

Свами Ванкханди

**ПРОСТО БЫТЬ
ЧЕЛОВЕКОМ
МУДРОСТЬ ДЛЯ XXI ВЕКА**

Москва
2024

Свами Ванкханди

Просто быть человеком. Мудрость для XXI века / Свами Ванкханди. — М., 2024. — 242 с.

Составитель — Дмитрий Юсов

Дизайн обложки — Александра Гурвич

Компьютерная верстка — Марина Гришина

© Свами Ванкханди, 2024

Введение

Свами Ванкханди Махарадж... Когда произносишь это имя, первое, что приходит на ум или, скорее, чувствуется в сердце — святость, умиротворение и благословение. Кажется, что таких святых людей в современном мире уже не осталось. Махараджу больше ста лет. Из них около тридцати он пробыл в медитациях и отшельничестве в ледниках Гималаев, а последние сорок лет живёт на вершине холма в предгорьях Гималаев, где у него есть небольшой ашрам. Обычно такие подвижники не ездят по миру. Напротив, ученики, люди, ищущие знания, сами к ним приезжают. Но Свами приезжал пять раз в Россию, что иначе как чудом назвать нельзя.

Эта книга как раз и явилась результатом встреч, бесед — или на санскрите «сатсангов» — с Махараджем за время его визитов. Сатсанг — встреча, посвящённая разговору об Истине. Само слово состоит из двух составляющих — «сат», что значит «истинный», и «санг», что значит «собрание», «группа». Часто это ответы на конкретные вопросы, но иногда Махарадж сам по своей инициативе рассказывал какие-то вещи, обращая внимание на определённые вопросы, темы. Это следует помнить при чтении данной книги. Ведь Махарадж отвечал на вопросы в разное время и разным людям и принимал во внимание именно то, что нужно было вопрошавшему.

Книга для удобства читателей состоит из разделов. Её можно читать от начала до конца или начинать с той части, которая больше отзывается в сердце. Некоторые мысли,

Введение

высказывания повторяются в разных разделах, если они относятся к ним в равной мере.

Махарадж говорит, что пришёл не для того, чтобы принести какую-то особую религию. Его религия — это общая религия человечества: просто быть человеком.

Закончить введение хочется также словами Махараджа: «Всё, что я могу — это сказать, что нужно сделать. Я могу повторять снова и снова, что я и делаю, но пройти по этому пути человек может только сам».

Нередко книги оказываются путеводной звездой на нашем пути жизни. Возможно, и эта книга с живым словом и живой мудростью станет для кого-то такой звездой.

Дмитрий Юсов

ШАКТИ/МАТЬ



Шапти описать очень легко, я вижу Шапти во всём: я вижу, осознаю Шапти в себе, в каждом из вас и во всём, что я вижу вокруг. В каждом растении, в каждом животном, в каждом цветке и в каждом камне — во всём есть Шапти. Когда я говорю, например, то мой голос — это тоже проявление Шапти. Когда я смотрю на вас, то понимаю, что в каждом из вас есть Атма, Душа, и она тоже никак не отличима от Шапти. Мы все живы, мы все движемся к чему-то только благодаря тому, что Шапти присутствует в нас.



Шапти — это природа. Соответственно, любите природу и возвращайтесь назад, к природе. Это может быть естественная красота или человеческое естество. Когда вы сможете осознать важность настоящего и природного, тогда вы и распознаете, поймёте природу Шапти.



Человек — есть дом Шапти, дом энергии, и проблема заключается в том, что мы не осознаём этого. Всё, что мы видим и слышим, любые действия, которые мы совершаем, ощущения, которые воспринимаем, даже мысли, которые думаем, есть результат действия особенной энергии Шапти. Она называется энергией

мысли. Множество проблем в нашей жизни возникает из-за того, что мы не пользуемся этой энергией с должной мудростью. Человек мечтает о мире, желает прийти в мирное состояние, но это возможно, только если он будет мудро использовать энергию мысли, направляя её единственно правильным образом. Отправляясь в путешествие, человек полагает, что ему понадобится что-либо — и отбирает только то, что может быть ему полезным. Точно так же правильное использование энергии мысли заключается в том, чтобы разумным образом выбрать необходимое для достижения мирного состояния Духа.



Звук «Ма» соотносится с Шакти или с энергией Вселенной. Какое бы дело ни делал человек, всё совершается посредством Шакти. Поэтому человек вне зависимости от религии, которой он придерживается, вправе использовать Имя и читать мантру «Ма», тем самым призывая позитивную энергию в свою жизнь.

Когда создавалась Вселенная, то Всевышний призывал Имя Шакти, потому что это именно та энергия, которая позволяет созидать.

Пока Душа облечена в тело, для каждого движения, которое мы совершаем, требуется Шакти. Пока Душа с телом не расстанется, мы будем нуждаться в Шакти. Потом, после расставания Души с телом, такой большой нужды в Шакти уже нет.

Шакти имеет очень большое значение в осознании человеком Души. Без Шакти человеку невозможно осознать себя как Душу. Подобно тому, как мама показывает ребенку путь в жизни, учит его понимать что-то, осознавать, точно так же Шакти направляет человека и показывает путь к осознанию себя как Души. Ребёнок верит своей маме, потому что он ей доверяет. Таким же путем, если веришь Шакти, реализуешь себя.

Никто не сообщает ребенку, что вот его мама, он сам знает. Это понимание возникает с рождения естественным

путем. В дальнейшем, понимая, что это его мать, которой нужно доверять, малыш учится различным вещам в мире. Точно так же Ма обучает нас как своих детей при помощи Шакти, показывает путь человеку к встрече с Душой.

В процессе, который называется «йога-майя», «майя» — иллюзия, а «йога» в данном случае означает добавление. Таким образом, энергия иллюзии позволяет нам учиться. Без посвящения себя этой энергии очень сложно распознать в себе истинное «Я».



Будущее этого мира связано с Мата Шакти, с Матерью Богиней. Это происходит и сейчас. Она держит нас, Она заботится о нас, Она даёт людям этого мира защиту и безопасность. Это видно и есть уже сейчас, замечаем мы или нет, а в будущем будет заметно ещё сильнее. Будущее мира связано с Ней. Часто Она держит нас подобно ребёнку на руках или за руку. Иногда Она держит нас на коленях, как это изображается на иконах или на картинах. Когда мама держит ребенка за руку или на груди и на коленях, мы принимаем это как само собой разумеющееся. Мы не осознаем, не чувствуем, насколько это реально — не видим.

В России, к сожалению, пока нет осознания роли Мата Шакти. Здесь Она ещё не пробуждена, не явлена, но это вопрос времени.

Осознайте эту реальность, осознайте то, что мы находимся в руках у Матери. Непрерывно, без остановки Она заботится о нас. И если мы чувствуем безопасность и защиту, то только потому, что Она постоянно предоставляет нам их.



Всё происходит от Матери Богини и всё содержится в Матери Богине. Наша земная мать носит нас 9 месяцев, и потом заботится о нас какое-то время. Но Мать Земля заботится о нас всё

время, мы непрерывно находимся в Её любящих руках. И беда наша в том, что, мы не замечаем этого и, таким образом, мы оказываемся перед Ней в огромном долгу. Мы всё время в неплатном долгу перед Матерью. Единственный способ оплатить за любовь и заботу — произнесение или пение Имени Матери.



Чем больше мы будем петь и произносить мантру Имени Матери природы с любовью, тем больше Она будет наполнять наше сердце энергией. Рано или поздно, по мере продвижения в практике, мы почувствуем энергию любви, энергию Матери у себя в сердце. Даже если нет возможности петь Имя вместе, что является наиболее удачной формой, всегда можно делать это самостоятельно в тишине. По крайней мере, в это время вам не будут приходить плохие мысли в голову. Пение постепенно наполнит сердце, в какой-то момент оно переполнится, и любовь начнёт изливаться наружу — в этот момент вы поймёте, что такое любовь.



Удовлетворить Божественную Мать проще, потому что у Ней больше сострадания к людям. Именно поэтому я всё время советую повторять Её Имя, молиться и поклоняться Ей.



В этой жизни я не делал никакого выбора, потому что он был сделан гораздо раньше. Уже много жизней я поклоняюсь Матери, и причина этого выбора — в сострадательности и всеобъемлющем характере Её любви. Точно так же, как мать любит своих детей одинаково, вне зависимости от того, отвечают ли они ей любовью, дают ли они ей что-то в ответ, точно так же Божественная Мать любит всех нас и испытывает сострадание

ко всем нам. В этом причина. На протяжении многих жизней я никакого выбора не делаю. Всё это время Она решает, Она находит меня, а не я нахожу Её.



В сердце каждого живёт Мать Богиня, независимо от того, понимаем мы это или нет. Мы не можем увидеть или почувствовать Её энергию, поскольку наши сердца нечисты. Точно так же, как в запылённом зеркале не видно отражения, в загрязнённом сердце мы не видим Матери Богини.

Загрязнение происходит из-за отсутствия практики. Если мы будем делать практику регулярно и постоянно, длительное время, то сердца начнут очищаться, и мы сможем почувствовать и увидеть присутствие Матери. Но это не произойдёт мгновенно, не произойдёт за неделю или за месяцы. Это требует времени и постоянных усилий.



Шакти проявляется во всём, в любом действии, во всём, что происходит. Мы не смогли бы пальцем пошевелить, если бы ни проявление Шакти. Наша речь — это Шакти, наше движение — это Шакти, любое движение в мире, всё, что в нём происходит, есть проявление Шакти.



В жизни каждого человека есть две Матери. Одна мать — та, которая даёт ребёнку рождение. Вторая — та, кто даёт нам жизнь, энергию жизни, сопровождает нас от рождения до смерти — Божественная Мать. Та энергия Шакти, которую мы используем в течение жизни для любых активностей, даётся нам Матерью. Каждый день, во всех наших делах мы тратим, теряем энергию — когда говорим, когда ходим, когда работаем, когда делаем что бы то ни было. И для того, чтобы восстановить

баланс, следует обращаться к Имени Матери. Это единственное, что может привести нашу энергию в равновесие — обращение к Имени.

Если мы хотим не просто привести нашу энергию в равновесие, но и отдавать, нести положительную энергию в мир, то необходимо больше обращаться к Святому Имени. Необходимо ещё больше посвящать себя тому, чтобы произносить Имя Матери. Тогда эту позитивную энергию мы сможем не только использовать для себя, но и нести другим.



Сейчас энергия Божественной Матери всё больше и больше поступает на Землю, и она связана именно с Природой. Поэтому мы должны научиться жить естественной жизнью, уловить связь с Природой, с окружающим нас миром.



Думайте, сосредотачивайтесь на Божественной Матери, на Матери Богине. И не думайте о себе как о телах, но думайте о себе как о Душе.



Шакти получила зерно и посадила его на Земле, и выросло дерево. Точно так же в дальнейшем появились другие виды растительности, а потом животные, а потом люди. Обо всём мире, обо всем многообразии существ Шакти заботится, поддерживает. Обязанность всякого человека, не только ставшего на духовный путь, — заботиться о Матери-Природе, заботиться о Шакти, заботиться обо всём том, что окружает нас.



Я исследовал различные Имена, различные энергии. Я чувствую, что в энергии имени Ма — Великой Матери — заключена

та же энергия, что и в Ади-Шакти — изначальной творящей энергии Вселенной. Самое лучшее, самое сильное — это повторение Имени Божественной Матери.



Одно из Имен Божественного, Высшего — это Ма. Ма означает Мать, Космическую Мать, Божественную Мать. Также на санскрите есть такой термин как Пракрити — Природа, весь материальный мир. И мы существуем в этом мире только благодаря нашим матерям, благодаря Космической Матери. Она создала Пракрити — Природу материального мира, которая по своей сути есть иллюзия.

Благодаря воле Божественной Матери, иногда случается так, что внутри этой иллюзии люди собираются, Души собираются в одном месте и начинают обращать свое внимание, свой взор к Высшему, обращают своё внимание на Имя Ма. Такие события называют «сатсанг».



У одной матери было четверо маленьких детей, и они постоянно требовали её внимания. А ей нужно было заниматься домашними делами, готовить что-то на кухне, но они не давали ей этого делать. Тогда она достала разные красивые, цветные игрушки и дала их детям. Три ребенка выбрали себе игрушки, которые им понравились, и начали с ними играть — их внимание переключилось. Но четвертый не захотел даже на них смотреть. Он взялся за мамин подол и повсюду с ней ходил, куда бы она ни пошла. В итоге мать была вынуждена начать приготовление еды вместе с ним. Она взяла малыша на руки и стала готовить.

Таким же образом Божественная Мать даёт нам различные игрушки, занимает наше внимание разными материальными вещами, желаниями, целями. Но если мы не станем

очаровываться ими и будем всегда держаться за Её подол, всегда обращать свои мысли к Ней, то Она рано или поздно возьмёт нас к себе на руки или усадит на колени, и будет всегда присутствовать в нашей жизни.



У любой монеты есть две стороны, их невозможно разделить. Подобно этому жизнь на Земле поддерживается двумя видами энергии: мужской и женской, которые так же неразделимы. Но в сознании людей, в распространённых мнениях есть версия, что мужская энергия выше, а женская — ниже. Или может кто-то думает наоборот, но это в любом случае ошибка.

Как только вы начинаете поклоняться женской энергии, вы автоматически будете поклоняться мужской тоже, потому что они неразделимы. Их разделение само по себе является свидетельством ошибки. Если вы начинаете такое ложное поклонение, то теряете возможность увидеть результаты практики.

Два Имени неразделимы: без Шакти не может быть Шивы, и без Шивы не может быть Шакти — это одно. Но если говорить о практике, нужно выбрать какую-то одну форму.



Если вы будете делать практику со счастливым умом и счастливым сердцем, то благословение Матери всегда будет с вами.



Те области жизни, человеческой деятельности, в которой раньше преобладала мужская энергия, сейчас постепенно заполняются женской энергией. И она всё больше и больше приводит к успеху в чисто мирских аспектах — это видно в политике, в бизнесе, в спорте, это видно повсюду. Можно сказать, что в современную эпоху так проявляется женская энергия.



Вы можете обращаться к Богу как к Матери или обращаться к Богу как к Отцу. Это как монета, у которой есть две стороны. Они не существуют по отдельности. Как вам удобнее и к чему больше лежит Душа, так и следует делать.

Единственное — в вашем движении к Богу должна быть вера. Это важно. Вера приведёт вас к молитве, к обращению к Матери или Отцу. Отец даёт вам рождение, энергию, силу — точно так же, как и Мать. Но этот век, эпоха, в которую мы живём — это эпоха Шакти, поэтому молиться Матери эффективнее. Если вы хотите получить более быстрые результаты — молитесь Матери.



Сейчас такое время, что Мать бодрствует, а Отец спит. В принципе, вы можете обращаться и к Матери, и к Отцу, но очевидно, что если вы обращаетесь к бодрствующему, то он ответит скорее.

ВСЕВЫШНИЙ



Для Господа, для Всевышнего неважно, какого мы роста, как выйдем, какой веры придерживаемся, насколько у нас красивое или некрасивое тело, какая у нас работа, чем мы заняты — всё это внешние параметры. Всё это неважно для Всевышнего.

Для Него важно, насколько чист наш ум, насколько чисто наше сознание, а также насколько чисто наше сердце. Есть фраза на санскрите, которая означает следующее: «Только тем, чьи сердца чисты, я явлюсь». Целью духовной практики должно быть очищение наших сердец.



Всевышний никуда не исчез с нашей Земли, Он здесь, Он всегда с нами. Если мы будем стремиться к Нему правильным образом, обращаться к Нему, Он обязательно посетит нас. Он здесь, Он всегда доступен. Вопрос лишь в силе нашего устремления. И если мы стремимся достаточно сильно, то Всевышний придёт к нам.

Совсем не обязательно, если вы поклоняетесь Вишну, что он явится вам именно в облике четырёхрукого Бога, непременно на таком-то животном, как описано в книгах. Нет, Он может прийти к вам в образе любого и необязательно даже человека. Для чего? Чтобы убедиться, действительно ли вы видите Бога во всём и в каждом. Если вы пройдёте эту проверку, то Бог ещё больше проявится в вас.



Каково же главное качество Всевышнего? Это качество сострадания, качество заботы. Он заботится обо всех живых существах. Человек отличается от всех существ на этой планете сознанием. У нас есть ум, есть осознанность, мы можем понять, что живём в мире, созданном Всевышним. Другие живые существа отличаются от нас только тем, что в них нет этого осознания. В этом смысле мы их можем назвать «меньшими братьями». Человек должен заботиться, испытывать сострадание и служить не только людям, но и братьям нашим меньшим — животным, растениям, всему, что есть на этой Земле.

Бог для них — это мы. Человек — это Бог для животных и растений, потому что он заботится о них, предоставляет им еду, питье, кров. И то, как мы себя ведём по отношению к животным, растениям — вернётся к нам. Если мы причиняем им боль, мы получим боль. Если мы делаем их счастливыми и довольными, к нам вернётся счастье и довольство. Так работает закон кармы.



Есть множество методов поиска Всевышнего, множество школ и путей. Но для нашего века наиболее подходящим является путь бхакти-йоги.

Какова особенность этого пути, что значит бхакти-йога? Прежде всего, это путь любви — любви к Богу, любви к людям.

Второе — это путь служения, безусловное служение Богу, безусловное служение людям и вообще всем живым существам.

И третье — это путь, который основывается на обращении к Всевышнему, на повторении одного из Имён Всевышнего. Когда бхакт — практикующий бхакти-йогу — начинает

концентрироваться или повторять избранное Имя, то постепенно энергия Имени, энергия Всевышнего начинает возрастать в нём. Так выглядит этот путь.

Всевышний повсюду, мы можем найти его в любом человеке, в любом предмете, живом и неживом существе, во всём, что окружает нас. А как мы будем его искать, зависит от нас. Самый лучший способ для этого — путь бхакти-йоги.



Думайте о Боге, думайте о Вечной Душе. Представляйте перед собой этот образ постоянно, совершая ежедневные прогулки и делая свою работу. Это должно быть у нас в Душе, быть у нас в уме. Проговаривая постоянно Имя Бога и видя перед собой образ, мы шаг за шагом приближаемся к Нему. Со временем, даже живя в материальном мире, мы всё равно будем максимально приближены к Богу. Этот образ будет постоянно с нами за счёт практик, за счёт того, что мы непрерывно думаем об этом, всё время проговариваем.

Даря любовь и сострадание другим людям, мы приближаемся к Богу, очищая своё сердце. Параллельно с этим, когда человек дарит любовь, сострадание, служит другим людям, он забывает о своем эго. Когда эгоизм, мысли о себе уходят, именно тогда мы приближаемся к просветлению.



Качество нашей практики зависит от силы нашей любви. Только когда мы повторяем Имя Бога с любовью, с любовью обращаемся к Нему, только тогда Он является нам. Мы не можем отдать свою любовь через тело. Наша любовь к Господу может быть проявлена только в нашем сердце. И Господь видит наше сердце.

У людей разные тела, но сердца одинаковые. Если в вашем сердце живёт любовь, вы увидите Бога.



Пчела стремится к тем цветкам, в которых есть нектар, и производит из нектара мёд. Мёда нет в самих цветах, но цветы издают аромат, который привлекает пчелу.

Лишь в тех сердцах, в которых есть бескорыстная любовь и качество бескорыстного служения, может поселиться Всевышний. Только эти сердца могут реализовать Всевышнего в себе.



Всевышний позаботился о каждом из нас. Всевышний представляет нам в этой жизни всё, что мы заслужили своей кармой — ни больше ни меньше. И никто не может отнять у нас то, что принадлежит нам по праву. Никто не может позволить нам взять больше, чем нам подобает.

Так зачем беспокоиться? Чего бояться? Мы в любом случае имеем то, что имеем.



Есть две формы, в которых проявляется Всевышний, две формы Истины. Одна из них — это воспринимаемая форма: то, что мы видим глазами, то, что ощущаем нашими чувствами. В каждом из нас, в каждом существе и во всём, что мы видим, проявляется Всевышний.

Но есть невидимая или непроявленная форма, в которой также есть Всевышний. Таким образом, есть две формы или два способа восприятия Истины.



Чтобы увидеть Всевышнего вовне, надо сначала увидеть Его внутри себя. Только, когда вы сможете увидеть Его внутри, вы начнёте замечать Всевышнего и снаружи, в различных формах.

Как же можно достичь Всевышнего? Как можно увидеть Его внутри себя?

Для этого есть несколько требований или правил:

- Практика. Распорядок, требования к практике, которых надо строго придерживаться.
- Любопытство. Чтобы двигаться в этом направлении, вам должно быть интересно.
- Любовь. Вы стремитесь только к тому, что вы любите, стремитесь с любовью.

Три элемента составляют основу практики:

- Распорядок помогает изгнать лень из своего тела.
- Необходимо исключить жадность из взаимоотношений с людьми.
- Важно очищение мыслей, направление их на позитивный лад.

Только после того, как мы сможем через практику, распорядок, через любопытство, через любовь очистить себя, мы сможем пригласить в себя Всевышнего.



В разные эпохи существовали различные пути поиска и соединения с Всевышним. Например, в древние эпохи, когда Господь воплощался на Земле, те, кто стремились к соединению с Ним, могли встретиться с Его инкарнацией, с данным воплощением, поговорить с ним, задать вопросы. Также в разные древние эпохи люди имели сильное и долгоживущее тело, практиковали йогу, аскезу, самоотречение тысячами для того, чтобы достичь Всевышнего. Таковы были другие эпохи.

В нашу эпоху этого нет. Сейчас наилучшим путём достижения Всевышнего является бхакти или путь преданности, путь любви, путь принятия Божественного Имени. Через

практику повторения Божественного Имени, через обращение к Всевышнему мы можем соединиться с Ним.

Второй элемент, который доступен в нашу эпоху — это молитва. Если молитва будет делаться в определённое время, регулярно, непрерывно, будет обращена к Всевышнему, то она также приведёт нас к Нему. Таковы два основных пути, подходящие для нашей эпохи.



Путь преданности, бхакти — путь повторения Священного Имени, предназначен для того, чтобы пробудить энергию, которая живёт в каждом из нас — энергию или Шакти. В нашу эпоху эта энергия наполняет и заставляет двигаться всё живое на планете и всю Землю. Всякое существо и вся наша планета обладают жизненными силами только благодаря тому, что в них есть энергия Шакти. Поэтому, обращаясь к Священному Имени, мы обращаемся к Ма — Божественной Матери, мы обращаемся напрямую к Её энергии. Только благодаря этому мы способны стать живыми, способны обрести Бога.

Каковы пути бхакти, каковы качества человека, который посвятил себя этой практике?

1. Истина. Необходимо жить в Истине, необходимо говорить правду, необходимо обращаться к людям истинным образом.
2. Любовь.
3. Милосердие и сострадание ко всем живым существам.
4. Служение.

Служение — есть наивысшая религия, то качество, которое очень ценится Господом. Те, кто служат другим, те, кто служат Богу, близки, милы Господу. Когда вы рассказываете другим, объясняете или показываете путь истинного служения, истинной веры, вы, таким образом, служите. Это тоже одна из форм служения.

Когда речь идёт о служении, о милосердии, то важно понимать, что оно не зависит от положения человека, от его материального достатка. Вы можете жить в простой хижине, во дворце или в замке — все эти правила и качества одинаково важны, мы все в этом смысле равны. Нужно помнить о равенстве, о том, что все люди одинаково достойны, и развивать в себе качество служения.

Только через служение с преданностью, с любовью, через служение с милосердием и состраданием ко всем живым существам, мы можем обрести Всевышнего.



Наше подсознание, наше внутреннее мышление, наш внутренний разум — это и есть связь с Богом. Мы можем говорить о сознании и подсознании как о внутреннем и внешнем проявлении нашего мышления. Внутреннее проявление — это наша связь с Богом. Это наше тонкое ощущение того, что ведёт нас к Вечной Душе. А сознание или внешний разум — это то, что мы думаем о происходящем вокруг нас, о людях, о предметах, о событиях и так далее.

Наше подсознание или наше «высшее Я» — и есть наша прямая связь с Богом. Способ же найти эту связь — самореализация, достичь которую можно также через медитацию и молитву.



Есть два пути достижения Всевышнего, Единого. Первый — это путь бхакти, путь преданности, Божественной любви, и второй путь — путь адвайты, путь бесформенного.

Два искателя хотят переправиться через реку жизни, реку страданий. Тому, кто идёт путём бхакти, предоставляется лодка. Лодка — это преданность, любовь. Джапа или мантра — вёсла в этой лодке. Лодка помогает преодолеть опасную реку, чтобы достичь Всевышнего.

Тот, кто идёт путём адвайты, путём бесформенного, подобно бесстрашному пловцу бросается в эту реку. Он должен, полагаясь только на свою веру, на свои усилия пересечь эту реку, в которой сильные течения, опасные звери, крокодилы, ещё кто-то, кто может помешать ему. Поэтому воспользуйтесь более простым, более удобным путём — путём бхакти. В нашу эпоху, в наш век это самый лучший, самый простой, самый удобный и безопасный путь достижения Всевышнего.



Для того чтобы Божество проявилось, для того чтобы почувствовать Божество в себе в наш век единственный способ — визуализировать или проявить форму Божества в сердце. В нашу эпоху в своём естественном виде Божества нам не встречаются. Невозможно иметь даршан или встречу с Божеством в материальном мире, в материальном теле. Поэтому если вы поклоняетесь, например, Дурге, то вам надо представить её сидящей на тигре или на льве с шестью, восемью или восемнадцатью руками, в каждой из которых то или иное оружие: тришула, меч, ваджара или чакра. Представить её одетой в красное и внести этот образ в своё сердце. И тогда встреча с ней будет возможна. Это будет не просто образ или ваше воображение — она может реально проявиться.

В материальном мире Божества тоже присутствуют, и мы можем встретиться с ними, но мы их не узнаем. Потому что они выглядят как обычные люди. Нужно иметь Божественное зрение, чтобы увидеть живого Бога в обычном человеке.

Поэтому единственный путь, который нам доступен — это визуализировать, представить в своём сердце образ Бога, которому мы поклоняемся. Если мы будем продолжать делать практику, то в какой-то момент образ может стать живым Божеством, и мы будем чувствовать связь с Всевышним.



Можно найти Всевышнего повсюду. В действительности Он везде. Вы можете увидеть Его вовне, и тогда это называется Мир. Или вы можете увидеть Его внутри, тогда это называется Адхьятма или духовность.

Если вы устремите свой поиск наружу, то на пути вас ждёт множество барьеров. Это барьер материализма, барьер жадности, барьер боли и множество других. Если вы устремите свой поиск внутрь, то там нет этих барьеров. Поэтому на самом деле самый разумный способ поиска Всевышнего — движение внутрь. Этот поиск может привести вас к чистоте, может привести вас к Истине, к Всевышнему.



Наша связь с Всевышним подобна тому, как мы связываемся с другими людьми, например, при помощи телефона. Для того чтобы позвонить кому-то, надо взять телефон и начать звонить. Нельзя просто сидеть и думать о том, как хорошо было бы пообщаться с тем-то человеком. Необходимо действовать.

А бывает так, что линия занята, или по каким-то другим причинам нет связи. В этом случае вы должны звонить снова и снова, не останавливаясь. До тех пор, пока не будет соединения. Точно так же надо повторять Имя до тех пор, пока Господь ни услышит вас. И в тот день, когда Он вас услышит, вы достигнете просветления. Но это надо делать регулярно и постоянно.



Бхагаван (Бог) — это «сервьяпи» («сер» на хинди означает «везде», «вьяпи» — «находится»). Он в каждом из нас, в каждом ядре, в каждом животном — везде есть Бог. Поэтому нам даже не обязательно Его знать. Когда мы начинаем любить

Бога в той форме, в которой мы Его знаем, через любовь мы сами по себе становимся ближе к Богу.

Он находится во всём, что есть в существовании. Нам даже много думать не надо — просто любить всё, что есть. И это означает, что мы любим Бога, потому что в каждом есть Бог.



Откройте любую священную книгу, любое священное писание, и вы обнаружите, что достижение духовного совершенства, достижения слияния с Божественным требует борьбы и усилий. Для того чтобы достичь просветления, необходимо многим пожертвовать. Например, Христос испытал страдания и, в конце концов, крестную смерть. Это образ и образец того, сколь многим человек должен пожертвовать для достижения Божественного. Будда оставил своё царство, оставил всё, что у него было и углубился в лес. И провёл там много времени в весьма непростых условиях, и также испытывал там серьёзные страдания для того, чтобы, в конце концов, достичь просветления под деревом бодхи. Так же и любой человек, который хочет достичь просветления, должен отказаться или пожертвовать вещами материального мира.

Сейчас очень распространено материалистическое представление о просветлении и духовности. Человеку кажется, что просветление или Бог — то, что достаточно только пожелать. Ты хочешь, чтобы это пришло, и рано или поздно получишь, так же как исполняются и другие желания. Но это не так. Необходима жертва.

Есть два вида счастья или удовлетворённости — материальное и духовное. Вы не можете получить то и другое одновременно. Надо выбирать.

Для того чтобы испытать, почувствовать два разных вкуса, вам нужно разделить те вещи, которые вы хотите попробовать. Если вы хотите почувствовать вкус чая и вкус молока,

вы нальёте чай в одну чашку, молоко — в другую. Иначе вы не сможете разделить два этих вкуса.

Подобно этому, если вы хотите, чтобы ваше сердце почувствовало вкус Божественного, надо создать там место, пространство. Если ваше сердце наполнено материальными вещами, желаниями богатства, удовлетворённости... То необходимо пожертвовать этим всем. В противном случае, ваше желание Божественного не исполнится.



Высшее создало и наделило человека, по сути, такими же силами, как и у самого Всевышнего. В человеке есть потенциал достичь Бога и раскрыть в себе все Божественные способности, но этот потенциал не реализуется. Люди занимаются йогическими практиками, делают медитацию. Но их энергии не пробуждаются до той степени, чтобы человек осознал себя Богом и реализовал свой Божественный потенциал.

Почему это происходит? Возможно, потому, что люди в первую очередь недостаточно прилагают усилий для этого. Кроме того, энергия, которая есть в человеке, постоянно растрачивается. Она не накапливается, а растрачивается на множество разных вещей — в первую очередь, на гнев, который сильно сжигает энергию. Такие качества как жадность, зависть тоже сильно истощают энергию. Также человеческая энергия очень сильно истощается, тратится, когда человек говорит плохие слова о других людях.

Поэтому, в первую очередь, необходимо избавиться от этих пороков, пожертвовать ими для того, чтобы энергия начала накапливаться в нас, и весь потенциал смог раскрыться со временем.



У человека есть три пути служения Богу, три средства. Первое — ум, второе — дела, третье — слова. Когда мы говорим о мантре, которую получаем, то она одновременно относится к третьему средству, поскольку произносимая мантра — это слово, а также к первому, потому что мы произносим её в уме или думаем о ней.



Всевышний окружает нас повсюду, мы можем Его найти внутри себя, вокруг себя. Органы чувств, которые приносят нам информацию из внешнего мира, приносят нам знание о Всевышнем. Мы можем Его обонять, осязать, видеть, слышать — всё вокруг нас есть Всевышний. Всевышний неоднократно являлся на Землю в виде Великих Душ, которые приходили, чтобы помочь человечеству.

Одной из форм постижения Всевышнего является чтение. Читайте книги, где описываются биографии Великих Душ, которые приходили на Землю как формы Всевышнего. Помимо чтения таких книг, нужно следовать примеру, который они нам дают.



Мы приходим в этот мир, ничего не имея. Однако нас окружает воздух, которым мы дышим; вода, которую мы пьём; плоды земли, которые мы едим. И первый шаг к пробуждению и осознанию того, что всё это создано Всевышним, — задуматься об этом.

С этого шага начинается наш поиск Всевышнего, поиск Создателя.

Второй шаг — понимание того, что человек отличается от других существ сознанием. Задумываясь о происхождении того, что нас окружает, задумываясь об энергии, которая

движет весь мир, которая приносит нам все эти плоды, воздух, воду и все остальное, мы продолжаем процесс поиска Бога.



Для эпохи, в которой мы живём, повторение Божественного Имени — самый лучший и самый быстрый путь достижения Высшего, достижения Бога. Потому что сейчас, в нынешнюю эпоху, люди стали слабее, чем были люди в предыдущих эпохах. Мы не можем выполнять какие-то суровые аскезы, отречения, не можем делать постоянно йогу. У нас много обязанностей в миру, иногда с нами случаются болезни или другие неприятности.

Но если у нас есть Божественное Имя, к которому мы обращаемся, то можно делать это всегда, вне зависимости от внешних обстоятельств. Даже если мы заняты работой или у нас есть какое-то недомогание, внутренне мы всегда способны делать практику. Внутренне мы всегда можем повторять Божественное Имя. Это написано в Ведах, что для такого века эта практика — лучшая и самая быстрая.

Все Имена принадлежат Высшему, но необходимо определиться с каким-то одним Именем и следовать ему. У Высшего много Имён, но нужно следовать одному.

Не стоит специально пытаться пригласить Высшее в наше сердце. Нам просто нужно неустанно повторять Его Имя, сделать это своей практикой. И Оно естественным образом со временем само поселится в сердце.

Если вы видите на улице знакомого человека и окликаете его по имени, то он обязательно обернётся к вам. Он увидит вас и поймёт, что вы знакомы, обратит на вас внимание. Таким же образом Бог, всегда здесь, рядом, с самого момента нашего рождения. Наша задача окликнуть Его по Имени, постоянно звать Его по Имени, чтобы Он обратил своё внимание на нас. Постепенно Он естественным образом перейдёт в нас, в наше сердце.

Со временем, когда практика начинает приносить первые плоды, мы начнём чувствовать внутренне, что что-то в нас изменилось — в нас появляется какая-то новая энергия. Мы чувствуем, что начинаем отличаться от других людей. Может, проявится новая харизма, мы чувствуем душевный подъём.

Но когда это происходит, нам не нужно этим очаровываться, не нужно останавливаться. Это просто указатель, что практика идёт в верном направлении. Нужно продолжать идти дальше, стремиться всё к новым вершинам, к преданности и к раскрытию.



Для того, что бы Божественное снизошло в нас, в наше сердце, мы должны освободить там для Него место, убрать всё лишнее. Сейчас наше сердце заполнено множеством различных вещей, множеством материальных желаний, привычек, разных мыслительных процессов. Чтобы что-то новое пришло, необходима сначала пустота, куда оно сможет прийти. Только когда мы уберем все лишнее и будем пусты, на нас сможет снизойти Божественное, Высшая реальность.



Отдать всё на волю Божью — это самый правильный подход, который возможен. Если вы полностью посвятите себя Богу, то Бог всё сделает за вас. Это, правда, иногда бывает довольно болезненно.

Всё, что получаешь, ты сначала отдаёшь Богу, а потом уже берёшь для себя. Прасад — это пища, разделённая с Богом. В этом случае нельзя сказать, что ты нечто испытываешь, а Бог не испытывает. Если ко всей жизни относиться как к прасаду, то разделение исчезнет.



Господь снабдил нас всем в этой жизни. Всё, что мы получаем, всё, что у нас есть, дал нам Всевышний. При таких обстоятельствах, что мы можем дать Ему взамен? Он и так имеет всё. То, что у нас есть, мы точно так же получили от Него.

Единственное, чем мы можем оплатить за все эти дары, что мы получили от Бога — это любовь. Единственное, в чём Господь нуждается, что он ждёт от нас — нашей любви. Обращайтесь к Господу с любовью, повторяйте Его Имя с любовью, и вы станете ближе к Всевышнему.

ДУША



Все мы на этой планете — лишь частицы Вечной Души. И мы посланы на нашу Мать Землю для того, чтобы исполнить какие-то свои обязанности. Вечная Душа сама по себе не имеет никакой формы. Точно так же в каждом из нас есть частица бесформенной Вечной Души. Всё, что нас окружает — это те же самые частицы Вечной Души в материальном мире.

Есть два уровня, два плана, или локи. Первая лока — то, что является материальным миром. Мы это видим, можем потрогать. Это и мы с вами в человеческих телах, и какие-то предметы, которые нас окружают.

А вторая лока — А-лока — в переводе «над землёй», «над миром». Там обитает то, что мы не можем видеть. Тех существ, которые там живут, мы называем демонами или ангелами. Это бестелесные существа, которые могут нам являться.



Нет никакой разницы между Атманом и Параматманом. Всякое дыхание, всякая Душа, всякое живое существо обладает Атманом, и в этом случае мы называем это Джива-атма — живущая, воплощенная Душа. В маленьком ли муравье, в большом ли слоне, в любом живом существе она явлена. Единственная разница между людьми и животными — мы способны понять, что такое Атма.

Никакого самостоятельного существования Атма не имеет. Она есть часть Единой Души или Вселенской Души или Всевышнего — Параматмана. Они неразделимы. Всякий раз, когда человек осознает Душу или Атму, он одновременно осознает и Единую Вселенскую Душу — Параматмана.

Также тело можно уподобить иллюзии, майе, а Атму уподобить Истине. Поэтому если мы ходим познать Истину, жить в Истине, то единственный путь — отвернуться от майи, отвернуться от тела и обратить свой взор в сторону Души. Через осознание собственной Души мы приходим к осознанию Всевышнего или Единой Души.

Если мы принесём стакан воды из океана, поставим его на стол, то глядя на стакан, мы не назовём его океаном, хотя вода в нём взята из океана, это та же самая вода. Мы скажем, что это стакан воды. Но потом, когда мы выльем воду обратно в океан, мы перестанем его называть стаканом воды или водой, мы скажем — это океан.

Подобным же образом когда Душа помещена в отдельное тело, она называется Атмой. Когда же она освобождается и соединяется с Единым, то мы называем её Параматман или Единой Душой.



Тело живёт очень короткий век и практически не помнит ничего из того, что было раньше, но Земля помнит и зовёт Душу. И Душа помнит, что с ней происходило раньше. Земля помнит взаимосвязь, которая существует с Душой, несмотря на огромные изменения, которые происходят век за веком.

Земная цивилизация проходила через эпохи массового разрушения. Невозможно уже вообразить, что могло быть в какие-то более древние времена. Но, тем не менее, Земля остаётся той же. Она хранит эту память и зовёт Душу обратно.

Аналогичный разговор был у Арджуны с Кришной в Махабхарате. Арджуна спросил: «Встречались ли мы с тобой?»

И Кришна ответил: «Да, конечно, много раз. Ты каждый раз об этом забываешь, будучи человеком, а я помню». Ведь Кришна — это воплощение Единого и Всевышнего.



Человек, который не повторяет Святое Имя, в следующей жизни родится вновь человеком. Человек, который повторяет Святое Имя, также родится в следующей жизни человеком. Разница только в том, что процесс духовного пробуждения занимает время. И тот, кто не повторяет Имя, не делает эту работу в текущей жизни, в следующей жизни начнёт с нуля. Как если бы ничего не было сделано заранее. Придётся опять начинать карабкаться по лестнице с самого низа.

В этой жизни мы пожинаем плоды, которые были посеяны в прошлых жизнях. В следующей жизни мы будем пожинать плоды, которые посеём в этой жизни.



Осознание Души означает, что вы теряете самоидентификацию с телом. К примеру, Великие Риши, которые живут в Гималаях, не имеют никакой привязанности, никакой связи с телом. Все наши чувства, все наши омрачения проистекают из тела, из его восприятий. В частности, радость, печаль, боль и все другие ощущения так или иначе связаны с телом. Риши, которые полностью потеряли самоидентификацию с телом, не испытывают жажды, не испытывают холода, не испытывают жары, не испытывают боли от укуса насекомых, потому что они полностью идентифицированы с Душой.

Если мы будем правильно практиковать, то в тот момент, когда мы обнаружим себя, как Душу, произойдёт то же самое. Единственное, что это не происходит сразу. Как только вы осознаете себя, как Душу, вы уже не сможете ощущать себя телом.



Иногда нам кажется, что никто не видит и не знает о том, что мы делаем, но это не так. Наша собственная Душа, Атма — бессмертная, единая с Богом — всегда видит и всегда понимает, правильно ли мы поступаем или неправильно. Поэтому, какое бы действие мы не собирались совершить, мы всегда можем обратиться к Атме, бессмертной Душе, чтобы она подсказала, что делать надо, а что нет.



Ум человека воистину огромен и велик. При помощи ума человечество достигло немалого в этой жизни. Мы можем совершать великие вещи, добиваться успеха. Но единственное, что в жизни для человека главное — его связь с Вечной Душой. Её можно достичь только за счёт молитвы, за счёт наших чувств.

Ум человека помогает совершать какие-то поступки в окружающем нас мире. Но каждый человек чувствует необходимость соединения с Вечной Душой. А это можно сделать только через молитву, только через чистое сердце и любовь.



Душа не была никогда сотворена, Душа бессмертна и бесформенна, она не имеет определённой формы. Её можно сравнить с солнцем и с солнечным светом. Солнце было создано создателем Брамой, а свет не был создан. Когда появилось солнце, проявился свет, но свет не был создан.

Так же можно сравнить Душу, высшее «Я» человека — или его эго и тело. Второе — это созданные вещи. А внутренний свет, Душа человека — не были созданы.



Есть только одна единая Истина, и эта Истина есть Душа.

ЛЮБОВЬ



Любовь — это очень просто: вы должны всё время быть счастливыми и других делать счастливыми.



Для того чтобы связь с Богом была наиболее прочной, нужны две вещи. Первая — чистое сердце, а вторая — любовь. Любовь будет связующим звеном между человеком и Богом. Благодаря этой любви человек становится по-настоящему счастливым.



У нас у всех одинаковое количество любви, которое заложено в нас. Мы все знаем, что это такое. Когда в своих мыслях вы обратитесь к Вечной Душе и начнёте развивать любовь к Ней, именно тогда вы и узнаете, что же такое Истинная любовь. Потому что она есть в каждом человеке. И познать её можно через любовь к Вечной Душе.



В этом материальном мире обычно, когда вас кто-то любит или вы кого-то любите, вы что-то хотите от этого человека или что-то хотят от вас, вам ставят условия.

Если же вы любите Бога, Бог просто возвращает вам эту любовь. Именно это и называется «любовь». Вы должны

почувствовать это сами, потому что никто вам не может рассказать, что такое любовь.



Безусловная любовь — это любовь к Душе, к частичке Бога в человеке, а не к тому, как этот человек может поступить с вами. Вы любите Вечную Душу, вы любите не человека как такового в этом мире, а именно частицу Бога в нём. Поэтому не стоит ждать от человека ответной любви.

Вы любите, вы отдаёте свои чувства, частицу своей положительной энергии той частице Бога, которая есть в человеке, в Душе этого человека. Это и есть безусловная любовь, когда Вы любите не человека, не его физическую оболочку, а Душу в абсолютно любом человеке — тогда Вы получаете обратную любовь.

Не эгоистично, не ждете любви в ответ, по принципу «я тебя люблю, и ты должен меня любить». Абсолютно, безусловно, без всяких ожиданий просто любите ту частицу Вселенской Души, которая находится в каждом человеке на этой Земле.



Любовь — это любовь. В каждом из нас внутри живёт любовь, она проявляется через приязнь, через то, что нам что-то нравится. Нам нравится — это знак того, что мы это любим.

Почему мать заботится о своём ребенке? Потому что любовь заставляет её это делать. Отец уделяет внимание своему ребенку — то же самое. Вы отправляетесь в путешествие, хотите посмотреть какое-то прекрасное место, вам это место нравится — это любовь проявляет себя таким образом. Вы проводите время со своими близкими друзьями, вам нравятся эти люди, вам приятно проводить с ними время — это проявление любви.

Почему же люди не понимают, почему не видят эту любовь внутри? Никто снаружи не сможет вам объяснить, что это такое, оно есть в вас и так. Отрицание любви происходит из-за эго. И после того, как вы сможете удалить действия эго, вы сразу увидите, как проявляется любовь.



Великие Души, которые достигли в своё время просветления, достигли его только за счёт того, что осознали факт Вечной Души. Путь к ней лежит через чистую любовь. И единственный ключ, который отпирает дверь на пути к Вечной Душе — это Любовь.



Любовь является ядром и центром любой религии, любой веры и любого пути. Откуда возникают препятствия и страхи? Они возникают от отсутствия безусловной любви. Если бы любовь к Вечному была безусловной, препятствий, боли и страхов не осталось бы.

Что означает обусловленная любовь? Это когда ты соединяешь предмет своей любви с какими-то материальными аспектами. Именно это создаёт препятствия и страхи. В чистой, безусловной любви нет страха и препятствий. Нужно правильно осознавать ценность предмета своей любви, истинную ценность. Мы склонны недооценивать его, связывая с какими-то материальными объектами.

Хорошим примером является жизнь Христа. С внешней точки зрения это была жизнь, полная страданий. Но при этом он ни на секунду не терял связь, ни на секунду не терял осознания безусловной любви. И в результате он вернулся туда, откуда пришёл.

ГУРУ/УЧИТЕЛЬ



Фигура Учителя достаточно важна. На своём пути вы очень часто будете встречать ситуации, когда вы не знаете что делать и как повести себя. Учитель сможет подсказать, как идти, в каком направлении будет правильно двигаться.

Все вехи, которые мы встречаем на своём пути, появляются именно за счёт того, что кто-то показывает нам направление. Поэтому фигура Учителя очень важна на пути к просветлению, на пути к пробуждению.



Гуру необходим не только новичкам, но и опытным практикам. Как вы сможете достичь конечной точки, если не знаете пути? Задача Гуру в том, чтобы показать вам путь. На каждом шаге духовного пути вам необходим тот, кто укажет, куда идти.



Самое важное — иметь в глубине своего сердца любовь к Божественному. Если у человека действительно есть такая любовь, то тогда Гуру немедленно появится перед ним.

Всё заключено внутри человека, и любой внешний Гуру — это проявление внутреннего. Нужно просто любить Бога, а Бог приведёт Гуру, проявит Его.



Если в какой-то момент у вас нет духовного Учителя, нет Учителя вообще, и вы просто идёте вслед за Вечной Душой, и Она ведёт вас, всё равно вы можете застопориться. В этот момент вам нужен будет Учитель, который сможет вывести из тупика.

Если вы искренне идёте за своей Вечной Душой, то в какой-то момент сама Вечная Душа явится вам в виде Учителя.



Гуру — аватары тех, кого уже нет в живых — это ваш личный выбор. Тот, с кем вы чувствуете наибольшую связь, может быть вашим Гуру.

Даже книга может быть Гуру, если вы читаете и следуете тому, что в ней написано. Это могут быть биографии разных Великих Душ, великих людей. Если вы чувствуете связь с этим человеком, книгой, то выберете его в качестве вашего Гуру. Это полностью ваш выбор.



Нужно остаться с тем Именем Бога, которое вам ближе, которое вы чувствуете у себя в сердце.

Есть определённый кодекс поведения, которому надо следовать. Если у вас есть Гуру, и вам уже дали мантру, то вы не можете взять мантру у другого Гуру, потому что это неуважение к вашему предыдущему Учителю. Этому кодексу поведения необходимо следовать.

Нельзя взять мантру и сделать своим Гуру двух разных людей. А если так все-таки случилось, что у вас уже был Гуру и была мантра, но вы взяли мантру у нового Гуру, то тогда вы должны быть верны ему. Нельзя одновременно служить двум Гуру.



Гуру, который будет вашим Учителем, может быть только один. Идти нужно за одним Учителем. Когда вы столкнетесь с каким-либо препятствием на пути к Вечной Душе, то именно этот человек будет вам помогать.

Но если вы на самом деле преданы и искренне идёте по пути к Вечной Душе, Она сама может явиться к вам, чтобы помочь преодолеть препятствия, либо послать какую-то помощь через других людей.

Гуру может быть один, но Вечная Душа может посылать проводников, которые будут встречаться на вашем пути.



Вы можете выбрать себе в Учителя человека, которого уже нет здесь, на этой Земле. В таком случае вам нужно просто строго следовать тому пути, который он указал в своих учениях, той дороге к просветлению, к Вечной Душе. Если у вас возникнут на этом пути какие-то вопросы или сложности, он просто придёт к вам и объяснит все интересующие вас вопросы.

Вы должны строго следовать тому пути, который он изучал, о котором он говорил. И самое главное — должна быть сильна ваша внутренняя вера в этот путь. Вера и доверие должны быть абсолютно к любому Учителю.



Гуру подобен Бrame, который создаёт в вас мудрость. Гуру подобен Вишну, который хранит в вас мудрость. Гуру подобен Шиве, который устраняет тьму невежества в вас и зажигает огонь Истины в вашем сердце. В этом смысле Гуру подобен Всевышнему. Гуру подобен Богу для ученика, но не как человек, а как тот, кто дал Слово, как тот, кто дал мантру.

В правильном восприятии Учителя и слов Учителя как Бога, как Высшего, как Абсолюта, для человека кроется понимание, почему сменить Учителя или мантру — это величайший грех, который можно совершить. Нет ничего худшего, что можно сделать, кроме как отказаться от данного слова, данной мантры, данного пути к Богу.

ИСТОРИЯ
ВСЕЛЕННОЙ И ЗЕМЛИ



Изначально, когда Вселенная была сотворена, согласно ведическому знанию, было создано 8 миллионов 400 тысяч разных форм жизни, в которых Душа может получить рождение, то есть войти в эти формы (растительный мир, животный мир, насекомые, люди и разные другие формы жизни). На самой вершине всех этих форм жизни человеческая форма — самая высшая, потому что у человека есть разум, самосознание и интеллект.

Таким образом, человек может понимать, разбираться в мире и осознавать себя. Поэтому каждый человек должен прилагать усилия и пытаться разобраться, для чего ему дана эта жизнь.

Существует два вида людей, два вида природы человеческой. Одна — это Божественная природа. А вторая — асурическая или демоническая природа.



Человечество эволюционировало. Была эпоха, в которую для соединения с Богом люди делали различные подношения, яги, ритуалы, и это был эффективный путь для единения с Высшим. Затем была эпоха тапаса, и люди практиковали отречение, занимались духовным подвижничеством. Этот путь был лучшим. Потом была эпоха йоги — этот путь был самым быстрым.

Но в эпоху, в которую мы живём, самый эффективный путь — это путь бхакти, путь преданности. То есть развитие

связи с избранным Божеством, начитывание мантры, путь через Имя, связанное с Божественным — Божественное Имя.

В нынешнее время — это лучший, самый эффективный и самый быстрый способ для достижения Высшего. Мы должны развить преданность, повторять Божественное Имя.



Наша Земля пережила и переживает четыре эпохи, четыре периода своего существования. Каждая из этих эпох характеризуется определёнными качествами, определёнными проявлениями Всевышнего.

Первая эпоха — эпоха чистоты, святости — Сатья-Юга — управлялась законом Истины. В это время на Земле царила Дхарма или Божественный закон. Вторая эпоха — Трета — была временем тапаса или отречения, практики, внутреннего жара. Третья — Двапара-Юга — управлялась законом любви. И нынешняя эпоха — Кали-Юга — управляется законом сострадания.

Если мы вернёмся к Сатьи-Юге, то в эту эпоху главным божеством был Шива. Животное, которое возит Шиву, бык, является символом истины, символом исполнения закона Дхармы. Смысл такого символического выбора животного в том, что для того чтобы соблюдать и исполнять закон, вам нужно прилагать усилия. Эта эпоха закончилась тем, что Шива покинул нашу Землю и свою супругу Парвати. Он превратился в садху — человека, который отрёкся от всего земного, всего мирского.

Когда закончилась Сатья-Юга, то Истина, которая пребывала на Земле, также покинула Землю. Когда закончилась Трета-Юга, то тапас или духовное горение, духовное усилие покинуло эту Землю. Когда закончилась Двапара-Юга, то любовь покинула Землю. И Всевышний готов был уничтожить её.

Почему же он не уничтожил её в нашу Кали-Югу? Из сострадания. Поэтому наша эпоха, в которую мы живём, управляется законом сострадания.



Это история про то, как началась Кали-Юга. Когда только заканчивалась Двапара-Юга, Землёй управляли Пандавы. И среди них был великий царь, имя которого было Парикшит. Поскольку он обладал выдающимися качествами правителя, то Пандавы предоставили ему право царствовать на всей Земле.

Цари, как известно, любят охотиться. Однажды этот царь отправился в лес на охоту и неожиданно увидел странную картину — быка, у которого осталась всего одна нога. Этот бык еле полз, а человек — погонщик быка — бил его палкой и заставлял двигаться вперёд. Царь, будучи добрым правителем, разгневался на того человека и сказал:

— Что ты делаешь?

— Я погоняю быка. Мне надо заставить его двигаться.

— А кто ты? Как тебя зовут?

— Я — Кали-Юга.

— То, что ты делаешь, невозможно в моём царстве.

Отправляйся вон отсюда.

Кали-Юга тогда очень разумно ответил:

— Куда мне отправиться? Вся Земля принадлежит тебе.

Мне нет места на этой Земле.

— Отправляйся туда, где царит гнев, где царит зависть, где царит злоба, где царит грех.

— Нет, этого слишком мало. Я не смогу там прожить.

— Отправляйся туда, где люди играют в азартные игры, где царит проституция, наркотики.

— Нет, этого недостаточно. Я не смогу так прожить.

— Тогда отправляйся туда, где царит металл, сталь.

— Нет, и этого мне тоже недостаточно.

— Тогда отправляйся туда, где царит золото, нажитое нечестным путем.

— Хорошо, этого мне хватит.

И с тех пор Кали-Юга пребывает во всех этих вещах — в зависти, в злобе, в ненависти, во всех дурных чувствах и мыслях, в страданиях, в металле и в золоте или богатстве, нажитом нечестным путем.

Эти места, качества, или свойства были предоставлены Кали-Юге великим царём из милосердия, из сострадания. Потому что он видел этого несчастного старика с его хромым, безногим быком. И царю хотелось сделать хоть что-то, чтобы помочь ему.



Нынешняя Кали Юга 28-я по счёту. Проходили: Сатья-Юга, Трета-Юга, Двапара-Юга, Кали-Юга и так 27 раз. Сейчас у нас 28-я Кали-Юга.

Россия очень важная страна — «страна Рус», как она называется на хинди. Потому что в 27-ю Двапара-Югу это была Земля Кришны. Он здесь жил со своими друзьями, пас коров. Здесь жили 9000 коров, жили Садху, Риши, которые проводили свои ритуалы, которые проводили здесь ягьи и хаваны.

И те названия, которые здесь остались, появились не просто так. Само слово «Рус», Русская Земля — на хинди оно происходит от слова «Риши», производное от «Риши». В древности это была Земля Риши, страна Садху, Высших Садху. Во время Двапара-Юги эти люди правильным образом совершали тут ягьи и хаваны, делали правильные подношения, и страна изобиловала плодами, необходимыми для подношений, фруктами, овощами, зерном, сахаром, водой — всего здесь было в изобилии. До сих пор мы имеем эти блага как результат той практики. И до сих пор люди в России очень легко чувствуют связь и привязанность к ведической культуре, потому что Земля помнит тот тапас, который делали Риши, Садху, которые жили на этой Земле.

Однако когда началась нынешняя 28-я Кали-Юга, то демонические силы стали брать здесь верх. Садху и Риши были в основном истреблены, а самые мудрые из них ушли в леса, ушли в Гималаи.

Я приезжаю в Россию только по одной причине — потому что чувствую связь с этой Землей. Я понимаю, что здесь есть оставшаяся память от той практики, от того тапаса, от тех ягий и хаван, которые здесь проводились. И я приезжаю для того, чтобы пробудить эту энергию, чтобы опять начать здесь совершать эти практики и церемонии.



Каждая из четырёх Юг имеет свои права и обязанности, и имеет свой облик.

Если в Сатья-Юге просветление занимало многие годы, то в эпоху Кали-Юги вы можете достичь просветления за 24 часа.

Так же можно разделить и сутки. Если вы просыпаетесь утром и занимаетесь медитацией, то это Сатья-Юга, ночь — это время Кали-Юги.

На примере человечества: когда вы счастливы — это Сатья-Юга. Пока вы посвящаете всю жизнь своего тела только тому, что вы едите, — это Трета-Юга. Потом вы пытаетесь достичь чего-либо, что на самом деле не является острой необходимостью или вы не должны этого делать, — это Двапара-Юга. А когда вы заставляете других людей страдать, причиняете им боль — это Кали-Юга.

Все четыре аспекта всегда находятся в вас, их можно познать на примере обычной человеческой жизни. И в ваших силах выбирать, в каком из них вам жить.

То же самое касается основных человеческих чувств, таких как любовь и злость. Злость, соответственно, — это Кали-Юга, а Любовь — Сатья-Юга.

KAPMA



Любовь, служение и помощь — это ключ. Руководствуясь этими тремя словами, вы сможете определить, благое ли вы совершаете дело или нет.



Ваша Душа, ваша Атма, живущая внутри, всегда знает и всегда подскажет, что хорошо, а что плохо; какие дела благие, а какие нет. Если вы посадите манговое дерево, то рано или поздно оно принесёт плоды манго. Если вы посадите дерево с горькими плодами, то через какое-то время вы получите горькие плоды.

Таким образом, надо разумно подходить к тому, какие выполнять дела, какую карму исполнять, как это делать. Исполняя благую карму, занимаясь работой, не следует думать, что одни виды деятельности более важны, чем другие. Возможно, вам покажется что то, что вы делаете важно, а то, что делает кто-то другой — неважно. Но это просто то, в чем заключаются жизненные обязательства, обязанности конкретного человека в этой жизни. И эти обязательства одинаково важны.

Возможно, вам будет дано помогать другим людям через вашу работу, и, таким образом, проявлять добрую карму.



Будете ли вы великим человеком или проживёте простую жизнь; успехи и неудачи зависят от накопленной кармы. Если вы посвятите усилия накоплению благой кармы в этой жизни, тогда, возможно, в следующей жизни вы окажетесь великим человеком.



Для достижения каких-то мирских целей необходимо действие. Нам надо прилагать определённые усилия и совершать действия, карму. Но не в смысле закона причины и следствия, а карма в смысле действия. Нам необходимо выполнять наши кармы.

Для того же, чтобы достичь Всевышнего, нам надо только постоянно направлять свои мысли, своё сердце к Нему. В этом отличие.

Мы имеем право открыто говорить о достижениях или результатах, которых мы добились во внешнем мире. Это нормально и естественно, потому что видно со стороны.

Но о тех результатах или о той практике, усилиях, которые мы предпринимаем на духовном пути, говорить не следует никому и никогда. Это должно делаться за закрытыми дверями. Никто не должен знать, как мы практикуем, во сколько мы практикуем, где мы практикуем, что мы практикуем, кому мы поклоняемся. Это абсолютно личный, закрытый вопрос. Не нужно ни с кем делиться этой информацией. Чем больше вы будете делиться этой информацией, тем меньше будет результатов практики. Закон обратно пропорциональной зависимости. Если вы хотите, чтобы практика была успешна, не делитесь ни с кем этой информацией.



Вы должны перестать думать о тех процессах, о тех событиях, которые вызывают чувство вины. И начать работать, зарабатывать новую карму. Карму, которая будет более чистой и будет ближе к Богу, к Божественной реальности.

Таким образом, вы просто смоете ваше чувство вины. Когда ваша одежда грязная, вы просто берёте мыло и стираете её. То же самое, как с одеждой, когда вы её постирали, и она становится словно бы новая. Точно так же вы сможете заработать себе новую карму, помня про то, что Бог всегда с вами.



Вам дано это тело, это сердце из-за ваших прошлых карм. И из-за благостных карм, которые у вас были в прошлой жизни, вы до сих пор задаётесь этим вопросом.

Вы живёте, находитесь здесь для того, чтобы заново открыть, что всё на самом деле заключено в вас. Вы будете открывать это снова и снова. Попробуйте открыть, найти в себе ту самую энергию и, открыв, найдя её, вы поймёте, зачем вы здесь.



Вы будете продолжать возвращаться на эту Землю снова и снова до тех пор, пока, условно говоря, плохая и хорошая карма не сравняются. Пока карма и а-карма не будут одинаковы. Точно так же как баланс в банке, пока счёт не будет сведён к нулю.

Помимо всего прочего, нас заставляют снова возвращаться сюда, на эту планету, в эту жизнь наши желания. Соответственно, чтобы перестать возвращаться и воплощаться в новом теле, нужно просто перестать желать. Из-за желания, которое не было исполнено в одной жизни, вы заново будете воплощаться, чтобы всё-таки исполнить его до конца.

Желание не родиться вообще не имеет никакого значения для того, чтобы переродиться. Главное — это желание каких-то материальных вещей: машины, денег. Именно желание чего-то материального заставляет нас переродиться вновь и вновь. Поэтому просто захотеть не родиться — не сработает.



В этой жизни у нас есть обязанности и ответственность, это связано с нашей кармой. Необходимо исполнять обязанности, необходимо делать то, что мы должны. Не надо заботиться и задумываться о том, каковы будут результаты этих действий. Если мы должны что-то сделать, нужно действовать, вкладывая в это все силы. А результаты придут в своё время.

Точно так же садовник сажает цветок или растение, а потом терпеливо и долго ухаживает за ним. И не ждёт, что стоит два раза полить — и цветок расцветёт или появится плод. Он терпеливо заботится и ожидает, когда придёт время и созреет плод. Так и вы относитесь к своим обязанностям, к своим кармическим обязательствам в этой жизни. Надо выполнять их терпеливо. Не нужно рассчитывать на плоды действий. Они придут в своё время, когда наступит правильный момент в вашей жизни.

Какую бы работу мы не выполняли, необходимо делать её с сильной волей. Надо вкладывать себя в это и полагать, что результаты работы придут в своё время, своим чередом. Не нужно думать слишком много о том, что получится из ваших действий. Напротив, если мы должны что-то сделать, надо это делать, не думая о результате. А результаты придут в тот момент, когда будет правильное время.



Мы живём на этой Земле не первый раз. Много-много раз мы воплощались в этом мире. Воплощаясь, каждый раз мы совершаем определённые действия и сеем плоды, а сейчас в этой жизни пожинаем их. Всё, что с нами происходит, все печали и радости, есть результат наших действий в предыдущих жизнях.

Господь снабдил человека всей мудростью, всем необходимым знанием кроме одного: Он скрыл от нас знание о наших предыдущих жизнях. Это сделано для того, чтобы у нас не было возможности исправить те оплошности, которые были допущены, и избежать ответственности. Вместо попытки подобного исправления, лучше осознать, что всё, что приходит к нам в этой жизни, есть результат наших собственных действий.

Вместо того чтобы печалиться, например, если к нам пришло что-то печальное и радоваться, потому что к нам пришло что-то радостное, лучше пребывать всегда удовлетворённым — независимо от того пришла к нам печаль или радость. Мы сами запрограммировали себе, чтобы пришла эта печаль или радость. То, что мы получили — это ровно то, к чему стремились. Так не лучше ли порадоваться тому, что мы это получили? Точно также мы программируем или планируем нашу будущую жизнь, когда мы совершаем те или иные действия в жизни. Вы сами можете это видеть.

От наших действий зависит, например, родимся мы в бедной или богатой семье. Вы видите, что есть люди, у которых столько зданий и собственности, столько денег, что они даже не в состоянии позаботиться обо всём, что у них есть. А есть люди, которым нечем прикрыть свою наготу. И это связано напрямую с тем, как они прожили свою прошлую жизнь. Те, кто творили благие дела и те, кто творили неблагие дела, получают по заслугам.

Поэтому стоит позаботиться о своём следующем рождении, о своей следующей жизни уже сейчас. Позаботиться о том, чтобы делать благие дела. Позаботиться о том, чтобы использовать энергию мысли, которая у нас есть, разумным образом.



В нашей жизни мы сталкиваемся с плодами нашей прошлой кармы (праарабдха), накопленной ранее, в своих предыдущих жизнях. И независимо от того, является ли эта карма наказанием для нас или благословением, человек должен пережить то, что он должен пережить.

Независимо от того, какую жизнь ведёт человек в этой жизни, прараабдха, которая была накоплена, должна быть исполнена. В этой жизни вы можете быть садху и вести святую жизнь — это не освобождает вас от ответственности. Вы можете быть простым человеком — с вами будет то же самое.



Используйте свой разум, данный нам Господом, для того, чтобы совершать благие деяния и не совершать дурных. Прежде чем вы совершите какое-то действие, подумайте, поймите, что эти действия дадут определённый результат. Поймите, какой эффект принесёт это действие сейчас, и какие последствия оно принесёт в будущем — какие последствия вас ждут в следующей жизни.

Направляйте свой разум на осознание того, что вы делаете, чтобы эти деяния были благими, а не дурными. Эта способность, это сознание — энергия мысли Шакти, которая называется Ичча Шакти. Используйте её для совершения благих действий.



Иногда нам кажется, что никто не видит и не знает о том, что мы делаем, но это не так. Наша собственная Душа, Атма — бессмертная, единая с Богом — всегда видит и понимает, правильно ли мы поступаем или неправильно. Поэтому, какое бы действие мы ни собирались совершить, мы всегда можем обратиться к Атме, бессмертной Душе, чтобы она подсказала, что сделать хорошо, а что плохо.



Во всех традициях, религиях, во всех священных книгах — почти во всех — говорится о перерождении, говорится о том, что мы рождаемся на этой Земле вновь и вновь. Наша Душа перерождается десятки или сотни тысяч лет. Много-много раз, каждый раз приобретая новое рождение, новое тело.

Отчего это происходит? Оттого, что Душа имеет желания. Соответственно, жизнь даётся Душе для того, чтобы исполнить эти желания. В новой жизни Душа приобретает новые желания и исполняет их в следующей жизни. И так образуется всё больший и больший круговорот, следующие и следующие рождения для того, чтобы исполнить новые желания.

Чтобы обрести освобождение — «мукти», или окончательное освобождение, которое называется «мокша», необходимо избавиться от желаний. В этом случае вы не окажетесь в следующем рождении — вам нечего будет исполнять. Возникнет равновесие между хорошей и плохой кармой, которая была накоплена.

Следующее рождение человека зависит от того, какие деяния он посеял в этой жизни. Тот, кто совершает благие деяния, имеет благую карму, получает более благоприятное рождение. Он рождается в мудрой семье, где у него появляется возможность быстрее осознать Истину, понять, как правильно построить свою жизнь.

Человек, совершающий дурные деяния, ухудшает свою карму и рождается в менее благоприятных условиях, среди существ или людей, у которых нет достаточной мудрости. Он рождается в плохом месте, в плохих обстоятельствах.

Все обстоятельства нашего следующего рождения полностью определяются тем, что называется прарабдха-карма или накопленная предыдущая карма. Место рождения, семья, в которой родился, страна, образ мыслей, родители, которые нас примут, и так далее.

Направьте свои усилия на то чтобы, во-первых, остановить этот поток желаний, а во-вторых, совершать благие деяния. Это делается для того, чтобы следующее ваше рождение было более высоким, более благоприятным.

Если же наоборот совершать дурные дела, которые называются негативной кармой, они приведут к тому, что наше следующее рождение, следующая жизнь будет потрачена впустую. И мы не сможем осознать, оказавшись в неблагоприятных условиях, того, чем нам стоит заниматься.



Если кому-то не нравится слово «карма», то в других традициях это называется «судьба». И большой разницы нет. Если вы хотите, называйте это судьбой. Человек творит свою судьбу через благие или дурные поступки.

РЕЛИГИИ



Я пришёл не для того, чтобы принести какую-то особую религию. Моя религия — это общая религия человечества — просто быть человеком. Будучи человеком, мы уже обладаем всеми необходимыми качествами, чтобы достичь Всевышнего. Это заложено в человеческой природе.



Единственная религия этого мира — человечность. Все религии, принятые в обществе — ислам, христианство, буддизм — это, по сути, пути, а не религии. Тот человек, который следует человечности, будет видеть их как разные пути достижения единой цели.

Тот, кто следует человечности, проявляет такие качества, как сострадание, милосердие, жертвование. Он соблюдает дхарму — космический закон. Дхарму можно уподобить дереву. Тот, кто следует дхарме, человечности, поливает это дерево. Оно будет расти и, в конечном счёте, принесёт плоды, даст тень.

Поэтому людям необходимо следовать главной, основной религии — человечности. Проявлять свои лучшие качества — сострадание, милосердие, любовь, помощь и служение другим. Тогда дерево дхармы будет правильным образом поливаться, удобряться. Наша задача, наш долг — следовать этому и прилагать усилия в этом направлении.



Основополагающие качества, которые лежат в основе любых религий, существующих на Земле — любовь, сострадание и служение.

В любой религии человечества можно найти эти три основных столпа, или основы. Если мы вспомним о Будде, мы увидим, что он нищенствовал, просил милостыню и потом кормил ею людей. Если мы вспомним о Христе, то увидим, как этот человек взял на себя страдания мира, чтобы люди могли уменьшить свои страдания.

Образ жизни, который они вели, нельзя назвать особо привлекательным — это не было ни развлечение, ни удовольствие. Тем не менее, почему-то мы вспоминаем об этих людях, видим их, как образец для подражания и стараемся следовать за ними. Именно потому, что они посвятили свою жизнь Всевышнему, мы и помним о них.



В Библии написано, что Иисус учил ровно тому же: любите, служите, заботьтесь. И истинными христианами являются те, кто себя так ведёт.

Христос на самом деле когда-то был великим мудрецом, святым, который жил в Гималаях. В какой-то момент он увидел, что в том месте, где в будущем родится Иисус, скопилось очень много зла. И он решил родиться в следующей инкарнации в этом месте, в этой семье. Источник его учений также находится в Ведах, потому что в предыдущей жизни он был великим святым.

Таким образом, настоящего христианина легко увидеть по трём признакам — любовь, служение и помощь тем, кто нуждается.



Процесс исследования себя, процесс понимания и осознания себя называется «просветлением». Если вы достигаете его — это то же самое, что служение Богу. Когда человек обретает просветление, по сути, ему уже не нужна никакая религия.

Единственная религия человека просветлённого — это человечность, сострадание, сопереживание другому человеку, умение видеть Божественную сущность в предметах, в людях, которые нас окружают, и служение им, служение частицам Бога.



Нет ничего дурного в том, чтобы интересоваться различными религиозными традициями. Но у человека есть только один ум, и в этом уме может сосредоточиться только одна цель. Если пытаться двигаться одновременно в различных направлениях, то это прямой путь к тому, чтобы потеряться.

Можно представить себе наш путь как путь подъёма в гору, на вершину горы. Гора покрыта лесом, и в этом лесу есть множество тропинок. Все они ведут наверх. Любая тропинка, которую мы выберем, достаточно хороша, чтобы подняться наверх. Но тот, кто будет пытаться идти одновременно по нескольким тропинкам, всё время потратит в блуждании и так и не поднимется до вершины.

Поэтому лучше всего сосредоточиться на каком-то одном пути. Иначе, выбор одновременно нескольких путей приведёт к смущению. И если коротко описать положение такого человека, то он будет чувствовать себя потерянным.



Я избрал своим гуру Мать, Космическую Мать Богиню. И моя религия — это человечность. Для меня не важна форма, не

важен путь, а важна суть человечности. Именно поэтому я всем советую, в первую очередь, следовать человечности, проявлять максимум благих качеств, и всегда и везде призывать Божественную Мать и повторять Её Имя.



Если вы хотите достичь освобождения, то вам нужно следовать четырём великим мудростям — любви, состраданию, служению и помощи. Помимо священной книги Бхагават эта же мудрость может быть найдена в любой священной книге. Её можно найти в Библии, её можно найти в Коране, её можно найти в священных книгах буддистов, её можно найти в священных книгах сикхов.

Главная книга сикхской религии сама по себе является Божеством, которому поклоняются сикхи. Они строго следуют этим четырём истинам. Если вы отправитесь в Гурудвару — сикхский храм — и войдёте туда, то вам надо будет у входа снять обувь и омыть ноги. Когда вы вернётесь обратно, скорее всего, вы увидите, что вашу обувь вымыли и почистили, и вам вернут её чистой. Если вы придёте туда, и они почувствуют, что вы голодны, вас обязательно покормят.

Любой последователь этой религии в своём служении, в своей вере, всегда отдаёт десятину от всех своих доходов на содержание Гурудвары, на дела своей религии. Если он зарабатывает тысячу рупий, значит, 100 рупий он отдаст. Если у него есть 10 мешков зерна, значит, один мешок он принесёт в Гурудвару.

Если вы посмотрите, как живет сикхское сообщество во всём мире, то обнаружите, что оно процветает. Это одно из самых быстрорастущих сообществ, с точки зрения мирского процветания в том числе. Почему это происходит? Потому что эти люди следуют священному закону.



В христианстве есть Иисус, у него столько было проблем. Его постоянно наказывали, всё время причиняли боль, но он не потерял свою веру. Он постоянно молился Богу и даже говорил: «Прости их, Господи, ибо не ведают они, что творят».

Держитесь за Бога так же как Иисус. И никогда не теряйте свою веру, потому что проблемы сегодня есть, а завтра их нет. А через некоторое время может появиться другая проблема. По-разному может быть. Поэтому никогда не надо терять веру в Бога, никогда. Ведь это самое главное, это — Истина.



Шива — это дом, где живёт Шакти. Шакти живёт в Шиве. Шива — верховный очиститель. Он очищает человеческую Душу на протяжении жизни, и в момент смерти он забирает её к себе, выше. Главная его миссия — очищение.



Нет разницы между двайтой и адвайтой — это всё восприятие. Если у вас десять свечей горит или одна, пламя не меняется. Оно остается одним и тем же по качеству и по составу. Всё есть восприятие.

Адвайта и двайта — это всё одно, единое. Так же как если пламя свечи горит в одной или в десяти свечках, это один и тот же огонь. Вы можете воспринимать его как двойственное знание или как недвойственное — в зависимости от восприятия. А по сути это всё один и тот же огонь.

Брахма — един. Вы не можете сказать, что есть два Брахмы. Есть только один Брахма — творец. Вопрос выбора — вы можете выбирать или идти путем двойственности, то есть разделять Бога и себя, или путем единства и недвойственности. Это Ваш свободный выбор. В двайте — двойственных практиках — как

будто больше вкуса, а адвайта — бесформенная, там нет вкуса. Поэтому склонности человека определяют выбор его пути.

Но в конце пути вы придёте к одному и тому же. Окончание пути одинаково для обоих подходов — адвайты или двайты. Каждый может выбрать свой путь. Сейчас лучше заниматься двайтой, потому что там есть вкус, там вы можете поклоняться Богу и воспевать Святые Имена, там человек использует свои чувства, чтобы служить Богу. Можно очень быстро достигнуть мокши, освобождения, это путь более легкий.

Адвайта — более скучный путь и очень строгий. К примеру, вам надо переправиться через реку. Вы можете это сделать на лодке или самим переплыть реку. Когда мы плывём сами, то это адвайта. А когда переправляемся на лодке — это двайта: есть я и Бог. И с помощью Бога можно получить мокшу. Поэтому путь адвайты сложнее — человек сам тратит свои силы, чтобы пересечь через реку. Бывает, он начинает этим гордиться.

Есть такой великий гуру Ади Шанкарачарья. Он учил философии адвайты. Но, с другой стороны, он писал молитвы для разных Богов. И он создал храм, который называется Бадринатх, где молятся Вишну, и храм Кидарнатх в Гималаях. Кроме того, он написал два текста «Саундарья Лахарья» и «Трипура Сундари», где описывал, как поклоняться Богам, мантры. То есть Шанкарачарья совмещал адвайта веданту и двайта веданту.

Адвайта — более сложный путь. С одной стороны человек должен чувствовать, что нет границы, что он и Бог — едины. Но с другой стороны, он ведёт обычный образ жизни, он чувствует голод, у него возникают какие-то проблемы. Все чувства появляются, проблемы появляются. Поэтому ему трудно.

Двойственный путь легче, потому что человек может свои проблемы отдать Богу.



Когда появилась Земля, не было никакого сикхизма, буддизма, христианства, потом появились Учителя. Когда Земля исчезнет, то после этого тоже не будет ни буддизма, ни кришнаизма — ничего. Останется только Джива, только Бессмертная Вечная Душа, которая едина с Богом.

Учителя время от времени приходят на Землю, чтобы создать условия для покоя, мира, счастья, процветания людей. Нужно иметь в виду, что это всё временно, всё будет снесено временем. Нужно искать бессмертное, нужно искать Душу, которая преодолевает даже разрушение планеты.



Мы люди, и единственная наша религия — это человечность. Основная цель нашей религии — это сострадание по отношению к другим людям.



Адвайта — это то, что не имеет формы, то, что не является ничем. Поэтому при распространении, при популяризации этого движения смысл теряется. Адвайта — не есть знание, адвайта — не есть какое-то направление. Основное значение адвайты — ничто. Адвайте невозможно дать определение. С того момента, как вы начинаете давать и подыскивать определения для адвайты, она перестаёт ею быть.

Душа, которая находится в вас — это и есть адвайта. Душа не имеет формы. Душу невозможно представить как какую-то зрительно-осязаемую форму. Вы можете почувствовать руки, вы можете почувствовать тело. Если обожжётесь, вы почувствуете боль. А вот Душа, которая находится в нас, это и есть адвайта. Душа — это то, что и является, по сути, бесформенным, не имеет формы как таковой.

Адвайта была представлена одним из древних святых. По сути, практика адвайты обозначает отказ от всего того, что вы имеете. То есть практиковать адвайту может тот человек, у которого нет ничего — нет ни семьи, ни детей, ни близких. По сути, это должен быть человек, у которого нет тела, потому что адвайта — это ничто. Адвайта — это отсутствие формы. Только такой человек может практиковать адвайту. А в общем и целом для людей, для обычных людей это очень трудно.

Тогда зачем вы занимаетесь адвайтой, если даже не знаете, что это такое? Если вы не понимаете что это такое? Гораздо проще, легче и намного эффективнее молиться. Произносить Имя Бога и искать это начало в самом себе. Это проще, безопаснее и значительно быстрее приведёт вас по дороге к Богу.



В буддизме, как и во многих других религиях, существует определённое, достаточно большое количество тантрических практик, которые позволяют переносить свою Душу в потусторонние предметы, животных, птиц и т. д. Такие практики существуют и в других религиях. Кроме того, в буддизме так же, как и во многих других религиях, существует определённая традиция, в том числе и захоронения. Например, у них существуют свои, подобные нашим, монастыри и места почитания.

Но почему вы всё ещё пытаетесь понять какие-то другие религии, других людей, почему вы копаетесь в религиях других людей и в том, как люди относятся к Богу? Почему вместо этого вы не начнёте копать в себе, пытаться в себе найти реализацию и прийти к осознанию своего внутреннего «Я»? Зачем вдаваться в другие религии или в религию других людей, в верования других людей, если главное, что нужно сделать — это начать с себя? Начните с осмысления своей сущности и осмысления своего пути, с того, что внутри именно у вас.

Другие религии — это другие религии, другие люди — это другие люди, это их жизнь, их карма, их путь. Вы должны обратить своё внимание, в первую очередь, внутрь себя и на себя, на свой путь к Богу, а не пытаться понять или проанализировать чужие пути.

Когда вы познаете себя, когда вы сможете понять свою внутреннюю сущность, тогда вам будут открыты все религии, сути всех людей. В первую очередь познайте себя — и все религии, все направления откроются вам.



В любой религии основным является человечность. Все религии, которые существуют на Земле, в нашем мире — это всего лишь пути к основной религии, человечности, и ко Вселенской Душе. Поэтому не стоит менять свою религию. Лучше находиться в пределах той религии, которая является основной в вашей стране, в той религии, где вы были рождены.

Любой переход в другую религию сопровождается фактором страха того, что вы сделаете что-то не так. В религии, в которой вы были рождены и воспитаны, вы знаете правила, обязанности, знаете, что и как делать, что является правильным или неправильным согласно её канонам. При переходе в другую религию вы не знаете досконально её правила. Вы не знаете жизнь изнутри именно той религии.

Несмотря на тот факт, что когда вы узнаете о той религии, вам она нравится и вы верите в то, что она для вас чуть ли не идеальна, при переходе туда всё равно остаётся фактор страха сделать ошибку где-то и в чём-то. И под влиянием этого фактора вы будете совершать ошибки. Рано или поздно, скорее всего, вы захотите вернуться назад к своей старой религии.

Чтобы не происходило таких скачков, лучше оставаться в пределах и в рамках той религии, где вы были рождены или

которую вы сами выбрали. Потому что результатом, конечной целью любой религии всё равно является одно — человечность.



Если вы посмотрите на путь любой религии, на путь индуизма, буддизма, мусульманства, христианства, вы обнаружите, что молитва является центром и самым важным элементом. Постоянно говорится о том, что необходимо молиться, необходимо благодарить Бога. Христос говорил, например, о том, что «если вы будете молиться Мне, то Я моментально принесу ваши молитвы к Отцу Небесному, и Он позаботится о вас».



Все религии, так или иначе, произошли из Вечного Закона, и рано или поздно все они к нему вернуться. Всякий раз, когда на Земле происходит нарушение или ослабление исполнения людьми этого закона, происходит воплощение — Господь рождается на Земле для того, чтобы напомнить людям о необходимости следовать Вечному Закону.



Во всех религиях будь то христианство, ислам, буддизм, есть теория о том, что свет находится внутри нас. Если все религии говорят о том, что в нас есть свет, соответственно, мы не должны прекращать поиск этого света. Поиск света внутри себя, поиск себя должен быть постоянным.

Если все религии говорят о том, что в вас есть свет, то значит, он существует. А если он существует, то вы должны найти его внутри себя. Вы должны постоянно продолжать самоисследование — в поиске света и в поиске себя. Вы должны верить в ваш поиск.



Религии — это всего лишь пути к Вечной Душе. Люди издревле изобрели несколько путей. Вы просто выбираете свой путь и идёте. Да, возможно сочетание этих путей. Господь послал всех людей в мир, и все люди в основном одинаковые. У нас у всех два глаза, нос, рот, уши, приблизительно одинаковые части тела. Господь послал всех нас на Землю одинаковыми. Это уже мы, люди, придумали разные религии, разные направления.

Конечная цель у всех религий одна — это слияние и достижение Великой, Вечной, Вселенской Души. Поэтому, несмотря на выбор религии, основные принципы везде одни — мы должны совершать только хорошие поступки и, соответственно, избегать плохих дел. Невзирая на выбор религии, мы все равно идём к одной и той же цели, к одной и той же Вселенской Душе. Единственная религия, конечная религия — человечность.

Человечность — это религия людей. Нет разницы между человеческими существами. Мы все состоим из пяти элементов, в конце концов, распадаемся на эти пять элементов. То, как мы видим солнце и воду, для всех одинаково. Поэтому нет разницы между людьми, соответственно, нет разницы между религиями.



В нашем мире много богов и богинь, но выбрать мы должны одно Имя. Выбор зависит только от нас — мы просто должны почувствовать, какое Имя наше.

Выбрав одно Имя, повторяя одно Имя Бога, мы в этом образе будем видеть всех других богов, которые находятся в нашем мире. Например, люди, которые выбрали Кришну, даже в образе Иисуса Христа будут видеть Кришну, хотя всё

равно это та же самая Вечная Вселенская Душа, к которой мы идём.

Все боги, чьи образы у нас существуют, были созданы с течением времени именно в нашем мире. Поэтому, какое бы Имя вы не выбрали для себя, конечная цель одна — Вселенская Душа.

Выбирая Имя одного Бога, в этом времени, в его Имени вы всё равно будете видеть всех богов и богинь, которые существуют на планете. И именно через повторение одного и того же Имени Бога, вы идёте всё к той же Вселенской Душе.



Любое Имя обладает своей энергией, своей связью с Богом. Если вы выбираете какое-то Имя, вы просто идёте по пути этого Имени. И точно также нет какой-либо определённой мантры, которая больше или меньше приблизила бы вас к Богу. Просто со временем, повторяя одно и то же Имя, вы будете приближаться к Вечной Душе. И в каждом Имени, в каждом предмете, которые окружают вас, вы начнёте видеть энергию Вечной Души.

Со временем, повторяя Имя, вы начнёте видеть перед собой образ. В этом образе Вечной Души вы сможете почувствовать все Имена. Точно так же как вы не можете почувствовать запах цветка, не приблизившись к нему, так, не приблизившись к Вечной Душе, вы не сможете увидеть её образ. Нет одного какого-то специального Имени или мантры, которая приблизит вас к ней. Они все одинаковы. Каждое слово, каждое Имя несёт в себе Божественную энергию.



Разделение энергии на мужскую и женскую было придумано уже здесь нами, людьми. А по сути, это одно и то же. Что Божественная Мать, что Божественный Отец — энергия будет абсолютно одна и та же.

Просто какие-то Великие Души, которые жили в нашем мире, видели эту Божественную энергию в её мужском аспекте, например, Иисус Христос. Другие же видели женский аспект, материнский аспект. Кто-то видит Божественного Отца, кто-то видит Божественную Мать. Но это не меняет того факта, что энергия остаётся одной и той же. Выбор — за вами.



Откройте любую священную книгу, любое священное писание, и вы обнаружите, что достижение духовного совершенства и слияния с Божественным требует борьбы, усилий. Для того чтобы достичь просветления, необходимо многим пожертвовать. Христос испытал страдания и, в конце концов, крестную смерть. В этом образ и образец того, сколь многим человек должен пожертвовать для достижения Божественного.

Будда оставил своё царство, оставил всё, что у него было. Он углубился в лес, провёл там много времени в весьма непростых условиях и так же испытывал там серьезные страдания для того, чтобы, в конце концов, достичь просветления под деревом бодхи. Ровно так же любой человек, который хочет достичь просветления, должен отказаться или пожертвовать вещами материального мира.

Сейчас очень распространилось материалистическое представление о просветлении, о духовности. Человеку кажется, что просветление или Бог — это что-то, что надо только пожелать. Ты хочешь, чтобы это пришло — и рано или поздно ты это получишь, так же как и другие желания. Это не так. Необходима жертва.



Бхагавад Гита не имеет отношения ни к какой религии. Это просто свод правил, качеств и образа поведения, которых должен придерживаться практикующий. Если вы начнёте

читать Бхагавад Гиту, вы быстро поймёте, что она не привязана к какой-то одной религии. Она имеет отношение к любой религии и к любому пути.

Так что если вы хотите стать настоящим садхаком, практикующим, то это очень хорошее чтение. Но надо не только читать, но и следовать тому, что написано.



Есть три главные ценности — любовь, сострадание и служение. Эти три ценности являются религией в истинном смысле слова. Если вы откроете Коран или Библию, или любую священную книгу индуизма, вы найдёте там эти три основных кита. Это есть и в буддизме, и везде.

Если в вас нет этих трёх вещей, то вас нельзя назвать религиозным или верующим человеком. Это всё игра. А если в вас это есть, тогда неважно, каким путём вы идёте, какую веру исповедуете.

Но если у вас есть любовь, сострадание и служение — реальные, действительные — тогда можно назвать вас практиком или религиозным, верующим человеком.



Когда на Земле воплотился Будда — одно из воплощений Вишну — Божественных энергий почти не осталось, везде совершали демонические службы. И Будда, когда ходил по Земле, подметал перед собой метёлочкой дорогу. Люди спросили его, зачем он это делает. Он ответил: «Для того чтобы случайно не нанести вред ни одному живому существу, не наступить ни на кого. Вы, люди, совершаете свои демонические ритуалы, чтобы причинять вред живым существам. Вместо этого вам следует стремиться к тому, чтобы никому не причинить зла».

Свами Ванкханди



Любовь — ядро и центр любой религии, любой веры и любого пути. Есть всего одна религиозная традиция, и это религия человечности.

ПУТЬ ЖИЗНИ



Мой Путь — это бхакти-йога. Я изучил Священные тексты индуизма, а также многих других религий. Я изучал Библию, Коран, много других писаний и пришёл к выводу, что в этой жизни единственное, что может принести успех в духовном развитии — это путь поклонения, путь бхакти-йоги.

Я не создал никакого собственного пути, никакой собственной линии. Единственное, чем нужно заниматься — поклонением, бхакти-йогой. В современной жизни, в этом мире и в эту эпоху — это самый лучший и самый короткий путь.

Цель/смысл жизни



Человеческая жизнь — сама по себе тайна, загадка. И мы рождаемся, чтобы разгадать эту загадку, узнать смысл этой тайны. Мы рождаемся, чтобы найти путь обратно, домой. Вместо этого мы начинаем увлекаться вещами этого мира — материальными предметами. Мы начинаем заботиться о приобретении домов, машин, всего остального, и забываем о своём истинном предназначении — вернуться домой.



Цель, смысл вашей жизни заключается в том, чтобы встретиться с Вселенской Душой. Вы здесь сейчас в этом теле из-за той кармы, которую наработали в предыдущих жизнях. И сейчас вам дано это тело, эта жизнь, чтобы попробовать ещё раз вернуться к Вселенской Душе. И заработать ту карму, которая помогла бы вам в конце жизни, освободившись от всех желаний и стремлений, слиться с Единой Душой. Это единственная цель, которая есть.



Предназначение человека на Земле — заботиться обо всём живом: о растениях, о животных, о других людях, проявлять сострадание и любовь ко всякому живому существу, которое есть на этой планете. В проявлении заботы

и сострадания — единственная причина существования человечества, единственная цель.



Смысл человеческой жизни в выработке трёх качеств — любви, сострадания и служения (помощи). Человек рождается только для того, чтобы поддерживать эту планету, все живые существа на ней, для того, чтобы служить и помогать им, делая это с любовью и добротой.

Человеком мы можем назвать только того, кто живёт для других, кто живёт, чтобы помогать другим. Такого человека мы можем назвать человеческим. Если человек живёт лишь для себя, то он бесчеловечен.



Мы должны делать добрые дела, не врать другим, выполнять искренне свой долг, но при этом не забывать Бога. Мы должны любить Природу и всех живых существ, кормить, помогать им. И когда-нибудь они тоже родятся людьми.

Рождение человеком очень ценно. Только будучи человеком можно выйти из цикла перерождений. Но при любой деятельности надо не забывать Бога, молиться Ему.



Жизнь человеческая подобна океану — океану боли и страдания. Для того чтобы не утонуть в этой боли и страдании, мы всё время прилагаем усилия подобно пловцу. Но стоит ему прекратить двигаться, как он сразу утонет. Когда мы начинаем практику мантры, практику произнесения Имени, джапы, она начинает высушивать этот океан.

Это не дело двух минут или дней. Чтобы высушить океан страданий, требуется длительное постоянное усилие. Но когда

мантра постепенно высушит океан, мы почувствуем твёрдую почву под ногами. Нам не нужно больше прилагать усилия, чтобы преодолеть страдания — мы увидели Истину, ощутили Мир и Свет.



Наши обязанности — это и есть наши дела, обязательства по отношению к своей семье. Жить праведной жизнью — это и есть наша цель, это основное.

Неважно, какая у нас работа, мы должны продолжать её делать. Мы должны быть человечными. Если кому-то нужна наша помощь, мы должны помочь. Не делать другим плохо — неважно, в какой ситуации.

Всё это и есть наши основные дела. Поэтому мы тут и родились.



Единственное время в человеческой жизни может быть названо успешным, если оно посвящено Всевышнему. Можно сказать, что человек достигает успеха в своей жизни, когда он возвращается к Всевышнему. Если мы этого не делаем, то теряем время своей жизни впустую.



Не надо думать о том, как хорошо быть богатым и плохо быть бедным, или стремиться к тому, чего у вас нет. Нужно быть удовлетворённым тем, что вы имеете.

Вы имеете то, что было результатом вашей предыдущей накопленной кармы. Если, например, богач наслаждается своим богатством и не тратит деньги на помощь бедным, то в следующей жизни он родится абсолютно нищим. Или бедняк, который довольствуется тем, что у него есть, и старается даже из тех немногих денег, что имеет, помогать

другим, есть шанс, что он родится сверхбогатым в следующей жизни.

Наша жизнь и наше рождение, которое мы получаем, зависит от наших действий — вот о чём нужно заботиться, а не о том, чтобы получить всё больше и больше.

Довольствуйтесь тем, что есть, ведите простой образ жизни без излишеств и не забывайте про повторение Святого Имени — именно это может привести вас к освобождению.



Цель человеческой жизни в том, чтобы увидеть Свет в себе. Этот Свет и есть ваша Душа.



Смысл жизни — взять Имя Бога. Он тебе дал эту жизнь — возьми Его Имя. Взять Имя буквально — это пропевать Имя. Причём пропевать его с любовью, потому что Господь — это тот, кто дал тебе всё: твой ум, твоё сердце, твою жизнь. Пропевать Его Имя с любовью — вот зачем ты сюда пришёл.

Отношения, семья и дети



В паре люди должны думать не одинаково, а в единстве. Их процессы мышления не должны противоречить друг другу в том, как они думают, как воспринимают мир. Если их мировоззрение будет единым, общим, тогда они преодолют негативную карму друг друга и помогут друг другу. А если они будут думать и, соответственно, действовать по-разному, тогда это невозможно.



Тот человек, о котором вы думаете больше всего, который находится в ваших мыслях, к кому лежит ваша Душа — именно этот человек должен стать вашим. Мы все здесь люди, но вы не можете быть с каждым из нас. Вы должны выбрать того самого человека, который будет именно вашим.

Как правило, когда два человека встречаются, то связь между ними возникает практически мгновенно, а в мыслях мы это осознаём чуть позже. Из-за этого возникают все наши страдания, переживания, потому что сначала возникает эта связь, а потом уже мы пытаемся проанализировать, осознать. Сначала надо осознать это в мыслях, а потом уже идти на более близкие отношения.



Просветления, пробуждения, близости к Высшему можно достичь, живя в семье, в социуме. Главное — проявлять те качества, о которых уже было сказано. И настроить себя так, что вы служите Богу, находясь в семье.

Потому что Бог находится везде. Самое главное — проявлять человечность, сострадание, любовь, помощь другим, видя Бога во всём, и в своей семье в том числе.

Важно делать практику каждодневно. Регулярность должна быть — утренняя и вечерняя практика. Тогда получится так, что вы будете жить в семье как йогин-домохозяин.



Единственная цель мужчины и женщины — это делать друг друга счастливее, спокойнее, успокаивать и приносить друг другу счастье.



Если на пути к Богу вы понимаете, что вам не нужен партнёр, то это абсолютно нормально. Необязательно выходить замуж или жениться, такого условия нет.

Если вы чувствуете, что на пути к Богу, на пути к просветлению вам нужен муж или жена, то, соответственно, вы выходите замуж или женитесь. Если нет, то идете к Богу один.



Если мы привязываемся к какому-либо человеку, то в первую очередь это означает, что мы чего-то от него ожидаем. Есть какая-то наша цель. Соответственно, мы ставим человеку условия, а это уже нельзя назвать безусловной любовью.

Любить же надо всех безусловно, в равной степени, и не выстраивать каких-либо линий, которые бы привязали вас

к человеку. Безусловная любовь — это любовь без условий, когда вы не ожидаете от человека ничего.



Любовь не может быть препятствием. Любовь — не препятствие. Если вы любите своих детей, это ни в коем случае не препятствует любви к Богу. Если вы любите Бога, вы любите всё.



Чувство мести в любых ситуациях не должно иметь место. Даже если вы недостаточно физически сильны, вы должны найти в себе внутреннюю силу, которая не позволит вам мстить людям, причинившим вам когда-то плохое. В первую очередь ищите в себе внутренние силы, которые помогут вам даже не думать о мести.

Способ открыть внутреннюю силу — молитва. Тогда, по крайней мере, два раза в день в ваших мыслях будет Вечная Душа, хотя бы утром и вечером. И просите Бога дать вам эту внутреннюю силу.



С древних времен матери с раннего возраста рассказывали детям истории о великих людях, о святых, о мудрецах, о других духовных подвижниках, о героях, которые делали что-то великое или принесли какое-то большое благо человечеству. В наше же время этого нет, матери просто дают мобильный телефон ребёнку, и он воспитывается на этом. Очень будет благоприятно, если такая практика вернётся в жизнь. И матери будут с раннего возраста закладывать эти ценности. Рассказывать какие-то истории о великих людях, о Великих Душах. Тогда ребёнок, впитывая это, будет автоматически стремиться становиться таким же и в конечном итоге проявит эти качества человечности.

Есть молитва на санскрите, молитва к Высшему, которая начинается словами «Ты моя Мать, ты мой Отец...». И мы можем увидеть, что мать в этой молитве стоит на первом месте, до отца и всего остального. Мать в жизни каждого человека, каждого ребёнка является самым первым учителем и первым Гуру. Она передаёт ему все знания постепенно. И всё, что мать делает в присутствии ребёнка, в его память попадает автоматически, вне зависимости от возраста, даже если ему неделя или месяц. Это всё автоматически записывается.

Поэтому очень важно, чтобы мать проявляла максимум благих качеств и благих действий, обучала ребёнка именно этому. Если она будет помогать другим или служить им, то ребёнок автоматически, видя это, будет понимать, что служение и помощь другим — это хорошо. Если мать будет говорить хорошие слова о других, не будет говорить чего-то плохого, сквернословить, то ребёнок также будет запоминать, что это хорошо. Он будет это впитывать.

Именно через мать ребенок получает всю информацию. Для матери очень важно проявлять максимум благих качеств и учить ребенка человечности с самого раннего возраста.



Самое правильное, что может сделать мать по отношению к ребенку — это читать ему истории о Великих Душах, которые посещали Землю, биографии Святых, Просветлённых, которые жили на Земле. Важно, чтобы дети знали, что есть такой путь, чтобы в детях, слушающих эти истории, вырастали качества любви и помощи.

Именно таким образом общество становится более любящим и более поддерживающим друг друга. И вся жизнь на Земле становится наполненной большим количеством любви, большим количеством поддержки.



Совершенно естественно для мамы любить ребенка и воспитывать его. Никакого страха не должно быть. Мама должна воспитывать ребенка так же, как садовник выращивает дерево. Он заботится о нём, поливает, подрезает веточки, делает всё необходимое, чтобы дерево благополучно росло и развивалось. Это долг. Есть понятие материнского долга. Мама должна выполнять долг по отношению к ребенку, делать всё, что нужно.

Кроме того, есть карма ребёнка, которая сама осуществляется через отношение мамы и дитя. Принимая всё это во внимание, никакой специальной мантры и тайной техники нет. Нужно спокойно без страха, так же как садовник заботится о растении, выращивать ребенка и делать всё необходимое.



Никогда нельзя насильно толкать ребенка в сторону духовности. Двигается он по духовному пути или не движется, зависит от кармы предыдущих жизней, а над этим родители не властны. В одной и той же семье один ребенок может пойти по пути духовности, а другой нет — это совершенно обычная история, которая не зависит от воли родителей или их намерений.



Маленькие дети обладают верой, они ещё помнят Бога, и в них проявлен Гопала, Вишну в форме Гопалы. Дети часто до трёх, четырёх, пяти лет помнят свои предыдущие рождения, в них присутствует Господь. Но потом они становятся старше, и в них начинает развиваться чувство «я», появляется «я хочу».

По мере того, как возрастает чувство «я», в ребенке становится всё меньше присутствия Бога, убывает Божественное Присутствие. Постепенно он забывает о том, кем он был в прошлых жизнях.

Свами Ванкханди

Но когда мы обращаемся к практике повторения Священного Имени, мы можем вернуться в то состояние и вспомнить, кто мы есть, вспомнить, кем мы были.

КАЧЕСТВА И ЭМОЦИИ



Есть четыре качества, которыми должен обладать духовный искатель. И если он обладает этими качествами, то Господь сам найдёт его и очень быстро придёт к нему.

Каковы эти качества? Первое — это любовь. Второе — сострадание. Третье — готовность к самопожертвованию. Четвёртое — щедрость. Щедрость не только в отношении материальных вещей, но и духовных, готовность делиться и отдавать, чтобы к вам не приходило. Путь для искателя, который обладает этими качествами и в котором сильна вера во Всевышнего, будет лёгким. Господь найдёт его сам.



Простота — то качество, которое нужно использовать. Будьте простыми с людьми, не пытайтесь усложнить ваши отношения, не пытайтесь причинить боль другому человеку своими действиями, словами или мыслями. Нужно относиться ко всем одинаково ровно и одинаково просто.

Возьмём семя дерева. Если мы на него посмотрим, то не увидим дерево, и даже наука не сможет дерево в нём разглядеть. Однако если бросить его в землю и ухаживать за ним, то со временем дерево вырастет. Точно также и в каждом из нас есть Душа, есть Атман. Эта Душа, это семя, из которого может вырасти единство с Богом, одинаково во всех. Именно поэтому нужно относиться ко всем просто, одинаково.

Сила, которая позволяет Душе или этому семени вырасти и соединить нас с Всевышним — это Ма. Ма, которая окружает нас, находится повсюду, пронизывая всю Вселенную. Она находится в каждой Душе.

Если мы хотим приблизиться к Всевышнему, то нужно относиться к друг другу просто, с уважением и важно не причинять боль другим существам. Самое лучшее по отношению к другим — это служение. Если мы будем служить и помогать другим, и будем делать это бескорыстно, то такие деяния наиболее благоприятны для того, чтобы приблизиться к Всевышнему. Поэтому развивайте в себе два качества — качество простоты и качество бескорыстной помощи.



Если вы испытываете какие-то агрессивные чувства или мысли, или желания агрессии, то в этом случае наилучший совет — это мауна, полное молчание внутри и снаружи. Если есть внешняя агрессия, и желание проявить ответную агрессию, то лучше уйти из того места, где вы находитесь.

Внешняя агрессия, которую проявляют по отношению к вам, — не ваша проблема, а проблема того человека, который её проявляет. Наилучшим ответом будет также мауна — полное внутреннее и внешнее молчание. Человек пожнёт свою карму, и вы не сможете это изменить. Еще важный момент — тут же забыть об этом. Не накапливать негативных впечатлений.



Любое желание неизбежно приводит к жадности. А жадность приводит к греху, который порождает неблагую карму. И следующее перерождение оказывается менее благоприятным — вы не приближаетесь к Всевышнему, а наоборот, отдаляетесь от Него. Не плодя желаний, мы улучшаем свою карму и приближаемся к Всевышнему.

Если вы уничтожите желания, то всё остальное можете оставить на волю Всевышнего, и Всевышний позаботится о вас. Единственное, что это потребует некоторого времени. Вам необходимо установить отношения. А отношения устанавливаются благодаря постоянному повторению Имени Всевышнего в любой форме, в которой вам это удобней. Но постоянно. В тот момент, когда отношения установятся, вы получите ответ.



Основное качество, которое позволяет сохранить энергию — это терпение, прежде всего, в практике, а потом и во всех делах, во всей своей жизни. Например, надо учиться вести себя терпеливо с людьми, с которыми мы общаемся. Не позволять себе проявлять гнев, негативные эмоции по отношению к людям, не использовать дурные слова. Не позволять себе плохие мысли по отношению к окружающим.

Мы просто не представляем, какое огромное количество энергии мы теряем из-за негативных проявлений. Поэтому главное — терпение.

И второе — для того чтобы сохранять энергию, надо относиться ко всем с любовью, вырабатывать в себе сострадательное и доброе отношения к окружающим, стараться служить и помогать людям.



Качество сострадания есть в каждом из нас. Это дар Бога, присутствующий у нас внутри. Прежде всего, чтобы развить сострадание, необходимо прекратить причинять боль окружающим, поскольку сострадание — прямо противоположно причинению боли.

Нужно проявлять сострадание в своих поступках. Если вы видите растение, цветочек, например, в горшке, который нуждается в воде, то проявить сострадание — это взять воду

и полить цветочек. Если вы видите человека, который нуждается в какой-то помощи, надо подойти и оказать ему помощь. Так вы проявите сострадание.

Избегая причинения боли, останавливая себя от этого и совершая дела сострадания, вы будете развивать качество, которое заложено внутри.



Нам свойственны определённые негативные качества, негативные привычки. Причины, по которым мы не избавляемся от этих привычек и качеств — недостаток старания, недостаток усердия, либо недостаток знания. Большинство людей не могут достичь счастья именно из-за того, что их ум и сердце обременены негативными качествами.



Есть множество вещей, которые должен избегать практикующий. Но среди них есть три наиболее важные вещи, которых нужно избегать в практике и в жизни. Первое — эгоизм, второе — гнев и третье — это лживость, неправдивость. Подобно тому, как огонь пожирает дрова, точно так же эти три качества пожирают плоды и результаты практики. Так что практикующий должен избегать, прежде всего, этих трёх вещей.



Век любого живого существа и век человека измеряются не днями, месяцами и годами, а измеряются дыханиями. Каждому человеку при рождении отводится определённое количество дыханий. Это же касается и воды, которую мы пьём, и еды, которую съедаем. Есть некоторая мера, которая выделена для каждого в этой жизни.

Поэтому очень важно экономно или уравновешенно пить, уравновешенно питаться и, если мы хотим жить дольше,

необходимо также уравновешенно дышать. В частности, три препятствия практики, уничтожающие результаты, — гнев, эгоизм, лживость — также приводят к тому, что мы начинаем дышать чаще и сокращаем свои дни.



Необходимо следовать человечности, проявлять качества сострадания, милосердия, любви, помощи другим. Их нужно выражать на трёх уровнях — на уровне слов, поступков и разума.

Если мы будем на уровне слов проявлять любовь, теплоту, понимание, гармоничность вместо того, чтобы говорить плохие слова, обижать кого-то — это принесёт пользу как другим людям, так и нам. Если же мы будем говорить резкие, плохие слова — это постепенно перерастёт в насилие. Здесь корень конфликта между людьми.

Так же нужно и в своих поступках выражать ценности человечности — помогать другим, служить всем по мере возможности, вместо того, чтобы совершать какие-то жестокие, разобщающие действия, которые в конечном итоге приведут к конфликтам, войнам, насилию.



Эгоизм проявляется через управление другими людьми или влияние на других, когда вы проецируете свою силу, энергию для того, чтобы повлиять на них. Эгоизм проявляется, когда вы причиняете боль другим людям. Эгоизм проявляется, когда вы пытаетесь получить нечто, используя другого человека, заставляя его действовать в своих интересах.



В момент, когда возникает гнев, надо хранить тишину, молчание. Гнев возрастает от выражения. Если в процессе

взаимодействия с другим человеком, во время спора, разговора или ссоры возникает гнев, то лучше всего замолчать.

Причина гнева в том, что вы не получаете то, что хотите. Поэтому совет — принести это в жертву. Понять, что вам не дают, и пожертвовать этим.



Главный враг духовно-практикующего — это лень. Пока вы не избавитесь от лени, пока вы не изгоните лень из своего физического тела, ни о какой практике не может быть и речи. Нужно сначала очистить себя от лени.

Второе препятствие, на которое важно обратить внимание — очищение сердца. Необходимо очистить своё сердце пропеванием Святых Имен. Очистить его от негативных, абсурдных и бессмысленных мыслей.

Наше сознание загромождено абсурдными мыслями. Это вопрос отсутствия пространства, куда могла бы попасть правильная информация.



Очень важно сдерживать свой голос, когда мы хотим сказать что-то, что может причинить боль другому. Если вы причините боль действием, это не так страшно. Человек, скорее всего, вас простит или забудет. Но если вы причините боль словами, то это несёт гораздо больший вред тому человеку и вам.



Чтобы ни случилось в нашей жизни, какие бы обстоятельства или удары судьбы нас не встречали, какие бы неожиданности не подстерегали — всё это результат нашей кармы, накопленной за многие-многие жизни. Какие бы события не происходили в текущей жизни — всё это проявления семян, которые были посеяны в прошлом. Если люди обращаются

с нами с уважением — это результат посеянных в прошлом семян. Если они обращаются с нами без уважения — это тоже результат посеянных семян. Если люди делают нам добро, и мы счастливы, или люди делают то, что нам кажется злом, и мы несчастны, это тоже результат наших собственных действий в прошлом.

Таким же образом мы сейчас сеем семена, урожай которых мы пожнём в будущем — в процессе этой жизни или в следующей жизни. Мы так же получим проблемы в будущем, если мы что-то делаем неправильно сейчас. И наоборот, мы получим благие результаты, благие отношения, если будем сейчас правильно закладывать фундамент.

Таким образом, человек оказывается полностью ответственным за всё, что с ним происходит. Правильное отношение ко всему, что происходит — принимать это с удовлетворением и счастьем, потому что Господь создал нас счастливыми. Господь создал нас довольными жизнью.



Смирение приходит из сострадания. Если в человеке есть сострадание, и если он способен видеть в каждом Бесконечного, то он приобретает смирение. Всё, что вокруг него происходит — это Всевышний во всех формах.

Когда вы начинаете видеть в каждом Бога, приходит смирение. Оно приходит как следствие. Даже если кто-то причиняет вам неудобства, вы всё равно понимаете, что в нём есть Бог — Бесконечный, такой же, как и в вас. И это вас смиряет.



Очень важная практика для того, чтобы развить любовь внутри себя, сострадание ко всем живым существам — к людям, к растениям, к животным — это практика служения. Если вы будете служить всему как проявлению Бога — деревьям,

людям, животным, растениям, то чем больше вы будете служить, тем больше будете чувствовать сострадание ко всему живому. И тем больше в вас эта любовь естественным образом будет пробуждаться и проявляться.

Можно сравнить это с лампадой. У лампы есть фитиль, который горит, но он не будет гореть, если нет масла. Масло — это сострадание, а фитиль — это служение. Не будет служения — огня так же не будет. Друг без друга не будет рождаться свет. Вместе они и составляют любовь.

СЧАСТЬЕ



Все мы в той или иной степени ищем мир и счастье. А мир и счастье могут быть достижимы только в том случае, если мы все свои мысли направим к Единому, к Всевышнему. Только таким образом Душа может найти покой, найти чистое счастье.

Нам надо стараться всё время направлять мысли к Всевышнему. Если мы будем отвлекаться, и позволять своим мыслям блуждать или устремляться к объектам материального мира, то счастье и мир окажутся недостижимыми для нас.

Все мы — искатели на духовном пути, а высшей целью на этом пути является соединение со своей Душой. Только направив все свои мысли к Всевышнему, сделав это целью своего поиска, мы сможем соединиться с энергией внутри себя.



Как монета имеет две стороны, так и жизнь человеческая не может состоять из одного счастья. Периоды счастья сменяются периодами несчастья, и с этим ничего нельзя поделать. В моменты несчастья, боли или дисгармонии следует обращаться к Имени Всевышнего, повторять Его.

Всевышний является абсолютным счастьем. Только там это счастье не сменяется несчастьем. Принимайте любые события жизни — счастливые и несчастливые — как дар Всевышнего и также обращайтесь к Его Имени как к лекарству в такие моменты.



Желание счастья в материальном мире — вот причина страданий, причина боли. Поэтому если свои желания направить в сторону духовного счастья, тогда не будет боли. Счастье не в материальном мире, а в духовном.



Этот мир наполнен счастьем и радостью. В нём их так много, что мы даже не успеваем насладиться всем тем, что нам даётся.

С другой стороны, любые мирские радости неизбежно связаны со страданием и болью. Точно так же, как огонь сопровождается дымом, который разъедает нам глаза, мирские удовольствия сопровождаются печалью и болью. Это происходит из-за того, что прежде чем получить удовольствие, какое-то наслаждение, мы имеем желание этого удовольствия или наслаждения. И именно оно вызывает последующую боль и страдание.

Между тем есть Высшее счастье, нерушимое счастье, которое называется Парамананда, или Парамсук. И оно не может быть нарушено ничем. Достижению такого счастья предшествует удовлетворённость (сантоша) — удовлетворённость тем, что мы имеем.

То невероятное количество радости и счастья, которые есть в мире, приходит к нам естественным путем. Если мы не желаем, чтобы оно пришло, а просто радуемся, когда оно приходит, то это удовлетворённость.

Точно так же, если к нам приходит боль и страдание, то мы принимаем их и радуемся им. Тогда мы достигаем состояния удовлетворённости (сантоша), и вслед за ним может последовать Высшее абсолютное счастье — Парамананда.



Есть два вида счастья или удовлетворенности — материальное и духовное. И вы не можете получить то и другое одновременно. Надо выбирать.



Если вы довольствуетесь материальным счастьем, продолжайте. Оба вида счастья — это проявления Шакти. Но нужно очень хорошо понимать разницу между материальным счастьем и духовным. Материальное счастье временно, оно рано или поздно прекращается. А духовное счастье не имеет конца, оно абсолютное, вечное — это высшее счастье.

Нет ничего плохого в том, чтобы жить в этой жизни и наслаждаться земными радостями, если мы видим в этом проявление Шакти. Но как человеческие существа мы обладаем способностью оценивать. Важно ценить, чувствовать и понимать разницу между духовным и материальным. Если вы, проведя эту оценку, выбираете духовный путь, духовное счастье, то в этом случае материальным счастьем придётся пожертвовать. Это неизбежно.



Есть только две вещи, которых мы не можем достичь в этом материальном мире — счастье и спокойствие. К этим двум вещам мы можем прийти лишь через своё сердце, через свою Душу. Когда человек находит спокойствие в своём чистом сердце, в своей чистой Душе, именно тогда приходит счастье. И те люди, которые смогли прийти к спокойствию и нашли в себе Душу, могут обрести счастье в этой жизни.

СМЕРТЬ



Обращение к Имени Всевышнего даёт благоприятную смерть. Люди тратят время своей жизни, наслаждаясь иллюзией, забывая, что будет конец. Каким он окажется — зависит от нас. Это может произойти очень болезненно, очень сложно и длительно, а может оказаться благоприятно. Так, обращение к Имени, повторение Имени Всевышнего даёт благоприятную смерть — лёгкое расставание Души с телом.



Для практикующего важно чтение. Советую читать книги, посвящённые Великим Душам, которые жили на этой Земле, неважно из какой традиции и религии.

Читая биографии или описание жизни этих людей, мы научаемся двум вещам. Первое — мы можем увидеть, что Великие Души проявили волю и огромное самопожертвование, чтобы достичь тех состояний, которых они достигли. И человечество помнит о них. Это пример, напоминание, что невозможно прожить жизнь, полную материальных удовольствий, если мы хотим чего-то достичь.

И второй момент — читая описание жизни этих людей, мы также можем анализировать собственную жизнь, сравнивая свои качества и их качества. Таким способом мы можем исправить собственный образ жизни, то, как мы живём.



Не забывайте о том, зачем вы делаете практику, почему её надо делать постоянно — каждое утро, каждый день. Это поможет вам и в этой жизни. Но, прежде всего, подготовит вас к смерти и поможет вам в следующей жизни.



Джапа позволяет нам провести жизнь с Именем Бога на устах и окончить её с Именем Бога на устах. Тогда в момент смерти мы отправимся в Его обитель, и наше освобождение или перерождение будет в соответствии с Его волей — по милости Бога.



Благословение родителей мы можем получить только тогда, когда они ещё живы, когда мы служим им в этой жизни. После смерти их Душа начинает своё новое путешествие согласно той карме, которую она наработала в предыдущей жизни.

Души наших родителей начинают своё следующее путешествие в свою будущую жизнь. Они могут оказаться на других планетах, они могут оказаться в других телах. И получить истинное благословение от своих родителей мы можем, только служа им в этой жизни. Если вдруг ваши родители больны или не могут что-то сделать, свою любовь к ним вы можете выразить только пока они находятся в этой жизни вместе с нами.

Сугубо человеческая вера в то, что Душа после смерти может прийти и защитить нас в каких-то сложных ситуациях, не имеет ничего общего с Истиной. После смерти Душа начинает новый путь, и она не может остаться рядом с вами и помогать вам.



Мы родились с пустыми руками, и когда мы будем умирать, мы ничего не сможем взять из этого мира. Всё остаётся здесь. Нужно быть благодарным Богу за всё. И мы должны молиться за других людей, чтобы все были счастливы, не болели. Когда мы всем желаем добра, то к нам тоже это возвращается.



Почему вы боитесь смерти? Смерти не существует. Не существует ни вашей смерти, ни смерти ваших родственников. Умирает только тело.

Тело составлено из элементов. Вот эта земля, например, — один из элементов, из которых состоит наше тело. Тело действительно умирает. Если вы воспринимаете себя как тело, то понятно, почему вы боитесь. Но нужно увидеть и воспринять себя не как тело, а как Дух, как Атман. Тогда вы увидите, что смерти не существует. И этот страх тогда будет уничтожен навсегда.



В момент смерти человек определяет свою будущую судьбу. Те мысли, те состояния, в которых он находится в момент смерти, определяют то, каким будет его рождение.

Вот пример, как это может быть. Человеку кто-то задолжал денег. В момент смерти его ум был занят этой мыслью, что ему не вернули долг. Он такому-то дал денег в долг, а тот ему не вернул. Он умирает с этой мыслью и рождается в следующей жизни в семье того человека, который должен ему денег, ребёнком. Ребёнок неожиданно тяжело заболевает, и родители начинают тратить много денег на то, чтобы его лечить. В тот момент, когда наступает баланс, долг полностью выплачивается, ребёнок умирает. Потому что он исполнил своё желание

из прошлой жизни. А люди думают, что это они сделали что-то не так, и их бедный ребёнок умер.

Это пример того, как карма нынешней жизни и как мыслительный процесс в момент смерти могут повлиять на следующую жизнь. То, что мы видим в этой жизни, может быть определено кармой предыдущей жизни.



Человек в момент смерти оказывается в стеснённых обстоятельствах, он боится смерти, он чувствует давление смерти, его мысли путаются, он испытывает множество сомнений, страхов, боли, страданий. Ему трудно принять разумное решение в минуту, которая определит его будущую судьбу.

Что происходит с тем, кто практикует, кто делает джапу в течение всей своей жизни? Господь, которому он молится, которому делает джапу, приходит к нему на помощь и позволяет ему родиться в лучшем перерождении. Если человек умирает с Именем Господа на устах, это даёт ему благоприятное рождение. Это может привести к тому, что вы родитесь, например, в ангельской семье у чудесных людей, или к тому, что вы родитесь в раю.

Не надо думать, что рай — это мокша, освобождение. Рай — это чудесное место, где вы можете провести жизнь или несколько, а потом снова родиться на Земле. Но, тем не менее, это гораздо более благоприятное рождение.

Таким образом, не забывайте о том, зачем вы делаете практику, почему её надо делать постоянно каждое утро, каждый день. Это поможет вам и в этой жизни, но, прежде всего, подготовит вас к смерти и поможет в следующей жизни.



Нужно делать джапу, практиковать Святое Имя — это поможет нам и в смерти. Поскольку в момент умирания мы будем

Свами Ванкханди

с Именем Бога на устах и отправимся в Его обитель после смерти, или дальше, в соответствии с Его волей. Мы отправимся в новое, более благое перерождение.

Ещё раз обращаю внимание на то, что джапа позволяет нам провести жизнь с Именем Бога на устах и окончить жизнь с Именем Бога. Тогда в момент смерти мы отправимся в Его обитель, и наше освобождение или перерождение будет в соответствии с Его волей — по милости Бога.

НАЧАЛО
ДУХОВНОГО ПУТИ



Для того чтобы ступить на духовный путь, необходимо осознать самого себя, как Душу. Необходимо избавиться от ложной самоидентификации с телом, понять, что она неверна, а верна самоидентификация с Душой. Для этого необходимо поменять взгляд. Наш взгляд направлен изнутри наружу, а правильный взгляд — это взгляд снаружи вовнутрь.



Важно выбрать определённый духовный путь, по которому вы будете идти. Есть множество путей, все они так или иначе ведут к единой цели. Но если мы будем перескакивать или переходить с одного пути на другой, то мы вряд ли куда-то придём.

Переходя с одного пути на другой, мы каждый раз оказываемся не впереди, а позади, потому что нам каждый раз надо начинать сначала. Поэтому придерживайтесь одного пути. С полной верой, с полным доверием. Это даёт шанс, даёт возможность достигнуть цели и достигнуть её быстрее.



Чтобы следовать путём гуманности или человечности, человеку нужно обладать тремя качествами. Первое — это любовь, второе — сострадание, третье — служение.



Человек на пути к Божественному похож на пчелу в поисках нектара, которая ищет цветок, где скрыт нектар. Только очистив своё сердце и наполнив его радостью и любовью, человек сможет найти цветок и встать на путь приближения к Божественному.

Есть две ступени на этом пути.

Во-первых, нужно обратить внимание на своё тело, на свои чувства, которые приносят нам информацию из внешнего мира. Остановить этот процесс и заметить, что есть ещё нечто, что не связано с телом и с чувствами, что живёт внутри и действует само по себе, независимо от реакции нашего тела и чувств. Именно с этого начинается духовная практика.

Второе — нужно отвернуться и от этого живущего внутри и действующего самостоятельно процесса. Тогда можно говорить о настоящей духовности, тогда появляется связь со Всевышним.



Если вы решили встать на путь духовного развития, то очень полезно чтение литературы о Великих Душах, посещавших Землю — биографии и жития святых, пророков и других великих людей, которые прошли по этой Земле до нас. Читая книги, вы вдохновляетесь их примером, они углубляют вас на вашем пути, наполняют энергией, помогают очищению Души и сердца.



Вступив на путь, мы можем испытать страх. Но это неправильно, не надо бояться. Посмотрите на Великие Души, которые прошли по этому пути и указали его нам. Посмотрите, сколько боли и страданий они вынесли. Это должно вдохновить нас на продвижение.

Свами Ванкханди

Взгляните на розу: если мы хотим добраться до цветка, то нам придётся пройти через тернии — через шипы. Не следует бояться шипов, иначе вы никогда не достигнете цветка.

Очевидно, что на пути нас ждут испытания, страдания, боль, но не следует их бояться. Надо помнить и вдохновляться примерами тех, кто уже прошёл по этому пути. В конце концов, нас ждёт достижение цели, достижение Всевышнего.

ДУХОВНЫЙ ПУТЬ

Духовность — это поворот нашего внимания снаружи вовнутрь.

Каким же образом это может произойти? Первое, что приближает нас к духовному пути и продвигает на нём — это медитация. Медитация означает стабилизацию ума в «ничто», это означает отрезание ума от всех внешних и внутренних источников. Вы перестаёте чувствовать, ощущать, перестаёте что-то слышать, видеть, воспринимать запахи и думать. Стабилизация ума в этом состоянии и есть медитация.

Второе, что продвигает нас на пути к духовности — это джапа или повторение Священного Имени. Когда мы обращаемся к Священному Имени, то направляем наш ум в сторону Бога.

Есть третья практика, третий путь — это то, что называется на санскрите «свадхьяя» или чтение священной литературы, священных текстов, чтение житий святых и просветлённых людей.

И последнее — это киртан, когда мы совместно поём Священные Имена, мантры с радостью и вдохновением.

Продвижение по духовному пути, духовная жизнь состоит из этих четырёх элементов.

Просто что-то читать о Боге или о духовных предметах, что-то слушать на эту тему или размышлять о ней не сделает вас духовным. Если вы хотите стать духовным человеком или

двигаться в сторону духовности, вам нужно использовать все эти четыре инструмента.

С начала времён люди шли путём духовности, развивали духовность. Множество Великих Душ, мудрецов разработали различные подходы, методы, практики для того, чтобы человек мог следовать по духовному пути. Поэтому нам не стоит пытаться изобретать какие-то собственные методы и придумывать что-то самим. Гораздо лучше, правильнее и разумнее последовать за Великими мудрецами, Великими Душами, которые посвятили себя этому на протяжении всей истории.

Первое, что советуют Великие люди, те, кто прошли по этому пути, — ранний подъём. Первый элемент практики — ранний подъём. Раннее утро — время, которое называют временем праны, время, когда в воздухе разлит нектар жизни. Именно в это время стоит вставать и заниматься практикой — до рассвета.

В это время нужно подняться, омыть своё тело, очистить поры своего тела и приступить к первой, самой важной практике — к практике медитации, к практике остановки ума и чувств.

Если по какой-то причине это у вас не получается, ум блуждает или какие-то другие проблемы, тогда вы переходите ко второй практике — к практике джапы. Вы пытаетесь сосредоточить свой ум на Божественном Имени, на его повторении.

Если же в этом случае вы чувствуете, что ум по-прежнему нестабилен, тогда вы переходите к третьей практике, практике киртана, т. е. вы начинаете вслух пропевать Божественное Имя.

Но даже в этом случае может получиться так, что ум всё равно отвлекается и блуждает где-то в стороне. Тогда применяется четвёртая практика — свадхьяя, практика чтения священных текстов.

Таким образом, все четыре инструмента вы применяете во время утренней практики.

Если вы будете делать эти практики регулярно, каждый день без пропусков, в одно и то же время, не ленясь, то постепенно, по прошествии какого-то времени, вы заметите, что у вас начинает появляться состояние медитации.

Каким образом вы можете это заметить? В момент, когда вы медитируете, это невозможно — в тот момент нет того, кто может что-либо заметить. Просто вы можете увидеть, что есть какие-то периоды, когда вы не чувствуете, не думаете. И это будет первым результатом постоянной и упорной практики.

Затем, если вы будете повторять эту практику продолжительный срок — много лет, не пропуская ни дня, делая всё в одно и то же время, то постепенно духовный путь будет открываться вам, и состояние медитации будет продолжаться всё более длительные периоды.

Таким образом, происходит то, что называется движением по духовному пути. Человек начинает осознавать, кто он есть на самом деле. Он начинает чувствовать, понимать или видеть, что он есть Душа или Дух. В конце концов, само слово «духовность» происходит от осознания того, что мы являемся Душой, или «Атмой» на санскрите. Это именно то, в чём заключается задача человека на Земле.

Всевышний предоставил нам невероятное количество энергии, которая доступна в любой момент, но мы не осознаем этого. Если мы начнём заниматься практикой, двигаться по духовному пути, то станем осознавать, ощущать энергию, которой снабдил нас Господь.

Если мы будем заниматься практикой упорно, постоянно и правильным образом, то не только мы сами будем замечать перемены, но также их будут замечать окружающие люди. Это начнёт проявляться в нашем поведении — в том, как мы говорим, как мы себя ведём, как общаемся, насколько мы спокойны, как мы реагируем на что-то в нашей жизни.

Таким образом, если мы будем делать практику правильным образом, если будем делать её непрерывно, в определённое время, согласно принятому для себя расписанию, то невероятное количество энергии, которое предоставил нам Господь, станет нам доступно, начнёт проявляться.

Если вы вступаете на духовный путь, это не значит, что вам надо всё бросить и уйти практиковать. Если у вас есть работа, обязанности, то продолжайте их исполнять. Наша эпоха отличается тем, что обязанности или карма очень важны. Наши действия, которые мы совершаем, наша работа очень важны, поэтому необходимо продолжать исполнять их. Нужно достаточно работать, чтобы обеспечивать себя.

Но что важно — это начинать каждый день с духовной практики. Если вы продолжаете свои обязанности, если вам приходится работать, добавьте духовную практику в эту жизнь. Сочетайте практику духовного развития со своими ежедневными обязанностями.

Первое, с чего следует начинать свой день — это с молитвы о мире, с молитвы о процветании всего мира и того места, пространства, в котором вы живёте. Это даст вам Благословение, потому что Господь слышит искренние молитвы о других. Так вы будете сочетать духовное развитие и мирские обязанности.

ПРАКТИКА

Общие советы



Для начала надо поверить в практику. По мере того как вы будете практиковать, у вас появится возможность увидеть происходящие изменения. Эти изменения будут усиливать веру.

Если вы будете продолжать сидеть там, где вы находитесь, продолжать заниматься своими делами и надеяться, что рано или поздно вера придёт, ничего не произойдёт. Сначала вам самим нужно сделать шаг.



На каком бы пути вы не стояли, по какому бы духовному пути не двигались, продолжайте идти по нему безостановочно, непрерывно. Не прекращайте при этом анализировать, что с вами происходит. Наблюдайте за тем, приносит ли это вам счастье, получаете ли вы удовлетворение. Удовлетворение не в смысле остановки, что вы, наконец, достигли результата — оставляйте при этом и любопытство, интерес к тому, что будет дальше. Если это правильный путь, и ваша вера сильна, и вы не будете останавливаться, то рано или поздно вы получите то, что ищите.



Почему мы плутаем? Почему мы находимся в заблуждении? В этом нет никакой нужды. Мы пришли в этот мир вовсе не

для того чтобы заблуждаться. В этот мир до нас пришло множество Великих Душ. Они показали путь, по которому мы можем идти. И нет никакой нужды блуждать в потёмках. Эти пути различны, но все они ведут к одной цели. Всё, что нужно человеку, — выбрать, какой путь ему ближе, и следовать по нему вместо того, чтобы пребывать в заблуждении и в растерянности.

Единственное, чего не надо делать — это пытаться двигаться по одному пути, по второму, по третьему одновременно. Всё, что требуется — это понять какой путь ближе и выбрать его, и далее просто следовать по нему. Тогда каждый может достичь цели.



Когда появляются какие-то проблемы, и вы теряете веру или у вас возникают сомнения, вы должны сосредоточиться и думать о том, что все проблемы преходящи. Сейчас проблема есть, но через какое-то время она пройдёт, или может появиться другая проблема.

Есть сама Истина — это Бог. Если начнёте забывать о Нём и не будете в Него верить — это будет самой большой проблемой. Если вы перестанете думать о проблемах, тогда они пройдут через какое-то время. Но если забудете про Бога, тогда это по-настоящему станет проблемой — вы потеряете свой путь.



Для того чтобы в сердце поселилось счастье, необходимо, чтобы сердце и ум стали чистыми. Что же позволяет нам очистить сердце и ум? Это практика — медитация или джапа, повторение Святого Имени, либо другие практики. В тот момент, когда вы при помощи практики очищаете ум и сердце, в них естественным образом поселяется счастье, непоколебимое счастье.



Если вы не можете концентрироваться на свете, то концентрируйтесь на повторении Имени Бога. Если вам тяжело сосредоточиться на повторении Имени, то можно концентрироваться на событиях из жизни какой-то Великой Души, начиная с детства. Однако это лишь разные пути. В итоге они всё равно ведут к Вечной Душе.



Источник мышления и источник беспокойства, проистекающего из мышления, находится внутри вас. Никакого внешнего источника нет, всё внутри человека.

Что делать с этим внутренним непрерывным радио? Нужно отследить те мысли, которые делают вас спокойным и счастливым, и сосредоточиться на них. А те мысли, которые делают вас несчастным — отбросить.



Вы сами можете создавать ту жизнь, которую хотите. Всё зависит от чистоты, от возвышенности ваших мыслей. Также это зависит от вашей кармы и от поступков, которые вы совершаете. Чем больше вы служите другим людям, чем больше отдаёте, тем больше вы получаете, и тем больше вам помогает Божественная Мать, Природа. Поэтому очень важно научиться отдавать и относиться с состраданием к любому живому существу.

Если вы полны любви, счастья, сострадания к другим, то куда бы вы ни пошли, вы будете встречаться с таким же отношением и с такими же людьми. Задача в том, чтобы научиться отдавать, быть в служении, и в ответ вы будете получать такие же эмоции.



Есть множество путей поиска Истины или поиска Души. Подобно тому, как у дерева есть множество ветвей, листьев, плодов, но корень, который питает дерево, один. Точно так же Душа — то, что даёт энергию нашим чувствам, нашему осязанию, зрению, слуху, обонянию. Эта энергия приходит из Души. И для всех людей корень один.

Путь практики — это путь постижения Души. Он требует длительных усилий. Путь идёт не изнутри наружу, а снаружи вовнутрь. Это не то, что может занять у вас день или неделю, или даже более длительное время. Это вопрос многих лет практики для того, чтобы прийти к Истине. Это и есть практика.

Практика — только одна сторона того, чем надо заниматься. Вторая — поддержка или столб, на котором держится достижение Всевышнего, — это преданность. Преданность является совершенно необходимым условием. Преданность Божественному в любой форме. Преданность можно сравнить с матерью по отношению к ребёнку. Точно так же, как мама учит ребенка ходить, есть, пить, читать — всему, чему ребенок должен научиться в жизни, чтобы стать взрослым, точно так же преданность учит Душу. Преданность открывает ворота. Без преданности ворота Истины останутся закрытыми.

Даже такие великие учителя недвойственности как Шанкарачарья или Будда, для того, чтобы достичь освобождения и просветления, должны были прибегнуть к преданности. В частности, Будда был предан Матери Природе. И, как известно, он получил просветление, сидя под деревом, наблюдая, погружаясь в природу.

Преданность имеет два основных качества или две части. Первая — это мудрость или знания. Вторая — это самопожертвование. Одно без другого не работает. Нужно знание, нужна мудрость правильного пути. И нужно пожертвовать

материальным миром, материальными объектами для того, чтобы Душа смогла очиститься, чтобы человек смог стать чистым для достижения чистого Всевышнего.

Бхакти или преданность предполагает три вида деятельности — это любовь, сострадание и помощь. Они естественным образом следуют за бхакти и естественным образом очищают наше тело и Душу на пути. И нужно всячески избегать жестокости. А наивысшая форма жестокости заключается в словах.



Вы можете понять, что подходит вашей Душе, в чём она нуждается, по чувству любви, веры и доверия. Это главные чувства, которые позволяют определить, в правильном направлении ли вы двигаетесь, тот ли это образ, который вам подходит. Например, вы можете пить воду из стакана, термоса, из ладошки, но это всё та же вода, главная цель которой удовлетворить вашу жажду. Так и Божественное может принимать любую форму, для того чтобы удовлетворить вашу жажду.

Постоянно поддерживайте Имя и форму Божественного в вашем сердце — когда ходите, работаете, разговариваете. И вы поймёте, кем истинно вы являетесь на самом деле. Большинство людей продолжает жить с ощущением того, что они просто люди. Но это не так. Человек отличается от животных, которые также могут наслаждаться объектами материального мира, строить жилища, накапливать ценности, заводить детей, — способностью осознавать себя частью Божественного. Именно это является целью практики. В момент, когда ваша Душа осознает это, она вернётся в свой Дом, к своему Источнику. Не оставляйте ваши сердца пустыми.



Любое желание неизбежно приводит к жадности. А жадность приводит к греху, который точно также неизбежно приводит

к неблагой карме. И следующее перерождение оказывается менее благоприятным. Мы не приближаемся к Всевышнему, а наоборот отдаляемся от Него. Таким образом, не плодя желаний, мы улучшаем свою карму и приближаемся к Всевышнему, либо наоборот: умножая желания — отдаляемся от Него.

Если вы уничтожите желания, всё остальное вы можете оставить на волю Всевышнего, и Всевышний позаботится о вас. Единственное, это требует некоторого времени, вам необходимо установить отношения. Отношения устанавливаются благодаря постоянному повторению Имени Всевышнего в любой форме, в которой вам удобней. И в тот момент, когда отношения установятся, вы получите ответ.



Человеческое тело, человек в целом способен к очень серьезным изменениям, приспособлению. Например, если вы начнёте каждый день ходить по часу, то это поначалу будет вызывать утомление. Но если вы будете продолжать каждый день, то через какое-то время это перестанет быть проблемой, и вам надо будет пройти значительно больше, чтобы почувствовать аналогичную усталость. Тело приспособится, но приспособляется не только тело.

Вы можете, например, приучить себя питаться один раз в день. Если вы начнёте это делать, то сначала телу будет дискомфортно, и оно будет испытывать проблемы. Однако человеческое тело способно приспособиться к этому, причём довольно легко. Человек — самое приспособляющееся существо, какое только есть. Если приучить себя питаться раз в день, то через какое-то время чувство голода исчезнет. И вы будете совершенно удовлетворены этой единственной трапезой. Вот пример того, чем является садхана, чем является практика.

Золото или железо в процессе закалки или придания ему определённой формы — той, которую хочет кузнец, — сначала

разогревается до очень высокой температуры. Этот процесс подобен страданию, которое испытывает практикующий. Оно называется тап или «тапас» — буквально «нагревание». Только после того, как сталь пройдёт через процесс нагревания и станет в какой-то момент жидкой, ей можно придать нужную, новую форму. Точно так же и практикующий через тапас, через страдание, через разогревание способен перейти в новое состояние, принять новую форму.

Помните и знайте, что человек — самая приспособливающаяся система, самое приспособливающееся существо, которое способно достичь практически любых состояний. Но это произойдет, только если вам интересно, если вам любопытно. Если вы интересуетесь тем, кем являетесь на самом деле, если вам любопытно узнать, что такое духовная практика, и к чему она может привести.

Если вам любопытно, что есть Истина, настоящая Истина, тогда вы можете вступить на этот путь и претерпеть всё это. Если нет, если вам не интересно, если у вас нет любопытства, тогда проще и лучше жить обычной жизнью.



Мы, как люди, как человеческие существа, снабжены всем необходимым — необходимым количеством энергии для развития. Но проблема заключается в том, что эта энергия — Шакти — спит, мы не пробуждаем её. Поэтому когда мы оказываемся в неблагоприятных условиях, то испытываем сложности. Например, если вы окажетесь в жарком месте и попробуете там практиковать, ваше тело сразу же испытает дискомфорт, связанный с жарой. Аналогичным образом, если вы окажетесь на морозе, тело тоже моментально испытает дискомфорт — будет холодно.

В чём же заключается практика, садхана? Мы называем садханой процесс пробуждения энергии, внутренней силы. Если вы будете практиковать в жарком климате, и продолжите

упорно это делать, то рано или поздно энергия проснётся — вы перестанете страдать от жары. Равным образом, если вы будете настойчиво практиковать на морозе — рано или поздно ваше тело научиться справляться и с этим.

Это внешние проблемы, внешнее проявление силы, которую даёт практика. Прежде чем внутри вас проснётся внутренняя сила — духовная, необходимо развить в себе внешнюю силу. Она поможет противостоять неблагоприятным обстоятельствам, которые заставляют вас чувствовать себя уставшими, несчастными, ленивыми.



Мы родились без ничего, ничего не взяв с собой. Когда ребёнок рождается, у него ничего нет, и даже воздух мы с собой не берём. Мы рождаемся и получаем всё, что необходимо. Если что-то понадобится в жизни, и нам это нужно на самом деле, тогда Бог это даст и сам разберётся. А наше дело — продолжать двигаться по духовному пути и не связывать себя желаниями.

Когда мы думаем о проблемах, появляются желания. Поэтому отдайте всё Богу. Пусть Он решает, что для нас хорошо. Бывает так, что и проблема есть, и желание решить её есть. Но это не значит, что если вы исполните желание, вам станет лучше. Ведь мы можем решить неправильно, и тогда ситуация станет ещё хуже.

Пусть Бог решает. Всё необходимое нас в жизни Он даст. А наша задача — продолжать свой путь без желаний, без отвлечений от пути.



Когда вы что-то делаете, не ожидайте и не требуйте результата от этого процесса. Если вы кому-то помогаете, не ждите, что вам тоже потом помогут. Если вы так будете думать, то сможете быстрее достичь своей цели на духовном пути.

Обычно мы ждём результатов — посадили семечко и ожидаем, когда вырастит дерево, и появятся плоды. Но это не должно быть важным. Наше дело — чтобы дерево просто росло, важно заботиться о нем. А будут плоды или нет, какие они будут — неважно.

Бывают разные ситуации, когда мы обязаны чем-то заниматься. При этом не надо думать, что мы получим в результате. Просто делайте свое дело и всё — продолжайте дальше свой путь.



Если проблема не решается и остаётся, отдайте её Богу. Старайтесь отдать Ему свой ум, все свои желания и трудности. Бог есть. Бог есть внутри нас. Он всё знает. Он знает всё, что с вами происходит, поэтому отдайте Ему всё. Он вам поможет, Он покажет вам путь.

Когда невозможно ничего сделать, когда вы стараетесь настолько, насколько возможно решить проблему, но всё равно не получается — отдайте её Богу. Пусть Он сам покажет путь или как-то по-другому поможет справиться.

Ещё вы можете молиться Богу с чистым сердцем, не важно, сколько по времени молиться, пять минут или час, главное — с чистым сердцем.



Духовный путь — это когда вы любите Бога и живёте так, чтобы другим не делать плохого, и много молитесь. Если вы будете продолжать так поступать, то у вас появится настоящий шанс достичь какого-то уровня.

Основное — не делать другим плохого, а, наоборот, по возможности помогать другим и быть милосердными.



Практики в реальности религиозной жизни созданы для поддержания рутины, поддержания последовательности. Люди создали ритуалы, чтобы привнести в свою жизнь ритм религиозной жизни, чтобы упростить и облегчить продвижение по тому пути, который они избрали. Поэтому не нужно относиться к ним неправильным образом. Люди зачастую манипулируют сами собой таким образом. Человек свободен. Человек свободен выбрать всё, что он хочет.

Не нужно пытаться таким способом, через ритуалы, заниматься самоманипуляцией. Помните о том, что есть только один путь, одна вера — и всё сердце отдано этой вере. Пользуйтесь всем остальным, что поможет вам на пути.



Садхана в этот век, в эту эпоху очень сложна для людей. Достичь просветления, Абсолюта при помощи практики садханы в нынешний век чрезвычайно трудно. К сожалению, она привлекает людей, потому что люди читают книги о великих практиках прошлого, и на основе книг предполагают, что они смогут поступать так же — вместо того, чтобы черпать знания изнутри себя.

На самом деле садхана — очень тяжкий путь, и один на миллионы может пройти его и достичь, потому что он требует абсолютной силы воли.

Практика Имени/джапа



Есть два вида практики повторения Имени. Первый вид — это джапа — личная, внутренняя, скрытая практика.

Вторая практика — киртан, когда мы произносим Божественное Имя совместно. Это — общая практика.



Если у нас загрязняется тело, мы идём в ванну и моемся. Аналогичным образом киртан действует на нашу Душу. Он очищает нас, очищает наши накопленные кармы.

Следующим моментом является то, что звук или энергия киртана накапливается по мере пения, собирается в пространстве и потом возвращает нам позитивную энергию, даёт нам её. Вот коротко, что такое киртан.



Культура и в целом Земля меняются, это свойство материального мира — пребывать в постоянном изменении. Практикующие древности прилагали огромные усилия для того, чтобы достичь духовности. Мы можем только догадываться, какую силу терпения они имели для того, чтобы практиковать. Но даже после того, как они прилагали невероятные усилия для практики, они, тем не менее, занимались джапой. То есть они произносили Имя, и это единственное, что не менялось и не

меняется тысячи лет. С тех пор всё поменялось, но Имя осталось прежним.

Сила заключена в Имени. Для нас и вообще для этого века невозможно прилагать такие усилия и терпение, чтобы так же практиковать, как практиковали в древности. Поэтому необходимо воспользоваться силой Имени. Это то, что доступно, в том числе в нашу эпоху, так как в Имени заключена сила, которая может изменить всё.

У кого-то нет энергии и возможности делать практику, либо не получается медитировать — ничего страшного. Но, по крайней мере, то, что всегда доступно — повторение Имени, джапа. Это можно делать в любое время и в любой ситуации. В идеале нужно постараться, чтобы джапа продолжалась постоянно — одно это может привести вас к духовности.

Можно произносить любое Имя, которое вам нравится. Имя, к которому вы чувствуете любовь, есть доверие, вера, которое вызывает притяжение. Оно может быть из любой религиозной традиции.

Важно, чтобы вы избрали только одно Имя — у человека есть только одно сердце, и в нём может жить только одно Имя. Но это должно быть Имя какой-то Великой Души. Только в этом случае в Имени будет сила Души. В одни ножны невозможно поместить два меча, поэтому должно быть одно Имя.



Процесс духовного пробуждения занимает время. И тот, кто не повторяет Имя, тот, кто не делает эту работу в нынешней жизни, в следующей жизни начнёт с нуля. Как если бы ничего не было сделано заранее. Придётся опять начинать карабкаться по лестнице с самого низа.

В этой жизни мы пожинаем плоды, которые были посеяны в прошлых жизнях. В следующей жизни мы будем пожинать плоды, которые посеём в нынешней жизни.



Если вы произносите Имя Христа всем сердцем, с верой и вкладываете всю энергию, вы неизбежно начинаете приобретать качества, которые присущи Христу. И ваша жизнь начнёт соответствующим образом меняться. Вы начнёте проявлять качества самопожертвования, любви и сострадания.



Все Святые, Пророки, вообще Великие Души нашего времени предсказывали и утверждали, что в эту эпоху самый простой, самый доступный и самый лучший способ достижения духовного продвижения — это санкиртан, то есть совместное произнесение Святых Имен. Тогда энергия объединяется. Это самое простое и самое лучшее, что можно делать в нашу эпоху.

Единственное, что важно — вкладывать сердце в этот процесс. Тогда практикующий сможет забыть своё «я» и слиться с Божественным.



Не так важно, что именно я дал вам мантру — это несущественно, кто угодно может дать мантру. Существенно, то, что вы будете повторять её хотя бы год, без перерыва, каждый день, вот что важно. Если у вас происходит перерыв хотя бы на один или два дня, то надо начинать всё заново.

Но если вы делаете практику регулярно, то увидите изменения очень быстро. И плоды практики приобретаете не только вы, но и те, кто с вами контактирует, поскольку она проникает в ауру всё сильнее и сильнее.



Для нынешней эпохи характерно, что люди живут недолго и не обладают достаточной силой, чтобы заниматься практиками,

которыми занимались люди в более древние времена. И санкиртан является самым простым и быстрым путём самопознания.

По мере практики практикующий в какой-то момент ощущает свет в сердце. Этот свет и есть самосознание, Истинное «Я» — Атман. После того, как он ощущает свет, он начинает чувствовать счастье или радость, связанную с ним. Так проявляется Божественная Благодать.



Часто случается так, что вы вступаете на духовный путь, совершаете своё путешествие, но вам кажется, что ничего не происходит, потому что вы что-то делаете неправильно. Так вот, правильный способ — это каждое утро и каждый вечер вспоминать Имя Матери, и Она даст вам силы. Слово «сила» буквально означает, что у вас будет больше энергии. А Шакти — это и есть энергия, Шакти — это и есть Мать.

Попробуйте исследовать, как это получится. Например, утром после пробуждения и вечером перед отходом ко сну — десять минут. Вам хватит недели, чтобы начать чувствовать, как проявляется энергия Матери, энергия Шакти. Эта энергия поможет вам найти или почувствовать свою Душу. По мере того, как вы будете продолжать это делать, ваша воля будет усиливаться. Вы будете находить всё больше силы и желания, чтобы двигаться в поиске своей Души — Атмы.



Божественное Имя подобно мылу, которым вы моете своё сердце. И когда оно становится чистым, то в нём может поселиться Всевышний.



Практика повторения Имени должна продолжаться непрерывно. Если ум оставить пустым, если его не заполнить

Божественной энергией, Божественным Именем, Божественной вибрацией, то он начнёт блуждать в самых разных направлениях. Если мы хотим сконцентрировать свой ум, управлять им, то самым лучшим способом является заполнить сердце вибрацией Божественного Имени.

Ежедневная, регулярная практика джапы может привести к тому, что вы почувствуете наполнение энергией уже в течение одного года.

Это должна быть, во-первых, регулярная практика, во-вторых, чётко описанная во времени. Если вы делаете практику утром — в пять утра, это значит, что вы делаете её каждый день в пять утра. Если вы делаете практику вечером — в девять вечера, значит, вы её делаете каждый день в девять вечера.

Второй момент заключается в том, что вы её делаете действительно каждый день. Неважно, есть ли у вас дела, в каких условиях вы находитесь, вы чувствуете себя сонным, больным, ощущаете нехватку энергии, ещё что-то. Это всё не играет роли. Если вы пропускаете дни — вы упускаете суть. Вы упускаете регулярность.

Раньше, в древности, великие йоги тратили 1000 лет для того, чтобы достичь состояния, которое сейчас, в нашу эпоху, можно достичь за год регулярной практики джапы. Но это должна быть действительно преданная регулярная практика. И тогда через год вы почувствуете в своём сердце наполнение энергией. Рано или поздно, если вы будете продолжать ещё и ещё, то ваша чаша наполнится.

В современную эпоху, озабоченную мирскими благами, ценность человека в мире измеряется размером его банковского счета. Чем больше у тебя банковский счет, тем более важным и значительным человеком ты являешься. Практика джапы — это ваш банковский счет. Чем больше вы его наполняете, тем больше вы продвигаетесь, тем больше приближаетесь к достижению Божественного.



То действие, в течение которого вы будете продолжать внутреннюю джапу, получит, в том числе, энергию этой джапы. Если вы будете делать её во время работы, ваша работа будет более успешной. Если будете делать во время еды, то еда будет лучше, даст вам больше пользы и т. д.



На каком бы языке мы не произносили слово «вода», нашу жажду сможет утолить только сама вода. На каком бы языке мы не призывали Имя Единого, Всевышнего, если мы делаем это с чистым сердцем, то Благословение Господа будет с нами.



Всевышний создал людей как наиболее могущественных существ, которые существуют в мире благодаря наличию сознания. Самое лучшее, что может сделать человек — благодарить Всевышнего за этот дар, а самый лучший способ благодарности — пропевание Святых Имен.



Просыпайтесь с Именем Бога и засыпайте с Именем Бога. И через какое-то время вы сольётесь с Ним. Никто не может определить, что такое Имя Бога, оно находится за пределами определений. Понять что это такое, можно только слившись с Ним. Обращайтесь к Имени Бога так часто, как только можете, и вы поймёте это.



Человеческая жизнь подобна океану боли и страдания. Для того чтобы не утонуть в боли и страдании, мы всё время прилагаем усилия подобно пловцу. Стоит ему прекратить двигаться, как

он сразу утонет. Когда мы начинаем практику мантры, джапы, она начинает высушивать океан.

Образ показывает, что это — не дело двух минут, не дело дней. Чтобы высушить океан страданий, требуется длительное постоянное усилие. Но когда мантра постепенно высушит океан, мы почувствуем твёрдую почву под ногами. Нам не нужно больше прилагать усилия, чтобы преодолеть страдания — мы почувствовали опору, мы увидели истину, мы ощутили мир и свет.



Мантра и практика джапы — это величайшее сокровище, которое дано вам, и никто не может отнять его у вас. Это величайшее равновесие и баланс, которые вы можете получить. Никто не может вывести вас из равновесия, потому что оно внутри. Никто не может лишить вас этого.

Наша Душа, наше сознание за долгие перерождения, кармы и самсары покрылось слоем грязи, и мы не видим мудрости в зеркале Души. Для того чтобы очистить это зеркало, нам даётся мантра, практика джапы.

Как мы сможем понять, что эта практика приносит какой-то эффект, что мы продвигаемся? Мы начнём чувствовать себя подобно дереву. Если к дереву подошёл человек, оно даст тень человеку. Если к нему подошла лошадь или другое животное, оно даст тень животному. Если к нему подойдёт хороший человек, оно даст тень хорошему человеку. Если к нему подойдет страшный грешник, оно даст тень и ему.

В тот момент, когда вы начнёте чувствовать, что вам неважно, кто к вам обращается или с кем вы взаимодействуете, вам неважно — добрый это человек или злой, хороший или плохой, совершает ли он добрые дела, положительно настроен к вам или нет, тогда вы увидите, что зеркало вашей Души начало очищаться, и вы начали приобретать мудрость.



Не следует тратить своё время и направлять своё усилие на практики кундалини-йоги или другие сложные йогические и тантрические практики. Они требуют огромных усилий и очень много времени, где необходима абсолютная концентрация на протяжении длительного периода. Даже если у вас получится потратить годы, десятилетия, может быть, даже столетия на проведение таких практик, это совершенно не гарантирует, что вы получите результат, к которому стремитесь, если ваше сердце не будет очищено.

Сколько бы вы ни сидели, сколько бы вы ни практиковали, сколько бы вы ни стремились к достижению сидх, ничего не получится до тех пор, пока ваше сердце не очистится. Такая практика не будет иметь никакого смысла, поэтому необходимо повторять Святое Имя так часто, так много, так упорно и так долго, как только вы можете.



Непосредственно практика начитывания, повторения Божественного Имени должна стать регулярной. Для того чтобы практика дала эффект, её обязательно нужно выполнять каждый день, хотя бы какое-то время насколько возможно, хотя бы минут десять. Но это необходимо делать ежедневно в одно и то же время. Только тогда практика будет давать эффект.

При этом важна правильная поза, асана. Поза, в которой практика выполняется, должна быть удобной. Мы должны сидеть так, чтобы отключиться от мыслей о теле. Наше тело не должно нас беспокоить. Если поза будет неудобной, то мы не сможем медитировать, а все наши мысли будут сосредоточены лишь на неудобствах тела. Мы не сможем от него отключиться.

Правильная медитация — это успокоение всех мыслительных процессов, замолкание ума. Если мы думаем о чём-то,

то это уже не медитация. Начитывание Божественного Имени помогает сконцентрироваться на форме в сердце и на звучании Имени. Оно помогает убрать внимание от всех других мыслей и сосредоточиться на мысли о Божественном. Только с помощью этого возможно успокоить ум, чтобы он остановился.

И если медитация происходит правильно, все мыслительные процессы отключаются, то наше тело получает большой заряд энергии, обновляется. Т. е. если по-настоящему достаточно много медитировать, то телу даже не нужна будет пища, поскольку оно будет получать энергию непосредственно через медитацию.



Повторение Имени или обращение к Имени Всевышнего — обязанность всякого живого человека. Это его обязательство перед Всевышним.

Конечно, мы родились в этой жизни, и нас сопровождают её удовольствия и наслаждения, она нам подарена Всевышним. Тот уровень жизни, который мы имеем теперь — это результат нашей предыдущей кармы, накопленной в прошлых жизнях.

То, как мы будем вести себя в нынешней жизни, приведёт к тому, какой будет следующая жизнь. Её плоды мы пожнём позже. Тем не менее в момент, когда вы поглощены мирскими наслаждениями, иллюзией, вы забываете об Имени Бога. В этом смысле вы отдаляетесь от Него. Вы не выполняете свою обязанность по возвращению к Нему — ту единственную цель, ради которой мы живём на Земле. Это время нельзя никак назвать накоплением благой кармы.

Если мы будем посвящать большую часть жизни повторению Имени Всевышнего, то по мере этого земные наслаждения потеряют для нас свою цену. Они будут становиться всё менее и менее привлекательными. В этом и заключается особенность духовного пути.



Когда мы пропеваем Имя, то мы очищаем свой голос, слух того, кто слышит эту мантру и то место, помещение, в котором мантра поется. Таким образом, мантра является средством очищения.

С другой стороны, когда мы пропеваем Имя, прибегаем к Имени, то мы можем испытать некоторое желание, и оно исполнится в надлежащее время благодаря мантре.



В нашу эпоху люди преимущественно озабочены материальными объектами. Из-за этого мы не можем достичь мира. Единственный способ достичь мира — обратиться к Имени Всевышнего, к любому Имени, под которым Он нам известен. И поскольку Всевышний пребывает в мире, то обращаясь к его Имени, мы также приобретаем мир.

Можно сказать, что это обязанность всякого человека на Земле — обрести внутренний мир через обращение к Имени Всевышнего, любого Имени.



Мы заботимся о внешней чистоте — моем своё тело, руки, моем фрукты и овощи, которые употребляем в пищу, стираем одежду, которую надеваем на себя. Но точно такая же грязь, проблемы скапливаются у нас и внутри. Крайне важно поддерживать и внутреннюю чистоту.

Только достигнув чистоты, мы сможем осознать свою Душу, осознать истину о том, кто мы есть на самом деле. И путь к достижению внутренней чистоты — это обращение к Имени Всевышнего, повторение Имени Всевышнего.



Мы заботимся также о своём физическом здоровье. Для того чтобы поддерживать физическое здоровье, мы знаем, что нужно придерживаться режима — режима дня, режима занятий. Если мы заболеваем, то идём к доктору. Он прописывает нам таблетки или другие процедуры, которые необходимо делать в определённое время сколько-то раз, или принимать лекарство по правилам, в чёткой последовательности. Точно также духовную практику необходимо делать в строго определённой последовательности.

Если мы занимаемся повторением Имени Всевышнего, это тоже надо делать в определённое время, регулярно и постоянно.



Наслаждайтесь жизнью — в этом нет ничего плохого. Но повторение Имени не так просто. Иногда может казаться, что это что-то несложное. На самом деле постоянное повторение Имени — трудная задача, которая требует серьёзнейших усилий.

У человека всего один ум. Этот ум должен быть полностью поглощён повторением Имени. Не просто сидя в медитации, а и во время приготовления пищи, еды или разговора, во время какого-то серьёзного дела, которым мы заняты. Это не происходит по щелчку пальцев. Это трудно — требует полной концентрации, серьёзного длительного приложения усилий, чтоб достичь какого-то прогресса.

Поэтому можно, конечно, наслаждаться жизнью и радоваться жизни. Но цель, усилия должны быть направлены на то, чтобы научиться жить вместе с Именем Единого. По крайней мере, в этом случае наша следующая жизнь будет лучше.



Занятия йогой укрепляют тело, практика медитаций укрепляет ум, а сосредоточение или мысли о Всевышнем укрепляют Душу. Все аспекты практики важны. Но наиболее важным является последний из них — направление своих мыслей к Всевышнему, повторение Имени Всевышнего.

Если батарейки в телефоне разряжены, вам необходимо подключить их к сети, чтобы они вновь зарядились. Точно также обращение нашей Души к Всевышнему является для человека источником жизненной энергии, благодаря которой он только и может существовать. В этом смысле повторение Имени Всевышнего или обращение к Всевышнему, или мысль о Нём является самым важным и существенным из того, что может делать человек. Обращение к Имени — практика, которую следует делать прежде всего.



Неважно, каким красивым и хорошим будет выглядеть дом снаружи, как бы прекрасно он ни был украшен, каким бы аккуратным ни был, если в этом доме никто не живёт, рано или поздно в нём заведутся пауки, мыши, насекомые, плесень.

Точно так же неважно, как прекрасно и красиво мы выглядим снаружи, как мы прекрасно пахнем, какое у нас прекрасное лицо и тело, в какую чудесную одежду мы себя одеваем, если в нашем сердце пусто и в нём никто не живёт, то там начнут поселяться гнев, жадность, зависть.

Поэтому самое важное — позаботиться о том, чтобы в нашем сердце жил Всевышний. Каким образом? Через обращение к Его Имени. Обращая своё сердце к Имени, мы наполняем его Всевышним. А когда мы наполняем его Всевышним, то постепенно Он будет вытеснять, очищать нас от гнева, жадности, зависти и других негативных качеств.

Священное Имя подобно огню. Неважно, сколь холодным было наше сердце, наш ум, если мы помещаем туда Священное Имя, то оно, как огонь, согревает нас и очищает, сжигает весь тот негатив, который накопился в нас, делает нас чистыми.

Повторяйте Священное Имя с любовью так часто и так долго, как можете. Если вы будете это делать, ваше сердце очистится, и в нём поселится мир. Если ваше сердце очистится благодаря практике повторения Священного Имени, то всё то, к чему вы стремились в практике йоги или тантры, вы получите автоматически. В вас проснётся кундалини, у вас появятся разнообразные сидхи — это произойдёт само собой, когда ваше сердце будет чистым.

Если в вашем сердце утвердится любовь, если вы продолжаете повторение Священного Имени — там поселится мир. Он будет не только внутри вас, но и вокруг вас. Все те, кто связаны с вами, все, кто вокруг вас, тоже почувствуют мир. Поэтому старайтесь, прилагайте все усилия к тому, чтобы повторять Священное Имя, и призывайте его с любовью.



Будьте простыми. Простота — качество, которое нужно использовать. Будьте простыми с людьми, не пытайтесь усложнить ваши отношения. Не пытайтесь причинить боль другому человеку своими действиями, словами или мыслями. Нужно относиться ко всем равно и одинаково просто.

Вот, например, семя. Если мы на него посмотрим, то не увидим дерево, и даже наука не сможет его увидеть. Однако если бросить семя в землю и ухаживать за ним, то со временем дерево вырастет. Точно также и в нас есть Душа, есть Атман, и эта Душа — семя, из которого может вырасти Единство с Богом. Именно поэтому нужно относиться ко всем просто и одинаково, потому что Душа есть в каждом.

Энергия или сила, которая позволяет Атме или этому семени вырасти в дерево и соединить нас со Всевышним — это Ма. Ма окружает нас, находится в каждой Душе, находится повсюду, пронизывает всю Вселенную.

Если мы хотим приблизиться ко Всевышнему, нужно относиться к друг другу просто, с уважением, и не причинять боль другим существам. Самое лучшее по отношению к другим — это служение. Если мы будем служить другим, помогать им, если мы будем делать это бескорыстно, то такие деяния наиболее благоприятны для того, чтобы приблизиться к Всевышнему. Развивайте в себе два качества — качество простоты и качество бескорыстной помощи.



Для того чтобы видеть этот мир, нам необходим свет. Свет в нас подобен свече. Пока свеча не зажжена, она представляет собой просто предмет. Но как только мы зажжём её с помощью огня, она начинает светить. То же самое с человеческой жизнью.

Цель человеческой жизни состоит в том, чтобы видеть свет внутри себя. А увидеть свет внутри помогает постоянное повторение Святого Имени — любого Святого Имени, неважно какой религии. Повторяя его, можно найти свет внутри себя.



Практики, которыми мы сейчас занимаемся, о которых читаем в книгах, были созданы древними людьми, жившими в другие эпохи, в другие Юги. Современная эпоха сильно отличается от них. Она другая, прежде всего, с точки зрения энергии, которой сейчас гораздо меньше, и с точки зрения продолжительности человеческой жизни, которая стала короче. Поэтому наилучшей практикой для нынешней эпохи, для этой Юги, является практика повторения Божественного Имени.

Божественное Имя — вибрация энергии. Имя любого Божества, к которому вы чувствуете любовь — это тот путь, который направляет человеческое развитие к Божественному.

Есть два вида практики повторения Имени. Первый вид — это джапа — личная, внутренняя, скрытая практика. И вторая практика — киртан, когда мы произносим Божественное Имя совместно. Это общая практика.



Точно также как холод не может проникнуть в вас, когда вы сидите у жаркого горящего костра, точно также негативные качества, негативные энергии, не могут оставаться в вас, когда вы зажигаете огонь в своём сердце — огонь преданности.

Для того чтобы его разжечь, необходимо обратиться к Священному Имени. Обращаясь к Священному Имени, повторяя его, вы разжигаете огонь преданности. И в нём сгорают все негативные качества: злость, гнев, зависть, причинение боли окружающим. Всё это начинает изгоняться из вашего сердца и не допускаться туда огнём вашей преданности, огнём вашей практики.

Поэтому обратитесь к Священному Имени, повторяйте Священное Имя. В этом случае, вы разжигаете огонь преданности и можете очистить своё сердце. Тогда в вас возродится вера, возродится доверие к тому, что происходит. И вы сможете увидеть, кто вы есть на самом деле, что за энергия живёт в вашем теле.



Джапа — это многократное, постоянное повторение одного из Святых Имён. Это может быть Имя Бога или Великой Души — Рамы, Иисуса Христа, Будды.

Во время повторения вы можете представлять или визуализировать жизнь этой Великой Души, поступки, события — то,

что происходило с этой Душой, её жизненный путь. Это очистит ваш ум, ваше сердце.

Имя может стать мантрой. Мантра может свестись к одному Имени, но оно должно быть одним и тем же Именем, которое проговаривается, повторяется во время джапы. Не нужно менять Имена, выбирать разные Имена Бога.

Когда вы повторяете одно и то же Имя постоянно, то постепенно перед вами вырисовывается образ. И потом уже достаточно концентрироваться не на Имени, а на самом образе. Вы должны повторять джапу постоянно, регулярно. И она становится цепочкой, которая постепенно связывает вас с Богом.



Ежедневная, регулярная практика джапы может привести к тому, что вы почувствуете наполнение энергией уже в течение одного года.



Не надо пытаться сравнивать, не надо думать, что одно Имя лучше, чем другое или та или иная форма Божественного предпочтительнее остальных. Повторяйте Имя, обращайтесь к Имени, к которому вы чувствуете любовь, привязанность и доверие. Повторяйте его постоянно, обращайтесь к этому Имени, когда вы просыпаетесь и, когда спите, когда вы ходите и, когда едите — когда вы заняты любым делом. И постепенно оно начнёт очищать вас. Постепенно вибрация Имени начнёт очищать сердце и проникать во всё тело. Постепенно практикующий начинает слышать это Имя внутри. Поэтому обратитесь к Имени с любовью и повторяйте его.

Ранний подъём



Обратимся к солнцу. Важно направить свой Дух к Вечному. Одним из проявлений вечного является Солнце. Оно даёт жизнь всему, что мы видим вокруг. Можно попробовать просыпаться до восхода солнца просто из уважения к Солнцу как проявлению Божественного. Если физически тяжело встать и оставаться бодрствующим так долго, то можно встать, провести какое-то время в бодрствовании, почтить Солнце и снова лечь и поспать. Это даст сильный толчок правильного направления в духовном развитии. И также поможет в материальном плане.

Учитесь у животных и растений. Возьмём подсолнух, который при появлении солнца разворачивается в его сторону и постоянно следит за ним, проявляя тем самым уважение к Божественной энергии, которая поступает к нему от Солнца. Почему человек не может точно так же относиться к Божественному, каждый раз поворачивая себя в сторону Божественной энергии? Например, когда вы встаете рано утром, первым делом проявите уважение к Божественному, а потом уже занимайтесь своими материальными делами.



За какое-то время до рассвета, воздух заряжен особой энергией. В нём присутствует нектар жизни, который также питает

тело. Если человек дышит таким воздухом, он получает очень большой заряд энергии. Он не сможет получить подобную энергию после того как Солнце встало — через какое-то время этот нектар в воздухе пропадает. Поэтому так важно, чтобы человек вставал до восхода.

Нужно уважать Солнце, выражать ему почтение, приветствовать его восход, вдыхать утренний воздух. Тогда свет жизни будет разгораться внутри вас.



Для искателя, чьи интересы и любопытство лежат в духовной сфере, очень важно использовать последний час перед восходом. Его можно уподобить Божественному нектару. Это лучшее время, которое можно посвятить практике. Но нужно не просто проснуться, а встать и покинуть постель.

Практика подобна лекарственному сиропу. Он отличается от таблетки, которую ты выпил, и она тебе помогла. Ты пьёшь сироп каждый день. И через месяц, два, три регулярного приёма, начинаешь чувствовать, что в теле что-то изменилось, появились какие-то позитивные изменения — то, что было больным, стало здоровым. Точно так же практика должна приниматься регулярно, прежде чем мы сможем почувствовать какие-то позитивные изменения в мыслительном процессе.



Человек как венец творения, как высшая форма живых существ, которые живут на Земле, может многому поучиться у более низших форм. В частности, птицы и животные просыпаются перед рассветом и приветствуют Солнце. Человек, как и они, может просыпаться перед рассветом, чтобы встретить Солнце.

Солнце — единственный и единый источник жизни на этой планете. Всё, что здесь живёт, вся энергия, которую мы

здесь имеем, любые формы энергии — изначально это энергия Солнца. Проявляя почтение к Солнцу, мы проявляем почтение и уважение к Всевышнему. И наоборот, если мы продолжаем спать, в то время как птицы поют, растения и животные приветствуют Солнце, мы проявляем неуважение к нему и неуважение к духовному Солнцу, к Всевышнему.

С другой стороны, утром во время рассвета и в предрассветные часы воздух наполнен мельчайшими частицами, которые содержат в себе Божественную энергию. Душа может вбирать их, практикуя в это время. Когда мы практикуем утром перед рассветом и во время рассвета, мы наполняем Божественной энергией. Это сильно способствует духовному продвижению. Например, цветы, с которых пчёлы собирают мёд, также раскрываются и собирают эти частицы в утренние часы.

Подобно тому, как пчела садиться только на те цветы, которые раскрылись, Солнце может пролить свой Божественный свет только на тех, кто не спит, чьи Души открыты.



В каждом доме, в каждом помещении делают окна. Цель этих окон — чтобы внутрь помещения проникал солнечный свет и свежий воздух. Точно таким же образом человек должен впускать в себя солнечный свет и свежий воздух. Самое лучшее, самое благоприятное время для этого — до восхода Солнца и непосредственно восход.

Если в то время, когда Солнце восходит, человек спит, то он многое упускает — его разум остаётся во тьме. Поэтому для духовного практика очень важно вставать до рассвета и встречать рассвет в бодрствующем состоянии.



Божественное создало человека как самую высокую форму жизни. Но мы можем наблюдать, что большинство людей во

время восхода Солнца спят, в то время как животные и птицы пробуждаются до рассвета. Они становятся активными в раннее время и живут в гармонии с природными ритмами. Кроме того, животные и птицы питаются в соответствии с тем, как их устроила природа. Они находятся в равновесии и обычно не болеют, в отличие от людей.

Поэтому и человеку необходимо использовать природные ритмы, циклы правильно. Вставать до восхода, приветствовать Солнце, выразить ему своё почтение. Выходить на свежий воздух и вдыхать нектар жизни, который присутствует в воздухе перед восходом и во время восхода. Эта энергия заряжает тело. Она может исцелять тело на клеточном уровне и также даёт большую ментальную силу, силу разума человеку, чтобы он мог выполнять все свои обязанности. Поэтому очень важно избавиться от лени, вставать рано и жить в соответствии с ритмами природы.



Мы часто путаем. То, что мы считаем удовольствием или счастьем, на самом деле является болью и страданием. А то, что мы воспринимаем, как трудности и страдания, на самом деле, оборачивается счастьем.

Например, мы рано утром просыпаемся и чувствуем, что хочется ещё поспать. Мы видим в этом удовольствие, счастье. Ведь приятно утром провести время в постели, понежиться. Но если мы поймём, что утренние часы в постели приводят к нашей духовной деградации, то осознаем, что это чистой воды страдание.

И наоборот, если провести это время в практике, если каким-то образом заставить себя встать и сконцентрироваться на Божественном, то Бог увидит, что вы стараетесь ради того, чтобы приблизиться к Нему, и Он поможет. Вы почувствуете поддержку, вы почувствуете прикосновение Благодати.

Если вы проснулись сонные и не можете концентрироваться, попробуйте петь. Если вы не можете петь, попробуйте танцевать, как делают это кришнаиты. Посмотрите, как их лица наполнены счастьем, радостью, благодаря постоянному пропеванию Имени Бога.

Лень проявляется, прежде всего, в избыточном сне. Для того, кто вступил на духовный путь, нормальным количеством сна является 4-5 часов. Всё, что сверх этого — проявление лени. Постарайтесь увидеть, осознать: то, что мы воспринимаем внешне как трудности и страдания, — это обратная сторона прогресса, духовного развития и в конечном итоге духовного счастья. А то удовольствие или материальное счастье, которое мы испытываем, предаваясь лени, на самом деле, есть форма страдания.



Как только вы проснулись, ещё не встав с кровати, садитесь в позу лотоса или в удобную позу, и обращайтесь к Богу с молитвой. Просите, чтобы в этот день вам встретились только добрые люди, только люди с открытым сердцем. Просите, чтобы этот день был днём благоденствия для всех встреченных вами людей, для всего мира. Только после этого опустайтесь с кровати и начинайте повседневные дела.

ОМ



Мантра ОМ — очень сильная мантра, и нет ничего плохого, чтобы продолжать её делать. Но надо понимать, что это бесформенная мантра. Практика подобных мантр требует определённых усилий. Это сложный путь в силу того, что нет формы.

Правильным результатом повторения мантры является то, что ты попадаешь внутрь мантры. Тогда она начинает звучать отовсюду, и ты слышишь её без того, чтобы произносить. С мантрой ОМ достичь этого тяжело, требуются очень серьезные усилия, и это надо отчётливо понимать.



Звук ОМ нерушим. И когда мы произносим его вместе, он остаётся в пространстве и остаётся навсегда.



ОМ — это вселенский универсальный звук. А «Шивайя» — это тот, кто заботится обо всем и тот, кто даёт счастье всему. «Намах» значит «я кланяюсь». Таким образом, пропевая мантру ОМ НАМАХ ШИВАЙЯ, мы говорим о том, что я кланяюсь Вседержителю, тому, кто заботится обо всём, тому, кто держит и тому, кто является источником счастья и радости.

С другой стороны, когда мы пропеваем Имя или слог слова «Шивайя», то мы пропеваем одновременно два слога: это

слог Ши — означающий «Шакти», и Вайя, что значит «Шива». Таким образом, мы одновременно кланяемся Шиве и Шакти в одном лице.



Бесформенное проявление Богини — это Ом. Звук Ом состоит из трёх букв А-У-М. По мере проявления в мире из этих звуков образуется девять форм Матери-Богини, а затем эти девять форм превращаются в сто восемь форм, и в дальнейшем в тысячу восемь форм, и так далее.

Эти три звука А-У-М являются проявлением трёх чакр или трёх энергий Богини. Таким образом, сущности Богини, которым может поклоняться преданный, практикующий, множатся в мире так, что каждый может выбрать форму, которая ближе ему, с кем он чувствует связь.

Можно практиковать и медитировать, используя звук Ом. Но это очень высокая степень медитации и практики, поскольку Ом не имеет формы. Для того чтобы медитировать на бесформенное, требуется достичь очень высокого уровня, который мало кому доступен — только самым преданным, самым упорным и выдающимся практикам.



В знаке Ом есть точка, которая является символом эволюции, символом развития, символом потенции. В числах аналогичным символом является ноль. Если мы возьмем единичку и поставим рядом с ней ноль, то получим десять. Если поставим два ноля, мы получим сто, и т. д. Точно также символ точки показывает нам эволюцию и возможность бесконечного развития.



Если вы хотите медитировать на Ом, на бесформенное, то, прежде всего, необходимо перестать отождествлять себя с телом.

Человек ищущий, который воспринимает себя по-прежнему как тело, не сможет медитировать на Ом, не сможет созерцать священный звук.

Надо перестать чувствовать, ощущать и думать о себе как о теле. Необходимо осознать себя как Душу — бессмертную, не имеющую начала и конца. Только воспринимая себя таким образом, вы сможете медитировать на бесформенный Ом.



Ом как высшая форма и высшая цель медитации — есть Вечный источник всего и каждого, всякой Души и всего творения, видимого мира и эволюции. Ом находится за пределами всего этого.

Этот мир, как мы знаем по теории Большого взрыва, появился из звука Ом. И он эволюционирует и исчезнет в этом звуке, а Ом будет пребывать вечно. Душа практика, который способен так медитировать, после того как покинет тело, так же вернётся в Ом.

Молитва



Молитва очень важна на пути. Для того, чтобы молиться совершенно не обязательно отправляться в храм или в мечеть. Можно молиться в любом месте.

Единственное, что важно — не нужно молиться за себя, не нужно просить за себя. Просите или молитесь Всевышнему за других — это правильно, и в таком случае вы получите благословение очень быстро.



И в случае рождения и в случае смерти, самое лучшее, что можно делать — это молиться. Молитва о том, чтобы ребёнок, который пришёл в этот мир, был счастлив, чтобы о нём заботились, чтобы он был доволен, чтобы его ждала хорошая судьба. А когда человек покидает этот мир, покидает тело, мы можем молиться о том, чтобы его Душа нашла упокоение, чтобы она нашла мир и покой.



Время, в которое вы совершаете практику молитвы, является самым важным. Чрезвычайно важно, критически важно делать её в одно и то же время. Не так важно делать её долго, например, час или два часа подряд. Лучше делать хотя бы пять минут, но строго в определённое время каждый день.

В чём причина этого? В том, что когда вы молитесь, вы создаёте вибрацию, волну, которую вы направляете к тому, к кому обращаетесь. И если вы делаете так в одно и то же время, эта вибрация постоянно нарастает. Рано или поздно она достигнет того уровня, который соединит вас с тем, кому вы молитесь. Поэтому важно делать это в одно и то же время. Лучше делать пять минут каждый день в одно время, чем делать по два часа, но в разное время.

Не надо понимать превратно, что молитва перестаёт работать. Молитва есть молитва, польза от неё есть всегда. Но если вы хотите достичь максимального эффекта, то это надо делать в одно и то же время.



Молитва является очень важным путём духовного развития. Есть важные правила, касательно молитвы. Первое, надо молиться кому-то. Неважно, будет ли это мужской или женский аспект, будет это какое-то Имя или безымянный Единый или как угодно ещё. Но это должно быть нечто, что мы внутри себя формулируем.

Второй момент — не надо молиться за себя. Молитесь за близких, за дальних, за свою страну, за свой народ, но не за себя.

Третий момент: ценность заключается не в ваших чувствах, а в самой молитве, в энергии, которая в это вкладывается.



Молитва должна стать ежедневной регулярной практикой, которую надо делать постоянно, в определённое время, без пропусков. Необходимо каждое утро и каждый вечер регулярно молиться. Всегда молиться не за себя, а молиться за благоденствие мира, за благоденствие других существ, людей, за то, чтобы в мире был мир, за то, чтобы другим было хорошо.

На санскрите фраза «Сарве баванту сукинах» означает «Пусть все будут счастливы».

Что же можно попросить для себя? Вы можете попросить, чтобы из вашего сердца Господь удалил всю нечистоту. Гнев, зависть, ненависть, злобу. Вы можете попросить Господа, чтобы Он удалил эти качества и сделал наши сердца чистыми.

Молитесь своими словами. Старайтесь молиться от чистого сердца. Когда вы произносите свои собственные слова, вам проще обращаться от чистого сердца. Молитва имеет огромную силу, но в том случае, если она делается сердцем, если вы вкладываете себя в эту молитву. Поэтому творите молитву своими словами, вкладывая сердце, говоря её от себя.



Во время молитвы нельзя быть эгоистичным. Молиться нужно не о своём материальном благополучии, не о получении каких-то материальных вещей. Нужно просить, чтобы нам было дано достаточно силы для сострадания, для помощи близким людям, для перенесения испытаний. Главное во время молитвы — не быть эгоистичным и не просить ничего материального для себя.



Чтобы достичь бескорыстной веры в Бога, нужно молиться за других. Это должно быть частью вашей повседневной практики, работы. Просто каждый день в определённое время молитесь за других. Не за их материальное счастье, а за их духовное счастье.

Вечное знает ваши нужды, оно всё вам даст в своё время — всё, что нужно и для материального, и для духовного. Поэтому пусть вашей практикой станет молитва, забота, помощь другим людям. Таким образом, вы очиститесь, и ваша вера станет чистой и бескорыстной.

Медитация



Молитва — это просьба к Всевышнему о благоденствии этого мира и каждого живого существа в этом мире. Медитация — это путь или способ осознания себя единым с Всевышним. Просто сидеть в спокойной позе, продолжая думать о мирских вещах, это не медитация. Медитация — это слияние с Единым.



Чтобы более глубоко погрузиться в медитацию, необходимо начинать её с открытыми глазами, затем постепенно вы входите в состояние медитации, и они автоматически закрываются. Если начинать медитацию с закрытыми глазами, есть риск, что у вас начнётся мыслительный процесс, который будет отвлекать от медитации.



Не медитируйте, если медитация не случилась. Если вы сидите с закрытыми глазами и сосредоточенно на что-то смотрите, но в это время вас одолевают мысли, и вы стараетесь себя как-то сконцентрировать, заставить себя делать эту практику это не медитация, это избыточное напряжение себя, попытка сделать то, что не получается. Созерцательное медитативное состояние случается — и тогда это действительно медитация.

Лучше в такой ситуации заняться другой практикой, попеть киртан или почитать священную книгу. Есть много других видов практик, которые можно делать не в медитативном состоянии.



Каждый день вы должны медитировать, по крайней мере, по пять минут, думая: «Я здоров, я счастлив, я нахожусь в спокойном состоянии, у меня нет никаких болезней. Я есть Свет». Это помогает улучшить ваше благосостояние, улучшить внутренний мир.



Если вы чувствуете, что ваше сердце не наполнено миром, находится в беспокойном состоянии, необходимо пойти в такое место, где растут деревья, цветы, трава. Побывать там какое-то время, понаблюдать, постараться почувствовать, о чём с вами говорит трава, о чём говорят цветы, о чём говорят деревья. Постараться услышать, увидеть, что они всю силу, всю энергию, всю красоту, которая внутри, получают и отдают другим.

Надо постараться почувствовать что всё, что у них есть, они отдают. Дерево, например, всё время, пока живёт, вырабатывает кислород, в котором мы нуждаемся. Когда оно умирает, то даёт древесину и дрова, на которых мы можем готовить еду, согреться. Такого рода размышления или ощущения очень быстро и правильно приведут нас к мирному состоянию ума, к мирному состоянию сердца.



Человек, который идёт или старается идти по духовному пути, должен избегать споров. Если вы оказываетесь втянуты в спор, то вы практически неизбежно испытаете какие-то негативные

эмоции, что совсем не полезно для духовной практики. Поэтому если вы неожиданно обнаружили себя в состоянии спора, лучше всего выйти из него как можно быстрее. Никакие виды споров не полезны для практики.



Медитировать нужно в состоянии счастья и покоя, свободным от негативных мыслей и от внутренних напряжений. Когда вы медитируете, вы должны быть не затронуты чувственными восприятиями: уши, нос, глаза должны быть погружены внутрь. Единственное, что вы можете наблюдать глазами — это ваш внутренний свет.



Картинки в медитации могут приходиться из ваших прошлых жизней или показывать будущее. Чаще всего, если эти образы делают вас счастливыми, более спокойными, значит, они из будущего. Если же наоборот, эти маленькие фильмы заставляют вас чувствовать себя угнетёнными, повергают в депрессию, то это ваше прошлое.

Какие-то образы, возникающие в медитации, являются к вам из прошлых жизней, под влиянием кармы. Но не следует задумываться о них, пытаться исследовать их, сопоставляя с тем, что было, что будет.

Основное, чем вы должны заниматься во время медитации, — это углубляться в себя, пытаться осознать своё «Я», и прочувствовать свою Душу.



Медитация — это достижение состояния или нахождение в состоянии мира, тишины и счастья. Медитация — это счастье и мир.



Моя медитация — это растворение в надабраме. Надабрама — это Вселенский изначальный звук. Находясь в горах, в лесу или у реки очень легко услышать надабраму и раствориться в нём. Но это также возможно в городе или населённом месте, или в хаотическом окружении. В таком случае это требует некоторого времени и усилий, но также достижимо.



Для того чтобы достичь успеха в любой деятельности, нам необходимо применить медитацию. Если водитель хочет вести машину правильным образом, чтобы ни во что не врезаться, он должен быть сосредоточен на вождении. Если студент хочет обучиться чему-то, ему нужно сконцентрироваться на предмете, который он хочет изучить. Если художник хочет нарисовать картину, он должен сконцентрироваться или медитировать над тем, что хочет изобразить. Таким образом, любая человеческая деятельность может быть медитацией.



Что же, в сущности, является медитацией? Мы выключаем последовательно органы чувств — зрение, слух, осязание, обоняние, а также отключаем мыслительную деятельность. Что при этом происходит? Энергия, которую мы тратим на все эти виды деятельности, начинает сосредотачиваться, накапливаться внутри. И в какой-то момент у неё появляется возможность соединиться с Высшей энергией, которая является энергией Создателя.



Занимаясь практикой медитации, необходимо держать спину прямой, позвоночник должен быть прямым. Есть канал

сушумна, который проходит по позвоночнику. Это единственный канал, по которому может пробуждаться кундалини. Если позвоночник согнут, то канал сушумны будет пережат, и вы не сможете пробудить кундалини. Поэтому всякий раз, когда вы занимаетесь практикой медитации, старайтесь, чтобы спина была прямой.



Когда ищущий перестаёт отождествлять себя с телом, он перестаёт и окружающих людей воспринимать как тела. Он перестаёт относиться к ним как к отдельным от себя сущностям, имеющим некую форму. Он относится к ним так же, как к себе. Никакой разницы между собой, той Душой, которая есть он, и той Душой, которая есть другие люди, он не видит. По мере развития осознания ищущий погружается в постоянную медитацию — любая ситуация, любое взаимодействие в таком состоянии является медитацией.



Медитация — это не то состояние, когда вы просто закрываете глаза. Если наши глаза закрыты, наш ум уходит куда-то ещё. Медитация — это то, что окружает нас, это повседневное явление с открытыми глазами.

Поэтому когда вы медитируете с открытыми глазами, вы находитесь в состоянии медитации постоянно. И соответственно, это продолжается до того момента, пока ваша Душа находится здесь.



Концентрация на точке межбровья позволяет оградить, избавиться себя от мыслей. Концентрация на сердце требует концентрации на какой-то форме. Когда мы концентрируемся на точке между бровями, мы концентрируемся на Свете.

Когда мы концентрируемся на точке между бровями или на сердце, первое, что мы делаем — заставляем наш мозг, наш мыслительный процесс перестать работать. Чтобы прекратить бег мыслей, необходима концентрация на какой-то из точек. Это не позволяет нашей внутренней энергии распространяться в никуда, и соответственно мы накапливаем в себе Божественную энергию.

В первую очередь, вы должны быть полностью расслаблены, не оставлять внутри себя никакой боли, никаких негативных эмоций. Нельзя заставлять себя заниматься медитацией. Если вы не можете медитировать больше, то нужно просто остановиться. Нужно остановить свои мысли для того, чтобы они перестали курсировать голове.

Когда вы начнёте останавливать свои мысли — вы научитесь слышать звук в правом полушарии или в левом. Этот звук присутствует в каждом человеческом существе. Он повсюду в теле. Когда вы начнёте слышать этот звук, тогда вы научитесь останавливать свой мозг и прислушиваться именно к звуку. Вы можете слышать его везде, повсюду, в любой стране, в любом состоянии. Вы просто должны в этот момент находиться в абсолютном спокойствии, в отсутствии мыслей.

Когда вы медитируете — только вы слышите этот звук. Никто другой, находящийся рядом с вами, его не слышит. Каждый может услышать внутри звук. Вы просто должны продолжать пытаться



В тот момент, когда мысли потоком накатывают на вас, просто перестаньте медитировать. Не нужно заставлять себя это делать насильно. Это всего лишь практика, и она требует времени. Секунда за секундой вы будете увеличивать концентрацию.

Когда мысли начинают возвращаться, вы можете заняться какими-то своими делами, просто погулять, послушать

музыку — всё, что угодно. Наш ум напоминает ребёнка, которому нужно постоянно играть. Любопытство — одно из ключевых качеств ума. Поэтому когда вы перестаёте медитировать, нужно попытаться сконцентрироваться на каком-то образе, Имени.

Основная задача — отойти от материального мира, вести ум по духовному пути, а не концентрироваться на материальных вещах. Можете помимо образа, Имени, дать уму любую пищу, любую игрушку. Ум подобно ребёнку пытается найти что-то, за что он может зацепиться.



Основная задача медитации — не дать своей внутренней энергии распространяться и тратиться впустую в мире материальных вещей. Нужно дать своему уму успокоиться, чтобы мысли никуда не разбежались.

Если вы не можете медитировать, то способны совершать другие благие поступки — служение людям, помощь им, чтобы не расходовать зря внутреннюю энергию. Благие поступки угодны Богу.

Все мы являемся частицами Вечной Души, и на подсознательном уровне мы хотим вернуться к Душе, вернуться назад. Медитация — это один из способов. Подсознательно мы хотим через медитацию или поступки каким-то образом вернуться и снова стать Единой Душой.



Поза, в которой выполняется практика, должна быть удобной, мы должны сидеть так, чтобы отключиться от мыслей о теле. Наше тело не должно нас беспокоить. Если поза будет неудобная, то все наши мысли будут сосредоточены лишь на неудобствах тела. И мы не сможем от него отключиться. Правильная медитация — это успокоение всех мыслительных процессов, умолкание ума. Если мы думаем о чём-то, это уже не медитация.

Начитывание Божественного Имени помогает сконцентрироваться на форме в сердце и на звучании Имени. Оно помогает убрать внимание от всех других мыслей и сосредоточиться на мысли о Божественном. Тогда возможно успокоить ум, чтобы он остановился. И если медитация происходит правильно, все мыслительные процессы отключаются, то наше тело получает большой заряд энергии, обновляется. Если по-настоящему много медитировать, то телу даже не нужна будет пища. Оно будет получать энергию непосредственно через медитацию.

Когда мы начинаем медитацию, мы должны выбрать одно избранное Божество, с которым будем соединяться, приглашать в своё сердце. На пути бхакти не надо менять форму Божества, с которым мы соединяемся в медитации. Выбирается одно, начитывается одно Имя. И эта практика происходит регулярно, без смены избранной формы Божества.

Входить в медитацию необходимо со слегка приоткрытыми глазами. Не надо сразу закрывать глаза, иначе ум начнёт двигаться. Начитывание Имени должно начинаться со слегка приоткрытыми глазами. А когда процесс медитации переходит в другую фазу, глаза закрываются естественно сами собой.

Во время процесса начитывания Имени, мантры, органы чувств должны постепенно отключаться. Глаза не нужно ни на чём фокусировать. Они должны быть расфокусированы, ни на чём конкретно не задерживаться. Также слух должен отключиться. Мы не должны концентрироваться ни на каких звуках, выделять что-либо. И все остальные органы чувств постепенно должны отключаться. Всё наше внимание должно перейти на форму Божества и на Его Имя. Тогда постепенно наш мыслительный процесс успокоится и отключится.

Мы должны пригласить Божественное, пригласить ту форму, с которой мы работаем, в своё сердце, в открытый лотос сердца.

В практике не нужно торопиться и не нужно ничего бояться. Практика должна стать каждодневной, происходить в одно и то же время. Плоды практики достигаются не за два дня и не за неделю. Возможно, пройдут месяцы, годы для того, чтобы действительно получить плод и войти в состояние медитации.



Медитация — это своеобразное начало и возможность ощутить безусловную и вечную любовь, любовь к Богу. Медитация — первый шаг на этой ступени. Поэтому, когда мы медитируем, концентрируем внимание, это даёт нам возможность почувствовать нашу связь с Богом, ощутить, что мы все — Его частицы, частицы безусловной Любви. Медитация позволяет добиться состояния просветления и осознания связи и принадлежности нас к Вечной и Безусловной Любви, которая идёт от Бога.



Основная цель медитации — просветление. Но есть промежуточные цели. Это — то, что на пути к просветлению вы начинаете вести себя, чувствовать и мыслить не так, как другие человеческие существа. Например, вы перестаёте думать о том, чтобы причинить боль другому человеку, и ваше поведение в повседневном мире изменяется. Вы начинаете сострадать, помогать, служить другим людям. Это служение окружающим, совершение благих дел и отсутствие негативных мыслей и мыслей, которые могут причинить боль другому человеку — это и есть промежуточные цели на вашем пути. Если вы их отслеживаете, если вы их можете найти у себя, значит вы на правильном пути.



Вы не должны засыпать во время медитации. Если вы засыпаете, то это уже не медитация, а просто сон. Нужно оставлять

свой мозг, свой разум в рабочем состоянии одновременно с медитацией. Когда вы чувствуете, что засыпаете во время медитации — попробуйте открыть глаза и повторять джапу.



Вы можете концентрироваться и на центре между бровями, и на сердце — либо на том центре, либо на другом. Это зависит от того, какую цель вы ставите. В любом случае перед медитацией нужно определить цель — на чём вы хотите сконцентрировать своё внимание. Если вы концентрируетесь на каком-либо образе, то концентрация внимания должна быть на сердце. Если вы концентрируете внимание на Свете, то концентрация должна быть на области между бровями.

Если вы ставите перед собой цель и концентрируете своё внимание на образе, то картинка, образ — это всегда Любовь, а Любовь — это всегда сердце. Поэтому если во время медитации вы концентрируетесь на образе, то соответственно вы направляете внимание в область сердца.

Сконцентрироваться на двух точках одновременно невозможно. Либо вы концентрируете своё внимание на центре между бровями, т. е. пытаетесь контролировать разум, либо на сердце — и обращаетесь к Любви и образу.

Когда мы собираем своё внимание между бровями — этот центр обозначает мудрость и знание. Если мы концентрируемся без формы или образа, то концентрация между бровями означает ваше стремление к мудрости и к знаниям.



Прежде чем вообще начнётся правильная медитация, необходимо достичь состояния концентрации ума, т. е. ум должен быть остановлен, прежде чем начнётся медитация. Это не цель медитации, а на самом деле только её начало.

Йога



На освоение конкретной асаны требуется длительное время. В современную эпоху может просто не хватить жизни для освоения йоги достаточным образом, для познания себя. И санкиртан является самым простым и быстрым путём самопознания.

По мере этой практики, практикующий в какой-то момент ощущает свет в сердце. Это и есть самосознание, истинное «Я» — Атман. После того, как вы ощутите свет, вы начинаете чувствовать счастье или радость, связанную с ним. Так проявляется Божественная благодать.



Йога — это единение с Всевышним. В Бхагавад-Гите описано восемьдесят видов йоги, а их существует намного больше. Но в нынешнюю эпоху единственный путь йоги, который достигим и приводит к единению с Всевышним, — это бхакти-йога, путь Божественного поклонения. Все Великие Души, которые являлись в нашу эпоху и достигли единения с Всевышним, шли путём бхакти-йоги.

Каковы качества бхакта — преданного, следующего путём бхакти-йоги? Бхакт не показывает, кто он. Ничто в нём внешне не выражает, что он идёт по этому пути. Он не носит специальную одежду. Он никаким образом не даёт окружающим увидеть, что он занят внутри постоянным обращением к Всевышнему.

Второй момент связан с аспектом служения. Бхакти-йог видит Всевышнего во всём. Он видит Всевышнего в каждой частице, в каждой живой Душе — человеческой и не только. Служение — это ключевой момент в бхакти-йоге. Служа всем живым существам — людям, животным, растениям — бхакти-йог фактически служит Всевышнему.

Третий момент — бхакти-йог ведёт жизнь обычного человека, но он одинаков во всех обстоятельствах своей жизни. Он всегда помнит о том, что счастье или несчастье в его жизни — светлая полоса или тёмная полоса — есть всего лишь результат ранее накопленной кармы, и это никак не влияет на его внутренний настрой.

Только благодаря наличию бхактов Земля продолжает существование. Когда на Земле не останется ни одного бхакта, то придёт время массового уничтожения.

Как можно понять, что в том или ином месте есть люди, которые практикуют бхакти-йогу? По тому процветанию, по тому благосостоянию, которое мы можем видеть в этой стране. Мы наслаждаемся плодами, которые даёт земля — фруктами, всем тем, что мы можем получить. И на самом деле мы это получаем только благодаря тому, что вокруг нас невидимо живут люди, которые совершают бхакти-йогу или совершают поклонения. В самых разных формах, в любой местности, в любой области это можно найти — в Индии, в частности. Вы можете приехать туда, увидеть прекрасные плоды земли, которыми она одаривает людей. Но их бы не было, если бы вокруг не было невидимых глазу очень простых людей, которых мы никогда не узнаем, не определим как бхакти-йогов. И, тем не менее, они есть, и они продолжают непрерывно практиковать.



Если очень упростить, существуют всего три вида йоги: это джняна-йога — йога знания или мудрости, карма-йога — йога

действия, и бхакти-йога — йога Божественного поклонения. Все они стремятся к одному — к Единому, к Всевышнему. Путь, который им предстоит преодолеть для того, чтобы слиться с Единым, можно уподобить огромному океану, и его надо пересечь.

В чём отличие этих путей? Джняна-йог стремится преодолеть путь при помощи мудрости и знания. Какая опасность его подстерегает на этом пути? Это опасность гордыни. Умножаются знания — растёт внутреннее эго. Рано или поздно оно может стать таким большим, что джняна-йог утонет в этом океане.

Что может произойти с карма-йогом? Он также пытается пересечь океан, полагаясь на свои силы. В современную эпоху это почти невозможно. Жизнь коротка, и сил у современных людей не так много. Если окажется, что сил будет недостаточно, чтобы собственным усилием достичь Всевышнего, он так же утонет в океане.

В то же время бхакти-йог не пытается достичь Всевышнего своими силами. Он не полагается на себя, он полагается на Всевышнего. Он подобен не пловцу, который сам пытается пересечь океан, а человеку, сидящему в лодке. Все его помыслы связаны с Единым, Всевышним. И Всевышний сам толкает его лодку вперёд. Этот путь легче может привести к успеху. Бхакти-йогу хватит энергии, потому что он не тратит свои силы на борьбу с волнами. Его эго может уменьшиться, поскольку он совсем не надеется на себя — он надеется на Всевышнего.

Есть два основных качества, которыми должен обладать бхакти-йог. Они могут помочь ему на пути. Первое качество — служение или сева, служение всем живым существам. И второе — сострадание. Обладая этими двумя качествами, бхакти-йог может помочь себе достичь Всевышнего.



Йога — значит «добавить», добавление. Нидра — значит «сон». Йога-нидра означает, что вы добавляете Всевышнего к своему сну. Фактически состояние йога-нидры — это состояние полусна, когда ваш ум бодрствует и продолжает повторять Имя, а тело спит. Тело спит, отдыхает, а ум продолжает повторять Имя, продолжает джапу. В тот момент, когда ум прекращает повторять джапу, вы попадаете в настоящий глубокий сон.

Взгляд внутрь



Духовную практику можно рассмотреть следующим образом: обычный человеческий взгляд — это взгляд изнутри наружу. Когда мы смотрим на мир изнутри наружу, всё, что мы видим — иллюзия. Практика — это развернуть взгляд в обратном направлении, т. е. смотреть снаружи вовнутрь. В тот момент, когда нам удаётся перевернуть взгляд в правильном направлении, начинается духовный поиск и духовное путешествие.

Есть две ступени на этом пути. Во-первых, нужно обратить внимание на своё тело, на свои чувства, которые приносят информацию из внешнего мира, и остановить этот процесс. Перестать обращать на него внимание, и заметить внутри нечто, что не связано с телом и чувствами. То, что живёт внутри и действует само по себе, независимо от реакции нашего тела и чувств. С этого начинается духовная практика.

Второе — нужно отвернуться и от этого живущего внутри и действующего самостоятельно процесса. Тогда можно говорить о настоящей духовности, тогда появляется связь с Всевышним.



Есть высказывание Гуру Нанака: «Вселенная вокруг нас равна Вселенной внутри нас». Для того чтобы осознать этот факт, необходимо сделать первый шаг — направить свой взор

внутри. Нужно что-то сделать ради этого. В частности, одним из способов постижения внутреннего мира, является чтение книг, чтение биографий Великих Душ.



Важно понимать, что есть Истина, а что нет. То, что мы видим или воспринимаем во внешнем мире, не есть Истина. Истина — это то, что мы можем увидеть внутри. Туда должен быть обращён взгляд человека, который хочет познать Истину — внутри.



Процесс отрешения от внешнего мира, от своих чувств, потребностей тела, правильней описать как жертву. Необходимо принести в жертву наш привычный процесс, когда мы удовлетворяем свои чувства — жажду, голод, обоняние, осязание, слух. Всё, что мы делаем — удовлетворяем свои потребности. Отказ от этого и есть принесение в жертву.

Но это не выключатель, который можно просто выключить — необходима практика. Обязательно нужно делать практику в одно и то же время, постоянно. Лучшее время — это час перед восходом.

Через процесс жертвы мы начинаем очищать своё тело. Когда мы следуем за внешними чувствами, мы загрязняем себя. Загрязняем тем, что наполняем объектами материального мира, и делаем это неосознанно. Из-за этого только увеличиваем загрязнение. В тот момент, когда мы начинаем жертвовать — перестаём следовать за инстинктами и удовлетворять чувства — начинается обратный процесс — процесс очищения. Сначала идёт процесс очищения тела, потом сердца. И когда он достигает определённого уровня, в этот момент начинается духовный путь.

Когда мы смотрим в правильном направлении, и благодаря тому, что поиск происходит регулярно, постоянно, появляется шанс что-то увидеть. Возможность увидеть, что именно не так, что необходимо изменить. И тогда мы сумеем это изменить.

Если же не ввести это в привычку и не сделать регулярной практикой, вероятность изменений невелика. Это как если бы мы каждый раз начинали строить здание заново. А благодаря регулярной практике есть шанс начать в той точке, на которой мы остановились вчера, а завтра — в той точке, где мы остановились сегодня.



Любое достижение в этом мире сопряжено с болью. Если вы хотите чего-то достичь, надо бороться, преодолевать. И это иногда причиняет большую или меньшую боль. Аналогичным образом устроено и достижение каких-то духовных ценностей.

Свобода не есть тот путь, которым вы приходите к Божественному. Путь заключается в том, чтобы связывать себя определённой последовательностью действий. Если вы создадите в своей жизни структуру, например, делать каждое утро, каждый вечер джапу, вставать в определённое время, есть в определённое время, принимать определённые виды пищи, а от других видов отказываться — это помогает связать и сконцентрировать ум. В противном случае он будет абсолютно свободно блуждать повсюду, и вы не сможете сконцентрироваться на том, на чём хотите его сосредоточить.

Зачем нужна ограничения, пути, которые причиняют страдания и боль? Они нужны для того, чтобы очистить ваше сердце. Это медленно-медленно очистит сердце. А Бог живёт только в чистом сердце.



Не нужно бояться и не нужно останавливаться перед трудностью практики. Я вижу множество людей, которые начали садхану, но не смогли преодолеть трудности. Они испугались боли и препятствий и покинули этот путь. В результате они не получают никаких плодов практики, и если решат вернуться, им придётся начинать с нуля.

Человек, который вступает на путь, ни в коем случае не должен бояться трудностей. Понятно, что они будут, но не надо предавать себя. Лучше оставить все сложности, всё, что происходит, на волю Всевышнего, предоставить всё это Ему. Он организует всё и сделает наилучшим образом.

Можно сравнить плоды практики с розой — «стебель, покрытый шипами», с трудным путём, на котором есть риск остановиться. Если вы хотите взять розу, вам не надо бояться шипов.

Или представим крестьянина, который должен целый год трудиться, не видя никаких результатов. Он тяжело трудится на своём поле, прежде чем вырастет урожай и появятся плоды. Это подобно тому, что мы делаем в практике — нужно некоторое время прилагать усилия для того, чтобы что-то получить.



Практика (садхана) — это борьба, усилие. Жизнь не всегда состоит из одного счастья. Время от времени в жизни случаются тёмные полосы. Иногда нас сопровождает боль, другие страдания. Всё это не должно оказывать никакого влияния на практикующего, на садхака. Его состояние определяется внутренним настроением, и внутренний настрой всегда должен быть позитивным, радостным, счастливым.

Вместо того чтобы поддаваться несчастью или печали, даже в самые тяжкие, в самые тёмные моменты, садхак должен

оставаться счастливым. Если садхак настроен радостно, значит, его Душа будет пребывать в счастье. А Душа — это самая высшая драгоценность для садхака.

Здоровье/тело/питание



Самое большое счастье для человека — когда его тело здорово. Самая большая ценность для человека — быть здоровым. Потому что если тело не здорово, есть болезни, какие-то зоны поражены, баланс нарушен, то человек не сможет заниматься духовной практикой. Когда он будет садиться в медитацию, всё его внимание будет уходить в проблемные зоны. И это будет отвлекать внимание человека от медитации. Поэтому здоровое тело — это необходимость. Сейчас, в наше время, многие люди прибегают к йоге, асанам для того, чтобы поддерживать здоровье тела, и это замечательно.

Но это не единственный путь, можно также заниматься любимыми другими физическими упражнениями. Можно работать по дому, по саду. Делать какую-то физическую работу, ходить. Чтобы тело было в тонусе, чтобы оно было полно энергии — оно должно получать какую-то нагрузку. Цель этого — накопить в теле достаточно энергии для медитации.

Что касается йогических практик, то их необходимо делать утром, в утреннее время. Асаны, пранаямы нужно делать утром, чтобы они заряжали тело энергией и избавляли тело и разум от лени. Смысл не в самих упражнениях как таковых, а в подготовке тела к медитации. Важно, чтобы оно было здоровым, чтобы оно могло сидеть в удобной позе. Тогда в нём будет достаточно энергии, и сознание сможет медитировать.



Божественное создало человека как самую высокую форму жизни. Но мы можем наблюдать, что большинство людей во время восхода Солнца спят, в то время как животные и птицы пробуждаются до рассвета. Они становятся активными в раннее время и живут в гармонии с природными ритмами. Кроме того, животные и птицы питаются в соответствии с тем, как их устроила природа. Они находятся в равновесии и обычно не болеют, в отличие от людей.

Поэтому и человеку необходимо использовать природные ритмы, циклы правильно. Вставать до восхода, приветствовать Солнце, выражать ему своё почтение. Выходить на свежий воздух и вдыхать нектар жизни, который присутствует в воздухе перед восходом и во время восхода. Эта энергия заряжает тело. Она может исцелять тело на клеточном уровне и также даёт большую ментальную силу, силу разума человеку, чтобы он мог выполнять все свои обязанности. Поэтому очень важно избавиться от лени, вставать рано и жить в соответствии с ритмами природы.



На пути бхакти, на пути преданности, первый шаг, который необходимо совершить — это следовать правильной диете, правильно питаться, потому что наш мыслительный процесс и наша энергия напрямую зависят от того, что мы едим.

Диета очень важна. Желательно отказаться от всех крайностей в пище. Не есть чересчур кислую пищу или чересчур солёную. Не есть те продукты, которые возбуждают наш разум, не есть мясо, яйца, слишком острую пищу, потому что она возбуждает мыслительный процесс, энергию — выводит её из баланса. Если мыслительный процесс выводится из баланса через пищу, которую мы употребляем, то он отклоняется от цели и направляется в другую сторону.

Нужно попытаться есть больше фруктов, овощей, молочных продуктов без экстремальных отклонений.



Согласно ведическому знанию, существуют три вида питания: саттвическое или «sattvic», «тамас» — тамасическое питание, и «раджас» или раджасическое питание. Духовным подвижникам следует питаться саттвичной пищей. Саттва означает «истина». Пища саттвическая или «sattva» — это чистая пища, которая влияет на наши чувства, влияет на наши эмоции, влияет на наш ум в конечном итоге. Саттвическое питание приближает вас к истине. Саттвичная — это тонкая, благостная пища. И, соответственно, если мы употребляем саттвичную, благостную пищу, то мы раскрываем истину внутри себя. Поэтому это первый необходимый шаг на пути к бхакти.

Питание тамасическое также влияет на ваш ум, но приводит оно к гневу, к жадности, к похоти. Питание «раджаса» приводит вас к богатству и к власти.

Вы можете выбрать, чем питаться. Надо помнить о том, что в зависимости от той еды, которую вы едите, вы будете тем или иным. Есть поговорка «Ты есть то, что ты ешь» или «Мы есть то, что мы едим». Это один момент.

Второй момент — тело нуждается в определённом количестве пищи. Переедание или избыточное питание также негативно сказывается на теле и, в конечном итоге, на нашем уме. Поэтому надо контролировать питание и давать телу столько, сколько и в чём оно действительно нуждается, а не больше.



Основная задача постов — поддерживать физическое здоровье. Человек во время поста даёт отдых пищеварительной системе и всем остальным системам организма. Великие Святые, Йоги

которые ввели посты, привязали их к религии для того, чтобы люди постились с верой. Но основная, изначальная задача постов была поддержка физического здоровья.



Милость Всевышнего даёт нам любопытство. Это любопытство, которое ведёт тебя к чему-то. И для удовлетворения любопытства тебе посылаются самые разные объекты, которыми ты можешь его насытить. Точно так же голод можно считать такой же формой любопытства. Телу нужна энергия, чтобы жить. И нам даётся голод или любопытство к еде, помогающее насытить тело энергией.

Равносильно этому Душе также нужна энергия. Духовный голод или духовное любопытство позволяет насытить Душу другого типа энергией.

Вера



Вера очень важна. Если вы получаете мантру для повторения, и у вас нет веры в действенность той практики, которую вы берёте, она не будет иметь эффекта. Поэтому вера чрезвычайно важна для практики, для любого духовного развития.

Благодаря вере вы можете обрести внутренний мир. Если вы не обретёте мир внутри себя, то не сможете обладать знанием, мудростью. Вера даёт путь практики, который приводит вас к миру. Когда вы обретаете мир, то способны обрести истинное знание.



Духовность подобна дереву. Для того чтобы вырастить это дерево, мы сажаем семечко. Вера подобна воде, которой мы поливаем дерево. Если мы не будем поливать, то дерево нашей духовности не вырастет.



Шива сказал Парвати о том, что все мантры, все молитвы, которые мы повторяем, имеют силу только по одной причине — потому что у людей есть Вера. Если бы не было Веры, все мантры не имели бы никакой силы.

Поэтому обращайтесь к Священному Имени, возжигайте огонь преданности, усиливайте этим способом свою Веру, своё доверие.

Очищение сердца



Первый шаг для очищения сердца — это жить правдиво. Если мы будем вести правдивую жизнь, то не останется места страху. Правдивость — первый шаг для того, чтобы открыть сердце к очищению.

Если приехать ко мне в ашрам, там повсюду написаны две короткие фразы на санскрите: «Живите честно» и «Живите без страха».



Нам надо думать о том, как избавиться от желаний и продолжать дальше свой путь. Для сравнения приведём такой пример. Годовалый ребёнок ничем не связан, он гуляет туда-сюда, потому что он ни о чём не переживает и ни о чём не думает. У него есть мать. Если он голодный, мать его покормит. У него всё есть, он свободен.

Точно так же и мы должны быть свободны в своей жизни, чтобы мы не были связаны ни с чем. Не важно, какие желания у нас есть или проблемы.



Чистое сердце — это сердце, которое направлено на Мать, на Бога. В нём нет негатива по отношению к окружающему. Человек с чистым сердцем, если он смотрит на кого-то, если он действует по отношению к кому-то, то не испытывает негативных мыслей и негативных чувств.

Если вы чувствуете, что у вас есть негативные мысли и негативные чувства по отношению к кому-то, вам необходимо избавиться от них. Процесс убирания из сердца негативного отношения — это и есть процесс очищения сердца.



Есть два способа, которыми мы можем очистить наши сердца. Первый — это не причинять никому боль. Прежде всего, нельзя причинять боль своими словами. Всякий раз, когда вы обращаетесь к человеку, вы должны исходить из чистой любви, и ни в коем случае не обижать, не причинять боль словами. Если мы причиняем кому-то боль, то загрязняем своё сердце.

Второе — это милосердие и сострадание. Общайтесь с окружающими людьми с милосердием и состраданием.



Всевышний создал нас чистыми. Он послал нас в этот мир чистыми. И тот факт, что мы не чисты, есть следствие нашего собственного поведения, нашего выбора. Мы выбираем злость, леность, жадность, раздражительность, зависть и другие качества, которые загрязняют нас. Таким образом, если мы хотим очиститься, то путь очищения есть путь избавления от всех вещей, которые нас загрязняют.

Каким образом это можно сделать в нашу эпоху, в эпоху Кали-Юги?

В эпоху Кали-Юги единственным действенным, быстрым, простым и самым подходящим является способ обращения к Святому Имени Господа. Когда мы заполняем свой ум, своё сознание Святым Именем, то вытесняем оттуда злость, гнев, раздражительность, зависть — весь тот негатив по отношению к окружающим, который заполняет наше сознание. Этот процесс замещения и называется йогой. Йога на санскрите

значит — «добавление» или «возрастание, увеличение». Мы возрастаем в сторону Господа.

Священное Имя подобно огню. Неважно, насколько холодным было наше сердце, наш ум. Если мы помещаем туда Священное Имя, то оно, как огонь, согревает нас и очищает, сжигает весь тот негатив, который накопился в нас, и делает нас чистыми.



Каким образом можно понять, что поиск увенчался успехом? Вы приходите к неизменному. Истина неизменна.

Возьмём в пример молоко, которое мы взбиваем и получаем сливки. Из сливок мы получаем масло, а из масла добываем гхи, или топлёное масло. Если вы опустите гхи в огонь, то оно исчезнет без остатка. Это высшая форма молока. Подобно этому поиск рано или поздно приходит к аналогичной точке — к точке неизменного, которое уже нельзя никаким образом изменить. Всё, что может измениться, не является истинным, не является Всевышним.

Чтобы Вечное поселилось внутри, мы должны очистить сердце. Только в чистом сердце может жить Вечное. Для того чтобы очистить сердце, придётся пройти через боль. Нужно пожертвовать чем-то.

Свойство ума в том, что он забирает из тела почти всю энергию. В нормальном состоянии блуждающий ум пожирает буквально всю свободную энергию. Когда вы останавливаете ум, то приобретаете весь этот резервуар энергии. Тогда появляется возможность начать поиск. В этот момент вы можете направить собранную энергию либо на поиск Всевышнего, либо на поиск себя.



В наше время единственное, в чём нуждается каждый человек — это мир. Потому что только мир в Душе может сделать нас счастливыми. Единственный и самый простой способ достичь мира — выполнять свои обязанности безусловно, не ожидая вознаграждения. А значит делать это по отношению к членам семьи, по отношению к обществу, по отношению к стране, по отношению к работе и быть удовлетворённым теми плодами, которые приносит исполнение ваших обязанностей. Не ожидать и не требовать чего-то сверх того, что нам даётся. Только в этом случае можно будет добиться мира.

Любая неудовлетворённость неизбежно приведёт к несчастью. Стремление к получению большего количества вещей, к накоплению материальных ценностей, не сделает нас счастливым. Счастливыми нас сделает удовлетворённость тем, что мы имеем. И благодарность Всевышнему за то благословение, благодаря которому мы всё это получаем.



Гималаи — не то место, где есть камни и лёд. Это место, где можно найти мир. И в Душе каждого человека есть внутренние Гималаи — место, в котором присутствует мир. Я обрёл этот мир в себе, поэтому я всегда нахожусь в Гималаях, они всегда со мной.

Наша жизнь зависит от наших чувств, от наших эмоций. Но внутри нас есть место, которое можно назвать Кайлаш. Если мы будем чувствовать, настраиваться на то, что отправляемся на Кайлаш, в Гималаи, в место, где живёт и всегда присутствует Шива, то действительно сможем достичь внутреннего мира. Даже находясь в центре толпы, посреди шумного города мы сохраним мир, если внутри будем ощущать и вести себя так, как если бы мы находились в Гималаях, на Кайлаше. И этот мир всегда будет с нами.

Чтение



Для практикующего важно чтение. Читайте книги, посвящённые Великим Душам, которые жили на этой Земле, неважно из какой традиции и религии. Читая биографии или описание жизни этих людей, мы научаемся двум вещам. Первое — мы можем увидеть, что Великие Души проявили волю и огромное самопожертвование, чтобы достичь тех состояний, которое они достигли, и человечество помнит о них. Это пример, напоминание, что невозможно прожить жизнь, полную материальных удовольствий, если мы хотим чего-то достичь.

Второй момент — читая описание жизни этих людей, мы можем анализировать собственную жизнь, сравнивая свои качества и их качества. Таким способом мы можем исправить собственный образ жизни, то, как мы живём.



В мире написано и существует огромное количество священных текстов и священных книг из самых разных традиций: Гита, Коран, Библия и так далее. Практикующий должен читать эти книги. Полезно читать их регулярно. Они дают пример, дают знания.

Из священных книг мы узнаём о жизни Великих Подвижников. Их пример даёт нам вдохновение, для того чтобы преодолевать трудности и боль, которые встречают нас на пути садханы. Трудностей не нужно бояться, потому что это

неизбежная часть. Без того чтобы преодолеть их, невозможно двинуться дальше. В противном случае мы будем отброшены в исходную точку, и нам придётся начинать заново.

Вспомним Будду и Христа, и то через какую боль и страдания им пришлось пройти, насколько тверды они были в том, что делали. Это может выступить в качестве вдохновения для нас. Поможет понять, что и нам надо действовать аналогичным образом, чтобы чего-то добиться в практике. Священные книги являются поддержкой на пути.



Чтение книг надо ввести в определённую практику. Необходимо читать их регулярно. Благодаря этому чтению сознание практикующего проясняется — он может лучше понять свой путь.

Читая о других путях, о различных религиях и традициях, практикующий должен направлять это знание на то, чтобы более ясно и чётко видеть свой путь, а значит более твёрдо, без страха и со смирением, двигаться по нему.

Цель/плоды практики



Первое, что должен определить для себя садхак — это цель, которую он хочет достичь, и практику, которую он хочет делать. Плохо, когда человек разбрасывается и пытается заниматься различными практиками. Так же плохо, когда нет чётко определённой цели, к которой он стремится. В этом случае можно два года не работать, ничего не делать, практиковать с утра до вечера безостановочно — и в итоге полностью разочароваться в результате.

Даже после того, как ты чётко определишь цель, к которой хочешь двигаться, выберешь способ или практику, которую ты будешь делать, тем не менее, получение плодов практики может занять много времени — несколько жизней. Это не вопрос быстрого достижения.



Личность не является помехой на пути, и неизбежно цель будет окрашена в качества вашей личности. Каждый человек выбирает и формулирует цель в соответствии с особенностями своего «Я». Это взаимосвязано и не является препятствием.

Если искатель имеет сильную веру во Всевышнего, то Всевышний так или иначе покажет путь достижения цели. Неважно, каковы ваши личные особенности, каково проявление личности, но путь будет указан.



Свойства личности, свойства человека проявляются через его чувства, ощущения. То, что есть у него внутри, он проявляет и наружу. По тому, как проявляются его чувства вовне, мы можем понять его внутреннее состояние. Практика мантры, практика джапы приносит плоды, начинает работать в нас в тот момент, когда мы видим, что наши чувства и их внешнее проявление стали изменяться.

Мы начинаем испытывать любовь, сострадание, милосердие. Мы перестаём испытывать гнев, зависть по отношению к другим людям. Таким образом, мы сами и люди вокруг могут увидеть, что наша практика приносит плоды. Если мы будем делать практику регулярно, начитывать джапу постоянно, это начнёт проявляться в нас. Постепенно качества, чувства и эмоции, которые свойственны тому Божеству, которому мы поклоняемся, станут в нас проявляться. Это будет видно в нашем поведении, поскольку Божество начнёт проникать в наше существо. По сути, это будут уже не наши качества.

Когда начинают проявляться плоды практики, это очень важный и опасный момент, потому что усиливается эго. Необходимо осознать, кому принадлежат плоды практики. Очень важно обеспечить безопасность нашего дальнейшего развития. Каким образом это может быть сделано?

Можно сказать, что человек имеет следующую структуру: Высший разум или мудрость, которая нам присуща, связана с Богом. Высшему разуму и принадлежат плоды практики. Он управляет нашим повседневным умом, который в свою очередь управляет нашими чувствами, действиями, проявлениями, желаниями, инстинктами. Наше тело со всеми его желаниями и инстинктами, от самых простейших — голода и жажды — до более сложных, может быть уподоблено лошади.

А наш ум — уздечке и хлысту. С их помощью можно управлять этой лошадей. Наш высший разум, наша способность к обучению, наша мудрость подобна возничему, который правильным образом управляет движением, имея связь с Всевышним. В тот момент, когда начинают проявляться плоды практики, очень важно обеспечить им безопасное развитие, чтобы это не вмешалось в этот процесс и не погубило его.

Плоды практики, джапы начнут проявляться снаружи — люди, глядя на вас, будут видеть проявления того Божества, которому вы посвящаете свою практику. Вы сами внутри себя будете замечать, что в вас начинают проявляться качества этого Божества. Само это Божество начинает проявляться в вас, если вы делаете практику правильно и постоянно.



Ваша практика может приносить самые разные плоды. Вы можете чувствовать, что удовлетворены происходящим или, наоборот, чувствовать, что что-то идёт не так. Ни в коем случае не нужно винить кого-то другого. Результаты практики есть результаты ваших собственных действий, мыслей и чувств. В зависимости от того, как и что вы делаете, вы получаете определённые вещи.

Вместо того чтобы обвинять в своих проблемах других, обратитесь к сердцу, обратитесь к Атману, который живёт в вас. Он всегда знает точно, что вы сделали не так, и вы сможете исправить это.



Плоды духовной практики не мгновенны. Они не дают сиюминутный результат. Цветку или дереву для того, чтобы вырасти в полный рост, нужно определённое время. Когда мы совершаем духовную практику, нам так же необходимо время. Мы есть Вечная Душа. Бог ждёт нас с распротёртыми объятиями,

но дорога занимает определённое время. И Вечной Душе нужно не наше тело или какие-то материальные вещи. Ей нужна наша чистая любовь, чистое сердце, чистая Душа. Даже просто идя по улице, не забывайте повторять имя Бога, потому что каждый шаг приближает вас к Вечной Душе.

Когда мать укладывает спать ребёнка, она занимается какими-то делами по дому. Но одновременно помнит о нём. В её мыслях всегда остаётся ребёнок. Она помнит о нём независимо от того, чем занимается сама. Точно так же и мы в своей жизни должны всегда помнить о Вечной Душе, помнить о Боге, занимаясь повседневными делами. Даже когда мы, живя в материальном мире, занимаемся необходимыми делами — всё равно в наших мыслях должен оставаться либо образ, либо — при помощи повторения джапы — ощущение Вечной Души. Делая обычные поступки, совершая будничные дела в мире, вы не должны забывать и всегда должны хранить этот образ в своём уме, в своём сердце.



Когда вы занимаетесь духовными практиками, естественно, это может оказывать влияние на окружающее вас, на какие-то внешние силы. Но если человек, занимающийся духовными практиками, идёт в сторону просветления, в сторону Бога, то влияние, которое он оказывает на окружающий мир, в любом случае может быть только положительным, в сторону добра.

То, что вы влияете на какие-то внешние силы — это влияние всё равно будет положительным. Человек, который стремится к просветлению или уже просветлён, становится абсолютно бесстрашным. Всё, что он излучает в мир, может быть только положительным. Соответственно, человек не должен бояться, что нечто негативное за этим последует.



Результат практики или духовное счастье, или успех не возникают мгновенно. Это требует регулярных усилий. Прогресс происходит не мгновенно, а постепенно. По мере продвижения приходится преодолевать определённые сложности. Оценивать, что в тебе правильно, а что нет, и куда двигаться, а куда нет. Практика должна быть регулярной, ежедневной, независимо от того, в каких внешних обстоятельствах вы находитесь. В этом случае будет результат, прогресс, достижение духовного счастья.

Даже для того чтобы получить диплом инженера, врача, учителя, требуется непрерывно учиться — 5-6-7 лет. Продвижение по духовному пути требует не меньших, а иногда и больших усилий, которые должны прилагаться ежедневно, регулярно.

Также важно, что нет никакого определённого срока, в отличие от университетского обучения, что вы проведёте столько-то лет и гарантированно получите результат. Это милость Божия, и когда она прольётся на вас, никто не знает. В тот момент, когда она прольётся, вы получите освобождение и просветление. Тем не менее, практика должна делаться регулярно. Невозможно гарантировано стяжать Благодать каким-то усилием. Но, с другой стороны, и без усилия она тоже не приходит.

Когда вы только начинаете заниматься практикой, иногда возникает ощущение, что вы одиноки на пути. Но это ложное чувство, никто не одинок на пути. Великие Йоги в той или иной форме наблюдают за тем, что происходит. И за всяким, кто прилагает серьёзные усилия, они присматривают.

Есть определённое время, которое наиболее благоприятно, чтобы заниматься практикой. Это время называется «брахма-мухурта» — утренние часы с 3 до 6. Если вы заняты

практикой в это время и делаете её упорно, регулярно и с интересом, если действительно есть тяга к практике, то тогда Великие Йоги проливают свою благодать, свою благодать на этого человека. Вы начинаете чувствовать прогресс и продвижение. Поэтому важно помнить, что вы никогда не одни. Согласно Ведам, всем ведическим писаниям, самое благоприятное время для практики — брахма-мухурта.

Иллюзии



Что такое иллюзия и что такое реальность? Всё, что вы видите своими глазами, всё, что вы чувствуете, все запахи, которые осязаете — это всё иллюзия. Если же вы посмотрите внутрь себя, то увидите там реальность.

Можно взять пример матери и деток. Все предметы внешнего мира — игрушки, иллюзия. И только тот, кто держится за руку Божественной Матери, приходит к истине. Чтобы увидеть истину, реальность, нужно обратиться внутрь себя. Даже наше тело является иллюзией. Только наша Душа, только то, что находится внутри, является истиной.

До тех пор пока мы будем пытаться реализовать желания и потребности своего тела, мы будем оставаться в иллюзии. Когда мы начнём следовать потребностям Души, тогда сможем прийти к реальности.



Когда вы перестанете смотреть вокруг и обратитесь внутрь, будете смотреть в свою Душу и увидите там бессмертную единую Атму, в этот момент вы начнёте видеть реальность. А когда вы будете смотреть на других существ, на других людей, и будете видеть ту же самую Атму в других, тогда вы будете жить в реальности, жить в истине.

Пока вы продолжаете петь «я есть тело», вы остаётесь в иллюзии. Но когда вы начинаете делать джапу или пропевать «я есть Атма», то начинается движение, ваш путь в сторону реальности. В тот момент, когда вы осознаете себя как Атму, вы перестанете видеть вокруг себя иллюзию. Всё вокруг вас станет реальностью.



Для того чтобы избавиться от иллюзии, необходимо перестать быть привязанным к телу. До тех пор пока мы считаем, что это наше тело: «вот моя рука, моя нога, моя голова», — мы остаёмся связанными миром иллюзий. Наше восприятие продолжает генерировать всевозможные проблемы, которые в этом мире существуют.

Необходимо перестать воспринимать это тело как «своё». Все чувства и мирские ощущения, так или иначе, связаны с телом. Если вы направите полностью, на сто процентов, всё свое сознание в сторону Бесконечности, в сторону Единого, то получите шанс избавиться от иллюзорного восприятия.

На самом деле тело совершенно не нуждается в том внимании, которое мы ему уделяем, в той привязанности, которую мы к нему имеем. Оно функционирует совершенно самостоятельно, и ему не требуется никакого управления. Можно совершенно спокойно позволить ему жить, так как оно живёт, и с ним ничего не случится.

Удовлетворённость имеющимся



Старайтесь быть удовлетворены тем, что вы имеете, тем количеством вещей, тем материальным достатком, тем положением, которое имеет ваша семья. Старайтесь не собирать излишнего количества предметов. Если вам нужно будет больше вещей для себя, вам понадобится больше места, чтобы их хранить, и больше времени, чтобы заботиться об этом. Всё это время и энергия будут направлены на дела внешнего мира, на материальные предметы, и отняты у вашей практики, у вашей духовности.

Поэтому будьте удовлетворены тем, что у вас есть. Будьте счастливы тем, что вы получили в этой жизни. По крайней мере, будьте благодарны за то, что вы получили всё это. Так вы сможете заметно уменьшить свои временные, энергетические затраты в этом мире, посвящённом материальным предметам, и направить своё время, силы, энергию на духовность, на Бога.

Успех в жизни



Если мы хотим достичь успеха в своей жизни, то нам надо поддерживать мир, надо быть довольными, счастливыми и сконцентрировать свой ум на Душе, на Всевышнем. Это способ достичь успеха в жизни.

Природа



Кришна говорил: «Я — во всём, что окружает вас. Я — в деревьях, в лесу. И если вы полюбите по настоящему лес, если вы придёте в лес, к Природе, если вы найдёте общий язык с Природой — вы придёте ко Мне».

Природа — один из факторов, который помогает нам достичь просветления. Природа должна всегда быть рядом с нами. Современному человеку, как никому другому, нужно понять, что такое Природа и научиться разговаривать с ней на одном языке.

Высаживание деревьев в первую очередь помогает нам познать себя, помогает встать на настоящий путь просветления. Если вы сажаете что-то рядом с собой, если сажаете растения, леса, то появляется большее количество свежего воздуха. Это то, что даёт нам свежесть, помогает очистить сознание. Это помогает нам на пути, помогает жить.

Астрология



Не беспокойтесь по поводу планет, их аспектов. Планеты можно уподобить работникам Всевышнего. Они делают определённую работу в этой вселенной для того, чтобы поддерживать баланс, для того, чтобы вещи шли правильным образом.

Сконцентрируйтесь на своих обязанностях, на практике, и не думайте о том, что делают другие, чем они озабочены.

СНЫ



Спокойный сон — это когда вы не видите снов. Тогда вы на самом деле отдыхаете. Сны — это своеобразное проявление кармы ваших прошлых жизней. Сны очень редко являются отражением того, что произошло с вами в недавнем прошлом. В основном то, что вы видите во сне, приходит к вам из каких-то прошлых жизней — по карме, которую вы наработали в прошлых жизнях, которую вы не можете отследить сознательно.

Сатсанг / джапа / киртан



Сатсанг — это прямая связь с Богом. Сатсанг — возможность задать вопрос касательно вашей духовной жизни. На сатсанге один человек задаёт вопрос, но этот вопрос должен быть важен для всех людей, а значит, в первую очередь, это — духовная практика. Встреча направлена на духовное развитие.

«Сат» в переводе с санскрита означает «истина» или «святость», а «санг» означает «вместе». Поэтому слово целиком означает «вместе с истиной, вместе с правдой, вместе со Святым». «Истина» означает Бог. Поэтому сатсанг означает «вместе с Богом».

Сатсанг — это любой разговор о Вечной Душе, любой разговор на духовные темы. Он может быть как среди четырёх человек, так и среди огромных групп. В первую очередь, сатсанг — это общение о Вечной Душе, общение о духовном. Сатсанг может быть посвящён тому, чтобы соединить Душу с Всевышним.



Когда мы повторяем джапу — это работа с нашей внутренней энергией, работа с тем, что у нас внутри. Мы делаем это для себя.

Киртан и баджан совершается для внешней энергии, поэтому его нужно проговаривать вслух. Это работа в первую очередь с внешней энергией, которая вокруг.

Болезни



Болезни и страдания не являются ни благословением, ни препятствием. Это ни то и ни другое. Они являются результатом каких-то наших неправильных действий, неправильного отношения. Возможно, это были ошибочные поступки в прошлых жизнях, которые привели к заболеванию или страданиям. Но главное то, что в этой жизни мы действительно что-то делаем не так и что-то не понимаем. В этом смысле страдания и болезни являются нашими учителями.

Мы что-то должны понять, что-то должны выправить. Мы не согласны с тем, как что-то происходит в нашей жизни, поэтому возникает страдание, боль, болезнь. И если мы правильно этот урок усвоим, выучим, тогда болезнь и страдания уйдут.

Это и не благословение и не препятствие — это просто выражение наших неправильных действий и нашего неправильного отношения.

Воплощения



Знание своих прошлых жизней, которое случается время от времени, — это, скорее, игра Всевышнего. Забывать — нормальный процесс. Душа получает новое тело при новом рождении с целью изжить определённую карму и вновь вернуться к Всевышнему. Путешествие Души начинается от Всевышнего и заканчивается у Него.

Этот процесс поиска или возврата обратно напрямую связан с забвением предыдущих жизней. Если бы знание предыдущих жизней давалось автоматически, то поиск бы остановился.

Чрезвычайно важно для человека в момент нынешней жизни сохранять интерес, любопытство к поиску Всевышнего. И на пути реализации этого интереса или любопытства, путём тяжёлой работы, путём практики многие йоги достигали того, что узнавали свою прошлую карму, прошлые жизни. Но не потому, что это им «упало с неба», а потому что продолжали практиковать и двигались в сторону Всевышнего. Это знание может быть результатом, а не причиной. Если оно появится вначале, то приведёт к отсутствию результата.



Возьмём стакан, зачерпнём из реки воду, и потом перельём её в другой стакан, в третий, в четвёртый, в пятый последовательно. Это будет всё та же самая вода. Но она будет принимать

разную форму — того стакана или сосуда, в который вы её наливаете. Если вы выльете воду потом обратно в реку, вы уже её там не узнаете. Вы не сможете её заново зачерпнуть оттуда. Она слилась со своей основой.

Это хорошая иллюстрация путешествия Души в мире. Форма, которую легко можно увидеть — это тело или форма стакана из примера. Душа, приобретая форму, получает её как дар от Всевышнего. Всевышний посылает Душу родиться в мир, давая ей дар жизни, который и приводит к тому, что она рождается вновь и вновь в различных телах. Вместе с даром жизни Он даёт ей дар знания того, что надо вернуться обратно к Всевышнему, обратно в эту реку.

Но что происходит с Душой, когда она попадает в видимый мир? Она увлекается им. Она увлекается объектами этого прекрасного мира. По сути, это означает, что ум отвращается от Вечного, от Источника, и разворачивается в сторону внешнего мира. Он начинает отождествлять себя с телом, а не с Душой. В результате возникает цепочка перерождений. И в каждом новом рождении необходимо изживать предыдущие кармы. То есть фактически исполнять те желания, которые были когда-то накоплены, и чинить то, что было там «наворочено».

До тех пор, пока мы не осознаем, что единственная цель — это вернуться к Всевышнему, процесс перерождений будет продолжаться и продолжаться. Для окончания этого процесса надо повернуться обратно внутрь, осознать себя как Душу, единственной целью которой является вернуться к Всевышнему. Окончание этого процесса называется на санскрите «мукти». Это — точка, из которой нет возврата, или окончательная свобода, окончательное освобождение.



Почти во всех традициях, религиях, в священных книгах говорится о перерождении, о том, что мы рождаемся на этой Земле

вновь и вновь. Наша джива — Душа — перерождается десятки или сотни тысяч лет, каждый раз приобретая новое рождение, новое тело.

Отчего это происходит? Оттого, что Душа имеет желания. Соответственно, жизнь даётся Душе для того, чтобы исполнить эти желания. В новой жизни Душа приобретает новые желания и исполняет их в следующей жизни — так образуется всё больший и больший круговорот. Следующие рождения необходимы для исполнения новых желаний. Для того чтобы обрести освобождение или «мукти», или окончательное освобождение, которое называется «мокша», необходимо избавиться от желаний. В этом случае не случится следующего рождения — нечего будет исполнять. Возникнет равновесие между хорошей и плохой кармой, которая была накоплена.

Следующее рождение человека зависит от того, какие деяния он посеял в текущей жизни. Человек, совершающий благие деяния, имеющий благодную карму, получает более благоприятное рождение. Он рождается в мудрой семье. Там у него появляется возможность быстрее осознать Истину, понять, как правильно построить свою жизнь.

Человек, совершающий плохие деяния, ухудшает свою карму и рождается в менее благоприятных условиях, среди существ или людей, у которых нет достаточной мудрости. Он рождается в плохом месте, в плохих обстоятельствах. Все обстоятельства нашего следующего рождения полностью определяются тем, что называется «праабдха-карма» или накопленная предыдущая карма. Место рождения, семья, в которой родился, страна, образ мыслей, родители которые нас примут и так далее.

Направляйте своё усилие на то чтобы, во-первых, остановить поток желаний, а во-вторых, совершать благие деяния. Тогда следующее рождение будет более высоким, более благоприятным. Если вместо этого совершать дурные дела,

которые называются негативной кармой, то следующая жизнь будет потрачена впустую. Мы не сможем осознать, оказавшись в неблагоприятных условиях, того, чем нам стоит заниматься.

Если кому-то не нравится слово «карма», то в других традициях это называется «судьба». Большой разницы нет. Если вы хотите, называйте это судьбой. Человек творит свою судьбу через благие или дурные поступки.

Постоянство/преданность



Практика должна войти в привычку. Она должна делаться регулярно, как некая постоянная процедура. Только в этом случае можно будет извлечь плоды из практики. Тело реагирует по-разному, и мы не знаем, когда наступит счастливый момент, и вы сможете что-то воспринять. Благодаря этой монотонной регулярности будет момент, о котором вы сами не знаете. Сложится удачное стечение обстоятельств и что-то сможет произойти, что изменит мыслительный процесс к лучшему. Иначе те мысли, которые поднимаются, не будут трансформироваться, не изменятся к лучшему.



Разницы между формой и отсутствием формы не существует. Это абсолютно равноценно и равнозначно. Ты можешь выбрать форму, но только какую-то одну. Это твоё решение — выбрать форму и далее твёрдо её придерживаться. Либо ты точно так же последовательно можешь двигаться в бесформенное. Но тут и выбирать нечего — отсутствие формы есть отсутствие формы.

Возьмём, например, воду. Она может принять форму льда, а может растаять и снова стать водой. У льда есть форма — вы можете придать ему любую форму. Вода — бесформенная по своей природе. Но и то, и другое — всё та же

вода. Точно так же Божественное принимает множество различных форм, поскольку последователям удобно использовать формы. Но в реальности двойственное и недвойственное не имеет различий.

Для того чтобы поиск продолжался, искателю надо выработать нечто подобное жажде. Когда мы испытываем жажду, нам нужна вода. И мы ищем воду, пока не найдём. Если вы стремитесь к Всевышнему, вам надо выработать подобную жажду — настолько сильную, чтобы ваша жизнь потеряла всякий смысл. Вы не можете спокойно есть, спокойно спать, спокойно ходить — ничто вас не удовлетворяет, пока вы не утолите эту жажду. Тогда вы достигнете Всевышнего.

У вас есть одно сердце и один ум. Поместите один предмет любви в своё сердце и преданно служите ему. Невозможно поместить два меча в одни ножны. Вы либо повредите мечи, либо сломаете ножны. Точно так же сердце человека может вместить только одну истинную преданность. Нехорошо, неправильно и бесполезно для продвижения на пути перескакивать с одного на другое.

Любовь к тому, что вы выбрали — к одной форме или бесформенному, должна быть непоколебимой. Если ваша любовь будет воистину сильна, то Всевышний даст вам всё, в чём вы нуждаетесь, в том числе и в материальном мире. Вы достигнете совершенно любых своих желаний. И если ваша любовь будет абсолютной, то Он может дать вам даже бессмертие. Ваше тело получит бессмертную субстанцию. Но только не прыгайте с одного на другое, сосредоточьтесь на преданности чему-то одному.



Практика — только одна сторона того, чем надо заниматься. Вторая — поддержка или столб, на котором держится достижение Душой Всевышнего, — это преданность. Преданность

является совершенно необходимым условием. Преданность Божественному в любой форме. Можно сравнить преданность с отношением матери к ребенку. Как мама учит ребенка ходить, есть, пить, читать — всему, чему ребенок должен научиться в этой жизни, чтобы стать взрослым, — точно так же преданность учит Душу. Преданность открывает ворота. Без преданности ворота Истины останутся закрытыми.



Преданность имеет два основных качества или две части, или две характеристики. Первая — это мудрость или знания. Вторая — самопожертвование. Одна без другой не работает. Нужно знание, нужна мудрость правильного пути. И нужно пожертвовать материальным миром, материальными объектами для того, чтобы Душа смогла очиститься. Человек должен стать чистым для достижения чистого Всевышнего.

И второй момент. Бхакти или преданность предполагает автоматически три вида деятельности — любовь, сострадание и помощь. Они естественным образом следуют за бхакти и естественным образом очищают наше тело и Душу на пути.

И последнее: нужно всячески избегать жестокости. Наивысшая форма жестокости заключается в словах.



Когда вы делаете практику джапы, делайте её всем сердцем, вкладывайте всего себя в неё. Не нужно пытаться искать другие источники знания. Быть может, какой-то разумный человек расскажет вам что-то ещё, что покажется вам интересным и правильным, и вы начнёте следовать этому. А потом прочтёте книгу, которая вас увлечёт, и возьметесь практиковать что-то еще. Но это не приведёт вас к успеху.

Если вы приняли Гуру, если вы приняли мантру, если вы приняли Божество, посвятите всю свою веру, все свои силы,

всё доверие, которое у вас есть, вашему Гуру, вашей мантре и вашему Божеству. Отнеситесь к этому как к самой высшей драгоценности, и тогда вы получите такие плоды практики, на которые и не рассчитывали.

Притчи



Ученик пришёл к учителю и попросил дать ему мантру, и тот дал ему мантру «Рам Рам». Через какое-то время ученик, а он был путешественником, отправился в путь. Однажды он достиг города Айодхья. Это город Рамы, и там принято приветствовать друг друга «Рам Рам». Как только он вошёл в этот город, все стали говорить ему: «Рам Рам». И он подумал: «Гуру меня обманул. Он сказал, что эта мантра — только для меня, нужно держать её в секрете. А тут весь город знает эту мантру. Как жаль, что я связался с фальшивым Гуру». И решил, что надо поискать нового Гуру.

Он нашел ещё одного садху, обратился к нему, и тот дал ему мантру «Ом намах Шивая». Через какое-то время, начав эту практику, он продолжил своё путешествие и достиг города Каши — города Шивы. Там все приветствовали друг друга «Ом намах Шивая» и «Хара Хара Махадев». Как только он достиг этого города, все стали обращаться к нему «Ом намах Шивая». Ученик подумал: «Что же мне так не везёт? И этот Гуру меня тоже обманул! Тут все знают эту мантру. Я опять попался. Значит, надо мне попробовать ещё раз. Может, я найду настоящего учителя. Хотя бы здесь — в святом городе Шивы».

Он нашёл ещё одного садху и попросил дать ему мантру. Садху дал ему мантру «Рада Кришна». Ученик какое-то время попрактиковал эту мантру и отправился в путешествие дальше.

Вскоре он попал во Вриндаван — город Кришны. Конечно же, как только он попал в этот город, люди стали здороваться с ним «Рада Кришна Радэ Радэ». Он подумал: «Вот я несчастный человек!» И страшно разозлился: «Опять меня обманули! Все меня обманывают, и я полностью потерян».

Он стал очень зол и не знал, чем ему заниматься дальше. В какой-то момент ученик решил: «Лучше я вернусь к своему первому учителю, расскажу ему эту историю. Может, я хоть что-то пойму, куда мне идти дальше и что мне делать». Он вернулся к своему первому Гуруджи и рассказал ему всю историю: как он сначала попал в Айодхью, и все говорили «Рам Рам». Потом он попал в Каши, и все говорили «Ом намах Шивая». И потом поведал историю, которая случилась с ним в городе Вриндаван.

Учитель сказал: «Хорошо. Я расскажу тебе, в чём твоя проблема, но чуть позже. А сейчас мы ждём гостей: к нам должно прийти пять человек. Я дам тебе камень, попробуй продать его и купить на эти деньги продукты, чтобы мы могли приготовить угощение на пятерых».

И тот сказал: «Хорошо, я сделаю это», — и пошёл в лавку зеленщика. «Вот тебе камень. Я хотел бы купить на него угощение, чтобы сделать прасад для пяти человек». Зеленщик посмотрел на камень и сказал: «Нет, на пятерых этого не хватит — максимум на четверых». — «Нет, мне Гуруджи сказал на пятерых нужно. Извини, я попробую в другом месте».

Ученик пошёл в овощную лавку и сказал: «Мне нужно угощение на пятерых человек. Не можешь ли ты обменять еду на этот камень?» Продавец посмотрел на камень и ответил: «Ну, я бы мог, наверное, для весов его использовать. Я готов для двоих дать тебе еды за него». — «Нет, мне нужно на пятерых». — «Извини, слишком мало стоит этот камень».

И тогда он подумал, что есть ещё магазин, где торгуют одеждой и тканями: «Может быть, они возьмут для чего-то этот

...пойди, попробуй продать...

камень, дадут мне денег, и я смогу купить еды и вернуться». Он зашёл в магазин одежды, дал камень продавцу одежды и тканей. Тот сказал «Это бессмысленная, ненужная вещь — просто камень. Зачем он мне? Мы используем мерки, мы используем метры. Камень мне совершенно без нужды, извини, я ничего не смогу дать тебе взамен».

Огорченный ученик понял, что у него ничего не получается, и несолоно хлебавши пошёл обратно к Гуруджи. На обратном пути он увидел ювелирную лавку и подумал: «Ну, раз уж я иду мимо, может быть, здесь камень для чего-то пригодится». Он зашёл к ювелиру и сказал: «Вот, смотри, мне Гуруджи дал этот камень и попросил купить угощения на пятерых. Может быть, он зачем-то тебе понадобится, и ты сможешь дать мне денег, чтоб я пошел и купил еды?». Ювелир посмотрел на камень и ответил: «Да, хорошо, я дам тебе денег, чтоб ты купил еды на пятерых». Дал ему деньги, а потом сказал: «Возьми, пожалуйста, камень обратно и отнеси к своему Гуруджи. Потому что даже если я продам весь свой бизнес, этих денег не хватит, чтобы купить этот камень».

Ученик взял всё это, ничего не понимая, пошёл обратно и, купив угощение, вернулся к своему Гуруджи. И рассказал ему всю историю, как он ходил по разным магазинам, как ювелир дал ему денег, но всё равно не взял камень и сказал, что это алмаз. Гуруджи ответил: «Ни зеленщик, ни продавец в овощной лавке, ни продавец тканей ничего в этом не понимают, как и ты. Поэтому они не смогли осознать ценность камня. А ювелир, который разбирается в камнях, сразу всё понял. Когда ты относишься к своей мантре как к обычному камню, ничего не понимая, то она и будет для тебя маловажной, несущественной вещью. Если же ты будешь относиться к ней как к величайшей драгоценности, её ценность будет такова, что ничто не сможет с этим сравниться».



Однажды Парвати, глядя на страдания бедных людей, сказала Шиве: «Почему эти люди бедны? Это плохо. Сделай, пожалуйста, их богатыми». Шива ответил ей: «Это невозможно — так устроен мир. Это нарушит мироустройство — я не могу этого сделать». Но Парвати продолжала его умолять. И в какой-то момент он сказал: «Хорошо, раз ты просишь, я так сделаю». И он сделал всех богатыми.

Однажды они решили отправиться на прогулку, и нашли прекрасное место — озеро, водопад, всё зелено и очень красиво. Парвати говорит: «Как здесь хорошо, давай построим небольшой домик и поживём тут некоторое время». Шива сказал: «Отличная идея! Сходи в ближайшую деревню, найми работников — пусть построят». Она отправилась в ближайшую деревню, но никто не хотел строить домик. Все были богаты, и им незачем было этим заниматься. Она вернулась обратно с пониманием того, что мир устроен не совсем так, как она думала.



История Лейлы и Манджнуна: она была принцесса, у неё было много претендентов на руку и сердце, и она не могла выбрать. Тогда она взяла большое золотое блюдо и кинжал и сказала, что все, кто хотят стать её суженым, должны прийти и вырезать свое сердце и положить перед ней на блюдо.

Толпа у дворца быстро опустела после такого предложения. Остался один человек, с длинными волосами, в рваной одежде, он выглядел как нищий. Он подошёл, взял кинжал и собирался вырезать своё сердце. Тогда она его остановила и сказала: «Не надо, ты мне подходишь».



Два человека предлагают вам на выбор молоко и ключ. Разница между молоком и ключом одна, и она проста. Ключ — это то, что существует практически всегда, то, что вечно. Молоко может прокиснуть, может испортиться. И ваш выбор остаётся только вашим. Дело за вами, что выбрать — молоко, которое просуществует всего лишь несколько дней или вы сразу же его выпьете, или ключ, который останется с вами навечно.

Точно так же и с вашей жизнью. Ежедневно, ежеминутно, каждый момент своей жизни вы выбираете — либо быть с Богом, идти к Богу, либо предпочесть материальное. Ключ или молоко — выбор остаётся за вами.



Когда-то давно в одном королевстве жил король, и у него был свой учитель, который жил за пределами королевства — в ашраме, в лесах, в джунглях. Однажды учитель пришёл к своему королю, они пообедали. На обед был рис, ничего необычного. Но получилось так, что после окончания обеда учитель увидел на стене висящее кольцо королевы и забрал его с собой, попросту украл. Это случилось потому, что рис, который они ели за обедом был украден. Он попал на стол не честным путём, а через кражу — вор принёс его на стол королю.

Учитель пришёл в свой ашрам, провёл там несколько дней и только тогда смог очиститься от этого продукта. Когда он понял и осознал, что он сделал, он взял кольцо и принёс его назад к королю. Показал кольцо, рассказал, почему так случилось, и задал вопрос королю: «А что вы делаете с ворами в вашем королевстве?», на что король ответил: «Отрубаем руки». После чего учитель сказал: «Что ж, значит, вы и мне должны отрубить руки, потому что я совершил кражу».

К чему ведёт эта история? То, что мы едим, оказывает влияние на нас, даже если это благостная пища. Пища передаёт много информации, связанной с тем, как она попала к нам на стол. Конечно же, король не отрубил руки своему учителю. Но он навсегда запомнил то, что нужно есть, и избавился от всего риса, который попал к нему таким путём.



Однажды один ученик спросил Рамакришу:

- Я не могу чувствовать внутри Бога, что мне делать?
- Пойдём со мной.

Они пришли к берегу реки, зашли в воду. Рамакришна схватил ученика за шею и начал топить. Тот изо всех сил вырывался, но у него ничего не получалось. Тогда Рамакришна отпустил его.

- Что ты делаешь, я же чуть не задохнулся?
- Когда у тебя будет желание найти Бога такое же сильное, как сейчас ты хотел спастись, тогда ты Его точно найдёшь.



Завоеватель подошёл к мудрецу и спросил: «Скажи мне, кто из нас более велик: я или ты?» А он был великий завоеватель и завоевал полмира. И мудрец сказал: «Конечно я, потому что у меня нет желаний. А ты завоевал полмира и хочешь ещё. Тебе всё мало». Этот завоеватель был достаточно чувствителен, чтобы признать свою неправоту, и с тех пор бросил воевать.



В Индии широко известен великий святой Кабир. Он родился неведомо где и неведомо как. Его нашли младенцем, плывущим по Ганге в корзине, и пастух подобрал его и вырастил. С самого раннего детства Кабир испытывал огромное влечение к Господу. Он хотел заниматься духовной практикой, но

его никто не принимал. Ни один из учителей не принимал его, потому что он принадлежал к низшей касте. В то время это было непреодолимым препятствием.

Но он продолжал стремиться и в какой-то момент узнал, что Гуруджи Рамананда, живший неподалёку, приходил каждое утро в четыре часа совершать омовение в Ганге. Тогда он лёг спать на одной из ступеней, на пути Рамананды к Ганге. Когда Гуруджи в очередной раз пошёл совершать омовение, он наступил на Кабира и громко воскликнул: «Рам, Рам». Кабир тут же обернулся к нему и сказал: «Отныне ты — мой Гуру, а это моя мантра, и я буду поклоняться Раму». Таким образом он обрёл учителя, обрёл практику и очень быстро достиг просветления. Стал тем, кто обрёл власть над пятью стихиями, т. е. он мог быть водой, в воде и т. д. Он написал множество прекрасных текстов, которые до сих пор люди изучают и даже пишут по ним диссертации, и мы их читаем до сих пор.



Однажды Кабир услышал, что где-то в нескольких днях пути от него живёт великая святая. И решил, что ему надо обязательно с ней увидеться, потому что истории, которые про неё рассказывали, потрясли его.

Он отправился в путь и шёл три или четыре дня. Наконец, он достиг места, где она должна была жить. Кабир подошёл к детям, которые там играли, и спросил, где может её увидеть. Ему показали. Он посмотрел в ту сторону и увидел, что там ругались две женщины. Одна из них как раз и была этой святой. Он был страшно поражён. «Я четыре дня шёл, чтобы встретить женщину, которая не способна даже просто спокойно беседовать с соседкой».

Но он подошёл к ним и спросил, из-за чего они ругались. Оказалось, что они спорят из-за того, кому принадлежат 10 коровьих лепёшек. Кабир ещё более поразился, потому что

ценность предмета спора близка к нулю даже в Индии. Он спросил её тогда: «В чём причина? Почему ты ругаешься из-за такой мелочи? Ведь все лепёшки одинаковые». Она сказала: «Нет, не одинаковые. Если хочешь, возьми любую лепёшку и послушай». Он взял лепёшку и обнаружил, что лепёшка непрерывно произносит: «Рам, Рам, Рам».



Какое-то время назад был ашрам на реке Нирмада. Возможно, он до сих пор там есть. В монастыре был настоятель, который установил определённый свод правил. Одним из правил был подъём в 4 утра. Люди следовали этим правилам, все ученики. В какой-то момент появился бродячий садху и поселился в этом ашраме. По какой-то непонятной причине он спал до восьми утра и в четыре не вставал. Он выглядел довольно обыкновенно — никак не выделялся на общем фоне.

Прошёл день, два, прошла неделя, и ученики возроптали. Они пошли к настоятелю и сказали: «Смотрите, тут живёт этот человек. Он неделю спит до восьми, ничего не делает, не практикует». Настоятель пошёл к садху, разбудил его — тот спал как раз в это время — и говорит:

— Ты вообще, что тут делаешь? Тут правила такие, почему ты не практикуешь? Почему спишь?

— Я не сплю, это ты — спишь.

— Что значит, ты не спишь?

— Я практикую джапу.

— Как это возможно?

Тогда тот снял рубашку.

— Послушай.

Настоятель послушал — рубашка делала джапу и произносила Имя.

Дал ему ладонь.

— Послушай.

Он послушал ладонь.

Садху снял с себя наплечный браслет.

Ладонь и браслет тоже произносили джапу.

Этот уровень доступен только милостью Всевышнего — достичь его самостоятельно невозможно. На этом уровне любая часть тела, предметы, одежда, которая у тебя есть, вибрирует одной вибрацией — вибрацией мантры, вибрацией Имени.



У Кришны был друг по имени Удхава. Он был очень горд, что всё время жил рядом с Кришной, постоянно слышал, что говорил Кришна, много знал. Он считал себя высоко духовным, продвинутым человеком. В какой-то момент Кришна вынужден был покинуть Вриндаван, в котором родился, и отправился править в своё королевство. Он поехал вместе со своим другом. А Гопи, девочки-пастушки, его самые искреннее преданные, остались во Вриндаване и начали страдать от того, что Кришны больше нет рядом.

Кришна послал Удхаву, чтобы их учить. Тот приехал к ним и начал рассказывать разные известные вещи: «Кришну вы можете видеть во всём. Кришна — всё. Он — абсолют. Кришна живёт в вашем сердце». Они какое-то время слушали его и спросили: «Скажи нам, зачем ты всё это рассказываешь? У нас есть только одно сердце, только один ум. И наше сердце, и наш ум уже отданы Кришне. У нас нет места для той мудрости, которую ты нам сообщаешь». Он устыдился и понял, что Гопи, которых он пытался учить, на самом деле далеко продвинулись на Пути духовного развития — дальше, чем он. Тогда он стал преданным одной из этих Гопи по имени Рада.



Сикхизм основал великий святой по имени Гуру Гобинд Сингх. Однажды он вышел из леса к своим ученикам и сказал, что хочет принести жертвоприношения. Для этого ему нужен человек, который готов отдать свою голову, свою жизнь для жертвы. Один из учеников встал и сказал, что он готов. И зашёл к нему в шатер. Через некоторое время Гуру вышел с окровавленным мечем. Он сказал, что этого не достаточно, что ему нужно ещё. Так продолжалось, пока в шатёр не вошло пять человек.

Степень нашего доверия к Всевышнему должна быть такова, что мы должны быть готовы пожертвовать в любой момент своей жизнью. Это путь садханы. Надо всё время быть уверенным во Всевышнем, что Он всегда позаботится, и всё будет хорошо. Эти пять человек в дальнейшем основали первую общину и понесли то знание, которое теперь мы называем религией Сикхов.



Сила и мощность — в Имени Бесконечного. Мы не говорим о каком-то одном Имени. Сила не принадлежит какой-то одной религии, нет никаких ограничений. Сила — в самом Имени. В Рамаёне, когда Раме надо было построить мост на остров Ланку через море, он с Хануманом укладывал камни, но все камни тонули. Только после того, как Хануман на каждом камне написал «Рам», камни перестали тонуть и оставались на поверхности. Тогда они смогли построить мост и перейти на остров. Такова сила Имени. И эта сила не ограничена никакой религией. Чем с большей верой вы произносите Имя Бесконечного, тем большую силу оно обретает для вас.



Жил Святой Тулсидас, который говорил, что видит Раму и Ситу во всём, в каждом. Человек, который получил это Благословение, не видит различия между людьми. Все для него одинаково являются Богом, в каждом он видит Бога — Ситу и Раму. Он не испытывает ни к кому гнева, потому что как можно гневаться? Не испытывает зависти или злости, печали.

Вы всегда можете увидеть, проявлено это качество в ком-либо или нет. Это очень легко увидеть. Такой человек всегда одинаковый, всегда излучает равное количество любви независимо от того, кто к нему приходит. Вот то Благословение, которое даёт Всевышний всякому, кто прошёл экзамен.



Различные энергии — Воздух, Огонь и Вода, они же Боги — имели большое эго, они считали себя великими. Тогда кто-то положил травинку на землю и дал им задание — что-то с ней сделать. Воздух попробовал сдунуть травинку и не смог. Огонь попробовал сжечь эту травинку, но не смог. Вода попробовала утопить травинку, но тоже не смогла. Боги очень удивились: кто же это такой? Кто даёт такие задания, которые они не могут выполнить?

Тогда появилась Богиня Мать и сказала: «Это Я даю вам такие задания, чтобы убрать ваше эго. Потому что все энергии, все силы, которые у вас есть — у всех Богов и Богинь, — есть только потому, что их даю Я».



У великого Гуру были два ученика. Однажды он дал каждому по яблоку и ножу и сказал, что они должны разрезать яблоко, но так, чтобы этого никто не видел. Ученики несколько недель думали, как это сделать. Они отправились в лес, но поняли, что

там за ними наблюдают птицы. Они не могли найти место, где можно выполнить задание.

Они поднялись в горы и увидели пещеру. Один из учеников зашёл в пещеру, разрезал яблоко и понял, что его действительно никто не видит — не было свидетелей. Второй ученик нашёл другую пещеру и забрался в неё. Он уже взял нож, чтобы разрезать яблоко, но понял, что он сам является свидетелем всего, что произойдёт. И не смог разрезать яблоко.

Когда они вернулись к Гуру, он дал свои благословения обоим, но все знания стал передавать тому, кто не смог разрезать яблоко.



В древние времена случалось так, что демоны, демонические силы сбрасывали Богов из их царства в ад или какие-то низшие миры. И что же делали в такой ситуации все Боги и Богини? Они обращались к Матери-Богине, они начинали повторять Её Священное Имя. Всякий раз, когда это случалось, Она приходила к ним на помощь. Она восстанавливала их царство. Она помогала им в любой сложной ситуации, в которой они оказывались.

Если даже Боги и Богини, испытывая какие-то сложности, обращаются к Великой Матери, к Матери-Богине, начинают повторять Её Имя, почему бы этого не делать нам? В нашу эпоху демонические силы очень сильны, и их влияние нарастает на Земле. Мы можем это видеть. Разрушительные вооружения, атомные бомбы, баллистические ракеты и всё подобное — это проявление демонических сил, дом и место, где они пребывают. В любой момент они могут разрушить Землю и уничтожить человечество. Надо понимать, надо помнить, что только забота Матери способна остановить их и защитить нас.



Как началась Кали-Юга? Когда только заканчивалась Двапара-Юга, Землёй управляли Пандавы. Одному царю, который обладал выдающимися качествами правителя, Пандавы предоставили право царствовать над всей Землёй. Цари, как известно, любят охотиться. Однажды этот царь отправился в лес на охоту и неожиданно увидел странную картину — быка, у которого осталась всего одна нога. Бык еле полз, а погонщик бил его палкой и заставлял двигаться вперед. Царь, будучи добрым правителем, разгневался на этого человека и сказал:

— Что ты делаешь?

— Я погоняю быка. Мне надо заставить его двигаться.

— А кто ты? Как тебя зовут?

— Я — Кали-Юга.

— То, что ты делаешь, невозможно в моём царстве.

Отправляйся вон отсюда.

Кали-Юга тогда ответил:

— Куда мне отправиться? Вся Земля принадлежит тебе.

Мне нет места на этой Земле.

— Отправляйся туда, где царит гнев, где царит зависть, где царит злоба, где царит грех.

— Нет, это слишком мало. Я не смогу там прожить.

— Отправляйся туда, где люди играют в азартные игры, где царит проституция, наркотики.

— Нет, этого недостаточно. Я не смогу так прожить.

— Тогда отправляйся туда, где царит металл, сталь.

— Нет, и этого мне тоже недостаточно.

— Тогда отправляйся туда, где царит золото, нажитое нечестным путем.

— Хорошо, этого мне хватит.

И с тех пор Кали-Юга пребывает во всех этих вещах: в зависти, в злобе, в ненависти, во всех дурных чувствах и мыслях,

в страданиях, в металле и в золоте или богатстве, нажитом нечестным путем.

Эти места, качества или свойства были предоставлены Кали-Юге великим царём из милосердия, из сострадания. Потому что он видел этого несчастного старика с его хромым, безногим быком, и царю хотелось сделать хоть что-то, чтобы помочь ему.

В другой раз царь также отправился в лес, на этот раз не на охоту, а с армией.

У него была комната во дворце, в которой хранилось огромное количество корон, тысяча корон побеждённых царей. Он надел корону одного из этих царей, и в этой короне отправился вместе со своей армией в лес. Путешествуя по лесу, в какой-то момент быстрый конь унёс его вперёд. Царь оторвался от своей армии и приблизился к ашраму, в котором сидел садху в глубокой-глубокой медитации.

Царь долго уже пребывал в лесу и испытывал жажду. Он обратился к садху с просьбой дать ему воды. Но садху не слышал его, постольку находился в медитации.

Надо сказать, что корона побеждённого царя, которую надел в это путешествие великий царь, была добыта в нечестной победе. И в эту корону вселился Кали-Юга, поскольку она была золотой. Поэтому царь испытал страшный гнев на садху, который не дал ему воды. Находясь в помрачении, он бросил смертельно ядовитую змею садху на шею и ушёл в гнев.

А в это время к садху пришёл его сын. Он увидел, что отец сидит в глубокой медитации, а его шею обвила ядовитая, смертельно опасная змея. Тогда сын проклял того, кто совершил этот грех, сказав, что этот человек умрет от укуса змеи в течение семи дней. Сын остался со своим отцом. В определённое время отец вышел из медитации и обнаружил себя сидящим около своего сына. Сын рассказал ему произошедшую историю. Садху моментально всё понял: «Ты ошибся, сын мой. Этот

человек — великий царь, он полон добродетелей. Совершенно напрасно ты навёл на него такое страшное зло».

Садху призвал двух своих учеников и отправил во дворец к царю. А царь тем временем успел вернуться к себе во дворец. Как только он снял корону, так сразу помрачение Кали-Юги покинуло его. И он понял, какой страшный грех совершил.

Ученики прибыли во дворец, пришли к царю и сказали: «Твои дни сочтены. Тебе осталось семь дней. После чего ты погибнешь от укуса змеи». Тогда царь созвал всех садху, всех мудрецов, всех риши и задал им вопрос: «Как я могу достичь мукти, освобождения, за семь дней?»

На берегах Ганги было огромное собрание. Здесь присутствовали все мудрецы, все святые, все риши, они обсуждали, как можно помочь царю.

Среди этих мудрецов был Вьяса. Среди них был и его сын — Сугдев, который был совершенно особенным риши. Он находился двенадцать лет в чреве своей матери и не хотел являться в этот мир. И когда Всевышний обратился к нему и спросил: «Что происходит? Почему ты не готов родиться?», он ответил: «Я боюсь попасть в лапы иллюзии, в лапы майи». Тогда Всевышний проявил милосердие к своему преданному и сказал: «Ты будешь свободен от майи. Я не дам майе право прикоснуться к тебе». И тогда Сугдев родился сразу двенадцатилетним мальчиком и немедленно отправился в лес, для того, чтобы совершать садхану.

Итак, на этом собрании были Вьяса и его сын, который был более велик, чем он. Поэтому все предоставили ему высшее место. И Сугдев сказал царю: «Я знаю, как тебе достичь освобождения за семь дней и расскажу тебе». Царь ответил: «Пожалуйста, скажи, что мне делать?»

А те двенадцать лет, что Сугдев находился в лоне своей матери, Вьяса диктовал и создавал Бхагават — великую святую книгу. Когда Сугдев родился в этот мир, он уже знал её

полностью. Он сказал царю: «Для того чтобы достичь освобождения, тебе надо слушать все семь дней святую книгу Бхагават. Я готов тебе читать её все это время». И царь сказал: «Пожалуйста, сделай это».

И все семь дней, что царю остались, он сидел и слушал, как великий мудрец Сугдев читает святую книгу Бхагават. Когда на седьмой день Сугдев закончил читать, он спросил: «Как ты себя чувствуешь, о, царь?» Царь ответил: «Я чувствую себя совершенно спокойным. Я готов к смерти».

Он отправился в свой дворец, в свои покои, и приказал запереть все двери. Между тем змей Такшак должен был исполнить свое предназначение, никто не освобождал его от обязанности убить царя. Змей принял форму маленькой змейки и спрятался в корзине с фруктами, которую принесли царю на обед. Как только корзину с фруктами внесли в комнату царя, то змейка выскользнула из неё и укусила царя. Он умер, но поскольку был готов к смерти, то в момент умирания достиг освобождения, мукти, и отправился в рай, на небеса.



В Индии был человек, слепой от рождения, его звали Сурдас. В какой-то момент, он услышал о Кришне. Ему рассказали, что есть Господь Кришна, что он — пастух, всё время проводит с коровами, играет на дудочке, что у него корона из перьев павлина, тёмный цвет кожи — и все остальные качества Кришны, как они описываются. Сурдас проникся любовью и начал делать практику поклонения со всей преданностью, которая у него была, и со всей регулярностью, которая требуется для этой практики.

Через какое-то время образ Кришны поселился в его сердце, и он стал чувствовать Господа в себе. Когда это случилось, Сурдас начал танцевать, громко выкрикивать Имя Господа и в какой-то момент провалился в яму. Никто не видел

его там, а он продолжал там оставаться и продолжал делать свою практику.

Тогда Господь Кришна решил прийти ему на помощь. В образе обычного пастуха, со стадом коров, который просто шёл мимо той ямы, он наклонился, дал руку упавшему и сказал: «Вылезай, я тебе помогу». Когда Сурдас взялся за руку пастуха, в ту же секунду он осознал, что это не простой пастух, а сам Господь Кришна. Это произошло благодаря тому, что он достиг уровня, когда у него появилось Божественное зрение.

Тогда Господь сказал: «Я приготовлю тебе домик, где ты сможешь жить. И я завтра принесу тебе еду, чтобы ты смог ни в чём не нуждаться и продолжать заниматься своей практикой». Он отвёл его к тому домику и сказал: «До завтра! Я скоро приду и принесу тебе поесть». На что Сурдас ответил: «Ты можешь отпустить мою руку и уйти, но ты не можешь уйти из моего сердца. Ты не сможешь оставить меня».



Жил некий человек, преданный Кришне, очень бедный. У него была семья, жена, дети, но также и братья, которые не были бедными. Он был истинным преданным, посвящал жизнь свою практике. В какой-то момент братья, видя его бедность, видя, что он еле сводит концы с концами, решили ему помочь. У них была общая собственность, которую они сдавали в аренду и получали за это деньги. Были долговые обязательства, по которым люди должны были платить. Они взяли часть этих долговых обязательств, пришли к нему и сказали: «Смотри, вот люди, которые должны нам деньги, мы полностью отдаём это тебе — вот документы. Приходя к тем людям, ты сможешь собирать какое-то количество денег, и благосостояние твоей семьи увеличится. Ты сможешь лучше содержать семью».

Он сказал: «Спасибо большое», взял эти документы, пошёл к реке и выбросил. И сказал: «До сих пор как-то Кришна

о нас заботился, и никто не умер с голоду, и дальше позаботится». Он продолжал жить и заниматься практикой, продолжал полностью посвящать себя Господу.

Через какое-то время его дочка выросла. Настало время выдавать её замуж. Жена подошла и сказала:

— Смотри, наша дочь выросла, пора выдавать её замуж. У нас нет денег ни на что.

— Господь позаботится и о нашей дочери, не сомневайся.

Прошло немного времени, и к ним посватался купец. Молодой человек сказал:

— Я люблю вашу дочь, хочу взять её в жены. Соглашаетесь ли вы на это или нет?

— Да, хорошо, конечно, если хочешь, — ответил преданный.

— Но вы знаете, я человек такого высокого положения, у меня множество знакомых, друзей. Обеспечьте, пожалуйста, чтобы на свадьбу я мог привести много людей с собой.

— Да конечно, не сомневайся, приводи столько друзей с собой, сколько захочешь.

И человеку, который ведёт свадьбу, преданный сказал:

— Пожалуйста, приходите, всё будет готово.

После чего он обратился к Господу:

— Кришна, мне надо выдать дочь замуж. Позаботься, пожалуйста, чтоб всё было хорошо.

Потом он пошёл в лес и расчистил там большую поляну.

На следующий день пришёл организатор и обнаружил, что всё готово для свадьбы, все необходимые приготовления сделаны, накрыты столы для огромного количества людей. Пришёл жених, пришли все гости. Всё было чудесно, свадьба прошла прекрасно, а на следующий день это место было абсолютно пустым, такая же чистая лесная поляна.

В какой-то момент после свадьбы тот человек решил впервые навестить свою дочь. Она жила в другом городе на

некотором расстоянии, и он решил навестить её новый дом — дом её мужа. У преданного Кришны был очень старый бык, но не было даже повозки, чтоб его запрячь. Он стал искать повозку и в какой-то момент обнаружил выброшенную старую повозку где-то на обочине со сломанным колесом. Преданный кое-как починил колесо, чтобы повозка ехала. Сел в неё и отправился в город, в гости к своей дочери.

Посередине пути повреждённое колесо окончательно разломалось. Он остановился и начал обращаться к Имени Господа Кришны. Продолжая это делать, он увидел, что по дороге идёт человек с сумкой. Когда прохожий поравнялся с телегой, то спросил: «Что у тебя тут случилось, почему ты стоишь?» Человек рассказал: «Вот такая проблема — телега сломалась, а я еду к дочери и не могу починить её сам». «А куда ты едешь? В какой город?». «В такой-то». «Отлично, нам по дороге, подбросишь меня? Я смогу починить твою телегу — у меня есть инструмент с собой в сумке». Он тут же починил колесо, и они благополучно поехали дальше к городу.

А между тем дочь, которой заранее сообщили, что придет отец, ужасно нервничала. Она знала, что он — бедный человек, и у него нет ничего, на что можно купить подношение. Дочь боялась, что люди, окружающие её богатого мужа, будут смеяться, и ей будет неловко, что её отец не может даже привезти подарки семье мужа и его друзьям.

Между тем повозка достигла города, и попутчик сказал: «Ну, всё, я приехал, живу там — напротив. До свидания. Спасибо тебе, что подвёз меня». Вышел и исчез за поворотом. Когда же преданный обернулся, то обнаружил, что повозка горой заполнена подарками: цветами, фруктами, сладостями, драгоценностями, .

Когда он приехал, слугам пришлось выйти из дома, чтобы перенести всё это огромное количество даров, которые привёз отец семье мужа своей дочери.



Однажды Боги, люди и демоны пришли к Отцу Вселенной Брахме и спросили: «Как нам возвыситься? Как нам достичь высоты?» И Брахма ответил одним коротким словом, которое на хинди звучит «до», и исчез. Ни Боги, ни люди, ни демоны не понимали, что это значит. Они были в замешательстве.

В это время мимо проходил мудрец Нарада, и он сказал: «Я вам объясню, что это значит». Он обратился к Богам и сказал: «Вы, Боги, постоянно наслаждаетесь, пребываете в чрезмерном изобилии и наслаждении. Для вас это слово означает “сострадание, милосердие”. Вам нужно развить в себе качество сострадания к другим существам и милосердие».

Потом он обратился к людям и сказал: «Вы, люди, очень жадные. В вас есть жадность и стяжательство. Для вас это слово означает пожертвование. И жертвовать вам нужно как другим, так и в себе чем-то, для того чтобы достичь высших качеств».

А потом он обратился к демонам и сказал: «Вы, демоны, очень жестокие. Вы проявляете много агрессии, жестокость по отношению к другим. Вам также необходимо качество сострадания, милосердия развить в себе».



Жил один священник, который однажды отправился в храм на утреннюю службу. По дороге он увидел мясника. Тот гнался за коровой, которая убегала от него. Мясник закричал ему: «Помоги мне остановить корову! Это моя корова, и я должен заколоть её». Священник схватил уздечку и остановил корову, так что мясник смог догнать её. Затем он продолжил свой путь к храму, отдав корову мяснику.

Спустя много лет недалеко от этого места жил человек, который получил профессию мясника по наследству. Она ему не нравилась, он не хотел убивать коров. Он был преданным

Вишну и Кришны и вёл очень благочестивую жизнь. Но поскольку это была его единственная профессия — и это была семейная профессия, он был вынужден её продолжать, тем более что родители уже ушли из этого мира. Поэтому он просто покупал мясо у других мясников, продавал его на базаре и тем зарабатывал себе на жизнь.

Однажды этот благочестивый мясник решил отправиться в паломничество из любви к Господу, к храму Джаганнатха в Пури — это известное священное место в штате Орисса. Он пошёл в Пури, но через несколько дней почувствовал усталость и решил передохнуть. Он постучал в один из домов, который встретил на пути, и спросил, может ли он остановиться на ночлег. Хозяева охотно его впустили. Они дали ему место для ночлега, накормили, и он остался ночевать.

Это была семейная пара, а мясник был молодым, красивым, привлекательным и одиноким человеком, и хозяйка дома влюбилась в него совершенно без памяти. Ночью она пришла к нему разделить ложе, но он сказал ей: «Нет, ты замужем, я — в паломничестве, и меня вообще не интересует то, что ты мне предлагаешь». Он всё время обращался к ней, называя её «мать» — «Мать, зачем ты предлагаешь мне такие греховные вещи делать?» И так и сяк она уговаривала его, но он категорически отказывался.

Тогда она подумала, что, наверное, он боится её мужа. В безумии страсти она пошла и убила своего мужа, и вернулась к мяснику, говоря: «Смотри, ты можешь теперь не бояться. Мы теперь свободны делать всё, что мы хотим». Но он продолжал ей говорить: «Мать, зачем ты предлагаешь мне совершать такие деяния? Я — паломник, и направляюсь к святым местам. Не нужно совершать греха».

Наступило утро, и женщина осознала ситуацию. Она стала громко кричать: «Бандит вошёл в наш дом и убил моего мужа!» Собрались соседи, крестьяне. Схватили этого человека,

поташили его к царю, говоря, вот, смотрите, человек пришёл и сделал такое ужасное дело. Царь выслушал историю, и сказал мяснику, что он совершил грех, и должен быть наказан. Ему отрубили руки.

По прошествии какого-то времени мясник продолжил своё паломничество, потому что он по-прежнему оставался бхактой, преданным, он любил Бога, и ему крайне важно было добраться к храму Джаганнатха. Мясник шёл несколько дней, но поскольку был безруким, не мог даже прокормить себя. На седьмой день он потерял сознание от голода, слабости и упал под дерево, уже совсем неподалёку от Пури.

Священник, настоятель храма, увидел Вишну, который сказал ему: «Мой бхакта лежит неподалёку под деревом. Пошли людей, чтобы они принесли его сюда в храм, дали ему место, где бы он мог отдохнуть». Он послал людей, и, действительно, они обнаружили лежащего безрукого человека под деревом, подняли его и бережно отнесли в храм. Так как он был без сознания, его положили в помещении рядом с Божеством.

В то утро в храме была огромная пуджа, посвященная Джаганнатху, и на ней было предложено на золотых блюдах пятьдесят шесть различных видов кушаний. Они были приготовлены как подношение Божеству. Там был обычай: после того, как люди делали подношения, двери храма закрывались, и все уходили. Джаганнатх, видя лежащего человека, видя подношения, подошёл к нему, покормил его всей этой пищей и затем удалился. Спустя некоторое время настоятель открыл двери, обнаружил лежащего безрукого человека, перед которым стояли пустые золотые блюда. В полном изумлении, поскольку не осталось еды, которая была предложена, он, наблюдая эту картину, осознал, что случилось: Сам Господь спустился и покормил этого человека.

Настоятель понял, что это необычный человек, и обратился к нему, спросив: «Ты доволен? Всё ли у тебя хорошо?»

Путник ответил, что, да, он полностью удовлетворён, но не понимает, что с ним происходит, как получилось, что его жизнь повернулась таким загадочным образом. По его словам, он вёл праведную жизнь, и не делал ничего плохого, отправился в паломничество по святым местам, чтобы посетить святой храм Джаганнатха в Пури, и теперь не понимает, почему по дороге с ним случилась такая ужасная история.

Настоятель, которому Господь открыл истину, сказал: «Вспомни, в прошлой жизни ты был священником. И ты совершил маленький проступок — помог мяснику поймать корову и убить её. Теперь ты столкнулся с этой коровой, которая родилась как женщина и отомстила своему мяснику, который был в этой жизни её мужем, убив его. Но также и ты должен был понести наказание, поскольку помог тому мяснику. Вот ты и остался без рук».



Жил маленький мальчик-сирота. Он был пастухом и пас коров. Каждое утро он рано вставал, вёл коров на выпас и проходил через ашрам, где практиковал один садху. Однажды ему стало любопытно, чем же занимается этот садху. Пастушок пришёл к нему, поклонился и сказал: «Я тоже, как и ты, хочу стать садхаком. Научи меня тому, что ты делаешь».

«Хорошо, — сказал садху. — Для этого тебе нужно раздать всё своё имущество, отдать всех коров. А после приходи ко мне в ашрам, я буду тебя учить».

Мальчик так и сделал, и пришёл в ашрам, где ему дали место, еду и показали небольшую пещеру, где он мог практиковать. Садху дал ему указания, что нужно делать. Он сказал ему: «Останови все свои мысли. Прекрати думать о чём бы то ни было». И оставил его в пещере.

Вскоре садху вернулся и спросил мальчика:

— Ну как, у тебя получается?

— Нет, — ответил тот. — Не получается. Я всю жизнь думал о коровах и продолжаю постоянно думать о них.

— Хорошо, — сказал садху. — Пусть это будет твоей практикой. Думай о коровах. Это прекрасный объект для медитации.

И снова садху дал ему воды, еды и ушёл.

Садху почти забыл об этом мальчике, а когда решил его проведать, покормить, он подошёл к пещере и позвал его:

— Выходи, пожалуйста. Тебе уже нужно выйти на солнце, поесть, попить.

— Я бы с радостью, — ответил мальчик, — но я уже неделю пытаюсь выйти и не могу. Мне мешают рога, тут слишком узкий проход.

Так садху понял, что у мальчика отличные способности к концентрации. Он убедил его, что у него нет рогов, и вывел из пещеры. Мальчик решил, что вряд ли практика садху — в том, чтобы превращать людей в коров. Скорее всего, он знает путь к Богу. И мальчик попросил научить его, как ему стать единым с Богом, а не с коровой. «Хорошо, — ответил садху, — тогда медитируй на имени Говинда». Говиндой звали Кришну, когда он пас коров.

И мальчик приступил к практике. Через какое-то время практики он попросил у садху разрешения пасти коров, поскольку Говинда тоже пас коров. Теперь каждый день мальчик пас коров. Садху давал ему еды и просил пастушка, чтобы каждый раз перед тем, как поесть, он предлагал пищу Господу.

Однажды после медитации мальчик заметил, что часть еды пропала, то есть Бог принял предложенную пищу. Пастушок доел остатки еды, взял коров, вернулся в ашрам и попросил садху его покормить, ведь он остался голодным. На следующий день садху дал еды на двоих, и история повторилась. Но в этот раз Говинда пришел вместе с Радхой, и опять еды осталось очень мало. А на следующий день Говинда пообещал

прийти с друзьями. И юноша опять остался голодным и попросил у садху поесть.

Садху подумал: «Либо мальчик настолько прожорлив и лжив, либо что-то тут не так?». Он дал ему еды на десять человек, пошёл вслед за ним и залез на дерево. Мальчик сделал подношение — и явился Господь Кришна, его друзья и Радха. Садху от такого потерял сознание и упал с дерева. Когда садху пришёл в себя, он понял, насколько предан этот мальчик Богу. А он, садху, не смог за столько лет достичь такого уровня самоотдачи.



Жил один садху по имени Намдас, и у него была семья. Этот садху выполнял все свои обязанности, но при этом оставался семьянином. Однажды он готовил роти, уже сделал пять штук и подготовил подношение. Однако стоило ему отвернуться за топлёным маслом гхи, как появилась собака, схватила эти роти и побежала.

Намдас погнался за собакой и крикнул ей вслед: «Бхагаван (Всевышний), подожди принимать подношение, я еще не успел смазать их гхи!» Господь услышал его слова и явился ему в истинной форме.

Мы видим, что Господь может прийти к нам в любом образе. Намдас закричал не «Собака, стой!», а «Бхагаван, Господь, остановись!» Любовь его была такова, что он видел Господа даже в собаке, которая украла роти. Поэтому нам нужно обращаться к Богу со всей любовью, которая есть в нашем сердце. И только эта любовь имеет значение.



Ади Шанкарачарья был одним из величайших Мудрецов, и он был последователем Шивы. Однажды он отправился в паломничество в Гималаи. Поднявшись высоко в горы, он начал

терять силы, и практически на третий-четвертый день был на грани потери сознания и не мог двигаться.

В этот момент Богиня Мать дала ему Даршан, явилась перед ним. И он, увидев Её, сказал: «Мать, прости, я не могу, у меня нет энергии, нет Шакти даже для того, чтобы встать и поклониться Тебе». Тогда Она сказала ему: «Ну, вот теперь ты понимаешь, что такое Шакти».

С этого момента он стал шактом, поклоняющимся Богине, и написал все самые великие, самые знаменитые гимны и молитвы, посвящённые Матери. И в частности «Молитву о прощении грехов». В молитве есть такая фраза: «Мать, дитя, сын может совершать ошибки, может плохо относиться к своей Матери. Но Мать никогда не совершает ошибок, никогда не относится плохо к своим детям, к своему сыну. Поэтому прости меня, о, Мать, за все мои ошибки, за все грехи, совершённые сознательно или несознательно».

Вместо того чтобы встречаться внешне, в телах —
лучше встретиться со мной сердцами.
Не так важно, через два часа это будет или...

Содержание

Введение	3
Шакти/Мать	5
Всевышний	15
Душа	31
Любовь	37
Гуру/Учитель	41
История Вселенной и Земли	47
Карма	53
Религии	63
Путь жизни	79
Цель/смысл жизни	81
Отношения, семья и дети	85
Качества и эмоции	91
Счастье	101
Смерть	105
Начало духовного пути	111
Духовный путь	115
Практика	121
Общие советы	122
Практика Имени/джапа	132
Ранний подъём	148
ОМ	153
Молитва	156

Медитация	159
Йога	169
Взгляд внутрь	173
Здоровье/тело/питание	178
Вера	182
Очищение сердца	183
Чтение	187
Цель/плоды практики	189
Иллюзии	195
Удовлетворённость имеющимся	197
Успех в жизни	198
Природа	199
Астрология	200
Сны	201
Сатсанг/джапа/киртан	202
Болезни	203
Воплощения	204
Постоянство/преданность	208
Притчи	212

Свами Ванкханди
Просто быть человеком
Мудрость для XXI века

Дизайн обложки — Александра Гурвич
Корректоры — Татьяна Алексеева, Татьяна Гордеева
Компьютерная верстка — Марина Гришина