, когда кажется, что не используется никакой процесс, когда результат следует за действием мгновенно, неизбежно и чудесным образом, В действительности же нет никакого чуда, процесс идет, но так быстро, с такой превосходной легкостью, что все этапы становятся сжатыми или скрытыми в том, что представляется нам мгновением действия.

Для большинства людей уже хорошо, если они достигнут второго этапа, и только *аватар* или великий *вибхути* может достичь третьего.

Поэтому не расстраивайтесь из-за какой-либо неудачи или задержки. Все это — просто вопрос силы и чистоты воли. Под чистотой воли я подразумеваю свободу от желаний, от борьбы, от неуместного применения воли. Лучше всего начать с концентрации усилий на самоочищении воли, для чего во время ее приложения необходимы, во-первых, пассивность желания для достижения плодов деятельности, во-вторых, пассивность *читты* и *буддхи* и, в-третьих, развитие самопознания в употреблении воли. И обнаружится, что благодаря процессу воспитания воли — *атманам атмана* — автоматически будет подготовлена чистота *адхары* и знание начнет развиваться и действовать.

Глава 4

Что такое знание? В чем оно состоит? Мы должны уметь различать знание как таковое от средств познания. Но и среди самих средств мы должны уметь различать инструменты и действия, осуществляемые этими инструментами.

Под познанием мы подразумеваем осознание, привнесение чего-либо внутрь нашего активного сознания — в нашу *чайтанью*. Но что мы имеем в виду, когда говорим о привнесении в нашу *чайтанью*? Где мы это берем? Европейец говорит — снаружи, мы говорим — изнутри, из самой *чайтаньи*. Другими словами, познание есть действие сознания, оперирующего чем-то в самом сознании. Изначальное место всего, что мы знаем это *Парабрахман*, то есть изначально всё существует в нем — нашем неделимом универсальном самосуществовании. Оно там, но еще не проявлено — не *вякта*. Затем оно существует в чистом *чит* (сущностном сознании), которое является материнским лоном вещей в виде мыслеформ, названий и свойств. Оно обретает имя, форму и характеристику в *каране* или *махате* — в причинной, типической и понятийной структуре сознания. Затем в *сукиме* — тонкой, ментальной или пластичной структуре сознания — оно получает возможность изменяться, развиваться или видоизменяться. В конечном итоге действительное изменение, развитие, видоизменение или эволюцию оно претерпевает в *стхуле* — материальной или эволюционирующей структуре сознания. В *каране* нет эволюции, ничего не изменяется, все вечно. *Карана* — это истина бытия (*сатья*). В *сукиме* все подготавливается к изменению. Все полно воображения или *анриты* (не-истины), то есть находится в сонном состоянии (*сванна*). Оно не есть что-то в действительности ложное, но и не тотчас применяемое в *каране* или *стхуле*. В *стхуле* все разворачивается. Это — частичная *сатья*, развивающаяся посредством превращения старой *сатьи* в *анриту*, которое называется разрушением, и посредством превращения новой *анриты* в новую *сатью*, которое называется творением. В *каране* нет творения, нет рождения, нет смерти. Вес существует вечно. Единственное изменение — от типа к типу, от осуществления к осуществлению.

Следовательно, знать в действительности означает быть сознательным по отношению к чему-то в любом или во всех этих трех формах сознания. Знание *стхулы* составляет науку. Знание *сукимы* составляет философию, религию и метафизику. Знание *караны* составляет *йогу*. Когда человек познает *стхулу*, он познает ее своими чувствами, то есть *манасом*. Он познает *сукиму* разумом или вдохновенным интеллектом. Он познает *карану джняной* или духовным осознанием. Следовательно, полное познание состоит из трех операций: во-первых, объективного опыта (*упалабдхи*), во-вторых, интеллектуального утверждения вашего понимания данной вещи и, в-третьих, субъективного *упалабдхи* или духовного опыта. Ученый начинает снизу и, если может, взбирается вверх. *Йогин* начинает сверху и спускается для получения исчерпывающих доказательств вниз. Вы не ученые, вы - *садхаки*. Следовательно, когда вы говорите о знании, вы должны понимать этот процесс. Вы осознаете вещь при помощи субъективного опыта — *бхавы*. Затем вы осмысливаете ее и формулируете ваш опыт при помощи значения (*артха*) и речи (*вак*), сочетание которых образует мысль. И далее вы проверяете или подвергаете испытанию ваш опыт при помощи физического или объективного опыта.

Например, вы видите человека. Вы хотите узнать, кто он, что он думает и что делает. Каким образом ученый или материально мыслящий человек это делает? Он наблюдает за человеком, отмечает, что тот говорит, что выражают его речь и лицо, каковы его действия, с какими людьми он общается, и так далее. Все это — объективный опыт. Затем он размышляет, исходя из этого объективного опыта. Он говорит: «Человек говорит то-то и то-то, поэтому он должен думать так-то и так-то, или он должен иметь такой-то характер, его действия показывают то же самое, его лицо говорит то же самое». Затем он продолжает размышления. Если он не получает всех необходимых фактов, он пополняет их из своего воображения или из своей памяти, то есть из своего опыта по отношению к другим людям, самому себе, или же из опыта человеческой жизни, почерпнутого им из книг или услышанного от других людей. Он воспринимает, наблюдает, сравнивает, противопоставляет, делает выводы и заключения, представляет, вспоминает и называет

полученный результат рассуждением, знанием, фактом. В действительности, он лишь пришел к некоей возможности этого знания, ибо он не может быть уверенным в том, что его заключения верны или же что что-то в его размышлении, за исключением действительного наблюдения, восприятия его глаз, ушей, носа, вкуса, чувств, осязания, не нуждается в коррекции. И ничему, помимо этого, материально мыслящий человек не верит. Нет ничего истинного для него, кроме того, что он замечает своими чувствами или с чем соглашается его чувственное восприятие.

Ну а что же делает *йогин* в таких случаях? Он попросту вводит себя в связь с самой вошью. Не с ее формой, качеством или названием, но с ней самой. Может быть, он никогда прежде не видел такой формы, не читал такого названия или не знал таких качеств, и все-таки он может знать эту вещь. Потому что существует самость вещи, и она существует в нем самом, и она едина с его самостью, едина в первопричине (*махакаране*) человека. Здесь все собирает *атман*, и все настолько едино с ним, что, просто пребывая в контакте с ним, я могу знать все о любом. Немногие *йогины* достигают этого состояния. Точно так же и в *каране* я могу привести себя в связь с данной вещью и познать ее с помощью субъективного опыта. Я привожу себя, свою душу в связь с душой человека, которого я изучаю, или с вещью. *Праджна* (душа в каузальном сознании) во мне становится единой с *праджной* его или ее. Как я это делаю? Попросту становлюсь пассивным и обращаюсь к нему или к ней в моем *буддхи*. Если мой *буддхи* вполне чист или достаточно очищен, если мой *манас* — спокоен (*шанта*), то я получаю истину о нем или о ней. Я получаю ее при помощи *бхавы* — при помощи духовного или субъективного осознания.

Затем я должен сделать то, что получил, ясным и точным. Чтобы осуществить такое, я должен представить это интеллектуально в своем собственном уме, то есть я должен подумать об этом. Эти представления, о которых я вам рассказываю, существуют во мне самом как непроявленное знание. Они выстраивают себя словами — *вак* и принимают точное значение — *артха*. Это и есть осмысление. Большинство людей думает неясно, наполовину выражая что-то несовершенной речью и неполным смыслом. *Йогину* непозволительно делать такое. Его мысли должны выражать себя ясными и совершенными предложениями. У него есть возможность знать, без того чтобы размышлять, но если он размышляет, то должен делать это ясно и безупречно.

Когда необходимо, *йогин* рассуждает, но не как человек от науки. Он видит благодаря своей пророческой силе, интерпретируя истину рассуждением. Непосредственное знание (*пратьякшиа*) предоставляет ему значение, вдохновение дает ему речь, интуиция дает ему верное заключение относительно того, что он видит, правильное логическое соображение (*сиддханта*) и непосредственное интуитивное различение (*вивека*) охраняют его от ошибки. Истина, которую он безупречно узрел благодаря этим четырем совсем простым действиям, обдумана до конца. Если что-то требуется доказать, интуиция даст ему правильные аргументы. Ему не нужно мучительно переходить от одного умозаключения к другому, как это делает логик.

И в заключение он проверяет свое знание фактами объективного мира. Он уже увидел истину относительно этого человека, попросту посмотрев на него или на его мысли. Он уже ясно обдумал все это и теперь сравнивает свое представление с действиями этого человека, его речью и так далее. Он не проверяет полученную истину, ибо знает, что действия человека, его речь и прочее выражают его лишь частично и вводят в заблуждение того, кто его изучает. Он делает это для того, чтобы видеть, как истина, которую он знает из каузального существа (*караны*), разворачивается в физическом мире (*стхуле*). Он доверяет объективным фактам человеческой жизни, только пока они согласуются с его глубинной истиной, которую он приобрел благодаря *йоге*.

Вы видите огромную разницу. Единственная трудность состоит в том, что у вас уже выработалась привычка использовать чувства и разум для подчинения высших способностей и почти полного их исключения из процесса познания. Поэтому вы обнаружите, что вам трудно привести в действие высшие способности.

Но как легко было бы вам, если бы вы начали с субъективного опыта (*бхавы*), со знания сути (*атмаджняны*)! Это еще произойдет. Но вначале вы должны избавиться от

низшего *буддхи*, от *индрий* в *манасе* и пробудить активность высших способностей. Они будут видеть за вас, слушать за вас, так же как и думать за вас.

Итак, вначале приведите в порядок ваши привычные реакции (*санскары*). Поймите правильно то, что я вам уже рассказал, и то, что еще расскажу. Затем, используя волю, сохраняйте рассудок, воображение, память, мысли, чувства достаточно спокойными, для того чтобы высший *буддхи* осознал себя самого отдельным и отличным от этих низших качеств. Поскольку высшее отделяет себя и становится все более и более активным, низшее, обескураженное этим, становится все менее и менее активным и в конце концов больше не мешает вам.

Следовательно, сначала воля, затем при помощи воли, при помощи *Шакти* — *джняна*. Сначала *Кали* (Мать всего сущего), затем *Сурья* (Господин истинного Знания). Я разъясню, в чем заключаются особенности, когда закончу рассказ об остальной системе.

Глава 5

Если бы люди баловались только с рассудком, памятью и воображением, очищение *буддхи* и развитие высших способностей было бы простым делом. Но они по привычке забавляются и еще с одним посредником мыслей. Этот посредник — *манас* — воспринимающий орган. Он воспринимает глазами, ушами и прочими органами ощущения выраженные образы и превращает их в то, что европейцы называют объектами, результатами перцепции, то есть восприятиями. Кроме того, *манас* принимает образы, идеи и так далее, ниспосланные из *виджняны* в *читту*, и передает их последней. В результате они становятся тем, что мы называем понятиями, то есть предметами представляемыми или осмысливаемыми. Например, если ум видит образ книги и говорит: «Книга», он уже владеет восприятием названия представляемого им предмета. Это есть сенсуальная (чувственная) мысль. Если же он говорит: «Книга содержит речь», то это уже более отвлеченное понятие — интеллектуальная мысль. В первом случае в слова облекается предмет ощущаемый, во втором — предмет осмысливаемый. Восприятие и понятие вместе создают то, что мы называем пониманием. Разум, в соответствии с европейским взглядом, просто определенным образом расставляет восприятия и понятия и, когда это необходимо, вытаскивает оттуда новые и наиболее проработанные понятия. Многие верят, что понятия — это восприятия, собранные воедино и преобразованные в то, что называют размышлением. В соответствии с этим взглядом все размышления есть просто выражение ощущений, собранных в определенном порядке в терминах языка. Даже, когда я представляю себе ангела, я просто соединяю вместе человеческую фигуру и крылья птицы и даю этому сочетанию название ангел. Когда же я говорю об абстрактных качествах, таких как добродетель или мужество, в моем размышлении участвуют лишь ощущения — признаки, отличающие ощущения и результаты действия мужества и добродетели; я соединяю все это вместе и называю осмысливаемое именем добродетели или мужества.

Все эти рассуждения корректны до тех пор, пока они касаются восприятия (*манаса*) или понимания. *Манас* — это орган ощущения, а не мышления. Он захватывает мысли на их пути от *буддхи* к *читте*, и, захватывая, превращает в материал для ощущений, как это уже описывалось выше. Он рассматривает их с точки зрения ощущений. Животные мыслят с помощью своего *манаса*, и они не в состоянии формировать представления, которые не связывают их с некими образами, формами, звуком, запахом, вкусом, осязанием и так далее. Они связаны своими ощущениями. Вот почему *буддхи* в животных дремлет — бездействует; а если он действует, то действует завалированно.

Но человек может осознать то, что не способен уловить чувства — *буддхи* *грахьям атиндриям*. Подтверждение этому вы можете получать ежедневно, если йогическая сила развита. Чтобы разрушить материалистическое представление о мысли, достаточно одного единственного факта, доказывающего, что человек с помощью своего *буддхи* может видеть истину о предмете, которого прежде никогда не видел или которого ранее не знал.

Эта идея верна только в отношении *манаса*. *Манас* реагирует на ощущения и всегда формирует восприятия и понятия об ощущениях, которые он принимает. Эти

представления он получает иногда из внешнего мира, иногда из пассивной памяти в *читте*, иногда из *буддхи*. И всегда он пытается навязать свои понятия *буддхи*. Он анализирует все, что не считает само собой разумеющимся по отношению к ощущениям. «Я видел это, я слышал это, следовательно, это — истина», — таковы рассуждения *манаса*. Именно поэтому люди со слабо развитым *буддхи* придают такое большое значение увиденному или услышанному ими. «Я уже видел это опубликованным», — говорит такой человек от литературы, и он думает, что у него есть весомый аргумент.

Что же нам делать с *манасом*? Утихомирьте его, говорит *йогин*. Пока он занят какой-либо деятельностью, знание невозможно. Вы можете получать только фрагменты знания. Это верно, и спокойный ум, без всякого сомнения, весьма существенен для *йогина*. Но как быть с ощущениями? Вы можете избавиться от понятий в *манасе*, но что делать с восприятиями? Вы не можете остановить зрение, слух, если только вы не пребываете в состоянии *самадхи*. Вот почему *ведантист* придает такое большое значение *самадхи*. Это единственное состояние, в котором он защищен от настойчивой осады восприятий своих ощущений.

Но если вы можете развивать знание только в состоянии *самадхи*, тогда вам придется стать аскетом или отшельником - человеком, который отказывается от жизни или размышления. Это та самая необходимость, которая разрезает единство божественного мира надвое и создает неестественное деление того, что должно быть неделимым. Тантрист знает, что в этом нет необходимости, *самадхи* — великий инструмент, но это не единственный инструмент. Он так организует свою *антахарану*, что может познавать в любое время — когда прогуливается, беседует, работает, спит, вне зависимости от того, что он делает. Каким образом? Не только остановив концептуальную деятельность *манаса*, но и передав *буддхи* его работу по формированию восприятий.

Другими словами, тантрист видит, слышит и так далее, но не ощущениями в *манасе*, а *индриями* в *буддхи*. Вы поймете, в чем здесь разница. Вы не только будете видеть намного более совершенно, с мельчайшими оттенками и подробностями, точнее, чем ранее, но и получите возможность оценивать цвета, формы, звуки и так далее совсем иначе, чем делали прежде. И, кроме того, вы теперь в состоянии уловить душу, *гуну*, сущностное качество и настроение предмета, момент, когда вы осознаете его. Все это есть часть того, что *йога* называет *пракамьей* (свободной и безграничной силой ментальных и чувственных восприятий), безусловной и суверенной деятельностью *индрий*.

Следовательно, когда *йога* совершенна, вас не будет беспокоить *манас*. Он перестанет воспринимать. Он будет просто проводником, каналом из *буддхи* в *читту*. Существует много путей для достижения этого, но большая часть из них страдает недостатком из-за того, что, если вы и успокоите размышляющую часть *манаса*, воспринимающая его часть сохраняет свою наихудшую, мешающую деятельность. Наилучший путь — это использование воли для одновременного пробуждения *джняны* и успокоения *манаса*. Такой метод имеет два преимущества. Во-первых, вам не нужно, как это обычно практикуется, делать ум пустым, что, безусловно, является мощной, но и очень тяжелой и изнурительной дисциплиной или аскезой (*танасьей*). Вы попросту постепенно замещаете активность низшего рассудка активностью высшего мышления, активность ума — активностью все того же высшего мышления, а чувственные восприятия — активностью *пракамьи*. Это менее болезненный и более легкий процесс. Во-вторых, вы не можете остановить восприятие до тех пор, пока вы не в *сушупти* (в состоянии глубочайшего *самадхи*): вы только останавливаете мышление. Поэтому вы не сможете сделать ваш ум пустым. Каким же образом вы собираетесь избавиться от этого назойливого элемента, если до сих пор еще не пробудили *джняну*? *Пракамья* должна быть активной еще до того, как обычные восприятия прекратят свою деятельность.

Итак, это третье действие тантрического метода. Вы развиваете волю, вы применяете волю для пробуждения *джняны*, вы применяете волю, чтобы успокоить ум и низший *буддхи*, и вы применяете *джняну* для того, чтобы заместить их.

Глава 6

Далее я перехожу к *читте*. В *читте* есть два слоя: один для эмоции, другой для

пассивной памяти. Впечатления от мыслей, ощущений, чувственные и зрительные восприятия записываются в нижнем слое *читты* и остаются там до тех пор, пока *джива* (индивидуальная душа) не покинет тело. Впоследствии все эти впечатления принимаются *сукшима дехой* (тонким телом) и отправляются в другие миры вместе с *дживой*. Когда *джива* рождается вновь, они привносятся с ним в виде скрытых *санскар* (привычных реакций) в *муладхаре*. Вот почему люди не помнят своих прошлых рождений, но могут вернуть память о них путем пробуждения *кундалини* в *муладхаре*. Эти впечатления скрыты в *читте* до тех пор, пока активная память в *буддхи* не призовет их. Те из них, которые постоянно привносятся в *буддхи*, имеют привычку периодически возвращаться даже тогда, когда их об этом и не просят. Привычные мысли, мнения, идеи, настроения и прочие впечатления являются главными затруднениями *йогина*, до тех пор, пока *манас*, в котором они появляются, не станет спокойным.

Над первым слоем лежит второй — слой эмоций. Эмоции — это проявления Воли, ниспосланные в *читту* и принимающие там форму импульсов, которые бывают трех видов: мыслеимпульсы, импульсы чувств и импульсы действий. Первые называются по-разному: инстинктами, интуициями, вдохновениями, озарениями и так далее. В действительности же это сообщения, ниспосланные *дживой* из *сахасрадалы* в *читту*. Пройдя незамеченными через *буддхи*, они размещаются в *читте* и всякий раз запускаются, возбуждаясь внутренними или внешними прикосновениями, и поражают *буддхи* с той же силой, как и подлинные вдохновения, нисходящие в *буддхи* непосредственно из *виджняны*. Но эти импульсы приходят окрашенными эмоциями, искаженными ассоциациями и воспоминаниями в *читте*, извращенными взрастившим их воображением. Многие из того, что называют преданностью Божественному (*бхакти*), эмоциональной преданностью, одаренностью, поэтическим вдохновением и так далее, приходит именно из этого источника. Это помогает обычному человеку, необычайно важно для животного, но является помехой для *йогина*.

Импульсы чувств — это то, что обычно называют эмоциями. Эмоции бывают двух видов: естественные, или вечные, а также искусственные, или искаженные (*викары*). Любовь — естественна. Она проистекает из *джняны* и ей свойственно сохраняться в ходе эволюции. Ненависть — *викара* любви, искажение или произведение, порожденное *аджняной* (неведением). Точно так же мужество вечно, а страх — *викара*; сострадание вечно, а *гхрина* или притворное сожаление, отвращение, антипатия — *викары*. Те эмоции, что естественны и вечны — любовь, мужество, сострадание, праведные и благородные устремления, — есть *дхарма*. Все остальные — *адхарма*. Но все это — только с точки зрения вечности и не имеет никакого отношения к *самаджик дхарме* или *лаукик дхарме*, или мирской *дхарме*, или *адхарме*. Более того, *адхарма* зачастую необходима как переход или подготовка к переходу от неразвитого состояния к развитому, от низшей *дхармы* к высшей. *Йогину* необходимо избавиться от *викар*, но не от *санатана дхармы*.

Третий вид импульсов — импульсы действия. Их присутствие в *читте* носит временный характер и обусловлено раджасичным развитием человеческого существа. *Ашуддха* (нечистый) раджасичный человек может легко быть вовлечен в действие только двумя силами — желанием или эмоцией. Любовь, ненависть, честолюбие, ярость и прочие импульсы действия должны расшевелить его, иначе он не захочет действовать или же будет действовать вяло. Он не в состоянии постичь *шуддха правритти* — действие вне желаний, независимое от эмоций. Эмоции должны лишь придавать окраску *свабхаве* или темпераменту человека. Он должен быть привычно исполнен чувств любви, мужества, чести, истинного честолюбия, уверенности в себе и прочих, но он не должен действовать под влиянием сколь угодно благородного, но личного импульса. Он должен действовать, повинаясь импульсу воли, пребывающей в непосредственной связи с *Пурушей* в *виджняне*, понимая посредством *буддхи*, почему воля действует именно таким образом, и окрашивая действие эмоцией, присущей его *свабхаве* (сущностной природе). Но ни *буддхи*, ни эмоции не должны вмешиваться непосредственно в действие или пытаться определить его. *Буддхи* предназначен для мысли, а *читта* — для эмоции. Ничто из них не имеет ничего общего с действием в состоянии *шуддха* (чистом). Интеллектуальный *асур* определяет свои действия личными соображениями или идеалами, эмоциональный *асур*

— собственными чувствами. Но *шуддха* определяет их высшим вдохновением, протекающим из божественного существования в *виджняне*. Именно это люди часто называют божественным гласом — *адеш*. Только *шуддха* может без опасения доверять этому гласу. *Ашуддха йогин* нередко принимает свои собственные идеи, фантазии, эмоции и даже желания за *адеш*.

Таким образом, *йогин* должен стремиться к тому, чтобы, успокоив *манас*, избавиться от деятельности собственной низшей читты или прошлых запечатлений, как это было описано в предыдущей главе. Точно так же он должен стремиться к избавлению от собственных инстинктивных мыслей или мысли-импульсов, от привычки действовать исходя из своих эмоций, позволив Воле успокоить собственные импульсы и очистить собственные эмоции. Посредством Воли он должен воспрепятствовать или приостановить всякое действие или всякую речь, что слепо происходит из влечений или эмоций, растущих в его сердце. И тогда эмоции станут спокойными. И нужно научиться воспринимать эмоции как своего рода волны, спокойно опускающиеся в море, а не стремительно перерастающие в валы действия. Эти спокойные волны, удовлетворенные существованием и не зависящие от удовлетворения действием, не ищущие господства в жизни или идеях, и есть очищенные эмоции. Те же, что поднимаются в *буддхи* и пытаются принять форму мысли или мнения, те, что подвигают к речи или действию, есть *ашуддха* эмоции. Я имею в виду, что эмоции в *читте* предназначены только для наслаждения. Над действием же должен властвовать некий высший принцип.

Таким образом, именно Воля должна очистить, направить и вдохновить сердце. И лучше всего будет, если вначале знание станет действенным, а ум спокойным. Спокойный ум предполагает легкое очищение сердца.

Глава 7

Далее я перехожу к *пране* — нервному или витальному элементу в человеке, который централизован в тонком теле ниже *манаса* и *читты* и связан с пупком в *стхула дехе* (грубом теле). Здесь я должен провести различие между *сукима праной* (тонкой витальной силой) и *стхула праной* (витальной силой в материальном теле). Первая движется в нервной системе тонкого тела, как это описывается в книгах о *йоге*. Вторая же — в нервной системе грубого тела. Обе они тесно связаны и почти всегда взаимодействуют друг с другом. *Прана* формирует связь между физическим и ментальным в человеке. Здесь я должен предостеречь вас от повторения ошибки тех, кто пытается увязать йогическое учение и физическую науку европейцев и ищет йогические *нади* и *чакры* в физическом теле. Вы не найдете их там. В физической нервной системе есть определенные центры, с которыми *чакры* соотносятся; в противном случае *Хатха Йога* была бы невозможна. Но *чакры* не являются этими центрами. Европейцы большие мастера в своей области знаний, и вам не следует стесняться учиться у них этому. Но, ради Бога, не ставьте в зависимость от них свое высшее знание, ибо при этом вы лишь создадите ужасающую путаницу. Сначала развивайте ваше высшее знание, а затем изучайте их науку, и она сразу же займет подобающее ей место.

В дальнейшем меня интересует, главным образом, *сукима прана*, ибо *стхула прана* принадлежит, скорее, к грубому телу (*анна*), чем к уму и виталу (*антахкарана*), и я буду говорить о ней в связи с грубым телом. *Сукима прана* — это местонахождение желания, и ее очищение крайне важно для *йогина*. До тех пор пока вы не избавитесь от желания, вы не свершите ничего неизменного. Когда же вы избавитесь от желания, будьте уверены во всем остальном. Вот почему *Гита* говорит: «Сначала избавься от желания». Только тогда вы окончательно избавитесь от желания, когда обретете знание и сможете научиться использовать вашу волю для успокоения ума и очищения эмоций. Вы можете выдворить желание с помощью *саньямы* (самоконтроля), вы можете держать его в подчинении с помощью *ниграхи* (подавления), но это абсолютно бесполезно, ибо оно вернется вновь.

Пракритим янти бхутани ниграха ким каришияти — создания следуют своей природе. Какая польза от принуждения?!

Другими словами, это дает лишь временный эффект. Подавленные желания возвращаются с неистовством и свирепостью гораздо более сильными, чем прежде.

Именно это имел в виду Христос, рассказывая притчу о дьяволе — нечистом духе, которого изгнали из человека только для того, чтобы он вернулся с семью другими духами, еще более страшными, чем он сам. Ибо именно природа вещей, неизменная природа всех вещей состоит в том, что неочищенная эмоция должна иметь неистовое желание, беспокойный *манас*, как только это желание вернется, даст ему прибежище, а непросветленный *буддхи* сохранит его семя, готовое прорасти при первой же возможности. Поэтому до тех пор, пока не будет очищена вся *антахкарана*, пока у вас не будет нового ума и нового сердца, вы не сможете избавиться от желания. Оно останется или вернется вновь. Однако желание может быть полностью уничтожено, если просветленное понимание, озарив действие окрепшей воли, поддерживаемой чистым сердцем, отбрасывает желание в *сукхима прану* и атакует его на его собственной территории. Когда вы обретете полностью очищенный (*вишуддха*) *буддхи*, вы будете в состоянии различать все эти разнообразные средства и определять местонахождение всех ваших ментальных движений. Тогда желание будет изолировано в *пране*, а сердце и ум останутся чистыми и незатронутыми этими настойчивыми посягательствами. Ибо желание действительно только тогда, когда оно может властвовать над *читтой* и *буддхи*, генерируя *викары* эмоций и извращенного знания, которые дают ему силу навязывать себя воле и таким образом оказывать влияние на внутреннее и внешнее действие. Маскируя себя под видом принципа или идеала, или под видом оправданной эмоции, желание наиболее мощно проявляется у высших типов человеческих существ.

Помимо всего прочего помните, что вы должны избавиться от абсолютно всех желаний — как от тех, что называются хорошими, так и от тех, что называются плохими. Некоторые люди скажут вам: «Сохраняйте хорошие желания и изгоняйте плохие». Не прислушивайтесь к этим правдоподобным образцам невежества. Вы можете использовать хорошие желания для выдворения плохих, при условии что вслед за плохими вы немедленно избавитесь и от хороших с помощью единственного желания — *мумукишутвы* — желания освобождения и единения с Богом. И даже это последнее желание вы должны отвергнуть и целиком отдаться Божьей Воле, даже это — последнее и величайшее. И вы станете полностью лишены желаний — *нишкама нишприха*. В противном случае вы обнаружите себя путешествующим внутри порочного круга. Ибо если, в конце концов, вы сохраните какое-либо желание, оно, как прирожденный предатель, при известных обстоятельствах откроет дверь вашим врагам. Когда нечистый дух возвращается в свой дом, он находит его выметенным и приукрашенным, то есть очищенным от плохих мыслей и украшенным благими намерениями, и он немедля вторгается и меняет состояние человека к худшему, чем оно было до этого. Поэтому избавьтесь абсолютно от всех желаний — хороших, плохих и нейтральных. Поднимитесь над добродетелью, так же как и над пороком. Довольствуйтесь отсутствием кандалов, даже если это кандалы из чистого золота. Не признавайте водителей или учителей иных, кроме Бога, даже если эти божества или ангелы заявляют о своем к вам почтении.

Желание состоит из трех элементов: привязанности, или *асакти*, страстного желания, или *каманы*, и предпочтения, или *рага-двешти*. Сначала избавьтесь от привязанности. Используйте вашу волю и очищенную *антахкарану* для того, чтобы изгнать эту цепкую и неустанную тягу к вещам, которая говорит: «Я должен иметь это, я не могу без этого» — и возвращает вас к мысли о ней даже тогда, когда эта вещь уже стойко отвергнута. Когда эмоции успокоены, *асакти* отомрет сама собой, но некоторое время она будет бушевать и пытаться вернуть эмоции назад. Прилагайте Волю настойчиво и терпеливо и не расстраивайтесь из-за неудачи. Желание — ужасная штука, и избавиться от него так же трудно, как от пивки. Оно, поистине, дитя прорвы ненасытной, вопиющее: «Дай, дай». Не пытайтесь силой подавить этот крик. Не обращайтесь на него внимания и применяйте вашу Волю, чтобы избавиться от этого шумного требования. Когда *асакти* ослабнет, *камана* потеряет девять десятых своей силы и вы сможете легко отбросить желание. Но все же некоторое время, по-видимому, по привычке страстная тяга к некоторым вещам будет возникать вновь, но не в сердце или *буддхи*, а в *пране*. При этом, если *асакти* ушла, отказ от желанной вещи не оставит после себя постоянного горя или продолжительной жажды. Будет лишь временное нарушение сердечного покоя. Даже если вы избавились от

каманы, *рага* (симпатия) может остаться. И если *рага* осталась, будьте уверены, *двешти* (антипатия) придет. Вы не будете просить или умолять о чем-либо, ибо *камана* ушла, но приход одних вещей вам не понравится, тогда как появление других вы встретите с радостью и ликованием. Вы не будете восставать или цепляться за то, что имеете, но вам не понравится приход горя, вам не понравится потеря удовольствия, даже если вы скажете: «Очень хорошо» — и подчинитесь. Избавьтесь от *раги* и *двешти* и обретите совершенное спокойствие (*самату*).

Обладая совершенной *саматой*, вы обретете либо совершенный и божественный покой — *шанти*, либо столь же совершенное и божественное наслаждение (*шуддха бхога*). *Шанти* — это отрицательный полюс *ананды*, и обретают его те, кто пребывает в покое в *Ниргуна Брахмане*. *Шуддха бхога* — это положительный полюс *ананды*, и обретают его те, кто пребывает в покое в *Тригунатита Ананта Брахмане*. Вы можете обладать и тем и другим, и лучше всего обладать и тем и другим. Бог наслаждается миром с *шуддха бхогой*, основанной на совершенной *шанти*. Большинство людей не могут представить себе *бхогу* без *камы* — наслаждение без желания. Это — глупое представление, и оно не становится менее глупым из-за того, что является чуть ли не всеобщим и присущим человеку. Это — *аджняна* — фундаментальная часть невежества. В действительности наслаждения не будет до тех пор, пока вы не избавитесь от желания. То, что вы получите в результате удовлетворения желания, — суетно, ненадежно, скоропалительно. Другими словами — ограничено. А *шуддха бхога* — это покой, самообладание, победоносность, безграничность, отсутствие пресыщения и *вайрагьи* (отвращения), вечное блаженство. Словом — не просто удовольствие (*харша*) и счастье (*сукха*), но блаженство (*ананда*).

Это — *амрита* (нектар бессмертия), это — божественность и бессмертие, это — становление природы единой с Богом. При этом душа обретает не вождление (*каму*), но чистую *липсу* — бесконечную готовность принимать и наслаждаться всем, что дает Бог. Горе, боль, немилость — все, что является пыткой для раджасичного человека, превращается при этом в блаженство. Даже если такая душа была бы брошена в ад, она ощущала бы себя не в аду, а на небесах. И она сказала бы не только как *бхакта*: «Это — от возлюбленного», — но и как *джнянин* (человек знания): «Это — Возлюбленный, это — *Ананда Брахман*, это — *Канта*, *Шива*, *Шубха*, *Сундара*».

Нет необходимости еще раз описывать процесс, посредством которого достигается такое очищение. Я уже достаточно об этом сказал. Этот тантрический процесс во всех отношениях тот же самый: довериться *Шакти*, предоставить божественной Воле работу в *адхаре* без всяких усилий со стороны *Пуруши*, который пребывает бездействующим (*акарта*) на всем протяжении *садханы*, но при этом все же остается *Ишварой* — источником санкций и распоряжений, правителем, лишенным своими подданными права владения и постепенно восстанавливающим закон и порядок в своем мятежном королевстве.

Глава 8

Остается *стхула* — грубая часть человека, которая состоит из *стхула праны*, или физической нервной системы, и *анны*, или тела, в котором действует *прана*. *Прана* есть принцип жизни. Смерть приходит в результате разрушения связи между *сукшма дехой* и *стхула дехой*. Эта связь и есть *прана*. *Сукшма деха* вбирает *прану* в себя и оставляет тело. То небольшое, что остается в грубом теле, есть своего рода *апана*, тяготеющая к той разновидности растворения, которую мы называем разложением. Когда праническая часть, благодаря которой только и сохраняется тело, улетучивается, *апана* быстро ведет его к разложению. Однако у некоторых животных *прана* имеется в таком избытке, что тело оказывает признаки жизни даже после ухода *сукшма дехи*.

До сих пор я рассматривал очищение только тонкой (*сукшма*) части человека. В мои намерения не входил разговор о проблемах тела. Несколько слов об этом все же сказать необходимо. *Йога*, которую я вам излагаю, основывается на том, что грубое тело есть только тень или творение тонкого тела. Тело — это форма, в которую ум отливает себя, но и сама форма подготовлена умом, и им же может быть изменена. Ум очищенный,

освобожденный и совершенный (*сиддха*) может делать с телом все что угодно. Он может оставить его таким, каким оно есть, позволяя прошлой *карме* творить свою волю в физической части существа под видом болезни, страдания, несчастья и смерти, не поражая ни в малейшей степени сам ум. Все несчастья — результат нечистоты и рабской зависимости тела. Они являются переводом в физическое и результатом нечистоты и рабской зависимости ментала. С устранением причины устраняется и следствие, но не сразу. Опять-таки, это похоже на пар от работы локомотива. Привычки, являющиеся результатом, сотворенным прошлыми жизнями, изгоняются из ума и целиком низвергаются в тело. Вы можете позволить им самим переработать себя там. Многие так и делают. С другой стороны, вы можете преследовать их и там, в теле, и выдворить их также и оттуда. В этом случае вы обретае очищение тела (*кайя-шуддхи*) и совершенство тела (*кайя-сиддхи*). Обычно этого ищут, занимаясь *Хатха* и *Раджа Йогой*, в чем нет необходимости. Значительно лучше и определенно намного легче и вернее следовать по пути, указанному мною.

Таким образом, обретение очищенного ума приводит к очищению тела, освобожденного ума — к освобождению тела, совершенного ума — к совершенству тела, и в определенный момент вашего продвижения в *антахкаране* тело начнет автоматически отвечать новым воздействиям. Но вам не следует сознательно вмешиваться в работу тела до тех пор, пока вы не закончите с умом. Позвольте природе самой делать свое дело. Отделите себя от тела насколько возможно. Думайте о нем как о простом футляре и предоставьте его заботам Бога и Его *Шакти*. В ходе *йоги* многих *садхаков* пугают болезни. Вам не следует бояться, ибо вы отдали себя в руки Бога и он побеспокоится об этом. Болезнь придет к вам лишь как часть необходимого процесса очищения тела, исчерпает себя, сойдет на нет и больше никогда не вернется. Придут и другие расстройства тела, сопутствующие превращению непригодной физической *адхары* в пригодную. Необходимы глубокие изменения в ваших мозговых клетках, нервной, пищеварительной и секреторной системах, и они не будут эффективны без некоторого физического недомогания, но оно никогда не будет сильнее необходимого уровня. Не применяйте к телу никакого насилия. Если вы используете какие-либо физические средства, пусть они будут самыми простыми и чистыми. Прежде всего избавьтесь от тревоги и страха. Вы не можете заботиться о себе настолько же хорошо, насколько это делает за вас Бог. Ваша забота может быть невежественной и неблагоприятной. Знание — у Него и Он использует верные средства для достижения необходимого результата.

Нечистоты в теле проявляют себя главным образом как болезнь, боль, дискомфорт от холода или жары, нужда в выделительных отправлениях. Первым признаком *кайя-шуддхи* является исчезновение какой-либо предрасположенности к заболеванию. Вторым — освобождение от двойственной зависимости (*двандва*) от холода и жары, которая либо полностью уйдет, либо сменится приятным ощущением, часто определяемым как электрическое покалывание. И третьим признаком является ослабление или исчезновение выделительных отпращиваний. Боль также может быть удалена из тела, но прежде всего уйдет реакция, называемая болью. Дискомфорт от боли может быть удален, и его заменит своего рода телесная *ананда*. И, наконец, из *праны* исчезает чувство голода и жажды, которое ей и принадлежит, и зависимость от пищи становится минимальной или прекращается вовсе. Совершенство всего этого составляет основу *кайя-сиддхи*. Но совершенные *кайя-сиддхи* включают в себя и другие достижения, такие как *махима*, *лагхима*, *анима*, а также неуязвимость и нетленность тела — силы, которыми до сих пор в *Кали Юге* овладевали лишь наиболее продвинутые *сиддха йоги*. Все эти достижения зависят, главным образом, от замещения обычных пятиступенчатых действий *праны*, *апаны*, *вьяны*, *саманы* и *уданы* простым действием изначальной или образующей *праны* — бесконечной витальной энергии, заряженной электричеством — *ваидьютам*.

Все эти достижения — важные элементы тантрической *йоги*, но я только бегло упомянул здесь о них, потому что они чужды моей цели. Все они могут быть развиты, если ментальные *сиддхи* совершенны. И на этом совершенстве я желаю вам сконцентрировать вашу энергию и внимание. Когда вы этого достигнете, вы получите все. В настоящее время центрами человеческой активности являются *буддхи*, сердце и *манас*, а

у тела, невзирая на его исключительную важность, подчиненное и зависимое назначение. Не следует ни презирать его из-за этого, ни придавать ему чрезмерную важность, как это делает большинство людей. Когда *джива* становится *Ишварой* ума, тело попадает на надлежащее ему место и, вместо того чтобы вмешиваться, а зачастую и доминировать над умом и волей, оно подчиняется и несет на себе их клеймо. Европейцы одержимы идеей превосходства физического над ментальным. Я бы хотел, чтобы вы немедленно усвоили противоположную точку зрения и всегда помнили, что состояние, при котором тело навязывает свои условия уму, является ненормальным для человеческого существа. И ему следует избавиться от этого. Именно ум должен командовать, предопределять и видоизменять тело.

Заключение

Я сказал то, что счел необходимым. Добавлю лишь несколько слов в заключение. Вы не должны думать, будто то знание, что я дал вам здесь, есть все, что необходимо знать о себе или о *йоге*. Напротив, это всего лишь некоторые указания, необходимые на определенном этапе, и они являются весьма важными для очищения, которое есть первая часть *йоги*. После того как *шуддхи* стало полным, необходимо добиваться духовного освобождения (*мукти*), обрести свободу, которая легко достижима после *шуддхи* и невозможна без этого. Под *мукти* я подразумеваю не растворение в *Брахмане* (*лайю*), которого не следует ни желать, ни добиваться, а ожидать, когда на это будет Божья Воля, но освобождение от невежества, *аханкары* и всякой двойственности. С прогрессом в очищении возникает естественное стремление к освобождению и дальнейшим этапам *йоги* — *бхукти* и *сиддхи* — освобожденному наслаждению и совершенству. По мере продвижения вперед вам придется изменять свою позицию — не коренным образом, но в некоторых важных местах. Однако я не буду вмешиваться в это. Лучше одновременно делать что-то одно.

Во всем, что здесь написано, я придерживался одной точки зрения, для многих из вас непривычной. Вы не будете мною довольны, если считаете *вайрагью* (отвращение к миру и жизни) источником всякой мудрости. Для меня *вайрагья* — это полезное временное состояние ума, которое Бог использует для принуждения к отказу от того, за что старые *санскары* цепляются слишком упорно, чтобы быть выдворенными посредством определенной практики — *абхьясы*. Основой для *шуддхи* и *мукти* является *джняна*, но ей необходима помощь *абхьясы* либо *вайрагьи* до тех пор, пока ум не станет спокойным и не даст знанию делать свое дело. Как только ум станет спокойным и нечувствительным к воскрешению извне своих старых сил, начнет развиваться *джняна* и *Шакти* беспрепятственно исполнит свою задачу. Тогда для вас это будет уже не *садхана*, а всевозрастающие *сиддхи* без какой-либо системы, принятой разумом, *сиддхи*, растущие просто благодаря легкому и естественному действию Природы, подобно дыханию, видению или ходьбе. Отпадает всякая необходимость в *абхьясе* или *вайрагье*. Привязанность к *вайрагье* столь же вредна, как и привязанность к самой *лобхе* (жажде чего-либо).

С другой стороны, если вы как буддист думаете, что вся жизнь — это страдание и умирание некоего высшего добра, если вы как *майявадин* полагаете, что мы пришли в этот мир лишь с одной целью — уйти из него как можно скорее (подобно известному генералу, чьим величайшим военным подвигом было взятие высоты и немедленная ее сдача), если вы думаете так, то вам следует пройти мимо меня. Я — тантрист. Я считаю, что этот мир рожден *анандой* и живет *анандой*, и катится по кругу от *ананды* к *ананде*. *Ананда* и *шакти* — вот два действительных условия существования. Горе и слабость — это *викары*, рожденные *аджняной*, забвением высшей и истинной самости. Они не вечны и не всеобщы, но ограничены местом и временем. Их местом является главным образом эта земля, их временем — краткие периоды *Кали Юги*. Наше дело должно состоять в том, чтобы привнести небеса на землю для себя и всего человечества, чтобы искоренить горе и слабость из тех малых уголков времени и пространства, где им позволили существовать. Я совершенно не согласен с мрачной доктриной, проповедующей нам мир горя и недеяния и уход из мира как единственное условие блаженства и свободы, с доктриной, полагающей,

вопреки знанию и здравому смыслу, что Бог в себе — блажен, а Бог в проявлении — проклят. Я не могу допустить, что *Брахман* — это глупец или пьяница, которому снятся плохие сны и который загипнотизировал себя жалкими иллюзиями. Я не нахожу такого объяснения в Ведах. Это не согласуется с моими осуществлениями, которые исходят из фактов неизменного блаженства и силы и знания феноменальной деятельности, лишенной желаний. Я согласен с Кришной в Махабхарате, когда он говорит: «Одни проповедуют деяние в этом мире, другие — недеяние. Что касается тех, кто проповедует недеяние, я не разделяю мнения этих слабых существ — *на ме матам тасья дурбаласья*».

Но деяние, которое он приводит в качестве примера, есть деяние великих Богов и даже, как говорит Гёте, деяние великих естественных сил — бескорыстных, неутомимых, самоуравновешенных в благодати, не инертных в *тамасе*, не раздражительных в *раджасе*, не ограниченных даже саттвичной *аханкарой*, деяние, создавшее единое в различающемся с *Пурушоттамой*, мое существо — в Его существе, мою *Шакти* — только как частное действие Его бесконечной *Шакти* — *Кали*. Я не невежественен, не связан, не полон горя — я лишь играю невежественное существо, я лишь притворяюсь связанным. Подобно актеру или зрителю я лишь принимаю *расу* (личину) скорби. Я могу отбросить ее, как только пожелаю. Кто называет меня падшим и грешным, червем, ползающим по земле среди других червей? Я есть *Брахман*, я есть Он. Грех меня не касается. Кто называет меня жалким? Я есть Бог, всеблаженный. Кто называет меня слабым? Я един со Всемогушим. Он, будучи Единым, избрал себе быть Многими. Он, будучи бесконечным, поместил себя во множестве центров, оставаясь в каждом из них столь же бесконечным. Вот в чем таинство существования — *уттамам рахасьям* — великая, чудесная и блаженная загадка Бога, загадка, отвергаемая логикой, но охватываемая знанием, знанием, которое выявляется не из доказательств, но осознается, подтверждается опытом очищенной, освобожденной, всеблаженной и всесовершенной души.

Эпилог

В заключение необходимо сказать несколько слов. Ибо нужно защититься от ошибочных представлений, которые могут возникнуть из-за краткости изложенного или из-за пропуска некоторых вопросов, без сомнения весьма важных, но лежащих за пределами рассматриваемой здесь темы.

Запрет *чеиты* (разного рода усилий), в идеале используемый волей, не подразумевает отказа от *кармы*. Упомянутая в этой работе *чеита* является внутренней, а не внешней — *арамбха*, а не *карма*. На это отличие указал Шри Кришна в Гите, поддерживая идеал действия с отказом от всех *арамбха* — *сарварамбхаи паритьяджся*. Мы должны осуществлять действия с телом, умом, *буддхи*, чувствами, выполняя в каждом случае свою отдельную работу в ее абсолютно чистой простоте (*кевалаир*), без всяких желаний, надежд или усилий воли, направленных на результат действия или на его успех. *Садхак* должен воздержаться от употребления своих методов в важных делах жизни до тех пор, пока высшая очищенная воля не станет до некоторой степени обученной, и даже тогда лучше всего для него применять их вначале в менее значительные моменты, а затем уже и в более значительные. Субъективный прогресс во время *садханы* и действие сверх необходимого, малое или значительное, должны стать главным полем его испытания и обучения.

Во-вторых, не следует считать, что подача материала в этой короткой работе претендует на то, чтобы быть полной или исключительной, или что даже в тех местах, которые представлены в наибольшем объеме, сказано все, что надлежит знать *садхаку*. Напротив, здесь в основном очерчены лишь некоторые идеи, которые могут быть полезны начинающему. Более продвинутые найдут, что они давно уже переросли тот уровень, на котором есть какая-либо польза от этих намеков, и что их следует значительно видоизменить и дополнить, для того чтобы знание, на которое они указывают, могло бы считаться полным и удовлетворительным.

И в-последних, целью особого пути указанной здесь *йоги* является не утверждение индивидуальной воли, но ее абсолютное, без всяких оговорок и сожалений, предание самой себя под руководство и управление Бесконечного Бытия. Для достижения этой цели

в описываемую тренировку системы или *адхары* входят: во-первых, подчинение неумолкаемых желаний и эмоциональных всплесков, упрямой гордости и эгоизма, пустых самодовольных рассуждений и представлений духовно не преобразованного человека о том, что все это не мешает полноте предания себя Божественному; во-вторых, обладание сильной, могущественной и эффективной волей. Именно это *садхак* предлагает в жертву (*яджна*) Всевышнему, а не болезнь, смятение, невежество и неуверенность в себе. *Карма сиддха йогина* должна осуществляться так, как по воле Единой Высшей *Шакти* осуществляются солнце и звезды, лавина и циклон, легкий ветерок, луна или цветы, огонь и земная пыль. Она должна быть спокойной и просветленной, либо мощной и страстной, либо мягкой, приятной и полезной, либо возвышенной и смиренной. Она должна приводиться в движение и использоваться Ею полностью, всегда реализуясь на основе абсолютного покоя, самопознания и самоотречения, каким бы ни был внешний результат.

Словарь терминов

Абхьяса — определенная постоянная практика; йогическая практика.

Аватар (Аватара) — воплощение, инкарнация; божественное проявление в человеческом образе; нисхождение Божества в человеческую природу.

Адеши (Адешиа) — божественная команда изнутри существа; божественный глас.

Аджняна — незнание; невежество.

Адхара — средство для перевозки; оболочка, сосуд, ныне содержащий сознание; ум-жизнь-тело.

Адхарма — все, что противоречит Правилу и Закону — *Дхарме*.

Акарта — бездействующий.

Акартавья — то, что не следует делать.

Амрита — эликсир бессмертия, амброзия, пища или напиток богов; божественный нектар.

Ананда — блаженство, наслаждение, духовный экстаз; блаженство духа.

Ананта — бесконечный.

Анима — «тонкость» — одна из восьми разновидностей *сиддхи*; способность при желании делать тело тонким, уменьшая его физическую массу и плотность.

Анишиа — не-господин; подчиненный.

Анна — пища; грубая, видимая материя.

Анрита — ложь; неистинное или ошибочное применение *Сатьи*.

Антахарана — внутренний инструмент; ум и витал в противоположность телу.

Ануманта — дающий санкцию; распорядитель.

Апана — витальная сила (одна из пяти *Пран*), которая работает на выделение — удаление из тела продуктов его жизнедеятельности.

Арамбха — ментальное принятие действий.

Артха — значение, смысл.

Асакти — привязанность.

Асана — фиксированная поза в *Хатха Йоге* — *йоге*, направленной на достижение совершенства физического тела.

Асиддха — несовершенный.

Асур — некто сильный или могущественный, Титан; враждебное существо ментализованного витала.

Атман — Самость; Дух; изначальная, сущностная природа нашего существования; Высшее, по отношению к индивиду, является нашей собственной истинной Самостью.

Атмаджняна — знание Сущности.

Аханкара — Эго.

Ашуддха — не чистый, не очищенный.

Ашуддхи — нечистота.

Брахман — Создатель; Творец; Сущий; Абсолют; Высшая реальность; Извечный; Высочайшее Существо; по отношению к универсуму *Брахман* есть единственная Реальность, которая суть не только материальное, сознательное и духовное вещество всех идей, сил, форм вселенной, но и источник, вседержитель и владетель, вселенский и

сверхвселенский Дух.

Брахмана — раздел Вед.

Буддхи — разум; интеллект; понимание; мыслящий ум.

Бхава — становление; состояние бытия; субъективный опыт, чувство, настроение, Темперамент.

Бхагаван — Бог; Владыка Любви и Блаженства; отмеченный божественными признаками или являющий собой божественную сущность.

Бхакта — преданный.

Бхакти — любовь и преданность Божественному; эмоциональная преданность.

Бхарта — поддерживающий; подтверждающий; сторонник; муж.

Бхога — наслаждение.

Бхокта — наслаждающийся.

Бхранса — окончательное отступление, уход с пути *йоги*.

Бхрашта — отступивший с пути *йоги*.

Бхукти — духовное обладание, наслаждение.

Вайрагья — отвращение к миру и жизни; пресечение привязанности к предметам умственного притяжения.

Вак — речь.

Васана — идея, мысль или ментальное ощущение, проистекающее из *Читты* — пассивной памяти.

Веда (Веды) — знание; знание божественного; книга знания; обобщенное имя самой древней священной индийской литературы, включающей: *Риг Веду*, *Яджур Веду*, *Сама Веду* и *Атхарва Веду*, каждая из которых разделена на две части: *Мантры* и *Брахманы*.

Веданта — философская система, основанная на Упанишадах, которая учит высочайшему знанию Абсолюта; считается (иногда под именем *Уттара-Миманса*) одной из шести систем (*Даршан*) индийской ортодоксальной философии.

Вибхути — человек, являющийся проявлением некоей силы божественного Бытия.

Вивека — непосредственное, интуитивное различение.

Виджняна — высшее знание; сила над обычным разумом, дающая непосредственное знание.

Викара — извращение; измененное, переходящее или искаженное представление реальности.

Вишну — в *Ведах* — всеохватное божество, бог или божество, пробуждающее силы восхождения; в *Пуранах* — один из божественной триады (*Брахма*, *Шива* и *Вишну*), являющийся выразителем консервативных сил и процессов в Космосе; Охранитель.

Вишуддха — полностью очищенный; *чакра*, расположенная на уровне горла.

Вьякта — проявленное.

Вьяна — витальная сила (одна из пяти *Пран*); сила, пропитывающая все тело, распределяющая витальную энергию по всему телу.

Гита (Бхагавад Гита) — песнь Господа; избранная часть, эпизод из *Махабхараты* в форме диалога между Кришной (*Бхагаваном*) и Арджуной, происходящего перед битвой на поле *Курукшетра*.

Гуна — качество, характер, свойство; три *Гуны* — *Саттва*, *Раджас* и *Тамас* — три качества Природы.

Гхрина — сожаление, отвращение.

Даршан — видение, самооткровение божества своим приверженцам; случай, когда духовная личность позволяет себе быть увиденной — дает *даршан*; шесть *даршан* — шесть систем индийской ортодоксальной философии — *Пурва-Миманса*, *Уттара-Миманса* или *Веданта*, *Ньяя*, *Вайшешика*, *Санкхья* и *Йога*.

Двандва — двойственность, пара противоположностей.

Двеши — отталкивание, отвращение.

Джива (полное название *Дживатман*) — индивидуальная душа; живое творение; индивидуализированный дух, поддерживающий живущее существо в его эволюции от рождения к рождению.

Джняна — знание, мудрость; высшее самопознание; сущностный аспект истины

объединенного знания; непосредственное духовное осознание высшего Бытия.

Джнянин — человек знания.

Джнята — знающий.

Доша — недостаток, дефект.

Дхарма — буквально: то, что охватывает и удерживает вещи вместе; Закон; закон бытия, образ Истины, правило или норма действия; этическое поведение и верное правило жизни индивида и социума. *Лаукик Дхарма* — правила традиций, обычаев. *Самаджик Дхарма* — общественные законы. *Санатана Дхарма* — вечный закон.

Дхарма Санкара — подмена одной *дхармы* другой, не соответствующей данному действию.

Дхаирья — спокойствие, стойкость.

Индрии — чувственные способности; способности ощущения внешнего мира.

Ишвара — Господь, Владыка, Бог.

Йога — единение, соединение; единение души с бессмертным бытием, сознанием и блаженством Божественного; систематизированные усилия, направленные к самоочищению за счет выражения потенциальных способностей, скрытых в человеческом существе, и за счет единения человеческого индивида с вселенским и трансцендентным существованием; конкретная и синтетическая реализация истины в нашем опыте; одна из шести философских систем, обобщенная Патанджали.

Йогин — практикующий *йогу*, тот, кто утвердился в реализации.

Кайя-Сиддхи — совершенство тела.

Кайя-Шуддхи — очищение тела.

Кали — Мать всего сущего и разрушительница всего; ужасный образ Божественной Матери.

Кали Юга — последняя из четырех *Юг*; Железный век.

Кальпа — эра; цикл эволюции мира.

Кама — желание; один из четырех интересов человека — удовлетворение желаний любого рода.

Камана — желание, страсть.

Канта — милый, притягательный.

Карана — каузальное существо; источник ментального и физического существа.

Карма — деяние, работа; действие, влекущее за собой прямые последствия.

Картавья — то, что должно делать.

Кевалаир — абсолютный, простой, сущностный.

Кришна (Шри Кришна) — Бог; одно из десяти воплощений *Вишну*; Владыка *ананды*, любви и *бхакти*; одно из главных действующих лиц *Махабхараты*.

Кумбхака — задержка дыхания во время занятия *Пранаямой*.

Кундалини — *Шакти* или сила, подобно змее свернутая кольцами и лежащая в нижнем нервном центре — *муладхаре*.

Лагхима — «легкость» — одна из восьми разновидностей *сиддхи*; способность при желании произвольно уменьшать вес тела, преодолевая гравитацию.

Лайя — растворение, исчезновение; растворение индивидуального существа в *Брахмане*.

Лила — игра, забава; космическая игра.

Липса — страстное желание, тоска, тяга.

Лобха — жадность, алчность.

Майя — иллюзия; феноменальное сознание; сила самоиллюзии в *Брахмане*.

Майявада — доктрина, утверждающая, мир есть иллюзия — *майя*.

Майявадин — приверженец *майявады*.

Манас — чувственный ум; сила, способная различать объекты; первое организующее начало необработанного материала сознания, возбужденного и побуждаемого внешними контактами человека.

Мантра — священный слог, имя или мистическая формула; словесное выражение, открывающее тайную силу и являющееся источником необычного, божественного вдохновения.

Марга — путь.

Махабхарата — эпическая поэма, центром которой является конфликт между Пандавами и Кауравами, потомками Бхараты.

Махакарана — первопричина.

Махапантха — Великий Путь; настоящая *йога*.

Махат — буквально, великий; каузальное состояние или *карана*.

Махима — «тяжесть» — одна из восьми разновидностей *сиддхи*; способность при желании увеличивать физическую массу и плотность.

Мукти — духовное освобождение.

Муладхара — нижний нервный центр, нижняя *чакра*.

Мумукишутва — желание духовного освобождения.

Нади — нервные каналы.

Ниграха — принуждение природы, подавление, обуздание.

Ниргуна — лишенный качеств; безличный.

Парабрахман — высший *Брахман*, высший Непостижимый, Божественный.

Парамешвара — Высочайший Владыка.

Праджня — душа в каузальном сознании.

Пракамья — свободная и безграничная сила ментальных и чувственных восприятий.

Пракрити — Природа; Душа Природы; Сила Природы; исполнительная и движущая сила Природы.

Прана — витальная энергия; различают пять *пран* — пять проводников жизненной силы: собственно *прана* — жизненное дыхание, *апана*, *вьяна*, *самана* и *удана*.

Пранаяма — йогические дыхательные упражнения, сочетающие в себе наряду с дыханием движение витальных потоков энергии в теле.

Пратьякша — непосредственное восприятие, знание.

Пуруша — Субъект; сознательное Существо; сознательная Душа; сущностное бытие, поддерживающее игру *Пракрити*; Сознание или Сознатель, что стоит позади всего существующего, то есть Владыка, Свидетель, Знающий, Наслаждающийся, Вседержитель и Источник действий Природы.

Пурушоттама — высший божественный Субъект; Высшее Бытие, которое превосходит как меняющееся Бытие, так и неизменное; Божественное Бытие.

Рага-Двеши — симпатия-антипатия; притягательное и отталкивающее.

Раджа Йога — система *йоги*, которая использует ментальную аскезу для раскрытия к божественной жизни на всех ее планах.

Раджа Йогин — человек, практикующий *Раджа Йогу*.

Раджас — качество действия, желания, страсти. Раджасичный — присущий *раджасу*.

Раса — вкус, удовольствие, притворство чувств; эстетизм, отклик ума, витальное чувство и ощущение определенного «вкуса» вещи, который зачастую имеет место быть, но это чувство не всегда является духовным; восемь *рас* — восемь форм эмоционального эстетизма.

Садхак — осуществляющий *садхану*, тот, кто получает или старается получить реализацию.

Садхана — метод, система, практика; практика, посредством которой достигается совершенство — *сиддхи*.

Сакши — свидетель.

Самадхи — йогический транс, в котором ум достигает способности прекращения обычной, ограниченной состоянием бодрствования деятельности и входит в свободные высочайшие состояния сознания.

Самана — витальная сила (одна из пяти *пран*) сила, регулирующая взаимодействие и уравнивающая *пану* и *прану*; посредник в усвоении пищи и в сохранении равновесия витальных сил и их отправлений.

Самата — равновесие; спокойствие.

Санкара — смешение, путаница, беспорядок.

Санскара — ассоциация, зафиксированное представление, привычная реакция,

формируемая человеческим прошлым.

Саньяма — самоконтроль; духовный контроль над природой человека; концентрация, пребывание в сознании, наставление человека сознанием, при котором он постоянно осознает все, что есть в предмете осознания.

Сат — бытие; существование; чистое бытие.

Саттва — качество света, чистоты, мира, уравновешенности, гармонии. Саттвичный — присущий *саттве*.

Сатья — правда; истина; истина бытия.

Сахасрадала (Сахасрара) — тысячелепестковый лотос; самая верхняя *чакра* — центр сознания.

Свабхава — природа, присущая каждому существу; сущностный характер, врожденная природа, духовный темперамент.

Сванна — сонное состояние; сознание, пребывающее на тонком жизненном плане, позади плана ума.

Сиддха — совершенный; человек, достигший совершенства — обретший *сиддхи*.

Сиддханта — логическое или философское заключение.

Сиддхи — совершенство; необычайные или оккультные силы, достигаемые посредством *йоги*.

Стхула — грубый.

Стхула Деха — грубое тело (одновременно и физическое тело, и нервная система).

Стхула Прана — витальная сила в материальном теле.

Сукха — счастье, удовольствие.

Сукшма — тонкий.

Сукшма Деха — тонкое тело.

Сукшма Прана — тонкая витальная сила.

Сундара — прекрасный.

Сурья — Бог солнца; Господин истины и света, дающий подлинное Знание, которое просвещает ум.

Сушупти — состояние глубокого сна; состояние глубочайшего *самадхи*.

Тамас — качество инерции, бездействия, невежества, несознательности. Тамасичный — присущий *тамасу*.

Тантра — система *йоги*, являющая собой по сути синтетическую систему, которая ведет начало из главного центрального закона Природы и протекает под действием величайшей движущей силы Природы; в ведических системах *йоги (Тримарга Йога)* господином *йоги* является *Пуруша* — Сознание Души, а в Тантре — это *Пракрити* — Природа Души; методом *Тантры* является возвращение Природы в человеке в проявленной силе духа.

Тапасья — старание, усилие, аскетизм личной воли; аскетическая сила; аскеза; концентрация воли и энергии для управления умом, витальным и физическим, и для их изменения с целью низвести высшее сознание либо достигнуть других высших целей.

Тригунатата — за пределами правления трех *гун*; стихийные качества Природы.

Тримарга — тройственный путь Знания (*Джняна Йога*), Преданности (*Бхакти Йога*) и Труда (*Карма Йога*).

Удана — витальная сила, одна из пяти *пран*; сила, движущая вверх и являющаяся регулярным каналом связи между физическим телом и духом.

Удасината — безразличие; пребывание в стороне от всех физических и ментальных испытаний.

Упалабдхи — опыт, переживание.

Упасана — служение; преданность; труд.

Харша — удовольствие.

Хатха Йога — система *йоги*, которая рассматривает тело и витальные отправления в качестве инструментов совершенствования и реализации.

Хатха йогин — человек, практикующий *Хатха Йогу*.

Чакра — центр в тонком теле.

Чайтанья — сознание.

Чешта — разнообразные усилия.
Чит — сущностное сознание.
Читта — основное сознание; центральное ядро сознания, включающее ментальное, витальное и физическое сознание; пассивная память; вещество ума.
Читташуддхи — очищение *читты*.
Шакти — Сила; Энергия; Мощь; Воля; самосушая, самопознающая, самореализующая Сила Господа, которая выражает себя в проявлениях *Пракрити*.
Шанта — спокойный, умиротворенный.
Шанти — покой, мир; духовный покой.
Шива — Бог; добрый, благой, милостивый, благоприятствующий.
Шубха — добро, счастье.
Шуддха — очищенный, чистый (человек).
Шуддхи — очищение; чистота.
Юга — эпоха, век, эра; четыре *Юги* — *Сатья* (или *Крита*), *Трета*, *Двапара* и *Кали Юга*.
Яджна — жертва; действие, посвященное богам.
Янтра — механизм, средство, инструмент.
Янтри — хозяин механизма.

Содержание

Предисловие редактора
Глава 1
Глава 2
Глава 3
Глава 4
Глава 5
Глава 6
Глава 7
Глава 8
Заключение
Эпилог
Словарь терминов

Шри Ауробиндо
Йогическая садхана
Запись методом
автоматического письма
Перевод с английского
В.З. Кривченко
Корректор Л. В. Попова
Подписано в печать 24.01.2003. Формат 70x100/32.
Объем 3 печ. л. Тираж 500 экз. Заказ № 15.
Издательство ООО «Святослав».
191040, С.-Петербург, Пушкинская, д. 10, оф. 702.
svyatoslav_ltd@pochatamt.ru
000«БалтКнига». ИД N©04410 от 29.04.2001
196084, С.-Пб., наб. Обводного кан., д. 78, лит. «А».
Отпечатано в типографии ООО «ИПК «БИОНТ»
199026, С.-Пб., В.О., Средний пр., д. 86
тел. (812) 322-68-43